

Índice

| | |
|---|----------|
| Sobre a Coleção | IX |
| A Autora | XI |
| Prefácio | XIII |
| Introdução | XVII |
| 1. O Brincar | 1 |
| 1.1 O Que É o Brincar? | 2 |
| 1.2 Mas, Afinal, Porque Brinca a Criança? | 2 |
| 1.3 O Que Está Envolvido no Brincar da Criança? | 3 |
| 1.4 Os Pais e o Brincar | 4 |
| 2. A Influência do Brincar no Desenvolvimento Infantil | 9 |
| 2.1 Tipos de Brincadeiras | 9 |
| 2.1.1 “Brincadeira” Funcional | 10 |
| 2.1.2 Brincadeira Ficcional | 12 |
| 2.1.3 Brincadeira Recetiva | 12 |
| 2.1.4 Brincadeira Construtiva | 13 |
| 2.1.5 Jogo de Regras | 13 |
| 2.2 Quais os Brinquedos Mais Adequados nas Diferentes Idades? | 14 |
| 2.3 O Brincar e o Desenvolvimento | 16 |
| 2.3.1 Desenvolvimento Intelectual | 16 |
| 2.3.2 Desenvolvimento Físico | 17 |
| 2.3.3 Desenvolvimento Linguístico | 18 |
| 2.3.4 Desenvolvimento Emocional | 19 |
| 2.3.5 Desenvolvimento Social | 20 |
| 2.3.6 O <i>Self</i> Integrado | 21 |

| | | |
|-------|--|----|
| 2.4 | Brinquedos para Meninos e Brinquedos para Meninas | 23 |
| 3. | Principais Teorias sobre o Brincar e a Evolução Histórica da Ludoterapia | 27 |
| 3.1 | Sigmund Freud | 28 |
| 3.2 | Hermine Hug-Hellmuth | 29 |
| 3.3 | David Levy | 29 |
| 3.4 | Margaret Lowenfeld | 29 |
| 3.5 | Anna Freud | 30 |
| 3.6 | Virginia Axline | 31 |
| 3.7 | Dorothy Baruch | 31 |
| 3.8 | Jean Piaget | 32 |
| 3.9 | Natalie Fuchs | 33 |
| 3.10 | Clark Moustakas | 33 |
| 3.11 | Bernard Guerney | 34 |
| 3.12 | Donald Winnicott | 34 |
| 3.13 | Melanie Klein | 35 |
| 3.14 | Garry Landreth | 36 |
| 4. | Ludoterapia Diretiva e Ludoterapia Não Diretiva | 39 |
| 4.1 | Definição/Conceitos | 40 |
| 4.2 | A Eficácia da Ludoterapia Centrada na Criança | 43 |
| 5. | Técnica e Princípios da Ludoterapia Centrada na Criança | 45 |
| 5.1 | A Técnica | 45 |
| 5.2 | Os Oito Princípios Básicos | 46 |
| 5.2.1 | Desenvolver uma relação amigável e tranquila com a criança, estabelecendo uma comunicação positiva o mais cedo possível | 47 |
| 5.2.2 | Aceitar a criança exatamente como ela é | 48 |
| 5.2.3 | Estabelecer uma relação de aceitação com a criança, para que esta possa expressar-se livremente | 48 |
| 5.2.4 | Reconhecer os sentimentos da criança, refletindo-os de forma compreensível | 49 |
| 5.2.5 | Respeitar a capacidade da criança de resolver os seus próprios problemas, dando-lhe essa oportunidade, sendo a responsabilidade da escolha e da mudança da criança | 50 |

| | | |
|-----------|--|-----------|
| 5.2.6 | Não dirigir as ações ou conversas da criança, a qual deve indicar o caminho e o terapeuta deve segui-la | 50 |
| 5.2.7 | Não apressar a terapia, pois é um processo gradual que o terapeuta compreende e aceita | 51 |
| 5.2.8 | Estabelecer apenas os limites necessários para manter a realidade e para que a criança tenha consciência da sua responsabilidade | 51 |
| 5.3 | Porquê e Como Estabelecer Limites? | 53 |
| 6. | O Contrato e a Relação Terapêutica | 55 |
| 6.1 | O Primeiro Encontro | 56 |
| 6.2 | Os Pais: Participantes Indiretos | 57 |
| 6.3 | O Contrato Terapêutico | 59 |
| 6.4 | O Terapeuta | 60 |
| 7. | Setting e Materiais na Ludoterapia Centrada na Criança | 65 |
| 7.1 | A Sala de Ludoterapia | 65 |
| 7.2 | Os Brinquedos | 67 |
| 8. | Da Teoria à Prática | 79 |
| 8.1 | O Que Está por detrás das Perguntas das Crianças? Algumas Hipóteses Clínicas | 79 |
| 8.2 | O Que Fazer Se a Criança... | 83 |
| 8.2.1 | ... Ficar em Silêncio? | 83 |
| 8.2.2 | ... Quiser Trazer Brinquedos ou Comida para a Sala de Ludoterapia? | 83 |
| 8.2.3 | ... Pedir Constantemente a Ajuda do Terapeuta? | 84 |
| 8.2.4 | ... Pedir ao Terapeuta para Adivinhar Algo? | 84 |
| 8.2.5 | ... Perguntar ao Terapeuta Se Gosta Dela? | 84 |
| 8.2.6 | ... Quiser Abraçar ou Sentar-se ao Colo do Terapeuta? | 84 |
| 8.2.7 | ... Tentar Roubar um Brinquedo? | 85 |
| 8.2.8 | ... Não Quiser Terminar a Sessão? | 85 |
| 8.3 | Vinhetas Clínicas | 85 |
| 8.4 | Respostas Terapêuticas | 91 |
| 8.5 | Temas na Ludoterapia | 91 |
| 8.6 | O Final do Acompanhamento | 92 |

| | |
|---|-----|
| 9. Ludodiagnóstico | 97 |
| 9.1 Quais São os Procedimentos do Ludodiagnóstico? | 98 |
| 9.1.1 Indicadores de Ludodiagnóstico | 101 |
| 9.2 Linhas Gerais de Caracterização do Brincar da Criança de Pré-organização Neurótica e do Brincar da Criança de Pré-organização Psicótica | 104 |
| 10. Ludoterapia Filial | 109 |
| 10.1 <i>Child Parent Relationship Therapy</i> (CPRT) | 111 |
| 10.1.1 Aspectos Práticos da CPRT | 114 |
| 10.2 Objetivos de Cada Uma das 10 Sessões | 117 |
| 10.2.1 Sessão 1 | 117 |
| 10.2.2 Sessão 2 | 117 |
| 10.2.3 Sessão 3 | 118 |
| 10.2.4 Sessão 4 | 118 |
| 10.2.5 Sessão 5 | 118 |
| 10.2.6 Sessões 6 a 9 | 118 |
| 10.2.7 Sessão 10 | 119 |
| 10.2.8 Sessão de <i>Follow-up</i> | 119 |
| 10.3 A Eficácia da Ludoterapia Filial | 119 |
| 11. O Brincar no Contexto Escolar | 121 |
| 11.1 O Brincar e a Aprendizagem | 122 |
| 11.2 O Brincar na Escola | 124 |
| 11.3 A Ludoterapia na Escola | 130 |
| Conclusão | 133 |
| Posfácio | 135 |
| Referências Bibliográficas | 137 |
| Índice Remissivo | 143 |



A Autora

Raíssa Santos

Psicóloga Clínica, tem experiência em contexto privado, com crianças e adultos, desde 2002. Doutorada em Psicologia Clínica, área de especialização Avaliação Psicológica, pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa e licenciada em Psicologia Clínica pelo Instituto Superior de Psicologia Aplicada. Membro efetivo da Ordem dos Psicólogos Portugueses, especialista em Psicologia Clínica e da Saúde. Tem formação em Psicoterapia Psicodinâmica e em Psicoterapia de Crianças e Adolescentes. Psicoterapeuta Psicanalítica em formação pela PsiRelacional. Formadora em Avaliação Psicológica e em Ludoterapia. Mediadora de conflitos com especialização em mediação familiar.

Diretor de Coleção

Mauro Paulino

Coordenador da Mind | Instituto de Psicologia Clínica e Forense. Psicólogo Forense Consultor do Instituto Nacional de Medicina Legal e Ciências Forenses. Coordenador da pós-graduação de Psicologia Forense da Universidade Autónoma de Lisboa. Membro do Laboratório de Avaliação Psicológica e Psicometria (PsyAssessment Lab) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. Autor e coordenador de diversos livros. Docente convidado em várias universidades nacionais e internacionais.

Prefácio

Quando a Raíssa me falou deste livro que acabara de escrever e me convidou para o prefaciá-lo, revisei o nosso primeiro encontro. Foi em 2006, era ela uma “menina” de 27 anos, tão doce quanto decidida, já com prática profissional e clínica, e apostada na formação – na sua, mas também na dos outros psicólogos e estudantes de Psicologia – a que dá continuidade com esta obra. Disse-me, então, que, a partir da sua experiência com a prova “Era uma vez...”, considerava ser útil e desejável que esta abrangesse aspetos do funcionamento infantil face ao confronto com as regras parentais e à chegada de um novo bebé à família. Defendia que a inclusão destas temáticas enriqueceria a informação que a prova facultava e propunha-se criar dois novos cartões que as representassem. Perguntou-me se aceitava apoiá-la nesse trabalho, orientando o seu doutoramento. Foi o primeiro passo de um caminho de partilha, criativo e dinâmico. Diria mesmo duplamente criativo, pois a vida flui e o Marwan já participou na celebração do doutoramento da mãe...

Foi com muito gosto que li este livro que a Raíssa oferece a um conjunto alargado de leitores. De facto, creio que não só será útil para psicólogos e terapeutas (o que já justificava plenamente a sua existência), mas pais e educadores serão também um público privilegiado deste livro. Nele reconheci a capacidade de *playfulness* da Raíssa: decidida e responsável, ela guarda a criatividade e a fantasia que recordo desse nosso primeiro encontro. Sou testemunha de que as suas capacidades de imaginação, curiosidade e criatividade são boas aliadas de uma forte determinação para ultrapassar desafios e dificuldades. Referido de outra forma, sou testemunha da sua competência para manter um bom convívio entre a riqueza da fantasia e a atenção à realidade, e da sua capacidade de “brincar” no sentido mais amplo do conceito.

Ao longo de 11 capítulos, a Raíssa desenvolve, numa linguagem clara e acessível, uma abordagem ao conceito de “brincar” que, de forma lógica e sequencial, nos conduz

do papel e da função do brincar como promotor e revelador do desenvolvimento à experiência daquele em diferentes contextos terapêuticos.

Neste livro privilegia-se a Ludoterapia Centrada na Criança, uma abordagem solidamente concebida, baseada no desenvolvimento e confirmada na sua eficácia terapêutica para ajudar as crianças a lidarem com os problemas que experimentam no dia a dia das suas vidas, exercitando os seus recursos pessoais para os elaborarem e ultrapassarem.

Questões claras como “O que é o brincar?” e “Mas, afinal, porque brinca a criança?” despertam a curiosidade do leitor, procurando-se respostas simples para elucidar um tema complexo. Define-se o brincar como a atividade fundamental para explorar e conhecer o mundo, e para se explorar e conhecer a si mesmo nesse mundo. É, portanto, algo que não se confina à infância, mas que se mantém até ao fim da vida, pois só então termina o processo de desenvolvimento. Desde o primeiro dia de vida que o bebé procura uma relação – comunica e espera ser entendido –, inicialmente numa linguagem não verbal, expressa pelo corpo e revelada nos atos brincados; atos esses que se vão transformando e evoluindo e que são a porta de acesso à descoberta de sentimentos, fantasias e emoções da criança, que sinalizam as suas aquisições e a evolução do seu desenvolvimento. Os brinquedos são as “palavras da criança” e a sequência dos atos brincados a sua linguagem – uma linguagem de atividade. O leitor é induzido a procurar em si mesmo a memória dessa linguagem, a tornar-se mais recetivo e mais preparado para apreender e partilhar a “seriedade” da brincadeira e o seu significado. O brincar que evolui e os diferentes brinquedos que vão oferecendo consecutivas experiências, correspondendo a necessidades específicas das sucessivas fases de desenvolvimento da criança.

A par com os conceitos teóricos, a autora preocupa-se com a sua aplicação, oferecendo, por exemplo, indicações sobre a adequação de determinados brinquedos e brincadeiras que facilitam a expressão do mundo interno e a sua elaboração em diferentes fases do processo de desenvolvimento, alertando para as características adequadas dos brinquedos (simples para que possam ser suporte de fantasias, resistentes para que possam aguentar as experiências repetidas e as cargas agressivas, fáceis de limpar para que se assegure a higiene). Estes exemplos, entre muitos outros que poderia ter escolhido, ilustram a atenção pedagógica a pais e educadores que perpassa todo o livro e nunca constituem “receitas”, sempre inúteis, mas antes propostas num contexto que favorece a compreensão e a reflexão.

Ao longo do livro, é de realçar a preocupação com a atitude do “parceiro” de brincadeira da criança (terapeutas, pais, educadores) e com o tipo de relação adequada

na partilha do brincar. Numa perspetiva não diretiva e centrada na criança, a autora afirma, justifica e exemplifica a necessidade de uma atitude de aceitação e colaboração empática, deixando à criança a iniciativa dos seus atos, respeitando e incentivando a sua autonomia, e não interrompendo o desenrolar da atividade para que a criança se sinta livre para atingir o seu objetivo e possa usufruir de uma experiência completa. Destaca a importância de limites claramente estabelecidos para que a criança se sinta segura, podendo exercitar o autocontrolo e o respeito pelo espaço lúdico e pela relação com o outro. A exemplificação com excertos de sessões, as vinhetas clínicas apresentadas, o cuidado na descrição, justificação e ilustração de todos os aspetos práticos, em relação ao *setting* e aos materiais utilizados, são um excelente meio de promover o entendimento e a integração dos conceitos teóricos.

Na abordagem ao modelo de Ludoterapia Centrada na Criança, bem como à Ludoterapia Filial, muito me apraz salientar a apresentação de vários estudos científicos sobre a respetiva eficácia terapêutica. Considero exemplar esta preocupação com a pesquisa relativa à validade clínica dos modelos de intervenção, a qual suporta empiricamente a sua eficácia em situações clínicas definidas. E também me congratulo pela escolha de um modelo de inspiração humanista que, além do contexto terapêutico habitual, estende a possibilidade de utilização aos pais (orientados pelo terapeuta) e inspira ainda a sua aplicação no meio escolar. A proposta da experimentação e da vivência dos conceitos pelos diferentes elementos envolvidos no dia a dia da escola parece-me uma mais-valia a sublinhar.

Entendo este livro como oportuno e importante para os psicólogos que trabalham com crianças e famílias; estimulante para os estudantes de Psicologia, que aqui encontram uma base para exploração do tema, bem como indicações bibliográficas históricas e atuais; outros profissionais que trabalham com crianças e famílias nas áreas da Saúde e da Educação poderão igualmente tirar grande proveito da sua leitura. Repetindo-me no que já afirmei, considero de grande interesse a abertura à possibilidade de trabalhar terapêutica e profilaticamente a relação pais-filhos.

Desejo a todos uma leitura tão agradável quanto a que eu tive. E desejo à Raíssa que prossiga nesta atividade de divulgação da Psicologia.

Prof.^a Dr.^a Teresa Fagulha
Psicóloga Clínica, Psicoterapeuta
e Professora aposentada da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa

Introdução

A intervenção psicológica com crianças reveste-se de especificidades que se prendem com as suas características e fases de desenvolvimento, com a presença marcada do simbolismo e com o recurso ao brincar como principal ferramenta de compreensão e de comunicação com a criança. Desta forma, a Ludoterapia, enquanto modalidade de intervenção psicológica com crianças, afigura-se essencial à prática profissional.

Com esta obra, pretende-se preencher uma lacuna existente na literatura técnica psicoterapêutica portuguesa relativamente à utilização do brincar como ferramenta essencial na psicoterapia infantil. A Ludoterapia tem sido abordada no campo psicoterapêutico internacional desde o início do século xx, de forma mais ou menos estruturada, tendo sofrido significativos desenvolvimentos na segunda metade daquele século e sido alvo de importantes reflexões de diferentes modelos teóricos. A valorização da Ludoterapia como forma primordial de abordar a consulta psicoterapêutica com a criança tem sido cada vez maior, sendo impossível contornar a sua importância quando se trabalha em psicoterapia infantil.

Importa sublinhar que esta obra irá debruçar-se sobre a Ludoterapia Centrada na Criança, com as suas especificidades e o seu modelo muito próprio de utilização do brincar no contexto psicoterapêutico infantil. Com raízes no modelo rogeriano centrado na pessoa, esta é uma abordagem que tem por base uma visão da criança como ser resiliente e capaz de conduzir o seu próprio processo desenvolvimental num contexto emocional facilitador, bem como uma relação terapêutica em que o respeito pelas capacidades da criança está sempre presente.

Procurando-se a vivência prática da técnica em todos os momentos, esta obra pretende constituir-se como uma ferramenta essencial para os profissionais de Psicologia que trabalham com crianças e que entendem que o brincar é o principal meio de

comunicar com elas e de chegar ao seu mundo interno, atribuindo-se-lhe uma preponderância essencial para o sucesso do trabalho terapêutico.

Acreditando que só uma compreensão adequada dos aspetos teóricos inerentes à utilização desta poderosa ferramenta permitirá a mestria na condução da técnica, começaremos por, no Capítulo 1, abordar de forma lata o conceito de “brincar”, procurando compreender o que é “o brincar”, porque brinca a criança e o que está envolvido no seu brincar. Procuraremos também perceber de que forma os pais influenciam o brincar da criança e abordar ainda algumas questões atuais, como a distinção entre brinquedos para meninas e brinquedos para meninos.

No Capítulo 2 ilustraremos a influência do brincar no desenvolvimento infantil, os diferentes tipos de brincadeiras e a adequação dos brinquedos às diferentes idades. Somente ao compreender a evolução que vai ocorrendo no e através do brincar é que se poderá potenciar o seu uso no contexto terapêutico com crianças de diferentes (matur)idades.

No Capítulo 3 abordaremos as principais teorias sobre o brincar e a evolução histórica que a Ludoterapia sofreu ao longo do século xx e até à atualidade, enquadrando esta técnica e reconhecendo os seus principais e fundamentais desenvolvimentos ao longo dos tempos.

No Capítulo 4 diferenciaremos Ludoterapia diretiva de Ludoterapia não diretiva, de modo a enquadrar, de forma mais específica, a Ludoterapia Centrada na Criança e os seus principais pressupostos, que a distinguem de outras formas de utilização do brincar no trabalho psicoterapêutico com crianças.

No Capítulo 5 enumeraremos os oito princípios da Ludoterapia Centrada na Criança, descrevendo ao pormenor a técnica que se desenvolve a partir daqueles. Abordaremos também a questão dos limites na Ludoterapia Centrada na Criança, as respostas terapêuticas e a importância dos temas nesta técnica.

No Capítulo 6 desenvolveremos alguns aspetos práticos referentes ao estabelecimento do contrato e da relação terapêutica, que constituem pontos de partida fundamentais ao bom desenrolar da Ludoterapia Centrada na Criança. Serão ainda descritas as características do terapeuta.

No Capítulo 7 caracterizaremos o *setting* e os materiais utilizados na Ludoterapia Centrada na Criança, justificando a forma como estes elementos se tornam primordiais a um funcionamento adequado da técnica.

No Capítulo 8 faremos uma incursão mais profunda pelos aspetos práticos da técnica, recorrendo a pequenos exemplos e a vinhetas clínicas que ajudarão a compreender o que deve ser efetivamente dito e feito na prática clínica da Ludoterapia Centrada na Criança, bem como o que deve ser evitado.

No Capítulo 9 abordaremos uma outra dimensão da utilização do brincar como ferramenta de trabalho na Psicologia Infantil, isto é, o Ludodiagnóstico, no contexto da avaliação psicológica da criança.

No Capítulo 10 ilustraremos, de forma breve, a utilização da Ludoterapia no contexto familiar pais-filhos, caracterizando os principais aspetos da Ludoterapia Filial e, mais especificamente, o modelo da *Child Parent Relationship Therapy* (CPRT) de Landreth e Bratton (2006).

Por fim, no Capítulo 11 salientaremos a importância da valorização e da utilização do brincar e da Ludoterapia no contexto escolar.

Acreditamos que, assim constituída, esta obra permitirá percorrer as dimensões fundamentais do brincar e da Ludoterapia, tornando-se um ponto de partida essencial para os profissionais que pretendam utilizar esta técnica no seu contexto laboral.

1

O Brincar

“Os Estados Partes reconhecem o direito da criança ao descanso e ao lazer, ao divertimento e às atividades recreativas próprias da idade, bem como à livre participação na vida cultural e artística.

Os Estados Partes devem respeitar e promover o direito da criança de participar plenamente da vida cultural e artística e devem estimular a oferta de oportunidades adequadas de atividades culturais, artísticas, recreativa e de lazer, em condições de igualdade.”

**Artigo 31.º da Convenção sobre os Direitos da Criança
(Organização das Nações Unidas, 1989)**

O que nos interessa, e que aqui se procura estabelecer, é uma definição do brincar que se constitua como uma tentativa de o entender como meio de eleição da comunicação na infância, permitindo clarificar a sua influência no desenvolvimento infantil e a sua importância na estimulação da capacidade lúdica, fundamental em todas as fases da vida (Santos, 2009). Paralelamente, pretendemos enquadrar o brincar como ferramenta essencial da psicologia infantil, sobretudo (mas não só) em contexto clínico.

1.1 O Que É o Brincar?

A procura de uma definição do brincar conduz, muitas vezes, a exposições alargadas que se confundem com outros conceitos ou a definições tão circunscritas que se tornam demasiado redutoras. Na prática, não existe uma definição generalizada e completamente aceite.

As primeiras definições do brincar caracterizavam-no como algo negativo, até mesmo prejudicial. Era encarado como um mal necessário às crianças, com pouco interesse em termos científicos ou de investigação.

Segundo Neubauer (1987), no brincar existem duas componentes essenciais:

- **Um ato mental** – Que pode ser uma fantasia ou um desejo consciente ou inconsciente;
- **Um ato físico** – Que conduz a componente anterior a um comportamento observável.

Este autor salienta que só estas duas componentes não nos permitem distinguir o brincar de outras atividades humanas, como sociais, desportos de competição ou relações sexuais. Portanto, o brincar deverá ter um outro aspeto distintivo:

- **A consciência de que aquilo que se está a fazer não é real, ou seja, que é uma brincadeira** – No brincar, o comportamento é acompanhado por um significado de nível simbólico, sendo isso que permite que a atividade esteja liberta de consequências.

Este é o fator que torna o brincar em algo de muito importante, de essencial. Não pode, de modo algum, ser visto como trivial, como noutros tempos se pensava e, talvez, ainda hoje se pense.

1.2 Mas, Afinal, Porque Brinca a Criança?

Falta à criança, em termos desenvolvimentais, a facilidade cognitiva e verbal para expressar o que sente e, emocionalmente, a capacidade para transmitir a intensidade

dos seus sentimentos. Como tal, estes aspetos são-lhe muitas vezes inacessíveis a nível verbal. As crianças usam, assim, o brincar como forma de comunicação, dando-lhes oportunidade de exprimirem os seus pensamentos, sentimentos e perceções, para os quais muitas vezes ainda não têm palavras. Através do brincar, a criança pode expressar-se, explorar e dar significado às suas dificuldades e experiências dolorosas, ao mesmo tempo que lhe permite treinar competências e comportamentos. O brincar ajuda a criança a clarificar o seu mundo interno, as suas vivências, o conhecimento de si mesma e do mundo, o que a ajuda a construir relações interpessoais saudáveis e completas e a encontrar novas e melhores formas de comunicar. Em suma, o brincar aumenta as suas capacidades para enfrentar o mundo e lidar com as frustrações com que se defronta (Santos, 2009).

Apesar de o bebé humano ser aquele que brinca durante mais tempo e desenvolve brincadeiras mais complexas, brincar não é um fenómeno exclusivo dos seres humanos. Brincar é um comportamento observado em muitos animais, que brincam sobretudo, mas não exclusivamente, na sua “infância” – é, assim, universal e uma característica do reino animal (Ferland, 2006).

A par da satisfação das necessidades básicas de alimentação, saúde, habitação e educação, o brincar é fundamental para o desenvolvimento das capacidades e das competências de todas as crianças. É o mais completo dos processos educativos, pois influencia o intelecto, a componente emocional e o corpo da criança.

1.3 O Que Está Envolvido no Brincar da Criança?

Tal como referido noutras publicações (Santos, 2009), o brincar ocupa um lugar privilegiado no âmbito dos meios de expressão da criança. Exige concentração durante grandes quantidades de tempo e desenvolve a tomada de iniciativa, a imaginação e a criatividade. Não podemos considerá-lo apenas como um passatempo ou uma diversão, pois constitui, sem dúvida, uma fonte de aprendizagem muito rica.

Ao brincar, a criança desenvolve a sua personalidade e o seu crescimento integral e integrado. Ela aprende a conhecer o seu próprio corpo e as suas capacidades, competências e limitações. Brincar é uma necessidade, possibilita uma boa relação da criança

com a realidade e, de uma forma agradável, permite a sua integração no mundo das relações sociais.

Quando brinca, a criança não está somente a queimar energias, mas a ser constantemente estimulada. Ao mesmo tempo que brinca, vai conhecendo o mundo, as suas regras e as pessoas que a rodeiam. A complexidade das brincadeiras vai aumentando não só com o seu desenvolvimento, mas também com a estimulação que recebe do meio envolvente.

No campo relacional e das emoções, o brincar permite a expressão de conflitos e afetos, oferecendo-se como uma via de expressar o que não é acessível através da linguagem. Ao brincar, a criança pode dar nome aos “fantasmas internos” e derrotá-los de modo simbólico. Ela expressa-se e expressa o seu mundo e a forma como o vê. Simultaneamente, recria esse mundo, procurando, inventando e experimentando novas formas de compreensão da realidade e das relações. Prepara-se para o futuro e aprende maneiras de resolver as situações que se lhe apresentam.

Por tudo isto, por todas estas funções e propósitos que nele encontramos, por toda a influência que tem nas diversas áreas da vida psicológica da criança, é claramente um erro considerar o brincar como uma simples ocupação de tempos livres. Muito embora a criança não tenha consciência da seriedade do ato, uma vez que brinca porque é divertido e lhe dá prazer, nele estão presentes oportunidades únicas de se desenvolver. Deste modo, impedir a criança de brincar é privá-la de momentos únicos de aprendizagem, irrepetíveis ou insubstituíveis.

1.4 Os Pais e o Brincar

Importa aqui refletir sobre alguns dos aspetos fundamentais relativamente à relação entre os pais e o brincar da criança (Santos, 2009).

Em nenhum momento a criança deverá sentir-se culpada por brincar ou estar a perder tempo, porque deveria estar a fazer coisas “mais úteis”. Isto é algo de fundamental e de que nem toda a sociedade tem consciência. O foco exagerado na escola, nas atividades extracurriculares, no que é cognitivo e nas rotinas conduz a uma desvalorização do brincar, sendo estes momentos livres constantemente relegados para segundo plano.

8

Da Teoria à Prática

"The child-centered therapist believes in the child, is willing to allow the child to make decisions, and is committed to providing opportunities for self-direction by avoiding interfering with the process."

Play therapy - The art of the relationship
(Landreth, 2002, p. 222)

Iremos agora entender, através de pequenos exemplos e de vinhetas clínicas, a forma como todos os princípios da Ludoterapia Centrada na Criança se interligam e se representam no “aqui e agora” da relação terapêutica estabelecida com a criança.

8.1 O Que Está por detrás das Perguntas das Crianças? Algumas Hipóteses Clínicas

Importa, em primeiro lugar, que o terapeuta tente olhar para além do que a criança verbaliza, entendendo que, muitas vezes, o que ela diz ou as perguntas que coloca representam vivências internas dificilmente traduzíveis em palavras.

Na Tabela 8.1 procura-se colocar algumas hipóteses clínicas que poderão estar por detrás de perguntas frequentes das crianças em sessão. Relembramos que são apenas isso: hipóteses, só sendo possível encontrar uma maior certeza no contexto específico da situação e da relação.

Tabela 8.1 Hipóteses clínicas por detrás de algumas perguntas frequentes das crianças em sessões de Ludoterapia Centrada na Criança

| Pergunta(s) | O que poderá significar para a criança? |
|-----------------------------------|--|
| “Vêm cá outras crianças?” | <ul style="list-style-type: none"> ■ Quer assegurar-se de que é especial; ■ Sentimentos de possessividade e pertença; ■ Sente curiosidade; ■ Pretende garantir que, naquele momento, o espaço é seu; ■ Quer saber se outras crianças brincam com os mesmos brinquedos que ela; ■ Pretende saber se outras crianças irão estar com ela na sala de Ludoterapia; ■ Quer saber se pode trazer um amigo para a sessão; ■ Reparou que algo está diferente na sala. |
| “Sabes o que vou fazer a seguir?” | <ul style="list-style-type: none"> ■ Pretende indicar que decidiu fazer algo; ■ Quer incluir o terapeuta nos seus planos; ■ Quer terminar uma brincadeira ou mudar o tema. |
| “Posso voltar amanhã?” | <ul style="list-style-type: none"> ■ Indicia que gostou do que esteve a fazer e quer garantir que o poderá fazer mais vezes; ■ Quer continuar algo que iniciou; ■ Pretende dizer “este é um espaço importante para mim”; ■ Quer ter a certeza de que o terapeuta não a irá deixar. |
| “Sabes o que é isto?” | <ul style="list-style-type: none"> ■ Mostra que está orgulhosa de algo que fez; ■ Tenta estabelecer contacto com o terapeuta; ■ Tem planos para a sua brincadeira; ■ Pede informação. |

(continua)

Conclusão

A Ludoterapia é uma ferramenta poderosa e de grande eficácia na Psicoterapia infantil. Só faz sentido utilizar a linguagem da criança quando queremos chegar até ela e conhecer o seu mundo interno. O brincar é a linguagem da criança e os brinquedos são as suas palavras, cabendo ao terapeuta conseguir ler aquilo que, emocionalmente, a criança coloca nas suas brincadeiras.

A Ludoterapia Centrada na Criança distingue-se de outras técnicas que utilizam o brincar de forma terapêutica. Possui princípios muito específicos, que se interligam e devem ser respeitados na sua globalidade, sendo a coerência, a disponibilidade e o envolvimento do terapeuta os aspetos-chave para o seu sucesso.

Como instrumento terapêutico, a Ludoterapia Centrada na Criança já deu mostras da sua eficácia e enorme validade. Além do contexto clínico, a sua utilização pode ser estendida a outros contextos, como a Ludoterapia Filial e a Ludoterapia em contexto escolar.

Procurámos, nesta obra, abordar os aspetos fundamentais da compreensão do brincar, com especial relevo para a sua influência no desenvolvimento infantil, analisando porque e de que forma brinca a criança nas diferentes idades, quais os elementos potenciadores ou inibidores do brincar e os fatores relacionais da atividade lúdica infantil (Capítulo 1). Fizemos uma incursão pelos brinquedos e pelas brincadeiras, pelas suas características e pelos desafios atuais que são colocados ao brincar das crianças (Capítulo 2), bem como uma revisão histórica sobre as principais teorias do brincar e os autores de maior relevo neste contexto (Capítulo 3).

Distinguimos Ludoterapia diretiva de Ludoterapia não diretiva, enquadrando a Ludoterapia Centrada na Criança e o que a caracteriza (Capítulo 4). Debruçámo-nos

profundamente sobre os princípios que lhe são subjacentes e as questões mais práticas da técnica, dando exemplos concretos (Capítulo 5).

Dedicámo-nos aos elementos fundamentais do primeiro encontro do terapeuta com a criança, da aliança terapêutica daquele com a criança e com os pais, do estabelecimento do contrato terapêutico e das características essenciais ao profissional que trabalha com Ludoterapia Centrada na Criança (Capítulo 6). Caracterizámos o *setting* e os materiais utilizados, percebendo o seu valor simbólico como mediadores nesta técnica (Capítulo 7).

Dedicámos um capítulo aos aspetos mais práticos da técnica (Capítulo 8), procurando perceber como deve o terapeuta agir em momentos específicos das sessões, como deve compreender o brincar da criança e a forma como esta interage (ou não) com ele, quais as principais características das respostas terapêuticas e a importância de estar atento aos temas que vão surgindo no brincar da criança. Abordámos também as principais questões do término do acompanhamento terapêutico.

Por fim, dedicámo-nos a três outros contextos em que o brincar pode tornar-se um instrumento fundamental – o Ludodiagnóstico (Capítulo 9), a Ludoterapia Filial (Capítulo 10) e o brincar em contexto escolar (Capítulo 11).

Acreditamos que este livro irá colmatar a lacuna existente na literatura técnica portuguesa de Psicologia sobre a temática do brincar, especificamente sobre a sua utilização na Psicoterapia infantil. No contexto internacional, encontrámos autores de grande relevo, que se dedicaram ao desenvolvimento, à investigação e à validação desta técnica. São referências fundamentais nas quais nos baseámos para a elaboração desta obra e fizemos questão de incluir um apanhado histórico da forma como a Ludoterapia foi evoluindo desde os primórdios da utilização do brincar no contexto psicoterapêutico até aos dias de hoje.

Os psicólogos portugueses que trabalham ou pretendem vir a trabalhar com crianças dispõem, agora, de um instrumento para fundamentarem e desenvolverem a sua abordagem terapêutica, quer a nível teórico, quer a nível prático.

Posfácio

Começamos por realçar que a leitura da presente obra permitiu conhecer características da intervenção psicoterapêutica com crianças (Ludoterapia) e, conseqüentemente, sensibilizou o leitor para os benefícios e as potencialidades deste tipo de ajuda psicológica, tornando-se uma boa introdução a esta prática.

A Psicoterapia é uma intervenção psicológica “que tem por base o estabelecimento de uma relação interpessoal na qual o tipo e a qualidade da comunicação são dois fatores fundamentais para que aconteça uma mudança expectável” (Nunes, Brites & Hipólito, 2010, p. 200). Na intervenção ludoterapêutica, é essencial que o psicoterapeuta tente compreender de uma forma holística o mundo da criança, expressa através do brincar.

Como é evidente nesta obra, a manifestação do sofrimento do adulto e a demonstração do sofrimento da criança têm códigos expressivos muito diferentes. O adulto utiliza, sobretudo, as linguagens verbal e não verbal; a criança exprime-se, preferencialmente, através da atividade simbólica centrada no brincar. Esta especificidade impõe que, na interação, o terapeuta compreenda e domine essas linguagens e tenha também a capacidade de expressar, de forma clara, o simbólico da criança (discurso verbal, não verbal e lúdico) numa linguagem acessível ao seu entendimento. Como refere Brites (2002, p. 74): “A intervenção com crianças possui o outro lado, a descoberta fascinante de outras formas de ver o mundo, sentir o mundo, experienciar cada pedacinho da realidade de forma quase incompreensível para os adultos.”

A iniciativa de pedir ajuda psicológica surge, na maioria das vezes, da parte dos pais ou dos professores, que, perante a manifestação de sintomas dolorosos ou perturbadores no funcionamento da criança, sentem necessidade de uma intervenção especializada. Uma das atitudes que deve ser mantida, por parte do psicoterapeuta, é a de respeito pelo sintoma, na medida em que este assume uma função mediadora no

desenvolvimento do contacto psicológico. Não é a criança que pede ajuda diretamente, mas são, isso sim, os sintomas que desencadeiam o processo e abrem a possibilidade de se estabelecer uma relação estruturante gradual, num clima de acolhimento e de cuidado incondicional. A função do terapeuta será a de dar resposta a estes sintomas, convicto de que estes têm uma função de proteção relativamente a uma maior desorganização, mas que, à medida que a terapia evoluir, desaparecerão naturalmente, por já não fazerem falta (Hipólito, 2011).

Uma das especificidades da Ludoterapia Centrada na Criança é a confiança que o terapeuta deposita na capacidade de auto-organização da pessoa, isto é, uma tendência à hipercomplexificação do organismo que vai no sentido do crescimento, da maturação, da atualização das potencialidades e, conseqüentemente, da mudança estruturante. O terapeuta, através da manutenção de um conjunto de atitudes relacionais que exprimem essa confiança, facilita esse processo de autocura da criança (Nunes, Brites & Hipólito, 2018). Este pressuposto levou Carl Rogers a desenvolver um modelo específico de intervenção terapêutica, designando-a, inicialmente, por orientação não diretiva e, posteriormente, por terapia centrada no cliente.

Finalizamos reiterando a importância deste livro, pois consideramos que a sua leitura poderá suscitar um aprofundamento desta perspetiva terapêutica no quadro da Ludoterapia Centrada na Criança.

Prof.^a Dr.^a Odete Nunes

Presidente da Associação Portuguesa de Psicoterapia Centrada na Pessoa e Counselling (APPCPC)
e Professora Associada da Universidade Autónoma de Lisboa

Referências Bibliográficas

- Brites, R. (2002). Estórias mal-aprendidas – A intervenção ludoterapêutica numa criança com dificuldades de aprendizagem. *A Pessoa Como Centro – Revista de Estudos Rogerianos*, 9-10, 74.
- Hipólito, J. (2011). *Auto-organização e complexidade – Evolução e desenvolvimento do pensamento rogeriano*. Lisboa: EdiUAL.
- Nunes, O., Brites, R., & Hipólito, J. (2010). Empowerment e relação terapêutica: Dupla perspetiva. *Revista PSIQUE*, VI, 199-206.
- Nunes, O., Brites, R., & Hipólito, J. (2018). Psicoterapia Centrada no Cliente. In I. Leal (Coord.), *Psicoterapias* (pp. 115-131). Lisboa: Pactor.