

# SPELTHERAPIE CREATIEVE THERAPIE

Kinderen en jongeren kunnen soms dingen meemaken of voelen, waarbij je ze als ouders graag zou willen ondersteunen of helpen. Maar soms lukt je dat niet in je eentje.

Voor ouders is dit vaak moeilijk. Ze merken dat hun kind niet lekker in hun vel zit. Iets ergs heeft meegemaakt. Vaak ruzie maakt of juist weinig contact maakt met anderen. Op school gaat het niet goed of thuis is het kind vaak verdrietig. Dit kunnen allemaal redenen zijn om eens met een deskundige buitenstaander te kijken of en hoe dit kind geholpen kan worden.

Voor kinderen kan het belangrijk zijn om dit bij een speciaal iemand te doen in een speciale ruimte, omdat ze weten dat die persoon niets gek vindt, niet boos, bang of verdrietig wordt, maar er speciaal is voor hen en hun problemen.

Als ouders kun je verwachten dat je kind weinig zal vertellen van de therapie. Het is ook belangrijk om je kind die ruimte te gunnen.

Natuurlijk wordt de ouder wel op de hoogte gehouden van de ontwikkelingen van het kind in de therapie.

Speltherapie is er voor kinderen van 4 tot 10 jaar, creatieve therapie voor kinderen en jongeren tot 17 jaar.

Zowel kinderen als jongeren kunnen soms niet goed onder woorden brengen wat ze denken of voelen. Soms komt het ook voor dat ze het zo goed onder woorden brengen dat ze het niet meer voelen. In beide gevallen helpt het dan om op een niet-praat (non-verbale) manier de problemen aan te pakken.

Mogelijke manieren zijn:

**Observatie:** Het kan belangrijk zijn om eerst goed te kijken wat er aan de hand is. Dit gebeurt door een gestandaardiseerde spel- en/of dramaobservatie. Zo'n observatie duurt twee of drie keer drie kwartier. Van daaruit kan een evt. diagnose, gerichte doorverwijzing of behandelplan met ouders besproken worden.

**Speltherapie:** Een kind speelt van nature om de wereld om zich heen te begrijpen, te ordenen en om ervaringen te verwerken. De therapie sluit hierop aan en helpt het kind hiermee.

**Creatieve therapie:** Met zowel tekenen, rollenspel, ontspanning als dagdromen wordt het kind of de jongere geholpen om ervaringen te verwerken of om sociaal vaardiger en weerbaarder te worden.

**EMDR:** Een methode die speciaal ontwikkeld is om snel en efficiënt een trauma te verwerken.

Een sessie duurt drie kwartier.

### Routebeschrijving:

Vanuit Nijmegen: Rijd via de Sint Annastraat naar het zuiden, richting Malden. Ga in Malden bij de vierde rotonde rechtsaf, en neem de eerste straat rechts: dit is de Steenacker. Na een paar honderd meter ligt links Steenacker 20.

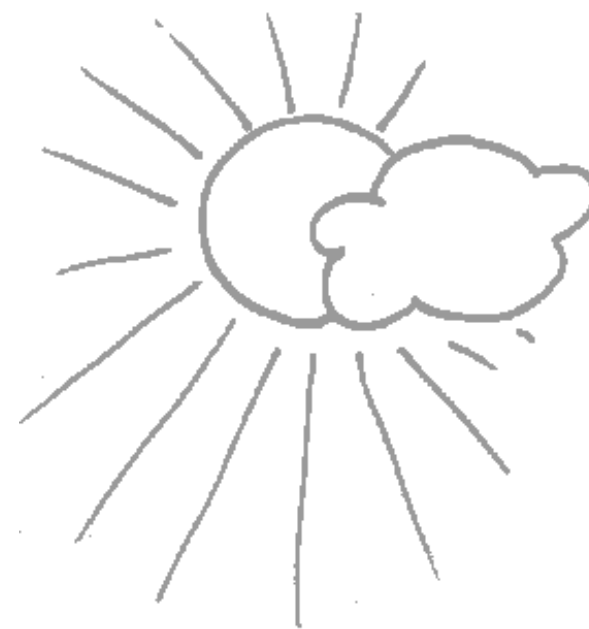
Vanuit de A73: Neem op de A73 afslag 3: Malden. Na 1 km ga je bij een stoplicht linksaf, richting Malden. Ga bij de eerste rotonde links (driekwart rond), en neem dan de eerste straat rechts. Na een paar honderd meter ligt links Steenacker 20.



Bus: neem vanaf NS station Nijmegen streekbus 83, en stap uit bij halte Malden Zuid. Loop terug naar de rotonde, ga daar links en vervolgens de eerste rechts. Dit is Steenacker.



## Speltherapie



## Creatieve Therapie

Informatie voor ouders