

Spel in psychotherapie

Spel in psychotherapie

Theorie, technieken
en toepassingen

Redactie

Eveline A.H. Groothoff

2026

>g uitgeverij
van gorcum

© 2026, Uitgeverij Van Gorcum BV, Assen.

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining zijn niet toegestaan.

All rights reserved. No text & data mining.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

NUR 770

ISBN folio 9789465070889

ISBN ebook 9789465070896

1e druk 2009

2e druk 2010

3e, geheel herziene druk 2026

Uitgave: Uitgeverij Van Gorcum, Assen

Redactie en grafische verzorging: LINE UP boek en media bv, Groningen

Omslagontwerp: Elbert Niezen, Sint Maarten

Druk: Drukkerij Van Gorcum, Meppel

Inhoud

Voorwoord	XV
Toelichting bij de herziene uitgave 2026	XIX
Tijdsbeeld	XIX
Wat is er nieuw?	XX
Toelichting	XX

DEEL 1	De theorie	1
---------------	-------------------	----------

Hoofdstuk 1	Historie	2
--------------------	-----------------	----------

Het begin van spel in de kinderspsychotherapie	3
Ontwikkelingen in de VS	5
Discrepanties	9
Overige toepassingen	13
De oprichting van de APT	14
In Nederland	15
Invloedrijke theoretische ontwikkelingen	17
Een integratieve visie op therapie	18
Bijzondere toepassingen	20
Meerdere wegen naar Rome	21

Hoofdstuk 2	Wat is spel?	26
--------------------	---------------------	-----------

Spel	27
Kenmerken van spel	28
Ontwikkelingstheorieën over spel	30
Werkzame factoren in spel	31
Spelparadoxen	34
Twee spelvormen nader toegelicht	36
Kerntaken van de spelpsychotherapeut	37
Drie voorbeelden van diagnostisch en therapeutisch spel	41
Spelpsychotherapie: oude ideeën en nieuwe inzichten	45
De speltheorie als paraplu-model	47

Hoofdstuk 3 Lessen uit de neurobiologie 50

Inleiding	51
De belangrijkste hersengebieden en hun functies	52
Specifieke neurologische begrippen	55
Expressieve therapietechnieken en hun werking	62
Neurosensitief behandelen in spelpsychotherapie	65
Twee voorbeelden van neurosensitief behandelen	68
Specifieke spelvormen en speltechnieken gericht op neuronale integratie	74
Samenvattend	77

Hoofdstuk 4 ‘Meer dan spelen’: effectiviteit en spelpsychotherapie 81

Inleiding	82
Het belang van onderzoek naar de werkzaamheid van (spel)psychotherapie	83
Algemene werkzaamheid van psychotherapie bij kinderen	83
Spelpsychotherapie bij kinderen	85
Kritische overwegingen en algemene beperkingen	94
Conclusie	99

Hoofdstuk 5 Mind the gap: culturele diversiteit in de therapiekamer 105

Inleiding	106
Cultuur als kader voor opgroeien en ontwikkeling	106
De therapeut	115
Ethische dilemma's	120
Cultureel-sensitieve behandeling: een vignet	122
Conclusie en aanbevelingen	125

DEEL 2 De technieken 129

Hoofdstuk 6 De spelkamer, het materiaal en de therapeut 130

Inleiding	131
De spelkamer als veilige plek	131
Het spelmateriaal	135
De therapeutische relatie	139
Kenmerken van de basishouding	141
Basisstrategieën	148
Valkuilen	152

Hoofdstuk 7 De therapeutische ruimte: regels, grenzen en overgangen	156
De therapeutische ruimte	157
Regels en grenzen	158
De letterlijke en fysieke grenzen van de therapeutische ruimte	165
Overgangen	168
Hoofdstuk 8 De therapiefasen	175
Inleiding	176
Het kadergesprek: de start van een samenwerking	176
De beginfase: verkennen, wennen en testen	178
De middenfase: inhalen en verdiepen	181
De eindfase: consolideren en afscheid nemen	184
Bijzondere momenten	187
Hoofdstuk 9 Speltechnieken	191
Inleiding	192
Speltechnieken ingedeeld naar hun functie	192
Speltechnieken en de inhoudelijke gerichtheid	196
Casuïstiek met voorbeelden uit de A- en B-categorie	200
Casuïstiek met voorbeelden uit de C-categorie	213
Tot slot: drie opmerkingen	217
Hoofdstuk 10 Analyse van een spel	219
Inleiding	220
Spelvormen	220
Speldynamiek in het schema	223
Spelbeelden	229
De analyses	231
Maćiek, analyse van een spel	235
Sid, analyse van een spel uit het begin van zijn therapie	240
Luna, analyse van een taxatiesessie	243

DEEL 3	Het spelmateriaal	249
Hoofdstuk 11 Het huis en het kasteel		250
Inleiding		251
Het huis		251
Speltechnische aspecten bij het huis		254
Thematische aspecten bij het huis		257
Het kasteel of fort		262
Speltechnische aspecten bij het kasteel of fort		265
Thematische aspecten bij het kasteel of fort		266
Hoofdstuk 12 De zand- en watertafel		272
Historie		273
Het materiaal		274
Zand en water		275
Speltechnische aspecten		278
Begeleiden van sensopathisch spel		280
Thematische aspecten		283
De wisselwerking tussen sensopathisch en verbeeldend spel		291
Tot slot		295
Hoofdstuk 13 De poppenkast, de pluchen dieren en de poppen		296
Inleiding		297
Narratieve therapieën		297
De poppenkast		299
Speltechnische aspecten bij de poppenkast		301
Thematische aspecten bij de poppenkast		304
De pluchen dieren		306
Speltechnische aspecten bij de pluchen dieren		308
Thematische aspecten bij de pluchen dieren		310
De poppen		313
Technische aspecten bij het poppenspel		314
Thematische aspecten bij het poppenspel		315

Hoofdstuk 14 Het rollenspel, het winkeltje en de dokterskoffer	320
Inleiding	321
Het rollenspel	321
Technische aspecten bij het rollenspel	323
Thematische aspecten in het rollenspel	326
Het winkeltje	330
Speltechnische aspecten bij het winkeltjesspel	332
Thematische aspecten van het winkeltjesspel	333
De dokterskoffer	335
Speltechnische aspecten bij het doktersspel	336
Thematische aspecten bij het doktersspel	339
Hoofdstuk 15 Tekenen, schilderen en kleien	345
Inleiding	346
Tekenen	346
Diagnostische en therapeutische functie van tekeningen	347
Technische aspecten bij het tekenen	350
Thematische aspecten bij tekeningen	358
Schilderen	363
Technische aspecten bij het schilderen	364
Thematische aspecten bij het schilderen	368
Kleien	371
Technische aspecten bij het kleien	372
Thematische aspecten bij het kleien	374
Hoofdstuk 16 Spelletjes: bord-, kaart- en bewegingsspellen	378
Inleiding	379
Bord-, kaart- en bewegingsspellen	379
Therapeutische bordspellen	380
Kaartspellen	382
Spelletjes en hun functie	383
Speltechnische aspecten	386
Thematische aspecten	391

DEEL 4	Specifieke spelvormen	395
Hoofdstuk 17 Speldiagnostiek 396		
Inleiding		397
Speldiagnostiek in het kader van breed georiënteerde diagnostiek		397
Speldiagnostiek als procesdiagnostiek		399
De praktijk van speldiagnostiek		400
Speldiagnostiek bij Adriaan		404
Speldiagnostiek en speltherapie		410
Conclusies: grenzen en mogelijkheden		411
Hoofdstuk 18 Het driesessiemodel met spel 412		
Het driesessiemodel		413
Casus 1: 'De haai die hoofdpijn had'		414
Casus 2: 'De aap die alles kapotmaakt'		419
Casus 3: 'De koffer en Beer die meegenomen wordt'		424
Nawoord		430
Hoofdstuk 19 Het spelgenogram 432		
Inleiding		433
Het spelgenogram		433
Technische bijzonderheden		438
Specifieke interventies		440
Voorbeelden		442
Tot slot		448
Hoofdstuk 20 'Een wereld in het zand' 449		
Inleiding		450
Theoretische onderbouwing van het zandspel		452
Materiaal en aanpak		454
Therapeutische houding		456
Integratieve benaderingen		458
Toepassingen bij kinderen en volwassenen		461
Cases		462
Tot slot		469

Hoofdstuk 21 Schematherapie in de spelkamer	472
Inleiding	473
Kernconcepten in schematherapie	473
Schematherapie in de spelkamer	480
De diagnostische fase	482
De veranderingsfase met behulp van spel	485
De generalisatiefase	488
Wetenschappelijk onderzoek	490
Nawoord	491
DEEL 5 Settingen	493
Hoofdstuk 22 Diagnostiek en behandeling van verstoorde gehechtheid met behulp van ouder-kindspel: de EAS en Theraplay	494
Inleiding	495
Taxatiesessies van ouder-kindcontact aan de hand van de Emotional Availability Scales	496
Behandeling van gehechtheid tussen ouder en kind met Theraplay	499
Amadi en moeder	503
David en zijn gezinshuisouders	508
Luuk en zijn pleegouders	510
Tot slot	512
Hoofdstuk 23 Spel in therapie met adolescenten en volwassenen	514
Inleiding	515
Spel met adolescenten	515
Shayna, 14 jaar	518
Anne, 16 jaar	522
Volwassenen en spel	525
Casuïstiek	526
Samenvattend	532
Hoofdstuk 24 Spel binnen Multi-Family Therapie (MFT) bij gezinnen met een vluchtachtergrond	534
Theorie	535
Casuïstiek	543
Implicaties voor de praktijk	551
Conclusie	555

Hoofdstuk 25 Imaginatie en spel in supervisie 558

Inleiding	559
Competentiegerichte en persoonsgerichte supervisie	559
Technische kwesties	561
Persoonsgerichte supervisie	564
Groepssupervisie	571
De eigen spelervaring	572
Tot slot	574

DEEL 6 Cases 577

Hoofdstuk 26 Zoeken naar houvast: de therapie van een vierjarige jongen met een complexe verlieservaring 578

Inleiding	579
Rouw en gecompliceerde rouw	579
De therapie van Job: de voorfase	581
De beginfase	587
De middenfase	589
De eindfase	595
Samenvatting en terugblik	597

Hoofdstuk 27 Co-reguleren in spel: spelpsychotherapie bij een meisje van 5 jaar 599

Inleiding	600
Procesdiagnostiek	600
Casus Julia	601
Uitgangspunten voor de behandeling	604
Praktische uitwerking en verloop van de therapie	606
Ouders en school	614
Procesdiagnostiek en therapieverloop	615
Terugblik	616

Hoofdstuk 28 Ouder-kindtherapie: waar ouder en kind elkaar opnieuw leren kennen	619
Inleiding	620
Wat is ouder-kindtherapie?	620
De structuur van ouder-kindtherapie	622
De praktijk: Lotte en haar moeder	624
De behandeling	630
Afsluiten van behandeling	636
Hoofdstuk 29 De therapie van Mike, een getraumatiseerde tienjarige jongen	639
Inleiding	640
De introductie en de voorfase	640
De beginfase: oorlogsspel	644
Eerste middenfase: het kasteel, de dokterskoffer en de dieren	646
Tweede middenfase: de graseters versus de vleeseters en het kasteel	649
Derde middenfase: rollenspel over de rechter, de winkelvrouw en de maffia	653
Eindfase: rollenspel over 'de rechter verhuist naar het buitenland'	655
Tot slot	657
Hoofdstuk 30 De behandeling van een 16-jarig meisje met een lichte verstandelijke beperking: seksueel trauma bij complexe problematiek	659
Inleiding	660
De gevolgen van een verstandelijke beperking	660
Diagnostiek en psychotherapie	661
De therapie van Johanna: het voorwerk	664
De therapeutische taxatie: spel, dagdroomsessie met thema boom en CAT-platen	666
Therapieplan, doelen en kadersgesprek	669
De beginfase: woede en wantrouwen	672
De eerste middenfase: doorwerken van nare ervaringen	675
De tweede middenfase: regulering van emoties	678
Eindfase: consolideren van de nieuwe vaardigheden	682
Nawoord	684
Over de redactie en auteurs	687

Voorwoord

Spel is een belangrijke en natuurlijke bezigheid, een essentieel onderdeel van het leven van kinderen. Maar ook voor volwassenen is spel geassocieerd met vrijheid, fantasie, plezier en ontspanning. Tijdens spel worden sociale en cognitieve vaardigheden geoefend en wordt een beroep gedaan op het voorstellingsvermogen. Spel vraagt om het innemen en actief onderzoeken van verschillende perspectieven. Spel biedt niet alleen de gelegenheid tot leren en actief exploreren van de sociale en fysieke omgeving, maar stelt kinderen en volwassenen in staat om, als daarvoor de woorden (nog) niet beschikbaar zijn, gedachten, gevoelens en ervaringen tot uitdrukking te brengen.

Het is daarom zeer passend om spel in te zetten als methode bij diagnostiek en behandeling, als een manier om te communiceren, waarbij spelen en speelgoed instrumenten vormen om emoties te onderzoeken en psychosociale problemen zichtbaar te maken. In de speltherapeutische interactie wordt ruimte gecreëerd om gevoelens te uiten, te accepteren en te leren hanteren, op een manier die past bij de leeftijd, de ontwikkeling en bij de mogelijkheden tot verbeelding.

Psychotherapie heeft tot doel het welzijn van het individu in zijn of haar omgeving te bevorderen. Het welzijn, of de kwaliteit van leven, wordt in belangrijke mate bepaald door het ervaren van positieve emoties zoals vreugde, tevredenheid, trots, genegenheid, geluk en opgetogenheid. Maar ook gevoelens als verdriet, angst, stress, depressie, schuld en jaloezie maken onvermijdelijk deel uit van het leven. De vaardigheden van een mens om hiermee om te gaan zijn bepalend voor het algemene welbevinden in het dagelijks bestaan.

Kwaliteit van leven lijkt soms vooral afhankelijk van omstandigheden en ervaringen die men opdoet, maar levensgeluk wordt daarnaast in belangrijke mate beïnvloed door de adaptieve mogelijkheden van een individu, zoals het selectief kunnen richten van de aandacht op positieve emoties en het benutten van de mentale flexibiliteit. Hiervoor zijn niet alleen neurocognitieve vaardigheden zoals aandachtsregulatie en werkgeheugen belangrijk, maar ook voorwaardelijke factoren als goede slaap en voeding. Adaptieve vaardigheden, ook wel aangeduid als veerkracht, zijn het resultaat van aanleg en omstandigheden samen. Het Nederlands Jeugdinstituut vat in een rapport samen welke beschermende factoren op de kinderleeftijd de veerkracht van een kind en daarmee de kans op mentale gezondheid vergroten, ondanks ongunstige omstandigheden of emotionele of gedragsproblemen (rapport:

Top 10 beschermende factoren voor een positieve ontwikkeling van jeugdigen, 2018). Vooral de kwaliteit van de relaties met anderen is daarin bepalend. Het kunnen aangaan van gezonde emotionele relaties en het ervaren van ondersteunende affectieve relaties is in hoge mate beschermend en ondersteunend voor het welzijn van kinderen en voorspellend voor de kwaliteit van leven in de volwassenheid. Een kind dient bij voorkeur tijdens het opgroeien te kunnen profiteren van waardering, positieve communicatie, emotionele warmte en van duidelijkheid in normen en waarden. Deze gunstige omstandigheden ondersteunen de groei en ontwikkeling van sociale cognities, zoals het vermogen om sociale informatie te begrijpen en het kunnen overzien van de impact van het eigen gedrag op anderen. De emotieregulatie, het kunnen identificeren, benoemen en hanteren van emoties, is bepalend voor de adaptatie in het dagelijks functioneren en daarmee voor de ontwikkeling van veerkracht en adaptief vermogen en het welzijn.

Speltherapie beoogt het welzijn te ondersteunen door, naast het verlichten van problemen in het dagelijks functioneren, de factoren te versterken die de veerkracht vergroten via het bewerken van de emotionele en cognitieve vaardigheden die adaptatie ondersteunen. Het stimuleren van positieve emoties is daarbij essentieel.

Er is steeds meer bekend over de fysiologische en neurocognitieve mechanismen die positieve emoties ondersteunen. Zo is de rol van dopamine in de hersenen belangrijk voor beloningsgevoeligheid. Cognitieve controle, die samenhangt met zelfregulatie, steunt op functies als werkgeheugen, inhibitie en mentale flexibiliteit. Deze cognitieve functies zijn voorwaardelijk voor afstemming van denken, emotie en gedrag op omstandigheden. Gedurende de kinderleeftijd zijn de (voornamelijk prefrontale) hersengebieden die cognitieve controle ondersteunen nog in ontwikkeling en kinderen zijn daarom kwetsbaar en sterk afhankelijk van co-regulatie van emotie en gedrag door anderen.

Juist speltherapie biedt een setting waarin men, in interactie met een regulerende therapeut, kan exploreren, waardoor de adaptieve vaardigheden en cognitieve controle kunnen groeien, niet alleen bij kinderen maar ook bij volwassenen. Spel biedt daarvoor de optimale omstandigheden. Uit onderzoek blijkt dat spel gekoppeld is aan plezier, een staat van positieve emotie. Evolutionair gezien zijn de positieve emoties die spel oproept van belang om fysiek, cognitief en sociaal te kunnen groeien. Speltherapie is een manier om toegang te krijgen tot (onbewuste) emoties en betekenissen. Spel creëert een vrije ruimte waarbinnen exploratie tot nieuwe competenties en interpretaties leidt, in een sfeer waarbij het gezamenlijk plezier de sociale verbinding stimuleert die zo belangrijk is voor kwaliteit van leven.

In speltherapie gebruikt de therapeut de kracht van het spel om de interactie aan te laten sluiten bij de beleavingswereld en de emotionele en cognitieve mogelijkheden

van het individu om de emotionele en cognitieve groei en de veerkracht te stimuleren.

In 2009 verscheen de eerste editie van dit belangrijke handboek over spel in psychotherapie, dat in deze uitgave van 2026 grondig is herzien. Naast een overzicht over de historie van spel in behandeling, zijn de meest recente inzichten over de veelzijdigheid van de kracht van spel in therapie opgenomen. De lezer kan zich met dit veelomvattende boek verder bekwamen ten aanzien van theorie, techniek en toepassing van spel in de behandelkamer.

Eveline Groothoff benadrukt in een inleidend hoofdstuk het belang van het aanbieden van spel als begeleide interactie tijdens psychotherapie: 'Spel is een plezierige activiteit, los van een specifiek doel, met als functie ontspanning, ontwikkeling en exploratie, vaak geassocieerd met kinderen, maar relevant voor alle levensfasen.' Spel is vrij, in spel komen eigen keuzes tot uitdrukking, het is actief en biedt plezier, spel is motiverend, het biedt een mogelijkheid tot het creëren van een eigen (tijdelijke) werkelijkheid, gebaseerd op fantasie. Spel stimuleert de aandacht en de onderlinge betrokkenheid. In deze rijke therapeutische context kunnen nieuwe vaardigheden en inzichten zich ontwikkelen.

Op basis van deze veelzijdigheid van spelen en de breedte van de behandelmogelijkheden die spel biedt, beschrijven de auteurs op zorgvuldige en toegankelijke wijze de theorieën, modellen, methoden, technieken en evidentie voor de effectiviteit van spel in behandeling en psychotherapie. Zij delen niet alleen hun kennis maar ook hun passie met de lezer en maken hun gedachtegoed toegankelijk via het uitvoerig en plezierig toegankelijk beschrijven van casuïstiek. Die casuïstiek betreft niet alleen kinderen maar ook adolescenten en volwassenen. Dit leert ons dat spel en spelen van alle leeftijden is.

Dit handboek over spel is van essentieel belang voor behandelaren die kennis willen nemen van de methoden en technieken en van de werkzame bestanddelen die horen bij spel in diagnostiek en in psychotherapie.

Hanna Swaab
Juni 2026

Toelichting bij de herziene uitgave 2026

Tijdsbeeld

Sinds de verschijning van het vorige boek *Spel in Psychotherapie* in 2009, is er veel veranderd in de wereld. Grens- en geloofsconflicten zorgden voor oorlog en oorlogsdreigingen. Niet alleen door oorlog maar ook door klimaatverandering zijn migratiestromen op gang gekomen. Landen die de mogelijkheid hebben vluchtelingen op te vangen, hebben te maken met de effecten van integratie van deze vluchtelingen in hun culturele systemen, zoals taal, gewoonten en geloofsopvattingen. De effecten van migratie betreffen echter niet alleen de zorg over wederzijdse acceptatie, huisvesting en werk, maar zijn bij vluchtelingen ook gerelateerd aan het ontheemd zijn, het trauma van alles hebben moeten achterlaten, de gebeurtenissen in het eigen land en de ontberingen tijdens de vlucht.

In 2020 brak een pandemie uit die zich over grote delen van de wereld uitspreidde door besmetting met het COVID-19-virus. Vooral gezinnen die klein behuist waren hebben hier erg onder geleden. Kinderen hebben ouders verloren, opa's en oma's. Het niet naar school kunnen gaan heeft niet alleen voor leerachterstanden gezorgd, maar ook voor achterstanden op psychologisch en sociaal gebied, door vereenzaming en het niet kunnen profiteren van het regulerende contact met leeftijdsgenoten. De pandemie heeft niet alleen medisch, maar psychosociaal gezien nog lang na-ijlende gevolgen gehad, zoals angst en motivatieproblemen.

Binnen de gezondheidszorg zien we de gevolgen van al deze gebeurtenissen. Er is sprake van een verschuiving van problematieken, deels als gevolg van deze onrust, deels als gevolg van andere meer eigenstandige ontwikkelingen. Met name in welvarende democratieën zien we een toename van genderdiversiteitsproblematiek en een toename van zogenoemde welvaartsziektes, zoals obesitas. Niet alleen is er maatschappelijk veel veranderd, er zijn nieuw inzichten ontstaan op het gebied van voor de psychotherapie relevante wetenschappen. Er is meer kennis over neurobiologische processen, meer kennis over het effect in de hersenen van vroeg ontstane relationele traumata, meer inzicht over dissociatieve processen. Tijdens de COVID-19-periode zijn er nieuwe therapiemethoden ontstaan, zoals *teletherapie*. Er is alom meer aandacht voor ouder-kindbehandelingen en contextueel behandelen. Al deze

ontwikkelingen rechtvaardigen het herzien van het vorige boek over spel, met behoud van de specifieke spelmethodieken, de beschrijving van het spelmateriaal met hun eigen kenmerkende functies en de vele voorbeelden die dit illustreren.

Wat is er nieuw?

Er is gekozen voor nieuwe toepassingen, meer specifieke spelvormen, een theoretische beschouwing over spel als transtheorie en een theoretische koppeling van spel als expressieve techniek met neurobiologische kennis. Spel met ouder en kind krijgt aandacht, spel met gezinnen, adolescenten en volwassenen. Ook culturele diversiteit en hoe daarmee om te gaan heeft een eigen hoofdstuk gekregen. Ouderbegeleiding als onlosmakelijk deel van psychotherapie bij kinderen verdient gezien de eigen methodische complexiteit meer aandacht dan hier geboden kon worden en is komen te vervallen, zodat er ruimte kwam voor de nieuwe onderwerpen.

De delen I, IV en V zijn geheel nieuw. Veranderd en aangevuld zijn de technische delen II en III en het vorige casuïstische deel V is deel VI geworden, aangepast en aangevuld. Alle literatuur is zoveel mogelijk opgewaardeerd naar in ieder geval de periode vanaf 2010 tot 2025-2026.

Toelichting

In het eerste deel komt in hoofdstuk 1 de geschiedenis van het gebruik van spel in kinderbehandelingen aan de orde. Beginnend met Freud. In hoofdstuk 2 wordt de speltheorie gepresenteerd als een overkoepelende eigenstandige theorie met de kenmerken van spel, de spelparadoxen en de helende functie van spel. Hoofdstuk 3 bespreekt ontwikkelingen in de neurobiologie toegespitst op de relevantie voor psychotherapeuten. In het kort komen de complexe functies in het brein aan de orde zoals de verschillen in geheugenopslag, de links-rechts- en verticale dynamiek van hersenprocessen, de ontvankelijkheid van non-verbale expressieve therapeutische technieken voor rechterhersenhelftprocessen en de neuro-sensitieve aanpak in behandelingen. Hoofdstuk 4 geeft een overzicht van de stand van zaken in het wetenschappelijke onderzoek naar spelpsychotherapie. Hoofdstuk 5 'Mind the gap' gaat over culturele diversiteit in de hulpverlening.

Deel II bestaat uit vijf technische hoofdstukken. Dit deel beschrijft de therapeutische relatie, de therapeutische ruimte, algemene regels met do's en don'ts, het kadersgesprek en het therapeutisch proces, alle speltechnieken en de analyse van een spel aan de hand van drie voorbeelden.

Deel III betreft zes hoofdstukken over de kenmerken van specifiek spelmateriaal. Wat is hun functie, waar moet het aan voldoen, wat zijn veel voorkomende thema's,

hoe gebruik je het. Het gaat over het huis, het kasteel, de zand- en watertafel, tekenen, schilderen, kleien, spel met poppen, de pluchen dieren, het winkeltje, het doktersspel, de poppenkast, rollenspel en spelletjes.

Deel IV opent met hoofdstuk 17 met speldiagnostiek. Hoofdstuk 18 gaat over procesdiagnostiek aan de hand van het driesessiemodel. Het spelgenogram komt in hoofdstuk 19 aan bod met kindvoorbeelden en een voorbeeld van een volwassene. In hoofdstuk 20 wordt 'Een wereld in het zand' als aparte spelvorm beschreven, toegepast bij kinderen en volwassenen. Schematherapie bij kinderen is het laatste hoofdstuk van dit deel.

In deel V komen verschillende settings aan bod, beginnend in hoofdstuk 22 met ouder-kindspel, eerst diagnostisch en daarna volgen voorbeelden van behandelingen met behulp van Theraplay. Hoofdstuk 23 gaat over spel bij adolescenten en volwassenen. Hoofdstuk 24 laat zien hoe in een groep gespeeld wordt met vluchtelingengezinnen opgenomen in een dagklinische setting. Belangrijkste doelstelling is het bevorderen of herstellen van de gehechtheid tussen ouder en kind middels het speels plezier hebben met elkaar. Dit deel eindigt met hoofdstuk 25 over spel en imaginatie in supervisie.

Deel VI bestaat uit beschrijvingen van therapieën en begint met de beschrijving van complexe rouw bij een vierjarige jongen, hoofdstuk 26. Dan een bijna twee jaar durende therapie met een vijfjarig meisje met flinke regulatieproblemen. De casus is van een tijd geleden maar wordt opnieuw gepresenteerd omdat de beschrijving van het proces veel inzicht geeft in hoe langdurig en gevoelig het herstel van regulatie door goed afgestemd co-reguleren verloopt. Dan volgt een ouder-kindcasus met een vierjarig meisje, hoofdstuk 28. Een aanpak die tegenwoordig de voorkeur verdient maar niet altijd geïndiceerd is of uitvoerbaar door omstandigheden van de ouder. De beschrijving van een klinisch opgenomen getraumatiseerde jongen van 10 jaar is in hoofdstuk 29 te lezen. Het boek eindigt met de therapie van een 16-jarig licht verstandelijk beperkt meisje, opgenomen in een klinische setting, met forse gedragsproblemen op basis van onder meer een seksueel trauma.

Bij het schrijven van dit boek heb ik dankbaar gebruikgemaakt van kritisch commentaar van diverse personen. Speciaal noem ik: Els, Emilie, Hester, Katrien, Moniek en Sander.

Eveline Groothoff

DEEL I

DE THEORIE

Hoofdstuk 1

Historie

Eveline Groothoff

Het begin van spel in de kinderspsychotherapie

‘De kleine Hans’

Met een verslag over de behandeling van een vijfjarige jongen geeft Sigmund Freud in 1909 het startsein voor de kinderspsychotherapie. De behandeling van ‘de kleine Hans’ vond plaats via een briefwisseling tussen Freud en de vader van de jongen. Met behulp van de analyse van zijn spel, tekeningen en zijn dromen werd Hans’ fobie voor paarden opgelost, door duidingen over de oedipale verwarring jegens de liefde voor zowel zijn moeder als zijn vader en de seksuele betekenis hiervan. Zijn vader werd zijn therapeut. En hoe modern is dat wel niet? Tijdens de lockdown in de COVID-19-periode (2020-2021) hebben waarschijnlijk veel ouders, op aanwijzingen van een therapeut, niet via brieven maar via zoomsessies zelf hun kind geholpen met spel en andere expressieve technieken.

Volgens diverse geschiedschrijvers was Freud bijzonder geïnteresseerd in de betekenis van het spel bij kinderen. Hij observeerde talloze kinderen in hun spel. Hoe kinderen in spel een wereld creëren naar eigen inzicht, een wenselijke wereld maar ook een wereld vol verwarring en onveiligheid. In zijn observaties viel het hem op dat bepaalde kinderen in steeds repeterend spel overweldigende of anderszins onprettige ervaringen en conflicten uitspeelden. En hiermee werd de deur geopend naar het gebruik van spel in de behandeling van kinderen.

De eerste therapeut die zelf spel ging gebruiken in de behandeling van een kind was Hermine Hug-Hellmuth (1871-1924), een Oostenrijkse psychoanalytica. Zij gebruikte het spel niet alleen als prettige bezigheid om het contact te vergemakkelijken. Voor haar lag de meerwaarde van het spel in de toegang die spel biedt tot de psyche van het kind. Toegang tot de betekenissen die het kind toekent aan de wereld om zich heen. Zij zag de kinderen in hun eigen omgeving: thuis (Hug-Hellmuth, 1921). Vrij snel daarna gingen Melanie Klein (geboren in Oostenrijk, 1882-1990) en Anna Freud (geboren in Oostenrijk, 1895-1982) ook speelgoed aanbieden in hun analytische sessies. Klein eerst in Boedapest en Berlijn en later in Londen, waar zij vanwege de opkomst van het fascisme naartoe was gevlucht. Anna Freud vluchtte in 1938 eveneens naar Londen. Volgens M. Plastow (2011) was er een flink verschil van mening tussen de dames, over allerlei onderwerpen. Hug-Hellmuth vond dat de therapeut een pedagogische verantwoordelijkheid droeg die zij zowel naar het kind manifesteerde als naar de ouders. Ook tussen Klein en Freud zou een en ander al gauw uitdraaien op felle discussies. De discussies gingen over het gebruik van het speelgoed als louter contactmiddel of als object van de analyse. Over de noodzaak om ouders te betrekken bij de behandeling van hun kind ter uitleg of begeleiding of de noodzaak om ouders zelf een analyse te laten ondergaan of de noodzaak om ouders geheel buiten de therapie van het kind te houden. Meningsverschillen waren er ook over de psychoanalytische ontwikkelingstheorie die als grondslag dient voor de analyse van het ‘materiaal’, de spelthema’s en de verwoordingen van het kind over het spel (Freud, 1965; Klein, 1932).

Hoofdstuk 2

Wat is spel?

Eveline Groothoff

Boris, net 3 jaar, zit bij oma op schoot. Ze zijn in Nederland en bellen iedere avond zijn moeder in Kiev. Boris weigert echter om mee te kijken op het scherm en weigert mee te praten. Hij kijkt erg boos en is van slag. Het is drie maanden geleden dat hij door zijn moeder, met oma is weggestuurd uit Kiev, weg van de oorlog. Dan komt er een pluchen Siberische tijger in beeld. Ashmatov, de tijger zegt met een diepe stem: 'Ehm ... hallo daar, hier ben ik, ik mis jou ... ik vind het niet leuk meer hier, ik mis jou, Boris ... en ook oma.' Boris hoort de verdraaide stem van zijn moeder, kijkt opeens naar het scherm. Hij grist de telefoon uit de hand van oma en zegt heftig: 'Ik vind het ook niet leuk hier!' Hij schreeuwt het uit. 'Ik mis jou ook, Ashmatov!' En zo is er voor het eerst sinds drie maanden contact met moeder. Voor het eerst sinds de vlucht uit Oekraïne praten moeder en Boris, via Ashmatov, met elkaar. Het gesprek is spel: net echt en tegelijk echt.

Spel

De taal van het kind

De moeder van Boris treedt in de spelwereld zodra ze Ashmatov, de tijger, pakt en hem een stem geeft. De spelwereld als *net echt*, gelijkend op de echte wereld. Het is in de spelwereld dat het lukt om contact te krijgen met haar zoon. Het spel met Ashmatov is een taal die Boris direct aanspreekt. Deze taal begrijpt hij en in deze taal gaat het zeggen hoe hij zich voelt, hoe het met hem is, als vanzelf. Moeder voert een toneelstukje op, maar tegelijkertijd is het haar ernst. Wat ze zegt is serieus en persoonlijk. Wat ze wil, contact met haar kind, is een diepgevoeld motief.

Het bovenstaande voorbeeld laat de kracht van spel zien. In een direct contact lukt het deze moeder niet haar kind te bereiken. Gebruikmakend van spel, speels omgaan en met behulp van een van de speltechnieken lukt dit onmiddellijk. (Zie deel II, hoofdstuk 9 'Speltechnieken' en deel III, hoofdstuk 13 'De poppenkast, de pluchen dieren en de poppen'.) De vertederende licht onnozel kijkende Ashmatov breekt het ijs. In deze speelse interactie herkent Boris zijn eigen gevoel: de verwarring, het verdriet en de boosheid over de verstoring in zijn leven. Het is de combinatie van het vrolijke van de speelse interactie en het net echte aspect dat maakt dat spel een toegankelijk medium is. Toegankelijk in het hoofd, voor bepaalde hersengebieden en toegankelijk in het contact met een ander.

Spel is voor kinderen een taal, en wel de voorkeurstaal. Gary Landreth (2024) vat alle uitspraken hierover samen in het inmiddels vaak aangehaalde citaat: 'Toys are their words and play is their language.' Maria Montessori (1986) maakt daar zelfs van dat spel hetzelfde is als 'werk', spelen is het dagelijkse werk van kinderen.

Het spel verbeeldt de alledaagse ervaringen van het kind en hoe het kind zich daartoe verhoudt. In het spel *speelt het kind zichzelf* (onder andere Landreth, 1993, 2024; Montessori, 1986; Schaefer, 1993). Kinderen spelen graag en makkelijk. Niet alleen spelen kinderen graag, het spelen lijkt een behoefte te bevredigen. Er is een gedrevenheid te zien die spelen tot een serieuze zaak maakt. Neurobiologisch onderzoek laat zien dat spel tot een van de zeven motivationele driftsystemen hoort

(Panksepp & Biven, 2012). Dat betekent dat spelen een aangeboren behoefte is en een levensnoodzaak.

Kenmerken van spel

Spel laat zich niet makkelijk definiëren. Definities die worden gegeven klinken onvermijdelijk enigszins geconstrueerd en vangen nooit volledig het spel als fenomeen. Na veel literatuuronderzoek komt Gray (2013) tot de volgende omschrijving van spel met vijf kernaspecten:

“ ‘Spel is een vrijwillige, zelfgekozen en zelfgestuurde activiteit (1), die op zichzelf staat (doel op zich) (2), gekenmerkt wordt door regels (3), gebruikmaakt van verbeelding (4) en met een hoge mate van betrokkenheid gepaard gaat (5).’ Het wordt gebruikt voor ontspanning, plezier, voor het leren van nieuwe dingen en het ontdekken van de omgeving. Het wordt vaak geassocieerd met kinderen, maar komt voor in alle levensfasen. ”

De kenmerken van spel:

- Spel is vrij. Spel kan niet worden opgelegd, het is een eigen keuze.
- Spel is actief, ontspannend en biedt plezier. Het belangrijkste doel is vermaak en voldoening.
- Spel kent een intrinsieke motivatie. Het spelen zelf, het spelproces is belangrijker dan het behalen van een einddoel.
- Spel creëert een eigen werkelijkheid (fantasie) binnen de realiteit.
- Spel kent regels. Er zijn vaak (impliciete) regels die het kader bepalen met daarbinnen ruimte voor creativiteit.
- Spel zorgt voor intense betrokkenheid en gerichte aandacht.

Spel is vrij en zorgt voor een positieve stemming

In spel is er een zekere vrijheid. Alles kan, niets is te gek. Het vrije aspect betekent dat de speler op elk moment kan stoppen met het spel wanneer hij dat wil.

Spelen zorgt voor een positieve stemming. Dat is in solitair spel zo, maar ook in samenspel. Dat spel plezierig is en zorgt voor vrolijkheid en een prettige stemming is therapeutisch van groot belang. Door dit affect verdwijnt spanning en worden bepaalde hersensystemen beter toegankelijk. In het voorbeeld van Boris en Ashmatov is nota bene de context oorlog. Voor iedereen levensbedreigend en voor kinderen vooral onbegrijpelijk. Hulp van een spelobject (Ashmatov) uit de spelwereld kan helpen om bespreekbaar te krijgen wat dat is, oorlog, hoe dat gaat, waarom en hoe gevaarlijk het is. Een spel met als derde persoon een pluchen beest kan helpen om met kinderen een dergelijk ‘gesprek’ aan te gaan. Ashmatov is namelijk gelegitimeerd om alle vragen te stellen, alle gevoelens te uiten, zich wat van de domme te houden en tegelijk te

zorgen voor die speelse toegankelijkheid, waardoor het onderwerp oorlog te verdragen is en informatie hierover kan worden opgenomen, verwerkt.

Spel heeft een intrinsieke motivatie

Spel dient geen extern doel. Het is in zichzelf genoeg. In spel gaat het om de activiteit zelf, het proces. Er is geen gerichtheid op een uitkomst of op een beloning. De beloning zit in het doen. Zelfs bij constructief spel is het eindresultaat bijzaak. Het bouwen zelf, het gepuzzel en het bedenken van oplossingen zorgen voor het plezier.

Spel heeft een dubbelzinnige relatie met de werkelijkheid, spel is net echt

Spel is vaak verbeeldend spel. Huizinga (1955) zag dit als een van de belangrijkste eigenschappen van spel. In zijn boek *Homo Ludens*, de spelende mens, beschouwt hij spel als een noodzakelijke bestaansvoorwaarde voor de cultuur. Spel en spelen is verweven met de gehele cultuur. Het komt overal voor. Het kernconcept van de fantasie of de verbeelding is dat de verbeelde wereld over het echte leven gaat, maar daar niet aan niet gelijk is. In dit vrije 'speelveld' is veel te ontdekken, er is ruimte om te oefenen, te leren en te experimenteren. Vooral in therapeutisch spel is er de ruimte om flink aversieve gevoelens te uiten. In de imaginaire wereld vallen er geen echte slachtoffers, het is veilig, er zijn geen consequenties.

Niet alleen is er ruimte om affecten te uiten om daarmee verlost te raken van opgelopen onprettige gevoelens, er is ook ruimte om nieuwe ideeën te laten ontstaan. Spel bevordert het creatieve en divergente denken. De groten der aarde zoals Einstein en Goethe vermeldten dat zij als kind altijd intensief gespeeld hebben. Bijvoorbeeld in de poppenkast (Goethe). De alsof-kwaliteit (net echt, *as if*) is een van de hoofdkenmerken van verbeeldend spel.

Spel kent regels en structuur

In spel bestaan er regels. Impliciete regels en expliciete regels zoals afspraken die gemaakt worden in samenspel. Expliciete regels bieden structuur, een soort speelveld. We spelen tikkertje tussen hier en daar. Een aanduiding over de ruimte. We doen eerst jouw zin en dan de mijne. Een aanduiding over beurt nemen. Meer impliciete regels in sociaal spel zijn dat de spelers enige rolvastheid betrachten, dat er bij gevechten geen echte klappen worden uitgedeeld, dat iedereen zich weet te beheersen. Spel zonder structuur verwordt snel tot loos gedrag. De verbinding met de realiteit is dan verdwenen. Ook in solitair spel is er structuur te zien en zijn er impliciete regels.

Spel zorgt voor een gerichte aandacht

In spel ontstaat een actieve betrokkenheid waarbij tijd en gewaarwording van de omgeving naar de achtergrond verdwijnen. Spelen vraagt om een actieve geest. Die gerichtheid zorgt ervoor dat de speler zich enigszins kan verliezen in het spel. Al spelend geraakt de speler in een *flow* (Csikszentmihalyi, 1999). Het meegenomen worden door de fantasie creëert een optimale betrokkenheid. Dit wordt ook wel