

Spel is de taal van het kind

Leren omgaan met emoties en spanning

De ontwikkeling van je kind lijkt stil te staan. Je hebt de indruk dat het niet zo goed gaat. Het kan zijn dat er iets is gebeurd wat veel effect heeft op hoe je kind zich voelt. Je kind vindt het erg moeilijk zich te uiten of voelt zich erg onzeker. Je wil jouw kind helpen, maar je weet niet goed hoe.

Speltherapie is een speelse vorm van therapie. Er zijn twee varianten: speltherapie waarbij je kind speelt samen met de therapeut of speltherapie voor jullie samen. In beide gevallen gaat het erom, dat spelen je kind helpt om zich te uiten. Ook laat het spel van een kind vaak goed zien waar het mee bezig is.



Wat is het?

Therapie met spel, vaak met ouderbegeleiding

Voor wie is het?

Kinderen tot 12 jaar

Hoe lang duurt het?

Drie tot zes maanden

Wat is het doel?

Ontwikkeling weer op gang brengen en de relatie met de ouder of verzorger, versterken

Spel is de taal van het kind

Leren omgaan met emoties en spanning

Heeft je kind weinig zelfvertrouwen, moeite om zichzelf te uiten of last van spanningen? Wil jij je kind helpen om daarmee om te gaan? Als je kind zich niet zo lekker lijkt te voelen of zich niet meer ontwikkelt, dan kan speltherapie helpen.

Als je kind speelt, dan ontdekt het de wereld om zich heen en leert het zichzelf kennen. Het is een natuurlijke manier om kennis op te doen en te ontwikkelen. Het kan ook helpen om ervaringen te verwerken.

Spelen als therapie

Bij speltherapie krijgt je kind te maken met een speltherapeut: iemand die gespecialiseerd is in het behandelen van kinderen met spel. Deze vorm van therapie is geschikt voor kinderen vanaf vier jaar. De therapeut zorgt ervoor dat je kind zich veilig genoeg voelt om te kunnen spelen. Uit het spel kan de therapeut afleiden wat er in je kind omgaat, of er bijvoorbeeld iets is waar je kind mee zit. Er zijn allerlei mogelijkheden bij speltherapie voor je kind om zich te ontladen en gevoelens te uiten, zonder dat hij of zij per se moet praten. De therapeut kan ook met je kind meespelen. Zo kan er geëxperimenteerd worden met ander gedrag of geholpen worden met het verwerken van iets moeilijks. Daarbij let de therapeut heel goed op wat het spel met je kind doet.

Waarom speltherapie?

Speltherapie is geschikt in de volgende situaties:

- Je kind heeft iets moeilijks meegemaakt, zoals het overlijden van een dierbare, een echtscheiding of een andere nare ervaring.
- Je kind heeft emotionele problemen, zoals problemen met het uiten van gevoelens of een gebrek aan zelfvertrouwen. Sommige kinderen zijn meer in zichzelf gekeerd, anderen worden snel boos of verongelijkt.
- Je kind vindt het moeilijk om met anderen om te gaan. Het is erg op zichzelf, of is vaak betrokken bij ruzies.



Volgend jaar gaat hij terug naar gewoon basisonderwijs. Wij zijn supertrots op hem

Vader Kay

Spelkamer

Je kind krijgt speltherapie in een spelkamer bij Youké of op school. Met alle vrijheid om met allerlei speelgoed te spelen, zoals verkleedspullen, spelletjes, een zand- en watertafel, poppen, dieren, voertuigen en allerlei teken- en knutselmateriaal.

Samen spelen

Er is ook speltherapie voor ouder en kind samen. Deze vorm van speltherapie is speciaal voor kinderen van ongeveer twee tot twaalf jaar, die moeite hebben om met andere mensen om te gaan, zoals met hun ouders, meester of juf en hun leeftijdsgenootjes. De therapie helpt je kind om verlegenheid of angst te overwinnen. De therapeut werkt volgens de principes van 'Theraplay'.

Je leert om jouw kind hierbij te helpen en jullie oefenen samen thuis.

Het gaat om:

- structuur: regels en grenzen,
- verzorging: bijvoorbeeld vasthouden en knuffelen,
- uitdaging: plagen en aanmoedigen,
- betrokkenheid: bijvoorbeeld kietelen en verrassen.

De therapeut begeleidt je met speelse en grappige spelletjes, uitdagende activiteiten en verzorgende activiteiten. De band tussen jou en je kind wordt sterker; jullie voelen je prettiger bij elkaar. Je kind voelt zich de moeite waard en jij krijgt meer inzicht in hoe je kind emotioneel functioneert.

Kortom

- Speltherapie geeft inzicht in wat je kind bezighoudt.
- Je kind leert met emoties omgaan.
- Je kind leert zich te uiten.
- Samen werk je aan de band die je met elkaar hebt.
- Speltherapie duurt drie tot zes maanden.

Meer informatie

Misschien heb je nog vragen? Neem gerust contact op met onze Youké-collega's bij START voor advies, informatie of aanmelden. Bellen kan naar **088 170 5000** op werkdagen tussen 9.00 en 17.00 uur. Mailen mag ook naar start@youke.nl. Om specialistische jeugdhulp te krijgen heb je een verwijzing nodig van het buurt- of wijkteam in je gemeente of bijvoorbeeld de huisarts.

Kijk voor meer informatie op youke.nl

maart 2022

Opmerkingen over deze folder? Mail naar communicatie@youke.nl.