



Bij psychomotorische gezinstherapie probeert Inge Zomervrucht (rechts op de foto's) gezinsleden door middel van oefeningen te laten ontdekken waar het probleem zit

# Hoe effectief is psychomotorische gezinstherapie?

**Psychomotorisch therapeut Inge Zomervrucht ziet ze vaak: vastgelopen gezinnen waar een van de kinderen een licht verstandelijke beperking (lvb) heeft. Een combinatie van psychomotorische en systeemtherapie lijkt deze families goed te kunnen helpen. Er wordt nu ook in de gehandicaptenzorg wetenschappelijk onderzocht of deze psychomotorische gezinstherapie (PMGT) daadwerkelijk effectief is.**

De gymzaal is de belangrijkste werkplek van Inge, die sinds acht jaar op de poli van de Friese zorgorganisatie Alliade werkt. “In die zaal zie ik mooie dingen gebeuren,” vertelt ze enthousiast. “In eerste instantie denken gezinnen vaak: wat moeten we hier, dit is toch niet zoals het bij ons thuis is? Maar als ze

Onderzoek naar therapie waarbij interactie in een gezin centraal staat



*‘Gezinnen merken door de oefeningen in de zaal hoe het thuis gaat’*



dan oefeningen doen of opdrachten uitvoeren waarbij de interactie tussen de gezinsleden veel duidelijk maakt, ontdekken we waar het probleem zit en kunnen we eraan werken.

De gezinnen zelf voelen zich gezien en gehoord. Ze merken dat het in de zaal toch wel gaat zoals thuis. Dat we de vinger op de zere plek leggen. De focus binnen de gezinnen ligt meestal op het probleemgedrag van het kind met een licht verstandelijke beperking, maar we zien in deze gezinnen vaak ook dat er sprake is van problemen in de interactie tussen de gezinsleden. Dit

wordt dan bij de psychomotorische gezinstherapie zichtbaar.”

### Spelopdracht

Een casus die dit verduidelijkt heeft Inge wel. “Ik had een moeder en haar zoon in de zaal. De situatie thuis was problematisch; moeder kon in de ogen van haar zoon niets

goed doen. Hij reageerde vaak erg agressief en fysiek richting haar. Er was gezinshulpverlening ingeschakeld en de arts vg had al medicatie voorgeschreven aan de zoon, maar dat alles werkte onvoldoende,” schetst Inge.

Zij gaf aan moeder en zoon een spelopdracht. In een afgebakend



- ▶ vlak stond een pylon waarop een bal lag. Moeder en zoon moesten die bal er met behulp van lange touwen samen af halen. Ze mochten niet in het afgebakende vlak komen en de bal mocht niet op de grond vallen.

“De touwen waren zo’n vier meter

lang en de bedoeling was dat ze die samen strak trokken om zo de bal te kunnen liften van de pylon. Maar keer op keer stapte de zoon in het ‘verboden’ vlak, waardoor de opdracht steeds mislukte. De zoon had de uiteinden van de touwen vast, terwijl er achter de moeder nog me-

ters touw op de grond lagen.

Ik heb op een gegeven moment de opdracht stilgelegd en de moeder gevraagd: *Hoeveel touw heb jij? En hoeveel heeft jouw zoon om samen met jou de opdracht te kunnen doen?* De moeder gaf haar zoon geen ruimte om ook iets te doen.

Deze opdracht gaf haar inzicht in hoe zij met haar zoon omging. De moeder moest leren om haar zoon de ruimte te geven en inzien dat hij ook fouten mocht maken. Dit besef was heel helpend. Er kwam meer rust in het gezin.

Overigens is het niet zo dat gezinnen er na één sessie al zijn, en ook niet dat spanningen en problemen binnen het gezin worden opgelost met alleen zo’n opdracht. Het is echt de combinatie van psychomotorische therapie en systeemtherapie die lijkt te werken.”

## Minder verbaal

Gezinstherapie waarbij alleen maar gepraat wordt, werkt niet in elke situatie goed. Zeker als er sprake is van een kind met een

## Onderzoek

Het tweejarig onderzoeksproject van Inge Zomervrucht en haar collega-onderzoekers naar PMGT is mede mogelijk dankzij het Zorgondersteuningsfonds. Een belangrijk onderdeel van het onderzoek vormen de gezinnen die deelnemen aan het PMGT-traject bij Alliade of bij twee locaties van 's Heeren Loo waarmee wordt samengewerkt. Momenteel doen er vijf gezinnen mee aan het onderzoek en volgens Inge moeten dat er minimaal twintig worden.

“De gezinnen en hun behandelaren worden geïnterviewd en daarnaast vullen de gezinnen vragenlijsten in over de gedragsproblemen van het kind en de interactie binnen het gezin. Die vragenlijsten krijgen ze voor, direct na en zes maanden na het traject voorgelegd, zodat we kunnen zien of de therapie ook na langere tijd nog beklijft,” legt Inge uit. “We hebben nog geen duidelijkheid hoelang het traject moet zijn: vijf sessies, tien sessies? Mensen met een lvb hebben wat meer tijd nodig. We gaan na tien sessies evalueren.”

Meer informatie over het onderzoek? Kijk op [www.alliade.nl/pwo/pmgt](http://www.alliade.nl/pwo/pmgt).

## Uitleg over psychomotorische therapie aan gezinnen



Doel van de moeder in deze activiteit is om aan te sluiten bij haar kinderen en de regie te houden. Beide jongens hebben hierin wat anders van haar nodig

licht verstandelijke beperking – en soms ook van een lvb bij (een van) de ouders – is psychomotorische gezinstherapie een veel beter alternatief, is de overtuiging van Inge. “PMGT is non-verbale therapie en maakt vooral gebruik van sport, spel en bijvoorbeeld ontspanningsoefeningen. Het herkennen van de interactiepatronen in het hier en nu bij veel gezinnen staat centraal. De therapie wordt hierbij aangepast aan het niveau van de gezinsleden.”

Die cliënt hoeft niet per se het kind met een lvb te zijn. Inge vertelt over een gezin met drie kinderen waar veel zorgen over waren. “De ouders hadden een lvb, er was al veel hulp ingeschakeld, waaronder Veilig Thuis, maar iedereen zat met de handen in het haar. Ons werd gevraagd: *Kunnen jullie hier iets in betekenen?* We zijn met het gezin de zaal ingegaan, waar ze de samenwerkingsoopdracht kregen om met

verschillende materialen naar de overkant van de zaal te komen, zonder dat hun voeten de grond raakten. En die opdracht ging eigenlijk best wel goed. Waar zat hier dan het probleem?”

Het gezin moest vervolgens zelf een spel verzinnen, met eigen spelregels. “En daar liep het vast. De ouders vroegen zich af: *Wat moeten wij?* De kinderen trokken toen hun eigen plan. Zo ontdekten we dat dit gezin het kan redden als er genoeg gekaderd is. Dat was voor de hulpverleners een *eyeopener*: als wij de ouders kaders kunnen bieden, dan komen ze er wel. Die kaders zorgden ervoor dat de onrust bij de ouders verdween, en daardoor ook bij de kinderen,” zegt Inge.

### Meer plezier

Hoewel PMGT een vrij nieuwe vorm van vaktherapie is, wordt het toch al enige tijd toegepast en zijn de ervaringen in de praktijk positief.

“Door deze therapie krijgen gezinsleden betere onderlinge relaties en komt er meer plezier terug in het gezin. Het probleemgedrag vermindert,” zegt Inge.

Ze geeft aan dat er al wetenschappelijk onderzoek naar PMGT wordt gedaan, maar dat dit een van de eerste onderzoeken in de verstandelijk gehandicaptenzorg is. “Binnen de poli van Alliade hebben al veel gezinnen PMGT gevolgd en zowel de gezinnen als de behandelaren zien positieve effecten. Dit zijn natuurlijk subjectieve ervaringen. Daarom heeft de afdeling Praktijkgericht Wetenschappelijk Onderzoek (PWO) van Alliade een onderzoek opgezet om te evalueren of PMGT daadwerkelijk een positief effect heeft op het gezin en het probleemgedrag van het kind. Dat is echt noodzakelijk om deze therapie mogelijk een vaste plek te kunnen bieden binnen de gehandicaptenzorg.” |