



Τι είναι η σχέση παιχνιδιού ανάμεσα στο γονέα και το παιδί ή αλλιώς οικογενειακή παιγνιοθεραπεία- Filial Playtherapy .

Οι γονείς πολύ συχνά μπερδεύονται με την υπερπληροφόρηση που υπάρχει γύρω από το «**πώς μπορούν να είναι καλοί γονείς για τα παιδιά τους**». Είναι μία περιοχή τόσο πολύ επηρεασμένη από την προσωπικότητα του γονέα και του παιδιού που πραγματικά αναρωτιέμαι αν ακολουθώντας μία συμβουλή που κάποιος έχει διαβάσει ή ακούσει είναι αυτό που χρειάζεται εκείνη τη στιγμή η σχέση τους. Κάθε θέμα που αναδύεται στην καθημερινότητα τους είναι μία ευκαιρία να δυναμώσουν τη σχέση τους, να νιώσουν οι γονείς για τους εαυτούς τους ότι είναι αρκετά καλοί γονείς και το παιδί από πλευράς του να νιώσει ότι υπάρχει κάποιος που τον ακούει πραγματικά, τον καταλαβαίνει, τον αποδέχεται.

Ως παιγνιοθεραπεύτρια καθημερινά συναντώ γονείς που έχουν να αντιμετωπίσουν προβλήματα συμπεριφοράς ή τα μεγάλα και δύσκολα συναισθήματα του παιδιού τους. Από τις περιγραφές τους καταλαβαίνω πόσο προκλητικά δύσκολη μπορεί να γίνει η αποστολή τους, όταν τα ίδια τα παιδιά δεν καταλαβαίνουν τι συμβαίνει στους εαυτούς τους ή αρνούνται να μιλήσουν γ' αυτό. Τους απαντώ λοιπόν πως είναι απολύτως φυσιολογικό τα παιδιά να μη διαθέτουν ακόμα ενήλικες δεξιότητες, όπως σύνθετη, αφηρημένη, συνδυαστική σκέψη για να εκφράσουν αυτά που νιώθουν μέσω του λόγου. Όμως μπορούν να επικοινωνήσουν τον εσωτερικό τους κόσμο, με έναν ενήλικα, μέσα από τη φυσική τους, ενστικτώδη γλώσσα που είναι το παιχνίδι. Έτσι σε κάποιες περιπτώσεις προτείνω να γίνονται συναντήσεις οικογενειακής παιγνιοθεραπείας.

Η σχέση παιχνιδιού ανάμεσα στο γονέα και το παιδί είναι μία μοναδική προσέγγιση η οποία επικεντρώνεται στο χτίσιμο της σχέσης ανάμεσα τους και βοηθάει τους γονείς να γίνουν γνώστες, μάρτυρες για ότι το παιδί επικοινωνεί μέσα από το παιχνίδι του. Η σχέση παιχνιδιού είναι μία εκπαίδευση που ενδυναμώνει το ρόλο του γονέα. Του μαθαίνει πώς να **στέκεται, όχι να αντιδρά**, όταν το παιδί του βάλλεται από τα μεγάλα συναισθήματα του θυμού, θλίψης, υπερδιέγερσης ,παραίτησης. Του μαθαίνει πώς να ενθαρρύνει τις προσπάθειες του παιδιού του για να κατακτήσει την αυτοεκτίμηση που χρειάζεται για να νιώσει ότι είναι αρκετός ή αρκετή. Του μαθαίνει πώς να βάζει όρια έτσι ώστε το παιδί του να μάθει να είναι υπεύθυνο. Του μαθαίνει πώς να διευκολύνει το παιδί του να παίρνει μικρές αποφάσεις, του μαθαίνει πως να ορίζει τις συνέπειες για την επανειλημμένη μη αποδεκτή συμπεριφορά χωρίς να το χαρακτηρίζει «κακό παιδί».

Φυσικά αυτό δε σημαίνει πως οι δύσκολες καταστάσεις σταματούν να υπάρχουν όπως και δεν υποστηρίζεται η έννοια του τέλειου γονέα γιατί τέλειος

γονέας δεν υπάρχει. Υπάρχει όμως ένας αρκετά καλός γονέας και ένας τέτοιος προσπαθούμε οι περισσότεροι γονείς να γίνουμε. Ο παιγνιοθεραπευτής που συνεργάζεται με το γονέα στη σχέση παιχνιδιού είναι παρών, είναι εκεί για να τον βοηθήσει να κατανοήσει και να εμβαθύνει στις δυσκολίες που προκύπτουν.

Για περισσότερες πληροφορίες παρακαλώ επικοινωνήστε με το Επιστημονικό Κέντρο Θεραπειών "ΕΚΦΡΑΣΗ & ΑΝΑΠΤΥΞΗ" μέσω email: mastorikorda@gmail.com ή ζητώντας την Κ. Άννα Μαστορή στο 2104930501.