



Play Therapy
遊戲治療
理論與實務 **第二版**

梁培勇·著

國立台灣大學臨床心理學 柯永河名譽教授 聯合推薦
國立台灣大學心理學系 吳英璋教授

 心理出版社



遊戲治療

—理論與實務

第二版



梁培真 著



遊戲治療：理論與實務／梁培勇著.--第二版.--

臺北市：心理, 2006 (民 95)

面；公分.-- (心理治療系列；22069)

ISBN 978-957-702-867-9 (平裝)

1. 遊戲治療

178.8

95000738

心理治療系列 22069

遊戲治療：理論與實務（第二版）

作 者：梁培勇

執行編輯：林怡倩

總 編 輯：林敬堯

發 行 人：洪有義

出 版 者：心理出版社股份有限公司

地 址：台北市大安區和平東路一段 180 號 7 樓

電 話：(02) 23671490

傳 真：(02) 23671457

郵撥帳號：19293172 心理出版社股份有限公司

網 址：<http://www.psy.com.tw>

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

駐美代表：Lisa Wu (Tel：973 546-5845)

排 版 者：臻圖打字印刷有限公司

印 刷 者：翔盛印刷有限公司

初版一刷：1995 年 2 月

二版一刷：2006 年 3 月

二版三刷：2010 年 2 月

I S B N：978-957-702-867-9

定 價：新台幣 350 元

作者簡介

梁培勇

- ◎ 國立台灣大學心理學博士
- ◎ 主修兒童臨床心理學
- ◎ 從事遊戲治療工作二十多年，一九九一年開始教授「遊戲治療」課程，擔任遊戲治療督導十多年
- ◎ 現任職國立台北教育大學心理與諮商學系教授
- ◎ 臨床心理師執照（心理字第 000144 號）

柯 序

不久之前，作者梁培勇先生來電話，希望我能為他的《遊戲治療》一書再撰一篇短序。他說，該書出版後迄今已經十一年，而這十一年間他在遊戲治療方面增加了不少新的心得、體驗、看法以及領悟，尤其在這方面的督導工作上，所以在將出版新書中要添加這一方面的新資料。這對我來說，當然是很樂意的事情。

把梁先生寄來的這一本書翻到最後一頁，我看到此書在一九九五年二月初版一刷，而在二〇〇一年三月時已經是初版第五刷，為了要詳知此書在今年（二〇〇五年）已經有第幾刷，我打了電話問梁先生，他說詳細情形他不知道，但他很謙虛地說：「很不好意思，今年我參加遊戲治療學會會員大會時聽說，當時參加的每位會員沒有人沒有讀過這一本書。」可見這一本書受歡迎的盛況。

從他學生時代，我就詳知梁先生很喜歡和小孩子玩在一起，小孩子也很喜歡和他同樂在一塊。他和小孩子好像從他出生前就結了解不開的良緣似的。拿到博士學位以後，他更是一頭栽進幫助小孩的各種有關工作中，而這熱忱迄今似乎有增無減。相信他將推出的這一本《遊戲治療》新版有更豐富的新見解；我也至盼它早日出版，以便先讀為快。

最近，不少臨床心理學研究生與臨床心理師也有很多機會執行診斷與治療受過「性侵害」或「家暴」深度創傷經驗的幼兒個案。在督導這些學生與臨床心理師時，我發現「遊戲」是唯一而且最好的診斷、治療、評估此類個案心境的途徑。

本人深深認為在這「受侵暴兒童漸多的不幸」時代，梁先生這一本新書，也許給本書一個小標題——寫在遊戲室和兒童、幼兒玩在一起二十年之後——，是從事這項工作的人必須詳閱的珍貴物。

柯永河

國立台灣大學臨床心理學名譽教授

私立天主教輔仁大學兼任臨床心理學講座教授

2005年12月20日

吳序

培勇將約十年前出版的《遊戲治療》做了相當大幅度的修飾，幾乎增加了三章的內容，準備出第二版，也繼續讓我有機會先睹為快，卻也讓我興起佩服中夾雜著嫉妒與慚愧之情。與培勇相識已快三十年，一起討論臨床實務工作的種種也始自二十五年前，常「談著」說應該整理實務工作的經驗與心得，形諸文字，方便累積台灣臨床心理的應用知識，盡一份臨床心理師的責任。談了三十多年，雖然我試了幾次，還未能寫完任何一本，培勇卻已經準備出第二版了！

我以為每一位臨床心理師的生命經驗都是獨特的，有獨特的特質，有獨特的習慣，也有獨特的專業經驗與學習，所以不論是哪一位大師的高論，或是哪一系統的理論與應用，如果與個人的獨特性不合，對這位臨床心理師而言，這位大師及其高論或該系統理論就沒有什麼臨床工作功能，甚至還可能形成障礙。因此，將所學的理论知識運用於臨床工作上，本質上是種「謀求整合」的過程：將自己的特徵與某（些）理論的主張與說明，以及技巧形成整合，而最理想的整合是該理論的主張與說明以及技巧，隨時與個人於臨床實務上的每項工作密切結合，如同呼吸般的自然而不費力。在這整合過程中，即需要發展出一些「介面」，用來連結「實務經

驗」、「某項理論、技巧」，以及「個人特徵」，同時令個人有效且順利地進行實務工作。

培勇的這本書是很標準的示範，尤其是第二版增修的部分：第一、三、四、五、六、七、八章，是在每章的最後增加了我以為是很好的「收尾」，而第九、十兩章幾乎等於重寫，此外還增加了第十一章。

第一章是綜論的部分，定義了「遊戲」與「遊戲治療」。此次增加的是兩個主要觀點：(1)遊戲「治療」與遊戲「諮商」之爭；(2)遊戲治療與對賽治療的區辨與分別之運用可能性。前者只是概念的區別與個人主張的聲明，不需要進一步的討論；後者則非常值得仔細思維。遊戲與對賽各有其特徵，如果將兩者先單純地視為兩種於治療中操作的「技巧」，則「技巧」需要搭配個案「人的特徵」與「問題的特徵」，以及治療者的「衡鑑—猜測（假設）—介入」的歷程階段（參見第九章）等，來考慮兩者的選擇與運用。不過，遊戲與對賽不只是「技巧」而已，也因為各自的特徵而與社會文化習俗的價值觀與常模性的（normative）習慣結合在一起，因此在兩者的選擇與應用時，需要有更周全的計畫。我以為培勇於這一章的最後相當具體的說明了遊戲與對賽兩類治療的應用，是很好的「收尾」。

第三章增加的第四節：「A. Freud 對野戰派遊戲治療的啟發」包含了「家長第一次如何帶孩子來」與「與家長的聯絡」，以及「用演的，不是單純用講的」，就是很標準的臨

床實務工作的「介面」。為了不佔用太多篇幅，我僅請讀者注意第二部分「與家長的聯絡」當中的「家長在兒童心理治療過程中的角色是雙重的：共同個案與共同治療師」。家長是最好的助理治療師，但也必須如同個案般的有所改變，因此，治療師本身如何看待家長，如何引發家長做必要的改變，以及如何引導家長協助（孩子的）治療進程，往往是整個兒童治療是否有成效的關鍵，然而家長並不是治療師講了就會全盤「遵命照單全收」的被動且完美的助手，而是在治療者的尊重、引發、引導之下，逐漸發展的。

第四章第四節的「扮家家酒」與「遊戲內容與真實生活的關係」雖然是附屬在「Klein與遊戲治療」的章節裡，但五個案例及其說明其實已超過了 Klein 的理論說明，這也是典型的實務與理論的整合所發展出來的「介面」的特性。

第五章是培勇最常運用的觀念。「情緒出水口」的觀念與操作需要有足夠的對這項理念的信心，只是操作時也需要區辨是形成了「出水口」還是「繼續增加進水」。至於「學校中的應用」指出「家長—學生」的特徵有可能是「讓孩子經常處於不合理的進水量」狀態；以及「老師—學生」的特徵，不同於「治療者—兒童個案」的特徵，是有長時間累積的「關係」以及「團體」的實施場景，兩種特徵均有利於結構式治療的觀點。可惜少了以老師為出發點的「班級一個人」案例用來佐證與闡明。

第六章的「故事接龍」可以跳過「心理分析」的理念而

與第四章的「扮家家酒」結合使用。培勇在本書的許多地方一再提起因其未能擁有足夠充分的心理分析訓練，因而某些理論或技巧的結合與運用需要「跳過心理分析」，這是頗富自知之明的智慧作法；在「謀求整合」的過程中，如果加入一些自己並未能完全了解與體會的理論概念或技巧，往往只會形成整合時的障礙。這與他在第七章談到人本概念（個人中心學派）時，先做「理論的反省」一樣，嘗試探索個人的心底深處是否可以完全悅納這派的哲學（對人性的基本假設），否則就很難分清究竟是「人本」還是「本人」學派了。

第八章的「親職教育」與「具體管教子女的方法」又連回了第三章的「與家長的連結」中，看待家長的態度與家長的雙重角色。

九、十、十一這三章是本書的靈魂。我會建議有興趣的讀者仔細閱讀並試著與個人的經驗整合著來了解其中的內容。第九章增加了三個圖，以視覺的方式強化文字所想表達的「衡鑑—診斷—處理」修正成為「衡鑑—猜測（假設）—介入」的內涵與理由。以「假設」取代「診斷」，再進一步以「猜測（假設）」取代「假設」是將面對孩子的每一瞬間攤開來成為連續的，「頭尾」相連的操作細節。可以是相當「微觀」的分析治療師於臨床工作歷程中的「每一個念頭，每一個分析，每一個假設，每一個預測」，以及表現出來的「每一句話，每一個表情，每一項行為，每一項操作」；可以是「每一個治療主題（如與孩子的關係建立，與家長的關係建立，

生活生態資料的蒐集與分析等等)」為單位的分析；可以是每一次（session）治療的分析，也可以是一整個治療階段為單位的分析。只是要能如此活用這項治療模式，就需要仔細了解於此章裡所說明的，以「猜測（假設）」取代『假設』取代『診斷』的理由及其實際的內容與操作。這一部分「觀念」的掌握必須先於「操作」。

我以為這項治療理念模式還可依「初接個案的個案討論」、「執行中個案的個案討論」，以及「結案個案討論」三種不同的需求設計其運用的方式。

培勇對如何選擇理論架構有他的觀點，也針對「個人中心治療」的理念哲學及其作法，做了呼應第七章介紹該治療學派之討論，提出「我研讀的心得」是「兒童的感覺、想法和兒童的行為必須分開來看」，「所以無條件正向尊重應該只是針對兒童的主觀世界」。在這種觀點下如何看待與處理孩子的行為？觀念上需要體認「否定了孩子的行為等於否定了孩子的主觀世界」的連帶特徵，而試著「尊重孩子的主觀世界」，但「協助孩子的行為合乎社會規範，也合乎他的主觀世界」，這就需要結合行為改變技術的應用，以及引入心理分析理論裡的能量概念。

接著是實作部分。培勇將前面各章的「收尾」都集結在「重視與家長的同盟關係」、「重視資料蒐集」、「重視內容與歷程的區隔」三項實作原則裡。我以為他在「內容與歷程的區隔」裡很具體的協助讀者從觀念上分開這兩部分，卻

又可能整合在同一個「行動」裡。這是學習心理治療最有趣的部分，卻也是經常以為自己「懂了」即又「邁入」另一層的「矇矓」裡。

讀完這一章，我的反應是培勇可以整合「所有的理論」進入他的模式裡，似乎他所涉略的各派想法與作法，都可以在他的思維中，轉化成符合他「看待兒童，看待家長，看待遊戲治療」的一部分，只是他現在取用的是他能掌握的部分；不能掌握的部分就留待未來的生命經驗的吸納吧！

（啊，一高興起來就囉哩囉唆的寫個不完！）

第十章的「階段」與第十一章的「困境與錯誤」也令我激賞，只是……很賴皮地請讀者自己好好的看。總而言之，培勇的九、十、十一這三章是令我佩服、嫉妒以及慚愧的主要部分！

吳英璋 於台大心理系

第二版自序

時光匆匆，本書第一版出書已經過了十一年，也很高興看到許多夥伴投入遊戲治療這個領域。這次修訂版的主要重點是加入筆者督導從事遊戲治療工作者的心得，以及再度整理自己的經驗，希望能夠讓有志學習遊戲治療的工作者減少摸索的挫折。筆者仍然強調實務工作者本身的經驗與心路歷程，才是讓自己成長最重要的催化劑，別人的經驗只是作為參考和提醒。

欣聞台灣遊戲治療學會已於二〇〇五年十二月十日在彰化師範大學成立，謹以此書作為學會成立的賀禮。希望所有參與學會工作的夥伴和會員們，此後一路走來相互激勵，久久長長的和孩子們玩下去！

梁培勇 於參加完遊戲治療學會成立大會之後

目錄

第一章 遊戲與遊戲治療 / 001

- 第一節 早期對遊戲的看法 003
- 第二節 遊戲的定義 006
- 第三節 遊戲的心理學觀點 012
- 第四節 遊戲的功能 015
- 第五節 遊戲與遊戲治療 018

第二章 遊戲與兒童心理治療的結合 / 025

- 第一節 遊戲治療的定義 027
- 第二節 遊戲治療的發展歷史 032

第三章 Anna Freud 與遊戲治療—— 心理分析取向之一 / 043

- 第一節 Sigmund Freud 的心理分析
理論 045

- 第二節 準備期與心理分析 051
- 第三節 遊戲治療與心理分析 054
- 第四節 A. Freud 對野戰派遊戲治療的
啟發 058

第四章 Melanie Klein 與遊戲治療—— 心理分析取向之二 / 063

- 第一節 Klein 的心理分析理論 065
- 第二節 Klein 的遊戲治療 070
- 第三節 對 Klein 理論的批評 076
- 第四節 Klein 理論對野戰派遊戲治療
的啟發 078

第五章 結構式遊戲治療——心理分析 取向之三 / 085

- 第一節 結構式遊戲治療種類 088
- 第二節 進行結構式遊戲治療的注意
事項 093
- 第三節 結構式遊戲治療的進行方式 ... 095

- 第四節 結構式遊戲治療的缺點 098
- 第五節 不同心理分析取向遊戲治療
的比較 101
- 第六節 結構式遊戲治療對野戰派
遊戲治療的啟發 103

第六章 相互說故事技巧——心理分析 取向之四 / 107

- 第一節 MST 的進程序 110
- 第二節 MST 的實例 112
- 第三節 進行 MST 的注意事項 121
- 第四節 MST 對野戰派遊戲治療的
啟發 124

第七章 個人中心遊戲治療 / 127

- 第一節 Rogers 的理論 129
- 第二節 對 Rogers 理論的質疑與誤解 140
- 第三節 Axline 的遊戲治療 145