

ÇOCUKLARDA OYUNUN VE OYUN TERAPİSİNİN TERAPÖTİK KULLANIMI VE İYİLEŞTİRİCİ ETKİLERİ: KAVRAMSAL BİR ANALİZ

Therapeutic Use and Healing Effects of Play and Play Therapy on Children:
A Conceptual Analysis

Reference: Teke, E. & Avşaroğlu, S. (2020). "Çocuklarda Oyunun Ve Oyun Terapisinin Terapötik Kullanımı Ve İyileştirici Etkileri: Kavramsal Bir Analiz", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 6(32): 1078-1087.

Uzm. Psikolojik Danışman. Esra TEKE

Necmettin Erbakan Üniversitesi, AK Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya/Türkiye
ORCID: 0000-0002-8436-2169

Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU

Necmettin Erbakan Üniversitesi, AK Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya/Türkiye
ORCID: 0000-0002-0953-2922

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, çocukluk çağı döneminde oyunun ve oyun terapisinin iyileştirici yönü ve önemini, kavramlar ve alanyazın ışığında belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda yapılan araştırmaların bulguları ve kavramsal düzeyde açıklamalarından yararlanılarak bir çerçeve belirlenmiştir. Çocukların yaşamlarındaki en önemli uğraşlardan biri oyundur. Oyun isteği ve davranışı artan yaşla değişim gösterse de çocukluk çağı döneminin en önemli gelişim sürecidir. Çocukların en temel gereksinimleri arasında yer alan oyun, onların bedensel; psiko-motor, sosyal, bilişsel ve dil gelişimine katkı sağlayarak gelişimlerini bir bütün olarak destekler. Aynı zamanda oyun, çocuğun ruhsal gelişimi açısından da ehemmiyet arz eder. Bu nedenle, oyunun tedavi edici ve geliştirici olarak kullanılması, istenilen amaca ulaşılabilmesi noktasında değerli bir adımdır. Çocuklar, yaşadıkları sıkıntılara çözüm üretmede zorluk çekebilme, kaygılarını, korkularını, yaşadıkları zorlukları ifade etmekte güçlük yaşayabilmekte ve bunları olumsuz davranışlar olarak yansıtabilmektedirler. Bu davranışlarından kendileri de rahatsız olan çocukların en büyük çıkmazları ise bunlara nasıl çözüm üreteceklerini ve nasıl ifade edeceklerini bilememeleridir. Çocukların yaşadıkları bu sıkıntıların üstesinden gelmelerinde, olumsuz davranışlarını tecrübe edip bu davranışları söndürmelerinde, aynı zamanda duyguları dışı vurmada oyun kolaylaştırıcı ve geliştirici bir işleve sahiptir.

Vaktinde çözülmemeyen problemlerin, ilerleyen zamanlarda daha karmaşık sıkıntılar olarak bireyin karşısına çıktığı düşünüldüğünde, yaşanan zorlukların vaktinde, yani o süreçte çözüme kavuşturulmasının önemi anlaşılabilir. Çocukların yaşadıkları sorunları oyun terapisi yolu ile çözüme ulaştırabilmesi ve oyun terapisi aracılığıyla pek çok olumlu beceriyi de kazanabilmesi bu çalışmanın ne derece değerli olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar kelimeler: Çocuk, oyun, oyun terapisi, iyileştirme.

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the curative aspect and importance of play and play therapy in childhood, in the light of concepts and literature. A framework has been determined by making use of the findings and explanations at the conceptual level of the researches conducted for this purpose. One of the most important occupations in children's lives is the play. Although the desire and behavior of the play varies with increasing age, it is the most important development process of childhood. The play, which is among the most basic needs of children, supports their development as a whole by contributing to psycho-motor, social, cognitive and language development. Besides, the play is important for the spiritual development of the child. Therefore, using the play as a therapeutic and developer is a valuable step in achieving the desired goal. Children may have difficulties in finding solutions to their problems, they may have difficulties in expressing their anxieties, fears, difficulties and reflect them as negative behaviors. The biggest dilemmas of children who are uncomfortable with these behaviors are that they do not know how to produce solutions and express them. Play has a facilitating and developing function for children to overcome these difficulties, experience negative behaviors and extinguish these behaviors, and also, expressing emotions.

Considering that the problems that cannot be solved on time will be faced by the individual as more complex problems in the future, the importance of resolving the difficulties experienced on time can be understood. The fact that children can solve their problems through play therapy and gain many positive skills through play therapy reveals how valuable this study is.

Keywords: Child, play, play therapy, treatment

1. GİRİŞ

Çocuğun yaşamının vazgeçilmezleri arasında yer alan oyun (Bekmezci & Özkan, 2015; Koçyiğit, Tuğluk & Kök, 2007) onun bedensel, psiko-motor, sosyal, bilişsel ve dil gelişimine katkı sağlamaktadır (Campos, Rodrigues & Pinto, 2010; Kargı, 2007; Öğretir, 2008). Aynı zamanda oyun, çocuğun ruh sağlığı açısından ve psikolojik problemlerine çözümler bulması yönünden de

ehemmiyet arz etmektedir (Doğanay, 1998; Gray, 2011; Özer, Gürkan & Ramazanoğlu, 2006). Bu bağlamda oyunun, tedavi aracı olarak kullanılması çocukla ilgili yapılan çalışmalarda istenilen amaca ulaşılabilmesi için önemlidir (Burns, 2016; McMahon, 2005).

Oyun, uzun sürelerle oturmaya ve yetişkinlerin beklediği gibi problemleri üzerine konuşmaya muktedir olmayan çocuğun (Yalom, 2014) kendi dünyasını açmasında önemli bir araçtır (Bekmezci & Özkan, 2015; Drewes & Schaefer, 2010; Göncü & Vadeboncoeur, 2017; Landreth, 2012; Oksal, 2004; Özer, Gürkan & Ramazanoğlu, 2006). Bu araç danışma sürecinde çocuğun sorunlarına çözümler bulmasında, olumsuz yaşam olaylarını deneyimlemesinde ve duygularını düzenleyebilmesinde önemli bir işlev göstermektedir (Gray, 2011; Kıran, Çalık & Esenay, 2013; Landeth, 2012; Whitebread, 2012). Bundan dolayıdır ki bu alanda çalışan ya da çalışacak olan uzmanların bu kıymetli aracı nasıl kullanacaklarını öğrenmeleri ve nihayetinde etkin bir şekilde kullanmaları yapılacak çalışmaların etkililiği için önem arz etmektedir. Bu çalışmada, çocukluk çağı döneminde oyunun ve oyun terapisinin iyileştirici yönü ve öneminin, kavramlar ve alanyazın ışığında belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan araştırmaların bulguları ve kavramsal düzeyde açıklamalarından yararlanılarak bir çerçeve belirlenmiştir.

2. OYUN

Oyun ile ilgili yapılan tanımlar, bakış açılarına ve odaklanılan özelliklere bağlı olarak farklılaşabilmektedir. Bu sebeple oyunla ilgili tek bir tanım yapmak güçleşmektedir (Çalışandemir, 2014). Literatürde oyunla ilgili tanımlar incelendiğinde pek çok farklı tanıma rastlamak mümkündür (Çoban & Nacar, 2010; Kıldan, 2001; Kıran, Çalık & Esenay, 2013; McMahon, 2005; Terr, 2000; VanFleet, Sywulak & Sniscak, 2010).

Oyun, amaçlı ya da amaçsız, kurallı ya da kuralsız bir şekilde çocuğun zevk alarak dahil olduğu ve onun bütüncül olarak gelişiminde rol oynayan, aktif bir öğrenme sürecidir (Kargı, 2007). Aynı zamanda oyun, çocuğun içinde bulunduğu andaki ve gelecek zamandaki ilişkilerini etkileyen, onun sosyal ve bilişsel yönden gelişimine katkı sağlayan tabii bir araçtır. Modern kuramcılar bu aracın niçin var olduğuna ve tanımına yönelik olarak açıklamalarda bulunmuşlardır. Bu kapsamda Psikanalitik Kuram içerisinde Freud, Ericson, Adler; Zihinsel Kuram içerisinde Piaget, Sosyo Kültürel Kuram içerisinde Vygotsky'in açıklamaları konuya ışık tutmaktadır (Öğretir, 2008).

Freud oyun ortamının bilinçdışının yansımalarını içeren bir yer, oyunun ise iyileştirici ve zihin temizleyici bir olgu olduğunu ifade etmiştir. Ericson oyunu, çocuğun psikososyal gelişiminin yansımalarını içeren bir aktivite olarak Piaget ise oyunu, çocuğun şemaları üzerinde küçük değişiklikler yaptığı, bu değişiklikleri uyguladığı ve var olan becerilerini sağlamlaştırdığı etkinlik olarak tanımlamıştır. Vygotsky'e göre ise oyun yeni şeylerin keşif alanıdır (Halimatov, 2017).

Literatürde oyunun, farklı tanımlarının (Ağbuğa & Aslan, 2010; Kargı, 2007; Landreth, 2012; Öğretir, 2008) yanı sıra farklı gruplarda değerlendirilen çeşitleri de (Çoban & Devecioğlu, 2011; Çoban & Nacar, 2010) bulunmaktadır. Yapılan son psikolojik çalışmalarda oyunun genel olarak beş grupta ele alındığı görülmektedir (Teber, 2015). Bunlardan ilki, atlama, turmanma, bisiklete binme, topla oynama gibi oyunları içeren fiziksel oyunlardır. İkincisi, dil, okuma-yazma, sayı ve görsel medyadan (resim çizim, kolaj) yararlanarak oynanan sembolik oyunlardır. Üçüncüsü, çocukların çeşitli sosyal rolleri canlandırdıkları ve deneyimledikleri dramatik oyunlardır. Dördüncüsü, çocukların çeşitli nesnelere kullanarak oynadıkları nesne oyunlarıdır. Beşincisi ise, özellikle gençlerin ilgilendikleri kurallı oyunlardır (Whitebread, 2012).

2.1. Oyun ve Çocuk

Oyun çocuğun yaşamı, dünyayı keşfetmesi, varoluşu; kısacası her şeyidir (Özer, Gürkan & Ramazanoğlu, 2006). Aynı zamanda oyun çocuğun başka kişilerden öğrenemeyeceği mevzuları kendi deneyimleri ile öğrenmesini sağlayan; psikolojik, fizyolojik ve sosyal içeriğe sahip bir olgudur (Kıran, Çalık & Esenay, 2013).

Oyun olgusu, çocukluğun ve çocuk kültürünün, en önemli karakteristiklerinden biridir. Çocuğun ve daha geniş bir perspektifte de çocukluğun anlaşılmasında önemli bir yaşamsal veri kaynağıdır (Bağlı, 2004).

Çocuğun gözüyle bakıldığı zaman oyun, onun en mühim uğraşısı, oyuncaklar ise en önemli aracıdır. Çocuğun gelişimsel olarak sağlıklı olabilmesinde beslenme, uyku gibi ihtiyaçları ne derece önemli ise oyun da o derece önemlidir (Bekmezci & Özkan, 2015). Oyun, çocuğun ana gereksinimlerinden ve vazgeçilmezlerindedir (Çankaya, 2014; Koçyiğit, Tuğluk & Kök, 2007; Mcmahon, 2005). Çocuğun vazgeçilmezleri arasında yer alan oyunun özellikleri ise şöyledir (Aksoy, 2019);

- ✓ Oyun, zoraki değildir ve çocuğun yaratılışına göre harekete geçer.
- ✓ Oyun sembolik, anlamlı ve değişime açıktır.
- ✓ Oyuncular oyunda aktif rol alırlar.
- ✓ Oyun zevklidir.

Oyun, çocuğa gelişimsel perspektiften yaklaşılabilesine ve çocuğun dünyasını anlaşılabilmesine olanak sağlar. Çocuk somut gerçekleri, yaşantılarını oyun yoluyla deneyimler. Bu durum çocuğun duygularını ifade etmesini ve keşfetmesini kolaylaştırır (Landreth, 2012).

2.2. Oyunun Çocuk İçin Önemi ve Çocuğun Gelişimine Etkisi

Yunan filozofu Eflatun, beden eğitilmesinde oyunun eğitsel değerine değinerek “Çocuk oyunla büyümelidir” der. İslam filozofu Ebu-Hamid Gazali, çocuk eğitiminde oyunun önemine vurgu yaparak, oyunun çocuğu dinlendirdiği, belleğini yenileyerek öğrenme gücünü arttırdığını söyler. İngiliz filozofu John Locke, çocuğun eğitim ve öğretiminde oyunun önemli bir yere sahip olduğunu söyler ve “Derslerin daha çekici olmasını istiyorsanız çocuğun ilk yaşlardaki oyun içgüdülerinden faydalanınız” der. Alman filozofu Karl Groos, oyunu yaşama hazırlayıcı bir alıştırmaya olarak değerlendirmiştir. Her canlının oyununun, kendi türünün doğal yaşam savaşı için bir ön alıştırmaya niteliğinde olduğunu söyler. Fransız yazar Michel de Montaigne, “Çocukların oyunu oyun değil, onların en gerçek uğraşısıdır” der (Yücel & Gündoğdu, 2012).

Oyun, çocuğun isteklerini, gayelerini dışa vurmasına aracılık eden, onu yaşama hazırlayan en önemli araçlardandır. Bu anlamda oyunlar, çocuğun eğitim ve kişilik gelişiminde mühim bir yere sahiptir. Ruhsal doyumda sağlayan oyun, fiziksel, sosyal, zihinsel, psikolojik ve duygusal yönden çocuğu etkiler ve gelişimine katkı sağlar (Özer, Gürkan & Ramazanoğlu, 2006).

Oyun, çocuğun olaylara farklı perspektiften bakmasını sağlayarak onun yeni şeyler keşfetmesini, duygularını açığa vurup fark etmesini, sosyal ilişkiler geliştirerek toplumsallaşmasını, ahlaki ve toplumsal kuralları öğrenmesini ve bunları oyun sürecinde deneyimlemesini, iletişim becerilerini geliştirmesini, kelime dağarcığını arttırmasını sağlar (Bekmezci & Özkan, 2015).

Çocuğun fiziksel gelişimi ve sağlıklı bir şekilde yetişmesi için sevgi, ilgi, bakım ve beslenme bir ihtiyaç ve gereksinim olduğu kadar oyun da önemli bir ihtiyaç ve gereksinimdir (Koçyiğit, Tuğluk & Kök, 2007). Oyunun çocuk gelişimine etkisine bakıldığında; çocuğun tüm gelişim alanlarına fayda sağladığı ve yaşam içerisinde çok mühim bir konunun olduğunu söylemek mümkündür (Bekmezci & Özkan, 2015; Özdenk, 2007).

2.2.1. Oyunun Çocuğun Ruh Sağlığına Etkisi

Oyun, çocuğun fiziksel dünya ile etkileşimini etkili kılan ve bu etkileşimi anlamlandırmasını sağlayan, hayal güçlerini yansıttıkları ve bunları gerçekleştirdikleri yerdir (Topuz, 2015). Oyun, çocuğun yeni bilgileri özümlediği, değişime cesaret gösterdiği, özerklik hissini yaşadığı, derinden tatmin duygusuyla dolduğu, kendiliğinden ve aktif bir süreçtir (McMahon, 2005).

Oyunun ruh sağlığı açısından çocuğa olan katkıları yadsınamaz. Çocukların ilgilerini, yönelimlerini fark etmelerinde ve yaşadıkları psikolojik zorlukları çözümlenmelerinde oyunlar büyük yarar sağlamaktadır. Aynı zamanda oyunlar çocukların kişiliğine yönelik pek çok detay da vermektedir.

Bu durum oyunun çocuğun ruh sağlığına yaptığı katkıyı da göstermektedir. Aynı zamanda çocuk olumsuz davranışları oyun süreci içerisinde deneyimleyebilir ve sonrasında bu davranışları kanalize edip yönlendirebilir (Doğanay, 1998).

Çocuk, oyun sürecinde gerçekten kopmadan rollerini sergiler, oyun sayesinde fantezileri ve gerçekler arasında bir köprü oluşturur, düşüncelerini geliştirir ve tecrübeler edinir (Gözalın, 2013).

Oyun, çocukların içsel ilgi ve yetkinliklerini geliştirmelerine, karar vermelerine, kendilerini kontrol etmelerine, kurallara uymayı ve duygularını düzenlemeyi öğrenmelerine, arkadaş edinme ve başkalarıyla eşit olarak anlaşmayı öğrenmelerine, neşeyi deneyimlemelerine yardımcı olarak ruh sağlığını geliştirmektedir (Gray, 2011).

2.2.2. Oyunun Çocuğun Diğer Gelişim Alanlarına Etkisi

Oyun, çocuğun fiziksel ve mental gelişime katkı sağlayarak duygu ve düşüncelerini aktarabilmesine olanak tanıyan bir etkinliktir. Aynı zamanda oyun, çocuğun yaşamının doğal bir parçası olarak görülmektedir. Oyun, çocuğun hareket gereksinimini karşılamakta; organları oyun aracılığıyla yorulmadan güçlenmektedir (Çoban & Nacar, 2010).

Oyun kuvvet, hızlilik, sağlamlılık gibi motorik niteliklerin gelişimine basamak oluşturmaktadır. Aynı zamanda kas ve iskelet sisteminin gelişmesini sağlayarak, düzgün bir duruş ve estetik kazandırmaktadır (Onay, 2008).

Oyun çocukların hislerinin kelimelerle ifadesini kolaylaştırır. Bu yönden oyun, çocuğun dil gelişimini destekleyerek kendisini özgür biçimde aktarabilmesine katkıda bulunur (Campos, Rodrigues & Pinto, 2010; Topuz, 2015). Çevresini araştırmasına, nesnelere bilmesine ve sorunlarını çözmesine olanak verir (Koçkaya & Siyez, 2017). Yeni şeyler öğrenme sürecine girmesini ve sağlıklı bir gelişim göstermesini sağlar (Burns, 2016).

Çocuk, oyun içerisinde oyunu kurallara göre oynamanın hazzını alır, insanlara karşı sevgi duyar, takdir edilme duygusunu tadar. Oyunla çocuk, duygusal tepkilerini düzenlemeyi, sorunlarından uzaklaşmayı, kendine güveni, sevinç ve haz almayı, sevgi ve beğenilme duygularını geliştirir. Bu da duygusal gelişim için önemli bir katkıdır (Akandere, 2004).

Çocuklar oyun aracılığıyla günlük yaşam içerisinde karşılaşabilecekleri pek çok davranış şeklini (girişken, saldırgan, utangaç) deneyimleme fırsatı bulmaktadırlar (Durualp & Aral, 2010). Aynı zamanda oyunla çocuk haklarını savunmayı, başkalarına saygı göstermeyi, birlikte hareket etmeyi öğrenmektedir. Bunun yanı sıra oyun çocuğun ait olma hislerinin gelişimini desteklemektedir (Beştaş, 2015).

2.3. Oyunun Terapötik Kullanımı ve İyileştirici Etkileri

Oyunun terapötik gücüne yönelik ilk tanımları yapan Schaefer, oyunun terapötik faktörlerini ifade etmiştir. Bunlar, kendini ifade etme, bilinçdışına erişme, doğrudan ve dolaylı öğrenim, duygusal boşalma, stres aşılama, olumsuz duyguların karşı şartlandırılması, katarsis, olumlu duygulanım, yüceltme, bağlanma ve ilişkiyi geliştirme, ahlaki yargı, empati, güç/kontrol, yeterlilik ve özdenetim, benlik algısı, hızlanmış gelişim, yaratıcı problem çözme, fantazinin dengelenmesi, gerçekliğin sınanması, davranışsal prova, dayanışma ilişkisi inşa etme, metaforlarla içgörü, fiziksel sağlık, kendini kontrol, sosyal yeterlilik (Schaefer & Drewes, 2013).

Oyun etkinlikleri sonucunda ortaya çıkan iyileştirme öyküsü terapötik faydaları da beraberinde getirmektedir. Buna göre, oyunlar olumlu duyguların meydana gelmesine olanak sağlayarak, olumsuz çağrışımları önlemekte, olumlu ilişkilerin kurulmasını kolaylaştırmakta, çocukların direnç göstermeden öğrenmelerine ve sürece katılmalarına olanak sağlamakta, yeni beceriler kazanmalarını mümkün kılmaktadır (Burns, 2016).

Oyun, çocukların nesnelere tanımasına, problemlerine çözümler üretmesine (Koçkaya & Siyez, 2017), sosyal davranışları deneyimlemelerine (Durualp & Aral, 2010), dil gelişimlerine (Campos, Rodrigues & Pinto, 2010), ihtiyaç ve gereksinimlerinin karşılanmasına (Koçyiğit, Tuğluk & Kök,

2007), hayallerini dışavurmalarına (Gözalın, 2013) katkı sağlamaktadır. Ayrıca oyun, çocukların sosyal ve bilişsel gelişimlerinin birçok alanını teşvik etmektedir (Bodrova, & Leong, 2005; Ginsburg, 2007).

İyileştirici faktörlerin yanısıra oyunun çocuklar için terapötik bir işleve de sahip olduğu görülebilmektedir. Çocuklar, oyun yolu ile korkularıyla yüzleşerek baş etme becerileri geliştirebilmekte, kaygılarını dışavurarak rahatlayabilmekte, hayallerini deneyimleyerek tatmin duygusu yaşayabilmektedirler. Bu sonuçlar, uzmanların oyunun iyileştirici gücünü 1900'lü yıllardan beri kullanmalarına zemin hazırlamıştır. Nihayetinde Oyun Terapisi adlı geniş bir bilim alanı meydana gelmiştir (Teber, 2015).

3. OYUN TERAPİSİ

Oyun terapisi, oyun aracılığıyla bireylerin yaşadıkları psikososyal zorlukları değerlendirmeyi, önlemeyi veya tedavi etmeyi içeren bir psikoterapi türüdür. Oyun terapisi, yetişkinlerle kullanılabilir de, en çok çocuklarda kullanılmaktadır (Morin, 2018). Çocukların, zorlu hayat koşullarıyla başa çıkmalarına ve problemlerine çözüm bulmalarına yardımcı olabilmektedir. Oyun terapisi, çocukların dünyasını anlamlandırmada oyunun bir iletişim aracı olarak kullanılmasını teşvik etmektedir (Cattanach, 2003).

Oyun terapisi, yaşamında başa çıkılması zor olan olaylar (ayrılıklar, kayıplar, istismar vb) ile mücadele etmek zorunda kalan, izole ve derin acılar yaşayan çocuklara müdahale edilmesine imkan tanır. Aynı zamanda dil becerileri gelişmemiş, dili kullanmakta güçlükler yaşayan çocuklarla tedavi sürecinin sürdürülmesine de imkan tanımaktadır. Bunun yanı sıra öğrenme güçlüğü ve gelişimsel gecikmeler yaşayan çocuklara da yardımcı olarak terapi sürecinin etkin bir şekilde yürütülmesinde aracılık eder (McMahon, 2005). Bu bağlamda oyun terapisi, terapisti ve terapi sürecini çocuğun seviyesine getiren bir yöntemdir (Lawver & Blankenship, 2008).

Oyun terapisinin terapi sürecinde kullanılması uzmanlık gerektirir. Bundan dolayı oyun terapisi bu konuda eğitim almış olan terapist ile bireyin oyun aracılığıyla kurduğu kendini ifade ve keşif süreçlerini içerir (Landreth, 2012). Bu süreçte oyun terapisinin öğelerini de bilmek ve terapi sürecinde bu öğelerden de yararlanmak önemlidir. Oyun terapisinin öğelerini, oyun odası, oyun odasındaki materyaller, terapist, çocuk, süreç ve terapötik ilişki oluşturmaktadır (Teke, 2019).

3.1. Oyun Terapisi ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Oyun terapisi ile ilgili alanyazın tarandığında ilk olarak Freud'un, oyunu psikoterapi sürecinde yardımcı bir araç olarak kullandığı görülmektedir (Halmatov, 2017). Tarihsel süreçte çocuğa yönelik terapi sürecine oyunun dahil edilmesi gerektiğinden söz eden ilk kişi Anna Freud'dur. İlk oyun terapisi yaklaşımları ise Melaine Klein ile birlikte geliştirilmiştir (Teber, 2015).

Oyun terapisi ile ilgili kuramsal yaklaşımlar gözden geçirildiğinde psikodinamik yaklaşımlar içinde psikoanalitik oyun terapisi, Jungian analitik oyun terapisi, Adlerian oyun terapisi, serbest bırakma oyun terapisinin; hümanistik yaklaşımlar içinde çocuk merkezli oyun terapisi, filial terapi, gestalt oyun terapisi, deneyimsel oyun terapisinin; sistemik yaklaşımlar içinde aile oyun terapisi, grup oyun terapisi, ekosistemik oyun terapisinin; gelişmekte olan yaklaşımlar içinde theraplay, çözüm odaklı oyun terapisi, grup oyun terapisi, bilişsel davranışçı oyun terapisi, anlatsal oyun terapisi, bütüncül oyun terapisi, vakaya özgü oyun terapisinin yer alabildiği görülebilmektedir (Schaefer, 2013).

Jungian analitik oyun terapisi, bireyleşmeyi amaç edinerek çocuğun kendini iyileştirme arketipinin ortaya çıkmasına yardım eder (Green, 2016). Adlerian oyun terapisti, çocuğun yaşam biçimine ilişkin iç görüşü kazanmasına ve ebeveynin kendilerine ve çocuklarına ilişkin içgörüyü kazanmasına, yapıcı ebeveynlik stratejilerini öğrenmesine katkı sağlar (Kottman, 2013). Çocuk merkezli oyun terapisi, çocukların doğal ifade vasıtaları olan oyunun terapötik bir müdahale aracı olarak kullanılmasını esas almaktadır (Bratton, Ray, Edwards & Landreth, 2016). Filial terapi (FT), oyun terapisini aile terapisi ile birleştiren özgün ve etkili bir müdahaledir (VanFleet, 2013). Deneyimsel Oyun Terapisi, çocukların dünyayla bilişsel bir şekilde değil, deneyimsel bir şekilde karşılaştığı

anlayışı üzerine kurulu bir yaklaşımdır (Norton & Norton, 2013). Theraplay, ebeveyn ve çocuk arasındaki bağlanmayı, benlik saygısını ve güveni arttırmayı amaçlayan yapılandırılmış bir oyun terapisi şeklidir (Munns, 2013). Bilişsel davranışçı oyun terapisi, çocuğun terapiye katılımını vurgulayarak kontrol, yeterlilik ve kişinin kendi davranışını değiştirme sorumluluğu üzerine eğilmektedir (Knell, 2013).

3.2. Oyun Terapisinin Kullanım Alanları ve İyileştirici Etkileri

Literatürde oyun terapisinin çalışıldığı sorunlar arasında zihinsel rahatsızlıklar ve davranışsal problemler (Lawver & Blankenship, 2008), travma (Locatelli, 2020), somatizasyon sorunları (Schottelkorb, Swan, Jahn, Haas & Hacker, 2015), travmatik kayıplar (Turner, 2020), geri çekilme, somatik şikayetler, anksiyete ve depresyon gibi içselleştirici davranış problemleri (Brandt, 2001) yer almaktadır. Ayrıca sosyal veya akademik başarı eksikliği, uyku sorunları, ayrılma veya boşanma durumları, arkadaş edinme sorunları, zorbalık, fiziksel, duygusal veya cinsel istismar dahil travma, kaybetme veya ölüm, bağlanma zorlukları, yeme bozuklukları, uygun olmayan duygusal tepkiler ve seçici mutizm gibi sorunlarda çalışma alanları içinde bulunmaktadır (Robinson, 2011).

İlgili yazın içerisinde oyun terapisinin etkililiğine dair pek çok araştırmaya rastlamak mümkündür (Jones & Landreth, 2002; Soltanifar, Jafarzadeh Fadaki, Modarres Gharavi, & Mokhber, 2012). Yapılan çalışmalarda oyun terapisi sonrasında bireylerin anksiyete, depresyon, dikkat eksikliği, sosyal içe dönüklük problemlerinde, agresif ve saldırgan davranışlarında (Candan, 2017), sosyal kaygı düzeylerinde (Teke & Sürücü, 2020), davranışsal sorunlarında (Montemayor, 2014) belirgin azalmalar görülmüştür. Ayrıca dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkili duygu ve davranışlarında olumlu yönde gelişme olduğu (Abdollahian, Mokhber, Balaghi & Moharrari, 2013; Ray, Schottelkorb & Tsai, 2007; Zorlu, 2016) bulgulanmıştır. Bunların yanı sıra araştırmalarda, oyun terapisi sonrasında bireylerin anksiyete ve intihar riskinde (Shen, 2002), depresyon düzeylerinde (Lin & Bratton, 2015), saldırganlık, kural ihlali davranışında (Ritzi, Ray & Schumann, 2017), suçlu davranışlar ve ebeveynlerin stres düzeylerinde azalmanın olduğu saptanmıştır (Brandt, 2001).

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Günümüzde oyunun önemine yapılan vurgunun arttığını ve oyun terapisi alanının hızla geliştiğini, gerek eğitimler gerekse basılı materyaller yoluyla bu alanlardaki çalışmaların teşvik edildiğini söylemek mümkündür. Araştırmalar, oyunun ve oyun terapisinin çocukların duygusal ve davranışsal problemlerinin çözülmesinde olumlu etkilerinin olduğunu ortaya koymaktadır (Axline, 2020; Brandt, 2001; Jones & Landreth, 2002; McMahon, 2005; Shen, 2002; Zorlu, 2016). Yapılan bu çalışmada oyun kavramına, oyunun çocuğun ruh sağlığına ve gelişimine etkisine, oyun terapisine ve oyun terapisinin iyileştirici etkilerine, bu alanda yapılan çalışmaların bulgularına yer verilerek çalışmayla ilgili ulaşılan sonuç ve önerilerden bahsedilmiştir.

Oyun ve oyun terapisi ile çocuğun kendini ifade etmesi, sorunlarına çözümler bulması, farkındalıklarının artması gibi pek çok kazanım elde edilmektedir. Bunun için çocuklarla çalışacak uzmanların (psikolojik danışman, psikolog, sosyal hizmet uzmanı, vb.) bu becerileri öğrenmesi ve uygulayabilmesi gerekli ve önemlidir. Çocukla çalışmak için gerekli becerileri edinmiş bir uzman çocuğun güven içerisinde, baskıdan uzak olarak kendini anlatmasına olanak sunmuş olacaktır.

Bu çalışmanın amacı, çocukluk çağı döneminde oyunun ve oyun terapisinin iyileştirici yönü ve önemini, kavramlar ve alanyazın ışığında belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda yapılan araştırmaların bulguları ve kavramsal düzeyde açıklamalarından yararlanılarak bir çerçeve belirlenmiştir. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda oyun ve oyun terapisi farklı kavramlarla (Ör; sosyal kaygı, sosyal beceri, saldırganlık gibi) bir arada incelenerek bu kavramlar alanda yapılan çalışmalarla desteklenebilir. Ayrıca oyun ve oyun terapisi konusunda ebeveynler, öğretmenler, yöneticiler, politikacılar ve çocukla çalışmada doğrudan ya da dolaylı olarak yer alan kişilerin yaygın eğitim ve medya yoluyla bilinçlenmesi yapılabilir. Bununla birlikte çocukların oyun terapisinden yararlanabilmesi için onların ihtiyaç duydukları okul, hastane gibi yerlerde gerekli

mekanlar sağlanıp ihtiyaç duyulan materyaller temin edilerek oyun ve oyun terapisinin iyileştirici etkilerinden yararlanılması sağlanabilir.

KAYNAKÇA

Abdollahian, E., Mokhber, N., Balaghi, A., & Moharrari, F. (2013). The effectiveness of cognitive-behavioural play therapy on the symptoms of attention-deficit/hyperactivity disorder in children aged 7–9 years. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 5(1), 41-46. doi:10.1007/s12402-012-0096-0

Ağbuğa, B. & Aslan, Ş. (2010). *İlköğretim okulları için oyunlarla beden eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

Aksoy, A. (2019). Erken Çocukluk döneminde oyun ve oyunun katkıları (A. B. Aksoy & H. D. Çiftçi) *Erken çocukluk döneminde oyun içinde* (2-17). Ankara: Pegem Akademi.

Axline, V. M. (2020). *Benliğini arayan çocuk*. Ankara: Panama Yayıncılık.

Bağlı, M. T. (2004). Televizyon ilintili çocuk oyunları üzerine bir araştırma. B. Onur & N. Güney (Ed.) *Türkiye'de çocuk oyunları: Araştırmalar içinde* (95-100). Ankara: Ankara Üniversitesi.

Bekmezci, H. & Özkan, H. (2015). Oyun ve oyuncuğun çocuk sağlığına etkisi. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi*, 5(2), 81-87. doi:10.5222/buchd.2015.081

Beştaş, D. (2015). *Hareketli oyun etkinliklerinin 7-8-9 yaş çocuklarının sosyal davranışları üzerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Bodrova, E. & Leong, D. J. (2005). The importance of play: Why children need to play. *Early Childhood Today*, 20(1), 6-7. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=EJ738494>

Brandt, M. A. (2001). An investigation of the efficacy of play therapy with young children. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 61(7-A), 2603. Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/2001-95001-183>

Bratton, S. C., Ray, D. C., Edwards, N. A. & Landreth, G. (2016). Child-Centered Play Therapy (CCPT): Theory, Research, and Practice. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 8(4), 266-281. doi: 10.1080/14779757.2009.9688493

Burns, G. W. (2016). *Çocuklar ve gençler için 101 tedavi edici öykü*. Ankara: Nobel.

Campos, M. C., Rodrigues, K. C. S. & Pinto, M. C. M. (2010). Evaluation of the behavior of the preschool one just admitted in the unit of pediatrics and the use of the therapeutic toy. *Einstein*, 8(1), 10-17. doi: 10.1590/s1679-45082010ao1462

Candan, S. (2017). *3-10 yaş arası gelişimsel problemleri olan çocuklarda çocuk merkezli oyun terapisinin etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Cattanach, A. (2003). *Introduction to play therapy*. Psychology Press. Brunner-Routledge: New York.

Çalışandemir, F. (2014). Oyun ve özellikleri. H. G. Ogelman (Ed.), *Yaşamın ilk yıllarında oyun: Oyuna çok yönlü bakış içinde* (ss. 1-15). Ankara: Pegem Akademi.

Çankaya, G. (2014). *Çocukların oynadıkları oyunlara göre empati ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Çoban, B. & Devocioğlu, S. (2011). *Beden eğitimi öğretmenleri, stajyer öğrenciler ve öğretim elemanları için top ile oynanan eğitsel oyunlar*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Çoban, B. & Nacar, E. (2010). *Okul öncesi eğitimde eğitsel oyunlar, oyunlar-ronklar-saymacalar-şiiirler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Doğanay, J. (1998). *Anasınıfına devam eden çocukların ebeveynlerinin çocuk oyun ve oyuncakları hakkındaki görüşlerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi. Ankara.
- Drewes, A. A. & Schaefer, C. E. (2010). *School-based play therapy*. Hoboken: John Wiley & Sons.
- Durualp, E. & Aral N. (2010). Altı yaşındaki çocukların sosyal becerilerine oyun temelli sosyal beceri eğitiminin etkisinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)*, 39, 160-172. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/profile/Ender_Durualp/publication/282287547
- Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182-191. doi: 10.1542/peds.2006-2697
- Göncü, A. & Vadeboncoeur, J. A. (2017). Expanding the definitional criteria for imaginative play: Contributions of sociocultural perspectives. *Learning & behavior*, 45(4), 422-431. doi: 10.3758/s13420-017-0292-z
- Gözalan, E. (2013). *Oyun temelli dikkat eğitim programının 5-6 yaş çocuklarının dikkat ve dil becerilerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Gray, P. (2011). The decline of play and the rise of psychopathology in children and adolescents. *American Journal of Play*, 3(4), 443-463. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=EJ985541>
- Green, E. J. (2016). *Çocuk ve ergenlerle Jungcu oyun terapisi el kitabı*. Ankara: Nobel Yaşam.
- Halmatov, S. (2017). *Oyun terapisinde pratik teknikler*. Ankara: Pegem Akademi.
- Jones, E. M. & Landreth, G. (2002). The efficacy of intensive individual play therapy for chronically ill children. *International Journal of Play Therapy*, 11(1), 117-140. doi: 10.1037/h0088860
- Kargı, E. (2007). Oyun: Çocuklar için hastalıkla başetme sürecinde güçlü bir psiko-sosyal destek aracı. *Toplum ve Hekim*, 22(5), 364-367. Erişim adresi: <http://i-rep.emu.edu.tr:8080/jspui/handle/11129/2562>
- Kıldan, A. (2001). *Oyunun çocukların gelişim özelliklerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Kıran, B., Çalık, C. & Esenay, F. I. (2013). Terapotik oyun: Hasta çocuk ile iletişimin anahtarı. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-10. doi: 10.1501/Asbd_0000000038
- Knell, S. M. (2013). Bilişsel davranışçı oyun terapisi. C. E. Schaefer (Ed.), *Oyun terapisinin temelleri* (ss. 313-328). (B.T. Özkaya, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Koçkaya, S. & Siyez, D. M. (2017). Okul öncesi çocuklarının çekingenlik davranışları üzerine oyun terapisi uygulamalarının etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 9(1), 31-44. doi: 10.18863/pgy.281082
- Koçyiğit, S., Tuğluk, M. N. & Kök, M. (2007). Çocuğun gelişim sürecinde eğitsel bir etkinlik olarak oyun/Play as educational activity in the child's development process. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 324-342.
- Kottman, T. (2013). Adlerian oyun terapisi. C. E. Schaefer (Ed.), *Oyun terapisinin temelleri* (ss. 87-104). (B.T. Özkaya, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Landreth, G. L. (2012). *Play Therapy: The Art of the Relationship*. New York: Routledge.
- Lawver, T. & Blankenship, K. (2008). Play therapy: A case-based example of a nondirective approach. *Psychiatry (Edgmont)*, 5(10), 24-28. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2695756/>

Lin, Y. W. & Bratton, S. C. (2015). A meta-analytic review of child-centered play therapy approaches. *Journal of Counseling & Development*, 93(1), 45-58. doi:10.1002/j.1556-6676.2015.00180.x.

Locatelli, M. G. (2020). Play therapy treatment of pediatric medical trauma: A retrospective case study of a preschool child. *International Journal of Play Therapy*, 29(1), 33-42. <https://doi.org/10.1037/pla0000109>

McMahon, L. (2005). *The handbook of play therapy*. New York: Routledge.

Montemayor, L. (2014). *Exploring the effectiveness of child-centered play therapy in young children: A quantitative single case research design* (Doctoral dissertation), Texas A&M University-Corpus Christi.

Morin, A. (2018). Play therapy-It's more than just playing with toys. (Çevrimiçi): <https://www.verywellfamily.com/what-is-play-therapy-4175560#citation-1>, Erişim tarihi: 08.05.2020.

Munns, E. (2013). Theraplay: Bağlanmayı geliştirici oyun terapisi. C. E. Schaefer (Ed.), *Oyun terapisinin temelleri* (ss. 275–296). (B.T. Özkaya, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Norton, C. C. & Norton B. E. (2013). Deneyimsel oyun terapisi. C. E. Schaefer (Ed.), *Oyun terapisinin temelleri* (ss. 187–203). (B.T. Özkaya, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Oksal A. (2004). Kusaklararası oyun: Yetişkin ve çocuk kültürü arasında bir köprü. B. Onur & N. Güney (Ed.) *Türkiye'de çocuk oyunları: Araştırmalar* (102-106). Ankara: Ankara Üniversitesi.

Onay, C. (2008). *Çoklu zeka kuramına göre oyunla eğitim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Öğretir, A. D. (2008). Oyun ve oyun terapisi. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 94-100. Erişim adresi: <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/36053831>

Özdenk, Ç. (2007). *6 Yaş grubu öğrencilerin psikomotor gelişimlerinin sağlanmasında oyunun yeri ve önemi* (Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Elazığ.

Özer, A., Gürkan, A. C., & Ramazanoğlu, O. (2006). Oyunun çocuk gelişimi üzerine etkileri. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 54-57. Erişim adresi: <http://www.academia.edu/download/40813456/12>

Ray, D. C., Schottelkorb, A. & Tsai, M.-H. (2007). Play therapy with children exhibiting symptoms of attention deficit hyperactivity disorder. *International Journal of Play Therapy*, 16(2), 95-111. doi: 10.1037/1555-6824.16.2.95

Ritzi, R. M., Ray, D. C. & Schumann, B. R. (2017). Intensive short-term child-centered play therapy and externalizing behaviors in children. *International Journal of Play Therapy*, 26(1), 33-46. doi:10.1037/pla0000035.

Robinson, S. (2011). What play therapists do within the therapeutic relationship of humanistic/non-directive play therapy. *Pastoral Care in Education/Aquatic Insects*, 29(3), 207–220. doi: 10.1080/02643944.2011.599858

Schaefer, C. E (2013). *Oyun terapisinin temelleri* (B.T. Özkaya, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Schaefer, C. E. & Drewes, A. A. (2013). Oyunun ve oyun terapisinin terapötik güçleri. C. E. Schaefer (Ed.), *Oyun terapisinin temelleri* (ss. 15-25). (B.T. Özkaya, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Schottelkorb, A. A., Swan K. L., Jahn, L., Haas, S. & Hacker, J. (2015). Effectiveness of Play Therapy on Problematic Behaviors of Preschool Children With Somatization. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 1(1), 3-16. doi: 10.1080/23727810.2015.1015905

Shen, Y. J. (2002). Short-term group play therapy with Chinese earthquake victims: Effects on anxiety, depression and adjustment. *International Journal of Play Therapy*, 11(1), 43-63. doi: 10.1037/h0088856

Soltanifar, A., Jafarzadeh Fadaki, S. M., Modarres Gharavi, M. & Mokhber, N. (2012). The efficacy of developmental attachment-based play therapy on developmental trauma disorder symptoms in children from 3 to 9 years old. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 14(55), 8-260. Retrieved from <http://eprints.mums.ac.ir/id/eprint/4483>

Teber, M. (2015). Gençlük, oyun ve oyun terapisi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 1-22. Erişim adresi: <https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/62211068>

Teke, E. & Sürücü, A. (2020). Oyun terapisiyle bütünleştirilmiş grupla psikolojik danışmanın ilkökul öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(2), 695-708. doi: 10.33206/mjss.566539

Teke, E. (2019). Oyun terapisiyle bütünleştirilmiş grupla psikolojik danışmanın ilkökul öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Terr, L. (2000). *Sevgi ve çalışmanın ötesinde oyun yetişkinler için neden ihtiyaçtır?* (M. Köseoğlu, Çev.) İstanbul: Literatür Yayınevi.

Topuz, B. (2015). *Yaratıcılık eğitimi ve kimlik oluşumunda oyuncak: Çocukta yaratıcı performans ve inşacı-eklemeci oyun yönetimi* (Yüksek Lisans Tezi). On dokuz mayıs üniversitesi, Samsun.

Turner, R. (2020). Playing through the unimaginable: Play therapy for traumatic loss. *International Journal of Play Therapy*, 29(2), 96-103. doi: 10.1037/pla0000116

VanFleet, R. (2013). Filial terapi: Oyunun gücü ile aile ilişkilerini kuvvetlendirmek. C. E. Schaefer (Ed.), *Oyun terapisinin temelleri* (ss. 153–169). (B.T. Özkaya, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

VanFleet, R., Sywulak, A. E. & Sniscak, C. C. (2010). *Child-centered play therapy*. New York: Guilford Press.

Whitebread, D. (2012). *The importance of play*. Brussel: Toy Industries of Europe.

Yalom, I. D. (2014). *Okul-çağı çocuklarının terapisi*. (Y. Ö. Şallı, Çev.) İstanbul: Prestij Yayınları.

Yücel, A. S. & Gündoğdu, C. (2012). *İlköğretim ve ortaöğretimde geleneksel çocuk oyunları*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Zorlu, A. (2016). *Yönlendirici olmayan oyun terapisinin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu belirtili çocukların duygu ve davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.