

Inzicht & Zijn

Meer weten over helend spel

Niet zomaar een spelletje voetbal of met je kindje naar de speeltuin, maar helend spel.

Spel is de taal waar je kindje het beste in is!

- **Spelend communiceren met je kind over wat er eventueel dwars zit bij hem/haar**
- **Je kind(je) kan spelenderwijs vertellen over hoe de dag was op school of opvang**
- **Spelenderwijs frustraties helen**
- **Spel voor meer verbinding met je kind(je).**

Er zijn verschillende vormen van helend spel.

Een van de spelvormen die kinderen vaak toepassen of opzoeken is:

Power reversal ofwel het machtsomkeer spel

Dit spel kunnen ze met kinderen onder elkaar spelen (broertjes, zusjes, neefjes, nichtjes en met vriendjes, klasgenootjes) maar ook met jou!

Met kinderen onder elkaar kan het zijn dat ze het oneens zijn over de rolverdeling of op een bepaald moment van rol willen wisselen met een ander kindje.

Het spel is helend als dit met moeder of vader is, je kindje kan zo goed zelf de rolverdeling bepalen en je kindje lacht hier meestal mee. Net als huilen, is lachen ook helend voor de dagelijkse zorgen.

Het spel met jou: Alle activiteiten, al het spel jij als ouder toneelspeelt dat je onhandig, bang, boos of onwetend bent. Je kindje bepaalt het spel en geeft bijvoorbeeld opdrachtjes of is degene die jou achterna zit of is het sterkte met een kussengevecht.

Meestal wordt het power reversal spel door je kind(je) gestart en kun jij erin meegaan.

Wat je kindje hiermee aangeeft is dat hij/zij thuis, op school of op de opvang meestal aan de regels moet voldoen en luistert naar de volwassenen die alle regels en de structuur van de dag bepalen.

Het is een opluchting als het een keer andersom kan. Dit zorgt voor ontlasting, waardoor je kindje de volgende dag weer opgelucht mee kan doen aan de regels en structuur van het alledaagse leven.

Samen met moeder of vader dit spel doen, zorgt voor heling. Samen met andere kinderen kan het wel eens voor nieuwe frustratie zorgen als een ander kindje de regels wil bepalen en jouw kindje dus alweer niet de spelregels mag bepalen.

Mocht je meer willen weten over helend spel, meld je dan aan voor een van de workshops Helend Spel.

Helend spel ofwel Attachment Play, vormt een deel van Aware Parenting, de opvoedingsfilosofie van Aletha Solter, Ph.D.

