

上海市教育委员会学校心理健康教育名师工作室
(张海燕工作室)项目

充满魔力 的体验

儿童及青少年游戏辅导

王红丽 卢丽琼 储琰◎主编

格致出版社  上海人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

充满魔力的体验:儿童及青少年游戏辅导/王红丽,卢丽琼,储琰主编. —上海:格致出版社:上海人民出版社,2018.12

ISBN 978-7-5432-2345-5

I. ①充… II. ①王… ②卢… ③储… III. ①游戏课—中小学—教学参考资料 IV. ①G634.963

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 280928 号

责任编辑 贺俊逸

封面设计 人马艺术设计·储平

充满魔力的体验

——儿童及青少年游戏辅导

王红丽 卢丽琼 储琰 主编

出版 格致出版社

上海人民出版社

(200001 上海福建中路 193 号)

发行 上海人民出版社发行中心

印刷 常熟市新骅印刷有限公司

开本 720×1000 1/16

印张 24

插页 2

字数 370,000

版次 2018 年 12 月第 1 版

印次 2018 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5432-2345-5/B·38

定价 78.00 元

前言



这是一本颇具特色的书，也有着饱含美好心愿的缘起。

2015 年底，上海市教委组织了 2016—2018 首届“上海学校心理健康教育名师工作室”主持人的遴选，我有幸入选其中。“张海燕名师工作室”成立伊始，我们定位工作的重点于心理健康教育能力提升、心理咨询服务能力锻造、心理工作研究深化、社会专业服务工作拓展以及心理健康教育教师全人成长等方面。三年来，在全体工作室成员的共同奋斗之下，我们努力践行着自己的初心。

学校心理健康教育与咨询的服务对象主要是学生，主要关注的领域为学生的人格、身心发展以及认知、学习、适应等，同时也会依据学校教育工作的需要，为教师和学生家长提供适当的心理援助服务。由于心理咨询是一种特殊的专业服务工作，涉及寻求帮助者的隐私，涉及复杂的人际关系，更涉及人的心灵，因此，它既可以助人，也可能伤人。从业人员具备专业工作所需要的人格特征，具备不断成长的专业工作能力，了解和遵守相关的职业伦理，了解并恪守与专业相关的法律法规，这些是做好专业工作的基本要求。心理咨询学家艾鲍（Appell）在言及心理咨询过程中最为重要的影响因素时说：“在心理咨询过程中，咨询师能带进咨询关系中最有意义的资源，就是他自己。”诚然，心理健康教育与咨询是一种职业，但是我们不能仅仅将其作为一种职业，它更是一种关乎人类心灵层面需求的有意义的事业，它需要我们付出知识、能力、责任心、爱、热情和智慧，需要我们积极面对自我的成长，这里包含了身体、智能、社会、情绪和精神的层面，因为无论是否意识到，心理健康教育与咨询教师终将为学生的成长产生楷模般的影响。在专业成长的过程中，提升自己的精神境界，形成积极的人生态度和正确的工作态度，由衷地热爱、乐意甚至矢志于、献身于这一助人的事业，快乐、幸

福感强烈，精神饱满、振奋，这是我们的追求，而学生的成长又让我们充分看到自身的价值，充分地体验到精神上的愉悦和满足，这就是一个用生命影响生命的历程。

基于上述理念，我们筹划着在工作室的活动内容中融入社会服务的功能，这也是一个对心理老师们成长的历练过程。其实，我在内心还一直埋着一个小小的愿望，期待在有生之年能尽自己的微薄力量，帮助祖国某个条件欠缺的县开展心理健康教育，主要在专业队伍建设上下功夫，甚至可以在条件具备时远程进行专业督导或工作指导，造福孩子们。一个偶然的机缘，我的心愿有机会实现了。我的学生储琰，毕业留校成为一名教师、干部，也接受过国家心理咨询师职业资格的系统培训。他以华东理工大学处级干部的身份，于2016年10月赴云南寻甸回族彝族自治县挂职副县长，为期两年。储琰饱含热情，希望为山区教育尤其是心理健康教育事业的发展作出自己的贡献，我和他不谋而合，因此，推进全县中小学心理健康事业发展，服务孩子们健康成长，成了他挂职期间的重要任务。寻甸回族彝族自治县属云南省昆明市辖县，地处云南省东北部，是滇东北之要冲，贵昆铁路，昆曲、嵩待高速公路从县内经过。全县常住人口50余万，居住着汉、回、彝、苗等16种民族，少数民族人口占20%左右。2018年3月，我来到寻甸，为200多名学校相关领导和教师进行义务培训，也了解到储琰在华东理工大学的大力支持和县领导班子的直接领导下，已经在顶层政策制度设计、队伍摸底、县团委建设心理咨询服务机构实体等方面做了大量的准备工作。我们一起商议，进一步为教师们尤其是心理健康教育“种子教师”的深入培训、专业成长的促进做些事。

回到上海我的名师工作室，和成员们一同商议，我们策划了这本《充满魔力的体验——儿童及青少年游戏辅导》。我们的初衷是，心理健康教育与咨询专业老师借助于此书，不仅可以为儿童及青少年通过游戏辅导的方式，回应他们成长过程中的发展性课题，而且能够了解游戏辅导背后的相关理论，获得对游戏辅导更深刻的认识。即便是非专业的中小学教师，也可以以本书为指导，为孩子们开展游戏辅导，在催化一份安全关系的发展和演变的过程中，借由自然的沟通媒介——游戏——来达到孩子们表达和探索自我的目标。考虑到地域和各种条件

的差异性，我们在游戏设计中尽可能不需要或少需要媒介材料，以便教师开展游戏。

《充满魔力的体验——儿童及青少年游戏辅导》在第一部分以概述方式介绍了游戏的定义、功能与意义，游戏辅导的定义、历史演变和游戏辅导的分类，以及游戏辅导在中小学心理健康教育中的使用（卢丽琼撰写）。作为本书的主体部分，第二部分介绍了在学校开展的与儿童青少年成长发展课题密切相关的游戏辅导的主题及其实施。它们包括：环境适应（郑晓平撰写）、人际交往（王红丽撰写）、情绪管理（田银平撰写）、学习指导（徐玉兰撰写）、时间管理（章少哨撰写）、团队合作（储琰撰写）、生涯规划（卢丽琼撰写）、亲子沟通（田银平撰写）、自我探索（魏超波撰写）、生命拓展（王红丽撰写）。每个主题下包括适合于小学、中学的若干个游戏，随后对实施该主题下的游戏辅导的意义，即对该主题游戏方案进行心理学描述和研究。本书的第三部分介绍了游戏辅导常见问题与处理，即游戏辅导的设置。其中包括：如何因地制宜开展游戏辅导；游戏辅导的原则有哪些；游戏辅导中如何对待“特殊儿童”；游戏辅导对教师的要求等（王红丽撰写）。全书由王红丽（虹口区中小学心理健康教育研究中心）、卢丽琼（上海健康医学院附属卫生学校）、储琰（华东理工大学）担任主编，最终由我审稿、定稿。在撰写此书的过程中，我与王红丽等老师进行了多次个别或小组讨论，“张海燕名师工作室”亦召集过数次专题研讨会，工作室的成员与相关合作单位的老师群策群力，为本书提出了意见建议，特别是金蓓蓓老师、兰奕涵老师等。

2018年8月，我和几位工作室成员再度踏上云南寻甸这块土地，为近300名骨干教师进行心理健康教育与咨询培训，我受聘为云南寻甸心理健康教育专业督导。我们起步了，我们在途中，我们会一直走下去。

张海燕

2018年8月28日

目 录



1	前 言
1	游戏辅导概论
29	游戏辅导的主题与实施
31	环境适应
61	人际交往
95	情绪管理
125	学习指导
161	时间管理
191	团队合作
218	生涯规划
260	亲子关系
290	自我探索
323	生命拓展
357	游戏辅导的常见问题与处理
372	参考文献

游戏辅导 概论

游戏是儿童的语言，玩具是儿童的字汇。

——G.L. 兰德雷斯 (G.L.Landreth)

一、游戏的象征意义

游戏是儿童最主要的活动，也是最基本的交流方式，它可以在任何时间和地点开展。游戏是儿童最本能的、自发的和有兴趣的活动，对儿童成长及各方面发展具有普遍而重要的意义。儿童的世界与成人世界不同，有自己独特的现实内容，儿童常常会把他们的体验通过游戏与成人进行交流。

皮亚杰提出，儿童的思想需要从行动上去了解，游戏是最好的沟通媒介。

很多人将游戏目的化，认为做游戏需要体现其价值，并难以容忍儿童“玩游戏浪费时间”，认为游戏只有符合成人想法和目标，才是重要的和被认可的。而儿童是通过游戏吸收外在世界信息，从而构建自己的内在观念和世界的。

（一）游戏是儿童经验的再呈现

游戏提供具体的形式来表达儿童的内心世界及创造属于自己的世界。儿童在生活、学习及成长中所遇到的各类问题，会自发地、不带目的性地用游戏的方式呈现。在游戏中，儿童通过感觉运动的方式来感知具体物体，用这种物体来代表他所直接或间接经历过的其他事物，把他所经验的事情在游戏中展现。如儿童在游戏中模仿怪兽的动作、声音、神态和样貌，展现自己对怪兽的认同、逃避、回击或喜欢等。

（二）对此经验的反应

在安全的游戏环境中，儿童用游戏这个最自然的沟通方式来表达自己。游戏治疗师通常会首先发展双方的安全关系，选择安全的游戏媒材，以便让儿童在游戏场域中表达出自己对事物或事件的真实反应。如，一个有进食问题的儿童，在游戏辅导老师不评价、不批评、包容和接纳的态度里感受到安全性，从而在游

戏室里真实自由地表达对某些食物的喜欢或厌恶。

（三）对此经验的感受

辅导老师能敏感觉察儿童如何通过游戏辨识、表达、纾解内在的情绪经验。儿童用游戏的具体形式和特殊的、充满含义的表达方式代表自己的重要经历，展示自己的内心世界。“在游戏中体验自己的经历和情绪是最自然、最有自愈效果的过程，有些时候，儿童如果直接表达，有些情感和态度可能会让他们感到害怕，所以把情感和态度投射到自己选择的玩具上会让他们觉得更加安全和舒适。”

（G.L. 兰德雷斯）

（四）重新整理

将现实中无法掌控的部分化为可掌控：游戏可让儿童将重要经验及感受概念化。游戏的一项重要功能，就是通过符号表征把现实中难以处理的情景转变为在游戏条件下可以处理的情景，重新整理过去的事件或事物，从而为儿童提供进行自我处理问题的机会。

（五）学习新的解决方法

儿童在游戏活动中还可以释放积攒的能量、准备承担生活责任、实现有难度的目标、摆脱负面的情绪等。儿童通过亲身接触这些事件或作为导演来演绎事件，缓解了对竞争的本能需求，学习与他人和谐相处，学习和展示新的解决方法。

有时候儿童游戏中的当前物体与其所代表事物之间的联系看起来非常明显，比如，儿童在生活中怕狗，在游戏的场景中会选择一个主要人物代表他或她所看到过的怕狗的人，再选择一条或若干条狗，可能会从不同方向、不同场合、不同时空中上演被狗追、被狗咬、害怕地哭、打跑狗或有人帮助他或她脱离被狗追赶的困境。在游戏中，儿童可能呈现出片断的场景，也有可能重复上演某些深刻记忆的环节，这些都是儿童在游戏中呈现过去成长过程的经历与故事。

有时候儿童游戏中的当前物体与其所代表事物之间看起来似乎没有多大联系，比如，儿童在沙箱中丢入五颜六色的形状各异的石头，认为这是水里的各种鱼儿在游，有时候浮在沙子上面，有时候藏在沙子里面，不管石头与鱼儿之间有没有联系，游戏都表现出了儿童想要把自己已有经验组织起来的愿望。

概括起来，儿童在游戏中学习他们的世界，了解事情的发生发展，表达自己

的情绪情感，发展新的身体技能、心理能力和社会技能。

二、游戏辅导与游戏治疗

这一部分将介绍游戏辅导的理论，以期辅助带领老师理解游戏辅导背后的理论支撑、意义和方法。

（一）游戏治疗的概念

游戏治疗（play therapy）较典型的定义有两种：第一种是游戏治疗国际协会（API）的定义：“游戏治疗是系统性地使用一个理论模式，来建立一个人际交往过程，在这个过程中，训练有素的游戏治疗师运用游戏的疗愈性力量去协助个案预防或解决心理社会性困难，从而使被治疗者获得最大的成长和发展。”

第二种是由兰德雷斯提出的，认为游戏治疗是一个儿童与一个受过训练的游戏师之间的动力人际关系，治疗师依照游戏治疗的程序，为儿童提供选择过的游戏材料，并催化一份安全关系的发展和演变，儿童借由自然的沟通媒介——游戏——来达到表达和探索自我的目标。归根结底，游戏治疗的本质是结合游戏的形式达到治疗目标的一种心理服务工作。

（二）游戏治疗的流派与发展历程

游戏治疗起源于 20 世纪 20 年代精神分析学派，大致经历四个阶段。

第一阶段是精神分析游戏学派，该学派认为游戏治疗提供通往潜意识的途径，帮助成人进入儿童的内在世界。游戏治疗的第一个案例来自 1909 年弗洛伊德（Freud）运用精神分析理论对小汉斯的游戏治疗，他看见了儿童情绪困扰问题的观念，发现用高结构化的成人分析理论治疗儿童有困难；1919 年胡格-赫尔姆斯（Hug-Hellmuth）开始借助玩具作为沟通的媒介，是最早实施游戏治疗的人，也是第一位发现儿童在游戏喜好上呈现性别差异的治疗师；1932 年克莱因（Klein）主张游戏可以代替语言成为分析的素材，视儿童游戏时所呈现的潜意识材料为解决的材料，她的观点导致儿童分析分裂成两大派别，它们的分歧点在于对儿童超我及自我发展的看法，克莱因的追随者被称为柏林派，安娜·弗洛伊德（Anna Freud）的追随者被称为维也纳派。

第二阶段是发泄性游戏治疗，开始于 20 世纪 30 年代，此时两大重要治疗

方法为宣泄治疗和主动性式游戏治疗，强调游戏的功能性，主张通过游戏把儿童内在的紧张或者伤痛加以宣泄。宣泄治疗以儿童所经验的创伤事件为基础，鼓励儿童重现当时的情境，宣泄情绪，重复进行直到恐惧解除。利维（Levy）认为治疗师没有必要去作解释，1938年发展成“发泄式游戏治疗”来处理经验某一特定创伤的儿童，以结构化的游戏治疗理论设计游戏情境，使儿童处于治疗师有意再造的情境中，重新经历创痛事件，让儿童能发泄伤痛及紧张。同年，所罗门（Solomon）提出“主动式游戏治疗”来帮助儿童表达愤怒与害怕的情绪，它通过提供一个象征性情境的方式，让儿童能够在享受活动的过程中释放他的愤怒，并在充满安全感的游戏室中选择更符合现实及可接受的方式来解决自己的问题。1955年，汉布里奇（Hambridge）集“结构式游戏治疗”之大成，特色是更为直接地引介事件进入游戏情境中，在治疗关系建立后，直接再造焦虑引发情境，玩出这个情境，并让儿童自由游戏，从而在过程中疗愈复原。

第三阶段是关系游戏治疗，注重不是游戏本身，而是游戏过程中治疗师与儿童之间的关系构建；不强调过去历史及潜意识，而看重治疗师与个案关系的发展，并保持一致的态度注意此时此刻的感情与经验，强调以现在的经验为基础，去处理过去事实，它强调治疗师与儿童之间情感关系的治疗力量，相信个案是有内在力量与能自由选择与负责的人。兰克（Rank）强调治疗师与个案治疗关系的品质是有治疗性的，艾伦（Allen）是第一位强调治疗师需全然与儿童同在的治疗师，强调与个案建立强烈的联结。

第四阶段是非指导性游戏治疗，指提供一个安全的空间，儿童能在充分接纳及自由的环境中得到成长与学习，即“儿童中心游戏治疗”。亚瑟兰（Axline）以罗杰斯（Rogers，1942）理论为基础，将非指导性游戏治疗理论运用到游戏治疗中，要求游戏治疗师提供个案同理、无条件尊重、真诚关怀和回馈，其以非指导的立场，提供儿童去体验成长的机会，以促进儿童自我成长。“玩具是儿童的词汇，游戏是儿童的语言。”加里·兰德雷斯在此基础上提出“以儿童为中心游戏治疗”。

（三）游戏辅导

游戏辅导是以游戏作为载体和交流媒介，针对心理发展处于正常水平的儿童

及青少年，在教室内以团体形式开展兼顾儿童发展的积极发展性心理辅导活动。它是在游戏治疗的基础上，心理辅导老师取用游戏呈现儿童及青少年的经验、对经验的反应和感受、重新整理并学习新的解决方法的意涵，利用游戏治疗的理念、技术和方法，借用开展团体的方法和因素使儿童及青少年在特定心理议题上获得觉察、整理和成长的过程。我们在学校系统面对广大成长中的学生，运用游戏辅导为他们的发展提供助力，是一份非常有意义与价值的资源。

（四）游戏辅导的准备工作

1. 玩具的选择

选择玩具的原则有：玩具要清洁，要促进人与玩具、人与人之间关系的联结，要能反映儿童的现实生活、可用于投射性游戏、可带领儿童进入幻想性游戏、可鼓励儿童作决定且有创造力的玩具。

2. 游戏室的设置

游戏室大约 3.6×4.5 公尺大小，空间私密且不受干扰，采光适当，家具牢固，若有开放型窗户则需装有纱窗及防护网，地板坚固耐用且容易清洗，建议用塑胶或水泥地板，放置适合于个案的柜子展示玩具和游戏器材，可装有单面镜和通往附设观察室的收音系统，若做团体游戏使用时，可将玩具遮起来避免儿童分心。

3. 专业初谈及记录

初谈是游戏辅导师在个案开始辅导前收集其公开及私人的基本资料，多数初谈的基本任务是取得知情同意书、个案的基本资料及联络信息、监护权相关资料、转介的原因等。记录通常包含临床评估、问题清单、辅导计划和病程记录。

游戏辅导中对儿童的反应有高低程度之分，劝告、评价、分析、解释、保证或支持是最低程度的反应；探问、澄清、摘要、反映或了解情绪为最有治疗性的反应。

4. 设限

设置在游戏室中游戏的规则，包括在游戏室中口头和非口头的互动，它为个案在游戏室中提供安全感，希望游戏室内外的规则能被一致性地执行，个案就会更容易将其运用在游戏室外。当限制被打破，游戏辅导师可以重新叙述限制，如

果个案继续打破限制，则个案在这个单元中必须离开游戏辅导师。

（五）游戏辅导的对象

游戏辅导有其匹配的对象，适用对象主要包括外向型问题、内向型问题、发展性议题的儿童；不适用对象主要包括心理功能康复的特殊因素、对辅导老师来说的困难个案、智力不足、有精神疾患、极端自我封闭的儿童等。

（六）游戏辅导阶段

林美珠（2002a）综合以往研究及实务经验，将游戏辅导阶段分为四个阶段，并以三个指标进行阶段改变的探讨。

一是关系的建立。非口语指标上，表现出害怕、焦虑等负性情绪，偶尔出现快乐情绪，有时会表达无特定对象的攻击；口语指标上，较少主动表现出口语行为，仅作简单的描述或讯息的陈述，对于辅导师的反应会予以澄清；游戏指标上，会呈现出探索游戏、好奇及非特定游戏。

二是接纳及同理。非口语指标上，表现出较多的快乐情绪，有特定对象的攻击行为以及害怕、焦虑等情绪；口语指标上，表现出主动描述有关个人及家庭的资料；游戏指标上，呈现出只攻击特定的人、事，或以象征游戏来攻击特定的人或事，出现关系及创造性游戏。

三是接纳及尊重儿童的矛盾情感表达。非口语指标上，负向情绪和正向情绪交替出现，对特定的人、事、物表达害怕、生气和喜爱；口语指标上，在游戏或口语中给予更多的个人及家庭资料信息，主动积极地邀请辅导师加入游戏，有时出现攻击语言；游戏指标上，呈现对特定人、事方面的攻击游戏、角色扮演、戏剧、关系及创造性游戏，在游戏中融入个案的经验，而不自我抑制。

四是接纳自己，爱与被爱，自我指导与负责。非口语指标上，清楚地表达并区分与正、负情绪有关的人或事，出现更正向及真实的情感；口语指标上，表现出能用语言表达情绪、与治疗师做口语的互动、尝试用口语指挥辅导师的行为；游戏指标上，呈现出关系、创造、戏剧、角色扮演及偶发等方面的游戏。

（七）游戏辅导的功能

游戏辅导的积极价值主要表现在以下几个方面：放松作用、沟通媒介、宣泄情绪、表达情感等。兰德雷斯（Landreth，2002）认为游戏是儿童的自发行为，

儿童在游戏过程中充满愉悦、自发且不必有特定目标。儿童本身建构游戏的内涵并体验游戏过程中的感受。游戏是一种特殊的媒介，可以促进儿童的语言表达、沟通技巧、情绪发展、社交技巧以及人之能力的发展。谢弗（Schaefer, 1983）提出游戏有几个主要功能：（1）生物功能：学习基本的技巧，发泄过多的精力与动觉的刺激；（2）个人内在的功能：探索对自己身体、心理、身体和认知方面的了解；（3）人际关系的功能：发展社交技巧；（4）社会文化的功能：通过游戏互动模仿成人的言行。

（八）游戏辅导的分类

按理论学派分，游戏辅导理论大致有儿童中心学派、精神分析学派、完形学派、阿德勒学派、荣格学派、认知行为学派等，其理论皆根植在相对应的个人中心理论、精神分析理论、完形理论、阿德勒理论、荣格分析理论、认知行为理论、家族理论的基础上，并结合儿童特点与游戏相结合形成独特的理论学派。

按辅导人数来分，可分为个别游戏辅导和团体游戏辅导。以下部分就目前可能会用到的几种类型进行说明。

1. 精神分析游戏辅导

（1）理论背景。

精神分析游戏辅导将游戏视为弗洛伊德的自由联想。游戏辅导师的角色是帮助当事人了解并诠释他们的潜意识动机并将其意识化，移情给游戏辅导师，辅导师成为“理想的父母”，引发洞察，并诠释儿童的游戏的过程。辅导要素是游戏辅导师提供的诠释与辅导的移情关系。著名的精神分析游戏治疗师有安娜·弗洛伊德、梅兰妮·克莱因、埃里克·埃里克森（Erik Erikson）、海姆·吉诺特（Hiam Ginott）和奥托·魏宁格（Otto Weininger）。

著名的“小汉斯”案例是心理动力治疗过程运用于儿童的第一个案例，通过弗洛伊德对小汉斯父母进行咨询工作，小汉斯父母描述了自己对儿子的观察，弗洛伊德据此对小汉斯进行分析，诠释出小汉斯关于儿童恋母情结的表现、被阉割的恐惧和对身体性敏感区域的好奇执著等心理因素。

梅兰妮·克莱因发展了知名的柏林学派，她遵循弗洛伊德所指导的精神分析的两个原则进行工作：一是对潜意识的探索，这是精神分析过程的主要工作；二

是对移情的分析，这是探索潜意识的一种方法。她给每个儿童一套经过特别选择的、非机器性的且特别像人物的玩具，放在上锁的只有儿童和辅导师知道的抽屉里，这些玩具只有大小和颜色上的变化，她相信玩具就像成人的联想，具有表达幻想和焦虑的功能。儿童通过攻击或破坏玩具展现攻击行为。克莱因认为辅导师一定要知道为什么在此时此刻的移情关系中会发生攻击行为，她发现儿童对于受损玩具的态度会告诉我们很多信息，可能故意破坏的玩具是象征生命中会让他感到焦虑的人物，将玩具丢到一旁可能表示害怕报复或其他危机而不喜欢这个玩具，也可能是经历了被迫害的感觉，玩具增强了这种感觉而让他或她感觉焦虑、忧郁或被迫害，当儿童再次玩这个玩具时，说明儿童发泄焦虑及降低了被迫害的感觉。

安娜·弗洛伊德和其发展的维也纳学派思想不相信游戏分析同成人分析中的口语表现，她认为儿童工作应注重两个技巧：一是儿童述说幻想和梦，二是移情的解释。在儿童被分析的过程中不使用玩具，玩具仅用在建立关系中；在儿童辅导的过程中，安娜·弗洛伊德先从儿童分析的“破冰期”开始，观察：儿童辅导的需要；是否视辅导师为一个强而有力的盟友；对自我探索的承诺。辅导分三个阶段：第一阶段是反映儿童的行为；第二阶段是将自己用在儿童辅导上；第三阶段是让孩子们了解自己被分析，而且有一个成人当其盟友对儿童自己有利。她提出了儿童分析的辅导原则：不使用权威，尽可能不用建议作为辅导元素；不将发泄作为辅导工作；尽量不操控和管理儿童；考虑以抗拒与移情分析及对潜意识资料的诠释作为正统的辅导工具。

洛温菲尔德（Lowenfeld）相信儿童有能力克服他们自己的问题，发展了世界技法，她要儿童在沙盘里建造他们的世界，她在儿童治疗领域最大的贡献是创造了依附理论和客体关系两个基础。

（2）玩具的选择。

每个儿童都有自己的玩具，且只由特定的儿童使用。精神分析游戏辅导的材料有代表母亲、父亲和各种儿童的小玩偶，还有运输车辆、家畜和野生动物、积木、球、小房子、篱笆、纸、黏土、线、铅笔、颜料和蜡笔。玩具被保存在一个个别的盒子里并由辅导师带进游戏单元里，玩具代表了儿童生命中的重要客体。

（3）辅导师的角色。

辅导师要创造一个安全的地方以供当事人探索内在想法和感觉，当游戏太吓人时，辅导师的角色就是帮助当事人。辅导师从游戏中学习并诠释儿童的游戏。辅导师是个特别的成人，对儿童很专注，但不允许儿童伤害自己、其他人或损坏玩具或游戏室。他可将自己延伸为帮助克服困难的父母，展现了抚育性父母应有的行为及功能，并提供支持，让父母可以给孩子适当的教养。辅导师同理地倾听和回应儿童，耐心、尊重和诚实地对待他们。

（4）辅导目标。

辅导的目标是减少痛苦、复原创伤、调整生活、遵从医学治疗、消除恐惧、促进学业及学习进步、管理愤怒和接受自我阻碍，辅导的目的是超越现在的痛苦和困难，帮助个案了解自己是谁，帮助他们发展更安心、更能适应、更平衡与自我接受的方法和态度。

（5）辅导历程和阶段。

李（Lee，1997）将心理动力游戏辅导的历程分成四个阶段：第一，引导或定向：包含儿童及父母亲的互动，辅导师与父母订定治疗时间，出席的重要性与缺席的处理作法等；第二，负向反应：儿童可能对辅导历程产生敌意和抗拒，辅导师要以温和且不质疑的态度进行；第三，修通：辅导师将诠释延伸到其他脉络、情境和方向，帮助儿童放弃无效的抗拒和因应策略；第四，结案：根据查特尼克（Chethik，2000）的理论，心理动力游戏辅导过程包括治疗同盟、抗拒、移情和介入。治疗同盟是治疗关系可观察的部分，它允许儿童在治疗关系中工作和分享目标，抗拒是一种对峙的状态，移情是儿童将对生活中重要人物的潜意识感觉和愿望投射在游戏辅导师上，介入是面质、澄清、诠释和克服。

（6）设限。

儿童的行为需要被约束或被限制，才能完全在身体上及情绪上保护他们。外面世界的重现让辅导师以理想父母的角色对儿童和儿童的活动设定健康的限制，儿童向辅导师保证不会伤害自己或游戏室。辅导师的设限指引儿童用象征性的行动来表达自己的行为，通过对儿童行为的设限，辅导师帮助儿童维护安全的感觉，可以扩展空间来自我表达。