



# Θεραπευτικό Παιχνίδι & Παιγνιοθεραπεία 4<sup>ο</sup> Μάθημα



Εαρινό 2025-2026

Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας (0804.6.012.0)

Καλούδη Σοφία Γεωργία

# Ανθρωπιστικές & Προσωποκεντρικές επιρροές

- Ο **A. Maslow** και ο **C. Rogers** πίστευαν ότι οι άνθρωποι κάτω από τις κατάλληλες συνθήκες μπορούν να αξιοποιήσουν το δυναμικό τους & να φτάσουν στην αυτοπραγμάτωση. Τις ίδιες αρχές ασπάζεται και η Παιγνιοθεραπεία η οποία λειτουργεί με το γνώμονα της αυτοπραγμάτωσης. Κάποιες φορές παρεισφρέουν εμπόδια σε αυτή τη φυσική εξέλιξη, όπως στην περίπτωση κακοποίησης ή παραμέλησης ή άλλου τραύματος που δεν επιτρέπουν στο άτομο να αισθανθεί ότι είναι αξιαγάπητο και ότι έχει την ικανότητα να αγαπήσει.
- Ο **Rogers**, (1942) ιδρυτής της Προσωποκεντρικής ψυχοθεραπείας, πίστευε ότι ο ρόλος του θεραπευτή είναι να παρέχει τις κατάλληλες συνθήκες ώστε το άτομο να φτάσει στην αυτοπραγμάτωση. Πίστευε ότι το άτομο έχει την ικανότητα να επιλύει τα προβλήματά του αποτελεσματικά και να οδηγείται προς την ανάπτυξη και τη συνειδητοποίηση.

# Η προσωποκεντρική Παιγνιοθεραπεία

- Η V. Axline,(1950) ανέπτυξε την Προσωποκεντρική Παιγνιοθεραπεία, σύμφωνα με την οποία το παιχνίδι είναι το φυσικό μέσο επικοινωνίας του παιδιού. Κατά τη διάρκεια της θεραπείας δίνεται η ευκαιρία στο παιδί να «παίξει» τα συναισθήματά του και τα προβλήματά του αντί να τα συζητήσει. Ο πρωτοπόρος της Προσωποκεντρικής Θεραπείας (Moustakas,1953) αναφέρει ότι το πιο σημαντικό εφόδιο του θεραπευτή είναι να είναι συγκεντρωμένος, ανοιχτός, δεκτικός και απόλυτα παρόν κατά τη διάρκεια της θεραπείας. Στόχος η διαμόρφωση μιας αυθεντικής σχέσης, να χαίρεται να παίζει με το παιδί, έτσι ώστε το παιδί σε κλίμα ελευθερίας και αποδοχής να μοιραστεί τον εσωτερικό του κόσμο.

# Η Προσωποκεντρική Παιγνιοθεραπεία

- Ο ίδιος υποστηρίζει ότι στο συμβολικό παιχνίδι τα αντικείμενα αποκτούν διαφορετικό νόημα ανάλογα με ότι απασχολεί τα παιδιά στην τρέχουσα φάση της ζωής τους. Ο θεραπευτής αποδέχεται τα σύμβολα, όπως τα χρησιμοποιεί το παιδί και δεν προσπαθεί με κανένα τρόπο να τα αλλάξει ή να δώσει δικές του ερμηνείες. Η αυτογνωσία του θεραπευτή και να είναι σε επαφή με τα πιστεύω, τις αξίες, τις δυνατότητές, τα ταλέντα αλλά και τις αδυναμίες του. Όσο καλύτερα γνωρίζει τον εαυτό του τόσο γίνεται πιο δεκτικός και ανοικτός με τους άλλους (1997).

# Η Προσωποκεντρική Παιγνιοθεραπεία

Η Axline πίστευε ότι το παιδί έχει την ικανότητα να επιλύσει το ίδιο τα προβλήματά του, εάν το περιβάλλον της σχέσης με τον θεραπευτή διακρίνεται από σταθερότητα και ασφάλεια. Η ίδια χρησιμοποίησε την τεχνική της αντανακλαστικής προσεκτικής ακρόασης του Rogers, η οποία βασίζεται στις αρχές της ενσυναίσθησης, της εγκαρδιότητας, της αποδοχής και της γνησιότητας (McMahon, 1992).

# Τα χαρακτηριστικά του προσωποκεντρικού παιγνιοθεραπευτή

- Η ανάπτυξη ζεστής, φιλικής και ανεκτικής σχέσης, ο σεβασμός στις ικανότητες του παιδιού και η αποδοχή της πρωτοβουλίας του λειτουργούν κατά τέτοιο τρόπο, ώστε το παιδί να νιώσει άνετα για να μπορέσει να εκφράσει τα συναισθήματά του. Η ετοιμότητα του θεραπευτή να αναγνωρίζει αυτά τα συναισθήματα, και να μπορεί επίσης να τα προβάλλει στο παιδί με τρόπο ενορατικό, το βοηθά να αναγνωρίσει τον εαυτό του (Axline, 1947).
- Ουσιαστικά, το παιδί είναι αυτό που δείχνει τον δρόμο και ο θεραπευτής ακολουθεί, χωρίς να βιάζει, τη θεραπευτική διαδικασία. Η ευθύνη του θεραπευτή είναι να δημιουργήσει έναν χώρο ασφάλειας και ζεστασιάς, καθώς βάλει τα όρια της πραγματικότητας και της φαντασίας που θα επιτρέψουν στο παιδί να κάνει τις επιλογές του νιώθοντας σιγουριά για αυτές. Στο μη κατευθυνόμενο παιχνίδι, το παιδί αφήνεται απόλυτα ελεύθερο να παίξει και οι κανόνες που του τίθενται είναι όσο το δυνατόν λιγότεροι (Axline, 1947).

# Τα χαρακτηριστικά του προσωποκεντρικού παιγνιοθεραπευτή

- Σε πρακτικό επίπεδο, ο θεραπευτής πρέπει να ρυθμίσει τα εξής:
- α) αφού προβεί σε μια ψυχολογική αξιολόγηση του παιδιού, να καταστρώσει το σχέδιο παρέμβασης και να θέσει τους θεραπευτικούς στόχους της
- β) να αποφασίσει εάν, στη συγκεκριμένη περίπτωση που αναλύει, το παιχνίδι είναι χρήσιμο σαν μέσο θεραπευτικό
- γ) εάν ναι, θα πρέπει να αποφασίσει για το είδος και τον ιδιαίτερο χαρακτήρα του παιχνιδιού που θα ενσωματώσει στη θεραπεία. Αυτό που έχει κυρίως σημασία από την πλευρά του θεραπευτή είναι να έχει καταλάβει πολύ καλά το πόσο ιαματικό είναι το παιχνίδι και να έχει εμβαθύνει στην ουσία του, να το συμπεριλάβει στην παρέμβαση.
- Τέλος η συγκεκριμένη περίπτωση παιδιού που αναλύει κάθε φορά – η κρίση του να είναι ορθή σχετικά με το παιχνίδι που επιλέγει ως ενδεικνυόμενη μέθοδος θεραπείας (Cattanach, 2003).

## Τα τρία στάδια του παιχνιδιού (Sue Jennings)

- Η Jennings, εισάγει ένα αναπτυξιακό μοντέλο στην Παιγνιοθεραπεία, το οποίο χωρίζει το παιχνίδι σε τρία στάδια. Ανάλογα τη ψυχοσωματική εξέλιξη των παιδιών (σωματική, γνωστική, συναισθηματική και κοινωνική). Το παιδί ανάλογα με την ψυχοσυναισθηματική του ανάπτυξη έχει τη δυνατότητα να βρίσκεται σε κάποια από αυτά τα στάδια παιχνιδιού. Συχνά όταν ένα παιδί συναντάει δυσκολίες στην ανάπτυξη του έχει την τάση να προσκολλάται ή να παλινδρομεί σε κάποια στάδια παιχνιδιού.
- Ο παιγνιοθεραπευτής τότε βοηθάει το παιδί να παίξει με τα αντίστοιχα παιχνίδια με στόχο να δεχθεί τις διορθωτικές εμπειρίες, που θα το βοηθήσουν να ξεπεράσει τις δυσκολίες του. Σε όποιο στάδιο του παιχνιδιού και αν βρίσκεται. Αυτό που είναι σημαντικό είναι η συμβολική διαδικασία καθώς το παιδί παίζει με διάφορα αντικείμενα ή παιχνίδια καθώς δημιουργεί εικόνες σενάρια και ιστορίες.

# Η ατμόσφαιρα μέσα στην παιγνιοθεραπεία

- Σύμφωνα με την Axline (1974) η προσωποκεντρική παιγνιοθεραπεία παρέχει την ευκαιρία σε ένα παιδί να βιώσει την ανάπτυξή του κάτω από τις πιο ιδανικές συνθήκες. Το δωμάτιο παιγνιοθεραπείας είναι ένας τόπος ασφάλειας, όπου εκεί το παιδί είναι ο πρωταγωνιστής. Υπάρχει μια ειλικρίνεια και ένα σφρίγος στον τρόπο που τα παιδιά αντιδρούν μέσα σε αυτό το πλαίσιο. Τα συναισθήματά τους, οι αντιδράσεις τους και οι σκέψεις τους ξεδιπλώνονται.
- Μέσα σε αυτό τον ιδιαίτερο χώρο βιώνει μια μοναδική εμπειρία: την άδεια να είναι ο εαυτός του. Μπορεί να είναι το ίδιο «ο αρχιτέκτονας» του κόσμου του, να φτιάξει τα «κάστρα» του και – με τα πλάσματα της φαντασίας του – να τα επανδρώσει όπως αυτό θέλει, έχει το δικαίωμα της επιλογής και της απόρριψης, της δόμησης και της αποδόμησης. Μέσα σε αυτό το περιβάλλον αναδύονται νέα συναισθήματα και το παιδί είναι πια ικανό και έχει το σθένος να τα αντιμετωπίζει κατά πρόσωπο. Σιγά σιγά ανακαλύπτει ότι μέσα από την αναζήτηση του εαυτού του «ανοίγει μια πόρτα» για την ευρύτερη κατανόηση όλων των ανθρώπων.

# Η συμβολική φύση του παιχνιδιού

- Η συμβολική φύση του παιχνιδιού προστατεύει το παιδί επιτρέποντάς του να διατηρήσει μία ψυχολογική απόσταση ασφαλείας από τις εμπειρίες του.
- Παράλληλα, οι φανταστικές καταστάσεις που δημιουργούνται δίνουν στο παιδί τη δυνατότητα να μετασχηματίσει τα βιώματά του. Ένα παιδί που μπορεί να ακολουθήσει τα στάδια αυτά θα έχει την ευελιξία να ξεχωρίζει την πραγματικότητα από τη φαντασία, θα μπορεί να επιλύει με μεγαλύτερη άνεση τα προβλήματά του και θα ενσωματωθεί αργότερα στην κοινωνία με περισσότερη ασφάλεια και αυτοπεποίθηση.

# 1. Το ενσωματικό παιχνίδι

- Είναι αυτό στο οποίο πρωταγωνιστεί το σώμα με όλες του τις αισθήσεις και τις λειτουργίες του κατά τη διάρκεια των δύο πρώτων χρόνων του βρέφους.
- Παρατηρούμε αποκλειστικά αυτό το είδος παιχνιδιού. Η φροντίδα της μητέρας συντελεί στην υγεία ανάπτυξη των αισθήσεων του παιδιού και είναι άκρως απαραίτητες σε αυτό το στάδιο.
- Η επαφή και αλληλεπίδραση μητέρας βρέφους βοηθάει το δεύτερο να έρθει σε επαφή με τα συναισθήματά του και τον εσωτερικό του κόσμο κατά τη διάρκεια του σωματικού παιχνιδιού. Τα παιδιά εξερευνούν το περιβάλλον και δέχονται σωματικά ερεθίσματα με αυτό τον τρόπο αποκτούν συνείδηση του σώματός τους, ουσιαστική για την ανάπτυξη της ταυτότητάς τους.
- Χρησιμοποιούν το φαγητό για να εκφραστούν καλλιτεχνικά, μιμούνται ήχους και εκφράσεις προσώπων, παίζουν με νερό, άμμο, πηλό, μουσικά όργανα, κρέμες, φρούτα, κοχύλια κ.α.
-

## 2. Το προβολικό παιχνίδι

- Το προβολικό παιχνίδι αναπτύσσεται στην ηλικία περίπου των 2 ετών όταν το παιδί ξεκινάει να προσποιείται σε αυτό το στάδιο προβάλλει ιδέες, συναισθήματα και εμπειρίες αντικείμενα από το περιβάλλον και δημιουργεί ιστορίες που έχει βιώσει ή που θα ήθελε να βιώσει στο μέλλον κατά τη διάρκεια του προβολή του παιχνιδιού το παιδί ανακαλύπτει τον κόσμο γύρω του πιάνοντας και εξερευνώντας διάφορα αντικείμενα. Μερικές φορές μπορεί να συνδυάσει τον σωματικό με το προβολικό παιχνίδι όπως για παράδειγμα φτιάχνοντας ένα τέρας με πλαστελίνη και επινοώντας μία ιστορία.
- Σε αυτό το στάδιο το παιδί αρχίζει να μιμείται τους ήχους γύρω του και σταδιακά μαθαίνει να ασκεί έλεγχο στον ευρύτερο περιβάλλον, κατηγοριοποιώντας τα παιχνίδια του και αναγνωρίζοντας τα σχήματα.
- Καθώς το παιδί αναπτύσσεται, η ικανότητά του να προσποιείται αντικατοπτρίζεται στο συμβολικό παιχνίδι. Τα αντικείμενα γίνονται παιχνίδια όπως για παράδειγμα ένα τούβλο μπορεί να γίνει σπίτι. Το παιδί χρησιμοποιεί τα παιχνίδια για να προβάλλει τις ιδέες και τα συναισθήματά του. Έτσι πρώτα αναθέτει ρόλους στα παιχνίδια του και μετά υποθέτει και το ίδιο κάποιον ρόλο. Τα προβολικά παιχνίδια αποτελούνται από ζώα, φράχτες, αυτοκίνητα, αεροπλάνα, κούκλες, ζωγραφιές, βιβλία . Είναι σημαντικό να υπάρχουν όρια στο χρόνο και το χώρο του παιχνιδιού καθώς και οι βασικοί κανόνες. Έτσι το προβολικό παιχνίδι μπορεί να λάβει χώρα σε μία αμμοδόχο, σε ένα κομμάτι χαρτί ή σε ένα χαλί .

### 3. Το παιχνίδι ρόλων

- Το δραματικό παιχνίδι αναπτύσσεται στην ηλικία των τριών ή των τεσσάρων ετών όπου το παιδί φαντάζεται ολόκληρες σκηνές και υποδύεται χαρακτήρες. Για παράδειγμα ένα κορίτσι μπορεί να παίξει το ρόλο της μητέρας που καθαρίζει το σπίτι, πλένει ή ντύνεται για ένα πάρτι. Στην ηλικία των τεσσάρων με πέντε ετών το παιδί υποδύεται περισσότερους ρόλους το ίδιο αντί να τους προβάλλει στα αντικείμενα.
- Το παιχνίδι γίνεται πιο περίπλοκο και περιλαμβάνει: το ντύσιμο, τη δημιουργία του σκηνικού, την αντίθεση ρόλων και τη δημιουργία διαλόγων.
- Το δραματικό παιχνίδι αναπαριστά καθημερινές σκηνές της ζωής ή ακόμα και φανταστικές. Από την ηλικία των πέντε ετών το παιδί αρχίζει να αυτοσχεδιάζει και να υποδύεται κοινωνικούς ή φανταστικούς ρόλους. Στην ηλικία των επτά, το παιδί έχει τη δυνατότητα να ανεβάσει ολόκληρα θεατρικά έργα χρησιμοποιώντας δραματικό παιχνίδι. Ένα παιδί που παίζει πολλούς ρόλους θα είναι πιο ευπροσάρμοστο κατά την ενήλικη ζωή του σε σχέση με ένα παιδί που δεν του έχει δοθεί αυτή η ευκαιρία. Τα παιχνίδια που ενθαρρύνουν το παιχνίδι ρόλων αποτελούνται από θεατρικά αντικείμενα, ρούχα, καπέλα και άλλα αξεσουάρ. Επίσης συχνά χρησιμοποιούνται κάρτες, που δείχνουν τοπία, πόλεις, βουνά, θάλασσες, κήπους, δάση, καθώς και ανθρώπους από διαφορετικές χώρες, φυλές, ηλικίες.
- Τα παραμύθια είναι απαραίτητα σε αυτό το στάδιο γιατί εμπνέουν τα παιδιά και τους προσφέρουν θέματα να παίξουν.

## Το «μαγικό χαλί»

- Το «μαγικό χαλί», είναι μία επινόηση της Ann Cattanach που προέκυψε όταν καθώς πήγαινε συχνά στα σπίτια των παιδιών, χρειάστηκε να δημιουργήσει ένα χώρο «μεταβατικό» που να ξεχωρίζει από το παιδικό δωμάτιο. Αυτός ο χώρος θα οριοθετούσε και θα έδινε ένα πλαίσιο στη θεραπευτική διαδικασία.
- Συνήθως τα παιδιά που κάνουν θεραπεία αισθάνονται ανασφάλεια και έτσι το παιχνίδι πάνω στο χαλί τα βοηθάει, παρέχοντας τους όρια και ενθαρρύνοντας την αυτοεξερεύνηση τους. Σταδιακά χτίζεται το αίσθημα της εσωτερικής ασφάλειας και αυτό ενδυναμώνεται, καθώς το παιδί εκφράζεται ελεύθερα μέσα σε ένα πλαίσιο. Αυτό που λέμε στα παιδιά είναι ότι το παιχνίδι γίνεται πάνω στο «μαγικό χαλί» γιατί το χαλί αντέχει όλα τα συναισθήματα όπως, το φόβο τον πόνο, τη θλίψη, τη χαρά και το θυμό. Έξω από το χαλί σταματάει το φανταστικό παιχνίδι, βγαίνουμε από τους ρόλους μας και επιστρέφουμε πάλι στην πραγματικότητα.
- Το «μαγικό χαλί» βοηθάει τα παιδιά να ξεχωρίζουν πότε βρίσκονται στο φανταστικό κόσμο της φαντασίας και πότε επιστρέφουν ξανά στο «εδώ και τώρα»(Robertson,2017).

## Τα είδη παιχνιδιού με βάση τα τρία στάδια

- Το ενσωματικό παιχνίδι  
εκφραστικό / δημιουργικό παιχνίδι:  
είδη ζωγραφικής, χαρτιά διαφόρων  
χρωμάτων, μαρκαδόροι  
κηρομπογιές, δαχτυλομπογιές,  
τέμπερες, είδη χαρτοκοπτικής,  
ψαλίδι, κόλλα, χαρτιά για κολάζ,  
αυτοκόλλητα, σελοτέιπ,  
χρυσόσκονη, πηλός, πλαστελίνη,  
ένα δοχείο με άμμο και ένα με νερό.
- Απαλά παιχνίδια: λούτρινα  
ζωάκια η κουκλάκια
- Το προβολικό παιχνίδι παιχνίδια  
που παραπέμπουν στην  
καθημερινή ζωή: κούκλες,  
πλαγιοβίλ, μικρές φιγούρες  
ανθρώπων, φιγούρες με την  
οικογένεια, διάφορα  
επαγγέλματα, σχήματα και  
μέσα μεταφοράς, ένα χάρτινο  
σπιτάκι που διπλώνει, μικρά  
έπιπλα για το σπίτι, κατοικίδια  
ζώα
- Μικρές φιγούρες: με  
φανταστικούς ήρωες, νεράιδες,  
μάγοι, μάγισσες, φιγούρες από  
παραμύθια

## Τα είδη παιχνιδιού με βάση τα τρία στάδια

- **Έκφραση της επιθετικότητας:** μία μαλακή μικρή μπάλα, πηλός, άμμος, χαρτί για σκίσιμο, εφημερίδα
- **Το κουτί του θησαυρού:** μουσικά όργανα, παιχνίδια με ήχους, σακουλάκια με μπαχαρικά, αρώματα, ενυδατική κρέμα, κοχύλια, πέτρες, κουμπιά, σαπουνόφουσκες, κορδέλες.
- **Επιθετικά και τρομακτικά παιχνίδια:** άγρια ζώα, τέρατα, δεινόσαυροι, έντομα, φίδια, στρατιωτάκια με δύο διαφορετικά χρώματα για να γίνεται μάχη, τανκς, ρομπότ, ξύλινα τουβλάκια

## Τα είδη παιχνιδιού με βάση τα τρία στάδια

- **Κάρτες:** με πρόσωπα και συναισθήματα με ανθρώπους σε δράση με τοπία, με ζώα
- **Παραμύθια:** κλασικά, σύγχρονα, από διάφορες κουλτούρες
- **Είδη κουκλοθεάτρου:** γαντόκουκλες, δαχτυλόκουκλες
- **Ο σάκος με τα διάφορα είδη ζώων:** ζώα της θάλασσας, της φάρμας, της ζούγκλας, κατοικίδια ζώα
- **Ο σάκος των ρόλων:** καπέλα, ψεύτικα κοσμήματα, μάσκες υφάσματα, αντικείμενα για δραματοποίηση, μαγικό ραβδί
- **Είδη για μαγείρεμα:** κουζινικά όλων των ειδών, φρούτα, φαγητά, λαχανικά
- **Ήδη για τη βρεφική φροντίδα :** κούκλες, μωράκι των δύο φύλων, μπιμπιρό, πάνα και πιπίλες, μπανιέρες, πάνες, βαμβάκι, χτένες, μπουκαλάκια, στολίδια μαλλιών

## Τα υλικά και τα μέσα της παιγνιοθεραπείας

- Κάθε παιδί είναι μοναδικό, και ο τρόπος που εκφράζεται είναι διαφορετικός, είναι σημαντικό να ερωτώνται τα παιδιά για το ποια παιχνίδια προτιμούν, αλλά και να είναι εξασφαλισμένη μια μεγάλη ποικιλία παιχνιδιών. Τα παιχνίδια πρέπει να είναι μελετημένα και σχεδιασμένα ώστε να βοηθούν το παιδί να εκφράσει τις ανάγκες, τα αισθήματα και τις σκέψεις του, να καλλιεργούν την περιέργειά του και να το εμπνέουν να αποκτήσει μέσα από τη χρήση τους νέες εμπειρίες. Στη θεραπεία μέσω του παιχνιδιού το παιδί «δεν περνά απλά την ώρα του», αλλά εξερευνά και εκφράζεται (Cattanach, 2003).



Δείτε: <https://youtu.be/6RkdZDf1jLY>

«Την τέχνη που κατέχεις την  
ακτινοβολείς σε κάθε σου  
πράξη» Σαμουράι Μαξίμ



Ευχαριστώ!!

Καλή ξεκούραση!!!