

## การบำบัดด้วยการเล่น

### ความหมาย

การบำบัดด้วยการเล่น (Play Therapy) หมายถึง การใช้การเล่นช่วยวินิจฉัย และรักษาปัญหาทางจิตหรือปัญหาพฤติกรรมอื่นๆ ของเด็ก ที่บอกปัญหาของตัวเองไม่ค่อยได้ แต่จะแสดงออกในสิ่งที่คิดผ่านของเล่นต่างๆ มากกว่า เป้าหมายของการบำบัดด้วยการเล่น ช่วยให้เด็กเรียนรู้ว่าจะแสดงออกและแก้ปัญหาของตนได้อย่างไร

การเล่นในที่นี้ หมายถึง การเล่นที่มีอุปกรณ์ในการเล่น มากกว่าจะเป็นการเล่นโดยไม่มีของเล่น

### ความเป็นมา

รากฐานของการบำบัดด้วยการเล่นมาจากทฤษฎีจิตวิทยาวิเคราะห์ของฟรอยด์ และการช่วยเหลือคนไข้แบบดั้งเดิม ซึ่งลิตเติ้ล ฮันส์ (Little Hans) นำมาใช้ในการช่วยเหลือเด็กที่มีความกลัวอย่างรุนแรง (phobia) ส่วนฮักเทลมัทธ (Hugtellmuth) เป็นบุคคลแรกที่นำเอาทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์มาใช้บำบัดกับเด็กอายุต่ำกว่า 7 ปี แล้วพบว่าวิธีนี้ใช้ได้กับเด็กที่มีปัญหาทางการสื่อสาร ความสนใจสั้น และขาดความอดทนที่จะพูดนานๆกับนักบำบัดต่อมาปลาย ค.ศ. 1920 ทั้ง เมลานี ไคลน และแอนนา ฟรอยด์ (Melanie Klein and Anna Freud) ก็ได้นำเอาวิธีบำบัดด้วยการเล่นนี้มาใช้บ่อยที่สุด (ดังภาพ)



แอนนา ฟรอยด์ย้ำถึงความสำคัญของการเล่น ในการสร้างสัมพันธภาพของการบำบัด ทั้งยังเน้นถึงความจำเป็นด้านการแปลความหมาย อย่างไรก็ตามก็มีวิธีการบำบัดด้วยการเล่นตามแนวเดิมแบบที่ใช้กับผู้ใหญ่โดยการทำจิตวิเคราะห์ด้วยการให้เล่นอย่างอิสระ ทำนองเดียวกับการทำจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์ที่ใช้คำพูดในการเชื่อมโยงความสัมพันธ์อย่างอิสระ (free association) และทำให้นักบำบัดสามารถสังเกตและตีความสำคัญของความหมายที่เด็กแสดงออกในขณะที่เล่นแล้วไปเชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมของเด็ก

ในยุคต่อมา ออตโต แรงค์ (Otto Rank) เป็นบุคคลสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพของการบำบัด แรงค์ ย้ำถึงความสำคัญของอารมณ์ระหว่างเด็กและนักบำบัด ทั้งให้ความสำคัญกับความรู้สึกทั้งการกระทำของเด็กในขณะนั้น ในปี ค.ศ. 1940 และ ค.ศ. 1950 เวอร์จิเนีย แอกซ์ไลน์ (Virginia Axline) ได้นำเอาวิธีการบำบัดที่ยึดคนไข้เป็นศูนย์กลางของคาร์ล โรเจอร์ (Carl Rogers) มาปรับใช้กับการบำบัดด้วยการเล่น อย่างไรก็ตามงานของแอ็กซ์ไลน์ยังคงเป็นวิธีหนึ่งของการบำบัดด้วยการเล่นในปัจจุบัน จะใช้การพยากรณ์จากความเชื่อที่ว่าตัวเด็กเองมีความสามารถที่จะแก้ปัญหาความเชื่อมั่นทางอารมณ์ ในทัศนะของแอ็กซ์ไลน์ งานของนักบำบัดด้วยการเล่น คือ การจัดหาเงื่อนไขดีๆ ภายใต้อารมณ์การเติบโตของเด็ก และพัฒนาการจะเกิดขึ้น ง่ายๆ ของแอ็กซ์ไลน์ กลายเป็นมาตรฐาน การบำบัดด้วยการเล่นแบบไม่ชี้แนะ (nondirective play therapy) วิธีนี้จะรวมเอาการพัฒนาความสัมพันธ์ทางอันอบอุ่น การยอมรับ การยินยอม หรือการให้อำนาจในการแสดงออกอย่างเต็มที่ การสะท้อนความรู้สึก และการให้เด็กรับผิดชอบต่อการเลือกและกำหนดเวลาตลอดจนการกำหนดบทบาทในการเล่น

## ผลของการบำบัดด้วยการเล่นต่อพัฒนาการ

ประสิทธิภาพของการบำบัดด้วยการเล่นจะมีผลโดยตรงกับระดับพัฒนาการ และความสามารถของเด็ก โวลท์แมนน์ (Woltmann, 1964) เน้นว่าการเล่นทำให้เด็กแสดงออกถึงสถานการณ์ที่ไม่สบายใจหรือความขัดแย้งและความสับสน การทำเช่นนั้นจะช่วยให้เด็กเข้าใจตนเอง และความสัมพันธ์ที่มีต่อโลกรอบๆ ตัวเด็ก ความสำเร็จของการบำบัดด้วยการเล่น คือความเชื่อที่ว่าความคิดฝันและการเล่น เป็นสิ่งที่เด็กสามารถควบคุมได้ เช่น การขับรถ การบินไปในอวกาศ ฯลฯ การสลัดบทบาท ได้แก่ นักเรียน การเป็นครู การแสดงความเกลียดชังออกมาได้โดยไม่ต้องถูกลงโทษ โวลท์แมนน์เชื่อว่าการบำบัดด้วยการเล่นช่วยให้เด็กขจัดความรู้สึกผิดได้ หรือการตกเป็นเหยื่อทางอารมณ์ของผู้ที่ตนไม่มีทางสู้

แคปแลนด์ และแคปแลนด์ (Capland and Capland, 1974) ได้อธิบายเหตุผลเพิ่มเติมถึงการเล่นอย่างอิสระว่า เหตุผลเกี่ยวกับประสิทธิภาพของการบำบัดด้วยการเล่นว่าธรรมชาติของการเล่นอย่างอิสระ จะช่วยให้เด็กสนใจ และรู้สึกผ่อนคลายต่อการต่อต้านที่จะเกิดขึ้น เด็กจะมีอิสระในการแสดงออกด้วยตนเองโดยไม่ต้องกลัวการพิจารณาการตอบสนองหรือการแก้แค้น โดยกระบวนการที่ผ่านความคิดฝันซึ่งเขาสามารถควบคุม หรือบังคับสิ่งแวดล้อมโดยไม่ต้องแข่งขันกับใคร ประการสุดท้ายการบำบัดด้วยการเล่นจะช่วยให้เกิดพัฒนาทั้งการเล่นของเด็ก และความสามารถในทางความคิดและทางสติปัญญา

## การประยุกต์ใช้การบำบัดด้วยการเล่น

การเลือกสื่อที่จะนำมาใช้ในการเล่น ก็เป็นสิ่งสำคัญยิ่งของการบำบัด กัมเมอร์ (Gummer, 1984) กล่าวว่า ของเล่นควรจะทนทาน ไม่แพง และปลอดภัย และควรทำกิจกรรมการเล่นได้หลายแบบ เช่น การเล่นดินเหนียว และการระบายสี ของเล่นควรจะ

กระตุ้นการสื่อสารระหว่างเด็ก และนักบำบัด ได้แก่ โทรศัพท์ หุ่นมือ ของเล่นบางอย่างควรเลือกให้เหมาะสมที่จะรองรับความก้าวร้าว เช่น ปืนของเล่น หรือ ตุ๊กตาทหาร นอกจากนี้ ของเล่นควรจะต้องเกี่ยวข้องกับรูปแบบที่ไม่กำหนดตายตัว เช่น บอร์ดเกม หรือ หนังสือที่มีช่องว่างสำหรับให้แสดงความคิดสร้างสรรค์ โดยการต่อเติมจากของเล่นที่มีไว้ให้ แอ็กซีไลน์ (1947) ยังระบุว่าของเล่นที่มีในครอบครัวยุคใหม่ รถมอเตอร์ไซด์และกระดานหมากรุก - ทราย

ในยุคนี้การบำบัดด้วยการเล่นได้ขยายกว้างขวางออกไปทั้งจำนวนแหล่งที่ให้บริการผู้เข้าร่วมและ

เทคนิคต่างๆ (Phillips and Landreth, 1995) ในปี ค.ศ. 1961 กิโนทท์ (Ginott) ได้พัฒนาวิธีการบำบัดด้วยการเล่นมาใช้เฉพาะบางเรื่อง โดยการเลือกของเล่น และเน้นถึงความสำคัญของข้อจำกัด

เดรคูลาและโซลทซ์ (Dreckura and Soltz, 1964) ใช้การบำบัดด้วยการเล่นเพื่อเน้นถึงธรรมชาติและเหตุผลที่ตามมาของพฤติกรรมของเด็ก

ไมริค และฮาลาดิน (Myrick and Haladin, 1971) ได้อธิบายถึงกระบวนการทางการเล่นว่า นักบำบัดจะเป็นผู้นำในช่วงเวลาสั้นๆ กว่าที่แอ็กซีไลน์ใช้ ทั้งมีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้ในโรงเรียน

ศรียา นิยมธรรม

### บรรณานุกรม

- Caplan, F, and Caplan, T. **The Power of Play**. N.Y : Ancher, 1974.
- Dreikura. R., Sottz, V. **Children : The Challenge**, N.Y. : Hawthorne, 1964.
- Ginott, H. **Group Psychotherapy with Children**. N.Y. : McGraw-Hill, 1961.
- Myrick, R., and Haldin, W. "A Study of Play Process in Counseling," **Elementary School Guidance and Counseling**, 5(4) : 256-263 ; 1971.
- Phillips, R. D., Landreth, G.L. "Play Therapists on Play Practices," **International Journal of Play Therapy**. 4(1) : 1-26 ; 1995.
- Sawicki, R.F. "Play Therapy," in **Encyclopedia of Special Education**. Vol.1 N.Y. : John Wiley and Sons, 1999.
- Schaefer, C. and O'Conner, R. **The Handbook of Play Therapy** N.Y. : Wiley, 1983.