

O principech terapie hrou

Co je terapie hrou?

Terapie hrou je pro děti to stejné, co je poradenství pro dospělé. Hra je pro děti přirozený způsob komunikace, přesně tak, jak je pro dospělé přirozeným způsobem komunikace vyprávění. V herně se hračky používají jako slova a hra je řečí dítěte. Dětem jsou v terapii hrou poskytnuty speciální hračky, které umožňují vyjádřit to, co se jim těžko vyjadřuje slovy. Když děti mohou vyjadřovat svoje pocity ve společnosti vyškoleného terapeuta, který jim rozumí, začnou se cítit lépe. Jako rodič jste pravděpodobně zažili to samé, když vás něco trápilo nebo znepokojovalo a pověděli jste to někomu, komu na vás skutečně záleželo a porozuměl vám, najednou jste se cítili lépe a snadněji jste zvládli svůj problém. Něco podobného je pro děti terapie hrou. Mohou použít panenky, barvy a jiné hračky na vyjádření toho, co si myslí, co cítí, co je trápí.

Co povědět dítěti o hrových setkáních?

Můžete svému dítěti povědět, že každý týden (popř. jinak dle stanované frekvence setkávání) se bude setkávat s terapeutem ve speciální herně, kde jsou různé hračky. Pokud se vás bude dítě ptát, proč musí jít do herny, můžete mu povědět například: „*Když jsou pro tebe věci doma (nebo ve škole) trochu zamotané, pomáhá, když máš speciální místo, kde si můžeš hrát.*“

Co udělat před každým hrovým setkáním?

Jelikož od písku a barev se dítě může zašpinit, navrhujeme, abyste dítě přivedli ve starším oblečení, aby vám nevadilo, když se dítě v herně zašpiní. **Před každou terapií vezměte dítě na WC.** Ujistěte ho, že za 45 minut se pro něj vrátíte, zatímco ono si bude hrát v herně. Když přijdete, bude se terapeut věnovat dítěti, ne vám. Pokud máte zájem o setkání s terapeutem bez dítěte, sdělte to před tím, než s ním dítě odejde do herny. **Nekomentujte chování dítěte vůči terapeutovi** (nenutě ho zdravit atp.).

Po každém setkání...

Vyhýbejte se otázkám o tom, co dítě v herně dělalo, jestli bylo v herně hodné, jestli poslouchalo apod. Povězte jen: „*Ahoj. Můžeme jít domů.*“ Pokud se dítě rozhodne o zážitku z herny vyprávět, pozorně ho poslouvejte a dovolte mu vést rozhovor. Někdy si možná vezme dítě domů obrázek. **Namísto vychvalování obrázku zkuste jednoduše popsát, co na obrázku vidíte,** např.: „*Použil si spoustu různých barev. Vidím hnědou a zelenou a hodně modré barvy nahoře na obrázku...*“ nebo: „*Vidím, že jsi nakreslil tři lidi...*“ **Nekomentujte chování dítěte vůči terapeutovi** (nenutě ho rozloučit se, poprosit, zeptat se na něco, atp.).

Ukončování terapie

Po zhodnocení aktuálního stavu dítěte a dosažených změn bude rozhodnuto o ukončování terapie. Terapeut vždy seznámí dítě i rodiče s tím, že před sebou mají **poslední 2 setkání**. Během této doby může dojít k přechodnému znovuobjevení původních obtíží, což je běžná součást procesu ukončování.