

# TERAPIA HROU



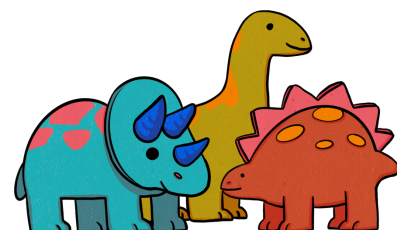
## Terapeutické využitie hry

Hra je dominantnou činnosťou detí predškolského veku a zároveň prirodzeným spôsobom ich komunikácie. Cez hru sa deti učia a zároveň do hry dokážu projekovať to, čo v živote zažívajú.

Hra počas terapie uľahčuje deťom vyjadriť pocity. Odborný zamestnanec dieťaťa počas hrovej terapie nedáva rady či interpretácie, ale poskytuje mu dôveru v jeho skúsenosti, v schopnosť rozhodovať sa a riadiť samého seba.

### V našom CPP využívame:

- liečebnopedagogický koncept terapie hrou aj
- psychoterapeutický koncept.



## Pre koho je určená

Z hľadiska veku je využitie terapie hrou najintenzívnejšie v predškolskom veku. U detí, ktoré sú už v škole, je vhodné individuálne posúdenie vhodnosti tohto typu terapie. Skúsenosti máme s deťmi do 10 rokov. Ak u žiakov badáme nízky záujem o hru a naopak spozorujeme verbálnu zdatnosť, takže dokážu formulovať svoje myšlienky, nevolíme nedirektívnu formu hrovej terapie pomocou hračiek, ale v terapii využívame skôr formu liečebnopedagogickej zámerne riadenej hry, spoločenské hry, či psychohry.

- deťom s poruchami pripútania, v súvislosti s problémami s adaptáciou v materskej/základnej škole,
- deťom s problémami v správaní, s poruchami správania,
- deťom s emocionálnymi výkyvmi (v domácom/školskom prostredí),
- sociálne nezačleneným deťom,
- vystrašeným a uzavretým, utiahnutým deťom, deťom s nízkym sebavedomím,
- deťom s ťažkosťami v reči,
- deťom bez hraníc,
- deťom s psychosomatickými a inými problémami



# TERAPIA HROU



## Pribeh bez rodiča

Dieťa môže pomocou hračiek vyjadriť to, čo sa mu slovami ťažko vyslovuje, alebo to nevie vôbec pomenovať. Terapeut dieťaťu počas hrovej terapie nedáva rady či interpretácie, ale poskytuje mu dôveru v jeho skúsenosti, v schopnosť rozhodovať sa a riadiť samého seba. Dieťa zvláda reálne životné situácie vďaka podpore, ktorú dostáva počas hrovej terapie.

S rodičom sa konzultuje priebeh buď po každej terapii alebo po určitom počte (približne 5 stretnutí).

Dôležitým princípom pomoci dieťaťu je zapojenie rodičov do aktívnej spolupráce. Či už je to formou konzultácii v po hrovej terapii, alebo spoločnou hrou s dieťaťom.



## Pribeh s rodičom

V prípade, že sa ukazuje ako vhodné zaučiť rodiča do hrania sa s dieťaťom, využívame hrovú terapiu s prvkami filiálnej terapie. Odborný zamestnanec vyškolí rodiča v základných princípoch hrania sa a ten následne s dieťaťom uskutočňuje tzv. hrové polhodinky v domácom prostredí. Nejde o bežné hranie sa s dieťaťom, ale o hrové stretnutie rodiča s dieťaťom, v ktorom je dieťa režisérom hry a rodič ho nasleduje.

Nerealizujeme filiálnu terapiu pre rodičov v skupine, ale ku každému dieťaťu a rodičovi pristupuje individuálne.

Niektorým rodičom však odporúčame absolvovať aj rodičovskú skupinu so zameraním na tréning rodičovských a komunikačných zručností.



# TERAPIA HROU



## Ako dlho trvá

Nedá sa určiť presný počet stretnutí potrebných k zmene správania, eliminácii nevhodného správania a k upokojeniu emočného prežívania. Máme skúsenosti s tým, že v určitých situáciách pomohlo 5 stretnutí, ale u niektorých klientoch to bolo aj 30 stretnutí.

1 stretnutie spolu s konzultáciou trvá 60 minút.

Terapia hrou prebieha v herni alebo v presne vymedzenom priestore na koberci/na deke, kde sa viac pracuje s hranicami a kde má terapeut možnosť vidieť, či sa v procese terapie dieťa učí dané hranice rešpektovať.



## Mali by ste vedieť

Terapia hrou nenahrádza vyriešenie rodinných kríz. Ponúka deťom uvoľnenie napätia, podporné a bezpečné prostredie, v ktorom dokážu prenášať do sveta hier svoje ťažkosti.

Hračky ponúkajú aj agresívnu podobu hry (zvieratá, ľudia, či iné postavy sa pobijú, zabijú, autá do seba narážajú, ...) a terapeut to v hre nehodnotí a nemoralizuje, komentuje dianie a emócie s tým spojené. V hre sa stretávame s rôznymi katastrofami (zemetrasenia, víchrice, uragány, ..), ktorými nám dieťa symbolicky ukazuje, ako sa mu zničil svet.

**Nie každému rodičovi sa odporúča** forma filiálnej terapie. Ide najmä o:

- rodičov, ktorí nie sú emocionálne pripravení byť týmto spôsobom s dieťaťom,
- rodičov, ktorí nie sú schopní sa naučiť a osvojiť si potrebné zručnosti,
- rodičov, ktorí nemajú spracovanú veľkú zlosť voči dieťaťu.

