

# Ludoterapia

## A linguagem do brincar

A linguagem do brincar, que serve de palco para a expressão de sentimentos e afectos do mundo infantil, vai ser o veículo principal através do qual a criança apresenta o seu modo de ser e onde o psicólogo consegue estabelecer uma relação terapêutica que permita intervir nesse mesmo mundo. A maioria das crianças adere facilmente à ludoterapia, que utiliza o brincar enquanto linguagem universal, e adquire, em relação ao terapeuta, confiança suficiente para apresentar o seu mundo interno e assim possibilitar e potenciar a intervenção. Brincar é uma forma de linguagem tão clara para a criança que ela pensa que o seu significado possa ser compreensível também para os outros em seu redor.

No decorrer desta forma de intervenção terapêutica, podemos encontrar conceitos associados a diferentes quadros de referência psicológicos e respectivas metodologias. Por um lado, é possível encontrar conceitos de uma linha mais comportamental, como o caso das contingências de reforço, e ajudar a criança a sistematizar as suas vivências e encaminhá-la num sentido mais adaptativo. Por outro lado, aspectos mais psicodinâmicos como a transferência e a interpretação das suas vivências através da forma como brinca, como lida com os objectos, permitem o acesso a um mundo interno de fantasia e de realidade que dificilmente se expressa de outra forma tão genuína como através do simbólico associado ao brincar. E ainda se podem encontrar aspectos mais fenomenológicos, com base na linguagem e na forma de interagir com o terapeuta.

### DOS 2 AOS 12 ANOS

A ludoterapia destina-se essencialmente a crianças pequenas, com idades que podem variar desde os dois/três anos até a uma fase mais tardia como a puberdade e entrada na adolescência, como os onze/doze anos de idade, aproximadamente. É

**A ludoterapia pode ser considerada como uma forma de processo terapêutico de intervenção psicológica, onde o brincar surge como meio de comunicação privilegiado entre a criança e o psicólogo.**



FOTO: ALANPOULSON

mais frequente uma intervenção de carácter individual mas também pode ser utilizada num contexto de grupo, dependendo da abordagem adoptada, bem como das problemáticas a serem tratadas. Para se iniciar este processo, é importante conhecer o contexto familiar, mecanismos de interacção, estilos parentais, contexto social, cultural, etc. Deste modo, pode começar-se através de uma entrevista com a família (em que os elementos que vão estar presentes, durante estes primeiros contactos, podem ou não ser escolhidos pelo terapeuta) e, nesse contacto, é possível observar e avaliar um pouco os

estilos de interacção existentes no dia-a-dia desta família e, conseqüentemente, os seus padrões relacionais. Nesta terapia, a capacidade de observação do terapeuta é fundamental, assim como o tipo de intervenção que é feita. Quer isto dizer que é necessário ir aceitando a criança e compreendendo as suas escolhas, sem a inquirir com os "porquês" mais típicos dos adultos em seu redor, ou reagir a brincadeiras de forma correctiva, por exemplo. Mais do que um adulto, o terapeuta tem de se destacar como um adulto diferente, com uma relação privilegiada, onde a criança se sente segura para manifestar emoções

várias que podem ir desde a agressividade, à angústia, ansiedade, culpa, raiva, tristeza, entusiasmo, alegria, entre outros sentimentos variados.

Podem ser diversas as razões que motivam os pais a procurarem um psicólogo que privilegie a intervenção pela ludoterapia para seus filhos. As mais frequentes são os distúrbios comportamentais, tais como a agressividade ou isolamento social, passando até pelas dificuldades de aprendizagem. Situações que remetem para problemáticas de relacionamento com professores, colegas ou familiares, dificuldade em obedecer a regras e normas escolares e familiares, instabilidade emocional (agressividade, isolamento, inibição, etc.), birras, impulsividade, problemas afectivos e emocionais (dificuldades em lidar com perdas, ciúmes, frustrações, separações, etc.), medos, traumas, enurese e encoprese, baixa auto-estima e pequenos delitos como as mentiras, as fugas ou furtos, são áreas onde o psicólogo poderá intervir, quando se transformam em comportamentos que comprometem a capacidade de uma adaptação bem sucedida da criança ao seu meio envolvente.

Ao iniciar o contacto com a criança, é fundamental dar a esta a oportunidade de escolher o que quer fazer, como e com o que é que quer brincar. Mesmo quando se manifestam algumas resistências, é impor-

tante irmos propondo actividades várias, de forma a que a própria criança possa sugerir actividades do seu interesse. Não escolher pode também ser considerada uma opção, e esta noção é igualmente transmitida, falada e interpretada neste contexto de intervenção.

### ACOMPANHAR A CRIANÇA

Ao longo das actividades, das escolhas, é importante ir percebendo com a criança como é que ela age no seu contexto do dia-a-dia, partindo assim para o concreto do seu mundo. O ludoterapeuta deve criar condições, através das actividades lúdicas, que podem ir desde as brincadeiras menos estruturadas, a jogos altamente complexos e estruturados, dependendo da criança e, principalmente da sua faixa etária, para que esta seja capaz de manifestar as suas dificuldades, projectar as suas zangas, os seus medos, os seus receios, assim como as suas capacidades, potencialidades, que permitem ao terapeuta ter um acesso a um todo que permita estruturar a intervenção. Tal como em qualquer processo terapêutico, seja com um adulto ou com uma criança, é fundamental não descurar a relação que se vai construindo. Esta relação deve primar por ser de confiança e de aceitação. É neste contexto que permitimos à criança que temos à nossa frente que possa aprender a conhecer-se, aprender a lidar com situações menos confortáveis, a aceitar e a conhecer as suas próprias emoções e, principalmente,

ajudá-la a encontrar ferramentas e outras soluções, para além das que já utiliza para cada situação.

Neste sentido, a ludoterapia é considerada como um meio por excelência de intervenção psicológica com crianças. Através do brincar, actividade simbólica que se expressa com base em brincadeiras várias como o próprio jogo, é dada à criança a possibilidade de comunicar e expressar-se informalmente e próxima das suas vivências enquanto criança. Assim, através daquilo em que elas são melhores e se sentem mais confortáveis como os jogos, o contar de histórias, o pintar, o encenar, o desenhar, o agir perante os objectos, etc., têm a possibilidade de expor as suas dificuldades e o que sentem.

O tempo de duração da intervenção é variável, ocorrendo um primeiro período de observação clínica, nas primeiras semanas de contacto com a criança e respectiva família, podendo em casos mais simples levar-se a cabo uma intervenção mais breve e localizada no tempo, sendo que a mesma pode alongar-se por um ou mais anos, quando se tratam de dificuldades estruturais ou mais complexas. Também aqui, no que concerne ao tempo e espaço de duração da intervenção, é necessário respeitar as necessidades da criança, para que este tipo de abordagem seja bem sucedido e permita devolver à criança uma melhor forma de estar e de ser consigo e com o mundo em seu redor. ■



## 3 novos posters educativos e divertidos

Nesta edição de Coisas de Criança, disponibilizamos três novos educativos e divertidos posters. A começar temos três ecopontos sorridentes com o intuito de sensibilizar os mais pequenos para uma correcta reciclagem de resíduos. Para ajudar a compreender melhor incluímos algumas imagens que indicam que tipo de embalagens deverão ser depositadas em cada ecoponto.

Iniciamos nesta edição a publicação de imagens a 3D de diversas divisões de uma casa, espaços esses que sejam frequentemente utilizados pelos mais pequenos. Nesta revista pode encontrar o quarto de bebé, destacando-se ao lado vários objectos para que as crianças possam recortar e colar no local respectivo da imagem.

Finalmente temos o jogo de cartas, com desenhos de vários animais no seu habitat, nomeadamente Mar, Campo, Floresta e Deserto. O objectivo deste jogo passará por juntar 4 cartas idênticas, de modo a que os mais pequenos entendam as diferenças de cada habitat e respectivos animais.