

Barneveldse Krant.nl



Nadine de Rooij (links) en Arna Berkhof zijn therapeut bij Elan Barneveld. Pauw Media

Arna en Nadine helpen kinderen en tieners met creatieve therapie: 'Zien veel boosheid en angst'

18 november 2024 om 09:53 [Zorg](#)

BARNEVELD Tijdens de week van de Vaktherapie, die nog tot en met zondag duurt, worden vaktherapieën door het hele land op de kaart gezet. Arna en Nadine vertellen over hun werk als spel- en beeldend therapeut bij Elan Barneveld. „We zien veel boosheid en angst bij kinderen en tieners.”

Een zandtafel, muziekinstrumenten, puzzels, tekenpotloden, knuffels en poppen: in de spelkamer van Elan aan de Amersfoortsestraat ligt bijna al het speelgoed dat je maar kunt bedenken. „Het leuke is: de kinderen hoeven nooit iets op te ruimen”, vertelt Arna Berkhof. Als speltherapeut bij Elan helpt ze kinderen met allerlei kleine of grote problemen, waaronder een laag zelfbeeld, somberheid, boosheid, faalangst en moeite met het uiten van emoties. In de spelkamer wordt speltherapeutisch ingezet, legt ze uit. „Het kind mag zelf kiezen waarmee hij wil spelen en hoe hij dat doet.”

De speltherapeut volgt het kind in zijn spel en heeft als doel de 'speeltaal' van het kind te vertalen. Op basis daarvan ondersteunt Arna het kind bij het geven van uiting aan problemen en de verwerking daarvan. „Zo kunnen we kinderen onder meer helpen bij het reguleren van boosheid, door ze te laten boksen of darten, of op een andere manier helpen bij het uiten van hun emoties.” Daarnaast krijgen de ouders handvatten om hun kind ook thuis verder te helpen.

PRESTATIEDRUK

„Vaktherapie sluit aan bij hoe een kind of jongere de wereld beleeft”, zegt beeldend therapeut Nadine de Rooij. „Voor een tienjarige is het best lastig om tegenover een volwassen psycholoog te zitten en te vertellen hoe hij zich voelt. Wij gebruiken spel en beeldende therapie om de drempel te verlagen.”

Bij beeldende therapie ligt de focus op het maken van creatieve werken, bijvoorbeeld door te tekenen, schilderen of kleien. Nadine richt zich vooral op 9- tot 18-jarigen. „Het is een misvatting dat je creatief moet zijn voor beeldende therapie. Ik geef opdrachten en aan de hand daarvan laat ik de tieners hun gevoelens uiten.” Nadine ziet veel tieners met een laag zelfbeeld, problemen rondom angst en piekergedachten. „Het is geen makkelijke tijd om puber te zijn; mede door sociale media kunnen zij zich moeilijker terugtrekken van alle prikkels. Daardoor zie je problemen ontstaan, zoals angsten op sociaal vlak.”

BOOSHEID

Bij jongere kinderen ziet haar collega Arna vooral veel boosheid: „Dat komt mede door de prestatiedruk die ze al op jonge leeftijd ervaren. In groep 1 moeten kinderen al scoren op toetsen, waardoor ze bang worden om fouten te maken. Dat kan zich uiten in boosheid, op school of thuis. Gelukkig zijn kinderen en jongeren enorm veerkrachtig, zeker als we er op tijd bij zijn.”

Arna en Nadine willen benadrukken dat het helemaal niet raar is om hulp te vragen en dat je niet hoeft te wachten totdat de problemen écht groot zijn. In sommige gevallen wordt vaktherapie ook nog eens (gedeeltelijk) vergoed vanuit de verzekeraar. „Je kunt vrijblijvend contact met Elan opnemen, dan kijken we samen welke therapie passend is.”

Week van de Vaktherapie

Er zijn in Nederland meer dan 4300 vaktherapeuten, die hun beroep tijdens de Week van de Vaktherapie op de kaart zetten. Dit jaar vindt de week plaats van 11 tot en met 17 november, met als thema 'veerkracht'.

Aangeboden door [Elan Barneveld](#).