



**SÚKROMNÉ CENTRUM ŠPECIÁLNO -
PEDAGOGICKÉHO PORADENSTVA, HELP-DYS, n. o**

Pracovisko: Royova ul. č. 773, 020 01 Púchov
Tel. č.: 0918 752 492, 0918 719 172; e-mail: info@poradna-helpdys.sk
Web: www.poradna-helpdys.sk; FB: <https://www.facebook.com/scspshelpdys>

Čo je Terapia hrou?

Terapia hrou (angl. Play Therapy) je medzinárodne uznávaná a celosvetovo využívaná individuálna psychologická metóda liečby, pomoci či podpory pre deti, ktorá je podporená viac než 50 ročným výskumom. Je vhodná najmä pre deti predškolského a raného školského veku (cca od 3 do 9 rokov).

Hra je spontánna detská činnosť a teda je tým **najprirodzenejším prostriedkom detského sebvýjadrenia**. V hre má dieťa možnosť znovu si prežiť svoje pocity napätia, frustrácie, strachu, agresie, neistoty. Emócie sa dostávajú na povrch a dieťa sa ich v priebehu terapie učí ovládať a rozumieť im.

Deťom sú v terapii hrou poskytnuté špeciálne hračky, ktoré im umožňujú tzv. „hrovou rečou“ **vyjadriť to, čo sa im ťažko vyjadruje slovami**. V hre sú hračky vnímané ako slová a hra je detským jazykom pre to, čo sa v ich svete deje.

Účinky Terapie hrou

To, čo sa môže zdať ako hra, je v skutočnosti **metóda práce, na pozadí ktorej prebieha odborná pomoc, podpora a liečba**. Tento liečivý proces, ktorým si detičky pod odborným vedením prechádzajú, **prináša postupné pozitívne zmeny najmä v oblasti prejavov správania a reagovania, zvládania a regulácie emócií, sebapoznania, rozvoja vlastnej osobnosti a vhodných sociálnych zručností i mnoho ďalšieho**.

Pomáha u detí...

- ktoré prechádzajú, alebo prešli náročnými životnými situáciami
- ktoré majú nálepku ako „ťažko zvládateľné“, alebo „problémové“
- ktoré majú úzkostné prejavy
- ktoré majú problémy so sťažnou prispôbivosťou
- ktoré sú sociálne nezačlenené
- s narušenou vzťahovou väzbou, s poruchami pripútania
- so psychosomatickými ťažkosťami
- s rečovými ťažkosťami
- terapia hrou môže mať aj **preventívny význam**

Ciele Terapie hrou

Cieľom terapie hrou je okrem iného pomôcť dieťaťu:

- **rozvíjať pozitívne sebahodnotenie**
- **prebrať zodpovednosť za vlastné správanie**
- **dokázať usmerňovať samého seba**
- **vedieť akceptovať samého seba**
- **vedieť sa na seba spoľahnúť**
- **vedieť sa samostatne rozhodovať**
- **zažiť pocit, že má veci pod kontrolou**
- **dôverovať si**
- **vytvoriť si vnútorný systém hodnotenia**

V prípade záujmu o bližšie informácie nás neváhajte kontaktovať na tel.:

0918 719 172, 0918 752 492