



# PMTO

Parent Management  
Training Oregon

Weet dat we er  
voor je zijn

Ieder kind is wel eens boos of ongehoorzaam. Dat is normaal. Sommige kinderen zijn heel vaak driftig, ongehoorzaam of opstandig. Opvoeden is dan een hele klus. Soms gaat het gedrag vanzelf over of kunnen ouders het veranderen. Maar dat lukt niet altijd. Als een kind gedragsproblemen heeft, vraagt dit veel van de ouders. Met PMTO krijgen ze weer grip op het gedrag van hun kind, ook zijn er weer meer positieve momenten.

## Voor wie?

PMTO is een intensieve behandeling voor ouders van kinderen van 4 tot 15 jaar met lastig gedrag, waar ouders geen of weinig grip op hebben. Het gezin loopt (bijna) vast, er zijn veel problemen en soms ook ruzie. Voorbeelden van lastig gedrag zijn verzet tegen regels, liegen, snel boos worden en vechten. Soms heeft het kind een ontwikkelingsstoornis, maar dat hoeft niet. Veel ouders voelen boosheid, verdriet, schaamte of machteloosheid en maken zich zorgen over de opvoeding. Het is ook moeilijk voor een kind, bijvoorbeeld als het vaak straf krijgt. Soms is het kind somber. PMTO helpt ouders en kind. Dit kan individueel of in een groep.

## Hoe werkt het?

De PMTOtherapeut werkt intensief samen met de ouders. Zij kennen hun kind het beste en hebben de meeste kans om het gedrag van hun kind te veranderen. Thuis kunnen ze oefenen en ontdekken wat wel en niet helpt om het gedrag bij te sturen. Ouders komen zonder hun kind naar de afspraak met de therapeut. Bij de start van de behandeling komt de therapeut een keer bij het gezin thuis, om alle gezinsleden te ontmoeten. Ouders krijgen dan ook vragenlijsten over hun kind en het gezin.

De behandeling bestaat gemiddeld uit 20 tot 25 bijeenkomsten. Ouders hebben elke week een afspraak met de therapeut, om te bespreken hoe de afgelopen week is gegaan. Ook wordt gekeken wat het beste werkt voor hun kind. Ouders oefenen met nieuwe vaardigheden en krijgen thuisopdrachten mee. Voorbeelden van vaardigheden zijn je kind leren luisteren, je kind iets nieuws leren door aanmoedigen en op tijd grenzen stellen. Tussen twee bijeenkomsten belt de therapeut met de ouders. Er is vaak ook contact met de school van het kind.

## PMTO-groep

Er zijn ook PMTOgroepen voor ouders die in een zelfde soort situatie zitten. Bijvoorbeeld alleenstaande ouders, pleegouders, ouders van kinderen die dezelfde ontwikkelingsstoornis of gedragsproblemen hebben, of ouders met een samengesteld gezin. Ouders voelen dat zij er niet alleen voor staan, er zijn meer ouders van kinderen met gedragsproblemen. Het is prettig om ervaringen te delen en van elkaar te leren. Een groep komt 5 tot 10 keer bij elkaar.

## Wat zijn de resultaten?

Ouders leren hoe ze beter kunnen omgaan met het gedrag van hun kind. Dit zorgt voor minder stress. Er is ook weer positief contact en de gedragsproblemen thuis en op school nemen af. Kinderen gedragen zich vaak socialer. Ouders reageren positief op hun kind en merken dat het vaker en sneller doet wat zij zeggen. Er zijn minder ruzies en problemen.

## Praktische informatie

Heeft u vragen of wilt u meer informatie? Ga dan naar [www.pmt.nl](http://www.pmt.nl) of [www.jeugdhulpfriesland.nl](http://www.jeugdhulpfriesland.nl) of neem contact met ons op via 088 14 24 444.