



# ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ & ΠΑΙΓΝΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

## 3<sup>ο</sup> ΜΑΘΗΜΑ

Εαρινό 2024-2025

Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας (0804.6.012.0) Καλούδη Σοφία Γεωργία

# Η διαδικασία της παιγνιοθεραπείας βήμα ..... βήμα

- Η 1<sup>η</sup> συνάντηση με τους γονείς-φροντιστές του παιδιού
- ❖ Ο θεραπευτής ενημερώνει τους γονείς για τα μέσα που το παιδί θα χρησιμοποιήσει κατά τη διάρκεια της συνεδρίας. Εξηγεί ότι μέσα από το συμβολικό παιχνίδι τα παιδιά θα μπορέσουν να εκφράσουν όσα δε μπορούν να σχηματίσουν στον προφορικό λόγο. Η επικοινωνία μέσα από το παιχνίδι θα βοηθήσει τα παιδιά να «επικοινωνήσουν» με τον εαυτό τους.
- ❖ Η λήψη του Κοινωνικού Ιστορικού όπου μέσα από τη συνέντευξη συλλέγονται πληροφορίες σχετικά με το ιστορικό του παιδιού, τις δεξιότητές του και τα ενδιαφέροντά του, πληροφορίες για το οικογενειακό πλαίσιο. Θα συζητηθεί το κυρίως αίτημα που προσήλθαν και να εκτιμηθεί αν έγινε παραπομπή και για ποιο λόγο.
- ❖ Ο θεραπευτής σχεδιάζει ένα ξεκάθαρο συμβόλαιο σχετικά με την θεραπευτική διαδικασία, τους κανόνες, τα όρια και τους στόχους που θέτει καθώς και τι περιμένουν οι ίδιοι από τη συγκεκριμένη παρέμβαση (Robertson, 2017).

# Η 1<sup>η</sup> συνάντηση.....

- Η πρώτη επαφή με το θεραπευτή μπορεί να προκαλέσει άγχος στο παιδί αλλά και στους γονείς. Ένας πιο ευχάριστος τρόπος είναι η γνωριμία να γίνει με ένα «παιχνίδι γνωριμίας», για να νιώσουν πιο άνετα( π. χ με μια γαντόκουκλα). Στη συνέχεια παιδί και θεραπευτής ξεκινούν το «οικοδόμημα» μιας σχέσης που θα στηρίζεται στους κανόνες και τα όρια πάντα με την ενεργή συμμετοχή του παιδιού. Μαζί καθορίζουν το χώρο, την ημέρα και την ώρα συνάντησης. Ο θεραπευτής ρωτά το παιδί αν είναι ενήμερο σχετικά με τη διαδικασία και αν επιθυμεί να εστιάσουν σε κάτι διαφορετικό από το αίτημα των γονιών. Το συμβόλαιο μπορεί να έχει τη μορφή ζωγραφιάς ή ιχνογραφήματος που θα ανατρέχουν κάθε φορά για επαναπροσδιορισμό του συμβολαίου. Η ενδιάμεση ενημερωτική συνεδρία είναι μέρος του θεραπευτικού σχεδιασμού.
- Το μοντέλο της Παιγνιοθεραπείας ονομάζει τις συνεδρίες «κύκλους». Σύνηθες αριθμός συνεδριών είναι οι 10 (δέκα), επαναξιολογούμε και ανανεώνουμε νέο κύκλο ανάλογα τις ανάγκες που προκύπτουν.
- Η συμβουλευτική γονέων λειτουργεί ως γέφυρα της Θεραπείας του παιδιού και όσα οι γονείς μπορούν να υποστηρίξουν στη θεραπευτική αλλαγή.
- <https://youtu.be/reJpo-GaopM>

# Μέσα από τη ματιά του Θεραπευτή

- Ο Θεραπευτής παρατηρεί:
  - Τη συγκέντρωση και τον τρόπο που οργανώνει ένα παιχνίδι
  - Τις επιθυμίες και τα συναισθήματα ή μη που εκφράζει
  - Ποιο παιχνίδι δε μπορεί να παίξει και γιατί
  - Το βαθμό επικοινωνίας με το περιβάλλον
  - Πως αλληλεπιδρά με αυτό
  - Τη χρήση του χρόνου και των χωρικών εννοιών
  - Πως παρουσιάζει τον εαυτό του
  - Τα λεκτικά μηνύματα και ο τρόπος που εκφράζεται μέσω της γλωσσικής επικοινωνίας
  - Πως χειρίζεται την εξωλεκτική επικοινωνία.
- Ότι τα παιδιά κατά τη διάρκεια της Θεραπείας μπορεί να εμφανίσουν επαναστατική διάθεση απέναντι στους γονείς τους. Αυτή η συμπεριφορά είναι αναμενόμενη καθώς το παιδί μέσα από αυτό ισχυροποιεί το «εγώ» του.

# Κλείσιμο & αξιολόγηση

- Με το τέλος των 10 συνεδριών, θα γίνει η συνάντηση με τους γονείς όπου θα γίνει μια παρουσίαση επίτευξης αρχικών στόχων καθώς και οι αλλαγές που έχουν επιτευχθεί στο παιδί τους σύμφωνα με το αρχικό αίτημα.
- Η κλινική εποπτεία, είναι απαραίτητη στην παιγνιοθεραπευτική διαδικασία όπως και σε κάθε θεραπευτική σχέση για τη διασφάλιση του θεραπευόμενου αλλά και την συνεχή υποστήριξη και αποφόρτιση του θεραπευτή.
- [https://youtu.be/\\_4onwAdxCs0](https://youtu.be/_4onwAdxCs0)

# Τα Θεραπευτικά στάδια (Clark Moustakas,1973)

- Στο βιβλίο του «The child 's discovery of himself» επικεντρώνει την προσοχή του στη δυαδική σχέση προκειμένου να υπάρξει ωρίμανση προς την αλλαγή.
- Έκφραση διάχυτου αρνητικού συναισθήματος κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού
- Αμφιλεγόμενα συναισθήματα (άγχος, θυμός)
- Αρνητικά συναισθήματα προς τους γονείς, αδέρφια ή άλλους
- Αντικρουόμενα συναισθήματα θετικά και αρνητικά
- Συναισθήματα είτε αρνητικά είτε θετικά που αντιστοιχούν όμως ρεαλιστικά στις καταστάσεις που βιώνει το παιδί.

## 1<sup>ο</sup> Στάδιο

### Η δημιουργία της θεραπευτικής σχέσης

- Τα παιδιά όταν εισέρχονται στο δωμάτιο της παιγνιοθεραπείας στην αρχή παρά το γεγονός ότι ο χώρος είναι αρκετά ελκυστικός και κοντά στα ενδιαφέροντά τους είναι πολύ επιφυλακτικά. Ο θεραπευτής είναι αυτός που μέσα από κατάλληλους χειρισμούς θα βοηθήσει το παιδί να νιώσει οικεία και να αισθανθεί ασφάλεια. Το συμβόλαιο είναι το μέσο που εκεί πάνω θα οικοδομηθεί η θεραπευτική σχέση.

## 2° Στάδιο Δοκιμάζοντας τα όρια

- Το παιδί αρχίζει και δοκιμάζει τα όρια του θεραπευτή και υιοθετεί συμπεριφορές που στο οικογενειακό πλαίσιο είναι μη αποδεκτές.
- Διακατέχεται από αμφιλεγόμενα συναισθήματα για το θεραπευτή. Από τη μια θέλει να τον εμπιστευτεί από την άλλη συγχρόνως φοβάται.
- Σταδιακά όσο αισθάνεται ασφάλεια αρχίζει να αναπτύσσει σχέση με το θεραπευτή.

## 3° Στάδιο αποδοχή αρνητικών συναισθημάτων

- Σταδιακά, μαθαίνει πως είναι αποδεκτό να εκφράζει θετικά αλλά και αρνητικά συναισθήματα μέσα από διάφορα υλικά ( άμμο, πηλό, παραμύθι)
- Αποδέχεται τα αρνητικά του συναισθήματα. Όταν αυτά εκφραστούν τότε μπορούμε να τα εξερευνήσουμε και να τα κατανοήσουμε
- Το παιδί παίζει και επιδιώκει τη βλεμματική επαφή και τη σωματική εγγύτητα
- Χρησιμοποιεί υλικά για να δημιουργήσει απόσταση από τα οδυνηρά συναισθήματα

# Τελικό στάδιο Σταθεροποίηση και κλείσιμο

- Ο θεραπευτής οδηγεί το παιδί να κατανοήσει ότι έχει την ευθύνη του εαυτού του και της συμπεριφοράς του και η αλλαγή θα επέλθει μόνο αν το επιδιώξει
- Μέσα από την αποδοχή και το θετικό καθρέφτισμα το παιδί σταδιακά αποκτά αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση
- Το παιδί έχει αναπτύξει κοινωνικές δεξιότητες και εκφράζει θέματα που τον απασχολούν
- Αυξάνεται η ικανότητα για μάθηση δημιουργώντας ευχάριστο κλίμα στο σχολείο
- Μέσα από το παιχνίδι έχει αναπτύξει την ενσυναίσθηση και την ευαισθησία να δημιουργεί φιλίες

# Τα όρια στη Θεραπεία

- Τα παιδιά χρειάζεται να συνειδητοποιούν πως έχουν επιλογές και ότι οι συνέπειες σχετίζονται με τη συμπεριφορά τους.
- Τα όρια τα θέτουμε γιατί επιτρέπουν την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού μέσα σε ένα πλαίσιο αποδοχής και ασφάλειας.
- Τα αρνητικά συναισθήματα, οι ανάγκες και οι επιθυμίες είναι αποδεκτές, όχι όμως και οι συμπεριφορές.
- Τα όρια βοηθάνε στη διασφάλιση σωματικής και συναισθηματικής ασφάλειας. Αν μέσα στη συνεδρία ο θεραπευτής αισθάνεται αγωνία για την ασφάλεια του παιδιού παύει να είναι θεραπευτική. Τα παιδιά με τα όρια αισθάνονται ασφάλεια γιατί υπάρχει προβλεψιμότητα στις αντιδράσεις και συνέπεια ανάμεσα στα λόγια και τις πράξεις.
- Η επιθετική συμπεριφορά απαγορεύεται για να μπορεί ο θεραπευτής να διατηρήσει μια ζεστή στάση αποδοχής.

# Τα όρια βοηθούν ώστε....

- Τα παιδιά να παίρνουν αποφάσεις, να ελέγχουν τον εαυτό τους και αναλαμβάνουν την ευθύνη των πράξεών τους. Ο θεραπευτής αποδέχεται όλα τους τα συναισθήματα, όμως υπάρχουν αποδεκτοί τρόποι να το εκφράσουν. Για να συγκρατήσουν το θυμό τους θα χρειαστεί να αναγνωρίσουν τη συμπεριφορά τους και να έχουν αίσθηση του αυτοελέγχου. Αυτό γίνεται με επαναφορά του ορίου. Παρέχουμε στο παιδί αποδεκτές διεξόδους για την έκφραση δύσκολων συναισθημάτων.
- **Παράδειγμα .....**
- Τα όρια επαναφέρουν το παιδί από το φανταστικό παιχνίδι στην πραγματικότητα.
- Τα όρια ενισχύονται από τη συστηματικότητα με την οποία εφαρμόζονται από το περιβάλλον. Σε περιβάλλοντα που δεν εφαρμόζονται συστηματικά κανόνες τα παιδιά ή είναι υπερβολικά προσεκτικά ή δοκιμάζουν τα όρια.
- Τα όρια λειτουργούν θεραπευτικά δίνουν αίσθηση ασφάλειας τα παιδιά επανέρχονται στην πραγματικότητα.
- Τα όρια δίνουν στο παιδί να κυριαρχήσει πάνω στα συναισθήματά του.

# Τα όρια παραβιάζονται;

- Αν το παιδί επιθυμεί κάτι και δεν μπορεί να το έχει θεραπευτής αναγνωρίζει τα συναισθήματά του μέσα από τη συνειδητή άρνηση. Αποδέχεται το θυμό του ακόμα και αν σπάσει τον κανόνα. Η αναγνώριση και η επεξεργασία γίνεται μέσα στο παιχνίδι.

- Τι κάνουμε αν ένα παιδί παραβιάζει τα όρια;
- Αναγνωρίζουμε τα συναισθήματά του και τις επιθυμίες του
- Υπενθυμίζουμε το όριο
- Προτείνουμε εναλλακτικές λύσεις

# Στάδια προς τη Θεραπευτική οριοθέτηση

## 1

- Αποδεχόμαστε τα συναισθήματά του, τους δίνουμε αξία, τα καθρεπτίζουμε γρήγορα. Λεκτικοποιούμε την κατανόησή μας και την αποδοχή μας απέναντι στα κίνητρα του παιδιού. Πριν φτάσει στη μη αποδεκτή συμπεριφορά.
- Επικοινωνούμε το όριο. Χρειάζεται να είναι ξεκάθαρο και συγκεκριμένο. Δε χρειάζεται να υπάρχει αμφιβολία τι επιτρέπεται και τι όχι.

## 2

- Προσφέρουμε στο παιδί εναλλακτικές λύσεις που οδηγούν σε θεραπευτική συνειδητοποίηση και αποδοχή.
- Όταν το παιδί σπάει τα όρια αποτελεί συνήθως μια κραυγή βοήθειας από μέρους του. Σχετίζεται με χαμηλή αυτοεκτίμηση και την ανάγκη να ξέρει ότι υπάρχουν όρια, αποδοχή και κατανόηση. Θέλει σαφήνεια στο όριο. Αν το παιδί συνεχίζει τότε ο θεραπευτής αποσύρει το συγκεκριμένο αντικείμενο ή διακόπτει τη συνεδρία να κατανοήσει ότι η επιλογή είναι δική του και να δίνεται με τρόπο ώστε να γνωρίζει ότι είναι ευθύνη του.

# Παράδειγμα Θεραπευτικής οριοθέτησης

- **Θ.** Κώστα παρατηρώ ότι είσαι πολύ θυμωμένος μαζί μου
  - **Κ.** Ναι και θέλω να σε πυροβολήσω
  - **Θ.** Είσαι τόσο θυμωμένος που θα ήθελες να με πυροβολήσεις; Αλλά εγώ δεν είμαι για να με πυροβολείς!
  - **Κ.** Δε μπορείς να με σταματήσεις, κανένας δε μπορεί να με σταματήσει εμένα.
  - **Θ.** Πράγματι είσαι τόσο δυνατός που κανένας δε μπορεί να σε σταματήσει. Αλλά εγώ δεν είμαι για να με πυροβολείς. Μπορείς να κάνεις πως αυτή η κούκλα είμαι εγώ και να την πυροβολήσεις.
  - **Κ.** Ο Κώστας γυρνά και πυροβολεί την κούκλα.
- Σε αυτό παράδειγμα το συναίσθημα εκφράστηκε και το παιδί ανέλαβε την ευθύνη για το συναίσθημα και για τη συμπεριφορά του. Είναι ένα βήμα προς τον αυτοέλεγχο, και τη θεραπευτική συνειδητοποίηση ότι αποδεχόμαστε τα συναισθήματα.

# Ο ρόλος του Θεραπευτή

- Ο ρόλος του θεραπευτή είναι να διατηρεί ενεργητική ακρόαση καθ' όλη τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας, να κατανοεί και να απαντάει με ένα τρόπο που να βοηθάει το παιδί στην οργάνωση των σκέψεών του και των συναισθημάτων του. Στη μη κατευθυντική παιγνιοθεραπεία ο θεραπευτής σέβεται τις «σιωπές» που δημιουργούνται και δε χρειάζεται να επηρεάζει αυτές με διαδοχικές ερωτήσεις. Η θεραπεία εστιάζει στην επαφή και επικοινωνία που υπάρχει όταν κανείς βρίσκεται στο παρόν και ο λόγος δεν είναι απαραίτητος. Ο θεραπευτής παρατηρεί τυχόν ασυνέπειες ανάμεσα στη γλώσσα του σώματος και σε όσο το παιδί εκφράζει λεκτικά και διερευνά τη ρίζα αυτής της ανακολουθίας. Ο θεραπευτής παίζει το ρόλο που του έχει αναθέσει το παιδί και ζητάει όσο περισσότερες πληροφορίες για το ρόλο μένοντας πιστός σε αυτό που θέλει να εκφράσει το παιδί.
- Παράδειγμα.....

# Καθρέφτισμα

- Από τα πιο σημαντικά εργαλεία του θεραπευτή στην Παιγνιοθεραπεία.
- Η διαδικασία του καθρεφτίσματος δεν εμπεριέχει τον έπαινο, την ερμηνεία του κινήτρου ή τη λύση του προβλήματος. Μοιράζεται με το παιδί τι κατάλαβε και ποια συναισθήματα αναδύθηκαν στο παιχνίδι, στους ήρωες ή στον ίδιο. Υποβοηθά την αυτοπαρατήρηση, σε ένα βαθύτερο επίπεδο ώστε να το οδηγήσει σταδιακά στην επίγνωση των συναισθημάτων του. Αυτό το μοίρασμα βοηθά το παιδί να αισθάνεται λιγότερο απομονωμένο από αυτό που βιώνει. Το καθρέφτισμα γίνεται με προσοχή δίχως κριτική χροιά προς το παιδί. Το παιδί χρειάζεται να είναι ελεύθερο να λάβει το σχόλιο του θεραπευτή στο μέτρο που κρίνεται ορθό, ότι το βοηθά να προχωρήσει. Το καθρέφτισμα γίνεται με γλώσσα κατανοητή χωρίς ωστόσο ο θεραπευτής να παπαγαλίζει τα λόγια του παιδιού (Robertson, 2017).

# Αυτοεπίγνωση και οριοθέτηση

- Στην Παιγνιοθεραπεία ο Θεραπευτής είναι σημαντικό να είναι όσο πιο ειλικρινής με τον εαυτό του, με αυτά που σκέφτεται και αισθάνεται. Η αυτογνωσία βοηθάει το Θεραπευτή να είναι ανοικτός στα συναισθήματα και στις εμπειρίες των άλλων. Αν δεν έχει επίγνωση των αντιδράσεων και των συναισθημάτων του, τότε μπορεί να δυσκολευτεί να ξεχωρίσει τα συναισθήματα μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης. Η μεταβίβαση αποτελεί θεμελιώδη έννοια της ψυχανάλυσης και περιγράφει αυτό που συμβαίνει στη δυαδική σχέση ανάμεσα Θεραπευτή και παιδιού. Το παιδί μεταβιβάζει στο πρόσωπο του Θεραπευτή ένα σύνολο συναισθημάτων που δε δικαιολογούνται από την πραγματική σχέση προς το Θεραπευτή, αλλά πηγάζουν από άλλες σχέσεις, άλυτες συγκρούσεις ή από ασυνείδητες επιθυμίες και του δίνεται η ευκαιρία να εκφραστούν σε μια νέα σχέση στο πρόσωπο που αποπνέει ασφάλεια και εμπιστοσύνη.
- Η αντιμεταβίβαση είναι το σύνολο των στάσεων και των συναισθημάτων που ο Θεραπευτής εκφράζει απέναντι στο παιδί.
- Καθοριστικός ο ρόλος της εποπτείας.

## ΔΕΙΤΕ ....

- <https://youtu.be/l-Jqj3WrrRU>
- [https://youtu.be/\\_4onwAdxCs0](https://youtu.be/_4onwAdxCs0)
- <https://youtu.be/reJpo-GaopM>
- <https://youtu.be/T9j6rQ4rtQY> (ειδική εκπαίδευση)
- <https://youtu.be/T9j6rQ4rtQY>
- <https://youtu.be/kOmkx8AjN44>
- <https://youtu.be/wiX9MEYmSLM>



ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!!!