



Udhërrëfyes Terapia e Lojës

Hartuar nga
Ruth VERGNON





Çfarë është Terapia e Lojës?



Loja është një aktivitet tipik i fëmijëve, që ndodh në çdo kohë dhe në çdo vend.

Loja është spontane, e këndshme, vullnetare dhe pa ndonjë qëllim në vetvete.

Studimet sugjerojnë se loja është mënyra se si fëmijët mësojnë atë që askush nuk mund t'i mësojë ata. Duke u përfshirë në procesin e lojës, fëmijët mësojnë të jetojnë në botën tonë simbolike të kuptimeve dhe vlerave, në të njëjtën kohë duke eksploruar dhe eksperimentuar dhe mësuar në mënyrat e tyre individuale.

Në lojë, fëmijët janë marrë me një mënyrë motorike ndijore me objekte konkrete që janë simbole për diçka që kanë përjetuar. Loja përfaqëson përpjekjen e fëmijëve për të organizuar përvojat e tyre dhe u lejon atyre të ndjehen më në kontroll dhe kështu më të sigurt.

Fëmijët e shprehin veten e tyre më plotësisht dhe më drejtpërdrejt përmes lojërave të vetë-iniciuara, spontane sesa mund ta bëjnë duke u shprehur gojarisht dhe kjo ndodh sepse janë më të qetë në lojë.



Shumë njerëz e kuptojnë se loja, në shumë forma të saj, është e dobishme dhe mund të përdoret nga ata që ndërveprojnë me fëmijët për të promovuar mirëqënien e fëmijëve.

Por çfarë e bën lojën terapeutike? Çfarë është terapia e lojës?

Terapia e lojës është një qasje e strukturuar, teorikisht e bazuar në terapi që nderton në proceset normale komunikuese dhe mësimore të fëmijëve (Carmichael, 2006; Landreth, 2002; O'Connor & Schaefer, 1983).

Shoqata për Terapinë e Lojërave e përcakton terapinë e lojërave si "përdorimi sistematik i një modeli teorik për të vendosur një proces ndërpersonal, ku terapistët e trajnuar të lojërave përdorin fuqitë terapeutike të lojës për të ndihmuar klientët të parandalojnë ose zgjidhin vështirësitë psikosociale dhe të arrijnë një rritje dhe zhvillim optimal".

Terapia e lojës ndryshon nga loja e rregullt në atë që terapisti i ndihmon fëmijët të adresojnë dhe zgjidhin problemet e tyre. Përmes terapisë së lojërave, fëmijët mësojnë të komunikojnë me të tjerët, të shprehin ndjenjat, të modifikojnë sjelljen, të zhvillojnë aftësi për zgjidhjen e problemeve dhe të mësojnë një shumëllojshmëri mënyrash për t'u lidhur me të tjerët. Loja siguron një distancë të sigurt psikologjike nga problemet e tyre dhe lejon shprehjen e mendimeve dhe ndjenjave të përshtatshme sipas zhvillimit të tyre.



Pse Terapia e lojës?

Fuqitë terapeutike të lojës i referohen aspekteve specifike të synuara brenda trajtimit në të cilat loja inicion, lehtëson ose forcon efektin terapeutik. Këto fuqi të lojës veprojnë si ndërmjetësues që ndikojnë pozitivisht në ndryshimin e dëshiruar të klientit (Barron & Kenny, 1986).

Me fjalë të tjera, loja ndihmon në prodhimin e ndryshimeve në ndjenjat, mendimet dhe sjelljen e fëmijës gjatë terapisë. Loja është një pjesë integrale e procesit të trajtimit.

Loja nuk është vetëm një mjet për të aplikuar agjentë të tjerë të ndryshimit, por as nuk është vetëm për të moderuar forcën ose drejtimin e ndryshimit terapeutik. Loja është një përbërës kryesor dhe thelbësor brenda qasjes së trajtimit.

Bazuar në një përmbledhje të literaturës dhe përvojave klinike të terapistëve të lojërave, Schaefer (2012) identifikoi 20 fuqi thelbësore terapeutike të lojës:

A. Lehtëson Komunikimin

1. Shprehjen e Vetes
2. Akses në të Pandërgjegjshmen
3. Të mësuarin e Drejtpërdrejtë
4. Të mësuarin Indirekt

B. Nxiti Mirëqënien Emocionale

5. Catharsis - lehtësim nga clirimi i emocioneve të forta
6. Abreaction - Të përjetosh përsëri një përvojë për të cliruar tensionin emocional
7. Emocione Pozitive
8. Kundër kondicionimi i frikërave - rimësimi/trajnimi i individit për të pasur një reagim ndryshe dhe pozitiv ndaj një stimuli që më parë shkaktonte frikë
9. Inokulimi i stresit – ekspozimi i fëmijës në stres në mënyrë të kontrolluar për të rritur reziliencën
10. Menaxhimi i stresit

Pse
Terapia
e lojës?



C. Përforcon Marrëdhëniet Shoqërore

11. Marrëdhëniet Therapeutike
12. Atashimi
13. Kompetenca Sociale
14. Empatia

D. Rrit Pikat e Forta Individuale

15. Zgjidhja e Problemeve në mënyrë Krijuese
16. Rezilienca
17. Zhvillimi Moral
18. Zhvillimi Psikologjik i Përshtetshëm
19. Vetë-Rregullimi
20. Vetë-Vlerësimi

Teoritë thelbësore



Ekzistojnë dy qasje kryesore për terapinë e lojës:

1. Terapia e lojës jo direktive është një lloj terapie loje në të cilën fëmija udhëheq, dhe terapisti e ndjek. Bazohet në parimin që fëmijët kanë një aftësi të lindur për të zgjidhur çështjet e tyre duke pasur parasysh kushtet e duhura dhe lirinë për të luajtur me ndërhyrje të kufizuar nga terapisti.
2. Terapia e lojës direktive është një lloj terapie loje në të cilën terapisti udhëheq procesin terapeutik duke përdorur aktivitete të strukturuar.

Më poshtë ju mund të gjeni disa nga teoritë kryesore të përdorura në terapinë e lojës.

Teoritë Thelbësore

Terapia e lojës për Sjelljet Konjitive

Terapia për Sjelljet Konjitive është një formë e psikoterapisë e zhvilluar fillimisht për të rriturit dhe e krijuar për të ndihmuar klientët të kuptojnë dhe përfundimisht të pranojnë dhe adresojnë mendimet dhe emocionet që ndikojnë në Sjellje.

Terapia e Lojës e bazuar në terapinë e Njohjes dhe e Sjelljes është një qasje e ndjeshme që është parë të jetë efektive kur punohet me fëmijë nga 8 vjeç e lart me çrregullime të ndryshme. Terapia e lojës për sjelljet konjitive përdoret për tju mësuar fëmijëve strategji për të ndryshuar të menduarit dhe pikëpamjet e tyre negative në mënyrë që të zhvillojnë të menduarit dhe të kuptuarit pozitiv.

Terapia e Lojës-Gestalt

Terapia e lojës Gestalt është një qasje e përqëndruar tek klienti ndaj psikoterapisë që ndihmon klientët të përqëndrohen në të tashmen dhe të kuptojnë se çfarë po ndodh vërtet në jetën e tyre tani, sesa ato që ata mund ta perceptojnë se po ndodhin bazuar në përvojën e kaluar.

Terapia e lojës Gestalt përqëndrohet në pikëpamjet holistike të fëmijës, përfshirë trupin, gjendjen e tyre emocionale dhe mendjen e tyre. Prandaj, terapia e lojës Gestalt përqëndrohet në aftësinë e fëmijës për të kuptuar se si të shprehë emocionet dhe është thelbësore për një kuptim të shëndetshëm të emocioneve të tyre.



Terapia e lojës Psikoanalitike

Terapia psikoanalitike është një formë e terapisë së thelluar e të folurit që synon të sjellë mendime dhe ndjenja të pavetëdijshme ose të varrosura thellësisht në mendjen e vetëdijshme, në mënyrë që përvojat dhe emocionet e shtypura, shpesh që nga fëmijëria, të mund të nxirren në sipërfaqe dhe të ekzaminohen.

Terapia e lojës psikoanalitike është një qasje direktive ku loja përdoret për të vendosur kontakte me klientin, si një mjet vëzhgimi, dhe nganjëherë, si diçka që promovon komunikimin interpretues. Terapia psikoanalitike përfshin terapistin në një rol të pjesëmarrësit dhe vëzhguesit. Terapisti lejon që fëmija të luajë dhe ndonjëherë mund të marrë pjesë me fëmijën në lojë, por gjithashtu do të synojë ta zhvendosë lojën në ndërveprim më verbal midis tyre kur është e nevojshme. Terapisti i lojës psikoanalitike merr përgjegjësinë të kuptojë dhe më pas të komunikojë kuptimin e lojës së fëmijës në mënyrë që të rrisë vetë ndërgjegjësimin e fëmijës për ndonjë konflikt të rëndësishëm brenda vetes.

Terapia e Lojës Jungian

Terapia Jungian është një formë e thelluar, analitike e terapisë së bisedës, e krijuar për të bashkuar pjesët e vetëdijshme dhe të pavetëdijshme të mendjes për të ndihmuar një person të ndjehet i ekuilibruar dhe i plotë. Terapia Jungian u bën thirrje klientëve të gjejnë elemente më të thella dhe shpesh më të errëta të mendjes së tyre dhe të shikojnë veten e "vërtetë" sesa veten që ata që i paraqesin botës së jashtme.



Teoritë thelbësore

Një qasje tjetër për terapinë e lojërave e zhvilluar nga Carl Jung në 1912 mbështeti terapistin për të marrë rolin aktiv të lehtësuesit me fëmijën, por jo si drejtues. Jung besonte se psiqika e fëmijës do të dinte se ku duhej të shkonte, dhe për këtë arsye, ishte detyra e terapistit ta ndiqte atje në vend që ta drejtonte. Terapia e lojës Jungian varet shumë nga terapisti për të ndërtuar besimin me fëmijën dhe për të diskutuar me ndjeshmëri me fëmijën për lojën e tyre. Mund të thuhet se terapia e lojës Jungian adopton një qasje më shumë jo direktive.

Terapia Familjare (Filial)

Terapia Familjare është një formë e terapisë familjare që përdor lojën prind - fëmijë si një nga mekanizmat kryesorë për ndryshime. Terapistët japin përgjigje për prindërit pas vëzhgimit të seancave të lojërave prind - fëmijë, duke siguruar zhvillimin e aftësive dhe duke ndihmuar prindërit të kuptojnë tematikat e lojërave të fëmijëve. Ndërsa prindërit bëhen më të aftë dhe më të kuptueshëm, ata janë në një pozitë më të mirë për të krijuar ato lloje ndryshimesh që janë të nevojshme në familjet e tyre.

Terapia Familjare është një formë e terapisë familjare që përdor lojërat prind - fëmijë si një nga terapitë kryesore të lojës me në qendër Klientin.



Terapia e Lojës me fëmijën në qendër

Terapia me në qendër personin përdor një qasje jo autoritative që lejon klientët të marrin më shumë drejtim në diskutime, në mënyrë që, gjatë procesit, ata të zbulojnë zgjidhjet e tyre. Terapisti vepron si një lehtësues i dhembshur, duke dëgjuar pa gjykuar dhe duke njohur përvojën e klientit pa lëvizur bisedën në një drejtim tjetër. Terapisti është atje për të inkurajuar dhe mbështetur klientin dhe për të udhëhequr procesin terapeutik pa ndërprerë ose ndërhyrë në procesin e vetë-zbulimit të klientit.

Terapia e lojës me në qendër fëmijën është një filozofi themelore e aftësisë së lindur njerëzore të fëmijës për të luftuar drejt rritjes dhe pjekurisë dhe një qëndrim të besimit të thellë dhe të qëndrueshëm në aftësinë e fëmijës për të qenë vetë-drejtuës në mënyrë konstruktive. Terapia e lojës me në qendër fëmijën përdor lojën, gjuhën natyrale të fëmijëve dhe marrëdhëniet terapeutike për të siguruar një mjedis të sigurt, të qëndrueshëm terapeutik, në të cilin një fëmijë mund të provojë pranimin e plotë, empatinë dhe mirëkuptimin nga terapeuti dhe të përpunojë përvojat dhe ndjenjat e brendshme përmes lojës dhe simboleve. Terapia e lojës me në qendër fëmijën përqendrohet në krijimin e lidhjeve me fëmijën në mënyra që do të nxisin potencialin e fëmijës për të lëvizur drejt integritit dhe mënyrave të vetë-përmirësimit të qenies.

Teknikat Kryesore



Terapia e lojës i referohet një numri të madh të metodave të trajtimit, të gjitha duke aplikuar përfitimet terapeutike të lojës.

Këtu janë disa prej tyre.

Terapia e lojës me rërë

Një tabaka me rërë, lodra të vogla, objekte miniaturë dhe mbase ca ujë - këto sende të thjeshta janë baza për terapinë me rërë. Përdorimi i komponentëve të lojës me rërë në një mjedis terapeutik praktikohet gjerësisht me një larmi klientësh, në ambiente të ndryshme dhe për një spektër të gjerë të çështjeve klinike. Mund të përdoret me sukses nga profesionistë të shëndetit mendor nga të gjitha disiplinat dhe të gjitha qasjet teorike dhe klinike.



Metaforat dhe tregimet

Metafora, tregimi i historive dhe terapia e lojës janë mjete me të cilat një terapist lojrash mund të hyjë në botën e brendshme të një fëmije, të ndihmojë fëmijën të kuptojë atë botë, të lidhet me të tjerët dhe të zbulojë zgjidhje për problemet. Metafora dhe tregimet i udhëzojnë klientët të përdorin trurin e duhur, anën krijuese, për të lidhur pikat e jetës së tyre në mënyra kuptimplote. Fëmijët përfshihen në përpunim jo të ndërgjegjshëm, simbolik dhe realizojnë zgjidhje ndërsa dëgjojnë histori, kështu që tregimi i historive, si metafora dhe loja, lejon komunikimin në nivele të shumëfishta. Përdorimi i metaforave në terapinë e lojës mund të jetë direktiv ose jo direktiv.

Artet Shprehëse

Përdorimi i artit, muzikës, vallëzimit, dramës, poezisë, tregimit dhe modalitete të tjera shprehëse aplikohet gjerësisht në terapinë e lojërave. Nocioni që krijimi i diçkaje shton një thellësi të vetë-hulumtimit në terapi, i dallon artet shprehëse në terapinë e lojërave nga shumica e qasjeve të tjera të terapisë së lojërave, në të cilat loja dhe ndërveprimi midis lodrave apo pajisjeve të parapërgatitura dhe atyre të disponueshme është fokusi më qëndror.

Kjo qasje ndaj terapisë përdor dëshirën tonë të lindur për të krijuar - qoftë muzikën, artin, lojën, dramën, vallëzimin, poezinë ose forma të tjera artistike - si një mjet terapeutik për të ndihmuar në iniciimin e ndryshimit. Në terapinë e arteve shprehëse, ju përdorni shqisa të shumta për të eksploruar botën tuaj të brendshme dhe të jashtme përmes përvojës dhe krijimit të formave të ndryshme të artit.



Terapia e Arteve Kreative është përdorimi i qëllimshëm i materialeve dhe mediave të artit pamor në ndërhyrje, këshillim, psikoterapi dhe rehabilitim; ajo përdoret me individë të të gjitha moshave, familjeve dhe grupeve.

Drama në terapinë e arteve shprehëse është një qasje aktive që ndihmon një individ të tregojë historinë e tij ose të saj për të zgjidhur një problem, të arrijë katarsis, të zgjasë thellësinë dhe gjerësinë e përvojës së tij / saj të brendshme, të kuptojë domethënien e imazheve dhe të forcojë aftësinë për të vëzhguar role personale, ndërsa rrit fleksibilitetin midis personazheve.

Në kuptimin më të gjerë, loja e kukullave funksionon për të nxjerrë jashtë konfliktin përmes veprimit simbolik. Duke u ndalur te njerëzit e vërtetë, kukullat i lejojnë një individ të zhvendosë ndjenjat nga personat domethënës me të cilët ishin lidhur fillimisht. Duke vepruar kështu, kukullat ofrojnë siguri fizike dhe psikologjike që, nga ana tjetër, fton vetë-shprehje më të madhe.

Lojëra tavoline

Lojërat në tavolinë janë një nga shumë ndërhyrjet e përdorura në terapinë e lojërave, por ato shpesh herë nuk shfrytëzohen dhe nënvlerësohen. Ato përkufizohen lehtësisht nga lloji i lojës dhe artikujt e përfshirë. Kanë pjesëza të lojës, një tavolinë, një mënyrë e përcaktuar që lojtarët të lëvizin nëpër lojë, dhe në fund të fundit një lloj qëllimi për të arritur.

Në lojërat e tavolinës, terapia e lojës (GPT) dhe zgjedhja e përdorimit të një loje tavoline mund të jetë e drejtuar nga fëmija ose terapeuti. Nëse fëmija zgjedh lojën e tavolinës, terapeuti mund të përdorë një vlerësim të strukturuar për të mësuar më shumë rreth fëmijës dhe arsyt e zgjedhjes së lojës specifike, si dhe të zbatojë ndërhyrje të përshtatshme për nevoja specifike. Nëse terapeuti zgjedh lojën e tavolinës, kjo bëhet për të nxjerre diçka specifike nga bashkëveprimi.

Për kë është Terapia e lojës?



Edhe pse të gjithë përfitojnë, terapia e lojës është veçanërisht e përshtatshme për fëmijët e moshës 3 deri në 12 vjeç.

Loja terapeutike ndihmon fëmijët me deficit social dhe emocional të komunikojnë më mire, të ndryshojnë sjelljen e tyre, të zhvillojnë aftësi për zgjidhjen problemeve, dhe të lidhen me të tjerët në mënyrë positive.

Eshtë e përshtatshme për fëmijët që kalojnë ose dëshmojnë ngjarje stresuese në jetën e tyre, të tilla si një sëmundje e rëndë ose shtrimi në spital, dhuna në familje, abuzimi, trauma, një krizë familjare ose një ndryshim shqetësues në mjedisin e tyre.

Terapia e lojës mund të ndihmojë fëmijët me probleme akademike dhe sociale, aftësi të kufizuara në të nxënë, çrregullime në sjellje, ankth, depresion, pikëllim ose zemërim, si dhe ata me çrregullime të deficitit të vëmendjes ose të cilët janë në spektrin e autizmit.

**Për kë është
Terapia e
lojës?**



Fëmijët me çrregullime të sjelljes

Një qasje premtuese për fëmijët e moshës 2 deri në 7 vjeç me sjellje çrregulluese që prodhon efekte të besueshme, të zgjatura në një afat të shkurtër kohor, është terapia e ndërveprimit prind - fëmijë. Kjo terapi trajton problemet e sjelljes së fëmijëve duke i udhëzuar prindërit të përdorin aftësitë e terapisë së lojës me fëmijët e tyre. Çdo seancë është e përqendruar në nevojat specifike të fëmijës dhe kujdestarit.

Fëmijët me probleme të atashimit

Terapia e lojës e përqendruar në atashim është një koleksion i ndërhyrjeve të përshtatura në idealisht për trajtimin e fëmijëve të vegjël që vuajnë nga problemet e atashimit gjatë dritares së brishtë neuro-zhvillimore të viteve të para të jetës. Studiuesit e zhvillimit demonstuan se loja është një element thelbësor i marrëdhënieve për një kujdestari të shëndetshme – atashim të fëmijëve dhe është jetike për zhvillimin e gjuhës, zhvillimin konjitiv/njohës dhe të marrëdhënieve tek një fëmije.

Ekziston një koleksion i mrekullueshëm i larmishëm i strategjive terapeutike të lojërave individuale, dyadike dhe familjare për të ndihmuar fëmijët me probleme të atashimit. Sigurimi i qëndrueshmërisë së marrëdhënieve dhe shoqërimit është thelbësore për krijimin e një marrëdhënieje të sigurt me fëmijën në qasjet individuale të terapisë. Ndërsa, modelet dyadike dhe familjare përfshijnë një klinikist që krijon një lidhje të sigurt bazë me kujdestarin e një fëmije, dhe më pas ndihmon kujdestarin të sigurojë komunikim në sintoni, ndër-subjektiv me fëmijën e tij / saj përmes modelimit, lojës me role, dhe / ose aktiviteteve lojë të strukturuar.

Për kë është
Terapia e
lojës?



Fëmijët me aftësi ndryshe

Literatura e ndërhyrjeve për fëmijët me aftësi të kufizuara bie në dy kategori të gjëra: "Unë mund" dhe "Unë jam".

Qasja "Unë mund" përqendrohet në maksimumin e aftësive pragmatike dhe praktike të fëmijëve. Ndërhyrje të tilla kryesisht ofrohen nga terapistët fizikë, mësuesit e arsimit special, diagnostifikuesit dhe terapistët profesional.

Qasja "Unë jam" përqendrohet në përmirësimin e ndjenjës së fëmijëve për funksionimin vetjak dhe emocional. Këto ndërhyrje janë kompetencë e praktikuesve të shëndetit mendor, përfshirë terapistët e lojërave dhe bazohet në përqëndrimin në shqisat e fëmijëve për veten, si dhe rritjen dhe zhvillimin e tyre emocional. Kur këto dy qasje janë integruar mirë, ato mund të kontribuojnë ndjeshëm në rritjen dhe zhvillimin e përgjithshëm të fëmijëve me aftësi të kufizuara. Në literaturën për punën me fëmijët me aftësi të kufizuara, theksohen tre lloje të ndërhyrjeve të terapisë së lojërave: terapi individuale, filiale, dhe lojëra në grup.

Për kë është
Terapia e
lojës?



Fëmijët që përjetojnë sëmundje mjekësore

Fëmijët me sëmundje kronike përballen me një sërë çështjesh emocionale specifike, siç janë ankthi, shqetësimi, parehati, reaksionet e traumës dhe ndjenja e izolimit dhe pikëllimit. Ata shpesh përjetojnë trishtim në lidhje me humbjen e mundësive sociale. Fëmijët me sëmundje kronike shpesh përballen me dhimbje kronike, trajtime të rënda, kufizime në aktivitet ose dietë, qëndrime të shumta në spital dhe vizita urgjence.

Loja është një mjet që mund të lidhë fëmijët me botën e tyre të përditshme, në mënyrë që ata të mund të ndajnë përvojat mjekësore dhe përvojën e sëmundjes së tyre me të tjerët. Loja është një mënyrë për të shprehur emocionet dhe mund të jetë një metodë indirekte për të çliruar trishtimin dhe ndjenjën e mërzitjes që mund të jetë e vështirë të shprehet në shtëpi, pasi fëmijët përpiqen të mbrojnë anëtarët e familjes së tyre nga pikëllimi i mëtejshëm që lidhet me kushtet e tyre mjekësore.

Loja për fëmijët, është bota e tyre, dhe ata mund të rishikojnë dhe të çlirojnë emocionet e tyre (pikëllimin dhe humbjen, trishtimin, etj ...) dhe të përpunojnë trauma në mjediset në të cilat ata kanë kontroll mbi veprimet e personazheve dhe rezultatet e situatave të ndryshme të lojës. Për shkak se ata kanë kontroll mbi lojën e shpalosur, kjo mund t'i ndihmojë ata të ndërmjetësojnë nivelin e tyre të emocioneve intensive në mënyrë që ata të mund të merren me ndjenjat e tyre në kohën e tyre dhe në mënyrat e tyre. Ky kontroll i përmirësuar dhe aftësia për të shprehur emocione përmes një mënyre të sigurt është fuqizuese për fëmijët dhe lehtëson shprehjen emocionale dhe aftësitë e zgjidhjes së problemeve.

Për kë është
Terapia e
lojës?



Mbijetuesit e traumave ndërpersonale: abuzimi dhe krimi

Një mori përvojash traumatike dhe / ose trauma ndërnjerëzore mund të ndikojnë negativisht tek fëmijët, përfshirë abuzimin dhe neglizhencën e fëmijëve dhe dhunën në familje. Trauma ndërpersonale përcaktohet si : Cdo ngjarje traumatike që një fëmijë përjeton dhe që është shkaktuar nga një person tjetër.

Studiuesit propozojnë që rimëkëmbja nga trauma ndërnjerëzore në fëmijëri kërkon rindërtimin e besimit, rifitimin e besimit, kthimin e sigurisë, rilidhjen e dashurisë dhe nevojën për të lëshuar dhe rregulluar emocionet dhe për të fituar ose rifituar një ndjenjë kontrolli, përballimi dhe kompetence.

Terapistët e lojërave me përvojë dhe të kujdesshëm mund t'i ndihmojnë më mirë këta fëmijë përmes qasjeve që i përgjigjen zhvillimeve që përfshijnë të dyja lojërat si formë natyrale e komunikimit dhe shërimit të fëmijëve, dhe një marrëdhënie ndërpersonale të shëndetshme dhe mbështetëse.

Roli i terapistit të lojës



Tetë parimet themelore të terapisë së lojës jo direktive siç përcaktohen nga Axline (1974) ofrojnë bazën për rolin e terapistit në terapinë e lojës me në qendër fëmijën siç praktikohet sot.

- ✓ Terapisti duhet të zhvillojë një marrëdhënie të ngrohtë, miqësore me fëmijën, në të cilën vendoset një raport i mirë sa më shpejt që të jetë e mundur.
- ✓ Terapisti e pranon fëmijën saktësisht ashtu siç ai/ajo është.
- ✓ Terapisti vendos një ndjenjë lejimi në marrëdhënie në mënyrë që fëmija të ndjehet i lirë të shprehë plotësisht ndjenjat e tij.
- ✓ Terapisti është vigjilent të njohë ndjenjat që fëmija po shpreh dhe i reflekton ato ndjenja përsëri tek ai në atë mënyrë që të fitojë njohuri për sjelljen e tij.
- ✓ Terapisti mban një respekt të thellë për aftësinë e fëmijës për të zgjidhur problemet e tij / saj nëse i jepet një mundësi për ta bërë atë. Përgjegjësia për të bërë zgjedhje dhe për të krijuar ndryshime është e fëmijës.
- ✓ Terapisti nuk përpiqet të drejtojë veprimet ose bisedat e fëmijës në çfarëdo mënyre. Fëmija udhëheq rrugën; terapisti vijon.
- ✓ Terapisti nuk përpiqet të shpejtojë terapinë. Është një proces gradual dhe njihet si i tillë nga terapisti.
- ✓ Terapisti përcakton vetëm ato kufizime që janë të nevojshme për të ancoruar terapinë në botën e realitetit dhe për ta bërë fëmijën të vetëdijshëm për përgjegjësinë e tij në marrëdhënie



Parimet e marrëdhënies me fëmijët

Unë nuk jam i gjithëdijshëm. Prandaj as nuk do të përpiqem të jem.

Unë kam nevojë të jem i dashur prej të tjerëve. Prandaj, unë do të jem i hapur për ti dashur fëmijët.

Unë dua të jem më pranues për fëmijën në mua. Prandaj me cudi dhe frikë do i lejoj fëmijët të ndricojnë botën time.

Unë di kaq pak për ndërlikimet komplekse të fëmijërisë. Ndaj do ti lejoj fëmijët të më mësojnë mua.

Mësoj më mirë dhe ndikohem edhe më shumë nga luftërat e mia personale. Prandaj, do të bashkohem me fëmijët në luftërat e tyre.

Unë ndonjëherë kam nevojë për një strehë. Prandaj, unë do të siguroj një strehë për fëmijët.

Më pëlqen kur jam i pranuar plotësisht si personi që jam. Prandaj, do të përpiqem të përjetoj dhe vlerësoj personin e fëmijës

Unë bëj gabime. Ato janë një deklaratë e mënyrës se si unë jam- njerëzor dhe i gabueshëm. Prandaj, unë do të jem tolerant ndaj njerëzimit të fëmijëve.

Unë reagoj dhe ndaj botën time të realitetit i ndikuar nga emocionet e mia të brendshme. Prandaj, do të heq dorë nga kuptimi që kam në realitet dhe do të përpiqem të hyj në botën e fëmijëve ashtu siç e përjeton fëmija.

Ndjehesh mirë të kesh një autoritet, të japësh përgjigje. Prandaj, do të më duhet të punoj shumë për të mbrojtur fëmijët nga unë!

Unë jam më i plotë unë ndihem e sigurt. Prandaj, do të jem i qëndrueshëm në bashkëveprimet e mia me fëmijët.

Unë jam personi i vetëm që mund ta jetoj jetën time. Prandaj, nuk do të përpiqem të qeveris jetën e një fëmije.

Unë kam mësuar shumicën e asaj që di nga përjetimet. Prandaj do ti lejoj fëmijët të përjetojnë.

Shpresa që përjetoj dhe vullneti për të jetuar vijnë nga brenda meje. Prandaj, unë do të njoh dhe pohoj vullnetin dhe identitetin e fëmijës.

Nuk mund t'i bëj dhembjet e fëmijëve dhe frikërat, irritimet dhe zhgënjimet të largohen. Prandaj unë do t'a zbus goditjen.

Unë përjetoj frikë kur jam i cënueshëm. Prandaj, me mirësi, butësi dhe brishtësi do të prek botën e brendshme të fëmijës së cënueshëm.

Dhoma e lojës



Atmosfera në dhomën e lojërave ka një rëndësi kritike, sepse kjo është ajo që ndikon fillimisht tek fëmija. Krijimi i një mjedisi miqësor për fëmijët kërkon planifikim, përpjekje dhe një kuptim të ndjeshëm se si ndihet të jesh fëmijë.

Karakteristikat e dhomës së lojës

Dhoma duhet të sigurojë:

- Privatësi nga pamja
- Lehtësi për të pastruar tapetet/mbulesën e dyshemesë.
- Atmosferë e ndritshme dhe e gëzuar.
- Shkumësa ose/dhe tabelë të bardhë të disponueshme.
- Raftet për të siguruar hapësirë të mjaftueshme që lodrat dhe materialet të shfaqen pa u mbledhur ose grumbulluar mbi njëra-tjetrën (në mënyrë ideale raftet e kutive).
- Mobilje të forta, prej druri ose sipërfaqe të forta për fëmijë: një tavolinë dhe 3 karrige (një me madhësi për të rritur)
- Një kabinet depozitimi për materiale krijuese
- Një tabaka me rërë



Dhoma e lojës



Përzgjedhja e Lodrave dhe materialeve

Lodrat dhe materialet përdoren nga fëmija në aktin e lojës për të komunikuar botën personale të fëmijës. Prandaj, duhet të zgjidhen lodra dhe materiale që lehtësojnë Shtatë elemente Thelbësore në Terapinë e Lojërave:

- vendosja e një marrëdhënie pozitive me fëmijën,
- shprehja e një game të gjerë të ndjenjave,
- eksplorimin e përvojave reale të jetës,
- testimin e kufijve të realitetit,
- zhvillimi i një vetë-imazhi pozitiv,
- zhvillimi i vetëkuptimit, dhe
- mundësi për të zhvilluar vetëkontroll.

Lodrat dhe materialet duhet të ZGJIDHEN dhe jo thjesht të mblidhen !

Prandaj, gjatë zgjedhjes së lodrave mund të bëni pyetjet e mëposhtme:

A lehtësojnë lodrat dhe materialet një gamë të gjerë të shprehjes krijuese dhe emocionale? A përfshijnë ato interesat e fëmijëve? A lehtësojnë ato lojën shprehëse dhe eksploruese? A lejojnë ato eksplorim dhe shprehje pa folur? A lejojnë ato sukses pa pasur një strukturë të caktuar? A krijojnë hapësirën për lojë të lirë (ku fëmija është i papërkushtuar)? A kanë konstrukt të fortë për përdorim intensiv? A komunikojnë mesazhin 'Ji vetja jote gjatë lojës' në vend të 'Ki kujdes'? A janë ato mjaftueshëm të thjeshta dhe të përshtatshme për moshën, aq sa të mos kërkojnë ndihmëne terapistit?

Dhoma e lojës



Lodra të jetës reale

Kjo kategori përbëhet nga lodra që janë drejtpërdrejt përfaqësuese të sendeve të botës reale, përfshirë familjet e kukullave, shtëpitë e kukullave, kukullat marionet, makinat, anijet, aeroplanët, kasën, dhe monedha për lojë ndër të tjera.



Lodra dhe materiale për lëshimin e agresivitetit

Ky grupim lodrash lejon lëshimin e emocioneve që zakonisht nuk lejohen të shprehen në ambiente të tjera dhe përfshin thes për tu gjuatur (I mbushur me ajër, në forma të ndryshme që duhet për të realizuar gjuajtje) / bop bag, ushtarë lodër, kafshë, kukulla agresive, thika gome dhe armë lodër (të cilat qëllimshëm nuk duken realiste).



Dhoma e
lojës



Lodra dhe materiale për aktivitete kreative

Kjo kategori përmban lodra dhe materiale që lejojnë kreativitetin. Rëra dhe uji janë ndoshta mjetet më të përdorura të lojërave të pa strukturuara nga fëmijët. Bojërat, materialet artizanale, balta, instrumentet muzikorë, shkop magjik, veshje/ kostume personazhesh dramash janë gjithashtu të rëndësishme për të lehtësuar shprehjen krijuese dhe emocionale.



Burime



Landreth, Garry L. (2012) *Play therapy: The art of the relationship*. Taylor and Francis.

O'Connor, Kevin J. (2016) *Handbook of Play Therapy*. Wiley.

<https://www.psychologytoday.com>



Alo ! Mik është një organizatë jo fitimprurese e krishterë që vepron në favor të fëmijëve me të cënueshëm nëpërmjet 3 sektorëve kryesorë: Qendra komunitare OAZ, Kompleksi Eden Park për kampe dhe konferenca, Ngritje kapacitetesh.

Për më shumë informacion, ju lutem na kontaktoni në adresën info@alomik.org.

Falenderime

Falenderojmë Wendy Skenderi për ekspertizën e saj në këshillat dhe editimin e materialit Gjithashtu falenderojmë stafin e Alo ! Mik për kontributin në përkthimin dhe rileximin e materialeve.

Kujdes

Qëllimi i kësaj broshurë është të sigurojë vetëm një përmbledhje të shkurtër të asaj që është terapia e lojërave dhe si mund të ngrihet një dhomë e terapisë së lojërave. Sidoqoftë, është e rëndësishme të kujtojmë që Terapia e Lojës kërkon një arsimim të gjerë, trainim dhe përvojë të specializuar.



Udhërrëfyes Terapia e Lojës

Tiranë, Gusht
2019