

## O que e Ludoterapia? Um guia para pais

### Há algo perturbando o meu filho?

Quando uma criança enfrenta um problema que lhe deixa triste, perturbada, rebelde, disatenta ou incapaz de lidar com o dia a dia, os seus pais ou cuidadores podem ficar ansiosos. Você talvez esteja preocupado com o desenvolvimento do teu filho ou da tua filha, o seu comer e dormir ou como ele/a está lidando com a família, os amigos ou na escola.

Cada criança é única e especial. As vezes elas enfrentam problemas emocionais ou de comportamento que causam rompimento as suas vidas e também aos dos que convivem com elas.

Pais ou cuidadores muitas vezes demoram a procurar ajuda porque se preocupam que serão julgados culpáveis pelo comportamento da criança. Sentir-se responsável pela aflição do filho ou dos seus problemas é uma parte normal de cuidar. O fato que você já si comprometeu a começar a abordar a dificuldade já é significativo no processo de ajudar-lo.

### O que e Ludoterapia?

Ludoterapia ajuda crianças a entender sentimentos confusos e eventos perturbadores que elas não puderam resolver adequadamente. Invés da criança ter que explicar o que lhe deixou abalada usando palavras, como em psicoterapia, ela utiliza o brincar, uma maneira natural de se comunicar. Assim ela se expressa no seu próprio nível e ao seu passo sem se sentir interrogada ou ameaçada.

### Como Ludoterapia pode ajudar o meu filho?

Brincar é vital para o desenvolvimento social, emocional, intelectual, físico, criativo e linguístico de toda criança. Brincar ajuda a concretizar o aprendizado de cada criança e jovem, inclusive para aqueles que a comunicação verbal é difícil.

Ludoterapia ajuda as crianças de várias formas. A criança recebe apoio emocional e no entanto ela aprenderá a entender mais sobre os seus próprios sentimentos e pensamentos. Às vezes a criança pode recriar ou dramatizar uma experiência difícil ou traumática pela qual passou. Assim ela faz sentido do seu passado e poderá lidar melhor com o seu futuro. A criança também poderá aprender a responder de maneira mais apropriada aos conflitos e aos seus relacionamentos.

Os resultados da ludoterapia podem ser geral, por exemplo, uma redução de ansiedade e de auto estima elevada, ou podem ser mais específicos, por exemplo, uma mudança de comportamento e melhores relações com a família e os amigos.

O que vai acontecer nas sessões de ludoterapia do meu filho?

O ludoterapeuta do teu filho ou da tua filha terá uma grande seleção de brinquedos do qual ele/a poderá escolher. Estes incluem materiais de arte, roupas e artigos de fantasia, areia e água, pequenas figuras e animais, instrumentos musicais, fantoches e livros. O ludoterapeuta ajudará o teu filho/tua filha a usar estes materiais para se expressar sem a necessidade de se explicar verbalmente.

O que o Ludoterapeuta faz?

Ludoterapeutas recebem treinamento extensivo em matérias como o desenvolvimento de crianças e do processo de ligação e apego. São treinados em como usar o brincar, a forma natural da criança se expressar, como um veículo para entender e comunicar com crianças sobre sentimentos, pensamentos e comportamento.

O ludoterapeuta em primeiro lugar, ouvirá os teus anseios sobre o teu filho/a e tua família. Ele acolherá informações históricas e sobre as dificuldades que a família tem passado para que ele possa ajudar a criança a entender as suas experiências. O ludoterapeuta talvez pedirá permissão para contactar a escola do teu filho/a ou outros adultos significativos na vida

dele/a. Uma avaliação é feita sobre os pontos fortes da criança tal como as suas dificuldades.

O ludoterapeuta conversará com vocês sobre a melhor maneira de explicar ao teu filho/a o que é ludoterapia e como antecipar e responder a possíveis perguntas.

É possível que o ludoterapeuta trabalhe independentemente ou com uma equipe de profissionais. Ele talvez sugirá um encaminhamento para uma outra intervenção profissional como parte do suporte. Isto poderá incluir apoio para vocês como os pais. As vezes ludoterapeutas trabalham com os pais também juntos na sala com a criança.

#### Quanto tempo leva a ludoterapia?

Algumas crianças desfrutam de um tratamento a curto prazo (por exemplo, até 12 sessões). Entretanto, quando os problemas têm existido bastante tempo ou são complexos, um tratamento mais extenso talvez seja necessário. Nessa circunstância alguns ludoterapeutas têm trabalhado por até 2 anos ou mais com crianças. Geralmente, as sessões são semanais e é muito importante que são realizadas no mesmo dia, à mesma hora e no mesmo lugar para desenvolver um relacionamento de confiança. Interromper o ritmo das sessões poderá inibir o progresso.

#### Por que o relacionamento terapêutico é tão importante?

O relacionamento terapêutico que se desenvolve entre tua criança e o ludoterapeuta é muito importante. Tua criança há de sentir-se à vontade, segura e entendida. Este ambiente de confiança facilita à criança a expressar seus pensamentos e suas emoções e assim aproveitar a aplicação da terapia. Também, é essencial que tua criança saiba que você está dando teu apoio ao processo.

#### A questão de confidencialidade

A informação que você compartilha sobre tua criança e tua família geralmente será mantida confidencial. Com tua permissão o ludoterapeuta pode compartilhar informação com outros colegas e profissionais com o objetivo de melhor ajudar tua criança. Também, o ludoterapeuta é obrigada a compartilhar informações com outros profissionais se estiver preocupada

que a criança está sendo prejudicada ou está abusando outras ou si mesma. Na maioria dos casos o ludoterapeuta falará com você em primeiro lugar.

O ludoterapeuta terá encontros consigo numa base regular para falar sobre o progresso das sessões terapêuticas e ouvir de quaisquer mudanças e desenvolvimentos que você tem percebido ou experimentado em casa. Entretanto o ludoterapeuta não vai revelar os detalhes específicos do brincar de tua criança. Isto é importante para manter a confiança dela e a segurança emocional que ela sente com o ludoterapeuta.

### O que posso fazer para ajudar?

O teu apoio no processo de ludoterapia do teu filho (ou da tua filha) é muito importante.

- Seja consistente e encorajador ao teu filho sobre freqüentando regularmente as sessões.
- Resista o desejo de perguntar ao teu filho o que fizeram na sessão porque isto colocará pressão nele para dizer algo sobre coisas que ele/a talvez tenha dificuldade em entender ele mesmo.
- Por favor não peça ao teu filho que se comporte bem ou confira que foi comportado. Terapia não é uma questão de ser 'boa' ou 'mã' criança e o teu filho precisa ter a liberdade de expressar sentimentos difíceis sem ser censurado.
- Não insista que o teu filho lhe conte certas coisas: as sessões são um tempo e espaço para ele mesmo e ele precisa ter a liberdade de se expressar ao passo dele. Se você tiver quaisquer anseios, espere e os compartilhe com a ludoterapeuta numa outra ocasião que não seja no horário do teu filho.
- As vezes o teu filho pode se sujar no brincar e então é preferível que ele use roupas velhas. Assim ele pode se sentir mais a vontade sem se preocupar com isto.
- Durante qualquer intervenção terapêutica, o comportamento da criança pode piorar antes de melhorar – se for a caso por favor se sinta a vontade a comunicar qualquer ansiedade para o ludoterapeuta. Por favor também fale com o ludoterapeuta sobre qualquer pergunta que surgir durante o processo.

© **British Association of Play Therapists (BAPT) 2022**

*Registered Charity Number: 1115673*

1 Beacon Mews, South Road, Weybridge, Surrey, KT13 9DZ

01932 82638

## Como posso achar um ludoterapeuta?

É importante que você escolha um ludoterapeuta qualificado para o teu filho ou tua filha. Somente membros 'full' (completos) e não membros associados da BAPT (associação britânica de ludoterapeutas) são protegidos pelo Processo de Reclamações da BAPT. Atualmente o critério por qual um ludoterapeuta possa se registrar com a BAPT é:

- a conclusão de um curso pós-graduação em ludoterapia numa universidade credenciada pela BAPT
- a supervisão clínica regular e contínua de sua prática
- o desenvolvimento profissional contínuo
- um check CRB em validade atualizada.

Use a nossa facilidade de pesquisa on-line para achar um ludoterapeuta qualificada: <https://www.bapt.info>

Mais informações podem ser achadas no website da BAPT (associação britânica de ludoterapeutas): <http://www.bapt.info>

