



Θεραπευτικό Παιχνίδι & Παιγνιοθεραπεία 6^ο Μάθημα

Εαρινό 2025-2026

Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας (0804.6.012.0)

Καλούδη Σοφία Γεωργία



Το Τραύμα

Το τραύμα και πώς αντιμετωπίζεται

Τι είναι το τραύμα;

- Το ψυχολογικό τραύμα μπορεί να δημιουργηθεί είτε από ένα μεμονωμένο γεγονός, είτε από μία σειρά γεγονότων ή ακόμη και από χρόνιες καταστάσεις που βιώνονται από μέρους του παιδιού ως κάποια μορφή απειλής σωματικής και ψυχολογικής.
- Το παιδί αισθάνεται ότι δεν μπορεί να αντιμετωπίσει το γεγονός και διακατέχεται από μία αίσθηση έλλειψης ελέγχου η οποία σωματοποιείται.
- Ο τρόπος που βιώνουν τα παιδιά ένα γεγονός που συνδέεται άμεσα με τη στάση και τα συναισθήματα των σημαντικών ενηλίκων.
- Για παράδειγμα αν οι ενήλικες αντιδράσουν με πανικό ή έδειξαν τεράστιο φόβο τότε και οι αντιδράσεις του παιδιού θα είναι εξίσου έντονες.

Το τραύμα στην βρεφική ηλικία

- Τα παιδιά που έχουν βιώσει τραυματικές εμπειρίες κατά τη βρεφική ηλικία δυσκολεύονται να τις εκφράσουν. Αυτό συμβαίνει επειδή οι εμπειρίες αυτές έχουν προηγηθεί της ικανότητάς τους για έναρθρο λόγο και έτσι βρίσκονται στο ασυνείδητο.
- Το γεγονός λοιπόν αποθηκεύεται στη μνήμη που βρίσκεται στην αμυγδαλή του εγκεφάλου και μπορεί να επανέλθει στο συνειδητό ως ανάμνηση, όταν το παιδί έρχεται σε επαφή με κάποιο έστω και ελάχιστο στοιχείο που συνδέεται με το τραυματικό γεγονός όπως, μία μυρωδιά, μία υφή ή μια εικόνα .
- Η **παιγνιοθεραπεία** μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά μέσα από το συμβολικό παιχνίδι να ανασύρουν αυτές τις μνήμες και με τη βοήθεια της θεραπευτικής σχέσης να τις επεξεργαστούν και έτσι να επέλθει ένα είδος κάθαρσης.

Δύο τύποι τραύματος

Μεμονωμένο

- Ένα γεγονός θεωρείται τραυματικό όταν πρόκειται για μία επίθεση μία σεξουαλική σωματική κακοποίηση, ένα ατύχημα, μία φυσική καταστροφή, ένα θάνατο. Ακόμη μπορεί ένα γεγονός να φαίνεται ασήμαντο όμως μπορεί να έχει επηρεάσει βαθιά το παιδί όπως για παράδειγμα εάν έχει παραστεί μάρτυρας ενός δυστυχήματος έχει μετακομίσει σε μία καινούργια πόλη ή έχει έρθει ένα καινούργιο μωρό στην οικογένεια.
- Κάποια παιδιά δεν μπορούν να αποδεχτούν και να αντιμετωπίσουν την τραυματική εμπειρία και έτσι τη σπρώχνουν στο υποσυνείδητο. Η παιγνιοθεραπεία δημιουργεί τις κατάλληλες συνθήκες για να αισθανθεί ένα παιδί έτοιμο για την επεξεργασία του τραύματος.

Επαναλαμβανόμενο

- Ένα επαναλαμβανόμενο γεγονός μπορεί να είναι μία χρόνια κακοποίηση η μία κατάσταση που έχει μεγάλη χρονική διάρκεια.
- Τα παιδιά που έρχονται για θεραπεία συχνά παρουσιάζουν μία ανησυχητική συμπεριφορά που οι κηδεμόνες δεν ξέρουν τι την προκαλεί. Στην πορεία φαίνεται να σχετίζεται με κάποια σειρά γεγονότων που έχουν υπάρξει τραυματικά και καθώς εξελίσσεται η θεραπευτική διαδικασία αποκαλύπτεται μέσα από το παιχνίδι, τι έχει συμβεί στο παρελθόν.

Δύο τύποι αντιδράσεων στα τραυματικά γεγονότα

- Αποσύνδεση ή άρνηση του τραυματικού γεγονότος
- Το παιδί μπορεί να κάνει συνεχόμενες προσπάθειες για να αποφεύγει, είτε να σκέπτεται το γεγονός είτε να εμπλέκεται σε δραστηριότητες που του το θυμίζουν. Ακόμη μπορεί να κλείνεται στον εαυτό του και να αποφεύγει τα συναισθήματά του. Όταν συμβαίνει αυτό τότε το παιδί κατακλύζεται από εικόνες και αισθήσεις που σχετίζονται με το τραυματικό γεγονός και έρχονται από το υποσυνείδητο.
- Κατά βάθος το παιδί προσπαθεί να επιλύσει το τραύμα του και ο μόνος τρόπος είναι να το επεξεργαστεί σε συνειδητό επίπεδο. Για παράδειγμα μπορεί μία μυρωδιά να είναι αρκετή για να έρθει η ανάμνηση ξανά στο προσκήνιο και να προκαλέσει βαθύ πόνο.
- Ο πόνος μπορεί να πάρει τη μορφή του φόβου και στη συνέχεια ο φόβος να γίνει φοβία αυτή η συναισθηματική αστάθεια επηρεάζει την καθημερινότητά του παιδιού και το εμποδίζει να είναι λειτουργικό στο σχολείο και στο σπίτι.

Μετατραυματικό στρες

- Τα παιδιά που βιώνουν έντονο στρες κατά τη διάρκεια ενός αρνητικού γεγονότος μπορεί να εμφανίσουν αργότερα συμπτώματα μετατραυματικού στρες. Αυτό το στρες εμφανίζεται ξανά και ξανά είτε με τη μορφή αναμνήσεων είτε μέσα από εφιάλτες. Το παιδί έχει την αίσθηση ότι αναβιώνει την τραυματική εμπειρία και ότι δεν έχει τον έλεγχο της ζωής του. Τα παιδιά που έχουν βιώσει κάποιου είδους κακοποίηση είναι πολύ πιθανό να εμφανίσουν συμπτώματα μετατραυματικού στρες. Σε αυτές τις περιπτώσεις το παιδί χρειάζεται βοήθεια και να δουλέψει συναισθήματα που είναι συντριπτικά ή που μπορεί να «θαφτούν» και να δημιουργήσουν έμμεσα προβλήματα.

5
σημάδια
μετατραυματικού
στρες στα παιδιά

- Δυσκολίες στον ύπνο για αρκετές μέρες ενίοτε και εφιάλτες που σχετίζονται με το τραύμα.
- Άγχος αποχωρισμού απροθυμία επιστροφή στο σχολείο και μαθησιακές δυσκολίες.
- Φοβίες για διάφορα ερεθίσματα
- Προβλήματα συμπεριφοράς που σχετίζονται με συναισθήματα άγχους ματαίωσης και θυμού.
- Μία γενικότερη αποσύνδεση από τον εαυτό που μπορεί να εκφράζεται με αμφιβολίες για τον εαυτό χαμηλή αυτοεκτίμηση και επιθυμία για απόσυρση.

Η παιγνιοθεραπεία και το τραύμα

- Τα παιδιά είναι πιο επιρρεπή σε τραυματικά γεγονότα γιατί δεν έχουν ακόμα αναπτύξει την ταυτότητά τους και οι μηχανισμοί άμυνας είναι ακόμα ανεπαρκείς.
- Έτσι δεν μπορούν να αντιμετωπίσουν τα σημαντικά συναισθήματα που βιώνουν. Ακόμη δυσκολεύονται να περιγράψουν και να εκφράσουν με λέξεις το τραυματικό γεγονός και φυσική τους αντίδραση είναι να το αναπαραστήσουν στη διάρκεια του παιχνιδιού.
-

Η παιγνιοθεραπεία και το τραύμα

- Το παιχνίδι είναι μία ασυνείδητη προσπάθεια να επεξεργαστούν, να ξεπεράσουν και να αναπτύξουν μία αίσθηση ελέγχου στη ζωή τους. Συχνά παρατηρείται ένα επαναλαμβανόμενο μοτίβο παιχνιδιού που σχετίζεται με το τραυματικό γεγονός και δείχνει ότι το παιδί έχει κολλήσει. Μέσα από το παιχνίδι το παιδί ασυνείδητα προσπαθεί να ξεπεράσει το τραύμα. Έτσι κατά τη διάρκεια της θεραπείας αφού έχει εδραιωθεί μία σχέση εμπιστοσύνης με το παιδί, ο θεραπευτής μπορεί να εμφανίσει κάποια παιχνίδια που σχετίζονται με το τραυματικό γεγονός με στόχο την επεξεργασία του.
- Αυτή η διαδικασία πρέπει να γίνεται πολύ προσεκτικά και με σεβασμό στο ρυθμό του παιδιού.

Οι γονείς σε σχέση με το τραύμα

- Συχνά τα παιδιά δεν μπορούν να εκφράσουν λεκτικά τι αισθάνονται στους γονείς τους, γιατί καταλαβαίνουν πως και αυτοί αισθάνονται καταβεβλημένοι συναισθηματικά. Έτσι επιλέγουν τη σιωπή για να τους προστατεύσουν από επιπρόσθετη στεναχώρια. Οι γονείς που αντιμετωπίζουν ανοιχτά τα συναισθήματά τους βοηθάνε και τα παιδιά τους να είναι πιο ελεύθερα να εκφραστούν και να βρουν λύσεις στους προβληματισμούς τους.

Ο στόχος της θεραπείας

- Ο στόχος της θεραπείας είναι το παιδί να δουλέψει το τραύμα του έτσι ώστε να αισθανθεί ότι ορίζει και πάλι τη ζωή του και έχει τον έλεγχο του εαυτού του. Αυτή η διαδικασία γίνεται με την ασφάλεια που παρέχει η θεραπευτική σχέση και μέσα από το **συμβολικό παιχνίδι**.
- Το **συμβολικό παιχνίδι** παρέχει την απαραίτητη απόσταση που χρειάζεται να πάρει ένα παιδί από αυτό που το πληγώνει. Κάποια παιδιά μπορεί να λεκτικοποιήσουν τις εμπειρίες τους και κάποια άλλα μπορεί να παραμείνουν στο σύμβολο και στη μεταφορά που τους προσφέρει το παιχνίδι. Αυτό που είναι πολύ σημαντικό είναι ο θεραπευτής να κάνει αργά και σταθερά βήματα έτσι ώστε να χτίσει την απαραίτητη εμπιστοσύνη που χρειάζεται ώστε να δημιουργηθεί μία καλή θεραπευτική σχέση. Καθώς ο θεραπευτής αντέχει τον πόνο, τη θλίψη και την οργή που μπορεί να προκαλεί στο παιδί η τραυματική εμπειρία, το βοηθάει στην επεξεργασία και στην κάθαρση. Σταδιακά η αίσθηση ασφάλειας και ελέγχου επανέρχονται και το παιδί ξαναβρίσκει τη δύναμη και τη χαρά του.

Δημιουργώντας μία ασφαλή βάση

Ο θεραπευτής χρειάζεται να δημιουργήσει μία ασφαλή βάση για τις οικογένειες και τα παιδιά διότι το τραύμα, δεν αφορά μόνο το πρόσωπο που το έχει βιώσει, αλλά επηρεάζει και επηρεάζεται από τη στάση όλης της οικογένειας. Η δημιουργία ασφαλούς βάσης για την οικογένεια είναι ένας κεντρικός στόχος της θεραπευτικής προσέγγισης. Η εμπιστοσύνη και η ασφάλεια της οικογένειας χτίζεται μέσα από την αποδοχή που δείχνει ο θεραπευτής και αυτό συμβαίνει όταν δεν είναι επικριτικός, αλλά προσφέρει αυθεντική υποστήριξη στη διάρκεια της συνεργασίας.

Χαρακτηριστικά του παιχνιδιού όταν το παιδί έχει υποστεί τραύμα

- Το σώμα μπορεί να είναι ακίνητο ήσυχο
- το συναίσθημα είναι έντονο
- το παιχνίδι είναι επαναλαμβανόμενο
- δεν υπάρχει αυθορμητισμός και χαρά,
- η ενέργεια του παιδιού είναι χαμηλή σαν σε κατάθλιψη
- το παιχνίδι μπορεί να είναι χαοτικό
- τα θέματα μπορεί να είναι ακραία
- το παιδί μπορεί να παίρνει ρόλους θύματος ή θύτη

Χαρακτηριστικά του
παιχνιδιού όταν το
παιδί έχει υποστεί
τραύμα

- το παιχνίδι μπορεί να έχει αηδιαστικά θέματα.
- το παιχνίδι έχει κυριολεκτικά ή μεταφορικά στοιχεία από το τραυματικό γεγονός
- το παιδί μπορεί να φαίνεται αγχωμένο με αποτέλεσμα κάποια στιγμή να διακόψει το παιχνίδι
- σωματικά το παιδί μπορεί να ανασαίνει έντονα, να ιδρώνει, να αισθάνεται κατάκοπο
- τα θέματα μπορεί να είναι ίδια από την ισχύ τη θυματοποίηση, την έλλειψη βοήθειας, την απαξία και άλλα δύσκολα για το παιδί θέματα.

Μηχανισμοί Άμυνας
που μπορεί το παιδί να
χρησιμοποιήσω στο
παιχνίδι.

- Καθώς το παιδί αντιλαμβάνεται τον κίνδυνο της ανάμνησης του τραύματος, αρχίζει να υψώνει μηχανισμούς άμυνας για να αντιμετωπίσει απειλητικές σκέψεις, συναισθήματα και συναναστροφές. Αυτή η στάση του παιδιού αντανακλάται στον τρόπο που παίζει κάθε παιδί ανάλογα με την προσωπικότητα του και το περιβάλλον του, θα υιοθετήσει κάποιους από τους παρακάτω μηχανισμούς άμυνας.
- **Άρνηση** :το παιδί αρνείται να αναγνωρίσει την πραγματικότητα το τραύμα τους της τραυματικής εμπειρίας και του συναισθηματικού πόνου δίνει την εντύπωση πως είναι ένα χαρούμενο παιδί, οι ζωγραφιές του αποπνέουν κάτι τέλειο και στειρωμένο και οι ιστορίες που φτιάχνει έχουν πάντα αίσιο τέλος.
- **Προβολική ταύτιση**: τα επιθετικά κομμάτια του εαυτού προβάλλονται στους άλλους που θεωρούνται κακοί και επικίνδυνοι. Το παιδί προβάλλει την επιθετικότητα του μέσα από το παιχνίδι και ταυτίζεται μόνο με τους καλούς ήρωες που προσπαθούν να νικήσουν το κακό.
-

Μηχανισμοί Άμυνας
που μπορεί το παιδί να
χρησιμοποιήσω στο
παιχνίδι.

- **Αίσθηση παντοδυναμίας:** Το παιδί προσπαθεί να ελέγξει τον κόσμο, γίνεται έτσι αυταρχικό και καταναγκαστικό και περιμένει να του φέρονται με έναν ειδικό τρόπο. Στο παιχνίδι του θέλει να έχει τον έλεγχο ενώ επίσης χρησιμοποιεί πολύ το στοιχείο του μαγικού.
- **Υποτίμηση του εαυτού:** Το παιδί μπορεί να υποτιμά και να απορρίπτει τον εαυτό του και αυτό να εμφανίζεται με τη μορφή της αντιδραστικής και επιθετικής συμπεριφοράς. Το παιχνίδι του είναι ιδιαίτερα έντονο και κάποιες φορές επιθετικό για παράδειγμα μπορεί να θέλει να παίξει πόλεμο με το θεραπευτή ή ακόμα να αναμετρηθεί με σπαθιά και πιστόλια και φυσικά πάντα να κερδίζει. Παίζοντας τον δυνατό σταματάει να αισθάνεται αδύναμος και ευάλωτος.

-

Θεραπευτικά στάδια

Πρώτο στάδιο

- Δημιουργία θεραπευτικής σχέσης ώστε το παιδί να αισθάνεται ασφάλεια να εξερευνήσει τις τραυματικές του εμπειρίες σε αυτό το στάδιο θεραπευτής αποκτάει μία εικόνα για το μέγεθος της δυσκολίας του παιδιού ενώ αναγνωρίζει και τα δυνατά κομμάτια του.

Δεύτερο στάδιο

- Ανάδυση θεμάτων γύρω από το τραύμα
- Ο θεραπευτής και το παιδί μέσα από το συμβολικό παιχνίδι και το δραματικό παιχνίδι εξερευνούν συγκεκριμένα θέματα που θα βοηθήσουν το παιδί να καταλάβει και να επεξεργαστεί τραυματικές εμπειρίες από το παρελθόν. Σε αυτό το στάδιο εμφανίζεται έντονα μέσα στο παιχνίδι ένα επαναλαμβανόμενο στοιχείο που σχετίζεται με το τραύμα ο θεραπευτής σέβεται και ακολουθεί τους ρυθμούς του παιδιού και αποφεύγει να συμμετέχει σε παιχνίδια που μπορεί να προκαλούν άγχος ή δυσάρεστα συναισθήματα στο παιδί ή στον ίδιο. Τα όρια θα πρέπει να τηρούνται για να διασφαλίζεται η ασφάλεια αμφοτέρων.

Τελικό στάδιο
αναζήτηση υγιούς
ταυτότητας και
κλείσιμο.

- Ο στόχος σε αυτό το στάδιο είναι το παιδί να αναπτύξει μία υγιή αίσθηση του εαυτού και να έχει μία ταυτότητα που να μην είναι προσκολλημένη στις κακοποιητικές σχέσεις του παρελθόντος. Στο κλείσιμο γίνεται ένας απολογισμός των συνεδρίων και μία προετοιμασία για τον αποχωρισμό του παιδιού από τον θεραπευτή. Η διάρκεια της θεραπείας ποικίλλει ανάλογα με την περίπτωση.



Τεχνικές παιχνιδιού με βάση τα τρία στάδια του παιχνιδιού

- Το **ενσωματικό** παιχνίδι με την άμμο. Η άμμος είναι ένα πολύ σημαντικό υλικό στην παιγνιοθεραπεία και βοηθάει στην επεξεργασία θεμάτων που ακόμα βρίσκονται στο ασυνείδητο. Ένα παιδί που έχει απωθήσει το τραύμα του μπορεί να επωφεληθεί από τη χρήση της στεγνής ή της βρεγμένης άμμου, ειδικότερα αν το τραύμα έχει γίνει σε βρεφική ηλικία.
- Το παιδί μπορεί να παίζει ενσωματικά με την άμμο και στη συνέχεια προβολικά. Για παράδειγμα μπορεί ένα παιδί αρχικά να θέλει απλά να βυθίσει τα χέρια του στην άμμο και να απολαμβάνει την αίσθηση αυτή και στη συνέχεια μπορεί να τοποθετήσει στην αμμοδόχο φιγούρες ανθρώπων ή ζώων και να φτιάξει μία ιστορία.

Προβολικό παιχνίδι

- **Τα παραμύθια** λειτουργούν σε πολλά επίπεδα και μας παρέχουν πληροφορίες σε συνειδητό και ασυνείδητο επίπεδο. Η διήγηση ενός παραμυθιού προσφέρει στο παιδί την απαραίτητη δομή, ώστε να νιώσει ασφάλεια και να δουλέψει σε ένα τραυματικό γεγονός. Τα παιδιά μπορούν να καλύψουν επαναλαμβανόμενα μοτίβα και θέματα που σχετίζονται με το τραύμα. Καθώς αφηγείται ο θεραπευτής μία ιστορία, δίνει στο παιδί την ευκαιρία να καταλάβει ότι τα πράγματα μπορούν να αλλάξουν. Η ελπίδα της αλλαγής δίνει την ευκαιρία στο παιδί να αντιληφθεί και άλλους τρόπους αντίληψης των πραγμάτων. Στόχος του θεραπευτή είναι το παιδί να ταυτιστεί με τον ήρωα και στη συνέχεια να θέλει να εκφράσει τις σκέψεις και τα συναισθήματά του για το τραυματικό γεγονός είναι μία εμπλουτισμένη εμπειρία για ένα παιδί που νιώθει διαφορετικό, αδύναμο και ντρέπεται για τον εαυτό του.

Προβολικό παιχνίδι

- Το βοηθάει να απαλύνει τα άσχημα συναισθήματα και να κατανοήσει τη ζωή και τους ανθρώπους γύρω του το παιδί ακούγοντας ένα παραμύθι ταυτίζεται με τον ήρωα και βιώνουν τις μάχες μεταξύ του καλού και του κακού του θάρρους και της δειλίας και αυτό του δίνει μία αίσθηση δύναμης μέσα από τη δράση του ήρωα μαθαίνει να λύνει προβλήματα και να βρίσκει λύσεις για τις δύσκολες καταστάσεις που περνάει το παραμύθι επίσης μπορεί να αποτελέσει έναυσμα για να δημιουργηθεί μία ζωγραφιά για να γίνει ένα παιχνίδι ρόλων ή ακόμη και για τη δημιουργία μιας άλλης ιστορίας.

Προβολικό παιχνίδι

- **Ζωγραφιστή:** Ο θεραπευτής, μπορεί να ζητήσει από το παιδί να ζωγραφίσει κάτι που σχετίζεται με το τραυματικό γεγονός. Όταν αισθανθεί ότι το παιδί είναι έτοιμο να το κάνει, για παράδειγμα αν έχει ζήσει ένα ατύχημα, θα μπορούσε να ζωγραφίσει το ασθενοφόρο, το περιπολικό, το πυροσβεστικό όχημα ή ακόμα και το νοσοκομείο. Στη συνέχεια το παιδί μπορεί να βάλει και ένα τίτλο, όπως έγινε ένα μεγάλο ατύχημα, μία μέρα στη γειτονιά μου. Ο τίτλος και η ζωγραφιά, μπορεί να οδηγήσουν το παιδί και στην αφήγηση μιας ιστορίας.

Προβολικό παιχνίδι

Η αφήγηση

- Η αφήγηση ιστοριών, μπορεί να γίνει με διάφορους τρόπους και να το κάνει είτε ο θεραπευτής είτε το παιδί. Για παράδειγμα το κουκλοθέατρο είναι ένας ωραίος τρόπος για να αφηγηθεί κάποιος μία ιστορία. Επίσης μπορεί ένα παιδί να φτιάξει μία σκηνή, από μικρά παιχνίδια και αντικείμενα στην άμμο και να πει μία ιστορία.

Κάρτες COPE «τα βγάζω πέρα» από τη συλλογή των OHPublishing.

- Οι κάρτες αυτές ενδείκνυται για παιδιά από εννιά χρόνων και άνω και μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο.
- Απεικονίζουν θέματα που παραπέμπουν σε τραυματικά γεγονότα. Έχουν σαν στόχο τη συμφιλίωση με το παρελθόν και την καλλιέργεια αισιοδοξίας και αυτοπεποίθησης για το μέλλον. Βασίζονται στους μηχανισμούς άμυνας που υιοθετούμε για να αντιμετωπίσουμε την καθημερινότητα αλλά και δύσκολες καταστάσεις στη ζωή.

Οι κάρτες COPE

- Μας βοηθούν να ανακαλύψουμε τον εσωτερικό μας πόνο αλλά και τις εσωτερικές μας δυνάμεις. Βοηθούν να αγγίξουμε βαθύτερα συναισθήματα. Μας οδηγούν στην αναζήτηση καινούριων ιδεών και πιθανοτήτων μέσω των τυχαίων συνδυασμών και συνειρμών που δημιουργούνται, ενισχύουν την αντοχή μας στις δυσκολίες και προωθούν την αντιμετώπιση των προβλημάτων.

Χωρίζονται σε 6 μηχανισμούς άμυνας

Άσκηση με κάρτες

B
Τα πιστεύω

A
Συναισθηματικούς

C
Γνωστικούς

C
Κοινωνικούς

I
Φανταστικούς

Ph
Σωματικούς

Άσκηση

- Αυτή η άσκηση βοηθάει να αναγνωρίσεις ποιους μηχανισμούς άμυνας χρησιμοποιείς πιο συχνά στην καθημερινότητα και πιο σε κρίσιμες καταστάσεις. Ανακαλύπτεις ποιοι μηχανισμοί άμυνας είναι μπλοκαρισμένοι σε περιόδους κρίσης και τι χρειάζεται για να ξεμπλοκαριστούν. Τοποθετείς τυχαία κάρτες πάνω στις κάρτες που συμβολίζουν αυτούς τους μηχανισμούς άμυνας.
- **Ρωτάς:** «Πώς διαβάζεις αυτή την κάρτα που περιγράφει τα πιστεύω σου;»
- «Πώς συνδέεται κατά τη γνώμη σου η κάρτα με τον συγκεκριμένο μηχανισμό άμυνας;»
- **Λες:** Με τη βοήθεια αυτής της κάρτας περίγραψε με ποιον τρόπο χρησιμοποιείς αυτόν τον μηχανισμό στη ζωή σου.
- Για παράδειγμα «ο μηχανισμός άμυνας της φαντασίας με βοηθάει να ξεφεύγω από τις ανησυχίες μου ή «ο κοινωνικός μηχανισμός άμυνας με κάνει να υπέρεξαρτώμαι από τους άλλους».
- **Παιχνίδι ρόλων**
- Ένα παιδί μπορεί να εμπνευστεί από ένα παραμύθι ή από μία δική του ιστορία και να την παίξει με το θεραπευτή ή μέσα σε μία ομάδα μέσα από το θεατρικό παιχνίδι. Το παιδί μπορεί να επεξεργαστεί το τραύμα του και να βιώσει τους ρόλους του θύτη και του θύματος, του καλού και του κακού, του όμορφου και του άσχημου, του αδύναμου και του δυνατού. Το παιχνίδι ρόλων βοηθάει το παιδί να μπορεί να μπει στη θέση του άλλου και να καταλάβει τι αισθάνεται και πώς σκέφτεται.
-

Τα αποτελέσματα

- Τα παιδιά εξερευνούν, συγκρίνουν, διαχωρίζουν, κατατάσσουν, αναγνωρίζουν, απομνημονεύουν, αναπαράγουν, ερμηνεύουν. Χρησιμοποιούν εκφραστικά και εκθέτουν τα αισθητικά αποτελέσματα. Μέσα από εμπειρίες τέχνης κοινοποιούνται ιδέες, εκφράζονται συναισθήματα, προβάλλεται η αυτοεικόνα, αναπαρίσταται ο φανταστικός κόσμος και εκδηλώνονται οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις

(Stevens,2002).

Η τέχνη ως μέσο

- Κάθε παιδί έχει πολλά να ωφεληθεί από την αισθητική πολλαπλότητα. Η τέχνη ως μέσο αντίληψης προκαλεί πλούτο γνωστικών βιωμάτων και εμπειριών από το οποίο προκύπτει η κατάκτηση των εννοιών.

(Eisner,1991).

Με άλλα λόγια οι εναλλακτικές αισθητικές μορφές επικοινωνίας συμβάλλουν στην αντίληψη της ποιοτικής διάστασης της πραγματικότητας.

(Imberty,1981).

-

Στόχοι του παιχνιδιού

- Στόχος των παιχνιδιών αυτών είναι να μπορούν οι παίκτες να απαντήσουν σε ερωτήματα του τύπου: *που βρίσκομαι, με ποιους βρίσκομαι, με ποιο θέμα ασχολούμαστε;*
- Οι αισθητικές δραστηριότητες ως πεδίο συνολικής ενεργοποίησης της προσωπικότητας του ατόμου, μπορούν να προσαρμοστούν σε διαφορετικά στοχοθεσιακά πλαίσια και να δράσουν ως μέσο της σωματικής, της συναισθηματικής, της κοινωνικής και της νοητικής ανάπτυξης των παιδιών, ανάλογα με το σχεδιασμό τους.

Στο σχετίζεσθαι με το αντικείμενο

- Στο **σχετίζεσθαι** με το αντικείμενο, το υποκείμενο επιτρέπει να συμβούν στον εαυτό του ορισμένες μεταβολές του είδους εκείνου που μας έχει αναγκάσει να επινοήσουμε τον όρο επένδυση. Το αντικείμενο έχει αποκτήσει νόημα. Οι προβληματικοί μηχανισμοί και οι ταυτίσεις λειτουργούν, το υποκείμενο είναι εξασθενημένο. Το αντικείμενο εάν πρόκειται να χρησιμοποιηθεί πρέπει απαραίτητα να είναι πραγματικό με την έννοια ότι είναι μέρος μιας συντονισμένης πραγματικότητας, όχι μία δέσμη προβολών. Είναι αυτό νομίζω που συμβάλλει στην τεράστια διαφορά που υπάρχει ανάμεσα στο σχετίζεσθαι και στη χρήση. (Winnicott, 2019)

Από το όνειρο στην πραγματικότητα

- Στην περιοχή του παιχνιδιού το παιδί μαζεύει αντικείμενα ή φαινόμενα από την εξωτερική πραγματικότητα και τα χρησιμοποιεί στην υπηρεσία κάποιου δείγματος που προέρχεται από την εσωτερική ή την προσωπική πραγματικότητα, χωρίς να έχει ψευδαισθήσεις. Το παιδί εκθέτει ένα δείγμα δυνητικού ονείρου και με αυτό το δείγμα σε ένα επιλεγμένο σκηνικό της εξωτερικής πραγματικότητας.

Ευχαριστώ!!!

