



PMT-module emotieregulatie

Aangeboden door

- Psychotraumacentrum Zuid Nederland

Wat is de PMT-module emotieregulatie?

De PMT-module emotieregulatie is een groep van maximaal 8 cliënten met emotieregulatieproblematiek. Zij hebben moeite met het waarnemen van lichaamssensaties en het reguleren van emoties.

Aanpak

Aan de hand van PMT-werkvormen en de Window of Tolerance, leren cliënten hun lichaamssignalen waar te nemen en te herkennen. Ze leren hun gevoelens/gedachten en gedrag te koppelen aan lichaamssignalen, stress en gevoelens van onveiligheid. Daarnaast worden vaardigheden aangeboden die ingezet kunnen worden om het gevoel van veiligheid te vergroten en spanningen beter te reguleren.

Duur

De groep bestaat uit 12 bijeenkomsten van 90 minuten.

Voorwaarden

- De cliënt heeft de intake en de psycho-educatie doorlopen voor de start van deze groep.
- De cliënt kan spanningen in voldoende mate reguleren om veilig deel te kunnen nemen aan de groep. (Er is geen sprake van onbeheersbare agressie of impulsdoorbraken)
- De cliënt kan functioneren in een groepssetting, rekening houden met anderen en omgaan met basisgroepsregels.
- Eventueel middelengebruik is voldoende onder controle.

Meer informatie

Neem voor meer informatie contact op met de SPV-LZV via het nummer 073-6586400