

39.

Magyar Gabriella:

Játékterápia

A terapeuta olyannak fogadja el a gyermeket, amilyen....

A gyermek megfigyelésének, megismerésének egyik módja játékának megfigyelése. E tevékenység megfigyelése nagyon sok támpontot adhat nekünk a gyermek lelkiállapotának megítélésére, az esetleges problémák feltárására. E cselekedet alkalmával a gyermek belső világa tárul elénk, mivel még szavakba nem igen tudja önteni problémáját, félelmeit, így kijátssza azt magából. A játék segítségével „mondja el”, mi bántja, mi az, amitől fél, vagy mi az, amit szeretne. A gyerek gondolatvilága, érzelmei leképeződnek játékában.

A játékterápiában a gyermek egy rejtett, belső problémáját szimbolikus formában, a fantázia-terében valóságosként kezeljük. A játék nyomán kibontakozik egy egyezményes szimbólumrendszer, ez a terápiát egyedi, együttes és kreatív folyamattá formálja. Ezért igen fontos a terapeuta személyisége, empátia készsége, problémamegoldó és konfliktuskezelő képessége.

A terapeutának feltétel nélkül el kell fogadni kis „betegét”. Saját problémáját figyelmen kívül kell hagynia, teljes személyiségével a gyermek felé kell fordulnia. Értő figyelemmel kell szemlélnie a játéktevékenységet, s a lehető legkevesebb befolyással, kérdéssel hagynia kell, hogy a gyermek kijátssza magából a problémát, megmutassa, mi okoz gondot neki a mindennapi életben. A játék közben megjelenített problémát a játék során meg tudjuk oldani, az a valóságban is hamarabb megoldhatóvá válik, persze ehhez a szülő közreműködése is szükséges. Nagyon fontos tehát, hogy a terapeuta előtt feltáruló probléma a szülőkkal is megbeszélésre kerüljön. Ehhez elengedhetetlen a terapeuta konfliktusmegoldó és problémakezelő képessége. A szülő partner, nem szabad megszegyeníteni, rosszállásunkat kifejezni, leszidni, hiszen ő is a gyermek érdekében a legjobbat akarja cselekedni. A helyes viszonyulásra kell ráirányítani a figyelmet, lehetőleg úgy irányítva a beszélgetést, hogy a szülő ismerje fel és mondja ki a problémát, az esetleges megoldását a problémának.

A terápia során különböző játékeszközöket, bábokat, maszkokat, ruha és egyéb kellékeket, segédeszközöket vehetünk igénybe. Az érzelmek, élmények feldolgozása történhet a festés,

rajzolás, gyurmázás, mintázás, éneklés, muzsikálás stb. művészeti tevékenységek segítségével. Ezen eszközök használatával a gyermek kilép a mindennapokból, s másvalaki „bőrébe bújva” villantja fel a problémáját. Ilyenkor vele nem is történhet „baj”, hiszen nem is ő cselekszik, hanem az a „maci” vagy hangszer, amit megszemélyesít.

A játékterápia lényege szülő-gyermek elfogadó emocionális kapcsolatának erősítése, mely segíti a gyermek személyiségének harmonikus fejlődését. Ezért célszerű a közösen végzett tevékenység a szülővel játékban vagy dramatizált cselekedtető helyzetben. A játékterápia a harmonikus személyiségfejlődés eszköze is. A játéktevékenység a szülőben is és gyermekében is olyan biokémiai folyamatokat indít be, amely mindkét felet boldoggá teszi, s ez az öröm érzése hozzájárul a hatékony és gyors fejlődéshez.

A játékterápia alkalmas arra, hogy a gyermek megismerje önmagát és viszonyát a társaihoz, vagy megtapasztalja azt, hogyan viszonyulnak hozzá a társai. A játékterápia lényege a folyamatos cselekedtetés. A cselekvés során azonos hangsúllyal vesznek részt olyan fontos receptorok, mint a látás, hallás és tapintás. A specifikus pályák állandó aktiválása fejleszti a gyermek figyelmét, éberségét, aktivitását, vagyis specifikus ingerületet generalizál.

Terápia alkalmával a terapeuta biztonságot és támaszt nyújt a gyermeknek. Terápiás szerződésben biztosítja a gyermeket a feltételen elfogadásról, titoktartásról. A foglalkozás alkalmával „értelek” üzeneteket közvetít a gyermek felé, úgynevezett megoldási mintát mutat a felmerült problémára. A szülővel kooperatív kapcsolat kialakítására törekszik, hiszen a gyermek problémáját csak ő, a terapeuta segítő útmutatása alapján tudja orvosolni.

Játékterápiában tehát **kulcsszerepe van a terapeutának**, akinek igen empátiás, szociális érzékenységgel is bíró személyiségnek kell lennie. Aki alkalmazkodni is tud a szülők, a gyermek érzésvilágához, s pozitív példát, támaszt és biztonságot is tud nyújtani a foglalkozások alkalmával. Aki minden esetben kerül a kritikát, **a szülőt erősíti szülői szerepében, s a gyermeket elfogadja olyannak amilyen...**

