

## **Discovering the dignity of the individual and hope through play therapy**

Odkrywanie godności jednostki i nadziei poprzez play therapy

**Nina Ambroziak & Anna Tuchowska-Chmura**

Respecting a child's dignity through the therapist's non-directive approach and building hope by releasing a child's potential to solve his or her problems are integral parts of the therapeutic process for children. One of the therapeutic approaches that is innovative in Poland is play therapy. Virginia Axline adapted Carl Rogers' client-centred therapy approach to children's therapy by creating the principles of non-directive therapy. This approach allows children to freely explore their emotions in a safe way through creative play. Play therapy enables children to express their emotions in a way that is natural, comfortable and developmentally available to them with respect for their own uniqueness. Play therapy principles - such as accepting the child as he or she is, allowing the child to take the lead, the therapist reflecting the child's emotions in line with the child's emotional capacity - create ideal conditions for the development of a sense of dignity in children and adolescents.

Resistance can be understood here as the possibility for the child to express him or herself freely, without being influenced by his/her surroundings and without being judged by others. These workshops will offer participants a deeper understanding of play therapy as a tool for discovering individual dignity, expressing resistance and inspiring hope. Through practical exercises and opportunities for dialogue, participants will have the chance to find out how to integrate play therapy with the practices of art therapy.

The workshop goals:

1. To develop an awareness of how play therapy helps to build and restore an individual's dignity, express their feelings and resistance.
2. To develop an awareness of how play therapy can inspire hope in an individual.

## Odkrywanie godności jednostki i nadziei poprzez play therapy

Szacunek dla godności dziecka poprzez niedyrektywność terapeuty oraz budowanie nadziei poprzez wyzwalanie w dziecku jego potencjału do rozwiązywania swoich problemów- są nieodłącznymi elementami procesu terapeutycznego dzieci. Jednym z innowacyjnych w Polsce podejść terapeutycznych jest Play Therapy. Ten holistyczny i integracyjny sposób terapii dzieci i młodzieży został zapoczątkowany przez Carla Rogersa i jego terapii skoncentrowanej na kliencie. Zainspirowana jego pracą Virginia Axline zaadoptowała to podejście do terapii dzieci tworząc zasady terapii niedyrektywnej. To podejście pozwala dzieciom w swobodny odkrywać i wyrażać siebie, eksplorować swoje emocje w bezpieczny sposób poprzez kreatywną zabawę. Odpowiednio skonstruowana przez terapeutę przestrzeń terapeutyczna zarówno ta psychologiczna, jak i fizyczna, wpływa na efektywność terapii dzieci i młodzieży. Terapia Play Therapy umożliwia dzieciom wyrażanie swoich emocji w sposób, który jest dla nich naturalny, komfortowy i dostępny w danej chwili rozwojowo. Zasady Play Therapy takie jak: akceptowanie dziecka takim jakie jest, podążanie za dzieckiem, odzwierciedlanie przez terapeutę emocji dziecka zgodnie z możliwościami emocjonalnymi dziecka – tworzą idealne warunki do rozwoju poczucia godności dzieci i młodzieży. Opór może być tutaj rozumiany jako możliwość swobodnej ekspresji siebie przez dziecko bez wpływu otoczenia i bez oceny otoczenia. Play Therapy tworzy dla dzieci i młodzieży wyjątkową przestrzeń do odkrywania siebie z godnością dla swojej wyjątkowości. Warsztaty te będą oferować uczestnikom głębsze zrozumienie Play Therapy jako narzędzia do odkrywania godności jednostki, wyrażania oporu i inspirowania nadziei. Poprzez praktyczne ćwiczenia oraz możliwość dialogu, uczestnicy będą mieli okazję dowiedzieć się, jak integrować terapię poprzez zabawę w praktyce art terapeuty.

Cele warsztatu obejmują:

1. Rozwijanie świadomości jak terapia poprzez zabawę pomaga w budowaniu i przywracaniu godności jednostki, jak pomaga jednostce wyrażać swoje uczucia i opór
2. Rozwijanie świadomości jak terapia poprzez zabawę może inspirować nadzieję jednostki.

## Biography

**Nina Ambroziak** is an experienced psychologist, play and creative arts therapies therapist, supervisor and trainer from Warsaw in Poland, specialising in play therapy. She has over ten years of clinical practice and is a graduate of Leeds Beckett University in Play Therapy, Warsaw University in Psychology. As a highly regarded practitioner, speaker and lecturer, she has conducted numerous play therapy workshops and trainings in Poland, South Africa, the UK and France. Her therapeutic practice focuses on promoting individual dignity and inspiring hope through a creative approach to therapy. Nina Ambroziak is an active member of Play Therapy International and the author of many publications on play therapy. Her presentation at the conference will bring valuable experience and knowledge, encouraging participants to further explore play therapy in the context of art therapy and therapeutic work.

## Recent publications and conference presentations

Ambroziak, N. (2014). **Play therapy – therapy through playing.** *New Audiofonology*, 3(3), pp.31-35. <https://doi.org/10.17431/892366>

Ambroziak, N. (June 2022). Presentation: **Supporting child development in non-directive play therapy - play therapy.** 31 Polish National Developmental Psychology Conference.