

Door PMTO is het nu al een stuk gezelliger bij ons in huis

PMTO maakt me zoveel meer bewust van wat ik doe en zeg

Door PMTO hebben we eindelijk een gebruiksaanwijzing voor onze dochter

Sinds PMTO zitten we veel meer op één lijn

Het kost me geen energie, het geeft me juist energie!

Ik weet weer wat er zo leuk aan mijn zoon is



Extra informatie?

PMTO is een goed onderzochte behandeling die in meer landen wordt uitgevoerd. Ook in Nederland loopt er een onderzoek naar de effecten van PMTO. Voor meer informatie over de inhoud, het onderzoek en de uitkomsten ervan, kunt u kijken op de website: www.pmt.nl.

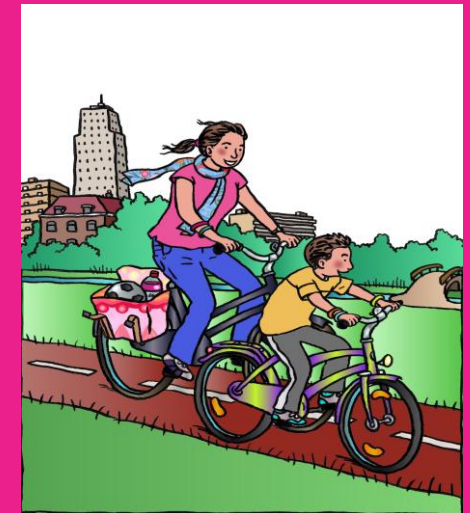
Deze folder is een uitgave van het Kenniscentrum PMTO Nederland

Postadres

PI Research
Postbus 366
1115 ZH Duivendrecht
T: +31 (0)20 650 1501

Bezoekadres

Rijksstraatweg 145
1115 AP Duivendrecht



PMTO: Weer grip op je kind!

Kevin (10j) is vaak boos. Hij uit dit door een grote mond te geven, thuis maar ook op school. Hij gaat bijna altijd de discussie aan als hij iets moet doen. Hij luistert zelden meteen. Soms wordt hij zo boos dat hij dingen in huis kapot maakt. Hij is de laatste tijd steeds meer buiten of zit veel achter de computer. Zijn moeder weet eigenlijk niet meer wat Kevin buiten doet en met wie. Zijn zusje is soms bang voor hem omdat hij haar laatst een paar flinke klappen heeft verkocht. Kevin heeft nog maar 1 vriendje met wie hij veel speelt en die net als hij graag spannende situaties opzoekt. Zijn moeder moppert veel op hem waarna er vaak ruzie ontstaat. Dit was een paar jaar geleden niet zo...

Lieke (7j) wil niet naar school en niet naar bed. Iedere avond en iedere ochtend is er flinke strijd. Het hele gezin is er doodmoe van. Ook Lieke zelf is niet gelukkig. Ze klaagt veel over buikpijn en is vaak verdrietig. Op school weigert ze ook om mee te doen en wordt ze vaak even apart gezet. Lieke is snel afgeleid. Lieke is vaak alleen en andere kinderen willen vaak ook niet met haar spelen omdat ze weleens stiekem speelgoed mee naar huis neemt. In veel dingen probeert ze haar zin door te drijven, waardoor haar ouders haar regelmatig straf geven. Dit zorgt er alleen maar voor dat het thuis niet meer gezellig is.

Opvoeden is vaak een hele klus! Een kind dat soms niet luistert, een driftbui of een grote mond heeft, dat hoort erbij van tijd tot tijd. Als een kind vaak gedrag laat zien wat door u als ouder, maar bijvoorbeeld ook op school als storend wordt ervaren, dan kan er meer voor nodig zijn om dit gedrag te veranderen. Als een kind gedragsproblemen of een stoornis als ADHD heeft, dan vraagt het nog meer van een ouder om hier goed mee om te gaan. PMTO is er voor deze ouders en zorgt ervoor dat zij weer grip krijgen op het gedrag van hun kind. Uit ervaring weten we dat ouders heel veel invloed op hun kind hebben en dus de eerste zijn die voor verandering kunnen zorgen. Ouders die PMTO gevolgd hebben geven in onderzoek aan dat hun kind beter luistert, het thuis weer gezelliger is en het kind socialer gedrag laat zien op school. Ook ervaren ouders dat zij zich beter voelen nu ze de opvoeding beter aankunnen.

Voor wie is PMTO?

PMTO (Parent Management Training Oregon) is bedoeld voor ouders van kinderen van 4 tot 12 jaar met lastig gedrag. Het gaat dan bijvoorbeeld om verzet tegen regels thuis of op school, niet luisteren, liegen, pesten, snel boos worden, vechten en dingen stuk maken. Dit gedrag kan leiden tot veel ruzie en problemen thuis, op school of in contact met leeftijdgenoten. Zorgen over de opvoeding van een kind roept bij veel ouders gevoelens op van onder andere boosheid, verdriet, schaamte of machteloosheid. Ook voor het kind zelf is het niet gemakkelijk, bijvoorbeeld wanneer vriendjes het af laten weten of wanneer het vaak straf krijgt. Soms kan een kind last hebben van sombere stemmingen.

Wat is PMTO?

PMTO is een individuele behandeling waarin u als ouder(-s), zonder uw kind, samen met een PMTO-therapeut op zoek gaat naar manieren om het probleemgedrag van uw kind positief te veranderen. En daar hebben we u als ouder hard bij nodig! Als ouder kent u uw kind tenslotte het best. Onder meer door het doen van oefeningen kunt u bijvoorbeeld:

- beter contact krijgen met uw kind
- op tijd grenzen stellen
- op de hoogte zijn van waar en met wie uw kind speelt
- samen problemen oplossen
- meer oog hebben voor wat uw kind goed doet

Hoe lang duurt de training?

De PMTO-behandeling duurt meestal 15 tot 25 bijeenkomsten. De PMTO-therapeut stelt samen met u vast hoeveel bijeenkomsten in uw situatie nodig zijn. De bijeenkomsten zijn eens per week en duren een uur. Tussen de bijeenkomsten is er wekelijks telefonisch contact.

Kosten?

Aan het volgen van PMTO zijn geen kosten voor u verbonden, want het wordt vergoed door de zorgverzekeraar. Een doorverwijzing kan via de huisarts, Bureau Jeugdzorg of het Centrum voor Jeugd en Gezin in uw regio. Indien u al contacten heeft met de poli van de GGZ, een kinderarts of GGD arts, dan kunnen zij u ook doorverwijzen.