

# Terapia zabawą

terapia i rozwój  
emocjonalny dziecka

**sensus**  
Gabinety Terapeutyczne

Zabawki są używane przez dzieci  
jak słowa,  
a zabawa jest ich mową

Każde, nawet najbardziej kompetentne dziecko napotyka w życiu problemy, które wydają się nie do pokonania. Ale dzięki swoim spontanicznym i samodzielny zabawom dziecko może wyrażać i porządkować swoje doświadczenia oraz uczucia. Zabawa w tym znaczeniu zapewnia dziecku okazje do odgrywania sytuacji, które są niepokające, konfliktowe i wywołują dezorientację. W ten sposób dziecko stopniowo staje się zdolne do poradzenia sobie z nimi oraz nabywa nowe umiejętności.

Terapia zabawą to dynamiczna relacja między dzieckiem a terapeutą przeszkolonym w procesie terapii zabawą, który zapewnia wybrane materiały do zabawy i wspomaga rozwój bezpiecznej relacji, żeby dziecko mogło w pełni wyrazić i eksplorować swoje Ja (uczucia, myśli, doświadczenia i zachowania) poprzez zabawę - naturalny środek komunikowania się dziecka, w celu optymalnego wzrostu i rozwoju.

## Terapia zabawą skierowana do dzieci doświadczających:

- nerwic, niepokoju, lęków, ataków paniki
- zaburzeń zachowania (np. natręctw, obsesji, tików)
- objawów psychosomatycznych (np. moczenie nocne)
- dużego stresu (żałoba, przemoc, wypadki, poważane choroby...)
- trudności z okazywaniem uczuć, wyrażaniem emocji lub kontrolą nad nimi (agresywność)
- dużej ilości konfliktów z otoczeniem,
- problemów z przystosowaniem do warunków szkolnych oraz problemów z nauką
- przeżywają stany przygnębienia, zniechęcenia osamotnienia bez wyraźnego powodu
- i dla wszystkich dzieci, których rozwój wspieramy



# Terapia zabawą



## W terapii zabawą dzieci uczą się:

- odpowiedzialnego wyrażania uczuć i rozładowania energii
- brania odpowiedzialności za siebie
- kreatywności i zaradności w konfrontacji z problemami
- samokontroli, kierowania sobą, samodzielności
- radzić sobie ze swoimi emocjami i lękami
- dokonywania wyborów i brania za nie odpowiedzialności
- uwalniania się od frustracji
- wyrażać agresję w akceptowany społecznie sposób
- żyć w dobrych stosunkach z innymi
- wyrażać swoją indywidualność i czerpać ze swoich wewnętrznych zasobów

## Terapia zabawą wspomagana jest terapią relacji NARM

NARM™ – metoda zajmująca się leczeniem traumy relacji i przywiązania poprzez pracę nad wczesnymi nieświadomymi wzorcami zerwania więzi (np. gdy opiekun dziecka jest niedostępny, w depresji, w uzależnieniach, stosuje przemoc lub dziecko przeżyło traumę), które wpływają na tożsamość, emocje, fizjologię oraz zachowania.

NARM™ koncentruje się jednocześnie na rozpoznawaniu zaburzeń więzi i objawów rozstrojenia układu nerwowego oraz na ich wzajemnym oddziaływaniu. Bazuje na powiązaniach pomiędzy problemami psychologicznymi a ciałem i tworzy spójne podejście do leczenia traumy rozwojowej.

mgr Anna Kupiec - ukończyła 4-letni kurs Psychoterapii Systemowej Rodzin w Ośrodku Szkoleń Systemowych w Krakowie. Ukończyła szkolenie Terapia Krótkoterminowa Skoncentrowana na Rozwiązaniach oraz certyfikowane szkolenie z Logoterapii - specjalizacja psychoterapia egzystencjalna, sens życia, duchowość w psychoterapii. Ukończyła specjalistyczny warsztat szkoleniowy „Trauma - zagrożenie czy szansa”. Jest w trakcie pierwszego w Polsce szkolenia z terapii traumy rozwojowej przywiązania i więzi NARM. W pracy z dziećmi wykorzystuje Terapię Zabawą zorientowaną na dziecko, metody relaksacyjne pracy z ciałem i oddechem, lalki terapeutyczne oraz metody behawioralne. Jest członkiem nadzwyczajnym Polskiego Towarzystwa Psychoterapeutycznego.

Psychoterapeutka  
mgr Anna Kupiec  
tel. 609 048 100

43-230 Goczałkowice-Zdrój  
Borowinowa 21a

**sensus**  
Gabinety Terapeutyczne