

OYUN TERAPİSİ

112.

BÖLÜM

Esen YILDIRIM DEMİRDÖĞEN¹

GİRİŞ

Oyun terapisi, eğitilmiş oyun terapistlerinin danışanların psikososyal sorunları çözmelerine, ideal büyüme ve gelişimi gerçekleştirmelerine yardımcı olmak amacıyla, oyunun terapötik gücünden faydalanarak kişiler arası bir süreç oluşturmak için kuramsal bir modelin sistemli bir biçimde kullanılmasıdır (1). Oyun terapisinin ilk ortaya çıkışı çocuk psikoterapisinin çıkışına denk gelir. Günümüze kadar çeşitli biçimlerde uygulanmaktadır. Genel olarak benzer amaçlar güdülmekte olup uygulama, yöntem ve teknikler açısından farklılık göstermektedir.

Bu bölümde, oyunun önemi ve terapötik gücü, oyun terapisinin tanımı, türleri ve unsurlarından bahsedilecektir.

OYUN NEDİR?

Çocuklar için nefes almak kadar doğal olan oyun, çocukların doğal iletişim aracı, kendini ifade etmek için kullandığı sembolik bir dildir (2). Oyun, çocukların evrensel ifade şekli olduğundan dil, etnik köken ve diğer kültürel farklılıkları da aşabilir (3).

Oyun, çocuklar için tamamen içgüdüsel; hiçbir çocuk oyun oynamak için zorlanma ihtiyacı duymaz. Çocuklar oyun oynarken kendi gerçekleri ve yolları ile duygu, düşünce ve ilgilerini takip ederek eylemlerinin içeriğini ve amaçlarını seçerler (4).

Garvey'e göre (1977) oyunun zevkli/eğlenceli olması, dış kaynaklı bir amacının olmaması, ken-

diliğinden ve isteyerek ortaya çıkması, katılımcının aktif bir bağlılık sergilemesi ve hayal ürünü etmenler içermesi olmak üzere beş özelliği vardır (5).

OYUNUN GELİŞİMİ

Jean Piaget oyunu özümleme (asimilasyon) ve uyumsama (akomodasyon) kavramları ile açıklamıştır. Özümleme yeni bir deneyimi içe alıp, içselleştirip organizmaya sindirdikten sonra var olan bir şemaya yerleştirme olayıdır. Uyuma ise yeni alınan bilginin gerçekle uyum sağlaması için var olan içsel gerçekte (şemalarda) ayarlama yapılmasıdır. Piaget, oyunda özümlemenin hâkim olduğunu öne sürmektedir (6). Oyun terapisinde ise çocuk, kendi dünyasını tamamen kontrol etmek için oyun odasının dışındaki her şeyi onun oyun odasındaki düşünme şekline uydurarak özümleme sürecini kullanır. Çocuk, terapistin koşulsuz kabullenmesi ve empatisi aracılığıyla güvende hissettikçe önce oyun odasında ve daha sonra gerçek hayatta kullanabileceği yapısal modelleri değiştirmeye başlar ve dolayısıyla çevrenin taleplerini karşılamak için benliğin değiştirildiği uyumsama süreçleri gözlenir.

Piaget oyun gelişimini aşamalı bir şekilde açıklar:

İlk oyun çeşidi duyuşsal motor dönemde alıştırmadır. Bu dönemdeki oyun herhangi bir simge ya da oyun yöntemi içermeyen, alınan hazzı devam ettirmeye yarayan hareketlerdir (elindeki oyuncakları yere atıp yere düşüşünü izleme, ellerini

¹ Uzman Doktor, T.C. Sağlık Bakanlığı Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, esenyildirim08@hotmail.com ORCID iD: 0000-0002-4650-1164

duydukları malzemelerin kullanılabilir ve kolayca ulaşılabilir olduğunu bilmelidir (2, 42).

Aşamalar

Oyun terapisi; ilişki geliştirme, ayrıntılı çalışma ve sonlandırma olmak üzere üç temel aşamadan oluşur. İlk aşamada çocuğun kendisini güvenli ve rahat hissedebilmesi için olanak sağlanır. İkinci aşamada çocukların oyun temaları belirgin hale gelir. Sonlandırma aşamasında ise ortaya çıkarılan değişimler çocuğa ve aileye sahiplenilir.

Oyun terapisti

Oyun terapistinin en önemli özellikleri çocuğu olduğu gibi kabul etme, çocuğun duygularına karşı duyarlı olmasıdır. Oyun terapisti isteyerek, farkında olarak gözlemleyen, empatik bir biçimde yalnızca çocuğun oyununu değil, onun gereksinimlerini, isteklerini ve duygularını izleyen kavrayan kişidir. Yapılan bir çalışmada iyi bir oyun terapistinin empati, sıcaklık ve içtenlik gibi kişisel niteliklerinin muhakkak olması gerektiği tespit edilmiştir (43).

Özellikle çocuk merkezli oyun terapistlerinin sahip olması gereken en temel sekiz özellik: içten ilgi, koşulsuz kabul, çocuğa karşı duyarlılık, güvenlik duygusunu yaratma becerisi, öncülük etme konusunda çocuğa güvenme, çocuğun kendi sorunlarını çözme kapasitesine sahip olduğuna inanma, bu süreçte çocuğa yardım etmek için gerekli sınır koyma olarak belirtilmiştir (44).

SONUÇ

Oyun; düşünerek, hissederek, başarısız olma korkusundan uzak bir şekilde yaşanan spontan ve aktif bir süreçtir. Bu süreçte yeni bilgiler öğrenir, özümser, kendimizi ve dünyaya bakış açımızı şekillendiririz. Oyunun terapötik gücünden yararlanan oyun terapisi çocuklarda büyüme, gelişme ve iyileşme üzerine oldukça önemli katkılara sahiptir. Oyun terapisinin dışsallaştırma problemleri/yıkıcı davranışlar, içselleştirme problemleri, dil becerileri, kişiler arası ilişkiler, travma, benlik kavramı/öz yeterlilik gibi birçok alanda olumlu etkileri kanıta dayalı deneysel bilimsel araştırmalar ile de desteklenmiştir. Oyun terapisi seçilmiş olgularda primer tedavi olarak, gerektiğinde ise diğer tedavi yollarına ek tedavi yöntemi olarak uygulanmaktadır. Tedaviyi planlarken bu durumu göz önünde bulundurmak önemli bir husustur.

KAYNAKÇA

1. Schaefer CE, Drewes AA. The therapeutic powers of play: 20 core agents of change: John Wiley & Sons; 2013.
2. Landreth GL. Play therapy: The art of the relationship: Routledge; 2012.
3. Drewes AA. Play-based interventions. *Journal of Early Childhood and Infant Psychology*. 2006;2:139-57.
4. Else P. The value of play: Bloomsbury Publishing; 2009.
5. Garvey C. Play with language and speech. *Child discourse*: Elsevier; 1977. p. 27-47.
6. Fein G, Kohlberg L. Play and constructive work as contributors to development. L Kohlberg, *Child psychology and childhood education: A cognitive-developmental view*. 1987:392-440.
7. Piaget J. Play, dreams and imitation in childhood: Routledge; 2013.
8. McMahon L, McMahon L. The handbook of play therapy: Routledge; 2003.
9. Perry BD. Incubated in terror: Neurodevelopmental factors in the "cycle of violence." *Children in a violent society*. 1997;124:149.
10. Unicef. United Nations Convention on the Rights of the Child, 1989. Geneva, Switzerland: UNICEF. 1999.
11. Schaefer CE, Drewes AA. The therapeutic powers of play and play therapy. *Foundations of play therapy*. 2011;2:27-38.
12. Schaefer CE. Curative factors in play therapy. *The Journal for the Professional Counselor*. 1999;14(1):7-16.
13. Klein M. The psychoanalytic play technique. *American Journal of Orthopsychiatry*. 1955;25(2):223.
14. Gardner RA. Therapeutic communication with children: The mutual storytelling technique: Jason Aronson; 1971.
15. Frey DE. Learning by metaphor. The therapeutic powers of play. 1993:223-40.
16. Waelder R. The psychoanalytic theory of play. *The Psychoanalytic Quarterly*. 1933;2(2):208-24.
17. Wohl N, Hightower D. Primary mental health project: A school-based prevention program. *School-based play therapy*. 2001:277-96.
18. Middlebrooks JS. The effects of childhood stress on health across the lifespan: US Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and ...; 2007.
19. Berk LS, Tan SA, Napier BJ, Eby WC, editors. Eustress of mirthful laughter modifies natural-killer cell-activity. *Clinical Research*; 1989: SLACK INC 6900 GROVE RD, THOROFARE, NJ 08086.
20. Fine R. Psychoanalytic observations on chess and chess masters. *Psychoanalysis*. 1956.
21. Ray D, Bratton S, Rhine T, Jones L. The effectiveness of play therapy: Responding to the critics. *International journal of play therapy*. 2001;10(1):85.
22. Brinkmeyer MY, Eyberg SM. Parent-child interaction therapy for oppositional children. 2003.
23. Connolly JA, Doyle A-B. Relation of social fantasy play to social competence in preschoolers. *Developmental Psychology*. 1984;20(5):797.
24. Winnicott D. *Playing and Reality*, 1982. Routledge: London; 1971.
25. Ray D. *Advanced play therapy: Essential conditions, knowledge, and skills for child practice*: Routledge; 2011.
26. Knell SM. *Cognitive-behavioral play therapy*: Rowman & Littlefield; 1993.

27. Rasmussen LA, Cunningham C. Focused play therapy and non-directive play therapy. *Journal of Child Sexual Abuse*. 1995;4(1):1-20.
28. Jones KD, Casado M, Robinson III E. Structured play therapy: A model for choosing topics and activities. *International journal of play therapy*. 2003;12(1):31.
29. Levy AJ. The therapeutic action of play in the psychodynamic treatment of children: A critical analysis. *Clinical social work journal*. 2008;36(3):281-91.
30. Levy DM. Trends in therapy: The evolution and present status of treatment approaches to behavior and personality problems: III. Release therapy. *American Journal of Orthopsychiatry*. 1939;9(4):713.
31. Terr L. C.(1991) Childhood Traumas: An Outline and Overview. *Journal of Psychiatry*.48.
32. Schaefer CE. *Foundations of play therapy*: John Wiley & Sons; 2011.
33. Axline VM. *Play therapy; the inner dynamics of childhood*. 1947.
34. Ginott HG. *Group psychotherapy with children: The theory and practice of play-therapy*: Rowman & Littlefield; 1994.
35. Guerney L. Filial therapy into the 21st century. *International Journal of Play Therapy*. 2000;9(2):1.
36. Landreth GL, Bratton SC, Kellam T, Blackard S. *Child Parent Relationship Therapy (CPRT) Treatment Manual: A 10-Session Filial Therapy Model for Training Parents*: Routledge; 2006.
37. Norton CC, Norton BE. *Reaching children through play therapy: An experiential approach*: Publishing Cooperative Denver, CO; 1997.
38. Booth PB, Jernberg AM. *Theraplay: Helping parents and children build better relationships through attachment-based play*: John Wiley & Sons; 2009.
39. Schore JR, Schore AN. Modern attachment theory: The central role of affect regulation in development and treatment. *Clinical social work journal*. 2008;36(1):9-20.
40. Knell SM. *Cognitive behavioral play therapy: Theory and applications*. 2009.
41. Knell SM. Cognitive-behavioral play therapy. *Journal of Clinical Child Psychology*. 1998;27(1):28-33.
42. Çuhadaroğlu Çetin F, Coşkun A, İşeri E. *Çocuk ve ergen psikiyatrisi temel kitabı*. 1. Baskı Hekimler Yayın Birliği: Ankara. 2008:293-312.
43. Nalavany BA, Ryan SD, Gomory T, Lacasse JR. Mapping the Characteristics of a Good Play Therapist. *International Journal of Play Therapy*. 2005;14(1):27.
44. Edling Harris T, Landreth G. Essential personality characteristics of effective play therapists. *Innovations in Play Therapy*. 2001:23-9.