

TERAPIA PRIN JOC

Arta relaționării

GARRY L. LANDRETH

Traducere din limba engleză
de Ana-Maria Datcu

Cuvânt înainte
de Conf. univ. dr. Laura Ciolan

Editura For You
București
2017

*Cea mai importantă sarcină pe care Dumnezeu o poate da
este oportunitatea de a fi părinte.*

*Această carte îi este dedicată soției mele, Monica,
pentru împărtășirea acestui proces cu mine, și lui Kimberly,
Karla și Craig, pentru mulțumirea obținută din a le fi tată.*

*A fi părinte și oportunitatea de a fi bunic pentru Kara, Kristen, Travis, Julia,
Ali și Jolie sunt mult mai importante decât a scrie o carte.*

Joc, relaționare, educație și terapie prin joc

Cuvânt înainte
de Conf. univ. dr. LAURA CIOLAN

Jocul, joaca, plăcerea de a se juca, bucuria de a se juca, dorința de a „câștiga“ jocul, terapia prin joc și COPILUL. Terapia prin joc și ADULTUL/PĂRINTELE.

Iată doar câteva însiruiuri de cuvinte simple care ne trimit, inițial, cu gândul la copilărie, la copilul din noi și apoi la amintiri. Însă vrem oare să-l mai descoperim spre restul lumii pe copilul din noi, vrem oare să-l mai lăsăm să apară spre restul lumii exact așa cum era el atunci: un copil plin de „necunoscut“ pentru ceilalți, un copil dornic să cunoască necunoscutul, un copil vulnerabil și un copil în nevoia de a fi protejat? Și – poate cel mai important – un copil aflat în marea nevoie de a relaționa mereu cu cei din jur?

Astăzi, de la complexitatea surselor de informare și până la timpul prea scurt de a reflecta asupra a ceea ce aflăm și învățăm, toate dimensiunile vieții ne îndeamnă să ne concentrăm tot mai puțin spre individualitate, spre bucuria lucrului simplu de a realiza activități în colaborare, spre bucuria simplă de a relaționa cu copilul. Fie el și doar copilul din noi.

Garry Landreth debutează în această ediție a cărții *Terapia prin joc. Artă relaționării* cu o serie de întrebări personale adresate tuturor celor care devin preocupați să-l redescopere pe acest copil.

O pledoarie în favoarea copilului nu intenționează altceva decât să deschidă cât mai larg porțile spre „lumea în care se poate orice“. O vom numi așa din perspectiva celor mai semnificative argumente:

- copilul reprezintă unicitatea combinației genetice și de resurse din partea celor doi părinți, ceea ce contribuie la un ritm propriu de dezvoltare;
- vârstele mici se remarcă prin plasticitatea cognitivă, prin apelul la experimentare, respectiv învățare prin descoperire continuă a lumii înconjurătoare;
- copilul manifestă preferințe și caracteristici individuale reflectate în comportament și comunicare;

- dezvoltarea copilului nu este liniară și tocmai acest lucru determină nevoia, din partea adultului, de a proiecta și organiza programe educaționale care să stimuleze optim potențialul individual.

Această lume în care se poate orice la vârsta copilăriei reprezintă cea mai mare responsabilitate pentru noi, adulții, fie că suntem părinți, fie că suntem aceia care educă sau realizează programe de terapie. E responsabilitatea de a nu solicita exagerat potențialul copilului sau de a-l stimula suficient în concordanță cu nevoile lui de dezvoltare. Este lumea în care se poate orice pentru că, lângă copil și împreună cu acesta, ne permitem bucuria de a retrăi plăcerea jocului, a zâmbetului deschis, a relaționării emoționale fără bariere sociale impuse. Este lumea în care trebuie să înțelegem că el nu este o marionetă, nu este un obiect de manipulat în mâinile noastre, ci o ființă care are trăiri, caracteristici de personalitate și dezvoltare individuale.

Autorul lucrării de față impresionează prin deschiderea către cititor: către cititorul-părinte, către cititorul care se formează să devină terapeut prin joc, către cititorul care îl educă și îl învață pe copil. Lucrarea constituie o rară deschidere a specialistului care își publică cercetările remarcabile și care își permite să se manifeste în scris emoțional, fără reținerea de a fi analizat/criticat.

„Este regretabil că joaca a fost identificată de mulți teoreticieni cu munca efectuată de copii. Aceasta pare a fi un efort de a legitima cumva jocul, lăsând să se înțeleagă că el este important doar dacă, într-un fel, se încadrează în ceea ce adulții consideră a fi important în lumea lor“: iată una dintre cele mai triste și surprinzătoare idei pe care Landreth le sesizează în contextul noii lumi. Copilul trebuie să-și justifice plăcerea și bucuria de a se juca printr-un act de efort pe care adultul să-l asimileze cu efortul pe care îl depune el însuși la locul de muncă. Cercetările și multitudinea studiilor, precum și această lucrare în sine sunt prezentate de către Garry Landreth ca argument pentru a-l lăsa pe copil să se manifeste prin joc, să își exprime emoțiile și să comunice prin joc, iar atunci când nu reușește să o facă, să îi punem la dispoziție situații de joc specifice.

Literatura de specialitate, experiențele redatăe de către părinți în întâlnirile cu terapeuții și cu profesorii care participă la educația copiilor, fundamentările programelor de educație la nivel internațional, toate ne demonstrează importanța jocului și ne determină să expunem câteva dintre cele mai importante caracteristici ale jocului la vârstele mici:

- jocul este activitatea care îl reprezintă pe copil în deplinătatea dezvoltării lui prin plăcerea neobosită de a explora, de a afla, de a manipula, care ulterior se va transforma în învățare;

- orice joc este un mediator al dorințelor copilului către adulții din jur și către mediul înconjurător; de asemenea, jocul este cea mai eficientă modalitate de a realiza transmiterea de informație și formarea de capacități și deprinderi;
- jocul oferă cele mai importante ocazii de învățare, mai ales jocul liber creativ, pe care copilul îl alege conform motivației interne;
- învățarea se produce în urma manipulării și contactului direct cu obiectele, cu ceilalți oameni, cu sine; jocul intervine din primele etape de viață ale copilului și susține în cel mai înalt grad nevoile acestuia de exprimare;
- importanța este a procesului în care e implicat copilul, nu a produselor sau conținuturilor; avem în vedere efortul depus, concentrarea atenției, a voinței, motivația pentru desăvârșirea acțiunii, mobilizarea tuturor capacităților;
- jocul este un mijloc de cunoaștere și autocunoaștere, de exersare a unor capacități, de socializare primară și secundară, de antrenare și dezvoltare a capacităților cognitive, de exteriorizare a emoțiilor și a sentimentelor copilului, dar și ale adultului.

În această minunată lucrare, Garry Landreth și-a propus un scop admirabil: de a extinde publicul cititor interesat de tot ceea ce înseamnă învățare/joc/relaționare cu copilul și cu adultul prin intermediul activității specifice acestei vârste, precum și acela de a realiza una dintre cele mai complexe lucrări despre joc și copil din perspectivă teoretico-științifică.

Structura lucrării urmărește un traseu care să reprezinte un punct de reper pentru specialistul în educație și terapie (de la teorii despre joc, funcții ale jocului, istoria demersului terapiei prin joc, specificul competențelor terapeutului prin joc, caracteristici ale relației de facilitare prin terapia prin joc, probleme specifice apărute în acest tip de terapie, stabilirea procesului terapeutic și a încheierii acestuia), dar și un bun ghid pentru orice adult, părinte sau viitor părinte (o perspectivă asupra copilului, părinții ca parteneri în terapia prin joc, camera de joacă și materialele de joc, probleme tipice în terapia prin joc și „ce să faci dacă...“). În esență, cartea i se adresează adultului preocupat de interesul superior al copilului: dezvoltarea potențialului individual.

Landreth explică direct și în termeni simpli care este obiectivul terapeutului prin joc: „a se raporta la cel mic în moduri ce vor elibera puterea vindecătoare, creativă, constructivă, direcționată către interior și îndreptată către înaintea copilului“. Autorul speculează în mod pozitiv această nevoie permanentă a adultului de a aduce argumente *versus* exemple. Sunt descrise proceduri de intervenție care să-l ajute pe părinte, sunt descrise și analizate studii de caz dintre cele

mai frecvent întâlnite în experiențele de viață alături de copii. Toate acestea au rolul de a stimula interesul spre lectură al celor care participă la dezvoltarea și educația copilului, nu doar al specialistului în terapie.

Lucrarea dedică o parte consistentă cercetărilor și experimentelor realizate de-a lungul timpului asupra diferitelor modalități de intervenție prin terapia prin joc, constituind astfel o reală culegere de studii pentru specialiștii în domeniu.

Empatie, flexibilitate, devotament, plăcerea jocului, învățare, descoperire de noi emoții și stabilirea de relații cu copilul... Iată doar câteva dintre cuvintele-cheie ale acestei lucrări, ce-l captivează pe cititor aducându-l în lumea lecturii și a copilului din noi.

Prefață

Zbuciumul meu în scrierea acestei cărți este că nu pot comunica tot ceea știu, ceea ce cred și ceea ce am experimentat cu privire la dinamica lume a copiilor prin mijloace atât de inadecvate precum cele câteva cuvinte scrise pe câteva pagini de hârtie insensibilă. Sentimentele și experiențele nu pot fi transmise în mod adecvat prin intermediul cuvântului scris, deși aceasta este structura pe care sunt constrâns să o folosesc în această latură a efortului meu de a influența modul în care adulții interacționează cu copiii. A încerca să comunic ceea ce cred despre copii și ceea ce am experimentat ca fiind adevărat în inima mea este o sarcină măreață. Oare voi fi capabil să intru în contact cu cititorul? Oare voi fi înțeles? Oare va fi simțit entuziasmul meu în ceea ce-i privește pe copii? Oare cititorul îi vede pe copii în mod diferit? Oare dinamicile și caracteristicile lumii copiilor vor fi mai bine înțelese? Oare ceea ce scriu va produce vreo diferență în modul în care cititorul îi abordează pe copii și interacționează cu ei? În acest punct este evident, probabil, că m-am aventurat în acest proces cu o oarecare neliniște.

Poate ar trebui să menționez de la început că am simțit cum terapia prin joc constituie o abordare dinamică de consiliere a copiilor – ce îi permite terapeutului să experimenteze pe deplin lumea copilului pe măsură ce se aventurează în procesul de prezentare a cine este el – și de deschidere pentru a primi mesajele delicate și subtile comunicate de către copil și exprimând unicitatea personalității acestuia. Procesul jocului este privit drept un efort al copilului de a obține control în mediul înconjurător. Problemele cu care copiii se confruntă nu există în afara persoanei lor. Prin urmare, terapia prin joc se potrivește structurii interioare dinamice a copilului, printr-o abordare în aceeași măsură dinamică.

Dezvoltarea continuă a numărului de specialiști în sănătate mentală care folosesc terapia prin joc, în eforturile lor de a-i ajuta pe copii, subliniază accentuarea conștientizării de către societate a acestui domeniu al său și acceptarea

semnificației acestei etape de dezvoltare cunoscute drept „copilărie“. Societatea noastră se află pe punctul de a-i recunoaște pe copii ca persoane, nu ca lucruri cu care să te joci, ca obiecte impersonale sau ca surse de frustrare tolerate până când se maturizează; ci ca persoane adevărate, care au un potențial nelimitat și resurse creative pentru a crește, a face față situațiilor și a se dezvolta.

Copiii sunt destul de capabili să-i învețe pe adulți despre ei înșiși, cu condiția ca adulții să fie dispuși la aceasta, răbdători și deschiși către învățare. Copiii sunt persoane adevărate, nu doar anexe ale adulților din jurul lor. Ei au sentimente și reacții independente de cele ale părinților. Presupunerea că „Mama este nervoasă, deci și copilul este nervos“ nu este adevărată. Putem oare presupune că, dacă o casă sare în aer, iar mama rămâne calmă, copilul nu va fi afectat? Nu. Copiii sunt personalități de sine stătătoare și simt emoții și reacții separat de adulții importanți din viața lor.

Cartea de față se referă la lucruri semnificative învățate de mine de la copii despre ei înșiși și lumea lor. Copiii înseamnă mult mai mult decât am fost capabil să descriu în aceste pagini. De asemenea, relațiile și experiențele cunoscute drept „terapie prin joc“ sunt infinit mai complexe decât felul cum sunt înfățișate în cartea de față. Procesul raportării la un copil care experimentează permisiunea de a fi el însuși este de nedescris, putând fi cunoscut doar în momentele efectiv împărtășite în relația cu el. Intenția mea a fost aceea de a deschide ușa către lumea ființei copilului: experimentarea, explorarea, aprecierea, crearea unei lumi de mirare, încântare, bucurie, tristețe și culori aprinse ale vieții.

Ediția actuală, a treia, conține numeroase revizui editoriale, explicații extinse ale procedurilor, precum și material nou. Când am făcut corectura versiunii finale a acestei ediții, am constatat impresionat cât de prietenoasă cu cititorul este ea. Capitolul referitor la terapia prin joc centrată pe copil a fost rescris în mare măsură, astfel încât teoria și filosofia abordării mele să fie mult mai ușor de înțeles și de aplicat personal. Capitolele despre începerea relației din terapia de joc, despre caracteristicile relațiilor facilitative și despre părinți ca parteneri în terapia prin joc au fost și ele rescrise și extinse.

Având în vedere interesul în rapidă creștere cu privire la terapia prin joc pe termen scurt, ce a fost condusă pe larg prin procedurile sistemului oficial de îngrijire a sănătății, relatările despre descoperirile din cercetări referitoare la terapia prin joc intensivă și la cea pe termen scurt au fost extinse pentru a include și cele mai recente cercetări. Eficacitatea reducerii timpului între sesiunile de terapie prin joc a fost studiată la Center for Play Therapy (Centrul pentru Terapia prin Joc), oferind un sprijin impresionant în utilizarea unui model de timp limitat, ce reduce durata dintre sesiuni.

Au fost adăugate secțiuni referitoare la aspecte etice și legale în terapia prin joc, citirea tematicii de joc în terapie, abordarea multiculturală a terapiei prin joc centrate pe copil și supervizarea terapiei. Au fost incluse descoperirile și tendințele actuale din domeniul terapiei prin joc, în contextul procesului de creștere dinamică a domeniului. A fost adăugat un capitol ce rezumă cele mai recente studii de cercetare cu răspuns controlat, incluzând studii metaanalitice, care demonstrează eficiența terapiei prin joc centrată pe copil în diverse grupuri culturale și pentru o largă varietate de comportamente problematice.

Reacția la Regula de Aur din primele două ediții a fost una entuziastă; prin urmare, în această a treia ediție am dublat numărul de Reguli de Aur ce clarifică relația din terapia prin joc. Am inclus în volumul de față și o explorare a subiectelor și aspectelor pe care studenții mei absolvenți mi le-au indicat ca fiind importante în procesul lor de învățare a terapiei prin joc și în dinamica relației cu copiii. Astfel, unele dintre subiectele esențiale incluse în această carte sunt următoarele:

- Semnificația jocului în viața copiilor și etapele jocului în procesul terapeutic cu copii adaptabili și cu cei inadaptabili
- Citirea tematicii de joc în terapie
- Aspecte unice, concepte-cheie și obiective ale filosofiei și teoriei centrate pe copil în relația terapeutică din terapia prin joc
- Abordarea multiculturală a terapiei prin joc centrate pe copil
- Ce învață copiii în procesul terapiei prin joc
- Persoana terapeutului prin joc, trăsături de personalitate necesare și rolul terapeutului prin joc în experiența terapeutică
- Caracteristici ale răspunsurilor facilitative, cu îndrumări specifice în privința modului în care copiii pot fi sprijiniți să-și asume responsabilitatea
- Instrucțiuni detaliate pentru organizarea unei camere de joacă și jucării și materiale recomandate
- Sugestii specifice cu privire la abordarea părinților și modul în care să le fie explicată terapia prin joc
- Stabilirea contactului cu un copil ezitant/neliniștit și organizarea experienței terapeutice din camera de joacă
- Cum văd copiii experiența terapiei prin joc
- Când să stabilești limite, pași în stabilirea limitei terapeutice și ce să faci când limitele sunt încălcate
- Probleme tipice apărute în camera de joacă și sugestii de abordare a lor
- O examinare a problemelor din terapia prin joc, precum participarea la jocul copilului, acceptarea de cadouri și cine face curat

- Transcrieri de discuții cu copiii în terapia prin joc: un copil bolnav în fază terminală, un copil cu accese puternice, un copil manipulativ, un copil mut selectiv și un copil care și-a smuls tot părul din cap
- Terapia prin joc pe termen scurt și cea intensivă
- Instrucțiuni pentru stabilirea progresului terapeutic în terapia prin joc și proceduri de încheiere
- Citirea tematicii în terapia prin joc
- O evaluare a studiilor de cercetare cu rezultat controlat în terapia prin joc centrată pe copil

O parte a acestei cărți se referă la mine, la experiențele, reacțiile și senzațiile proprii. Prin urmare, am încercat să-mi transmit reacțiile personale folosind pronumele personal la persoana I. Folosirea expresiei uzuale „autorul“ nu ar fi reușit să transmită dimensiunea personală pe care am dorit să o comunic.

Capitolul 1

Despre mine, Garry Landreth

Am simțit întotdeauna că a-l cunoaște pe autorul unei cărți – sau cel puțin a cunoaște ceva despre el – m-a ajutat să înțeleg mai limpede ceea ce încearcă să comunice. Așadar, doresc să află ceva despre mine. Poate că asta te va ajuta să înțelegi mai bine semnificația a ceea ce am scris, chiar dacă e posibil ca vorbele mele să nu transmită mesajul în mod corespunzător. Cuvintele tipărite pe o pagină sunt, în cel mai bun caz, o metodă inadecvată de a comunica un lucru important – și ce ar putea fi mai important decât a vorbi despre copii și lumea lor? Am un sentiment pregnant de neliniște și insuficiență când mă gândesc la încercarea de a transmite, prin acest mediu, ceea ce am experimentat eu cu copiii, sentimentele mele pentru ei, încrederea mea în ei, speranțele mele pentru ei și semnificația procesului numit „terapie prin joc“ pentru viața copiilor. Poate că acesta este motivul pentru care apreciez atât de mult oportunitățile pe care le am de a fi în relație cu copiii în terapia prin joc; acolo nu ne limităm la comunicarea prin cuvinte.

În copilărie eram sfrijit și subdezvoltat – și am făcut cele opt clase la o școală elementară rurală cu o singură încăpere, în care preda mama mea. Am dezvoltat, în acel cadru, o autentică apreciere pentru lucrurile simple, o înclinație de a năzui spre mai departe, o iubire pentru a învăța și o sensibilitate pentru aceia care nu sunt observați. Datorită acestor experiențe, sunt extrem de conștient de copiii care trec neobservați.

Nu m-am simțit tot timpul confortabil în privința copiilor, senzație pe care presupun că mulți dintre voi, aceia care citiți acest text, ați experimentat-o; și regret asta, întrucât nu am cunoscut experiențial și emoțional lumea copiilor. Da, o știam intelectual, din cărți și de la cursurile universitare de dezvoltare a copilului, dar aveam cunoștințe numai *despre* copii. Nu-i *cunoșteam* pe copii cu inima, într-un mod care să-i atingă pe ei și lumea lor. Copiii erau acolo. Îi observam, însă pur și simplu nu-mi trecea prin cap să încerc să stabilesc o

comunicare cu ei. Copilul din mine fusese împins în fundal, cu mult timp în urmă, din nevoia mea de a fi apreciat pentru maturitatea adultului. A fi adult însemna pentru mine a fi serios în ceea ce privește viața, a fi responsabil. Știu acum că aceasta era, parțial, o încercare de a depăși anumite senzații de insuficiență, precum și faptul că, de-a lungul anilor mei de studenție și în timpul primului meu an de profesor la școală, la vârsta de 21 de ani, arătam mult mai tânăr decât vârsta mea cronologică; de fapt, eram adeseori confundat cu un elev de liceu.

După 4 ani de predat, un masterat și 2 ani de consiliere la liceu, am aruncat o primă privire în lumea copiilor ca asistent didactic absolvent la Centrul pentru Copii al campusului universității New Mexico. Acolo, un profesor sensibil și intuitiv, care a văzut în mine calități de care eu nu eram conștient, m-a încurajat să lucrez cu copiii și m-a introdus în dimensiunile incitante și cu multiple fațete ale terapiei prin joc, prin intermediul căreia am început să descopăr și să experimentez treptat fațetele lumii copiilor.

E oare posibil să descrii cu adevărat descoperirea unei dimensiuni ce schimbă viața cuiva? Dacă da, atunci experiența trebuie că a fost mai degrabă mărunță sau ne semnificativă – sau ambele – întrucât majoritatea cuvintelor sunt mărunte și ne semnificative. Iată-mă ajuns în acest moment în care doresc să transmit plăcerea autentică a intrării în contact cu copiii și cum aceasta a adăugat o nouă dimensiune profundă vieții mele – trebuie să recunosc că sunt incapabil să fac asta. Cum poți să descrii mirarea și încântarea copiilor de a experimenta viața, noutatea proaspătă cu care abordează trăirea și flexibilitatea lor incredibilă? Mă simt incapabil; mintea mea a înghețat. Nu mai funcționează. Toate circuitele sunt deschise și în căutare. Nu-mi vine niciun cuvânt în minte pentru a descrie acea experiență, deși cunosc bine senzația.

Viața nu poate fi descrisă; poate fi doar experimentată și apreciată. Descrierile pot fi întotdeauna contestate, nu și viața. Viața este. Ea se dezvăluie și este în întregime în acest moment, nici mai mult, nici mai puțin. Nu privim o persoană judecând-o sau evaluând-o că are prea multă sau prea puțină viață. Într-adevăr, una dintre cele mai importante descoperiri pentru mine a fost aceea că rareori copiii evaluează viața altor copii – poate că niciodată. Ei interacționează unii cu alții și o acceptă pe cealaltă persoană ca fiind suficientă. În primii ani ai dezvoltării mele profesionale, experimentarea acceptării necondiționate a copiilor a reprezentat o experiență profundă. Ei nu-și doreau ca eu să fi fost mai mult sau mai puțin. Am simțit cum copiii mă acceptă pentru ceea ce eram în acel moment. Nu încercam să mă schimb sau să mă facă să fiu diferit în vreun fel. Mă plăceau așa cum eram. Nu trebuia să mă prefac. Am descoperit că puteam doar să fiu. A fost o experiență eliberatoare fantastică – și

continuă să fie, pe măsură ce relaționez cu copiii. Conectându-mă cu copiii pe baza a ceea ce erau ei în acel moment și acceptându-i pe ei ca atare, ca persoane, a devenit o experiență reciprocă de a împărtăși, a fi împreună și a ne accepta unii pe alții.

Interacțiunile mele timpurii cu copiii în terapia prin joc au trezit în mine o apreciere profundă pentru procesul în desfășurare al vieții așa cum este el trăit de către aceștia și, de asemenea, o apreciere înnoită pentru procesul propriei mele vieți – nu drept ceva care să fie schimbat, anulat, depășit sau de care să mă dovedesc vrednic, ci pentru a aprecia și a trăi entuziasmul procesului de a fi persoana pe care Dumnezeu a creat-o să fie – eu însumi! A fi eu însumi mai mult înseamnă a fi uman mai mult, a-mi accepta punctele forte la fel ca pe cele slabe, întrucât le am pe amândouă – iar greșelile mele sunt doar o dovadă a faptului că, într-adevăr, pot să eșuez: sunt om. Aceasta a fost o descoperire semnificativă pentru mine; și totuși, privind înapoi, nu a fost o descoperire, întrucât asta ar indica un eveniment în timp. Precum viața, a fost un proces pe care l-am experimentat și de care am devenit conștient treptat, învățând încet să-l apreciez. Ceea ce doresc să le transmit copiilor este minunat exprimat în articolul „In the name of the children“ („În numele copiilor“, 1979–1980), al lui Peccei:

Dacă am permite minunii vieții unui copil să ne atingă pe deplin și cu adevărat și să ne fie învățător, ar trebui să spunem: Mulțumesc, copil al omului, [...] pentru că îmi amintești de bucuria și încântarea de a fi ființă umană. Mulțumesc pentru că îmi permiți să cresc împreună cu tine, pentru că pot învăța din nou ceea ce am uitat despre simplitate, intensitate, totalitate, mirare și iubire, că pot învăța să îmi respect viața în unicitatea ei. Mulțumesc pentru că îmi permiți să învăț din lacrimile tale despre durerea creșterii și suferințele lumii. Mulțumesc pentru că îmi arăți că a iubi o altă persoană și a fi împreună cu oamenii, mari sau mici, este cel mai natural dar, ce crește ca o floare atunci când trăim în minunea vieții. (p. 10)

Progresând în relațiile mele cu copiii în terapia prin joc, am făcut o descoperire destul de surprinzătoare despre sesiunile mele de consiliere cu adulții. Procesul de consiliere părea că se derulează mai rapid, iar eu deveneam mai eficient. Un mic progres, o mișcare terapeutică începea să se dezvolte la unii clienți adulți cu care înainte mă blocam; și în client apărea o nouă profunzime a împărtășirii și explorării sinelui. Examinând această evoluție, schimbarea putea fi pusă pe seama faptului că eu devenisem mai conștient și mai sensibil la semnalele subtile din client, însă acestea fuseseră întotdeauna prezente.

Am pus această sensibilitate sporită la semnalele subtile ale clientului în seama sensibilității mele sporite la formele subtile de comunicare ale copiilor. Am descoperit că, pe măsură ce deveneam mai eficient cu copiii în terapia prin joc, deveneam și mult mai eficient cu adulții în relația de consiliere.

M-am alăturat Departamentului Consilierilor Educaționali de la University of North Texas în 1966 și mi-am ținut primul curs de terapie prin joc în 1967. Terapia prin joc nu era foarte cunoscută în Texas în acele zile – de fapt, nicăieri în țară –, dar din acel început sărăcăcios s-a ivit o dezvoltare impresionantă. A fost o aventură încântătoare! Centrul pentru Terapia prin Joc, pe care l-am fondat la University of North Texas, constituie acum cel mai complex program de pregătire în terapia prin joc din întreaga lume, incluzând în fiecare an o Conferință Anuală și o Școală de vară de 2 săptămâni specializate pe terapia prin joc. Cursurile oferite în fiecare an constau în cinci secțiuni de Introducere în terapia prin joc, Terapia prin joc avansată, Terapia Filială, Terapia de grup prin joc, masterat în practică și stagii de terapie prin joc, doctorat în practica avansată a terapiei prin joc și un stagiu doctoral în terapia prin joc.

Ceea ce-mi place cu adevărat în predarea acestei terapii este că latura de copil din mine poate ieși la suprafață în jocurile de rol pe care le efectuez deseori, aceasta ajutând la echilibrarea tendinței mele de a lua lucrurile prea în serios. Sunt capabil acum să prețuiesc cu adevărat latura de copil din cine sunt eu și, astfel, să apreciez mai mult și să fiu sensibil la aceste calități în copii. Am descoperit că, atunci când sunt împreună cu copii, persoana care sunt este mult mai importantă în mintea mea decât orice altceva știu să fac.

Învăț încă despre copii și despre mine însumi, experimentând împreună cu ei simplitatea complexă a jocului lor și dezvăluirea culorilor vii ale lumilor lor emoționale. Ce am învățat și modul cum am inclus aceasta în relațiile mele cu copiii se exprimă cel mai bine, probabil, prin următoarele principii.

Principii ale relațiilor cu copiii

Nu sunt atotcunoscător.

Prin urmare, nici măcar nu voi încerca să fiu.

Am nevoie să fiu iubit.

Prin urmare, voi fi deschis către a-i iubi pe copii.

Vreau să-l accept mai mult pe copilul din mine.

Prin urmare, le voi permite copiilor, cu încântare și uimire, să-mi lumineze lumea.

Știu atât de puține despre complexitățile copilăriei.

Prin urmare, le voi permite copiilor să mă învețe.

Am învățat cel mai bine de la strădaniile mele personale și am fost influențat cel mai mult de ele.

Prin urmare, mă voi alătura copiilor în strădaniile lor.

Uneori am nevoie de un refugiu.

Prin urmare, le voi oferi un refugiu copiilor.

Îmi place când sunt pe deplin acceptat drept persoana care sunt.

Prin urmare, mă voi strădui să simt și să apreciez persoana copilului.

Fac greșeli. Ele sunt o declarație a ceea ce sunt: un om supus greșelii.

Prin urmare, voi fi tolerant cu umanitatea copiilor.

Reacționez prin internalizare și exprimare emoțională la lumea realității mele.

Prin urmare, voi renunța la modul în care percep realitatea și voi încerca să intru în lume așa cum este ea experimentată de către copil.

Mă simt bine să fiu o autoritate, să ofer răspunsuri.

Prin urmare, va trebui să muncesc din greu pentru a-i proteja pe copii de mine însumi!

Sunt mai pe deplin eu însumi atunci când mă simt în siguranță.

Prin urmare, voi fi consecvent în interacțiunile mele cu copiii.

Sunt singura persoană care îmi poate trăi viața.

Prin urmare, nu voi încerca să guvernez viața copilului.

Am învățat cea mai mare parte din ceea ce știu prin experimentare.

Prin urmare, le voi permite copiilor să experimenteze.

Speranța pe care o simt și voința de a trăi provin din interiorul meu.

Prin urmare, voi recunoaște și voi afirma voința și individualitatea copilului.

Nu pot face să dispară durerile, fricile, frustrările și dezamăgirile copiilor.

Prin urmare, voi face experiența dificilă mai ușor de acceptat.

Simt frica atunci când sunt vulnerabil.

Prin urmare, voi atinge cu bunătate, blândețe și afecțiune lumea interioară a copilului vulnerabil.

Referință

Peccei, A. (1979–1980), „In the name of the children“, în *Forum*, 10, pp. 17–18.

Capitolul 2

Semnificația jocului

„Jocul copiilor nu este o simplă activitate fizică.
Este plin de semnificație și sens.“

F. FROEBEL

Copiii trebuie abordați și înțeleși dintr-o perspectivă evolutivă. Ei nu sunt adulți în miniatură. Lumea lor este una de realități concrete, iar experiențele lor sunt deseori comunicate prin intermediul jocului. Căutând să faciliteze exprimarea copiilor și explorarea lumii lor emoționale, terapeuții trebuie să renunțe la controlul asupra propriei lumi a realității și exprimării verbale și să intre în lumea exprimării conceptuale a copiilor. Spre deosebire de adulți, al căror mediu natural de comunicare este verbalizarea, mediul natural de comunicare al copiilor este jocul și activitatea.

Funcțiile jocului

Importanța universală a jocului pentru integritatea și dezvoltarea naturală a copiilor a fost subliniată prin proclamarea jocului de către Organizația Națiunilor Unite ca reprezentând un drept universal și inalienabil al copilăriei. Jocul este unica activitate centrală a copilăriei, petrecându-se tot timpul și în toate locurile. Copiii nu au nevoie să fie învățați cum să se joace și nici nu trebuie determinați să se joace. Joaca este spontană, de obicei agreabilă, voluntară și fără un scop. Pentru a face jocul copiilor mai acceptabil, unii adulți au inventat o semnificație pentru joacă, definind-o ca muncă. În efortul lor de a avea succes și de a grăbi procesul creșterii, mulți adulți nu pot tolera „pierderea timpului de către copii cu joacă“. Atitudinea lor este aceea conform căreia copiii trebuie să realizeze ceva sau să lucreze pentru anumite scopuri acceptabile pentru adulți.

Este regretabil că joaca a fost identificată de mulți teoreticieni cu munca efectuată de copii. Acesta pare a fi un efort de a legitima cumva jocul, lăsând

Cuprins

<i>Joc, relaționare, educație și terapie prin joc.</i>	
Cuvânt înainte de Conf. univ. dr. Laura Ciolan	7
<i>Prefață</i>	11
1. Despre mine, Garry Landreth	15
Principii ale relațiilor cu copiii	18
2. Semnificația jocului	20
Funcțiile jocului	20
Copiii comunică prin joc	22
Jocul în procesul terapeutic	23
Jocul simbolic	28
Etape în procesul terapiei prin joc	31
Jocul la copiii adaptați și la cei inadaptați	34
3. Istoria și dezvoltarea terapiei prin joc	37
Terapia psihanalitică prin joc	38
Terapia de eliberare prin joc	41
Terapia prin joc a relațiilor	42
Terapia prin joc nondirectivă/centrată pe copil	43
Terapia prin joc în școlile elementare	44
Asociația pentru Terapia prin Joc	45
Pregătire universitară	45
Centrul pentru Terapia prin Joc	46
Terapia filială	46
Tendințe în terapia prin joc	48
4. O perspectivă asupra copiilor	52
Principii pentru raportarea la copii	53
Copiii sunt rezistenți	54
Unii copii sunt precum floricelele de porumb, alții sunt precum melasa	56

5. Terapia prin joc centrată pe copil	58
Teoria personalității.....	59
O perspectivă centrată pe copil asupra personalității și comportamentului	63
Concepte-cheie ale terapiei prin joc centrate pe copil	64
Adaptare și inadaptare	67
Condiții terapeutice pentru dezvoltare	69
Relația terapeutică.....	76
Obiective în terapia prin joc centrată pe copil	84
Ce învață copiii în terapia prin joc.....	86
Abordarea multiculturală a terapiei prin joc centrată pe copil	89
6. Terapeutul prin joc	93
Crearea diferențelor	93
„A fi împreună cu“	94
Trăsături ale personalității	96
Înțelegerea de sine a terapeutului	101
Acceptarea de sine a terapeutului	103
Rolul terapeutului prin joc.....	106
Ryan – copil bolnav în fază terminală în terapia prin joc.....	107
Practica supervizată facilitează revelațiile de sine	112
Program de pregătire recomandat.....	116
7. Părinții ca parteneri în terapia prin joc	119
Informații de bază.....	119
Ar trebui să participe și părinții la terapie?.....	121
Părinții ca parteneri în procesul terapiei prin joc	124
Explicarea terapiei prin joc părinților	126
Pregătirea părinților pentru separare.....	128
Interviul părinților.....	130
Aspecte etice și legale în terapia prin joc.....	135
Recomandări psihiatrice.....	138
8. Camera de joacă și materialele	139
Amplasarea camerei de joacă	139
Mărimea camerei de joacă	140
Caracteristicile camerei de joacă.....	141
Alte cadre pentru terapia prin joc	143
Motive pentru alegerea jucăriilor și materialelor	144

Categorii de jucării.....	149
Camera de joacă dintr-o geantă mare	154
Jucării și materiale recomandate pentru camera de joacă	156
Aspecte speciale de luat în considerare	158
Sugestii de titluri pentru programul de terapie prin joc din școli.....	161
9. Începutul relației: Timpul copilului.....	162
Obiectivele relației	163
Stabilirea contactului cu copilul.....	164
Întâlnirea inițială în camera de așteptare	166
Dezvoltarea relației în camera de joacă.....	169
Reacții față de un copil ezitant și neliniștit.....	177
Perspectiva copilului asupra relației din terapia prin joc	178
Tehnici de a le adresa întrebări copiilor	182
Explicarea oglinzii de observare și a înregistrării.....	187
Luarea de notițe în timpul sesiunii	188
Pregătirea pentru încheierea fiecărei sesiuni	189
Reacțiile terapeuților prin joc la primele lor sesiuni de terapii prin joc.....	190
Dimensiuni fundamentale ale relației.....	191
10. Caracteristici ale reacțiilor facilitative.....	194
Înțelegerea delicată: „a fi împreună cu“	194
Acceptarea plină de afecțiune.....	196
Calitățile distinctive ale reacțiilor terapeutice.....	197
Răspunsuri facilitative	213
Răspunsuri nonfacilitative tipice	217
Paul – un copil temător și impulsiv în terapia prin joc	222
11. Stabilirea limitelor terapeutice	231
Recomandări de bază pentru stabilirea limitelor.....	231
Când să prezinți limitele	233
Justificarea limitelor terapeutice	234
Proceduri în stabilirea limitelor terapeutice.....	241
Pași în procesul stabilirii limitelor terapeutice	243
Când limitele sunt încălcate	246
Ezitatea în stabilirea limitelor.....	248
Limite situaționale	250
Reacții ale terapeuților prin joc începători la stabilirea limitelor	254

12. Probleme tipice în terapia prin joc și ce să faci dacă.....	256
Ce să faci când copilul este tăcut	256
Ce să faci când copilul vrea să aducă jucării sau mâncare în camera de joacă	259
Ce să faci când copilul este excesiv de dependent	260
Ce să faci când copilul persistă în a obține aprecieri	261
Ce să faci când copilul spune că vorbești ciudat.....	263
Ce să faci când copilul vrea să joace cu terapeutul un joc de-a ghicitul	264
Ce să faci când copilul dorește manifestări ale afecțiunii	265
Ce-i de făcut când copilul vrea să-l îmbrățișeze pe terapeut sau să stea la el în brațe	266
Ce să faci când copilul încearcă să fure o jucărie	267
Ce să faci când copilul refuză să plece din camera de joacă	269
Ce-i de făcut când, în mod neașteptat, terapeutul nu poate ține o sesiune	270
 13. Aspecte în terapia prin joc	271
Confidențialitatea	271
Participarea în jocul copilului	273
Acceptarea cadourilor de la copii în terapia prin joc	277
Oferirea de recompense copilului la încheierea sesiunilor sau a unui suvenir la final	279
A-i cere copilului să facă ordine și curățenie.....	280
Informarea copiilor despre motivele pentru care vin la terapia prin joc.....	282
Aducerea unui prieten în camera de joacă	283
Invitarea părinților sau a fraților în camera de joacă	285
 14. Copii în terapia prin joc	287
Nancy – de la chelie la bucle	288
Cindy – un copil manipulativ.....	294
Amy – un copil mut selectiv	301
Rezumat	308
 15. Stabilirea procesului terapeutic și a încheierii acestuia	310
Stabilirea mișcării terapeutice din cadrul sesiunilor	310
Dimensiuni ale schimbării.....	312
Semnificația încheierii	316
Puncte de referință pentru stabilirea încheierii.....	317
Proceduri pentru încheierea relației	319

Reacțiile copiilor la ultima sesiune.....	321
Încheierea prematură	322
16. Terapia prin joc intensivă și cea pe termen scurt.....	323
Terapia prin joc intensivă	323
Cercetări asupra terapiei prin joc intensive.....	325
Terapia prin joc pe termen scurt	328
Cercetări asupra terapiei prin joc pe termen scurt	328
Terapia Relației Copil-Părinte (CPRT) pe termen scurt	332
Rezumat	333
17. Cercetări în terapia prin joc	336
Studii metaanalitice de cercetare.....	337
Cercetări în terapia prin joc centrată pe copil interculturală.....	340
Trecere în revistă a cercetărilor experimentale și cvasiexperimentale în CCPT.....	341
Rezumat final	378
<i>Mulțumiri</i>	385
<i>Indice de nume</i>	387