

>> Terapia do Brincar

A **Ludoterapia** é uma proposta de psicoterapia especificamente dirigida às crianças, que pode ser desenvolvida individualmente ou em grupo. Utiliza o diálogo e a linguagem do brincar como veículo para a expressão dos sentimentos, frustrações, medos, agressividade, inseguranças ou confusões que as crianças possam sentir.

O objectivo da Ludoterapia é **ajudar a criança, através dos brinquedos, a expressar com maior facilidade os seus conflitos e dificuldades**, o que ocorre de forma simbólica. “Brincando” com ela, o psicólogo é capaz de ajudá-la a ultrapassar os obstáculos que a impedem de se integrar e adaptar adequadamente ao seu meio familiar e/ou social mais amplo.



Através de desenhos, actividades projectivas, jogos, modelagem e outros recursos lúdicos, a criança representa o seu mundo interno (que inclui as situações que mais a afligem). **Por exemplo, ao mostrar agressividade nas sessões, a criança está a reproduzir o mal-estar interno que sente, os contornos e personagens da brincadeira devem ser decodificados pelo psicólogo de modo a trabalhar o conflito existente.**

Por conter brinquedos e materiais atraentes, as sessões de Ludoterapia são geralmente muito

agradáveis para as crianças, ficam muito à vontade e gostam bastante das sessões. Embora os materiais utilizados sejam iguais para todas as crianças, as representações do seu quotidiano, produzidas durante a sessão, variam em função do tipo de problema que a criança vive.

A ludoterapia **pode igualmente ser um procedimento escolhido pelo psicólogo para avaliar e esclarecer condições emocionais, intelectuais (distúrbios de aprendizagem) para**

efeito de diagnóstico diferencial e tratamento terapêutico.

Em geral, a criança manifesta bastante afectividade em relação ao psicólogo, o que facilita em muito a sua colaboração no tratamento. O psicólogo procurará durante o processo de terapia conduzir a criança na descoberta da sua independência e autonomia.

A melhoria, em relação ao quadro inicial, é detectada através da evolução dos desenhos e brincadeiras, bem como do seu comportamento em casa e na escola, cujas informações são sempre verificadas junto dos pais e professores.

São vários os motivos que levam os pais a procurarem terapia para os seus filhos. Os motivos mais frequentes **são os distúrbios de aprendizagem e de comportamento** (como por exemplo: agressividade, apatia, tristeza, ansiedade, medos, ausência de limites), frequentemente identificados no início da idade escolar pelos pais, professores e situações sociais, quando se observa que o comportamento da criança parece ser diferente daquilo que é esperado para a sua idade. Mais comumente, o encaminhamento para terapia é feito pelo pediatra, pela escola e outros profissionais de saúde.

A participação dos pais é fundamental para a evolução da criança em terapia porque, ainda que inconscientemente, os pais estão sempre ligados aos sintomas apresentados pela criança.

Não se trata de culpar os pais pelos problemas apresentados pelos filhos, mas de orientá-los sobre algumas das suas necessidades (vulgarmente imperceptíveis para eles). Na maioria das vezes, os pais mostram-se bastante receptivos e colaboradores, o que se transforma em enormes ganhos tanto para a criança como para toda a família.

Ana Durão | Psicóloga Clínica

As consultas funcionam em contexto privado (gabinete ou ao domicílio) ou institucional (na própria escola), mediante o pedido dos próprios pais, encarregados de educação ou professores.

A duração das sessões de Ludoterapia é de 35 minutos e podem decorrer semanalmente ou quinzenalmente segundo o que foi previamente acordado com os pais da criança.

Para marcações e mais informações contacte-nos ou visite a nossa página em www.anadurao.pt