

: ARTIGO

A LUDOTERAPIA E A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR: REFLEXÕES DE UMA EDUCADORA DE INFÂNCIA.

Catarina Homem . Educadora de infância

Existe uma forma de terapia destinada a crianças que usa o brincar como forma de ajudar os mais pequenos a resolver situações ou dificuldades: a ludoterapia.

A palavra ludoterapia é derivada da palavra inglesa *play-therapy*, podendo ser literalmente traduzida como terapia pelo brincar. No entanto, este brincar é diferente do brincar que a criança tem em casa ou com os amigos na creche.

Podemos definir a ludoterapia como "... uma relação interpessoal dinâmica entre a criança e um terapeuta treinado em ludoterapia que providencia a esta um conjunto variado de brinquedos e uma relação terapêutica segura de forma que possa expressar e explorar plenamente o seu *self* (sentimentos, pensamentos, experiências, comportamentos) através do seu meio natural de comunicação: o brincar." (Landreth, 2002, p. 16).

Em primeiro lugar a criança encontra-se com um ludoterapeuta que está treinado para promover durante a sessão um ambiente de aceitação, empatia e compreensão.

Depois, o brincar de que aqui falamos não é semelhante ao brincar em que geralmente observamos as crianças, uma vez que a ludoterapia simplesmente se apropria do brincar enquanto gesto natural da criança para exprimir as suas preocupações em reacção a situações de vida, utilizando objectos familiares à sua volta para compreender situações de *stress* ou novas aprendizagens.

Na sala de ludoterapia, é a criança que conduz a brincadeira, quando quer e como quer, escolhendo os brinquedos. Não se parte do princípio de que se vai transformar a criança ou fazer coisas para ela. O ludoterapeuta está com a criança plenamente, utilizando os seus conhecimentos e técnicas para compreender a criança, através do seu próprio olhar. Será como perguntar: "Como sente as coisas aquela criança?"

Não tentará resolver os seus problemas, mas sim compreender a criança.

Assim, podemos encarar a ludoterapia para as crianças como a psicoterapia para os adultos. As crianças poderão sentir dificuldades na expressão das suas emoções e em com-



preender o impacto que estas têm na sua vida. É frequente não saberem o que sentem nem como as controlar, uma vez que ainda não estão suficientemente desenvolvidas ao nível emocional, cognitivo e linguístico.

No entanto, estando na presença de um adulto que as tenta compreender de forma empática, proporcionando segurança e utilizando brinquedos seleccionados e que

possibilitam a sua expressão emocional criativa, dá-se um passo para a expressão e exploração do seu *self* – sentimentos, pensamentos, experiências, comportamentos, dificuldades, que vão potenciar a mudança terapêutica.

Nesta exploração, a criança enfrenta os seus sentimentos de frustração, agressividade, medo, insegurança, confusão, entre tan-



: ARTIGO

tos outros, aprendendo a controlá-los ou a abandoná-los, ao mesmo tempo que vai percebendo que é uma pessoa autónoma e com direito a sentir todas essas emoções.

Assim, o brincar é a forma natural de a criança se expressar, tal como falar é a forma natural de o adulto se expressar. Na sala dos brinquedos, estes são usados como palavras e o brincar é a linguagem da criança.

Percebemos a importância do brincar para a criança, não só pela sua utilização num contexto terapêutico, mas também pela importância da brincadeira em todas as dimensões da vida da criança.

Mas em que consiste, de facto, o brincar?

Uma ideia difundida popularmente limita o acto de brincar a um simples passatempo, sem funções mais importantes que entreter uma criança com actividades divertidas. Sabe-se actualmente que esta ideia está completamente errada.

Bergman (1998) afirma que o brincar é uma forma de linguagem. A maior parte das características desta linguagem pode ser constatada logo nos primeiros contactos das crianças com os seus pais ou com aqueles que cuidam delas. As mães ou as pessoas responsáveis pelos cuidados dos bebés ajudam-nos a brincar, desde muito pequenos, quando interagem com eles. Através de uma atitude e de uma linguagem segura, esses adultos estabelecem com os bebés laços de confiança que possibilitam o início do brincar.



Este é considerado como uma linguagem, uma vez que permite às crianças comunicar com as outras pessoas e iniciar a compreensão, desde muito cedo, de que podem suportar e representar a ausência temporária das pessoas que amam, substituindo-as pelas primeiras brincadeiras.

O processo do brincar é apreciado tal como é pela criança e o produto final do brincar não é o mais importante desta actividade.

A maioria dos adultos é capaz de expressar sob a forma verbal os seus sentimentos, frustrações e angústias; no entanto, a criança, por ainda não ter facilidade cognitiva e



«Há meninos que não sabem onde há médicos». Manuel

verbal, utiliza os brinquedos como palavras. Podemos mesmo dizer que quando a criança brinca, o seu ser está totalmente presente. Entende-se então que o brincar é realmente uma forma de actividade complexa, que envolve a criança física, mental, social e emocionalmente, revelando os seus sentimentos, experiências e reacções a essas mesmas experiências (desejos, receios, percepção de si própria, entre outros).

Através do brincar, a criança conhece o Mundo, e com ele, conhece as pessoas, as relações e regras sociais; pode imitar o adulto, expressando conflitos, além de, ao brincar, serem transmitidos conhecimentos educacionais e este ser igualmente um indicativo do desenvolvimento da criança: as brincadeiras duma criança podem ser indicativas de alguma dificuldade ou desenvolvimento tardio em determinado aspecto, visível aos pais e outros adultos que contactam diariamente com a criança.

O brincar está muito presente no dia-a-dia duma educadora de infância. É o instrumento principal pelo qual as crianças aprendem coisas novas e crescem a cada dia, a todos os níveis: cognitivo, emocional, linguístico, social e motor. É imprescindível haver este espaço para que as crianças se possam desenvolver.

Além de fonte de lazer, o brincar é simultaneamente fonte de conhecimento. É esta dupla natureza que nos leva a considerar o brincar como parte integrante da actividade educativa, sobretudo no pré-escolar. Infelizmente, a brincadeira começa a ganhar cada vez menos importância, à medida que as crianças crescem, começando a haver cada vez mais exigências a nível intelectual.

No dia-a-dia da sala de creche, o brincar, para além de possibilitar o exercício daquilo que é próprio no processo de desenvolvimento e aprendizagem, possibilita situações em que a criança constitui significados, sendo uma forma de assimilação dos papéis sociais e de compreensão das relações afectivas que ocorrem no seu meio, assim como para a construção do conhecimento.

O jogo e a brincadeira são sempre situações

em que a criança realiza, constrói e se apropria de conhecimentos das mais diversas ordens. Eles possibilitam, igualmente, a construção de categorias e a ampliação dos conceitos das várias áreas do conhecimento.

Num contexto de creche (neste caso, 2 e 3 anos), as crianças brincam imenso ao longo do dia, tanto mais quanto lhes for dado espaço para isso. É também curioso perceber que, num grupo alargado de crianças, há algumas que procuram bastante a atenção do adulto e brincar com ele, enquanto outras se envolvem completamente nas brincadeiras, individualmente e em grupo.

Cabe ao educador mediar estas situações, aproveitando para interagir e transmitir conhecimentos através da brincadeira que ali se desenrola, uma vez que o lúdico possibilita uma das actividades mais significativas para a aprendizagem. Diríamos até a mais significativa!

Nesta faixa etária, as crianças já desenvolveram capacidades emocionais e cognitivas para incluir outras pessoas nas suas brincadeiras. Anteriormente, brincavam ao lado do outro, mas não com o outro. E é percebendo a presença do outro que começam a ser

criadas e respeitadas as regras. Conviver com outra pessoa exige que se respeitem limites: os limites impostos pelo outro.

Surgem por isso alguns conflitos, sendo que é nesta fase que cresce nas famílias a preocupação com a possibilidade de o seu filho ser uma criança violenta. Normalmente não há motivo para preocupação, as crianças estão apenas a crescer e a aprender cada vez mais sobre o comportamento humano!

A imaginação começa a dominar e brincam muito ao faz-de-conta. Representam papéis, recriam situações, agradáveis ou não. Quando a criança recria estas situações, fá-lo duma forma que ela é capaz de suportar, não correndo riscos reais. É comum ver, por exemplo, uma criança que é a “mãe” ralar com o bebé – “Senta-te bem na cadeira! E come a papa toda!” –, à semelhança do que ela experimenta na realidade.

Através do faz-de-conta, a criança traz para perto de si uma situação vivida, adaptando-a à sua realidade e necessidades emocionais. Percebemos então a importância das brincadeiras na casinha e na garagem, como os “pais e as mães”, o “médico”, o “supermercado”, “a oficina”, entre tantas outras.



: ARTIGO



Portanto, a brincadeira e as situações de jogos são fundamentais para a vida saudável da criança e, por que não dizê-lo, para o adulto também.

Pode-se em relação a isto acrescentar que, envolvidos em brincadeiras com as crianças, os adultos sentem-se igualmente divertidos, mais descontraídos e felizes, o que é benéfico para o clima e ambiente na sala, onde deve existir cumplicidade e harmonia. E é igualmente benéfico para os adultos como pessoas, se pensarmos no conceito de *playfulness*, associado, entre outros, ao bom humor, capacidade lúdica e descontração. Algo que deveríamos manter como seres humanos depois da infância!

Como forma de conclusão, é importante salientar mais uma vez a importância do brincar e do lúdico, que começam a ter cada vez mais relevância, apesar de ainda haver um grande caminho a percorrer.

Não só educadores e outros profissionais que trabalham com crianças, mas também os pais ajudariam bastante os seus filhos ao serem esclarecidos e orientados sobre a necessidade de brincar com as crianças.

Como educadores de infância, é importante contribuímos para esta mudança, alertando os pais e os outros profissionais sobre estas questões, começando a construir um caminho para que, cada vez mais, as crianças possam ser

compreendidas da forma que elas melhor são capazes de se expressar: através do brincar.



FONTES

Bergman, Ana. *Educação Infantil I* - Coleção Vitória-Régia. Campina Grande do Sul: Lago, 1998

Axline, V., «La terapia del juego en el metodo no-directivo». In Bierman (ed.), *Tratado de Psicoterapia Infantil*, Vol. 1 (pp. 205-211). Barcelona: Espax, 1973.

Center for Play Therapy, University of North Texas - www.centerforplaytherapy.com;

Garry L. Landreth, *Play Therapy: the Art of Relationship*, Nova Iorque: Brunner-Routledge, 2002, 2.ª edição.

<http://www.guiadafamilia.com/guiadospequenos/tema.php?id=10358>;

<http://www.toquinha.com.br/aimportanciadobrinca.htm>.