



Muziektherapie

Muziek kan diep raken en heeft invloed op emoties en stemming. Muziektherapie maakt daarvan gebruik, onder andere door middel van improvisatie, het uitvoeren van bestaande muziek, het luisteren naar muziek en het gebruik van de stem. Deze werkvormen bieden cliënten nieuwe mogelijkheden tot interactie en expressie.

“Zonder te hoeven praten kon ik toch communiceren en mezelf uiten. Uiten is voor mij erg moeilijk, maar door de muziek lukt het me goed en dat lucht op.” Kamal, 21 jaar (onzeker)

Psychomotorische therapie

Bij psychomotorische therapie staan lichaamsbeleving en bewegingsgedrag centraal. Door sport en spel of lichaamsgeoriënteerde oefeningen komt de cliënt letterlijk in beweging of staat juist stil bij zijn ervaringen. Zo leert de cliënt om lichaamssignalen, gevoelens en gedragspatronen te herkennen en begrijpen.

“Door te boksen tegen een boksak leerde ik welke lichaamssignalen te maken hebben met opkomende spanning en woede. Ik heb zo geleerd hoe ik een woedeaanval kan voorkomen en mijn boosheid op een gezonde manier kan uiten.”

Henk, 31 jaar (agressieprobleem)



VAKTHERAPIE

Contact

Heeft u vragen? Wilt u meer weten over een therapie? Of wilt u weten waar u een vaktherapeut in uw omgeving kunt vinden? Neem dan contact op met de FVB of kijk op www.vaktherapie.nl. Op deze website kunt u uitgebreidere informatie lezen en folders downloaden.

FVB

Fivelingo 253 • 3524 BN Utrecht • 030 - 280 04 32
info@vaktherapie.nl • www.vaktherapie.nl



**DOEN
ERVAREN
EFFECT**

Vaktherapie is de overkoepelende naam voor beeldende therapie, danstherapie, drama-therapie, muziektherapie en psychomotorische therapie. In de behandeling staan vooral doen en ervaren centraal.

Effect

De door de cliënt opgedane ervaringen in vaktherapie leiden tot nieuwe vaardigheden en inzichten die praktisch toepasbaar zijn in het dagelijks leven. Vaardigheden kunnen liggen op emotioneel, cognitief, sociaal of lichamelijk gebied.

Voor wie is vaktherapie bedoeld?

Vaktherapie is een behandelvorm voor mensen met psychiatrische stoornissen en psychosociale problematiek. Voorbeelden hiervan zijn: depressie, angstklachten, persoonlijkheidsproblematiek, trauma, verliesverwerking, eetstoornis, verslaving, concentratieproblemen, negatief zelfbeeld, gedragsproblemen, relatieproblemen, gezinsproblematiek, burnout, emotionele problemen.

Waar zijn vaktherapeuten werkzaam?

Vaktherapeuten werken in een eigen praktijk of zijn werkzaam binnen instellingen: somatische en geestelijke gezondheidszorg (GGZ), de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking, justitiële instellingen, het speciaal onderwijs en welzijnsinstellingen. Vaktherapie is vaak onderdeel van een multidisciplinaire behandeling en wordt aan individuele cliënten, groepen, echtparen en gezinnen aangeboden.

De FVB bewaakt de kwaliteit

De vijf beroepsverenigingen werken samen in de Federatie Vaktherapeutische Beroepen (FVB). De FVB kent een eigen beroepsregister. Om opgenomen te worden in het register moet een vaktherapeut minimaal een erkende hbo-opleiding en een supervisietraject hebben afgerond, en beschikken over voldoende werkervaring. De FVB vaktherapeuten handelen vanuit een gezamenlijke beroepscode en zetten zich in voor de vergoeding van behandelingen door zorgverzekeraars.

Beeldende therapie

Bij beeldende therapie werken cliënten met technieken, zoals schilderen, tekenen, werken met klei, textiel, metaal, steen en hout. Het ontstane resultaat weerspiegelt het proces van de cliënt die er vervolgens betekenis aan kan geven.

“Door het te schilderen, kon ik voelen wat ik had meegemaakt. Ik kon het een plek geven en er meer afstand van nemen.”
Marianne, 33 jaar (getraumatiseerd)



Dramatherapie

Dramatherapie maakt gebruik van onder andere rollenspel, improvisatie, teksttheater en psychodramatechnieken. Hierin kan de cliënt oefenen en experimenteren met nieuw gedrag.

“Binnen de rol kon ik nieuwe dingen van mijzelf ontdekken; ik kon kanten van mezelf laten zien die ik nooit eerder had durven tonen en leerde mijn grenzen kennen en aangeven. Nu snap ik wat wordt bedoeld met ‘je veilig genoeg voelen om te experimenteren!’” Tjitske, 57 jaar (stressklachten)



Danstherapie

Danstherapie gaat ervan uit dat klachten terug te zien zijn in het lichaam en in de beweging van cliënten. Via dans en beweging kan de cliënt gevoelens, gedrag en denkwijzen onderzoeken.

“Danstherapie confronteert mij met mijn lichaam dat er niet mag zijn van mijzelf. Door mijn gevoelens om te zetten in dans en beweging leerde ik om ruimte in te nemen en mijzelf te laten horen en zien.” Dianne, 16 jaar (seksueel misbruik)