

PROFESSIONELE HANDLEIDING THERAPIE DOOR SPEL

Een complete gids voor het gebruik van spel
als therapeutisch hulpmiddel

42 praktische technieken voor therapeuten



Spel als therapeutisch hulpmiddel

Spel geeft kinderen een manier om gevoelens, ervaringen en vragen te uiten wanneer praten lastig is. De therapeut kijkt aandachtig, sluit aan bij het spel en kiest een passende interventie. Volg het tempo en de signalen van het kind.



Kijk



Sluit aan



**Reageer
zorgvuldig**





Een veilige speelruimte opbouwen

Een voorspelbare en uitnodigende omgeving helpt
het kind om op eigen tempo te beginnen.

1



1. Verwelkom het kind rustig.

2



2. Laat zien welk materiaal
beschikbaar is.

3



3. Leg eenvoudige grenzen uit.

4



4. Geef ruimte om zelf te kiezen.

Observeren zonder te sturen

Let eerst op wat het kind zelf laat zien.
Noteer concrete observaties zonder meteen
een betekenis in te vullen.



**Welk materiaal kiest
het kind?**



**Hoe begint en
verandert het spel?**



**Welke gevoelens zie je
in houding of mimiek?**



**Wanneer zoekt het kind
contact of afstand?**

Van observatie naar interventie

Kies een reactie die aansluit bij wat je hebt waargenomen.
Houd je interventie kort en geef het kind daarna weer ruimte.

- 1. Benoem wat je ziet:**
'Je bouwt de toren heel zorgvuldig op.'



- 2. Nodig uit zonder druk:**
'Wil je vertellen wat er gebeurt?'



- 3. Wacht en volg het initiatief van het kind.**



Observeren



Erkennen



Uitnodigen



Wachten



Emoties in kleur



Doel:

Het kind onderzoekt gevoelens via kleur en spel.



Materiaal:

Kleurpotloden, papier en blokken.

1. Laat het kind een kleur kiezen voor een gevoel.



2. Vraag waar dat gevoel in het spel te zien is.



3. Laat het kind een scène bouwen of tekenen.



Reflectie:

Wat wil het kind zelf vertellen?

Een kleurenpalet voor gevoelens



Elke kleur kan een ander gevoel betekenen.
Het gaat om wat het kind erbij ervaart.



Het gevoelspoppetje

Een pop kan helpen om gevoelens, gedachten en ervaringen op een veilige manier te uiten.



Doel:

Het kind geeft een pop een stem en verhaal.



Materialen:

Handpoppen of speelgoedfiguren.

1. Nodig het kind uit een pop te kiezen.



2. Vraag wat de pop vandaag meemaakt.



3. Volg het verhaal zonder het over te nemen.



Reflectie:

Welke woorden gebruikte de pop?



Een verhaal in het zand

Het zand biedt een veilige ruimte om te spelen,
te voelen en een eigen verhaal te maken.



Doel:

Het kind maakt een eigen
scène met miniatures.



Materiaal:

Bak met zand of doek,
veilige miniatures.

1.

Bied verschillende
figuren aan.



2.

Laat het kind vrij
een scène maken.



3.

Vraag of het kind
iets over de scène
wil vertellen.



Reflectie:

Wat valt op zonder het verhaal in te vullen?





Het weer vanbinnen



Het kind beeldt een stemming uit als weer.



Doel

Het kind beeldt een stemming uit als weer.



Materialen

Papier, krijt of weerkaartjes.

- 1.** Vraag welk weer past bij dit moment.



- 2.** Laat het kind tekenen of kiezen.



- 3.** Vraag wat het weer nodig heeft.



Reflectie

Wat verandert er in de tekening?



Gevoelens
Mogen er zijn
Ze veranderen
Altijd





Teken wat woorden nog niet zeggen



Soms is iets lastig in woorden te vertellen.
Met tekenen kan het kind toch laten zien wat er vanbinnen speelt.



Doel

Het kind kan iets uitdrukken met beeld.



Materialen

Papier en kleurmateriaal.

1.

Bied een open uitnodiging:
'Teken wat je wilt.'



2.

Kijk en geef tijd.



3.

Vraag wat het kind zelf wil uitleggen.



Reflectie

Welke betekenis geeft het kind eraan?



Gevoelens herkennen

Help het kind woorden te geven aan wat het van binnen voelt.
Zo ontstaat meer begrip, rust en verbinding.



A. Gevoelsthermometer

1. Kies samen een cijfer voor de intensiteit van een gevoel.
2. Vraag wat het kind aan het cijfer merkt.



Materiaal:

Cijferkaartjes of vrije ruimte.

B. Gevoelens in beweging

1. Laat het kind een gevoel met beweging uitbeelden.
2. Vraag welke beweging het kind zelf kiest.



Geef het kind de ruimte

Het is helemaal oké als het kind niet wil meedoen.
Respecteer dat en blijf uitnodigend.

Jij mag zelf kiezen
wat goed voelt.

Rollen wisselen in het spel

Het kind verkent verschillende rollen en keuzes.

A. Doel



Het kind verkent verschillende rollen en keuzes.

B. Materiaal



Speelfiguren en eenvoudig decor.

C. Zo doe je het

1. Laat het kind een rol kiezen.
2. Vraag of het een andere rol wil proberen.
3. Volg hoe het spel verandert.



D. Terugkijken



Welke rol voelde prettig of lastig?

Samen een toren bouwen

Oefen afstemmen en samenwerken in spel.



Doel:

Oefen afstemmen en samenwerken in spel.



Materiaal:

Bouwblokken.

A. Zo doe je het:

1.

Spreek af om samen één toren te maken.

2.

Om de beurt voegt ieder een blok toe.

3.

Pauzeer als iemand wil overleggen.



Om over na te praten:

Hoe namen jullie beslissingen?

Luisteren
naar elkaar
maakt het
leuker!



Een plek die veilig voelt

Help het kind een plek te verbeelden waar het zich fijn en veilig voelt.
Zo ontstaat meer rust, vertrouwen en eigenheid.



A. Doel



Het kind verbeeldt een plek waar het graag speelt.

C. Aan de slag

1.

Nodig het kind uit een fijne plek te maken.

2.

Laat het kind kiezen wat erbij hoort.

3.

Vraag wat de plek prettig maakt.

B. Materiaal



Blokken, doek of tekenmateriaal.



D. Nabespreken

Wat wil het kind aan de plek toevoegen?

Iedereen mag een plek bedenken waar hij zich goed voelt.

De pop kiest

Gebruik een figuur om voorkeuren te verkennen.



Doel

Gebruik een figuur om voorkeuren te verkennen.



Materiaal:

Handpop of speelgoedfiguur.

A.

Zo ga je aan de slag:

1.

Laat de pop tussen twee spelopties kiezen.

2.

Vraag het kind wat de pop nodig heeft.

3.

Volg het antwoord van het kind.



Reflectie

Welke keuze kwam van het kind?

Het kind weet het best wat bij hem past.

Spiegelen met beweging

Oefen aandacht en afstemming door beweging.



Doel

Oefen aandacht en afstemming door beweging.



Materiaal

Vrije speelruimte.

A. Zo doe je het

1.

Vraag toestemming voor een eenvoudig spiegelspel.

2.

Om de beurt kiest iemand een rustige beweging.

3.

De ander spiegelt alleen als dat prettig voelt.



Reflectie

Wanneer voelde samen bewegen fijn?

Kleine bewegingen kunnen een groot verschil maken.

Kracht en moed in spel

Ontdek wat je kunt en zet stapjes die bij jou passen.



Doel

Het kind ervaart eigen kracht en moed door spel.



Materiaal

Doosje, figuren of blokken.

A. Schatkist met kwaliteiten

1.

Laat het kind voorwerpen kiezen die iets vertellen over wat het kan.

2.

Vraag welke kracht het voorwerp laat zien.



B. Het kleine moedige stapje

1.

Speel een lastige situatie na met figuren.

2.

Laat het kind zelf een haalbare volgende stap kiezen.



Reflectie

Welke kracht wil het kind meenemen?

Kleine
stapjes maken
grote
verschillen. ♥

Adem als een zeepbel

Oefen rustig uitademen via spel, alleen als het prettig voelt.



Doel

Oefen rustig uitademen via spel, alleen als het prettig voelt.



Materiaal

Bellenblaas.

A. Zo doe je het

1.

Blaas samen langzaam een bel.

2.

Laat het kind zelf het tempo bepalen.

3.

Stop als het niet prettig voelt.



Reflectie

Wat merkte het kind op?

Rustig ademen geeft ruimte in je lijf.

Stoplichtspel

Oefen pauzeren en opnieuw kiezen.



Doel

Oefen pauzeren en opnieuw kiezen.



Materiaal

Rode, gele en groene kaartjes.

A. Zo doe je het

1.

Groen: beweeg of speel.

2.

Geel: pauzeer en kijk om je heen.

3.

Rood: stop en kies wat nu nodig is.



Reflectie

Welke kleur hielp om even te pauzeren?

Pauzeren geeft ruimte voor een andere keuze. ❤️

Speurtocht met de zintuigen

Richt aandacht op wat er in de speelruimte te merken is.



Doel

Richt aandacht op wat er in de speelruimte te merken is.



Materiaal

Veilige voorwerpen uit de kamer.

A. Zo doe je het

1.

Zoek iets dat je ziet.



2.

Zoek iets dat zacht of stevig voelt.



3.

Luister naar een geluid.



4.

Het kind mag elk onderdeel overslaan.



Reflectie

Welk detail viel op?

Met al je zintuigen ontdek je meer! 

Een pauzeplek maken

Laat het kind een rustige plek in spel vormgeven.



Doel

Laat het kind een rustige plek in spel vormgeven.



Materiaal

Kussen, doek, knuffel of blokken.

A. Zo doe je het

1.

Vraag of het kind een pauzeplek wil maken.

2.

Laat het kind zelf kiezen wat erin komt.

3.

Oefen hoe je er naartoe gaat en weer terugkeert.



Reflectie

Wat maakt de plek prettig?

Een rustige plek helpt om tot jezelf te komen.

Een voeldoos ontdekken

Verken materialen op eigen tempo.



Doel

Verken materialen op eigen tempo.



Materiaal

Doos met enkele veilige voelvoorwerpen.

A. Zo doe je het

1.

Laat het kind kiezen of het wil voelen.

2.

Beschrijf samen: zacht, glad of stevig.

3.

Stop of wissel wanneer het kind dat wil.



Reflectie

Welk materiaal was prettig?

Iedere
ervaring is
goed.

Ritme en beweging

Gebruik spel om tempo en pauzes te verkennen.



Doel

Gebruik spel om tempo en pauzes te verkennen.



Materiaal

Trommel of handen klappen.

A. Zo doe je het

1.

Kies samen een eenvoudig ritme.

2.

Wissel tussen spelen en stilte.

3.

Laat het kind het tempo bepalen.



Reflectie

Welke pauze voelde fijn?

Bewegen en daarna pauzeren

Maak ruimte voor een actieve en rustige spelbeurt.



Doel

Maak ruimte voor een actieve en rustige spelbeurt.



Materiaal

Zachte bal of vrije ruimte.

A. Zo doe je het

1.

Rol de bal rustig naar elkaar.

2.

Spreek af wanneer je pauzeert.

3.

Vraag wat het kind daarna wil doen.



Reflectie

Hoe merkte je dat pauze welkom was?

De pop zegt stop

Oefen woorden en signalen voor grenzen in spel.



Doel

Oefen woorden en signalen voor grenzen in spel.



Materiaal

Handpoppen.

A. Zo doe je het

1.

Speel een eenvoudige situatie met de pop.

2.

Laat het kind kiezen hoe de pop reageert.

3.

Oefen woorden als 'stop' of 'nee'.



Reflectie

Welk signaal paste bij de pop?

Grenzen
aangeven
is oké!



Mijn ruimte, jouw ruimte

Verken persoonlijke ruimte op een speelse manier.



Doel

Verken persoonlijke ruimte op een speelse manier.



Materiaal

Hoepel, touw of denkbeeldige cirkel.

A. Zo doe je het

1.

Vraag toestemming voordat je de ruimte afbakt.

2.

Laat het kind zelf de afstand kiezen.

3.

Oefen vragen voordat je dichterbij komt.



Reflectie

Welke afstand voelde goed?

Iedereen heeft
zijn eigen ruimte.
Dat is oké!



De pop vraagt om hulp

Oefen een hulpvraag in een spelverhaal.



Doel

Oefen een hulpvraag in een spelverhaal.



Materiaal

Handpop en speelgoedtelefoon.

A. Zo doe je het

1.

Speel dat de pop vastloopt.

2.

Vraag wat de pop zou kunnen zeggen.

3.

Laat het kind kiezen aan wie de pop hulp vraagt.



Reflectie

Welke woorden gebruikte de pop?

Het is oké om hulp te vragen!



Kiezen uit twee spelopties

Verken persoonlijke ruimte op een speelse manier.



Doel

Oefen voorkeur
aangeven.



Materiaal

Twee speelgoedkeuzes.

A. Zo doe je het

1.

Bied twee gelijkwaardige
opties aan.

2.

Vraag het kind
wat het kiest.

3.

Volg de keuze zonder
te overtuigen.



Reflectie

Hoe liet het kind de voorkeur zien?

Elke keuze
is oké!



Een stopteken afspreken

Maak in spel een duidelijk signaal voor pauze.



Doel

Maak in spel een duidelijk signaal voor pauze.



Materiaal

Kaartje of handgebaar.

A. Zo doe je het

1.

Vraag welk signaal het kind prettig vindt.

2.

Oefen het signaal tijdens een eenvoudig spel.

3.

Stop meteen wanneer het signaal verschijnt.



Reflectie

Welk signaal voelde duidelijk?

Stoppen is oké.
Dat helpt om
weer fijn
door te spelen!



Een misverstand naspelen

Verken hoe personages elkaar weer kunnen begrijpen.



Doel

Verken hoe personages elkaar weer kunnen begrijpen.



Materiaal

Speelfiguren en blokken.

A. Zo doe je het

1.

Speel een klein misverstand tussen figuren.

2.

Vraag welke woorden kunnen helpen.

3.

Laat het kind een eigen vervolg kiezen.



Reflectie

Wat hielp de figuren verder?

Kleine woorden
maken een groot
verschil!



Gevoel, wens en vraag

Oefen een eenvoudige zin om iets te zeggen.



Doel

Oefen een eenvoudige zin om iets te zeggen.



Materiaal

Poppetjes of kaartjes met symbolen.

A. Zo doe je het

1.

Kies een speelsituatie.

2.

Vul samen aan:
'Ik voel...', 'Ik wil...',
'Wil je...?'

3.

Laat het kind de woorden aanpassen.



Reflectie

Welke zin paste bij het personage?

Verbeelding en oplossingen

Een brug naar de overkant



Doel

Bedenk samen oplossingen in spel.



Materiaal

Blokken en speelgoedfiguur.

A. Zo doe je het

1. Maak een kleine hindernis.
2. Vraag welke manieren er zijn om over te steken.
3. Laat het kind een oplossing proberen.



Reflectie

Welke ideeën kwamen erbij?

Een route door het doolhof

Verken keuzes wanneer een route lastig wordt.



Doel

Verken keuzes wanneer een route lastig wordt.



Materiaal

Blokken en kleine figuur.

A. Zo doe je het

1.

Bouw samen een eenvoudige route.

2.

Laat het kind kiezen waar de figuur heen gaat.

3.

Verander één obstakel en probeer opnieuw.



Reflectie

Welke andere route werkte?

Wat kan de held **proberen**?

Oefen om meerdere mogelijkheden te bedenken.



Doel

Bedenk meerdere mogelijkheden in een verhaal.



Materiaal

Figuur en speelomgeving.

A. Zo doe je het

1.

Laat een personage een klein probleem tegenkomen.

2.

Bedenk samen twee mogelijke acties.

3.

Laat het kind kiezen wat de held probeert.



Reflectie

Wat gebeurde er daarna?

Proberen, **kijken**, aanpassen

Oefen flexibel verder spelen.



Doel

Oefen flexibel verder spelen.



Materiaal

Bouwmateriaal.

A. Zo doe je het

1.

Maak een bouwwerk met een eenvoudig doel.

2.

Kijk wat lukt en wat anders kan.

3.

Laat het kind zelf iets aanpassen.



Reflectie

Wat veranderde door het uitproberen?

Samen een **speelplan** maken

Oefen plannen en ideeën combineren.



Doel

Oefen plannen en ideeën combineren.



Materiaal

Blokken of papier.

A. Zo doe je het

1.

Kies samen wat je wilt bouwen of spelen.



2.

Ieder noemt één idee.

3.

Kies een begin en bouw verder.



Reflectie

Hoe kwamen de ideeën samen?

Een ander einde verzinnen

Verken een nieuw vervolg in een spelverhaal.



Doel

Verken een nieuw vervolg in een spelverhaal.



Materiaal

Figuur en speelomgeving.

A. Zo doe je het

1.

Vertel samen een kort spelverhaal.

2.

Pauzeer bij een lastig moment.

3.

Laat het kind een ander vervolg kiezen.



Reflectie

Welk einde koos het kind?

Een verhaal uitbeelden

Laat fantasie, emoties en ideeën tot leven komen.



Doel

Laat het kind een verhaal zelf vormgeven.



Materiaal

Doek, figuren of verkleedmateriaal.

A. Zo doe je het

1.

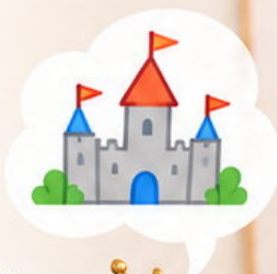
Laat het kind rollen kiezen.

2.

Speel het verhaal in het tempo van het kind.

3.

Vraag of het kind iets wil veranderen.



Reflectie

Welke rol koos het kind?



Contact en **samenspel**



Oefen plannen en ideeën combineren.



Doel

Oefen beurtwisseling in een kort spel.



Materiaal

Bal of eenvoudig spelmateriaal.

A. Zo doe je het

1.

Spreek af wie begint.



2.

Geef materiaal om de beurt door.



3.

Pauzeer als iemand wil stoppen.



Reflectie

Hoe wist je wanneer je aan de beurt was?

Samen de dieren redden

Werk samen aan een speels doel.



Doel

Werk samen aan een speels doel.



Materiaal

Speelgoedfiguren en blokken.

A. Zo doe je het

1.

Maak een eenvoudige situatie: dieren zoeken een plek.



2.

Bedenk samen hoe ieder kan helpen.

3.

Bouw of speel de oplossing.



Reflectie

Welke hulp bood ieder personage?



Een spel uitnodigen

Oefen iemand uitnodigen om mee te spelen.



Doel

Oefen iemand uitnodigen om mee te spelen.



Materiaal

Poppetjes.

A. Zo doe je het

1. Speel dat één figuur alleen speelt.
2. Laat het kind een uitnodiging bedenken.
3. Speel ook dat de ander vriendelijk nee zegt.



Reflectie

Welke reactie voelde prettig?

Samen een verhaal maken

Oefen ideeën delen en op elkaar voortbouwen.



Doel

Oefen ideeën delen
en op elkaar voortbouwen.



Materiaal

Poppetjes en kaartjes.

A. Zo doe je het

1.

Eén persoon begint
met een zin.

2.

Om de beurt voegt
ieder iets toe.

3.

Iedereen mag passen
of het verhaal
veranderen.



Reflectie

Welk idee van en ander heb je gebruikt?



Rollen verdelen

Verken samen verschillende rollen in een spel.



Doel

Verken samen verschillende rollen in een spel.



Materiaal

Verkleedmateriaal of figuren.

A. Zo doe je het

1. Kies samen een spelsituatie.
2. Vraag welke rollen er zijn.
3. Laat rollen wisselen als iemand dat wil.



Reflectie

Welke rol wilde het kind proberen?



Samen iets delen



Oefen afspraken maken over gedeeld spelmateriaal.



Doel

Oefen afspraken maken over gedeeld spelmateriaal.



Materiaal

Bouwblokken of speelgoed.

A. Zo doe je het

1.

Kies materiaal dat jullie samen gebruiken.

2.

Vraag hoe ieder aan de beurt komt.

3.

Pas de afspraak aan als die niet prettig werkt.



Reflectie

Welke afspraak hielp?



Spel rustig afronden



Maak een voorspelbare afsluiting van het spel.



Doel

Maak een voorspelbare afsluiting van het spel.



Materiaal

Speelgoed uit de sessie.

A. Zo doe je het

1. Kondig aan dat er nog even speeltijd is.
2. Vraag wat het kind nog wil afmaken.
3. Ruim samen op of kies een vast afsluitmoment.



Reflectie

Wat hielp om af te ronden?



Literatuur en onderbouwing



Wetenschappelijke basis voor deze gids.

1.

Lin, Y.-W., & Bratton, S. C. (2015). A Meta-Analytic Review of Child-Centered Play Therapy Approaches. *Journal of Counseling & Development*, 93(1), 45–58. doi:10.1002/j.1556-6676.2015.00180.x

2.

Ray, D. C., Armstrong, S. A., Balkin, R. S., & Jayne, K. M. (2015). Child-Centered Play Therapy in the Schools: Review and Meta-Analysis. *Psychology in the Schools*, 52(2), 107–123. doi:10.1002/pits.21798

3.

Wilson, B. J., & Ray, D. (2018). Child-Centered Play Therapy: Aggression, Empathy, and Self-Regulation. *Journal of Counseling & Development*, 96(4), 399–409. doi:10.1002/jcad.12222



Belangrijk om te onthouden

Gebruik spelvormen afgestemd op het kind, de context en de professionele expertise.

