

لِمَ العلاج باللعب؟

إن العلاج باللعب هو نهج مستند على أبحاث يهدف إلى مساعدة الأطفال على التعافي، ويعد طريقةً آمنة تساعد الأطفال على فهم العالم من حولهم فيما يتعرفون أكثر على أفكارهم ومشاعرهم ويعبرون عنها. كما يساعد العلاج باللعب الأطفال على التعافي من التجارب العاطفية التي تؤثر فيهم حين يفتقرون إلى اللغة المنطوقة للقيام بذلك، أو حين يكون من الصعب عليهم التحدث عنها بشكلٍ مباشر (Gil, 1991). حيث يمكن للعلاج باللعب مساعدة الأطفال على التعافي من الأحداث المربكة والمزعجة (مثل الصدمات) باستخدام لغتهم الفطرية وهي اللعب - وتصبح الألعاب بذلك هي كلمات الطفل التي يعبر بها. وعبر العلاج باللعب، يمكن أ أيضاً تعلم أن امتلاك العواطف والمشاعر أمرٌ مقبول، وتعلم كيف يكون مبتكراً وواسع الحيلة، وكيفية القيام بالاختيارات وحل المشاكل، ويتعلم طرق صحية للتفاعل مع الآخرين، كما أن العلاج يساعدهم على تطوير قدرتهم على التحكم بالذات (Landreth, 2012).

كيف يتم العلاج باللعب؟

يتم إجراء جلسات العلاج باللعب عادةً مرةً في الأسبوع، وعادةً في اليوم والوقت ذاته في كل مرة، وفي مكانٍ خاص يُطلق عليه "غرفة العلاج باللعب". ويقوم الطفل عادةً بتوجيه اللعب حول المسائل والأفكار والمشاعر التي يشعر حيالها بالارتباك أو الإنزعاج. ويقوم الطفل بالتعبير عن المسائل التي يواجه صعوبة فيها من خلال منح الألعاب أدوار أو مشاعر أو تصرفات مختلفة مرتبطة بذلك. واختصاصيو العلاج باللعب مدربون على التأقلم مع الطفل ومتابعته وتوجيهه أثناء العملية فيما يقوم الطفل بالإفصاح عن مشاعره من خلال اللعب. كما أن الاختصاصيين مدربون أيضاً على معرفة كيفية الاستجابة لما يقوم الطفل بالإفصاح عنه في جلسات العلاج باللعب. قد يختار اختصاصيو المعالجة التحدث مع الطفل حول لعبه من الجلسة الأولى أو عدم القيام بذلك، إلا أنهم سيساعدون الطفل على التغلب على مشاعره بغض النظر عن ذلك. حيث يقوم المعالج بتقبل كل مشاعر الطفل ويشجعه على تبني طرق أكثر ملاءمة للتعبير. كما يمكن لاختصاصيي العلاج باللعب مساعدة الوالدين أيضاً على فهم مشاعر أطفالهم وتعلم أفضل الطرق التي يمكنهم بها دعم احتياجات أطفالهم العاطفية.