

Spelen in therapie:

Spel biedt unieke expressie-, exploratie- en ervaringsmogelijkheden, die kunnen leiden tot ontwikkeling en verandering.

Door middel van speltherapie kunnen psychosociale moeilijkheden worden voorkomen en/of worden opgelost. Speltherapie kan helpen een dreigende stagnatie op te heffen en optimale groei en ontwikkeling te bereiken.

Al spelend krijgt een kind gelegenheid nieuwe ervaringen op te doen en zich nieuwe overtuigingen eigen te maken. Dat bevordert het opnieuw inzetten van eigen (nog ongebruikte) vermogens, zoals zelfvertrouwen, flexibiliteit en het ervaren van plezier.

Spelen hoort bij kinderen. Spelen is voor hen een natuurlijke manier die helpt bij

Communicatie

Praten over problemen is voor jonge kinderen vaak te moeilijk of te bedreigend. Al spelend kunnen zij zich veel beter uiten.

Verwerking

Al spelend kan een kind ingrijpende of traumatische belevenissen uitspelen, emoties uiten en afreageren. Spelen helpt gevoelens van bijvoorbeeld angst, verdriet, verlangen of woede opnieuw te beleven en gebeurtenissen te verwerken.

Oefenen van nieuw gedrag

Spelen helpt om op een veilige manier uit te proberen hoe de wereld in elkaar zit en hoe je daar het beste mee om kunt gaan. Al spelend kan een kind nieuwe manieren van doen uitproberen

Uit kwalitatief en kwantitatief onderzoek blijkt dat speltherapie een effectieve vorm van behandeling is. Meta-analyses van Ray, Bratton, Rhine & Jones (2001) en LeBlanc & Ritchie (2001), hebben aangetoond dat speltherapie effectief is bij de behandeling van een breed scala aan emotionele problemen bij kinderen (Raaijmakers, 2005a). Het Nederlands Jeugdinstituut heeft Beeldcommunicatie als een bewezen effectieve behandelmethodede erkend (www.nji.nl).