



# MÄNGUTERAAPIA

**MÄNGULT = PÄRISELT**

## MIDA MÄNGUTERAAPIAS TEHAKSE?

Mänguteraapia on teraapiasuund, mis on sobilik peamiselt lastele. Mänguteraapia seanss toimub enamasti mängides. Kuna lapse jaoks on endas ja oma mõtetes toimuvat raske täiskasvanule omaselt väljendada, pakub terapeut oma oskuste ja kohaoluga lapse jaoks võimalust ennast väljendada läbi mängu ja mänguasjade. Mänguteraapias kasutab laps oma tunnete väljendamiseks liiva, savi jt voolimismasse, käpikukke, kostüüme, värve, looduses leiduvaid materjale, muusikainstrumente, raamatuid jne.

„MÄNGUTERAAPIA  
ON LAPSE JA TERAPEUDI  
VAHELINE  
DÜNAAMILINE PROTSESS,  
MILLES LAPSE UURIB  
ISEENDALE SOBIVAS TEMPOS  
OMA RUUMI NING HETKEL  
TEMA ELU MÕJUTAVAD  
TEADLIKKE  
VÕI  
ALATEADLIKKE MINEVIKU-  
VÕI OLEVIKUPROBLEEME”  
JANET WEST

1992

## KELLELE JA MILLAL ON MÄNGUTERAAPIAST ABI?

Mänguteraapia sobib lastele vanuses 3 - 16 eluaastat ja on abiks erinevate murede puhul nagu näiteks kolimisest tingitud stress, õnnetusjuhtumid, kroonilise või raske haigusega toimetulek, füüsilise puudega kohanemine, pereprobleemid, väärkohtlemine, koolikiusamine, hülgamine, kohanemiskasutused, madal enesehinnang, rivaalitsemine õdede-vendade vahel jne.

## KUI PIKALT MÄNGUTERAAPIA KESTAB?

Mänguteraapia ühe seansi pikkus sõltub lapsest ning see lepitakse kokku terapeutiga. Mida noorem on laps ja mida vähem keeruline on tema taust, seda kiiremini ta mänguteraapiale reageerib. Kuni 6-aastaste laste puhul võib oodata iganädalase mänguteraapia mõju juba 4 nädala jooksul ning olulist seisundi paranemist 2-4 kuu jooksul. 10-12-aastastel lastel aga ilmneb esmane mõju 4-8 nädala jooksul, seisundi olulist paranemist võib eeldada 4-15 kuu jooksul.

**MTÜ Eesti Mänguteraapeutide Assotsiatsioon**  
**[www.manguteraapeutid.ee](http://www.manguteraapeutid.ee)**

**MÄNGUTERAPEUT** \_\_\_\_\_

Eesti  
Mänguteraapeutide  
Assotsiatsioon

