

心理治疗系列



游戏治疗技巧

Play Therapy Techniques

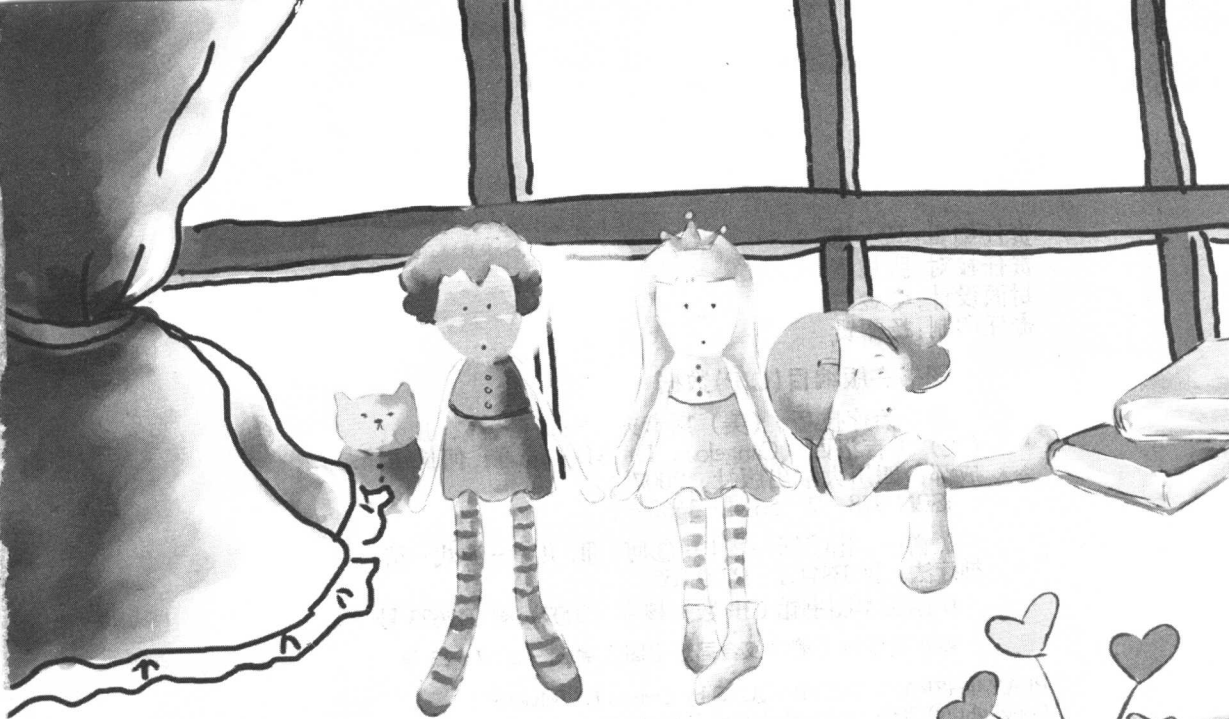
斯卡夫 (Charles E. Schaefer)
卡吉洛西 (Donna M. Cangelosi)

编著

何长珠 译



四川大学出版社



游戏治疗技巧

Play Therapy Techniques

斯卡夫 (Charles E. Schaefer)
卡吉洛西 (Donna M. Cangelosi)

编著

何长珠 译



四川大学出版社

责任编辑:马 娜
责任校对:张战清
封面设计:李金兰
责任印制:杨丽贤

图书在版编目(CIP)数据

游戏治疗技巧 / (美) 斯卡夫 (Schaefer, C. E.),
(美) 卡吉洛西 (Cangelosi, D. M.) 编著; 何长珠译.
成都: 四川大学出版社, 2007.4
ISBN 978-7-5614-3662-2

I. 游… II. ①斯…②卡…③何… III. 儿童-游戏-精
神疗法 IV. B844.1 R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 042623 号

四川省版权局著作权合同登记图进字 21-2007-13 号

PLAY THERAPY TECHNIQUES by Charles E. Schaefer
Copyright © 2001 by Psychological Publishing Co., Ltd.
Simplified Chinese translation copyright © (2007) by AGECCO CULTURE
DEVELOPMENT INC.
ALL RIGHTS RESERVED

国际简体中文版授权 / 深圳埃基柯文化发展有限公司 www.agecco.com.cn
本书文字系经台湾心理出版社股份有限公司同意授权中文繁体字版文字权
译者: 何长珠

中文书名 游戏治疗技巧
英文书名 Play Therapy Techniques

作 者	斯卡夫 (Charles E. Schaefer)	编著
译 者	卡吉洛西 (Donna M. Cangelosi)	
出 版	何长珠	
地 址	四川大学出版社	
发 行	成都市一环路南一段 24 号 (610065)	
书 号	四川大学出版社	
印 刷	ISBN 978-7-5614-3662-2/B·163	
成品尺寸	成都蜀通印务有限责任公司	
印 张	170 mm×220 mm	
字 数	23.5	
版 次	258 千字	
印 次	2007 年 4 月第 1 版	
印 数	2007 年 4 月第 1 次印刷	
定 价	0 001~5 000 册	
	39.00 元	

◆读者邮购本书, 请与本社发行科
联系。电 话: 85408408/85401670/
85408023 邮政编码: 610065

◆本社图书如有印装质量问题, 请
寄回出版社调换。

◆网址: www.scupress.com.cn

版权所有◆侵权必究
此书无本社防伪标识一律不准销售

心理咨询丛书 顾问委员会

樊富珉教授	清华大学教育研究所
孙时进教授	复旦大学心理学系
赵旭东教授	上海同济医学院
伍新春教授	北京师范大学心理学院
孙学礼教授	四川大学华西医院心理卫生中心
方晓义教授	北京师范大学心理学院
张志刚副教授	复旦大学心理研究中心
陈 华教授	电子科技大学心理健康教育中心
黄丽珊副教授	四川大学心理健康教育中心
孔 勤教授	西南财经大学心理健康教育中心
陈秋燕教授	西南民族大学心理健康教育中心
吴薇莉博士	西华大学心理健康教育中心

编者序

不管理论的学派为何，所有的游戏治疗计划都包括特殊技巧或策略的使用，以完成其处理。过去五十年来在文献上也出现许多有用技巧的介绍，不过它们往往散见于各杂志，在临床的应用上不容易触及。本书的目的即在于此——希望能为大家在游戏治疗的实际技巧上，提供一个方便的参考手册。

在为本书选择文章时，编者遵循三个主要的原则。首先，提供尽量广泛的游戏治疗技巧，不论它是艺术的、玩偶的、沙的、戏剧的、水的、洋娃娃的、道具的，或是比赛的游戏。其次，希望本书能包括从古典到目前所使用过的方法。最后，本书尽可能清楚地描述“过程”与“做法”（how to），可同时服务于新手和老手的，那才是我们的最爱。

由于本书的主要目的在于提供游戏治疗范畴中的“定向”工作，所以选择时的首要考虑是对孩子的个别处理，未来的工作计划要包括家族和团体游戏治疗的策略。

本书的目的在于协助对孩子做游戏治疗。要成为一位合格的

游戏治疗师，还应该从正式课程中学习知识，获得专业督导，并获得足够的临床经验。本书的目的只是在为儿童咨询专业中的学习者（如学生）和应用者（如实务工作者）以及心理治疗师、社工、护士和职能治疗师，提供一种参考资源而已。

最后，编者希望借此向所有同意出版其文章的作者和出版者表达恳切的谢意！

Charles E. Schaefer

Donna M. Cangelosi

1992 年 10 月

编者简介

斯卡夫 (Charles E. Schaefer) 博士是新泽西州 Hackensack 市费尔莱迪克森 (Fairleigh Dickinson) 大学心理服务中心的心理学教授和主管。他是游戏治疗协会 (包括国际会员的国家性组织) 的创始者与委员会主席, 也是美国心理学会与美国心理治疗协会的成员。其所出版的书籍, 包括《游戏治疗手册》以及《儿童游戏的治疗性使用》, 均属于游戏治疗范畴内的经典之作。他同时也在其工作所在地 (Hackensack, New Jersey) 执行私人性的儿童与家庭服务。

卡吉洛西 (Donna M. Cangelosi) 心理学博士与 Schaefer 博士服务于同一单位, 是资深的临床心理学家, 负责该中心的心理测验方案, 提供个别心理治疗服务与督导学生的学习。她也是美国心理治疗协会与游戏治疗协会的会员。目前正从事几本有关儿童书籍的写作工作, 处理有关父母离婚与分离焦虑等方面的议题, 她也在新泽西州的 Paramus 市从业, 处理儿童、青少年与成人的心理问题。

译者简介

何长珠，中国台湾彰化师范大学辅导与咨询学系教授，拥有教育和心理咨询两种硕士及博士学位。多年来，他的研究与实践方向也与此范畴有关，如对“班级动力的团体辅导”（中国台湾政治大学博士论文）、“大学生理情信念与父母管教态度之研究”（美国南加州大学博士论文）。在著作上，主要方向包括“团体咨询”（《心理团体的理论与实际》，五南图书出版公司，1997年、2003年），“理性治疗”（《合理情绪治疗法进阶》，大洋出版社，1987年、1990年、2003年）及《游戏治疗》（《游戏治疗——国小辅导实务》，五南图书出版公司，1998年、2003年；《游戏治疗之理论与实务》，五南图书出版公司，1998年）。

本书的出版目的，主要在于充实“游戏治疗”论题的内容。有兴趣的读者，如能循序渐进地阅读，应可增强对游戏治疗实务的掌握，信不为过！（Play Therapy Techniques 一书2002年版本由 Jason Aronson 出版）

目 录

第一章 游戏治疗技巧的历史发展	(1)
-----------------------	-----

第一篇 象征性的游戏技巧

第二章 游戏晤谈	(9)
一、临床上的案例	(11)
二、结论	(60)
第三章 结构性游戏治疗	(63)
一、游戏情境的类型	(65)
二、介绍结构性游戏	(70)
三、执行结构性游戏治疗	(73)
四、结构性游戏功能上的重要性	(76)
五、结论	(83)
第四章 两间房子的使用	(85)
第五章 使用布偶于游戏治疗的评估	(91)
一、游戏在评估中的使用	(92)
二、布偶评估的晤谈	(94)



三、评估表 (Rating scale)	(97)
四、形式	(99)
第六章 指偶与面具制作	(109)
一、指偶	(110)
二、面具的制作	(115)
第七章 道具游戏治疗	(121)
一、案例	(124)
二、结论	(130)
第八章 电话在游戏治疗中的使用	(133)
一、前言	(134)
二、电话的使用	(135)
三、结论	(142)
第九章 积木游戏	(145)

第二篇 使用自然媒介的游戏技巧

第十章 沙戏	(153)
一、背景	(154)
二、方法	(155)
三、沙戏共同阶段的回顾	(157)
四、老师对沙戏的反映	(158)
五、个案的实例	(159)
六、结论	(162)
第十一章 水戏	(165)
一、绪论	(166)

	二、水戏的功能	(167)
	三、结论	(171)
第十二章	食物在治疗中的使用	(173)
第十三章	泥土与黏土	(187)

第三篇 绘画与艺术技巧在 游戏治疗中的使用

第十四章	指画	(211)
第十五章	乱画游戏	(229)
	一、乱画游戏	(231)
	二、讨论	(242)
第十六章	情绪温度计	(247)
	一、背景	(248)
	二、方法	(249)
	三、结果	(250)
	四、讨论	(253)
	五、结论	(254)

第四篇 说故事、角色扮演与放松想象技巧

第十七章	相互说故事技巧	(259)
第十八章	创造性角色	(273)
	一、创造性角色的技巧	(275)
	二、临床的实例	(277)



	三、讨论	(283)
第十九章	角色扮演	(289)
	一、“角色扮演”的发展史	(290)
	二、案例说明	(295)
	三、总结	(299)
第二十章	儿童的放松训练	(303)
	一、放松技巧概述	(304)
	二、一个放松训练的手册 (Script)	(306)

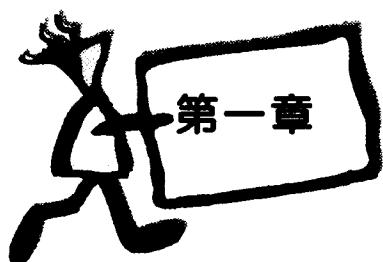
第五篇 棋 戏

第二十一章	西洋跳棋	(315)
	一、棋戏的描述	(316)
	二、案例描述	(317)
	三、结论	(329)
第二十二章	国际象棋	(333)
	一、形式 (Formal) 的观点	(335)
	二、生理与智能上的条件	(335)
	三、人际的观点	(336)
	四、需要的满足与驱动力的解除	(337)
	五、自认知、情感和动作——肌肉观点而产生 的任务要求	(338)
	六、讨论	(340)

第六篇 电子游戏在游戏治疗中的使用

第二十三章 任天堂游戏	(345)
一、任天堂游戏概述	(346)
二、案例介绍	(347)
第二十四章 高科技的游戏治疗	(353)
一、游戏治疗	(354)
二、乌龟画图	(355)
三、电脑绘图	(355)
四、电脑艺术治疗	(356)
五、感觉的绘图	(357)
六、总结	(359)





游戏治疗技巧的 历史发展



心理学家对儿童和他们游戏活动的兴趣，可以追溯至 19 世纪末期。早期的研究主要关注在观察、区分和分类游戏活动的形式及结构方面。此方面的第一位作者当推罗素（Rous-seau），他试图通过观察游戏来了解孩子的心理。很多年以后，Sigmund Freud 描述孩子的游戏是一种“像诗一般的创作”。弗洛伊德认为，游戏可以让孩子把被动的经验变为主动的活动，因此从其中可以获得对冲突、经验的掌握之感。几乎在同一时间，Hertha von Hug Hellmuth，一位奥地利的心理治疗师，在孩子们的家中进行观察，并跟他们一起游戏，借以发现孩子们在日常环境中活动的内容。从历史上来说，他是第一个以观察游戏行为来处理孩子行为困难的临床工作者。而所谓的英国心理分析学派（Melanie Klein）或维也纳学派的心理分析工作者如 Anna Freud 等，也都从 Hug Hellmuth 的工作中得到灵感。两个学派都开始使用游戏的技巧，作为处理儿童问题的一种部分替代的做法。从 20 世纪 20 年代以来，游戏的调查和游戏的治疗已经发展成为儿童心理及病理处理中很重要的做法。第一所儿童辅导诊所，是在 20 世纪 20 年代早期开始的。从那以后，在儿童心理治疗中加入游戏的使用，已经越来越普遍，这个运动促进了结构性游戏技巧的发展和传播。

一直到 1939 年，也就是距离 Hug-Hellmuth 使用游戏处理模式的 20 年之后，特定结构的游戏技巧才被正式引入心理治疗领域。David Levy（1939）是这里面第一位儿童临床工作者。他介绍了一种结构性游戏治疗的技巧，后来通称“松弛治疗”（Release Therapy）。Levy 相信治疗师在了解到孩子的特殊困难时，可以设计出特殊安排的洋娃娃和游戏材料来引发个案的宣泄并使其获得顿悟。这种宣泄和其后得到的再学习经验（是经过治疗师的介入

而产生的)，对促进个案受阻碍部分的重新再结构是很重要的。

Jacob Conn 对游戏晤谈的描述以及 Gove Hambridge 的结构性疾病治疗都可视为是上述 Levy 技巧的衍生。这两种做法的焦点都是放在对引发儿童困难的特殊情境的处理上。Linda Kuhli 则描述“两间房子”的使用，以帮助有失落、退缩或被拒绝经验的孩子。

Levy 对松弛治疗的介绍联结到 Margaret Lowenfeld 所谓的“世界技巧”（The World Technique）。Buhler 则将投射性的沙戏技巧扩展到美国（1951）。这个方法是借着沙让孩子在一系列的迷你玩具中建造其心目中的世界，而从其选择的玩具和所建造的世界中，我们可以了解到孩子内在世界的一种象征性的代表。

虽然 Levy 的方法比 Margaret Lowenfeld 的世界技巧更为结构化、更分化，这两者的共同之处，则在其“象征性”游戏。经过这些年以来，许多游戏治疗都使用布偶、面具、道具来帮助象征性游戏的扮演，允许孩子通过游戏的素材，显现情绪世界的内容。

1938 年，Shaw 发现“指画”（Finger Painting）对他年轻的学生有提供宣泄和治疗性功能的效果。若干年之后，也就是 1946 年的时候，Jacob Arlow 和 Asja Kadis 扩展他的概念，成为投射性游戏的一种形式，以表达个案的幻想和自由联想。有趣的是，Arlow 和 Kadis 把指画变为是一种社会可以接受的游戏形式，只不过他主要的材料是黏土。在 8 年之后，Adolf Woltman 把泥土和黏土更广泛地介绍到游戏治疗的情境中来使用。Woltman 注意到不管是泥土或黏土都是一种中性的媒介，借此儿童可以投射个人性的意义。在 1954 年的一篇论文中，他同意 Laurretta Bender 的观点，就是不论其国籍及观点，儿童都有一种自然的倾向，喜欢玩沙、石头、树叶、雪或水。因此，只要这些材料对个案是有意义的，与这个相关的，如水、沙甚至食



第一章 游戏治疗技巧的历史发展

物都可以被引入儿童心理治疗，帮助处理儿童问题。

1968年，D. W. Winnicott引进了所谓的“乱画游戏”（Squiggle Game），用来协助年轻的个案投射其感受并与治疗师建立关系。其做法是在一张纸上随便画一些线条，然后叫个案把它编成一些故事或者是画成其他别的东西。而在孩子画完这条曲线以后，也可以另外再画一条曲线来引发一些有关资料的讨论。几年之后，Richard Gardner引入一种所谓的“说故事技巧”来处理孩子的冲突。这种相互说故事技巧（Mutual Story Telling）主要是要求孩子来编一个故事，而治疗师则采用心理动力的观点来对故事作一个解释。然后治疗师再用儿童的语言，讲出一个场景跟主角类似的故事，只不过，这时候他会介绍一种更健康的观点和对问题解决的新看法。

Gardner认为这种说故事技巧的做法有很多种形态。举例来说，Robert Brooks（1981）介绍进来一种更有结构性的说故事的程序，他称之为“创造性角色”（Creative Characters）。跟Levy一样，他应用了与儿童所呈现的问题类似的背景资料，但是他使用洋娃娃创造另一种故事（主角通常是动物），来反映孩子困难的情境，然后再要求孩子接着他的故事讲下去。

虽然说故事的技巧可以引发治疗师对特殊范畴焦点的处理，其他口语性的游戏技巧如角色扮演，则可以让孩子自发性地表达对另外一个人的角色认同。这种“假扮”的概念，也是常常在洋娃娃游戏和其他象征性游戏过程中可以见到的，可以说是角色扮演技巧的基础。从历史上来说，角色扮演技巧是成人心理治疗师在心理剧、完形和行为学派的工作中使用的方法。他们将这个方法的应用转换到儿童心理治疗领域，则增加了道具的配合和口语角色的扮演。Iwin Marcus（1966）指出，角色扮演技巧对潜伏期年龄（小学阶段）的孩子特别