

Medische psychologie

Speltherapie

Informatie voor ouders of verzorgers



De psycholoog van het Antonius Ziekenhuis heeft voorgesteld uw kind te behandelen met speltherapie. Hier kunt u lezen wat speltherapie is, hoe het in zijn werk gaat en hoe we ouders of verzorgers bij de behandeling betrekken.

Wat is speltherapie?

Speltherapie is een vorm van therapie die speciaal ontwikkeld is voor kinderen vanaf 3 jaar. Hierbij kunnen we uw kind via spel helpen bij het ontdekken, uiten en verwerken van problemen of spanningen. Die problemen en spanningen kunnen leiden tot klachten. Veelvoorkomende klachten zijn bijvoorbeeld: zindelijkheidsproblemen, hoofdpijn, buikpijn, afzonderen van de groep en angstig of agressief gedrag.

Waarom speltherapie?

Volwassenen hebben geleerd dat praten kan helpen. Voor kinderen is het veel lastiger om woorden te geven aan hun gevoelens, angsten en zorgen. Door te spelen, ontdekken kinderen de wereld. Het is ook een manier om gevoelens te uiten en te verwerken. Spel is de taal van het kind. Wat het kind nog niet zo goed kan zeggen, kan het wel in spel laten zien. In de spelkamer kan uw kind in alle vrijheid spelen. Het kan dan ervaringen uitspelen, verwerken en in het spel nieuw en ander gedrag uitproberen.

Hoe gaat speltherapie?

Speltherapie vindt plaats in een spelkamer. Dit is een ruimte met allerlei soorten speelgoed, zoals een zandbak, een poppenhuis, water, papier, verf, verkleedspullen, een winkeltje en gezelschapsspelletjes. De spelkamer is zo ingericht dat uw kind zoveel mogelijk ruimte heeft om met allerlei materiaal te spelen.

Als uw kind de eerste keer in de spelkamer komt, vertelt de psycholoog dat hij of zij zelf mag kiezen waarmee het wil spelen. Het is belangrijk dat u uw kind niet vooraf thuis instructies geeft over wat hij of zij in de spelkamer wel of niet mag doen of zeggen. Uw kind mag vrij zijn. Speltherapie is zeker geen les waar het kind moet leren spelen of iets anders moet leren. Uw kind hoeft er dus ook niet zijn best te doen.

In het algemeen is het voor het kind fijner om geen nette kleren aan te hebben. Het kan zijn dat hij of zij dan minder vrij speelt, bang om vies te worden.

In de spelkamer kan uw kind zo ingespannen bezig zijn, dat hij of zij na afloop erg moe of onrustig is. We raden aan uw kind daarna wat rust te gunnen.

Vaak vertellen kinderen weinig over wat er gebeurd is in de spelkamer. Veel vragen aan uw kind stellen, geeft u dan geen informatie. Dat hoeft ook niet, want de psycholoog informeert u er later zeker over.

Ouderbegeleiding

Het gedrag van uw kind kan gaan veranderen en u zult daar thuis op moeten inspelen. Om u hierbij steun te bieden, hebt u regelmatig een gesprek met de psycholoog die uw kind behandelt. Bovendien is het voor de psycholoog belangrijk om te weten hoe het thuis met uw kind gaat en voor u om te horen welke ontwikkeling uw kind in de spelkamer doormaakt. Om de speltherapie goed te laten werken, is goede samenwerking met u als ouders of verzorgers onmisbaar.

Tenslotte

Als u na het lezen van deze informatie vragen hebt, neem dan gerust contact op met de afdeling Medische psychologie. De afdeling is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 en 16:30 uur.

Telefoonnummer: 0515 - 48 83 51.

**Antonius Ziekenhuis
Bolswarderbaan 1
8601 ZK Sneek**

**Urkerweg 4
8303 BX Emmeloord**

**Vissersburen 17
8531 EB Lemmer**

**Postadres
Postbus 20.000
8600 BA Sneek**

**Telefoon
0515 - 48 88 88**

www.mijnantonius.nl

25-04-2018