

## Forensische Psychiatrie

# Wat is vaktherapie?

**Vaktherapie is een behandelvorm waarin gebruikt wordt gemaakt van ervaringsgerichte werkvormen. De problematiek komt 'al doende' naar voren en leidt tot ervaringen, nieuwe inzichten en/of vaardigheden. Deze kunnen u helpen grip te krijgen op uw problemen of te leren er anders mee om te gaan. Vaktherapie kan zowel individueel als in een groep plaatsvinden. Het contact met de therapeut is vaak onderdeel van de therapie.**

**Het doel is bij te dragen aan uw behandeling gericht op het verkleinen van het risico op delicten.**

## Welke vaktherapieën zijn er binnen de FPK?

### Beeldende therapie (BT)

In deze therapie wordt gewerkt met beeldende materialen en technieken, bijvoorbeeld schilderen, tekenen en steen. Doordat het werkstuk concreet is, kunt u het loslaten, weggelaten, ernaar terugkijken en/of ervaren hoe het is om het eens anders te doen. BT confronteert U met patronen in denken, voelen en handelen binnen een relatief veilige situatie.



### Muziektherapie



Er wordt gewerkt met de elementen van muziek, zoals melodie, ritme, harmonie en tekst. Dat kan receptief (door het beluisteren van muziek) maar ook actief (door te musiceren, te zingen of te bewegen op muziek). Omdat bij muziek maken gelijktijdige afstemming op anderen een belangrijke rol speelt, worden in de therapie snel communicatie- en interactiepatronen waarneembaar. Muziek heeft ook een directe werking op alle hersengebieden, ook op de functies die dieper gelegen zijn. Muziektherapie kan u helpen om sociale en communicatieve vaardigheden te verbeteren, emoties te uiten, zelfvertrouwen en vaardigheden te vergroten, te leren ontspannen, om te gaan met verlies, uw taal en spraak te verbeteren en het concentratievermogen te vergroten.

### Psychomotorische therapie (PMT)

Bij psychomotorische therapie staan lichaamsbeleving en bewegingsgedrag centraal. Door sport en spel of lichaamsgeoriënteerde oefeningen komt u letterlijk in beweging of staat u juist stil bij uw ervaringen. Zo leert u om lichaamssignalen, gevoelens en gedragspatronen te herkennen, te verwoorden en begrijpen. Vervolgens wordt er geoefend om tot nieuwe ervaringen, inzichten en gedrag te komen.



## Voor wie

Vaktherapie wordt op veel plaatsen in de hulpverlening aangeboden en kan worden ingezet bij diverse klachten. Vaktherapie wordt op de FPK aangeboden op alle afdeling en in verschillende fases van de behandeling. Iedereen kan er dus voor in aanmerking komen. Vaktherapie is onderdeel van het multidisciplinaire behandelaanbod en kan zowel in een groep als individueel worden gevolgd.

U stemt uw behandeling bij vaktherapie af met uw regiebehandelaar die ook verantwoordelijk is voor de verwijzing.

## Behandeldoelen

Vaktherapie is bij uitstek geschikt bij klachten en problemen op het gebied van emotieregulatie, contact met het eigen gevoelsleven en zelfbeeld, omgaan met stress en verlies of op het sociaal functioneren.

De meeste voorkomende behandeldoelen zijn:

- Het versterken van de autonomie, assertiviteit, zelfvertrouwen, zelfbeeld;
- Mentaliseren en reflectie bevorderen, inzicht krijgen in eigen (delictgerelateerde) gedragspatronen;
- Het reguleren en uiten van emoties, het reguleren van impulsen en agressie;
- Het leren voelen, bepalen, hanteren en aangeven van grenzen;
- Het contact maken met het eigen gevoelsleven en dit contact versterken;
- Het reguleren van spanning, reduceren van stress en het leren ontspannen;
- Het verbeteren van de lichaamsbeleving en het herkennen van lichaamssignalen;
- De verwerking van verlieservaringen en ingrijpende veranderingen een plaats kunnen geven;
- Het verbeteren van de omgang met anderen en het verbeteren van het sociaal functioneren.

## Aanmelding / route

Uw regiebehandelaar bepaalt, in overleg met u, voor welke vaktherapieën u wordt aangemeld in uw behandeling. Wanneer dit nog niet duidelijk is, kunt u ook kennismaken met verschillende vaktherapieën om te onderzoeken wat bij u past. Afhankelijk van de afdeling waar u verblijft, kan vaktherapie ook standaard bij uw behandeling horen, dan hoeft u niets te doen.

## Informatie

U kunt de vaktherapieën telefonisch bereiken via de volgende telefoonnummers:

- Beeldende therapie 4689
- Muziektherapie 4675
- Psychomotorische Therapie (PMT) 4648 / 4604

De vaktherapieën zijn ook per mail bereikbaar: [VaktherapieFPK@ggzdrenthe.nl](mailto:VaktherapieFPK@ggzdrenthe.nl)