

INFORMACIÓN PARA LOS PADRES

¿Le ocurre algo a mi hijo?

Los padres y cuidadores habitualmente se preocupan cuando perciben que su hijo está más triste, distraído, inquieto, rebelde, agresivo, tiene dificultades para hacer frente a determinadas situaciones, etc. También es habitual que los padres o cuidadores se inquieten cuando perciben que algo está afectando al desarrollo físico o psicológico de su hijo, o algún cambio en sus hábitos de alimentación y descanso, o cuando la relación del niño con familia y amigos ha cambiado, o cuando algo no va bien en la escuela.

A veces los niños atraviesan situaciones estresantes o problemas que les llevan a sentirse y comportarse de forma diferente a la habitual. Estos sentimientos y comportamientos pueden afectar negativamente sus vidas y las vidas de sus familiares.

En estos casos, puede resultar necesaria la búsqueda de ayuda profesional. Hay veces en las que los padres aplazan esta búsqueda de ayuda porque temen ser responsabilizados por los problemas que sus hijos puedan presentar. Sentirse responsable por los problemas de sus hijos es algo normal y demuestra su preocupación y amor por ellos. El comprometerse a ayudar a sus hijos a superar dificultades, y dar el primer paso para conseguirlo es una parte muy importante para su recuperación.

¿Que es la Terapia de Juego?

La Terapia de Juego ayuda al niño a explorar, entender e integrar sentimientos confusos y eventos perturbadores, que no han sido resueltos de forma adecuada. En lugar de tener que explicar verbalmente lo que le ocurre, tal y como se espera en la psicoterapia adulta, el niño se comunica a través del juego, sin sentirse amenazado o interrogado.

¿Cómo puede la Terapia de Juego ayudar a mi hijo?

El juego es vital para el desarrollo social, emocional, cognitivo, físico y creativo de cualquier niño. El juego permite que el aprendizaje se convierta en un proceso concreto incluso para aquellos niños cuya comunicación verbal es reducida.

La Terapia de Juego ayuda a los niños de varias formas. Proporciona apoyo emocional y facilita a los niños una comprensión más profunda y adecuada de sus sentimientos y emociones. Además en las sesiones de Terapia de Juego, los niños tienen la oportunidad de representar en su juego situaciones de su vida, que pudieron ser particularmente traumáticas o complicadas, consiguiendo de esta forma entender mejor lo que ocurrió y darle sentido. La Terapia de Juego ofrece también la oportunidad a los niños de aprender a manejar sus relaciones y conflictos de forma más apropiada.

Los beneficios que un niño puede obtener a través de la Terapia de Juego son múltiples y pueden ser generales o específicos. Ejemplos de beneficios generales serían una reducción general de sus niveles de ansiedad, o un aumento en sus niveles de autoestima. Otros beneficios más específicos podrían ser el cambio de determinados comportamientos o la mejora en la relación del niño con su familia o amigos.

¿Qué ocurre en las sesiones de Terapia de Juego?

Una sala de Terapia de Juego dispone de una gran variedad de materiales lúdicos a través de los cuales los niños se pueden expresar y comunicar con el terapeuta de juego sin tener que dar

explicaciones verbales. El niño dispondrá de total libertad para elegir los juguetes con los que desea comunicarse.

¿Qué hace el Terapeuta de Juego?

Los terapeutas de juego se han formado extensamente en materias como ‘desarrollo infantil’ y ‘vinculaciones afectivas’. Además han recibido una amplia formación en el uso del juego como forma de comunicación con los niños. El juego es el medio natural de expresión de los niños, así pues el terapeuta de juego aprende a hablar en lenguaje del niño para poderse comunicar con él de forma más efectiva.

El Terapeuta de Juego escuchará atentamente las preocupaciones o razones que han llevado a los padres a buscar ayuda profesional. Juntos repasarán la historia personal y familiar del niño, identificarán eventos o experiencias estresantes que el niño haya podido atravesar. En algunas ocasiones el Terapeuta de Juego deseará recibir información adicional por parte de la escuela, u otros adultos significativos en la vida del niño. Se realizará una evaluación minuciosa de las dificultades que el niño presenta.

El Terapeuta de Juego indicará a los padres como comunicar al niño que va a empezar a asistir a sesiones de Terapia de Juego, y como anticiparse y responder a las preguntas e inquietudes que el niño pudiera presentar.

Los Terapeutas de Juego pueden trabajar en conjunto con un grupo más amplio de profesionales, y pueden sugerir una derivación a otro profesional como parte del tratamiento. Esto puede incluir también una derivación de los padres para que reciban apoyo profesional de forma paralela a su hijo.

¿Cuanto dura la Terapia de Juego?

Algunos niños responderán a intervenciones a corto plazo (por ejemplo 12 sesiones). Sin embargo, cuando los problemas que el niño presenta han persistido durante largas temporadas, o son

complicados, será necesario una intervención a largo plazo. En estas circunstancias algunos Terapeutas de Juego pueden llegar a trabajar con niños durante dos años o más. Las sesiones habitualmente son una vez por semana y la consistencia en cuanto a la hora y el lugar son muy importantes para que el niño desarrolle una relación de confianza con el Terapeuta.

¿Por qué es importante la relación terapéutica?

La relación terapéutica que se forma entre el niño y el Terapeuta es muy importante. El niño debe sentirse cómodo, seguro y entendido. Este tipo de entorno seguro hace más fácil que el niño exprese sus pensamientos y sentimientos. Es muy importante también que el niño sienta que sus padres apoyan la terapia y el proceso terapéutico.

¿Será confidencial?

La información que se comparta sobre el niño y la familia habitualmente se mantendrá confidencial. Un Terapeuta de Juego podría compartir información con otros profesionales para el beneficio del niño, pero esto ocurriría habitualmente con el permiso de los padres o tutores. Un Terapeuta de Juego puede necesitar compartir información cuando hay alguna sospecha de que el niño está en peligro o pone en peligro a otras personas.

El Terapeuta de Juego se reunirá habitualmente con los padres a intervalos regulares para hablar sobre el progreso del niño en la terapia, y cualquier cambio en el comportamiento del niño que los padres hayan percibido en casa. Sin embargo el Terapeuta de Juego no dará detalles específicos sobre las formas en las que el niño ha jugado en las sesiones. Esto es importante para mantener los sentimientos de confianza y seguridad del niño hacia el terapeuta.

¿Que puedo hacer para ayudar?

El apoyo de los padres o cuidadores durante el proceso terapéutico es muy importante:

- Ser consistente y alentar al niño para que asista a las sesiones de Terapia de Juego.

- Resistir la tentación de preguntarle al niño que ha hecho en las sesiones, ya que esto podría presionar al niño a hablar sobre algo que todavía él no entiende.
- No decirle al niño que sea 'bueno' en las sesiones de Terapia. La Terapia no es para ser bueno o malo, y el niño debe sentirse totalmente libre para expresar malos sentimientos sin ser censurado.
- No insistirle al niño para que le cuente ciertas cosas al Terapeuta: el niño debe expresarse a su propio ritmo y cuando se sienta seguro para hacerlo. En su lugar los padres pueden hablar directamente con el Terapeuta para comunicarle cualquier cambio o cualquier cosa que consideren oportuno.
- Sería oportuno que el niño pudiese usar ropa que se pueda ensuciar en las sesiones. Con las pinturas, barro etc., puede ser que el niño se ensucie; llevar ropa vieja puede reducir su ansiedad sobre este tema.
- Durante cualquier intervención terapéutica, puede parecer que el niño empeora antes de mejorar – por favor hable con el Terapeuta de Juego si tiene alguna preocupación o alguna pregunta.

¿Como puedo encontrar un Terapeuta de Juego?

Es importante que los padres elijan un Terapeuta de Juego debidamente cualificado. Solo los miembros de la Asociación Británica de Terapia de Juego (BAPT) están respaldados por el Procedimiento de Reclamaciones de la BAPT. Actualmente los requisitos de la BAPT para ser miembro son la realización de un Máster en Terapia de Juego, supervisión regular de la práctica clínica, formación profesional continua y un CRB check actualizado.

Encuentre un Terapeuta de Juego a través de nuestro servicio de búsqueda online:
<https://www.bapt.info>

Puede encontrar más información en la web de la BAPT:

<https://www.bapt.info>

© **British Association of Play Therapists (BAPT) 2022**
 Registered Charity Number: 1115673
 1 Beacon Mews, South Road, Weybridge, Surrey, KT13 9DZ
 01932 82638