

## “Er is nu een veel positievere sfeer in huis”

“Ik wist natuurlijk wel dat pubers zich los willen maken van hun ouders, maar Max luisterde nergens meer naar en ging totaal zijn eigen gang. Dit leidde tot flinke ruzies en veel stress bij ons. Met ondersteuning van een PMTO hulpverlener hebben we geleerd beter te communiceren over afspraken en regels en weten we ook hoe we zijn gedrag moeten begrenzen als dat nodig is. Ook hebben we meer zicht gekregen op wat Max thuis en op internet doet. Er is nu een veel positievere sfeer in huis.”

Jessie, moeder van Max (12)

### Meer informatie en aanmelden:

Voor meer informatie zie onze website. Je kunt ook bellen of mailen:

- [www.yorneo.nl](http://www.yorneo.nl)
- [www.pmtto.nl](http://www.pmtto.nl)
- (0592) 367 979
- [info@yorneo.nl](mailto:info@yorneo.nl)

> Om te starten met PMTO is een verwijzing nodig van het Centrum voor Jeugd en Gezin, de (huis)arts, GGD of de gemeente. Op onze website staat een overzicht van alle verwijzers. Zij kunnen online, per

email, fax of per post naar Yorneo doorverwijzen.

> Als een jongere 18 jaar wordt tijdens de hulp, loopt de hulp gewoon door. Om hulp te starten voor jongeren van 18 jaar of ouder is een specifieke beschikking van de gemeente nodig.

**yorneo**  
dicht bij jeugd

**yorneo**  
dicht bij jeugd

# Parent Management Training Oregon (PMTO)

**Informatie voor ouders**

Het opvoeden van kinderen gaat vaak met vallen en opstaan. Soms heb je als ouder het gevoel dat je geen grip krijgt op het gedrag van je kind. Je begrijpt niet waar het gedrag vandaan komt en weet daarom ook niet hoe je het lastige gedrag moet bijsturen. Voelen jullie als ouders onmacht in de opvoeding, dan kan PMTO je mogelijk helpen

### Actief werken aan het versterken van opvoedvaardigheden

Parent Management Training Oregon (PMTO) is bedoeld voor ouders en pleegouders van kinderen met ernstige gedragsproblemen in de leeftijd van 4-12 jaar. Kerngedachte bij de behandeling is dat kinderen het meeste leren van hun ouders. Als belangrijkste personen in het leven van je kind, heb je als ouders het meeste invloed op het gedrag van je kind. Daarmee heb je dus ook de sleutel tot verandering in handen. Met PMTO werk je actief aan het versterken van je

opvoedvaardigheden. We bouwen verder op wat al goed gaat en werken aan de doelen die je als ouder hebt. Afhankelijk van de vraag en behoefte, kun je bij Yorneo kiezen voor individuele behandeling of groepsbehandeling.

### PMTO helpt ouders weer grip te krijgen

Tijdens wekelijkse bijeenkomsten gaan jullie samen met de hulpverlener actief aan de slag. Onderwerpen die o.a. aan bod kunnen komen zijn 'duidelijke instructies geven', 'gewenst gedrag van je kind

### “Ik merk nu al resultaat”

“PMTO leert me om na te denken over mezelf, over mijn zoon én over onze situatie samen. Het geeft me inzicht in wat ik doe en welke gevolgen dat heeft. De benadering van de hulpverlener is erg positief, ze helpt me kijken naar alles wat werkt voor mijn kind. Dat maakt me zekerder en geeft me vertrouwen dat ik wel degelijk invloed heb op het gedrag van Mees. Ik heb nog maar vijf sessies gehad, maar ik merk nu al resultaat. Mees luistert een stuk beter en in huis is het veel rustiger.”

Annet, moeder van Mees (5)

aanmoedigen' en 'grenzen stellen'. De eerste verandering die je als ouders zult ervaren, is dat je kind vaker en sneller gaat doen wat je zegt. Hierdoor ga je positiever reageren en zo ontstaat een positieve spiraal waardoor je kind zich socialer gaat gedragen, thuis en op school. PMTO zorgt ervoor dat je meer grip krijgt op het gedrag van je kind en dat er meer rust is in huis: je voelt je zekerder als opvoeder.

### Individuele behandeling

Bij een individuele behandeling is er wekelijks een afspraak op een van de locaties van Yorneo of bij jullie thuis. Je werkt samen met de hulpverlener aan de gestelde doelen. Tussen twee bijeenkomsten is er telefonisch contact. Gemiddeld zijn er tussen de 15 en 25 bijeenkomsten nodig.

Om een positieve gedragsverandering bij je kind te krijgen die blijvend is, is het belangrijk om ook te kijken naar andere sociale omgevingen van je kind. Vaak betreft de hulpverlener daarom ook de school van je kind bij de behandeling.

### PMTO in groepsverband

PMTO in groepsverband bestaat uit maximaal 10 bijeenkomsten van anderhalf uur die wekelijks plaatsvinden ergens in de buurt. Bijvoorbeeld op de basisschool of in een buurtcentrum. Elke groep bestaat uit 6 tot 12 ouders. Kern van de behandeling is het leren door te ervaren en te doen. In de groep kun je ervaringen delen en elkaar inspireren. Aan het einde van iedere bijeenkomst krijg je een opdracht voor thuis mee.

