

“十一五”国家重点图书出版规划项目



儿童心理咨询与治疗丛书

主编 傅宏

E 大教育书店
www.djysg.com

Play Therapy of The Children

游戏是儿童最自然的表达媒介：一有机会，儿童就会在游戏中表达出他们的情绪、需求和内心的想法。通过游戏治疗可以帮助那些在成长过程中经受过创伤或需要得到特别帮助的儿童更好地成长。

王晓萍 著

儿童游戏治疗

凤凰出版传媒集团

江苏教育出版社

「十一五」国家重点图书出版规划项目

儿童游戏治疗

王晓萍 著



儿童心理咨询与治疗丛书

主编 傅宏



Play Therapy of The Children

凤凰出版传媒集团

江苏教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童游戏治疗/王晓萍主编. —南京:江苏教育出版社, 2010. 8

(儿童心理治疗丛书)

ISBN 978-7-5343-9862-9

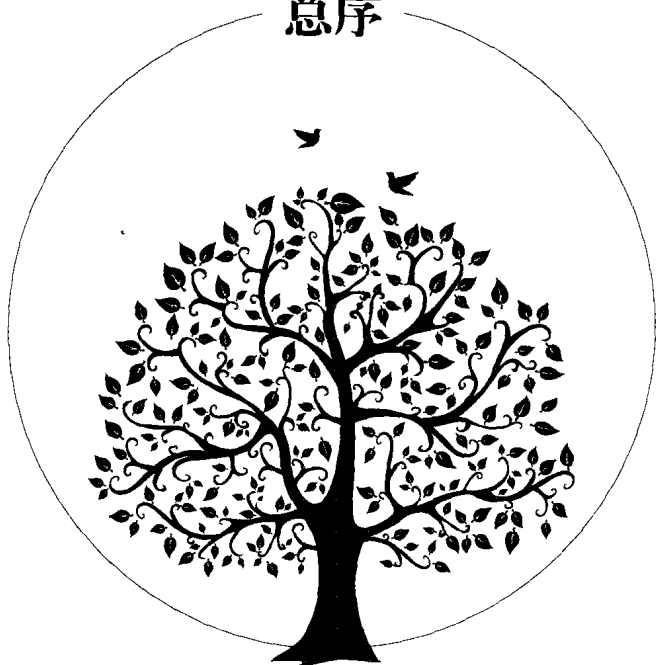
I. ①儿... II. ①王... III. ①儿童—游戏—精神疗法
IV. ①B844.1②R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 138931 号

儿童心理治疗丛书
书 名 儿童游戏治疗
作 者 王晓萍
责任编辑 吴迪 朱野坪
装帧设计 书衣坊
出版发行 凤凰出版传媒集团
江苏教育出版社(南京市湖南路1号A楼 210009)
网 址 <http://www.1088.com.cn>
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京前锦排版服务有限公司
印 刷 北京市世界知识印刷厂马鞍山分厂
地 址 马鞍山市花山工业园 500 号(邮编 243000)
电 话 0555-8283811
开 本 787×1092 毫米 1/16
印 张 23.5
字 数 310 000
版 次 2010 年 8 月第 1 版
2010 年 8 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5343-9862-9
定 价 36.00 元
批发电话 025-83657791, 83658558, 83658511
邮购电话 025-85400774, 8008289797
短信咨询 025-85420909
E-mail jsep@vip.163.com
盗版举报 025-83658551

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换
提供盗版线索者给予重奖

总序



从历史的角度看,心理咨询和治疗事业在中国的发展至今也只不过二三十年的短暂时光。在这个过程中,国人虽然已经积累一些有益的经验,不过,与一些西方成熟的心理学大国相比较,事实上还是存在着不小的差距。在目前情况下,中国心理咨询专业发展的最主要问题实际上并不是引进西方文献不足,而是方向选择不够具体,内容不够贴近现实社会需要:虽然这几年一些出版社已经引进了大量的西方专业咨询治疗书籍,并且很多书籍也都是些经典,但是,大多为简单照搬,在许多贴近中国社会文化或现实需要的专业实践工作上还不够充分,基本上还处在“拿来主义”和知道什么就介绍什么的阶段,显得有些消化不良和比较杂乱无序。而一些早已经被西方主流心理学淘汰的,比较激进和追求外在形式上吸引力的心理治

疗方法反而受到了热捧。所有这一切不利于引导人们形成对心理咨询和治疗的合理认知。大可关注的是,中国心理学界对于一些目前国内急需得到关注并亟待发展的问题,譬如针对独身子女和高学业压力处境下的儿童抚养,现代家庭的婚姻指导和快速老龄化情形下的心理干预等相关问题的专业咨询研究书籍相对还比较缺乏,没有得到应有的重视,其研究水平、发展速度与国人总体对心理学的需求尚不相符合。基于这样的现状,我们编写了这套既强调专业性,且能够很好指导实际儿童心理训练的丛书。希望能够对儿童辅导相关专业人员,包括广大教育工作者乃至家长们在儿童培育研究和实践中有所助益。

我们这次编写的《儿童心理咨询与治疗》丛书,其基本出发点就是希望能够引导人们对于儿童咨询治疗相关问题的重视。以家庭为例,在目前大多数家庭只能生一个孩子的情况下,父母往往会面临一个非常尴尬的处境:一方面,重视惟一一个孩子的成长,希望尽可能地倾注心血为下一代做一些力所能及的事情;另一方面,父母又会因为缺乏经验,存在太多的困惑和茫然。在没有专业知识指导的情况下,他们很容易会用一种成人的眼光自以为是地去抚养和教育孩子,自作多情地为孩子提供尽可能多的训练,生怕自己的孩子不如别的孩子优秀。“拔苗助长”在当今儿童青少年培养中自然就比比皆是了。其实其中许多的错误甚至只需要具备一些基本的专业常识就可以得到解决了。笔者还记得在南京图书馆为一些读者做了一次关于儿童心理发展知识的报告会之后,曾经有一位充满困惑的母亲向我提问说,“(在心理学中)有没有什么好办法可以让自己的孩子不厌食”(其实,从当时的提问情境判断,我理解她所表达的意思是指孩子“挑食”和“不好好吃饭”),我随即向这位母亲反问道“试想当你还是孩子的时候,那时候生活处境还不如现在富裕,而且你的家中有很多兄弟姐妹,每当吃饭的时候每个孩子只能吃到他自己的那一份,即便剩余一些少量饭菜也是要看谁先吃完了才有机会先得到的话,你估计还会有人挑食或不好好吃饭



吗？”这位母亲听了这番话后，显得若有所思的样子，不过，旋即又说道，“可是现在的情况不一样啊，现在生活条件已经明显改善了，而且独生子女也没有可能去争抢了”。是啊，其实更重要的是从吃饭的行为看到日常生活中的一个现象，在父母与惟一一个孩子相处的过程中，这些儿童是很难学会必要的自我保护能力的，更何况那些只有在“恶劣”处境下才能获得的一些竞争和必要的妥协能力。可是，父母不知道的是，经常只要稍许减少一点关注，就可以令孩子的饮食行为变得自然许多了。要知道，获取食物是人的本能，是无须要刻意训练的，过度关注反而造成厌食。类似厌烦的情况还会表现在学习和日常生活的很多方面，只要稍作引导就可以改善了。

从这里也就自然引出了一个值得思考的问题：哪些东西是儿童成长中更为重要和需要更多关注的？而哪些是可以减少关注的？除去读书学习，游戏玩耍对于促进儿童成长的意义何在？虽然这些是很难简单回答的问题，但是，至少我们可以确信一点，在儿童成长中，诸如游戏、绘画、阅读等等，很多都是对他们成长很重要，也是他们很喜欢的事情。通过这些丰富多彩的活动，儿童方能发现自我，认识社会，并最终得到合理成长。当然，中国儿童比其他文化背景下的儿童承受更多学业上的压力，甚至在学龄前就承受课业的压力。一些学者(Lin & Fu, 1990)提出，中国父母比美国父母更强调儿童学业成就的重要性，中国父母不但要求儿童在学校的学业成就优秀，而且还重视让孩子学习“有用的嗜好”。与学习相比，绘画、游戏等活动常为家长视为次重要的方面。对中国儿童而言，学业竞争的失败常被引导内化为不能为家族争光。这种为家族争光的价值正好与西方儿童理论中强调的喜欢、欣赏并接纳自己的价值形成了鲜明的对比。记得一位从事幼教工作的好友曾经说到他在一个幼儿园听公开课时见到的一幕情景：女孩子在上课的过程中，几位小朋友在老师的安排下扮演娃娃家游戏，其

中一位男孩子被安排“拖地”，就在他拖地的过程中，另外一位在旁边负责观看的女孩子也很想一试身手，碍于很多参观的客人老师，小朋友有些不好意思，但却又很想做，最终还是忍不住从正在拖地的男孩手中抢过拖把，并且为自己开脱道“现在爸爸累了，妈妈来接着拖一下”，被这个突如其来的行为搞得不知所措的男孩子只得愣愣地站在那里……其实，由此引发的一个值得思考的寓意在于，到底我们人为安排的教育可以给予孩子们多少东西？还有哪些东西是必须靠孩子们在看似自然的游戏玩耍中才能学会的？儿童教育训练的关键是“授之以鱼”？或“授之以渔”？这些看似老调新弹的问题，其实很具有现实性。我们希望通过编写这套丛书，不仅帮助那些专业工作者们能够在他们的专业研究或实践中去更多地思考一些与国情相关的问题，而且，也能为千千万万的父母和一般教育工作者们提供一些有益的参考和引导，让他们能够体会到其实儿童的很多活动也是成长中所必须的，引导儿童的合理成长经常必须是多元的。

这套丛书共包含6册，分别是《儿童游戏治疗》、《儿童阅读治疗》、《儿童艺术治疗》、《儿童行为治疗》、《儿童团体治疗》和《儿童家庭治疗》，它们将陆续与读者见面。这些书不仅各具特色，而且非常贴近儿童实际，很多内容都是源自于对日常生活中儿童问题的帮助。对于大多数读者来说，无需考虑丛书的顺序，完全可以按照自己的喜好任意选择其中的一部开始阅读。至于为什么我们会使用“治疗”而不是其他更温和一些的字眼来表达这些儿童活动，其实用意很简单，只是为了强调它们的功用性，只要你把有意识的教育也当做是一种治疗的时候，这里治疗的含义也就没有那么难理解了。为了令包括普通教师、家长在内的所有读者们都能够从中有所获益，这些丛书的作者们在写作中做了很多推敲，力求通过使用通俗易懂的语言和一些身边的案例来表达科学知识、介绍最新专业研究成果。



不仅如此,这套丛书在结构和形式的编排上也做了一些设计,提供了导读、案例、问题与思考等专栏和知识链接,通过呈现资料和信息的方式,给读者尽可能多的个人思考空间。此外,除了一些专业人士和学生,关心此类书籍的读者还会包括很多有较好知识修养的普通家长和教育工作者,我们在不影响可读性的情况下,尽可能地把一些相关科学概念和研究成果作了系统梳理,确保文献的科学完整性,并与学术前沿接轨。

从国内现有出版物情况来看,除了少数几部关于一般儿童心理治疗的书籍和一些涉及游戏、艺术等专门儿童治疗的书籍之外,能够比较系统讨论各种与儿童生活联系紧密的治疗书籍还很少见。虽然这套丛书在很多方面难免存有瑕疵,有待同行和其他相关人士的批评指正,但是,我们也相信它的面世一定会对于推动更具有中国特色的儿童心理咨询和治疗事业作出贡献。

傅宏

2009年岁末于南京随园



游戏是通往儿童内心世界的桥梁。

在儿童的世界里,游戏无处不在。初生婴儿的动作模仿,学步宝宝用湿沙子建造城堡,学前儿童忙着“过家家”,学龄儿童坐在桌旁许愿希望自己能得到美味的零食……在各种游戏中,儿童大胆地想象,充分地体验,尽情地享受,游戏让儿童以自然的方式表达他们自己的思想、情感,探索自己和他人的关系,扮演不同的角色。

游戏是一种独特的媒介,是孩提时代不可或缺的一部分。游戏能促进儿童的语言表达、沟通技巧、情绪发展、社交技巧、决策技巧及认知能力的发展;游戏同时也是探索和发现人际关系、实验成人角色,以及了解自己感受的媒介。

游戏,对儿童而言,存在着表达、沟通、体验、成长等重要价值。对研究儿童的学者和教师而言,理解儿童的游戏对于儿童的发展,对于他们的工作,不仅重要而且必要;对于临床医生,儿童的游戏可以帮助他们去评价并解决儿童的问题;而对于广大的家长而言,如果他们把养育孩子当做一项意义重大的事业,那么游戏在养育孩子的过程中十分关键。

游戏在教育和发展上的重要性已有充分的文献评估和描述。玩游戏本身并不能达到治疗的功效,但玩游戏可以起到预防心理疾病的作用。通过游戏,儿童可以完成自己在发展上的任务。由于儿童的语言表达能力尚未发展成熟,限制了他们对自己内心问题和需要的表达,游戏作为最适合

儿童的自然媒介,是儿童生活经历的一种“描述”,是儿童情绪调节与表达的显示器,是儿童新想法和新行为尝试的有效工具,游戏还能够传达来自儿童潜意识的冲突和环境压力所产生的困扰。游戏治疗是以游戏活动为媒介,为儿童创设一个充分自由的环境,借助游戏让儿童在自由的玩耍中把内心的问题和焦虑“玩”出来,让儿童在游戏活动中自由地表达自己的情感,暴露内心的冲突,使问题得以缓解或消失,以促进儿童的发展。

不仅如此,游戏还有一些特别的功能,在游戏中儿童会传达和发泄某些创伤性的固执、冲突和敌意,儿童也利用游戏来扮演真实的冲突和困难,或是利用游戏来克服紧张和焦虑以达到放松的目的。游戏治疗是对儿童实施心理治疗特别有效的一种方法,依据不同的心理学理论而形成了不同的游戏治疗派别。游戏作为解决与儿童沟通的辅助手段,最早受到精神分析学派的关注,之后,游戏治疗经历了人本主义、认知行为等不同学派的发展,最后逐渐趋于折中和融合,并逐渐呈现出从问题解决走向预防的趋势。

借助于游戏,通过游戏治疗,可以帮助那些在成长过程中经受过创伤或需要得到特别帮助的儿童缓解甚至消除心理障碍,以促进他们更好地成长。游戏治疗是最适合儿童的一种治疗方法。基于此,本书系统全面地介绍了游戏及儿童游戏治疗的基本理论及其演变历程(第一、第二章);探讨了游戏治疗发展中呈现的几种新趋向:短程游戏治疗(第三章),团体游戏治疗(第四章),家庭游戏治疗(第五章);系统阐述了在游戏治疗中被许多儿童反复选用的独特治疗方法——沙盘游戏治疗(第六章);介绍了游戏治疗在儿童生活情境中的拓展应用(第七章)。这些游戏治疗的基本范式及其操作技术,不仅适合心理咨询和治疗专业从业者的学习,而且也适合广大家长、教师及其他普通读者阅读、学习和参考。





第 1 节	儿童的发现与童年游戏	3
1.1.1	儿童的发现	3
1.1.2	在游戏中成长	4
1.1.3	儿童游戏面临消逝的危机	5
1.1.4	捍卫童年	8
第 2 节	游戏理论	9
1.2.1	早期游戏理论	10
1.2.2	心理学视野中的游戏理论	11
第 3 节	游戏的定义	15
1.3.1	游戏是一种没有目的与生俱来的倾向	16
1.3.2	游戏是一种行为过程	16
1.3.3	游戏是一种情境	17
1.3.4	游戏是儿童的一种自主行为	17
1.3.5	其他的一些描述性解释	18
第 4 节	游戏的功能	19
1.4.1	促进儿童身体的发展和对自身的认识	20
1.4.2	促进儿童认知能力的发展	20
1.4.3	促进儿童语言的发展	21
1.4.4	促进儿童社会性的发展	22
1.4.5	增进儿童心理健康,促进儿童自我的成长	22
1.4.6	是一种很好的诊断方法	23
第 5 节	儿童游戏的发展阶段	23
1.5.1	感官游戏:和世界第一次亲密接触	24
1.5.2	想象游戏:我想象故我在	24
1.5.3	社会化情景剧游戏:再造现实世界	26
1.5.4	规则游戏:在规则的世界里	27



- 第1节 游戏治疗的内涵 31
 - 2.1.1 游戏与儿童心理治疗 32
 - 2.1.2 游戏治疗的定义 36

- 第2节 游戏治疗的理论与发展 37
 - 2.2.1 游戏治疗学派的发展 37
 - 2.2.2 精神分析取向的游戏治疗 38
 - 2.2.3 人本主义游戏治疗的观点 44
 - 2.2.4 认知行为游戏治疗理论 52
 - 2.2.5 阿德勒游戏治疗理论 57
 - 2.2.6 格式塔游戏治疗理论 64

- 第3节 儿童游戏治疗及其相关议题 70
 - 2.3.1 游戏治疗的功能 70
 - 2.3.2 游戏治疗的发展阶段 72
 - 2.3.3 治疗中的儿童游戏设计 76
 - 2.3.4 游戏治疗中需要特殊处理的问题 82
 - 2.3.5 游戏治疗中的相关伦理问题 85

- 第4节 游戏治疗的发展趋势 89
 - 2.4.1 融合的趋势 90
 - 2.4.2 从治疗走向发展 91
 - 2.4.3 游戏治疗模式的发展 93
 - 2.4.4 日益强调治疗师的角色特征以及对文化的适应性 93
 - 2.4.5 游戏作为一种诊断工具的革新 97
 - 2.4.6 游戏治疗中的变革 101





- 第 1 节 短程游戏治疗概论 107
 - 3.1.1 短程游戏治疗的适用范畴 107
 - 3.1.2 短程游戏治疗的目标与次数设定 109
 - 3.1.3 短程游戏治疗过程 110
 - 3.1.4 父母及教师的有效介入 113

- 第 2 节 悲伤儿童的短程格式塔游戏治疗 114
 - 3.2.1 儿童成长中的丧失创伤 114
 - 3.2.2 短程游戏治疗 115
 - 3.2.3 悲伤儿童的短程格式塔游戏治疗——案例介绍 117

- 第 3 节 注意缺陷/多动障碍儿童的短程结构式游戏治疗 124
 - 3.3.1 注意缺陷/多动障碍 125
 - 3.3.2 结构式短程游戏治疗 128
 - 3.3.3 ADHD 儿童结构式短程游戏治疗：程序与案例 129

- 第 4 节 对父母离异儿童以解决问题为目标的短程游戏治疗 144
 - 3.4.1 父母离异与儿童的创伤 144
 - 3.4.2 指导性游戏治疗与非指导性游戏治疗 145
 - 3.4.3 以解决问题为目标的短程游戏治疗 149



- 第1节 团体游戏治疗概论 159**
- 4.1.1 团体游戏治疗的优势 159
 - 4.1.2 团体游戏治疗师的专业素养 165
 - 4.1.3 游戏室的设置及游戏器材的选择 167
 - 4.1.4 团体成员的筛选与团体的规模 168
 - 4.1.5 团体的长度、频率与聚会次数 171
 - 4.1.6 团体游戏治疗中的评估、反馈与设限 172
- 第2节 儿童中心式团体游戏治疗的理论模式及其应用 177**
- 4.2.1 关键性的治疗因素 178
 - 4.2.2 儿童中心团体游戏治疗目标 179
 - 4.2.3 儿童中心团体游戏治疗关系 179
 - 4.2.4 治疗师的个人特质 181
 - 4.2.5 儿童中心团体游戏治疗的案例说明 181
- 第3节 阿德勒团体游戏治疗的理论模式及其应用 186**
- 4.3.1 关键性的治疗因素 187
 - 4.3.2 团体成员的筛选和评估 188
 - 4.3.3 理论的概念化 190
 - 4.3.4 团体过程 192
 - 4.3.5 家长及教师的介入 197
- 第4节 格式塔式团体游戏治疗的理论模式及其应用 198**
- 4.4.1 关键性的治疗因素 198
 - 4.4.2 团体目标与规模 202
 - 4.4.3 团体的内容与技术 203
 - 4.4.4 团体过程 203





第 1 节	家庭游戏治疗的形成与发展	211
5.1.1	家庭治疗中的儿童	211
5.1.2	儿童游戏治疗中的父母与家庭	214
5.1.3	游戏在家庭治疗中的运用	214
5.1.4	游戏治疗与家庭治疗的整合	216
第 2 节	家庭游戏治疗的相关要素	218
5.2.1	家庭游戏治疗策略	218
5.2.2	家庭游戏治疗中的儿童	219
5.2.3	家庭游戏治疗中的父母	220
5.2.4	家庭游戏治疗中的游戏	221
5.2.5	家庭游戏治疗中的治疗师	224
第 3 节	家庭游戏治疗的评估	227
5.3.1	家庭游戏治疗评估的基本环节	227
5.3.2	家庭治疗单元的评估程序	230
第 4 节	家庭游戏治疗中的游戏治疗技术	237
5.4.1	家庭玩偶会谈	237
5.4.2	家庭相互说故事技巧	247
5.4.3	亲子与家庭互动模式的评估诊断技巧——家庭布偶评估	253



- 第1节 沙盘游戏治疗的历史与发展 265
 - 6.1.1 洛温菲尔德的“游戏王国技术” 265
 - 6.1.2 卡尔夫的沙盘游戏治疗 268
 - 6.1.3 沙盘游戏的多元化发展 270
 - 6.1.4 沙盘游戏的未来趋势 271

- 第2节 沙盘游戏治疗的理论基础 272
 - 6.2.1 游戏治疗理论 273
 - 6.2.2 荣格分析心理学理论 274
 - 6.2.3 诺伊曼的自我发展理论 275
 - 6.2.4 中国的传统文化 277

- 第3节 沙盘游戏治疗的基本原理 278
 - 6.3.1 无意识水平的工作 278
 - 6.3.2 象征性的分析原理 280
 - 6.3.3 感应与转换的治愈机制 282

- 第4节 沙盘游戏治疗的过程 283
 - 6.4.1 沙盘游戏的构成要素 284
 - 6.4.2 沙盘游戏治疗的实施 287
 - 6.4.3 沙盘游戏的发展阶段 289

- 第5节 沙盘游戏的评估与分析 291
 - 6.5.1 沙盘游戏的评估 291
 - 6.5.2 初始沙盘及其意义 293
 - 6.5.3 沙盘游戏的主题与分析 294





第 1 节 学校情境中的游戏辅导 305

- 7.1.1 在小学开展游戏辅导的优势 305
- 7.1.2 学校游戏辅导的实施准备 307
- 7.1.3 小学游戏辅导的具体实施 309
- 7.1.4 学校情境中的小型团体游戏辅导 314
- 7.1.5 游戏辅导在班级团体中的应用 316

第 2 节 家庭中的亲子游戏治疗 325

- 7.2.1 游戏——沟通儿童和成人世界的桥梁 326
- 7.2.2 亲子游戏治疗的形成与发展 329
- 7.2.3 亲子游戏治疗的特点 332
- 7.2.4 亲子游戏治疗的适用范围与父母的价值 334
- 7.2.5 孩子关系增进治疗十周训练项目 337
- 7.2.6 父母技巧训练项目 339

附录一：适应性游戏行为评定表 345

附录二：个别游戏治疗过程记录表 348

附录三：游戏治疗者的技巧检核表 350

参考文献 352