

国家“十二五”重点图书出版规划项目

儿童社交技能 发展游戏

Social Skills Games for Children



儿童心理健康游戏活动系列
4



[澳] 黛博拉·M. 普拉默 著 | [英] 简·塞路里 插图

孔译

图书馆



南京师范大学出版社
NANJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

国家“十二五”重点图书出版规划项目



| 儿童心理健康游戏 / 活动系列 4

儿童社交技能 发展游戏

[英] 黛博拉·M. 普拉默 著

[英] 简·塞路里 插图

胡小礼 译



 南京师范大学出版社
NANJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

儿童社交技能发展游戏 / (英)普拉默著;
胡小礼译. —南京:南京师范大学出版社, 2015. 7
(儿童心理健康游戏/活动系列)
ISBN 978-7-5651-1579-0

I. ①儿… II. ①普… ②胡… III. ①儿童—
人际关系—能力的培养 IV. ①G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 235250 号

Title: Social Skills Games for Children

Author: Deborah M. Plummer

Copyright © Deborah M. Plummer 2008

Foreword copyright © Janet Wright 2008

Illustrator copyright © Jane Serrurier 2008

Chinese Simplified language edition published by Nanjing Normal University Press
Copyright © 2015.

This translation of Social Skills Games for Children is published by arrangement with
Jessica Kingsley Publishers Ltd.

All rights reserved.

本书简体中文版由南京师范大学出版社出版发行。

著作权登记号 图字:10-2013-44 号

书 名	儿童社交技能发展游戏
作 者	[英]黛博拉·M. 普拉默
译 者	胡小礼
责任编辑	左 宓 彭 茜
出版发行	南京师范大学出版社
地 址	江苏省南京市宁海路 122 号(邮编:210097)
电 话	(025)83598919(总编办)、83598412(营销部) 83598297(邮购部)
网 址	http://www.njnup.com
电子信箱	nspzbb@163.com
照 排	南京理工大学印刷照排中心
印 刷	扬州市文丰印刷制品有限公司
开 本	890 毫米×1240 毫米 1/32
印 张	5.625
字 数	135 千
版 次	2015 年 7 月第 1 版 2015 年 7 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5651-1579-0
定 价	19.00 元

出 版 人 彭志斌

南京师大版图书若有印装问题请与销售商调换
版权所有 侵犯必究

目 录

第一部分 理论和实践背景

焦点一	导论	(3)
焦点二	何为社交技能	(11)
焦点三	为什么用游戏来发展社交技能	(19)
焦点四	构建情感环境	(27)
焦点五	社交技能的转变和维持	(37)
焦点六	自我反思和自我反思	(44)

第二部分 社交技能发展游戏

主题一	用非竞争性方式选出小组和组长	(49)
步骤 1	选择小组长	(49)
步骤 2	选择配对小组	(49)
步骤 3	分组	(50)
主题二	认识对方:热身和活跃气氛游戏	(51)
游戏 1	降落伞游戏	(52)
游戏 2	我叫什么名字	(54)

游戏 3	循环按摩	(56)
游戏 4	我们的故事	(58)
游戏 5	故事情节	(60)
游戏 6	派对中的客人	(62)
主题三	坚持到底:自我意识和自我控制	(64)
游戏 1	木偶	(65)
游戏 2	沉睡的巨人	(67)
游戏 3	“咯咯”笑互换	(69)
游戏 4	融化的雪人	(71)
游戏 5	你追我赶	(73)
游戏 6	情感画	(75)
主题四	不断调整:探索有效的聆听和观察能力	(77)
游戏 1	召唤卡片	(78)
游戏 2	唇语传话	(80)
游戏 3	眼睛间谍	(82)
游戏 4	小侦探	(84)
游戏 5	王牌	(86)
游戏 6	猜猜应该怎样做	(88)
主题五	不仅仅是说话:交流技能	(90)
游戏 1	开始和结束	(91)
游戏 2	个人访谈	(93)
游戏 3	出其不意的故事	(95)
游戏 4	属于我的故事	(97)



游戏 5 绘画交际	(99)
游戏 6 身体语言	(101)
游戏 7 听指挥	(103)
主题六 我和你:探索情感,培养移情	(105)
游戏 1 木头人	(106)
游戏 2 情感的阶梯	(108)
游戏 3 举起双手	(110)
游戏 4 面具	(112)
游戏 5 跟我走	(114)
游戏 6 如果我们是动物	(116)
游戏 7 如果情绪是有颜色的	(119)
游戏 8 如果他(她)是花儿	(121)
游戏 9 探险家	(123)
主题七 你和我在一起:发展合作和谈判技能	(125)
游戏 1 合作绘画	(126)
游戏 2 保持平衡	(128)
游戏 3 我懂你	(130)
游戏 4 设备的组成	(132)
游戏 5 我们去哪儿	(134)
游戏 6 技能大杂烩	(136)
游戏 7 合作共赢	(138)
主题八 知道了! 在小组互动中解决问题	(140)
游戏 1 “领土”的规则	(141)



游戏 2 缠绕	(143)
游戏 3 勇往直前	(145)
游戏 4 抓“小偷”	(147)
游戏 5 手指搬运工	(149)
游戏 6 分享故事	(151)
主题九 结束和庆祝	(153)
游戏 1 逐渐收缩的降落伞	(154)
游戏 2 放松	(155)
游戏 3 成功的象征	(158)
游戏 4 一起欢呼吧	(160)
游戏 5 赢得奥斯卡	(162)
游戏 6 降落伞游戏——海盗的宝藏	(164)
推荐书目	(166)
参考文献	(168)
致谢	(171)



第一部分

理论和实践背景



野史一編

卷之二

焦点一 导论

《儿童社交技能发展游戏》一书为正在努力学习或想展示社交技能的儿童提供了一些方法,指导儿童通过游戏提高他们现有的社交技能。

使用游戏学习法,这一理念一方面源于我做言语和语言治疗师的工作经历,另一方面是因为我坚信成人在急切地将他们眼中的知识传授给儿童时,忽略了儿童身上很多未被发掘的潜能。玩耍是一种不自觉的行为。儿童的想象力是有价值的内在资源,可利用想象力培养儿童的创造性思维、健康的自尊以及与人成功交往的能力。因此,经过仔细设计的、系统性的游戏可以给儿童提供丰富的学习经验。因为这不仅仅是帮助儿童隐藏或弥补社交缺陷,更提出了一种让儿童进行更深层次学习的可能性——一种有益于良好社交互动、提升个人成就感并确立个人价值的学习体验。

(一) 为什么采用非竞争性游戏

本书是“儿童心理健康游戏/活动系列”之一。与丛书内其他书一样,《儿童社交技能发展游戏》也侧重于非竞争性游戏。在这类游戏中,快乐和挑战源自于游戏过程本身而非输赢。不选择竞争性游戏并不是因为我个人反感它,事实上,我认为一旦



儿童自己选择并准备好参加的话,竞争性游戏也是他们学习的一个重要部分。毕竟,儿童的世界是充满竞争的,不管我们大人是否鼓励他们去做,大多数儿童都会玩一些涉及输赢或“入围”“出局”的竞技游戏。然而,在与同年龄段儿童竞争中取得成功的能力是需要逾越某些障碍的,这会影响其他社交技能的发展。年龄较小的儿童以及自尊心脆弱的儿童会发现很难面对游戏的输赢。对这些儿童来说,对赢得“奖励”的期待过于强烈,导致失败带来的失落感对他们的心理有着同样巨大的影响。为了让他们享受竞争性游戏并从中获益,首先要培养其一定程度的情绪弹性、执行能力和自我效能,而所有这些能力恰可以在非竞争性游戏中得到培养。

(二) 谁会从社交技能游戏中获益

本书中的游戏适合所有 5~12 岁的儿童。在学校,社交技能游戏融入个人教育、社会教育、健康教育与其他一些学习科目之中。本书中的游戏可以用于幼儿园、小学阶段教授和增强儿童各种社交技能;在儿童过渡的敏感时期,这些游戏可以用于增强儿童社交互动。这些游戏可以融入“个体行为计划”(IBPs)中,或者用于追踪“个别化教育计划”(IEPs)的具体方面。这些理念与“儿童计划”的思潮一致(DCSF, 2007)。“儿童计划”是英国政府“每一个儿童都很重要”项目的一个重要部分。该项目包括所有英国的儿童和青少年都能参与的“提高个人能力和社交技能的活动”以及一个在 2008 年公布的具体实施策略。

本书中的游戏也可以对目前小学教育体系中推行的社交和情感培养课程起到辅助作用,例如,社交与情感培养(SEAL)项



目(DfES,2005)。^①

儿童可以在参加的儿童俱乐部、社会团体和娱乐课程中享受这些游戏,并从中受益。关键是,所有游戏都可以和家庭成员一起进行。当然,在支持儿童社会性和情感发展的过程中,父母和其他儿童照顾人员扮演的中心角色十分重要。在特殊的游戏中分享欢乐时光可以促进家庭成员之间的相互理解、关爱和增进情谊。在游戏中共同分享欢乐、解决问题和培养创造性对每个儿童来说都是有意义的。

本书中的社交技能训练项目也是对干预疗法的补充。干预疗法可用于不同领域,既可以针对每个儿童单独开展,也可以针对多个儿童开展小组干预。

本书中列举了一些帮助儿童将社交技能转换到各种不同的情境中去并不断强化的具体策略。我建议游戏组织者反思他们与儿童的互动情况,并通过这些反思来帮助自己改编游戏。

(三) 游戏的构建原则

本书中的游戏和活动共分成九个部分,其中还包括热身部分和结尾部分。这样设计是为了便于评价和适应不同的需求。在实践中,很多游戏在不同的训练项目中都适用,同时你也会发现在一个游戏中经常会涉及不同的社交技能。

每个游戏前面都有一套指示标记,帮助你为不同类别的儿童选择最适合的游戏:

^① 教育与技能培训部(The Department for Education and Skills,简称 DfES)最早成立于2007年6月,后更名为英国儿童、学校与家庭部(Department for Children, Schools and Families,简称 DCSF)。



- ⑤ 表明参加该游戏的最小年龄。没有年龄上限。
- 🕒 10 分钟 建议进行该游戏的大约时长(排除讨论时间)。很明显,这取决于参与的人数以及他们的能力。
- 👤👤👤 表明该游戏适合八名或八名以上儿童参加。
- 👤👤 表明参加该游戏的人数不宜太多。
- 💬💬💬 表明该游戏涉及很多谈话内容(除非经过改编)。
- 💬💬 表明该游戏需要儿童适度交流。
- 💬 表明该游戏基本上不需要或很少需要言语交流。
- 移情 表明参加该游戏需要用到或可以培养的某种基础能力或技能。

1. 基础能力和具体技能

每次社交互动都是独一无二的,它取决于以下因素:儿童(文化背景、性别、年龄和成长因素)是谁;是什么让这些儿童聚集在一起;互动的目标、环境;儿童的心情和之前的经历。因此,列出一个详尽的社交技能清单并不容易。

然而,一些核心能力还是可以列出的。这些核心能力构成了社会化和适应性行为发展的基础。第二部分中的不同游戏会涉及具体的核心能力。它们是:

- 自我意识——儿童意识到自己的情感、想法和行为的能力,以及在社交互动中意识到自身需求的能力。(参见主题三“坚持到底:自我意识和自我控制”)
- 自我控制——控制自我情感和想法以及表达自我情感和想法的能力;控制冲动和正确表达情绪的能力。(参见主题三“坚持到底:自我意识和自我控制”)
- 有效聆听——认真聆听别人并反思的能力。这涉及注意力控制,是交流和合作的重要前提条件。(参见主题四“不断调整:探索有效的聆听和观察能力”)
- 有效观察——观察和反思非语言交流的能力。例如,观



察别人面部表情和身体姿势的变化。(参见主题四“不断调整:探索有效的聆听和观察能力”)

- 理解并使用语言或非语言与他人交流的能力。(参见主题五“不仅仅是说话:交流技能”)
- 掌握和理解不同的情绪以及如何应对他人情绪的能力。例如,注意到有人感到不安并提供帮助。(参见主题六“我和你:探索情感,培养移情”)
- 想象力——移情的重要要素是能够站在他人的角度看待事物,意识到别人的需求。(参见主题六“我和你:探索情感,培养移情”)
- 对不同事物的忍耐或尊重,以及知道该如何表达。(参见主题七“你和我在一起:发展合作和谈判技能”)
- 理解合作和谈判中涉及的“相互依存”的观念。(参见主题七“你和我在一起:发展合作和谈判技能”)
- 运用策略解决问题的能力。(参见主题八“知道了!在小组互动中解决问题”)

某些行为是可以反映儿童实际社交能力的。例如,在口头交际中,要想成功地谈判与合作,可能会用到下列交流技能:

- 互动的开始和结束
- 提出或者回答问题
- 提出要求
- 对话时轮流发言
- 提供个人信息
- 理解指令和发出指令
- 鼓励别人
- 表扬和回应表扬
- 互动时不偏离主题

- 交流风格的灵活性
- 互动中交往得体,互动及时
- 注意保持适当的私人空间(与他人的距离)

每一种游戏仅限于培养几个关键方面的技能,但你也可以根据你的工作需要增加相关内容。毋庸置疑,这些游戏你玩得越多,你想要增加的内容也就越多。

2. 改编

我们提供了扩充和改编游戏的建议,你可以以此为出发点进行尝试。大多数游戏都可以适当地改编,从而让有不同特长和需要的儿童参与。我们应该给较大儿童足够的机会,允许他们在熟悉的游戏的基础上提出新想法,并通过讨论改变游戏规则。通过不断试验新的游戏体系,儿童可以理解游戏规则的价值,并能够更轻松地区分出哪些规则有用,哪些规则没有用。与同龄人讨论,也为儿童提供了培养交流和决策技能的机会。但在改编之前,要让所有儿童弄清楚一些一定要遵循的安全规则和非歧视性的原则。

3. 反思和注释

个人反思和对游戏的反思是学习过程的重要组成部分,哪怕只花一点点时间用于反思自己的行为、情感或行动后果,儿童都会从中受益,取得巨大的进步。

鼓励儿童对游戏活动进行评论也有可能增强他们的学习动机,使他们更好地投入到学习过程中。同时,他们对某类游戏的评论也会帮助你选择其他类别的游戏。

在每个游戏后面,我提供了如何与较大儿童讨论的建议。作为一个总的原则,我建议在玩游戏的时候,讨论的时间不能超过玩游戏的时间。很多经常参加游戏的儿童最终能凭借他们的



经验洞察他们自己以及他人的行为和情绪,而并非总是需要再花时间来反思每一次游戏。然而,这些讨论结果确实为在不同主题游戏之间建立联系提供了机会。当遇到相关的游戏时,游戏组织者可以提醒儿童:“你记得我们玩过……游戏吗?”“当……的时候,你有什么感觉呢?”或者“这个游戏对我们理解昨天班里发生的事有怎样的帮助呢?”

这些建议也为你在设计、改编游戏和反思时提供了新的方向。鉴于此,在每一个游戏的后面我都预留了空白处,用于添加备注。备注可以写对这些游戏的个人见解、游戏存在的问题、成功的经验以及任何由年龄、文化差异或性别差异导致的问题等。

4. 将游戏融入不同的环境中

改编这些游戏并将它们与家庭生活、教育以及治疗相结合时,应该考虑到每个儿童不同的成长环境、需求、特长和经历。每个组织游戏的成人都会把自己的个性、想象力、专长和知识带入游戏中并从基本的游戏模式中创造新的东西。同样,由于儿童的行为和情绪不断变化,他们与不同的人玩游戏必然会有不同的感受,并有可能导致不同的结果。因此,在游戏的过程中,我们自己也要不断地学习和积累。

然而,本书中的游戏是遵循一定的逻辑顺序的。如果你想开展发展社交技能的游戏活动,我建议你首先从热身游戏开始,然后在随后的几个部分中选取2~3个游戏,最后以放松和结束游戏收尾。

热身和活跃气氛游戏可以培养团队凝聚力,有利于大家形成一个紧密联系的团体。这些游戏鼓励儿童互动,让他们觉得自己得到了别人的认可。它们标志着游戏的开始,同时也确保每个儿童完全融入团队中。

放松和结束的游戏强调情绪管理技能,并教授儿童简单的

方法来释放在之前或之后的游戏和讨论中的剩余情绪。放松和结束这两者的结合很重要,因为儿童在探索社交技能和情绪控制技能时需要有关心感和情绪自控力。而游戏的进程,因其可预测性和确定性,可借此起到辅助作用。

在适当的时候,要明确每个游戏的侧重点。例如,你可以先告诉儿童热身游戏是为了使大家更好地认识对方,然后再介绍热身游戏的游戏规则。当你希望儿童在游戏之后讨论某个社交技能时,你可以通过更加详细的介绍来确定侧重点,譬如讲述一个短故事或虚构的事件来说明如何正确使用某种社交技能。然后,你再开始介绍你选择的的游戏,并用该游戏来探索这项技能。游戏结束后,要反思或讨论游戏中发生的事情。随着儿童逐渐熟悉这种模式,可以鼓励他们选择他们熟悉的、并且认为与某种技能相关的游戏(可以从几个相关游戏里面选)。这种选择的过程也可以促使儿童讨论怎样学习和培养技能。

