

結構式遊戲治療 個案實務與分析

鄭如安
主編



每個個案都有故事，每次的遊戲治療過程都是由輔導人員和個案共同建構屬於他們兩人的故事。故事讓人久久不忘，若故事又是充滿無條件、真誠的互動，那將更扣人心弦。

《結構式遊戲治療個案實務與分析》一書，由十位深具人本情懷的輔導人員共同撰寫。他們具優質的遊戲治療專業能力，在遊戲治療的過程中，不斷的覺察自身感受、感覺與感動，而這些感受、感覺與感動，更顯出輔導人員的陪伴與反應充滿了「人」味，我們相信，書中十個孩子也已感受到這份深切的關懷。

希望這本書除了讓你有專業的學習之外，亦能讓你感受到這份濃濃的「人」味。



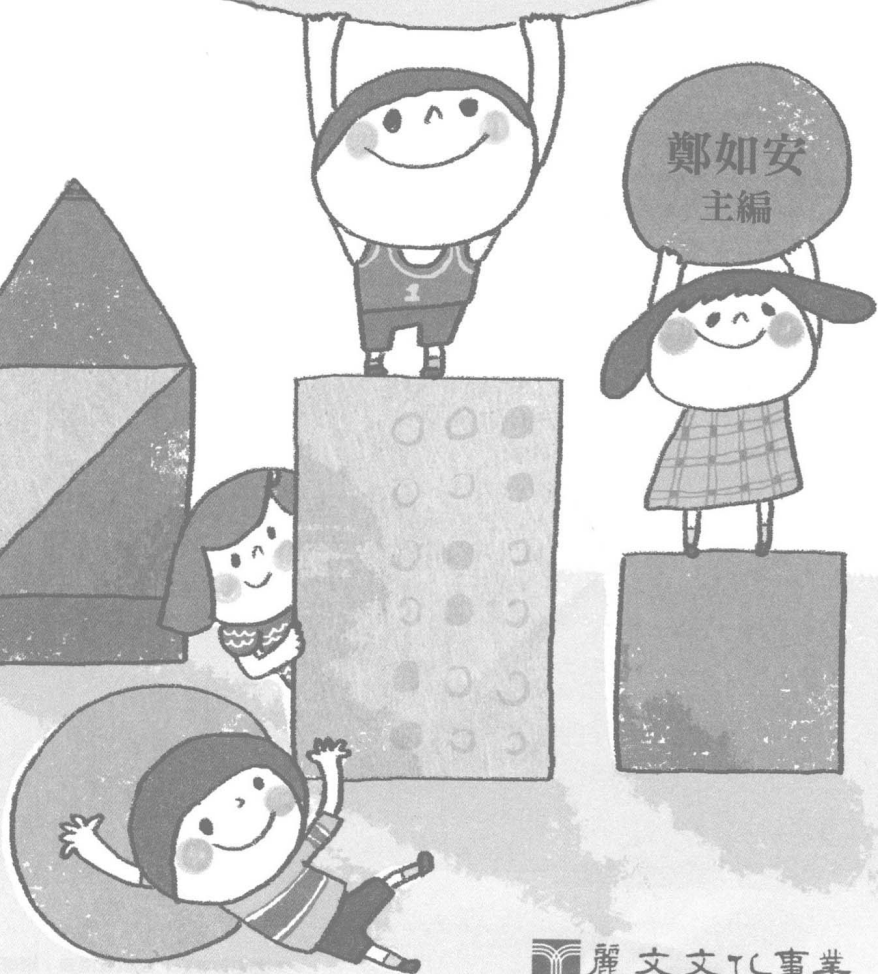
ISBN 978-957-748-480-2



LUF0058

結構式遊戲治療 個案實務與分析

鄭如安
主編



結構式遊戲治療個案實務與分析 / 鄭如安主編. --

初版. -- 高雄市：麗文文化，2012.04

面：公分

ISBN 978-957-748-480-2 (平裝)

1. 遊戲治療 2. 個案研究

178.8

101003997

結構式遊戲治療個案實務與分析

初版一刷・2012年4月

主編	鄭如安
作者	王怡蓉、李伊淑、邱美綺、洪筱琦、洪麗晴、張綺瑄、許家芬 陳玟如、葉明哲、劉秀菊、鄭如安
責任編輯	杜佳靜
發行人	楊曉祺
總編輯	蔡國彬
出版者	麗文文化事業股份有限公司
地址	80252 高雄市苓雅區五福一路57號2樓之2
電話	07-2265267
傳真	07-2264697
網址	http://www.liwen.com.tw
電子信箱	liwen@liwen.com.tw
郵撥	41423894
臺北分公司	23445 新北市永和區秀朗路一段41號
電話	02-29229075
傳真	02-29220464
法律顧問	林廷隆律師
電話	02-29658212

行政院新聞局出版事業登記證局版台業字第5692號

ISBN 978-957-748-480-2 (平裝)

 麗文文化事業

定價：250元

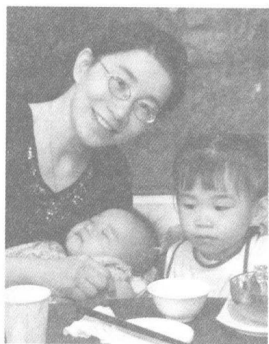


作者簡介

Author



王怡蓉



國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士。現任高雄市立瑞祥高中專任輔導教師、高雄市學生輔導諮商中心兼任心輔人員。

人生無奈，但有選擇。慶幸當初做了這個選擇，讓我能學習和自己與兒童做最真實、最柔軟的接觸，成為如其所是的自己。而人生就像茶葉蛋，有裂痕，才入味。既然裂痕有其存在價值，何不將這些苦難化為春泥，來豐厚你我的生命故事。

李伊淑

國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士。現任高雄市立陽明國中輔導教師、高雄市學生輔導諮商中心兼任心輔導人員。



大人的用心沒有被看見，孩子的心靈沒有被瞭解，往往會兩敗俱傷，執著要對方改變，有時壓迫感愈大，距離愈遙遠。和夥伴們學習遊戲治療的過程，就像在乾涸堅硬的土地上耕種，嘗試用各種方法灌溉、鬆土、施肥，使其得到滋養。先去瞭解他、陪伴他，緊繃的關係鬆動後，他會漸漸展現厚實的生命力，改變慢慢的就發生了。



邱美綺



國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士。取得諮商心理師證照。現任高雄市立左營國中輔導教師。

藉由諮商關係，讓我接觸另一個人的生命，開啟一段心靈的對話，在敘說的過程中，更擴大豐富了彼此的生命廣度與視野。諮商這份工作充滿挑戰性，幸好有這群夥伴們一路相伴，獲得滿滿滋養與能量，能夠繼續前進，為生命創造並留下許多更美好的事。

洪筱琦

國立高雄師範大學教育所碩士。現任高雄市立陽明國中輔導教師。

我喜歡，抱著一顆好奇的心，由他們引領我去閱讀一段段充滿勇氣及力量的故事；我欣賞，每個值得被祝福與被愛的孩子；我堅信，每個未完待續的故事，孩子會繼續用充滿生命力的方式尋找自己的出路，活出自己的人生。



洪麗晴



國立臺中教育大學國教所博士。曾任高雄市學生輔導諮商中心兼任心輔人員。現任高雄市漢民國小教務主任。

心中有「愛」，生命存在～「陪伴」，發掘「從0到1的愛」。

「專注傾聽、用心觀察」～給予孩子們溫暖般的話語與感受，陪伴他們走過一段人生的幽谷，增長他們繼續勇往向前的力量與智慧，擁有一顆慈悲、菩提與智慧之心。



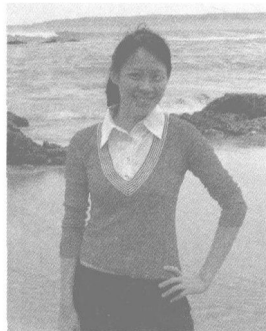
張綺瑄(Sonia)

國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士。現任綠野仙蹤心理諮商所諮商心理師、高雄市學生輔導諮商中心外聘心理師、高雄市生命線協會與基督教機構等協助督導與訓練工作。



熱愛與兒童、青少年及家庭互動的諮商實務工作，擅長萃取家庭成員與家庭獨特文化中的正向元素，激勵家庭為改變而努力。除了使用語言的介入，也喜愛透過各種不同的媒介，深入聆聽並幫助當事人探索內在的寶藏。

許家芬



屏東教育大學教育心理與輔導所諮商輔導組研究生。現任國小教師兼任輔導老師、高雄市教師劇團(playback)。

喜歡結合表達性藝術治療與體驗教育的取向至兒童青少年的諮商輔導工作，相信當我們重視每個人的獨特、傾聽與關懷、以悅納的眼光陪伴他們時，孩子就更有機會發揮潛能、治癒自己心靈的傷口。期待在諮商輔導工作中與有志一同的夥伴一起努力！

陳玟如

國立中山大學教育研究所碩士。現任高雄市莊敬國小教師、高雄市學生輔導諮商中心兼任心輔人員。



相信「每個人在這世上都是一份奇特的禮物」～愛自己，也愛身邊的家人、學生以及好友。

期待「無邊無際的愛，足以合唱、吟詠出你我人生的樂歌」～走吧！和我一起行動，種下愛的種子，將純真良善的果實分享給更多人！



葉明哲



諮商心理師。現任綠野仙蹤心理諮商所心理師兼所長、高雄市學生輔導諮商中心外聘心理師。

從事助人工作近二十年，服務對象從兒童到老人。在與兒童一起工作時，遊戲是過程中很重要的元素。透過遊戲，我可以與兒童建立關係，深入他們的世界，協助他們表達和理解情緒，進而發現自我能力並發展自信。目前也在社區推廣親子遊戲課程，提供親子接觸互動機會，協助親子間親密關係的建立。

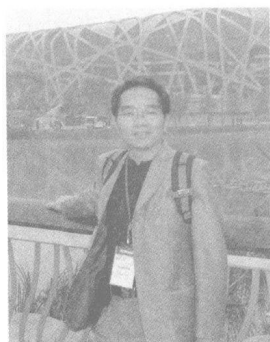
劉秀菊

國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士。現任高雄市龍華國小專任教師、高雄市學生輔導諮商中心兼任心輔人員。

我非常喜愛陪伴兒童遊戲、接觸人的內在，更相信人有許多潛能，尤其是兒童，即使在艱難困苦的環境中，都有他們的生存之道，這是讓我感動與佩服的地方。因此，期待自己能不斷學習，看見人們內在世界的力量，並將這樣的相信與看見傳達出來，讓人們更有力量、更快樂，讓世界更美好。

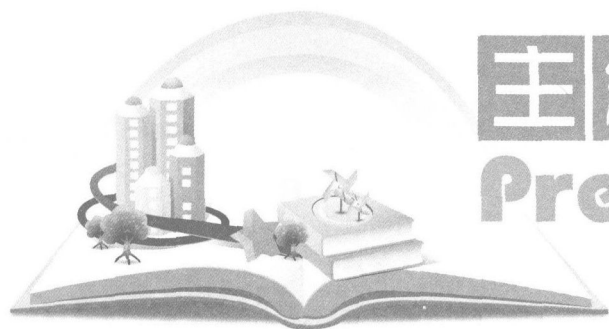


鄭如安



國立高雄師範大學輔導與諮商研究所博士。現任美和科技大學社工系助理教授、高雄市諮商心理師公會理事長、社團法人高雄市生命線協會主任。

生命與生命的接觸都是那麼的美，每一個生命都是如此的有價值，何等幸運的在助人工作中，我可以接觸到如此多美麗的生命，這些是我的工作夥伴、是我的個案、是我遇到的每一個人。我自期能像向日葵般吸收太陽的溫暖與能量，讓蝴蝶因有了我的溫暖及能量而能幸福的飛翔。



主編序

Preface

《結構式遊戲治療個案實務與分析》是我和十位夥伴一起努力的結晶。本書的完成，象徵著一群專業人員的合作、對專業的負責、對個案的用心，以及在專業成長路上找到的支持與樂趣，都讓我們更有能量用心的陪伴個案。我常說：專業的學習是永無止境的，諮商專業的路有時是辛苦的，但我們絕不會讓自己孤單。

在這樣的共識下，很幸運的我們成為一個團隊，也成為很好的朋友，彼此願意相互支持與鼓勵，並決定一起把大家的陪伴故事變成一本書。

書中介紹了十個案例，是由十位專業輔導人員參與撰寫，每個案例都是從各篇作者擷取部分報告內容做分享，其中，可以看到從覺察、表達、行動、撫育（鼓勵）到整合等五個過程的轉變脈絡。在我的督導與帶領下，輔導人員覺察自己在接案過程的深刻感受或感動，透過書寫這些經歷和體驗，同時也分享了陪伴個案的過程中做了些什麼？應用了哪些媒材物件？緊接著，再由我針對每位輔導人員的介入及過程做不同的回饋，其目的就是希望能讓讀者知道，輔導歷程中的重要機轉或關鍵改變之處。

為每篇個案故事寫分析與回饋的過程中，一個個真誠與精彩的陪伴故事，總是讓我不斷的感動與成長。看似一本小小的書，但卻也是團隊夥伴們二年時間的辛勤成果，很高興我們一起完成了這本「故事書」。編者才疏學淺，內容若有不周詳之處，尚祈各位輔導前輩惠予指正。

鄭如安於高雄慈濟書軒

2012年03月23日



目次 Contents

作者簡介 i

主編序 v

緒論 1

Part 01 傾聽他的喜歡 9

Part 02 渴望安全感和愛的心靈 21

Part 03 雨過終會天晴 45

Part 04 有愛相隨幸福永在 57

Part 05 永不止息的愛是我力量的泉源 75

Part 06 深呼吸、實際的行動 91

Part 07 有愛無礙 111

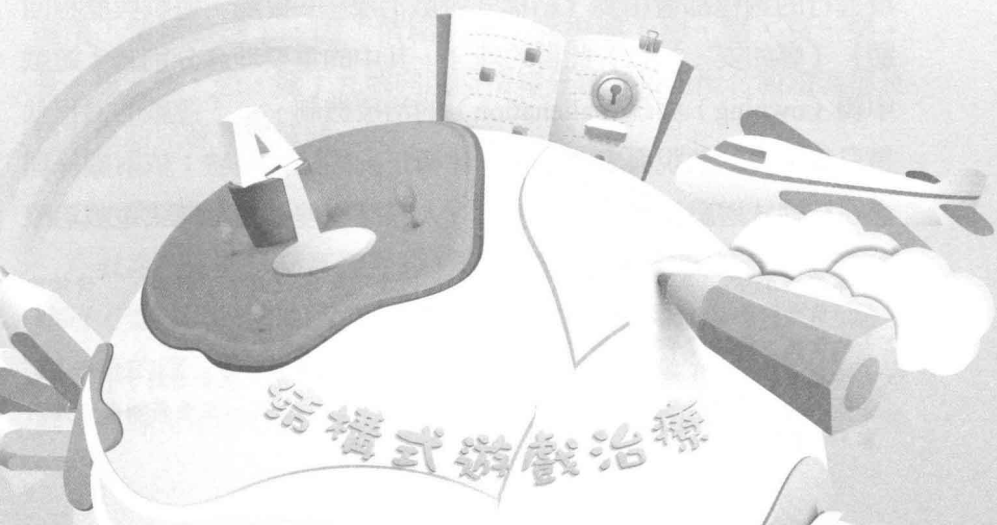
Part 08 為自己出征 131

Part 09 憤怒下的真情流露 145

Part 10 堅強的微笑 157

參考書目 170

緒論





我熱愛諮商輔導，更著力於兒童相關議題之諮商輔導，多年的實務工作，讓我深信投入於兒童議題是絕對值得的！近年來，我經常思索著如何將個人的實務經驗，分享給有需求的諮商專業夥伴、學校輔導老師及家長。因此，我開始著手編寫繪本、書籍、設計遊戲相關媒材等工作，其主要目的在於協助這些關心兒童的老師、家長們能有更好的方法及適用的媒材，可以作為進一步瞭解兒童、關懷兒童的有利媒介！

《結構式遊戲治療個案實務與分析》可以說是接受我督導多年夥伴的一個成果呈現，其實這也是我督導的一個方式，亦即在討論個案過程中，要求被督導的夥伴們覺察及分享當自己聽到有關個案的訊息、看到個案的面貌行為、聽了個案的描述當下內心會有哪些感覺，然後再進行有關個案的討論，我稱此為互為主體的督導過程。

本書中的案例提及「家庭遊戲卡」¹、「能量圖卡」²及「情緒臉譜」、「能量語句」、「行動語句」³等媒材物件，在坊間書局或麗文文化事業機構直營的校園書局都有展示。另外，個案遊戲治療進行的過程都會用到《結構式遊戲治療——接觸、遊戲與歷程回顧》（鄭如安，2012）此書的理念，其中的重要理念分別為「遊戲中親（owning）與疏（alienation）的治療機制」、「遊戲的過程就是兒童厚實的敘說與表達」、「建構正向的陪伴經驗：依附關係理念在結構式遊戲治療的應用」和「人際歷程理論在結構式遊戲治療

1 「家庭遊戲卡」（鄭如安等人，2008），包含「家庭遊戲卡」圖卡、「情緒臉譜」及「能量包」，於2012年再版後即重新調整卡片內容。

2 「能量包」於2012年調整圖卡內容後再版，並更名為「能量圖卡」。

3 「情緒臉譜」、「能量語句」、「行動語句」原名為「兒童能量遊戲卡」（鄭如安等人，2009），於2012年再版後與「家庭遊戲卡」合併，並重新調整卡片內容。



上之應用」，若想更詳盡瞭解其內容，則可閱讀該書。

本書共介紹了十個案例，每個案例都不是從第一單元到結案的報告，而是由每篇的作者擇其部分內容做分享，但每個案例都可以看到從覺察、表達、行動、撫育（鼓勵）到整合等五個過程的轉變脈絡（鄭如安主編，2012）：。茲簡要說明如下：

一、覺察、表達、行動、撫育（鼓勵）到整合的過程

這不僅是一個完整的諮商歷程，每一個單元諮商（session）也可分解成這五段過程，也就是說每個單元諮商，都可以分解為引導個案接觸、覺察到自己的心情與想法，然後催化其表達、坦露。

（一）覺察階段

諮商師運用媒材引導兒童接觸內在情緒，最簡單具體的作法就是運用「情緒臉譜」來協助兒童覺察自己的情緒。情緒通常是非常細微且有層次的，例如：憤怒的背後常壓抑著悲傷或擔心。因為兒童所能陳述的字彙有限，因此兒童不易覺察自己的情緒。我們可以運用「情緒臉譜」，因「情緒臉譜」係根據「喜、怒、哀、樂、憂、思、悲、恐、驚」九個向度將情緒分類，接著配合臉譜表情及色彩協助兒童覺察情緒。

（二）表達階段

表達和覺察是交互發生的。當兒童開始運用媒材接觸自己的情緒時，覺察與表達便已產生。諮商師可以利用具隱喻特性的活動，如神奇的筆、祕密瓶、出氣槌、氣球、沙包、吹泡泡等物件或活動，引導兒童將心情、感受、想法寫出來和表達出來。



（三）行動階段

現實情境中，很多時候兒童的生活不是被自己決定的，因此協助兒童擁有掌控感，提升其我能感是兒童諮商的重要目標。透過遊戲、畫圖、創作過程等，都可以讓他們有機會自己控制、自己決定、自己行動。

（四）撫育（鼓勵）階段

好的依附關係往往來自於一個愉快經驗的連結，這些都和愛、舒適、舒服、安全有關（Jernberg, 1993）。兒童成長過程必須大量擁有被滋養與照顧的經驗，我們可以透過食物、身體溫柔的接觸、照顧滋養的動作（如擁抱、梳頭髮、擦乳液），讓兒童可以得到滋養與休息。所以，布偶客體及各種滋養的物品就常出現在本書的案例說明中。

（五）整合階段

一個完整的諮商過程，常會在深刻的體驗後出現新的領悟，這個領悟是一種新的認知，一個新的自我價值。這個新想法，有可能使兒童的情緒與行為跟著改變。在歷經覺察、表達、行動與撫育之後，我們期望透過正向的「能量語句」肯定及遊戲小書的回顧來整合兒童的轉變、進步與發展。

書中每個案例也都秉持「遊戲的治療功能」和「遊戲轉換兒童內在主觀經驗的機制」等理念進行，在此也特別加以說明。

二、遊戲的治療功能

媒材物件主要的使用對象是兒童，運用的方法以遊戲的形式進行。遊戲對兒童的發展有其重要性，Schaefer（1994）曾指出遊戲



對兒童具有下列五種治療功能：

（一）權力與控制（power and control）

遊戲本身可以提供兒童強烈的權力和控制感，透過玩具的選擇、過程的安排可以使兒童有權力和控制感。

（二）頓悟（insight）

在利用玩具玩出內心困擾的同時，兒童就已經在和他的情緒接觸，透過遊戲過程裡困擾事件中情節的轉變、人物對話內容的轉變或是事件的重複演出……，都有助於兒童覺察困擾事件所引發的情緒、想法和行為，進而產生新的頓悟。

（三）情緒釋放（emotional release）

情緒釋放亦即把被壓抑的情緒（如生氣、傷心……）表露出來。兒童在遊戲過程常會透過玩具和遊戲內容，以間接或象徵的方式來呈現其壓抑的情緒，若諮商師接受兒童的象徵遊戲，適時且合宜地反映出這些情緒，便極具治療效果。

（四）認知重建（cognitive reappraisal）

遊戲過程不僅要做到情緒釋放，還要能將兒童失功能、錯誤的信念導正過來，兒童之所以會有錯誤的認知，通常是因為他們容易過於簡化事件或錯誤推論。諮商師可以藉遊戲治療的過程，讓兒童感受到自己的權力與控制感，然後再應用故事、布偶、繪本、演劇等媒材或方法來修正其認知信念。

（五）支持性關係（supportive relationship）

若兒童感受到自己可以把負向情感表達出來，而且這些情感會