

COORDONATORI:

HEIDI GERARD KADUSON

CHARLES E. SCHAEFER

101  
TEHNICI FAVORITE  
ALE TERAPIEI PRIN



TRADUCERE DIN ENGLEZĂ DE  
Oana Munteanu

PSIHOLOGIA  
PENTRU  
TOȚI



# CUPRINS

<i>Prefață</i> .....	17
<b>Secțiunea întâi. Tehnici narative</b> .....	19
1. Tehnica pungii de gunoi .....	21
<i>Heidi Gerard Kaduson</i>	
2. Scenariul unei emisiuni TV .....	27
<i>Loretta Gallo-Lopez</i>	
3. Noul cămin al canarului Candie: O intervenție biblioterapeutică pentru copiii din centrele de ocrotire, centrele de tratament și adăposturi .	31
<i>Jeanine Austin</i>	
4. Cavaleri și balauri.....	40
<i>Judith Hart</i>	
5. Povești din cabinet duse acasă.....	44
<i>Mary Margaret Kelly</i>	
6. Supereu! .....	48
<i>Emily Nickerson</i>	
7. Povești metaforice .....	52
<i>Herbert Goetze</i>	
8. Ritualul de tranziție al micuței frunze.....	63
<i>Jay Cerio</i>	
9. Citind pe „balansoarul din verandă“ .....	69
<i>Joan M. Doherty și Roger D. Phillips</i>	

10. Metafora spontană .....	75
<i>William Walter Jenkins</i>	
11. Tehnica narativă prin intermediul benzilor desenate.....	80
<i>Mary Ann Drake și David Drake</i>	
12. Exprimarea doliului prin tehnica narativă.....	85
<i>Hilda R. Glazer și Donna Marcum</i>	
<b>Secțiunea a doua. Tehnici din artele expresive.....</b>	<b>91</b>
13. Joc de rol cu plastilină Play-Doh .....	93
<i>Nancy M. Schultz</i>	
14. Activitatea părinte-copil cu animale din lut.....	98
<i>Carla Sharp</i>	
15. Măști interioare–exterioare .....	104
<i>Theresa A. Kruczek</i>	
16. Trusa din ghiozdan.....	110
<i>Mary Anne Peabody</i>	
17. Raportul școlar de-a-ndoaselea .....	115
<i>Mary Anne Peabody</i>	
18. Desenând pentru copil.....	119
<i>Deborah B. Vilas</i>	
19. Etichetele adezive ale sentimentelor.....	124
<i>Liana Lowenstein</i>	
20. Harta sentimentelor trasată pe omul de turtă dulce.....	128
<i>Athena A. Drewes</i>	
21. Termometrul „sentimentelor“ și „acțiunilor“. O tehnică de automonitorizare.....	135
<i>James M. Briesmeister</i>	



22. Săculeții magici .....	142
<i>Theresa A. Kruczek</i>	
23. Florile sentimentelor/Grădina vindecătoare ...	147
<i>Tamra Greenberg</i>	
24. Împărtășirea sentimentelor prin intermediul lutului .....	152
<i>Debra Atchison</i>	
25. Greutăți și baloane .....	156
<i>Celia Linden</i>	
26. Manualul regulilor de atingere.....	162
<i>Frances L. Strick</i>	
27. Pălării de petrecere puse pe capetele monștrilor: strategii de desen pentru stăpânirea fricilor	166
<i>David A. Crenshaw</i>	
28. Inventarul sentimente-gânduri-nevoi .....	172
<i>Barbara A. Turner</i>	
29. Variație a jocului atributelor de familie .....	179
<i>Erika L. Sturkin</i>	
30. Cum mă descurc? O tehnică de autoevaluare...	183
<i>Ellen M. Stikney</i>	
31. Cutia coșmarului: cum să dăm putere copiilor prin lucrul cu visele .....	186
<i>Deborah Armstrong Hickey</i>	
32. Titlul terapiei.....	192
<i>Dee Ray</i>	
33. Fii sincer cu tine .....	196
<i>Richard Bromfield</i> .....	
196	
34. Vasele de vise: vindecarea naturală a copiilor cu frici și traume .....	199
<i>Joyce C. Mills</i>	

35. Tehnica „Desenează-ți coșmarul“ ..... 208  
*Nancy Boyd Webb*
36. Colorează-ți sentimentele!..... 213  
*Hilda R. Glazer*
37. Ilustrate în mișcare..... 217  
*Paris Goodyear-Brown*

### **Secțiunea a treia. Tehnici bazate pe**

- practicarea de jocuri** .....223
38. Bingoul emoțional.....225  
*Heidi Gerard Kaduson*
39. Jocul fotografiei emoțiilor ..... 229  
*Harvey Payne*
40. Jocul de dame al emoțiilor .....233  
*Michael Kantrowitz*
41. „Monstrul“ .....237  
*Steve Harvey*
42. „Vulcanul“ .....243  
*Steve Harvey*
43. Jocul „Nimerește emoția“ ..... 249  
*Joyce Meagher*
44. Jocul „Răstoarnă emoția“ .....253  
*Joyce Meagher*
45. Jocul „Cu încetinitorul“ .....257  
*Heidi Gerard Kaduson*
46. Fă-mă să râd ..... 261  
*Risë VanFleet*
47. „Te păstrez în mintea mea“: o abordare pentru  
 lucrul cu copiii traumatizați și cu tulburări de  
 atașament .....265  
*Cynthia A. Langevin*

48. Zarurile sentimentelor .....	271
<i>Mary Ann Valentino</i>	
49. E bine sau rău: depinde de mine.....	276
<i>Donna Cangelosi</i>	
50. Când viața se întoarce cu susul în jos .....	279
<i>Donna Cangelosi</i>	
51. Jocul cu cărți „Pescuitul sentimentelor“ .....	283
<i>Michael Kantrowitz</i>	
52. Jocul genogramei cu preșcolarul .....	287
<i>Paris Goodyear-Brown</i>	
<b>Secțiunea a patra. Tehnici ale jocului cu păpuși.....</b>	
53. Oamenii-balon.....	295
<i>Heidi Gerard Kaduson</i>	
54. Urșii mari .....	300
<i>Linda B. Hunter</i>	
55. Ascultarea reflectantă folosind păpușile .....	306
<i>Lois Theall</i>	
56. Persoane-păpuși cu nume de emoții .....	315
<i>Marijane Fall</i>	
57. Teatrul cu jucării.....	319
<i>A. J. Palumbo</i>	
58. Modelaj de baloane .....	323
<i>Diane E. Frey și Douglas J. Griffin</i>	
59. Terapia prin joc cu plastilină: să facem o creatură „urâcioasă“ .....	330
<i>Myrna Minnis</i>	
60. Ursul adormit.....	335
<i>Sandra Foster</i>	

61. Psihodrama cu păpuși.....340  
*Douglas G. Sprague*

### **Secțiunea a cincea. Tehnici cu jucării și**

**obiecte de joacă..... 347**

62. Folosirea terapeutică a pieselor geometrice din  
jocurile de construit.....349  
*Charles E. Schaefer*

63. Gestionarea furiei: rachetele din sticlă ..... 355  
*Neil Cabe*

64. Colegi de joacă: Folosirea păpușilor în cadrul  
terapeutic..... 359  
*Cynthia Caparosa Sniscak*

65. Găsirea echilibrului — pe placa de  
echilibristică ..... 366  
*Sally Kondziolka*

66. Tehnica jocului cu păpuși adaptabile pentru  
părinți..... 370  
*Carol A. Brennan*

67. Ilustrarea păpușilor matrioșka ..... 376  
*Jo Ann L. Cook*

68. Tehnica cutiei cu jucărioare de tinichea ..... 381  
*Jo Ann L. Cook*

69. Lentile ..... 385  
*Celia Linden*

70. Folosirea păpușilor anatomice în psihoterapia  
copiilor abuzați sexual..... 391  
*Jamshid A. Marvasti*

71. Terapia de familie prin jocul cu nisip ..... 397  
*Lois Carey*

72. Reacții terapeutice la sacul de box gonflabil: vindecarea furiei și agresivității la copii.....	405
<i>Victoria McGuinness</i>	
73. Dinozaurii trecuți prin dezastru.....	412
<i>Risë VanFleet</i>	
74. Folosirea animalelor de jucărie pentru dezvoltarea relațiilor de familie .....	416
<i>Dolores A. Mortimer</i>	
75. „Eliberează-te de furie“ .....	423
<i>Erika L. Surkin</i>	
76. Participarea la jocul simbolic și metaforic .....	427
<i>Carol Whited</i>	
77. Dărâmatul liniștitor .....	432
<i>Richard Bromfield</i>	
78. Exercițiu de relaxare: baloanele de săpun.....	434
<i>Neil Cabe</i>	
79. Cutii cu jucării special dedicate .....	440
<i>Otto Weininger și Linda Perlis</i>	
<b>Secțiunea a șasea. Tehnici de joc în grup .....</b>	<b>447</b>
80. Dinozaurii dinamici .....	449
<i>Risë VanFleet</i>	
81. Figurina de plastilină Play-Doh „Sunt bun la“ ..	452
<i>Paris Goodyear-Brown</i>	
82. Elasticul .....	456
<i>Bernadette H. Beyer</i>	
83. Creionul magic .....	461
<i>Bernadette H. Beyer</i>	
84. Galeria de artă stângace .....	465
<i>Risë VanFleet</i>	



85. Cutia furiei .....	468
<i>Heidi Gerard Kaduson</i>	
86. Creativitate cooperantă .....	472
<i>Ellen M. Stickney</i>	
87. Robotul antiabuz: folosirea unei mascote în grupul de tratament prin joc al băieților abuzati sexual .....	476
<i>Mark Berkowitz</i>	
88. Jocul comorii: o incursiune în comunicare și înțelegere .....	480
<i>Marcie Fields Yeager</i>	
89. Teatrul prin „redare“ .....	484
<i>Gregory Ford și Dotti Ward-Wimmer</i>	
<b>Secțiunea a șaptea. Alte tehnici .....</b>	<b>491</b>
90. Emisiunea de știri .....	493
<i>Heidi Gerard Kaduson</i>	
91. O oglindă ca obiect tranzițional.....	497
<i>Berrell Mallery</i>	
92. Modificarea terapiei prin joc nondirective pentru utilizarea ei ca instrument de evaluare .....	503
<i>Terry Boyle</i>	
93. Vizita acasă și specialiștii terapiei prin joc .....	510
<i>Virginia Ryan</i>	
94. Peretele .....	516
<i>Mary L. Hammond-Newman</i>	
95. Reluarea video .....	522
<i>Jeanine Austin</i>	
96. Participarea la rezistență.....	526
<i>Sophie L. Lovinger</i>	

97. Folosirea terapeutică a magiei .....	530
<i>Brian D. Gilroy</i>	
98. Trucul schimbării emoționale în trei pași.....	542
<i>John Sommers-Flanagan și Rita Sommers-Flanagan</i>	
99. Creația copilului: imagerie dirijată combinată cu muzică .....	550
<i>Janet Logan Schieffer</i>	
100. Tehnica puterii animalului: interiorizarea unui simbol pozitiv al puterii.....	558
<i>Deborah Armstrong Hickey</i>	
101. Shazam .....	562
<i>Donna Cangelosi</i>	

## PREFAȚĂ

Cartea de față este precedată de un volum similar, *101 Favorite Play Therapy Techniques*, publicat în 1997, și considerat o resursă excelentă pentru practicienii, profesorii și studenții ce se ocupă de terapia prin joc. Prezenta lucrare adună alte noi tehnici ale terapiei prin joc, elaborate de terapeuți din toate colțurile lumii. Am invitat autorități de elită în terapia prin joc să împărtășească fie tehnica lor preferată, fie una dintre cele ce implică o modificare inovatoare a unei proceduri bine cunoscute.

Am împărțit tehnicile în șapte categorii, pentru ușurarea accesului la metoda căutată. Fiecare autor a inclus o descriere și/sau o aplicare a tehnicii, pentru a ilustra cum a folosit-o terapeutul în practică. Secțiunile sunt grupate similar ca în primul volum: *Tehnici narrative*, ce ilustrează folosirea a diferite metode pentru îmbunătățirea verbalizării la copii; *Tehnici ale artelor expresive*, ce includ diferite mijloace folosite în artă pentru a ajuta copiii să facă față dificultăților psihologice; *Tehnici de folosire a jocurilor*, ce utilizează jocurile pentru a ajuta copiii să se exprime într-un mediu de joacă lipsit de amenințări; *Tehnici ale jocului cu păpuși*, ce ajută la exprimarea emoțiilor conflictuale; *Tehnici cu jucării și*

*obiecte de joacă*, ce ilustrează folosirea a diferite jucării și obiecte în camera de joacă, precum și felul în care acestea pot fi utile în joaca terapeutică; *Tehnici de joc în grup*, ce cuprind metode și tehnici de joc utilizabile în cadrul grupurilor; și *Alte tehnici*, ce sunt un grup de tehnici variate, utile în multe situații.

Psihiatrii, psihologii, asistenții sociali, asistenții medicali, specialiștii în viața copilului, specialiștii în activități terapeutice recreaționale, profesorii și consilierii cu orice nivel de pregătire și experiență vor găsi în prezenta carte o mulțime de informații utile pentru practica lor clinică.

Heidi Gerard Kaduson  
Charles E. Schaefer

SECȚIUNEA

ÎNTÂI

TEHNICI NARATIVE

# 1. TEHNICA PUNGII DE GUNOI

Heidi Gerard Kaduson

## INTRODUCERE

Copiii țin în ei multe din problemele lor, în loc să le comunice adulților sau măcar altor prieteni. Indiferent dacă sunt prea înspăimântați să-și dezvăluie problemele sau nu sunt conștienți de ceea ce-i deranjează, copiii se simt încărcăți până la refuz de aceste sentimente, având dificultăți în comunicarea emoțiilor lor și eliberarea de ele. Părinții își pot întreba de multe ori copiii care e problema, iar răspunsul va fi adesea „nimic“ sau „nu știu“. Tehnica pungii de gunoi a fost creată pentru a ajuta copiii să se elibereze de problemele pe care le țin în ei, pentru ca apoi să continue să le exploreze prin joacă, în scopul găsirii unei rezolvări sau soluții.

## ARGUMENT

Este foarte terapeutic pentru copii să se focalizeze pe problemele lor și să găsească soluții la acestea, pentru a face față dificultăților cotidiene din viața lor. Aplicând tehnica pungii de gunoi, copiii își notează lucrurile care îi deranjează (acasă și la școală), apoi se concentrează pe descoperirea prin joc a soluțiilor la acele probleme. Acest lucru le dă putere să se simtă mai stăpâni pe viața lor și să fie mai responsabili față de ei înșiși. Pentru copii, este foarte dificil să comunice prin cuvinte. Și

totuși, prin puterea terapeutică a jocului, ei sunt capabili să înțeleagă cum să „spună“ care sunt problemele lor și cum să le „rezolve“, astfel încât să se poată elibera de presiunea pe care o poate cauza neexprimarea acestor probleme.

## DESCRIERE

### **Materiale necesare**

Două pungi de hârtie maro pentru sendvișuri  
Creioane sau carioci colorate  
Douăsprezece bucățele de hârtie pentru notarea problemelor

### **Proces**

Terapeutul introduce tehnica dându-i copilului una din pungile de hârtie, pentru ca acesta să deseneze pe ea orice dorește. Și terapeutul desenează pe propria sa pungă. În timpul desenului, terapeutul vorbește despre „gunoi“ în felul următor:

Știi ce e gunoiul? Este ceea ce arunci la coș când nu-ți mai trebuie. Sunt lucrurile din frigider care devin verzui când sunt lăsate acolo prea mult timp. Știi cum le cresc niște chestii deasupra și arată dezgustător?

Terapeutul continuă să descrie gunoiul până când copilul prinde ideea și este de acord cu comentariile terapeutului. Odată realizat acest lucru, terapeutul continuă:

Ce-ar fi dacă tot gunoiul pe care îl aruncăm la coș n-ar fi golit niciodată? Ce-ar fi dacă gunoiul ar rămâne în casa ta săptămâni după săptămâni, luni și luni de zile? Atunci n-ar mai exista niciun loc pe unde să trecem sau unde să ne așezăm și ar trebui să ne cărăm gunoiul peste tot pe unde am merge. Ar trebui să-l ducem la școală, la aniversările zilelor de naștere, să-l luăm cu noi în pat și n-am mai scăpa niciodată de el. Ei bine, și noi ținem gunoi înăuntrul nostru. Lucruri care ne deranjează. Lucruri la care nu ne putem opri să ne gândim. Chestii de genul acesta. Așa că, hai să ne terminăm fiecare de desenat punga, iar după aceea o să-ți dau șase hârtiuțe ca să putem scrie fiecare pe ele șase dintre gunoaiile noastre personale și să le punem în punga noastră de gunoi. Să începem cu ceva de acasă. Ceva ce te deranjează mult, pe care-l poți nota pe bucățița ta de hârtie.

Terapeutul notează o problemă pe care știe că o are copilul și spune cu voce tare ce a scris. Acest lucru îl va ghida pe copil cum să înceapă să-și aștearnă și el propriul „gunoi“ pe hârtie. După ce copilul a notat trei probleme, terapeutul îl ghidează să scrie lucruri despre școală.

Acum, că amândoi avem câte trei gunoai de acasă, hai să scriem pe hârtie și trei gunoai pe care le putem resimți la școală.

Din nou, terapeutul începe să scrie unul și ghidează copilul să facă la fel.

Acum o să închidem aceste pungi de gunoi și o să le lăsăm așa până data viitoare. Apoi vei putea să alegi un gunoi din oricare pungă și o să ne jucăm cu el ca să aflăm ce putem face în privința lui.