

## بازی درمانی

این تکنیک براساس انعکاس رفتار کودک است. باید احساسات کودک را طوری شناسایی کرد و آن را به کودک منتقل کرد که کودک نسبت به اعمال و رفتار خود آگاه شود...



این تکنیک براساس انعکاس رفتار کودک است. باید احساسات کودک را طوری شناسایی کرد و آن را به کودک منتقل کرد که کودک نسبت به اعمال و رفتار خود آگاه شود.

● کاربرد:  
برای درمان کودکان ناسازگار و کسانی که نسبت به حل مسایل مربوط به سازگاری مشکل دارند استفاده می شود.  
● محیط بازی درمانی:  
محیط بازی باید ثابت باشد و در واقع شامل یک محدوده بسته که اغلب یک اتاق مخصوص است که از لحاظ روشنایی و دما در جای مناسبی از ساختمان قرار داشته باشد. بچه ها باید در محدوده اتاق بازی کنند و هیچ یک از اسباب بازیها را نباید از اتاق خارج کنند. برای هر جلسه درمان یکسری اسباب بازی از قبیل تهیه می شود و در نظر گرفته می شود که بیشتر شامل نوزاد عروسکی، بطری شیر نوزاد، مداد رنگی، سربازان عروسکی، تفنگ عروسکی، تعدادی عروسکهای کاغذی که بیانگر اعضای خانواده باشد، خانه عروسکی، خمیرهای بازی و توپ است که در اختیار بچه ها قرار داده می شود و می گوئیم: "هر بازی که دوست داری انجام بده".

● اصول بازی درمانی:  
ترغیب نمی کنیم: برای مثال نمی گوئیم "اطمینان دارم که تو این کار را انجام می دهی".  
حمایت نمی کنیم: برای مثال نمی گوئیم "من به تو کمک خواهم کرد تا تو این کار را انجام دهی".  
فشار وارد نمی کنیم: برای مثال نمی گوئیم "سعی کن مثل دیگران این کار را انجام دهی".  
در اتاق بازی بچه آزاد است تا هر کاری که خواست انجام بدهد و هر بازی که انتخاب کرد انجام دهد. اولین مکالمه از سوی بچه شروع می شود و درمانگر، گفتار بچه را عیناً فقط با تغییر ضمائر و افعال به خودش برمی گرداند. اگر مکالماتی بین مربی و کودک در اتاق بازی انجام می شود، نباید جلوتر از احساس کودک باشد، چون این دخالت در تبیین احساس درونی کودک است، مثلاً کودک می گوید من در اینجا از انجام هیچ کاری نمی ترسم و هر کاری که می خواهم انجام می دهم. مربی برمی گردد و به کودک می گوید تو اینجا از انجام هیچ کاری نمی ترسی و هر کاری که دوست داری انجام می دهی (ولی در بیرون، مقررات به تو اجازه چنین کاری را نمی دهند). این جمله واپسین در واقع دخالت در تبیین احساسات کودک است و نباید در اتاق بازی درمانی گفته شود. در مواقعی هم درمانگر نباید سکوت کند؛ برای مثال زمانی که کودک در شخصیت خود شک ایجاد کرد و سؤالی برایش ایجاد شد، برای مثال پسری در حالی که با اسباب بازیهای دخترانه بازی می کند می گوید: من دوست داشتم که دختر باشم. در چنین لحظه ای مربی باید شخصیت و هویت بچه را برایش قطعی کند و بگوید تو دوست داشتی دختر باشی در حالی که یک پسری.

حالا ممکن است کودک در محیط بازی کاری انجام بدهد که عملی تخریبی و غلط باشد. اصولاً بچه ها در چنین شرایطی به صورت مربی یا درمانگر نگاه می کنند. جمله ای که درمانگر باید بگوید این است که تو فکر می کردی که من برای این کار تو را سرزنش کنم، مگر نه؟ مددجو می فهمد که شما در اینجا این کار را انجام نمی دهید و اصولاً یک پوزخندی تحویل شما می دهد و به کارش در آن زمان ادامه می دهد و شما نباید در آن مقطع مانع او شوید.

● بازی درمانی انفرادی:  
به علت داخل نشدن عناصر انتقاد و تشویق در محیط درمان، درمان فردی به مراتب آسانتر و کارا تر از درمان گروهی است.

● بازی درمانی گروهی:  
در بازی درمانی گروهی ترجیحاً دختر و پسر را از هم جدا می کنند. درضمن اصل بازتاب احساسات و نقطه نظرهای کودک با دقت بیشتری باید حفظ شود تا کودک احساس نکند با سایر بچه های گروه مقایسه می شود؛ چه لفظ تحسین و چه لفظ انتقاد، چنین احساسی را ایجاد می کند. برای مثال اگر کودکی کار مثبتی انجام داد نباید از کلمات "آن می داند چه کاری انجام بدهد" استفاده کرد و اگر کودکی بی هدف به گذراندن وقت خود مشغول بود، نباید گفت "تو مثل اینکه نمی دانی چه کار بکنی؟". درمانگر باید احتیاط کافی بکار ببرد تا مبادا تمرکز و اکنشهایی بر روی یک کودک به بهای بی توجهی به کودکان دیگر تمام شود. درمانگر باید کوشش کند تا عقب ترین عضو گروه وارد جرگه ارتباط شود؛ حتی اگر آن فقط یک لیخنه دوستانه باشد. بازی درمانی گروهی از لحاظ اینکه حضور کودکان دیگر در اتاق، تنشهای درونی کودک را کاهش می دهد و نسبت به درمانگر واکنش طبیعی تر خواهد داشت و بطورکلی دامنه گسترش ارتباط بین درمانگر و کودک را افزایش می دهد مفید است.

● چگونه کودک را وارد اتاق بازی کنیم؟  
ارتباط با کودک را از طریق سلام و احوالپرسی شروع می کنیم. ما به کودک می گوئیم "آن عروسکی که روی میز است دوست داری؟" در اینجا اکثر بچه ها با خنده جواب مثبت می دهند و وارد اتاق بازی می شوند، ولی تعدادی از بچه ها ممکن

است برخورد دیگری داشته باشند برای مثال می گیرند یا می گویند نه! احتمال چنین امری هست. احتمال فراوان وجود دارد که کودک در پاسخ به سلام یک درمانگر پشت خود را به او بکند؛ در چنین شرایطی اصلاً نباید از زور استفاده کرد. حتی نباید جملاتی مثل این که "ای وای چه اسباب بازیهای قشنگی، آنجا پر از عروسک و ماشینه. تو که آنها را دوست داری، مگر نه؟" را گفت؛ زیرا با این سؤال آخر در واقع شما مسؤلیت تصمیم گیری داشتید نه کودک.

در چنین شرایطی درمانگر باید از خطاب سوم شخص استفاده کند و بگوید: "بچه های زیادی اینجا می آیند و از اتاق ما خوششان می آید". اگر کودک باز قیافه ای منفی گرفت و علاقه ای به اتاق بازی نداشت، درمانگر باید بگوید "تو از این عصبانی هستی که تو را اینجا آورده اند"، "تو دوست نداری کسی با تو اینجوری رفتار کند" یا بگوید "مثل اینکه تو دوست نداری با من صحبت کنی چون تو من را نمی شناسی؟". بین این سؤالات پرسشی کمی هم توقف می کنیم تا کودک احساسات خود را نمایان کند. "تو می خواهی برگردی خانه (کلاس)، بهرحال اتاق بازی آنجاست"، "می خواهی قبل از اینکه به خانه برگردی (یا به کلاس برگردی) سری به آنجا بزنی؟". اگر باز هم متمر ثمر نشد می گویم قبل از اینکه به خانه برگردی باید در دفتر منتظر باشی، حالا خودت انتخاب کن! می خواهی در دفتر باشی یا در اتاق بازی؟ اگر باز هم نتیجه نداد هرگز از زور استفاده نمی کنیم و به گروه درمانی رو می آوریم تا از تنشهای بچه کاسته شود. بعد از وارد شدن در اتاق بازی کودک را کاملاً در انتخاب بازی آزاد می گذاریم و هرگز کارهای انجام شده توسط کودک را تحسین نمی کنیم، چون این عمل از سوی کودک به عنوان مراقبت تلقی می شود و بعدها جملاتی شبیه اینکه معلم مواظبان هست را بیان می کند.

• گزارش یک نمونه عملی:  
جیمز کودکی است پنج ساله که توسط درمان گرش اینگونه توصیف می شود: او کودکی است سرگردان، جیغ جیغو، فردی که به اصطلاح قدرت تشخیص و شناسایی اش صفر است و گفتار هم ندارد.

▪ در درجه اول این کودک در ورود به اتاق بازی واکنشهای منفی نشان می دهد و به هر طریق ممکن وارد اتاق بازی می شود. در مرحله اول این کودک اسباب بازیها را برداشته و به کف اتاق پرت می کند و نیم نگاهی به درمانگر می کند و هر آنچه به دست می گیرد به وسط اتاق پرت می کند.

▪ در جلسه دوم دوباره اسباب بازیها را برمی دارد و به وسط اتاق پرتاب می کند، ماشینها را روی زمین هل می دهد و واگنها را جابجا می کند، گهگاهی صدای خنده و گاهی هم صدای ناله از خودش تولید می کند در چنین شرایطی به محض خنده کودک درمانگر می گوید "جیمی این کار را دوست داره" یا "جیمی فکر می کنه این کار جالبه" و در هنگام ناله کودک درمانگر می گوید "جیمی این کار را دوست نداره، جیمی ناراحت شده".

▪ در جلسه سوم جیمی فعالیتهايش را معطوف این کار می کند. این بار درمانگر به محضی که کودک اسباب بازی را از زمین برمی دارد، اسم آن را می گوید. در مراحل بعدی کودک از این کار خوشش می آید به دفعات این کار را انجام می دهد و منتظر می ماند که درمانگر نام آن وسیله را بگوید. درمانگر در ضمن باید حالات کودک را بیان کند. برای مثال جیمی داره واگن را هل می ده. جیمی داره تیراندازی می کنه.

▪ در جلسات بعدی، درمانگر به همان ترتیب عمل می کند؛ منتها این بار جیمی منتظر شنیدن نام وسیله ها می ماند و در صورت توانایی خودش هم با درمانگر تکرار می کند. بعد از گذشتن چند جلسه جیمی دارای گفتار دو کلمه ای است. او وقتی وارد اتاق بازی می شود سلام می کند و به آرامی به سمت اسباب بازیها می رود و شروع به بازی می کند و هر وقت اسباب بازی از زمین برمی دارد، به صورت مریبی نگاه می کند و نام آن را می گوید رفتار پرخاشی او بسیار کم شده است و می توان گفت در بسیاری از موارد قطع شده است و هر روز به ذخیره واژگانی او افزوده می شود و در واقع کار درمانی ما مناسب پایه ریزی و انجام شده است.

نویسنده : دکتر عطی الرضا بنانج