

## **Hearing the unspoken. Non-directive play therapy in the process of supporting a child experiencing difficulties.**

Usłyszeć niewypowiedziane. Niedyrektywna terapia zabawą w procesie wsparcia dziecka przeżywającego trudności.

**Anna Tuchowska-Chmura & Nina Ambroziak**

"Birds fly, fish swim and children play," were the words uttered by Garry Landreth, emphasising the natural and universal nature of play in a child's life.

Children use this playful activity to better understand the world around them and the events they encounter. These events can range from the fun and positive to the difficult, which can overwhelm a child and prevent harmonious development. These can include, for example, all kinds of trauma (caused by illness, an accident, the death of someone close, a sudden move or, as has been so difficult in recent years, war), anxiety of various origins, pre-school or school stress, difficulties in relationships with peers. There can be many more situations carrying anxiety.

It is difficult to argue with science, which over the years has unequivocally emphasised the value of play in a child's life. It is during play that children build their self-awareness and awareness of the world around them. It is through play that they are able to express what they cannot yet put into words.

In the play therapy process, the child has the opportunity to use a wide range of props (toys, figurines, puppets, various artistic means, sand, clay, etc.) as well as forms of artistic activity (movement, dance, music, painting, drawing, creating stories and narratives, creative visualisation, etc.). All of this is in order to be able to process as fully as possible what is happening in and around them. The active presence of a suitably trained therapist allows the child's innate capacity for self-regulation and self-determination to be strengthened.

In my therapeutic work with children, I have had the privilege of being both a companion and a witness to how children learn to recognise and express their feelings, modify their behaviour and develop skills to resolve various difficulties.

The proposed e-poster will present, among other things, anonymised examples of finished work as well as activities undertaken by children as part of the play therapy process.

### **Usłyszeć niewypowiedziane. Niedyrektywna terapia zabawą w procesie wsparcia dziecka przeżywającego trudności.**

„Ptaki latają, ryby pływają a dzieci się bawią” słowa te wypowiedział Garry Landreth podkreślając naturalny i uniwersalny charakter zabawy w życiu dziecka.

Dzieci wykorzystują tę aktywność zabawową do tego by lepiej zrozumieć otaczający je świat jak i spotykające je wydarzenia. Te mogą mieć różnorodny charakter – od tych wesołych będących źródłem pozytywnych przeżyć po te trudne, niejednokrotnie wręcz przytłaczające dziecko i uniemożliwiające mu harmonijny rozwój. Możemy do nich zaliczyć przykładowo wszelkiego rodzaju traumy (powodowane przez chorobę, wypadek, śmierć kogoś bliskiego, nagłą przeprowadzkę czy jakże trudne w ostatnich latach wydarzenie wojny), lęki różnego pochodzenia, stres przedszkolny lub szkolny, trudności w relacjach z rówieśnikami. Sytuacji niosących ze sobą niepokój może być o wiele więcej.

Trudno dyskutować z nauką, która na przestrzeni lat w sposób jednoznaczny podkreśliła wartość zabawy w życiu dziecka. To właśnie podczas niej dzieci budują swoją samoświadomość oraz świadomość świata wokół siebie. To przez zabawę są w stanie wyrazić to, czego nie potrafią jeszcze ująć w słowa.

W procesie terapii zabawą dziecko ma możliwość skorzystania z szerokiego wachlarza rekwizytów (zabawki, figurki, pacynki, różnorodne środki artystyczne, piasek, glina itp.) jak i form aktywności artystycznej (ruch, taniec, muzyka, malowanie, rysowanie, tworzenie opowiadań i narracji, kreatywna wizualizacja itp.). Wszystko po to by w jak najpełniejszy sposób móc przetworzyć to co dzieje się w nich jak i wokół nich. Aktywna obecność odpowiednio przeszkolonego terapeuty pozwala na to by wzmocnić w dziecku jego wrodzoną zdolność do samoregulacji i samostanowienia.

W swojej pracy terapeutycznej z dziećmi mam zaszczyt być zarówno towarzyszem jak i świadkiem tego jak dzieci uczą się rozpoznawać i wyrażać swoje uczucia, modyfikują swoje zachowania oraz rozwijają umiejętności rozwiązywania różnych trudności.

Proponowany poster będzie prezentował między innymi zanonimizowane przykłady gotowych prac jak i aktywności podejmowanych przez dzieci w ramach procesu terapeutycznego play therapy.

## **Biography**

**Anna Tuchowska-Chmura** is Master of Pedagogy in the field of social and welfare pedagogy and family pedagogy. Certified play therapist and creative art therapist. Member of Play Therapy International. Member of the Association of Polish Art Therapists KAJROS. Her field of interest includes topics related to parenting, pedagogy, psychology and art therapy. Professionally associated with the Ignatianum University in Krakow where she teaches students in the following subjects: designing support for children with special educational needs; introduction to non-directive play therapy; art therapy in shaping social competences. She is passionate about working with pre-school and early school age children for whom she provides therapy using child-centred non-directive play therapy.

Privately, a mum of two with whom she loves to spend time on creative activities and play. Lover of mountains, photography, children's books and sewing.

## **Recent publications and conference presentations**

Tuchowska-Chmura, A. Presentation: Family assistant - a new profession in the Polish system of family support. Conference organised by the pedagogical faculty of the Catholic University of Ruzomberk: Current issues, perspective and developing trends in education, health care and social work with marginalised groups.



EUROPEAN CONSORTIUM  
OF ARTS THERAPIES  
EDUCATION

17TH EUROPEAN ARTS  
THERAPIES CONFERENCE  
11-14 SEPTEMBER 2024  
GENT, BELGIUM

Youth and medial reality. Educating for the critical reception of content promoted by the press. In: In the labyrinth of upbringing. Educational challenges in interdisciplinary terms. B. Stańkowski, M. Szpringer, Kraków 2013