

Karant@ath.forthnet.gr

Το παιχνίδι ως μέσο έκφρασης και θεραπείας

Η παιγνιοθεραπεία δεν χρησιμοποιεί απλώς το παιχνίδι. Είναι ένα θεραπευτικό μοντέλο που προσφέρει στο παιδί έναν χώρο απόλυτης εμπιστοσύνης μέσα στον οποίο οι προσωπικές εμπειρίες του μπορούν να εξερευνηθούν με ασφάλεια. Μιλάμε σήμερα με τη κυρία Βίκυ Ζέρβα-Σπανού, η οποία διδάσκει τη θεωρία της παιγνιοθεραπείας στο Ελληνικό Ινστιτούτο Παιγνιοθεραπείας και Δραματοθεραπείας, το «Άθυρμα».

-Τι είναι ο παιγνιοθεραπευτής;

Ο παιγνιοθεραπευτής έχει ολοκληρώσει εντατική μεταπτυχιακή εκπαίδευση, εγκεκριμένη από τον Πανελλήνιο Επαγγελματικό Σύλλογο Παιγνιοθεραπευτών - Δραματοθεραπευτών. Οι περισσότεροι οφείλουν να έχουν ολοκληρώσει προσωπική ψυχοθεραπεία και να είναι υπό συνεχή εποπτεία για τα περιστασιακά που χειρίζονται.

-Ποιος είναι ο ρόλος του;
Ο παιγνιοθεραπευτής διαφυλάσσει το παιχνίδι του παιδιού που γίνεται σε ένα πλαίσιο ασφάλειας, εμπιστοσύνης και ελευθερίας με κανόνες που ορίζονται και συμφωνούνται από κοινού με το παιδί. Διευκολύνει και δεν κατευθύνει το παιχνίδι του παιδιού. Η συνέπεια είναι πολύ σημαντική. Οι συναισθηματικές προσαρμογές γίνονται την ίδια μέρα και ώρα.

-Τι συμβαίνει στη διάρκεια μιας παιγνιοθεραπευτικής συνάντησης;

Το παιδί στη διάρκεια της συνάντησης μέσα από το παιχνίδι εξερευνά τα συναισθήματά του και κατανοεί και εκφράζει τις εμπειρίες του χωρίς ενοχές. Αλλάζει τον τρόπο που τις έχει βιώσει. Το παιδί μέσα από το παιχνίδι του γίνεται ο δημιουργός μιας νέας πραγματικότητας και δημιουργεί με τον παιγνιοθεραπευτή μια νέα αφήγησή της. Έτσι, νιώθει πιο δυνατό, ενώ ταυτόχρονα ενισχύεται η αυτοεκτίμησή του, απαραίτητη προϋπόθεση για την περαιτέρω ανάπτυξη της προσωπικότητάς του.

-Τι παιχνίδια χρησιμοποιεί συνήθως; Χρησιμοποιεί διάφορα είδη όπως:

- Παιχνίδια που κινητοποιούν σώμα και αισθήσεις.
- Παιχνίδια αντικείμενα-μινιατούρες, με τα οποία το παιδί μπορεί να προβάλει την πραγματικότητα που βιώνει ή έχει βιώσει.
- Παιχνίδια που μπορεί να δίνει και να παίρνει ρόλους.
- Κούκλες κουκλοθεάτρου, γαντοκούκλες, δακτυλόκουκλες, μαριονέτες, που μπορούν να αντιπροσωπεύσουν την πραγματικότητά του.
- Μύθους και παραμύθια που περιλαμβάνουν εμπειρίες αντίστοιχες με του παιδιού.
- Πηλό, πλαστελίνη, χρώματα, δακτυλομογιές που διευκολύνουν τη δημιουργική έκφραση των συναισθημάτων του.

-Τι παιχνίδια χρησιμοποιεί συνήθως; Χρησιμοποιεί διάφορα είδη όπως:

- Παιχνίδια που κινητοποιούν σώμα και αισθήσεις.
- Παιχνίδια αντικείμενα-μινιατούρες, με τα οποία το παιδί μπορεί να προβάλει την πραγματικότητα που βιώνει ή έχει βιώσει.
- Παιχνίδια που μπορεί να δίνει και να παίρνει ρόλους.
- Κούκλες κουκλοθεάτρου, γαντοκούκλες, δακτυλόκουκλες, μαριονέτες, που μπορούν να αντιπροσωπεύσουν την πραγματικότητά του.
- Μύθους και παραμύθια που περιλαμβάνουν εμπειρίες αντίστοιχες με του παιδιού.
- Πηλό, πλαστελίνη, χρώματα, δακτυλομογιές που διευκολύνουν τη δημιουργική έκφραση των συναισθημάτων του.

-Ποιος μπορεί να ωφεληθεί αποτελεσματικά από την παιγνιοθεραπεία;

Ωφελούνται παιδιά με διαφορετικές ανάγκες, όπως:

- Κακοποιημένα σωματικά, συναισθηματικά, σεξουαλικά.
- Όσα είχαν την εμπειρία απώλειας πένθους, χωρισμός,

μετακίνηση σε νέα χώρα.

- Όσα ασθενούν ή αντιμετωπίζουν οικείους με ασθένεια.
- Όσα έχουν γίνει μάρτυρες βίας.
- Παιδιά με χαμηλή αυτοπεποίθηση κοινωνικότητα ή με ειδικές ανάγκες.
- Με επιθετική συμπεριφορά.
- Όσα θέλουν να διευρύνουν το δυναμικό τους.

-Μπορεί η παιγνιοθεραπεία να αλλάξει τις εμπειρίες του παιδιού;

Δεν μπορεί να αλλάξει αυτό που έχει συμβεί, αλλά μπορεί να διευκολύνει το παιδί να κατανοήσει και να εξερευνήσει την πραγματικότητά του και μετά να ανακαλύψει και άλλες δυνατότητες χειρισμού και έκφρασης. Το παιδί αναπτύσσει μέσα από το παιχνίδι την ικανότητα προσαρμογής και τη δημιουργικότητα, που ενυπάρχει μέσα του. Σταδιακά νιώθει πιο δυνατό και έχοντας ανακαλύψει εναλλακτικούς τρόπους έκφρασης και δράσης μπορεί να δημιουργήσει μια πιο ελπιδοφόρα εικόνα της πραγματικότητάς του.

Βιογραφικό

Βίκυ Ζέρβα-Σπανού

■ Η κυρία Βίκυ Ζέρβα-Σπανού είναι ψυχοθεραπεύτρια - κοινωνιολόγος και έχει Master of Arts στην Παιγνιοθεραπεία από το Πανεπιστήμιο του Surrey. Εποπτεύει δραματοθεραπευτικά επαγγελματίες ψυχοθεραπευτές.