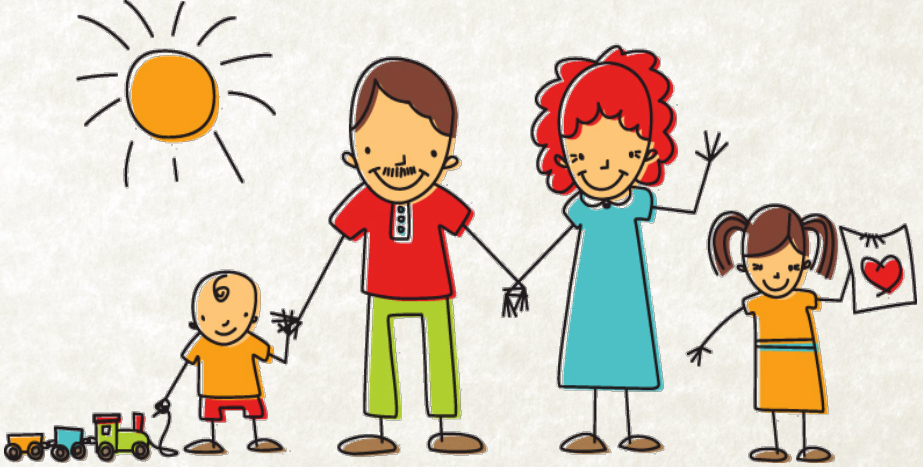


# EBEVEYNLER İÇİN OYUN TERAPİSİ BİLGİLENDİRİCİ EL KİTABI



## Oyun Terapisi Hakkında Sıkça Sorulan Sorular

### *Oyun Terapisi Nedir?*

Büyükler için danışmanlık neyse çocuklar için oyun terapisi odur. Yetişkinlerin sorunları olduğunda, bunu güvenilir bir arkadaş ya da terapistle paylaşmaları onlara yardımcı olur. Çocukların kendilerini kelimelerle ifade etme yetenekleri yetişkinlerinki gibi değildir. Bu yüzden canlarını sıkan şeyi söze dökmeleri zordur. Oyun terapisi çocuklara düşüncelerini, duygularını, ihtiyaç ve arzularını oyunla(onların en doğal ifade şekli) iletme şansı verir. Eğitimli bir Oyun Terapistiyle çocuklar kendilerini ve dünyalarını daha iyi anlamayı, problemlerini çözmek için çalışmayı ve hayatla daha iyi başa çıkabilmek için gerekli beceriler geliştirmeyi öğrenirler.

### *Çocuğumun Oyun Terapisine Neden İhtiyacı Var?*

Büyüme sürecinin bir noktasında çocukların birçoğu yaşam tecrübeleriyle başa çıkmada zorluk çekerler. Ya da ailelerini veya öğretmenlerini endişelendiren davranışlar sergilerler. Eğer siz, çocuğunuz hocası ya da doktoru, çocuğunuzun davranışlarıyla ilgili endişelenirseniz ya da



çocuğunuzun baş etmekte zorlandığını görürseniz, çocuğunuza yardım etmek için önerilen yaklaşım oyun terapisidir.

### *Oyun Terapisinden Ne Bekleyebilirim?*

Oyun terapisi, terapistin çocukla güveli bir ilişki kurduğu, çocuğun problemlerinin açığa çıkarıldığı ya da üzerinde çalışıldığı, çözüme varılan, yeni becerilerin pratik edildiği ve kapanışın hazırlandığı bir süreçtir. Oyun terapisi esnasında duygu durumu ve davranış değişiklikleri normal ve beklenen bir sonuçtur. Bazen işler iyiye değil de daha kötüye gidiyor gibi görünebilir. Bu beklenen ve normal bir şeydir. Bunu fark ederseniz, bunu çocuğunuzun terapistiyle konuşun. Ayrıca oyun terapisinde terapist çocuğu hayatı ya da travmatik deneyimiyle ilgili bilgi hakkında zorlamayacak, çocuğun kendi hızında sorunları işlemesine izin verecektir. Oyun terapi odasında çocuğa hayatının diğer alanlarında karşılaştığından daha fazla özgürlük olacaktır. Terapi seansı boyunca çocuğun her düşünce ne duygusu ve nerdeyse her davranışı kabul görür. Çocuk kabul gördüğünü, kendini açabilecek ve sorunları ve korkuları üzerinde çalışabilecek kadar güvenli

bir ortamda olduğunu hissetsin diye terapi odasında özgürlük gereklidir. Oyun terapisi ortamında sınır konulan davranışlar, çocuğa, terapisteye ya da oyun terapi malzemelerine zarar verebilecek davranışlardır. Çocuk bulunduğu ortamda kendini güvende hissedebilsin diye sınırlar gereklidir. Sınır koyma ve uygun seçenekler sağlama çocuğun kendini kontrolü öğrenmesine ve kendine saygısının artmasına yardımcı olur.

### *Terapi Seansından Sonra Çocuğumla Nasıl Konuşurum?*

Çocuğunuzun size oyun terapisinde olan her şeyi anlatmak zorunda hissetmemesi önemlidir. Çocuk terapi saatini kendisi ve terapisti arasında özel bir zaman olarak görmelidir. Çocuğunuza terapisiyle ilgili konuşma başlatmasına izin verin fakat konuşmama hakkı ve özgürlüğü de tanıyın.

### *Çocuk Ne Sıklıkla ve Ne Süreyle Oyun Terapisine Gelmelidir?*

Her çocuk terapi sürecinde farklı bir hızla ilerler bu yüzden terapinin süresi çocuğun kişiliğine, travmanın derecesine, ev ve hayat koşullarına göre değişir. Çocuklar



yapı ve tutarlılık olduğunda daha iyi geliştikleri için seansların tutarlı ilerlemesi çocuğunuz için en büyük faydayı sağlayacaktır. Bu sebeple çocuğunuzu ayarlanan seansa düzenli olarak getirmeniz önemlidir.

### *Terapi Süreci Nasıl Tamamlanır?*

Terapi süresince, terapist çocuğunuzun zamanı artık terapötik olarak kullanmadığını fark edecektir. Yani çocuğun eski oyun şekli ve yoğunluğu değişip, yaşına ve gelişimine uygun bir oyun oynama şekline dönüştüğünde, çocuğunuzun terapiden mezun olma vakti gelmiş demektir.

Çocuklar büyüdükçe düşünce ve hayat deneyimleri daha olgun ve farklı bir şekilde işlendiği için, çocuğunuz yeni baş etme zorlukları yaşayabilir ya da sizde endişe uyandıran davranışlar sergileyebilir. Çocuğun hayatındaki diğer yetişkinler ya da siz baş etme becerileriyle ilgili bir sıkıntı ya da endişe verici davranışlar fark ettiğinizde çocuğunuzu tekrar terapiye getirebilirsiniz.

### *Terapistle Ne Zaman Konuşmalıyım?*

Çocuğunuzun terapisti ilerlemesini görüşmek üzere sizinle düzenli olarak görüşmek isteyecektir. Arada seanslara da katılmanızı isteyecektir. Bu durumda, terapist seans boyunca destek ve rehberlik sağlayacaktır. Seanslar arası çocukla ilgili endişe verici bir gelişme yaşanırsa özel bir görüşme de talep edebilirsiniz.