

Όνομα Ομιλητή = Κωνσταντίνος Κωνσταντίνου

Όνομα εισηγητή = Γιώργος Παπαγρηγορίου

ΠΑΙΧΝΙΔΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΤΗΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΠΑΙΔΙΟΥ

Τι είναι η παιγνιοθεραπεία (Play therapy);

Η παιγνιοθεραπεία είναι η «γλώσσα» των παιδιών ή αν προτιμάτε το κέντρο της παιδικής ηλικίας. Με άλλα λόγια είναι μια δυναμική διαδικασία κατά την οποία δίνεται στο παιδί η ευκαιρία να εκφραστεί με τους δικούς του τρόπους και να βρει λύσεις στα προβλήματα του παρελθόντος και του παρόντος που επηρεάζουν τη ζωή του.

Τα παιδιά ,σε αντίθεση με τους ενήλικες, δεν αναμένεται να εξηγήσουν λεκτικά τι τα απασχολεί, αλλά να χρησιμοποιήσουν το παιχνίδι με βάση τις δικές τους ικανότητες, ώστε να εκφράσουν τις ανησυχίες τους, τις επιθυμίες και τους φόβους τους.

Οι σημαντικότερες χρονικές περιόδους στην ιστορία της παιγνιοθεραπείας

Ο πρώτος που μίλησε για την σημαντικότητα του παιχνιδιού ήταν ο Πλάτωνας (429-347 π.Χ). Ο Πλάτωνας είπε: «μπορείτε να ανακαλύψετε περισσότερα για ένα άτομο σε μια ώρα παιχνιδιού παρά σε ένα έτος συνομιλίας». Η πρώτη τεκμηριωμένη υπόθεση έγινε από τον Freud (1909). Η Melanie Klein, το 1919, εφάρμοσε την τεχνική της παιγνιοθεραπείας ως μέσω ανάλυσης παιδιών κάτω των 6 ετών. Ο Hermine hug-Hellmuth το 1921 έκανε την πρώτη επισημοποίηση της παιγνιοθεραπείας. Την δεκαετία του 30, Ο David Levy ανέπτυξε μια τεχνική που ονομάζεται θεραπεία-απελευθέρωσης. Η Anna Freud, το 1946, χρησιμοποίησε το παιχνίδι ως μέσο επικοινωνίας μεταξύ παιδιού και θεραπευτή. Το 1960 Ο Bernard και ο Guerney εφάρμοσαν το Filial therapy. Τέλος την δεκαετία του 60, οι σχολικοί σύμβουλοι εφαρμόζουν την παιγνιοθεραπεία.

Σε ποιες περιπτώσεις συνίσταται το play therapy;

Πολλές είναι οι περιπτώσεις που συνίσταται η παιγνιοθεραπεία. Μια περίπτωση είναι όταν τα παιδιά νιώθουν ότι απειλούνται από φοβίες ή άγχος. Επίσης μια σημαντική απώλεια όπως είναι ένας θάνατος ή μια σημαντική αλλαγή όπως η απόκτηση ενός μικρότερου αδερφού ίσως δημιουργήσουν κάποιο πρόβλημα. Όταν πάσχουν τα ίδια ή οι γονείς τους από χρόνιες- σοβαρές ασθένειες. Όταν έχουν βίαιη συμπεριφορά, δεν μπορούν να εκφραστούν, να προσαρμοστούν εύκολα και έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση, αυτά θα τα οδηγήσουν στο να είναι κοινωνικά απομονωμένα και κλεισμένα στον εαυτό τους. Οι σωματικές ενοχλήσεις ή παθήσεις, είναι σημαντικές περιπτώσεις στις οποίες συνίσταται η παιγνιοθεραπεία. Οι διάφορες

δυσκολίες που αντιμετωπίζουν τα παιδιά όπως η έλλειψη συγκέντρωσης αντιμετωπίζονται με το play therapy καθώς και οι διαταραχές ύπνου ή οι διαταραχές στην όρεξη. Ακόμη τα παιδιά που ξέρουν ότι είναι υιοθετημένα ή πρόκειται να υιοθετηθούν είναι περιπτώσεις όπου κρίνεται απαραίτητη η εφαρμογή της διαδικασίας της παιχνιδοθεραπείας. Τέλος σε όσα παιδιά έχουν υποστεί μια τραυματική εμπειρία, ξεσπούν σε θυμό ή κλάμα και οι δεσμοί με την οικογένεια είναι ασταθής και ασθενής, είναι μια πολύ καλή λύση.

Πως βοηθάει το Play therapy τα παιδιά;

Πρώτα-πρώτα η παιχνιδοθεραπεία κάνει τα παιδιά να είναι πιο υπεύθυνα και να μπορούν να μάθουν πιο αποτελεσματικές στρατηγικές. Επίσης μπορούν από μόνα τους να εφευρίσκουν δημιουργικές και καινούργιες λύσεις στα προβλήματα τους. Ακόμη θα σέβονται και θα αποδέχονται τον εαυτό τους όπως είναι αλλά και τους άλλους ανθρώπους. Το play therapy δίνει την ικανότητα στα παιδιά να γνωρίζουν πως να βιώνουν και πως να εξωτερικεύουν τα συναισθήματα τους καθώς και το πώς να καλλιεργούν ενσυναίσθηση και σεβασμό για σκέψεις και συναισθήματα άλλων. Έτσι τα παιδιά θα είναι πιο κοινωνικά στις διάφορες σχέσεις τους και θα έχουν αναπτύξει και αυξήσει την αυτοεκτίμηση τους έτσι ώστε να είναι πιο σίγουροι για τις ικανότητές τους.

Που αποσκοπεί η παιχνιδοθεραπεία;

Σκοπός της παιχνιδοθεραπείας είναι να βοηθήσει το παιδί να εκφράσει τους δικούς του φόβους, έτσι ώστε να αντιληφθεί την ασθένεια του και να αποδεχθεί πιο εύκολα την ενδεδειγμένη θεραπεία. Για παράδειγμα, κατά την διαδικασία του εμβολιασμού ενός παιδιού το ίδιο φοβάται λόγω προηγούμενης εμπειρίας. Αν δώσουμε μια σύριγγα στο παιδί και του εξηγήσουμε και του πούμε να εμβολιάσει μια κούκλα που υποτίθεται είναι άρρωστη, θα μειωθεί το άγχος του και θα κατανοήσει τη διαδικασία και τη σημαντικότητα της. Έτσι οι παιδιατρικοί ασθενείς θα μπορούν να αντιμετωπίσουν μια τρομακτική κατάσταση, έχοντας αποκτήσει μια εμπειρία, η οποία θα βοηθήσει στο να δημιουργηθούν τα θεμέλια για πιο δύσκολες παρεμβάσεις στο μέλλον

Για πόσο καιρό θα χρειαστεί το παιδί παιχνιδοθεραπεία;

Είναι δύσκολο να καθορίσουμε ποιος είναι ο ακριβής χρόνος που χρειάζεται ένα παιδί για να θεραπευτεί μέσω του παιχνιδιού γιατί εξαρτάται από την φύση του προβλήματος. Όταν τα παιδιά βρίσκονται σε οξεία φάση (κοινό κρυολόγημα) χρειάζεται μια βραχυπρόθεσμη θεραπευτική παρέμβαση. Όμως, όταν βρίσκονται σε χρόνια φάση (λευχαιμία) μια πιο μακροπρόθεσμη θεραπευτική παρέμβαση κρίνεται καταλληλότερη.

ΠΑΙΧΝΙΔΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ENANTION ΦΑΡΜΑΚΩΝ

Κάποιες αναφορές έδειξαν ότι η παιχνιδοθεραπεία σε παιδιά με διαταραχές ύπνου σε πολλές περιπτώσεις είναι πιο αποτελεσματική από ότι τα φάρμακα.

Απόσπαση προσοχής

Τα παιδιά όπως προαναφέρθηκε, φοβούνται διάφορες παρεμβάσεις όπως είναι ο εμβολιασμός. Αυτή η εξαιρετική στρατηγική του play therapy, μειώνει τον πόνο και το άγχος τους. Για το σκοπό αυτό, βοήθεια μπορεί να προσφέρει μια πολυτροπική συσκευή που αποσπά την προσοχή (MMD). Το MMD είναι ένα σύστημα που προετοιμάζει το παιδί για μια διαδικασία και χρησιμοποιεί κατάλληλες αναπτυξιακά ιστορίες και παιχνίδια αποσπώντας την προσοχή του παιδιού κατά τη διάρκεια των διαδικασιών, ανακουφίζοντας το άγχος και το πόνο. Άλλες μεθόδους που μπορούν να χρησιμοποιηθούν είναι οι χρωματικές εικόνες, οι ελκυστικοί ήχοι, τα παραμύθια, κ.α

Η ασθένεια μέσα από τα μάτια των παιδιών

Τα μικρά αγόρια προσχολικής-σχολικής ηλικίας **οποιασδήποτε διάγνωσης** έπαιζαν με όπλα και σπαθιά, τρομάζοντας και κάνοντας αμήχανους τους γύρω τους.

Ακόμη τα παιδιά που **δεν είχαν κοντά την μητέρα τους**, δεν είχαν ή απομάκρυναν την γυναικεία φιγούρα από τα παιχνίδια τους.

Μέσα από το παιχνίδι τους τα παιδιά που είχαν **όγκους εγκεφάλου** αυτοσαρκαζόντουσαν. Χρησιμοποιούσαν ειδικά το σώμα τους για να δείξουν τα συναισθήματα τους.

Τα μικρά παιδιά που έπασχαν από **λευχαιμία** έπαιζαν περισσότερο με πλαστικά ζωάκια που αλληλοσκοτώνονταν για να ρουφήξει το ένα το αίμα του άλλου. Τα μεγαλύτερα πάλι, δημιουργούσαν ιστορίες με δράκους και τέρατα που σκότωναν για να πίνουν αίμα.

Τα κορίτσια στην φάση **απώλειας των μαλλιών τους**, κούρευαν τις κούκλες τους, βγάζοντας το θυμό και μετά τις παρηγορούσαν.

Στη φάση της διάγνωσης, παιδιά δήλωσαν ότι το παιχνίδι και ο αθλητισμός ευθύνονται για το **σάρκωμα** τους.

Μετά από ένα χωρισμό των γονιών τα παιδιά πριν νοσήσουν ένοιωθαν ότι μπορούσαν να κρατήσουν μαζί τους γονείς τους. Όμως μετά την διάγνωση φάνηκε η αγωνία τους μέσα από το παιχνίδι, να κρατούν το βάρος αυτό ολομόναχα χωρίς βοήθεια.

Τα πιο πολλά παιδιά πριν από **μια χειρουργική επέμβαση**, έπαιζαν κάνοντας την ίδια επέμβαση στο κούκλο ασθενή όπως την νόμιζαν ή την φανταζόντουσαν. Μερικά από τα παιδιά έπαιζαν και τον ρόλο του γιατρού παρηγορώντας τους γονείς τους.

Τα παιδιά που ένιωθαν ότι **το τέλος τους πλησιάζει**, δημιουργούσαν ιστορίες με δυο σπίτια και η αναχώρηση τους από το ένα στο άλλο ήταν μοναχική, ενώ όταν το **παιδί αυτό πέθαινε**, τα άλλα δεν ήθελαν να μιλήσουν για αυτό.

Επίλογος

Σαν επίλογο σας παρουσιάζουμε τα λόγια που είπε η Claire Winnicott το 1984: «Αν μπορούσαμε να μάθουμε να ανταποκρινόμαστε αποτελεσματικά στα παιδιά, στα κρίσιμα συμβάντα της ζωής τους που τα φέρνουν σε εμάς, θα σώζαμε πολλά από αυτά από το να γίνουν, για τον ένα ή τον άλλο λόγο, πελάτες μας για την υπόλοιπη ζωή τους».

Συμπέρασμα

Ένα μήνυμα που μπορούσαμε να πούμε για να δείξουμε πόσο σημαντική είναι η παιχνιδοθεραπεία είναι το: «**ΜΙΑΗΣΤΕ ΣΤΗ ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥΣ**»

Βιβλιογραφία

- Bratton S, Ray D, Rhine T. **The Efficacy of Play Therapy With Children: A Meta-Analytic Review of Treatment Outcomes**. University of North Texas Leslie Jones University of Central Florida
- Zhonghua Shao Shang Za Zhi. **Multimodal distraction to relieve pain in children undergoing acute medical procedures.**(2009) Oct;25(5):352-6, Miller K, Rodger S, Bucolo S, Wang XQ, Kimble RM. Stuart Pegg Paediatric Burns Centre, The University of Queensland, Brisbane, 4029, Australia.
- Wilson JM. **Child life services**. American Academy of Pediatrics Child Life Council and Committee on Hospital Care, Pediatrics. 2006 Oct;118(4):1757-63.
- Miller K, Rodger S, Bucolo S, Greer R. **Multi-modal distraction. Using technology to combat pain in young children with burn injuries**.. Burns Research Group, Royal Children's Hospital, Brisbane, Australia. Kimble RM Burns. 2010 Aug;36(5):647-58. Epub 2009 Nov 3
- <http://www.bestrong.org.gr/el/cancersupport/childandcancer/gametreatment/>
- http://www.efmathia.gr/full_product.php?prod_id=play1
- <http://www.babyspace.gr/Article/Paixniotherapeia-child/188-1615.html>
- http://www.epsyme.net/thetaepsilon_rho_alpha_epsilon943_alpha_mu941_sigma_omega_pialpha_iota_chi_nu_iota_delta_iota_omicron973-play-therapy.html
- <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>

- <http://www.bapt.info/historyofpt.htm>