

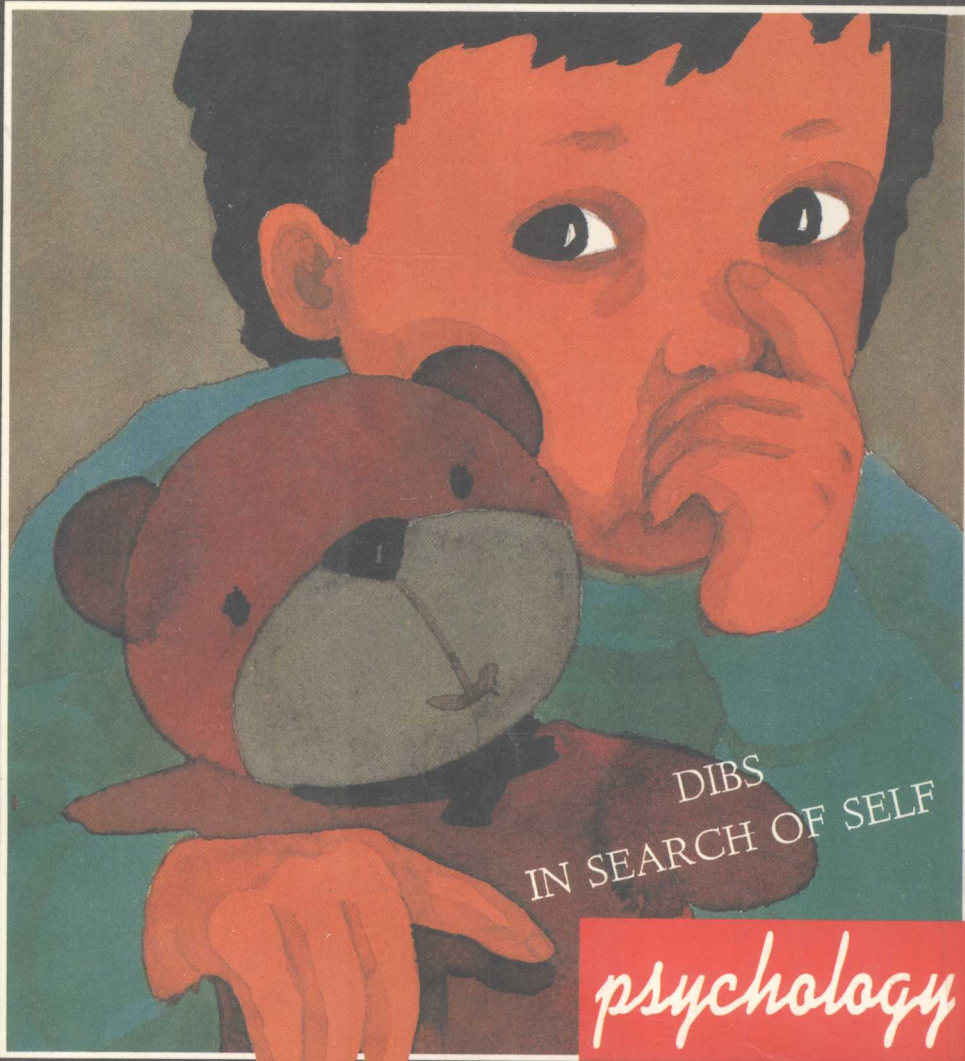
吳靜吉博士策劃

大眾心理學全集 92

PH.D V. M. Axline / 原著
詹益宏・游乾桂・王珮琳・傅廷靜 / 譯
程小危博士 / 專文討論

成長的軌跡

• 一個問題兒童的治療歷程



DIBS
IN SEARCH OF SELF

psychology

江苏工业学院图书馆
藏书章

成長的軌跡

亞瑟蘭博士 著 / 詹益宏等 譯

遠流出版公司

成長的軌跡

原 書 / Dibs-in Search of Self, 1980 (35版)

作 者 / Virginia M. Axline

原出版處 / Ballantine Books • New York

譯 者 / 詹益宏 • 游乾桂 • 王珮琳 • 傅廷靜

策 劃 / 吳靜吉博士

主 編 / 大眾心理學全集編輯室

責任編輯 / 吳 昭 容

發行人 / 王 榮 文

出版・發行 / 遠流出版事業股份有限公司

臺北市10714汀州路782號七樓之5

郵撥 / 0189456-1 電話 / 392-3707

法律顧問 /

王秀哲律師 嘉義市忠義街178號 ☎(05)227-3193

呂榮海律師 台北市金山南路2段2號8樓2室 ☎394-3393

印 刷 /

優文印刷廠 台北市汕頭街54巷42弄55號 ☎306-3473

□1987民(76)年1月1日 初版 □1988年4月1日 二版

行政院新聞局局版臺業字第1295號

售價 125 元 (缺頁或破損的書，請寄回更換)

<大眾心理學全集計劃5年出齊300冊>

版權所有・翻印必究

香港出版者 / 香港遠流出版公司

香港柴灣康民街2號(康民工業中心)10樓8室

香港經銷商 / 藝文圖書公司 電話 / 3-805705

九龍又一村達之路30號地下後座

有成圖書貿易公司 電話 / 5-580288

香港柴灣康民街2號(康民工業中心)10樓8室

有需要，就讀——

吳靜吉博士策劃

大眾心理學全集

計劃5年出齊300冊



心理學語錄

心理學的目的並非爲人們找尋藉口，
而是要幫助人們自我了解、發揮潛能……

——摘自《操縱者》 by Dr. E.L. Shostrom

《大眾心理學全集》

出版緣起

王榮文

在一個充滿社會壓力與人際關係的世界裏，已經不容許「心理學文盲」的存在！

你對心理學的認識與體會，將決定你能否在文明社會中活得下去，活得快樂，活得有尊嚴！

臺灣在近幾年，心理學的地位突飛猛進。不但社會大眾對心理學知識的需求日益殷切，心理學與經濟學，更並列為臺灣當代兩大「顯學」，上自達官資本家，下至販夫小職員，都欲一窺究竟，引為隨身利器。

心理學的勃興，在臺灣社會可能有其特別的時代理由：

第一，臺灣社會日趨進步，羣體生活則日漸複雜。社會壓力與人際摩擦在在使現代人難以透氣，人人都渴望尋找自我教育、完成個人目標的途徑。

第二，臺灣的企業活動日益繁盛，商業社會的特質呼之欲出，然而，一切企業管理不離「人性因素」，在商業社會中想要脫出競爭，管理他人，就得掌握了解人的學問不可。

不論是基於前者尋得個人安身立命的「消極動機」，或是後者尋求個人在社會上進步發展的「積極動機」，心理學都是一門有幫助、有用處的知識。

可惜的是，在臺灣，心理學的一端藏於學院門牆之內，凡夫俗子緣慳一面；心理學的另一端

卻在大眾傳播媒體中，把普通常識略事包裝後出現，並未給予大眾真正的幫助。

在這樣的環境前提下，遠流出版公司提出一個「大眾心理學全集」的計劃，希望不失心理學嚴謹性的原則，編輯一套平易近人，可以流傳大眾的心理學叢書。

這套叢書計劃又分雙線進行，一條路線是搜尋坊間曾經譯著出版的大眾心理學著作，重新整理歸納，使其中的佳作得以滙為巨流，成為取之不盡的知識泉源。另一條路線則邀請心理學名家，譯著大眾心理學作品，自成系統。

遠流出版公司的「大眾心理學全集」編輯計劃，預備在五年之內，出版三百種深入淺出、人人可讀的通俗心理學著作。每種著作除由專家學者編寫校閱外，並由本社的編輯室撰寫報告一篇，做為讀者之「導讀」。

「大眾心理學全集」的編輯工作，由心理學家吳靜吉博士領導並策劃，在遠流出版公司成立「大眾心理學編輯室」，編輯室的編輯小組除了執行編纂工作，並共同或輪流撰寫「編輯室報告」。此外，遠流出版公司更邀請國內外知名心理學家多位，組成「諮詢委員會」，為全套叢書擔任選書、顧問、觀察心理學研究動態等工作。

這樣的編輯構想，加上這一組傑出工作人員的努力，深望能提昇臺灣社會大眾對心理學的整體認識。我們除了自我砥礪之外，更盼望在編輯計劃進行過程中，能夠不斷得到各界方家以及讀者大眾的反響與指正。

編輯室報告

在裝潢典雅、氣氛優靜的日本料理店中，你正想好好享用一頓美餐，一個一路叫囂著衝進的小孩破壞了這一切。在榻榻米和地板間跳上跳下，紙門開開關關，高八度的叫嚷聲中，夾雜著超乎他年齡的粗話，作弄一道來的小妹妹……，直到他的父母忍無可忍地揪起來痛打一頓。只是安寧的時間不會太長，這場鬧劇會繼續搬演下去。真的沒有人能治得了他嗎？

你是否也見過極端沉默寡言，目光有點遲滯，明顯地是很不快樂的小孩。你趨前想接近他的時候，他只是冷冷地瞪著你。假若對這樣的小孩有份憐惜的話，你會問，怎樣才能幫助他呢？

本書的作者指出了一個方向：任何一個小孩（其實是每個人），只要給予尊重和機會，天生向善、忠於自己的潛能便會發揮出來。什麼是尊重？什麼是機會？請諸君細細品味作者對待迪布斯（本書主人翁）的方式，切勿輕率地與放縱等同視之，而盲目地反對。

作者亞瑟蘭博士是美國知名的兒童遊戲治療權威，以超羣的技術處理情緒障礙兒童而著稱。亞瑟蘭博士畢業於俄亥俄大學及哥倫比亞大學，曾任教紐約大學醫學院和教育學院六年，並從事研究工作多年，目前在俄亥俄州私人開業執診，並不斷有學術論著。

作者更動了書中人物的背景資料，以避免洩漏當事人的身份，但文中迪布斯與其母親的話語，無一不是出自其人。

亞瑟蘭博士在整個治療過程中，透著極為濃厚的人本心理學的色彩。她相信在一個接納、溫暖、容許各式各樣嘗試的氣氛下，即使是五、六歲的小孩也能感受到你無條件的尊重，從而尊重自己、學習以更合適的方式與環境互動、成爲一個真正的自己。

許多有問題的小孩，其實多半拜問題環境之賜，而個中的關鍵人物絕大半是其父母。不同於一般人只會指責父母的不是，亞瑟蘭博士指出一個很重要的觀念——也請尊重這些問題父母。一個不會被待以尊重，懂得愛人愛己的人，即便已年華老大、爲人父母，仍然不會知道如何去珍愛他的子女。請原諒他在面對孩子時的手足無措，也了解他只能以他所學到的方式對待孩子。而在這樣的接納和包容之下，與問題兒童一樣地，這些問題父母也會慢慢成長的。

一般的讀者可依讀小說的方式來讀這本書，看著迪布斯漸漸深入自己的內心，面對各種喜、怒、愛、憎的情緒，或許你也會跟著悸動。而修習心理學的讀者，尤其是直接從事輔導與教育工作的，可以清楚地印證羅吉斯的「個案中心理論」如何在實際互動中呈現、作用著，除了溫暖、接納、真誠的態度外，怎樣運用重述、反映、同理，甚至面執的技巧。期待你與我一樣，深深地被這本書所感動。（執筆：吳昭容）

成長的軌跡

目錄

《大眾心理學全集》出版緣起

編輯室報告

專文討論／神奇力量的剖析／一

原序／九

譯序／一〇

序／三

簡介／五

第一章 束手無策／一七

迪布斯有時簡直是個智能不足的孩子；但有時又不聲不響地做一些行爲，顯示他擁有極聰敏的智慧。但一發現有人注視他，他就馬上縮回自己的殼中。

第二章 第一次接觸／三五

迪布斯站在門邊，我過去問他，願不願意跟我到遊戲室，我向他伸出手，他遲疑了一下，然後一言不發地牽住我的手，跟我一起走向遊戲室。

第三章 協定／三六

這真是不可思議！迪布斯的母親坐在這兒，以最標準的科學立場，提供我一個研究的材料。她解釋得非常清楚，她不敢期望有什麼改進，甚至，沒有改變可能還比較好。

第四章 主動要求的第一步／四七

他使勁地想把袖子拉出來，但半天都沒脫掉。他開始啜泣。……我答應他的要求，但在一段距離之外坐下來，這樣他想不到幫助，就必須先走過一段距離。

第五章 時間法則的建立／五七

迪布斯嘆了口氣，顯然他已用光了所有拖延時間的藉口，……他穿過走廊進入會客室，安靜地和母親離去。他的安靜令母親十分驚訝。

第六章 第一聲燦笑／五七

他必須負起「開始運用自己能力」的責任。我不願意使用讚美、暗示和質問來將他導入一個固著的途徑中。……我等待著……，他終於笑出聲來。

第七章 變幻世界／八五

我認為讓迪布斯乃至所有孩童體驗出他週遭的世界並非固定不變，也無法隨意控制，是很重要的事。……採取應有的反應才是重要的。保證、冗長的解釋或道歉都是無濟於事的。

第八章 解放／一〇五

迪布斯的母親：「我的先生竟然也哭了。……我們用以自衛的防線崩潰，我們只是兩個受了驚嚇孤獨而不快樂的人，這是個可怕的經驗，但也使我們得到解放。」

第九章 現實感／一三一

「是的」迪布斯說：「由我決定。」……「有些事由我決定，有些不是。」他評論道。

第十章 遊戲中的投射／一三三

他需要相當的時間去澄清對父親的感受，……我不會逼他深入自己的感覺。他在遊戲中已做了若干簡潔而富情感性的陳述。

第十一章 忘年之交／一四三

「有次傑克告訴我『最後一片葉子』的故事，……在我們的樹上把它找回來，它非常疲倦、瘦弱，又殘破。但傑克說它之所以回來，是因為它從未遇過比我更令它喜歡的人，所以，傑克將它送給我。」

第十二章 轉變中的家庭關係 / 一五三

一些跡象顯示迪布斯在家中被待以更多的體諒，了解和尊重，是他們改變了對待迪布斯的行為呢？還是迪布斯改變了和父母建立關係的能力，使他能更自然地接受父母的親近？

第十三章 生日派對 / 一六七

「派對結束了，所有的小朋友都走了！再也沒有派對了！」他的聲音因淚水而抽噎。這曾經是他真實的經驗。「它是個意外，但派對結束了。」

第十四章 快樂的迪布斯 / 一八五

迪布斯微笑著「妳歡迎我！」他叫道。他上下鼓動雙臂，像雄鷄般地啼叫。他笑著、叫著「快樂的迪布斯！」

第十五章 報復與原諒 / 二〇一

他走到我身邊，無力地對我笑了一笑，說道：「我救了他們。我沒讓他們被燒傷。」……「他們以前常將我鎖在房間內。以後，他們不再將我鎖在房間了。」

第十六章 只屬於你我的時間 / 二二一

他似乎已經暗示他想要帶一位朋友來，或者，他希望在學校中有朋友，但在這裏他却不希望有別人介入我們之間。

第十七章 家庭的蛻變／三三

「迪布斯不必再不停地接受考驗了！因為他已經有了改變……而且他爸爸的感覺和態度也改變了，我們都曾經爲自己築一道高高的心牆，現在在拆除之中。」

第十八章 學校生活的變化／三三

老師們都爲迪布斯感到高興，我也一樣。但是還有一段長遠的路要走！迪布斯得接受他自己，利用他的才能，不再否認自己的一切。

第十九章 爸爸！早安！／三三九

「他是我爸爸！」迪布斯說：「他照顧我，但是因爲以前他做了些事使我傷心難過，所以我懲罰他。」……迪布斯回過頭來，嘴角上掛著微笑「我今天和我爸爸談話了！」

第二十章 愛與寬恕／三四七

「你要替家中每一個人都做一樣東西嗎？」「是的，我不要再有任何一個人例外。」他說：「我打算把我最愛心的老樹，樹頂枝端的一小段，送給祖母。」

第二十一章 迪布斯的小天地／三五五

迪布斯攤開紙，然後在材料堆旁的地板上坐了下來。他仔細地挑選圖形。「我要建造我的小天地，」他快樂地說：「我喜歡這些小建築物，還有人，還有東西！」

第二十二章 最後一次的約會／二六三

「這是我最後一次來拜訪遊戲間，」他對著錄音機說：「這是迪布斯在說話。這是我的聲音。我來過遊戲間。我在遊戲間做過許多事情。」

第二十三章 辭別／二七一

「再見！這個有許多好書的可愛屋子！可愛的桌子！可看見藍天的窗子！小卡片！我都要跟你們說再見了！奇妙的遊戲間裏可愛的女士，再見了！」

第二十四章 兩年後的再見／二八三

我在街上遇見他，迪布斯開心地裂嘴大笑。他走到我的前面，摸摸我的手。他說：「我知道妳是誰。」「你知道嗎？」「噯！當然知道，妳是奇妙遊戲間的女士。」

專文討論

神奇力量的剖析

程小危

《成長的軌跡》的編輯日前找我為本書寫篇專文討論，原因是我曾編譯過同一位作者所著的《兒童遊戲治療》（編按：張老師月刊社出版）。但我從未親自做過遊戲治療，所以就以下的角度來討論本書：(1)當媽媽的經驗；(2)對發展心理學一般性的了解；(3)為準備臺大心理系學生到臺大醫院兒童心理衛生中心實習而教授「兒童偏差行為」課程的經驗。

本書描述原著者亞瑟蘭以非指導性遊戲治療引導一個因感情需求過份被剝奪而將自己封閉起來，與外界隔離的孩子破繭而出的過程。如在遊戲治療一書中所指出，亞瑟蘭所用的方法導自與由羅吉士 (Carl Rogers) 所倡導非指導性治療法 (nondirective therapy) 相同的理論基礎。非指導性治療法對人性持有以下基本假設——深信人如處於一種尊重與信任的氣氛中，都有朝向自我成長的內在趨力，引導自我生活的能力。從這本書可以讀到如何將此精神、態度落實為具體的處理方法，並從治療過程中進一步獲得驗證。

本書的主角迪布斯的父母都是具聲望的科學家。在迪布斯沒有來臨以前已習慣其緊湊、有秩序，可任意安排的成人生活方式。而且似乎只有這樣才能維持他們的工作效率，和他們在職業領域中的聲望。然而在沒有心理準備的情況下，迪布斯的來臨整個擾亂了他們的生活秩序、工作習慣、婚姻關係。在這種狀態下，迪布斯的父母要求孩子要在很短的時間內就納入自己原來的生活秩序，不作任何改變。同時期望孩子的表現能完全按照自己的計畫。可能由於我國文化中的一些特性，所採取應對手段如迪布斯的父親那麼絕情、強硬的似乎不多見。但在目前這個高度科技，偏重效率與競爭的社會中，類似的處境具有相當程度的普遍性。有人說：「早在沒有發展心理學之前，人類養育下一代的歷史已有幾千年。人都有愛護子女的天生傾向。」沒錯。不過，天生傾向如遇到極不利的後天環境仍可能被扭曲、掩沒。過分要求秩序；一切得照既定計劃行事，不能容許任何彈性；過分看重競爭性的成就；智能至上；難以與他人在感情上作較自然、深入的交流……這些特質往往與跟孩童相處不相容，因而使人無法體會到帶孩子的樂趣。如有類似情況發生，我個人認為最簡單的方式為視情況、固定選擇一些時間，以輕鬆然專注的心情觀察、欣賞由孩子言行間傳達出來的訊息。然後順著孩子的訊息與其溝通。不要過分急著得到預期的效果。重要的是設法培養出、領略出與孩子相處的樂趣。一旦得到回饋，建立了感情，親子雙方多半會自動接近對方。孩子所發出來的重要訊息以及感情上的需求就不致太被忽略。