

儿童心理咨询入门

An Introduction to Children Counseling

◎ 编著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

儿童心理咨询入门

Ertong Xinli Zixun RuMen

崔丽霞◎编著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童心理咨询入门 / 崔丽霞编著. — 北京: 北京师范大学出版社, 2012.7

ISBN 978-7-303-14808-0

I. ①儿… II. ①崔… III. ①儿童—心理咨询
IV. ①B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 129485 号

营销中心电话 010-58802181 58805532
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>
电子信箱 beishida168@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn
北京新街口外大街 19 号
邮政编码: 100875

印 刷: 北京京师印务有限公司
装 订: 三河京奇装订厂
经 销: 全国新华书店
开 本: 148 mm × 210 mm
印 张: 7.625
字 数: 180 千字
版 次: 2012 年 7 月第 1 版
印 次: 2012 年 7 月第 1 次印刷
定 价: 28.00 元

策划编辑: 陈红艳 责任编辑: 陈红艳
美术编辑: 毛 佳 装帧设计: 北京翰艺堂
责任校对: 李 茵 责任印制: 李 啸

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

序 言

随着社会的发展和家庭结构的变化，人们逐渐意识到儿童心理健康的重要性。儿童时期的许多心理问题如果得不到及时解决，其影响将会伴随终身。但是儿童心理咨询在我国还处于刚刚起步的状态，急需该领域专门人才的培养。

从事儿童心理咨询首先要了解儿童心理咨询的特点、目标以及如何与儿童建立关系；其次，要了解基本的心理咨询理论和儿童心理咨询的过程；再次，专业的儿童心理咨询师还需要掌握与儿童面谈的基本咨询技术以及各种游戏治疗的方法；最后还要了解如何将个体咨询和家庭咨询有机地整合起来，以促进儿童心理咨询疗效最大化。

儿童心理咨询既是一项专业性极强的工作，也是全体教师的职责。每位老师都应该学习一点心理咨询的知识，将其融合渗透到日常的游戏和教学活动中，促进儿童心灵的健康成长。本书既可以满足专业儿童心理咨询师培养的需要，也可以作为儿童心理咨询的普及教材。本书的特点是针对性和实用性，针对儿童心理咨询而写；每部分内容都有详细生动的案例分析。相信通过本书的学习将为您从事儿童心理咨询奠定一个坚实的基础。

由于作者水平有限，不妥之处请广大读者不吝赐教。

崔丽霞

2012年5月4日于首都师范大学心理系

目 录

第一章 儿童心理咨询导论/1

第一节 儿童心理咨询的基本理念/2

第二节 儿童咨询的目标/8

第三节 儿童与心理咨询师的关系/12

第四节 儿童咨询师的基本特质/22

第二章 儿童心理咨询的基本理论/29

第一节 心理动力学取向的儿童心理咨询/29

第二节 行为取向的儿童心理咨询/40

第三节 存在和人本取向的儿童心理咨询/44

第四节 认知行为取向的儿童心理咨询/48

第三章 儿童心理咨询的基本过程/56

第一节 儿童心理咨询的影响因素/57

第二节 儿童咨询与治疗过程/61

第三节 儿童改变的内部过程/71

第四章 儿童心理咨询的催化性技术/83

第一节 观察/83

第二节 积极倾听/102

第五章 儿童心理咨询的影响性技术/116

第一节 提问/117

第二节 陈述/121

第三节 处理自我概念和自毁信念/122

第四节 行为改变技术/130

第五节 处理阻抗和移情/135

第六章 儿童游戏治疗/143

第一节 儿童游戏与游戏治疗 /144

第二节 儿童中心学派的游戏治疗/150

第三节 心理动力学派的游戏治疗/157

第四节 认知行为学派的儿童游戏治疗/168

第七章 游戏治疗媒介和活动的使用/181

第一节 游戏治疗屋/181

第二节 如何选择游戏媒介和活动/184

第三节 如何使用游戏媒介和活动/190

第八章 家庭咨询背景下的儿童咨询/216

第一节 家庭是什么/217

第二节 家庭咨询与个体咨询的整合/222

第一章 儿童心理咨询导论

【本章学习提示】

儿童心理咨询的基本概念、目标、儿童与心理咨询师的关系以及儿童心理咨询师应该具备的基本素质是儿童心理咨询中的重要问题，关系到儿童心理咨询师如何正确对待儿童心理咨询。认识儿童心理咨询与成人心理咨询的本质不同，将极大地影响儿童心理咨询的科学性和有效性，同时也将促进儿童心理咨询师主动培养与儿童建立关系的能力和素质，走进儿童的心理世界，有效地促进儿童的成长。

【本章学习目标】

通过本章的学习，将实现以下学习目标：

- 儿童心理咨询的基本观点
- 儿童心理咨询的目标
- 儿童与心理咨询师的关系
- 儿童心理咨询师的特质

第一节 儿童心理咨询的基本理念

一、儿童心理咨询的定义

(一) 儿童心理咨询的历史背景

成人心理咨询工作的先锋杰·伊塔德（Jean Itard）在 1797 年就开始对智力发育迟滞的儿童进行系统的有组织的治疗。随后，19 世纪中期，艾德武德（Edward Seguin）继续对智力落后的儿童进行治疗，他还对儿童智力落后的病因、性质及治疗方法进行了研究，并为智力落后的儿童建立了寄宿学校，其目的是通过对儿童进行一定的训练，帮助他们增强适应社会的能力。1894 年，魏特墨（Lighter Witmer）在宾夕法尼亚大学成立了心理诊所，对有心理问题的儿童用心理教育的方法加以指导。1912 年个体心理学家阿德勒（Alfred Adler）在创立个体心理协会的同时，开始在欧洲开展儿童心理辅导工作，先后创立了三十余所儿童心理咨询中心。1928 年华生出版了《对婴幼儿的心理照顾》一书，强调父母的抚养技术，认为儿童恐惧、突然发怒、社会功能失调等均是不恰当奖惩的产物，只有改变环境，才能改变儿童的行为和人格，使儿童形成新习惯，并且把这一理论直接运用到对儿童行为失调的治疗中。与此同时，克莱因（Melanie Klein）和安娜·弗洛伊德（Anna Freud）将心理分析疗法用于儿童，她们以游戏替代自由联想，通过儿童的绘画和梦来了解儿童的问题，挖掘其无意识的内容，这次革新使精

神分析游戏变得非常普遍，并对后来儿童心理治疗的发展产生了重要影响。人本学派大师卡尔·罗杰斯（Carl Rogers）在从事咨询工作之始，也是以儿童为主要对象。这些大师在心理咨询领域的深远影响，很多是根源于儿童心理咨询的临床实践和经验。

（二）儿童心理咨询的定义

儿童心理咨询是指心理咨询师在儿童身心发展的基础上，采用心理咨询的原理与方法，对儿童本人及家庭或与所处环境相关的人，实施个别谈话、小团体咨询或家庭咨询等活动，以促使有关人员提供良好的环境与照顾，让儿童建立积极正向的自我概念和人际态度，使其身心得得到正常发展，潜能得以充分发挥的历程。儿童心理咨询的主要内容有：

• 以心理发展为中心的咨询

心理发展的主要任务：肌肉运动、口语发展、规律的生活习惯、独立自主的精神；心理发展的影响因素；促进发展的最佳教育模式；心理过程发展的完整性。

• 以入园适应为中心的咨询

与同伴相处、情绪的自我调整（分离焦虑的克服）、求知欲的满足、言语表达能力的培养。

• 以心理健康为中心的咨询

幼儿心理健康的标准、问题行为的鉴别、预防与干预、个性缺陷的改善。

- 以心理治疗为中心的咨询

儿童神经症、行为障碍、发育障碍、特种障碍。

二、儿童心理咨询的基本观点

（一）儿童身心成熟程度决定儿童的行为方式

儿童的发展是指在儿童成长过程中身体和心理方面有规律地进行的量变和质变的过程。生理成熟制约着儿童心理发展的年龄特征和个别差异，当某种生理结构和机能达到一定成熟水平时，如果环境给予及时的相应刺激，某种心理品质就会形成和发展。我们有足够的理由肯定儿童的发展是遵循这一内在规律的。任何行为，包括非习得的和习得的，都需要有它自身的生物学基础，其中主要是中枢神经系统的成熟，也包括外周神经、肌肉、骨骼等系统、器官的成熟。没有生理成熟，心理和行为便失去了存在和发展的基础。就如摩天大楼的第一层紧砌在基础之上，但谁也不能说最高层就不需要基础了。正如格赛尔（Arnold Lucius Gesell）所说：“从广义而言，发展与生命乃一事情，包括整个人生历程中一切身心的变化——如身高体重的增加，动作能力的变化，智力的进步，情绪的发展等。”

要了解儿童，必须先对儿童身心发展的阶段属性及成熟程度加以探讨，才能确定儿童哪些发展是正常现象，哪些行为是发展障碍或发展过快所造成的异常现象，从而探讨该如何教养或辅导。

（二）改变儿童所处环境和改变儿童同样重要

一切生物的生存和发展不能离开环境。人和其他生物不同，人所处的环境是社会环境和经过人改造的自然环境，儿童自出生后就在社会中生活，周围环境对儿童有着很大影响，儿童在与环境发生交互作用中得到发展。从儿童身体方面来看，儿童机体的可塑性很大，容易受外界环境的影响，在良好的生活环境、营养和保育的条件下，可使儿童的身体获得正常生长发育。外界事物对儿童的感受器官进行各种各样的刺激，而引起大脑的活动，而后产生回答外部影响的行动。从生理学的角度来看，儿童掌握知识、形成表象与概念、养成品德习惯等，都是大脑在外界环境作用下所形成的暂时神经联系，没有来自环境的条件刺激物，就不可能有儿童的身心发展。儿童行为和心理发展的特征和品质是在与人们交往以及周围环境的相互作用中发展和形成的，环境对儿童的发展起着重要的作用。儿童自出生后，社会化的过程实际上是从零开始的，周围的一切对他来说都是新奇、有吸引力的。家庭及周围环境要密切结合儿童的生活和活动，经常地、广泛地去影响儿童，使他们最初获得的印象深刻，儿童就会从环境中受到自发的教育，而且儿童年龄越小，这种自发受教育的比重和作用就越大。

由于儿童的认知未臻成熟，行为缺乏自制力，在环境中处于受制的状态，缺乏改变环境的能力。因此，儿童心理咨询师对于儿童的不适应行为，应先了解其环境背景的因素，排除不良的环境影响，安排妥善的环境，经常可以直接消除儿童的不良行为。换言之，儿童个案的心理咨询，改变儿童所处的环境和改变儿童本人同等重要。

（三）家庭气氛及父母管教的方式决定儿童的生活形态

家庭生活的情绪气氛和教养方式决定了人类的儿女是否将从一个个体的婴儿发展到一个社会化的成人。因此，适当的家庭教养方式和健康的家庭氛围为儿童社会性发展奠定了基础，也对儿童心理健康的发展和稳定产生重要的影响。

家庭是儿童在人生旅途上的第一站，对人一生的成长具有十分重要的作用。在家庭中，儿童遭遇最初的经验，这将决定他是具有安全感、被爱等情感，还是具有焦虑、憎恨等情感。不同类型家庭的感情气氛对儿童心理发展影响极大，儿童的态度感受、思想和一般行为可能反映出家庭中占优势的感情气氛。如果儿童处在和谐、欢乐、紧张而有秩序的家庭中，父母双方彼此相爱，热爱孩子，关心孩子的兴趣、能力和志趣，愿意设法帮助孩子，儿童就能够从中获得安全感，并且适应生活中的各种要求和解决遇到的其他问题。如果儿童处在紧张弥漫的家庭情境中，父母不和睦、家庭经济管理混乱、家庭成员有不健康的爱好、经济或社会地位有实际的丧失或有丧失的危险等，家庭以惩罚、混乱、过分严厉为特征，儿童则容易情绪紧张，为父母关系失调而慌乱、憎恨；为忠实父亲还是母亲而烦恼和疑惑，这将对儿童的心理健康产生负面影响，儿童发生问题的可能性就会提高。

家庭作为儿童社会化的最早和基本的执行者，对儿童社会性发展有着重要的影响，父母教养方式是其中最主要的因素之一，这也是近 30 年来父母教养方式一直受到发展心理学重点研究的主要原因。一般而言，儿童的消极行为与父母教养方式的消极倾向具有密切的内在关系，而研究结果表明

父母教养方式直接影响到儿童心理发展。例如，民主型的家长尊重和理解孩子，并能以平等的身份与孩子交流。他们为孩子的发展提供了最大的自由，当然也为孩子的发展提出建议，理性地指导孩子成长，儿童在这样的家庭中易于形成健全的个性、健康的心理；儿童的求知欲高、好奇心强并极具创造性。而专制型家长教育孩子时只从父母的主观意志出发，强迫子女接受自己的看法与认识。这种教养方式使子女容易发展为顺从、缺乏自信、孤独、压抑的性格，心理易自卑；或是走向另一极端，强烈反抗、冷酷、残暴。这样教养出来的孩子学习被动，成绩很差。

（四）儿童的自我概念和人际态度影响未来的发展

儿童心理咨询不能只以改变行为为目标。儿童不再出现不良行为，或是获得较佳的学业成就，并不代表这名儿童未来一定可以有正向的发展。真正会深远影响儿童未来发展的因素有两个：一是儿童对他自己的看法，即儿童的自我概念。自我概念对人一生的发展起着至关重要的作用。它作为一个重要的参照点决定着儿童的想法和行为方式。如果儿童觉得自己是个有能力、善良、受到关爱的人，他便会表现正向的行为，并且遵从更符合社会赞许的正向行为发展模式，如对新活动显示出极高的热情；易与其他幼儿成为朋友；在活动中能合作，善于控制自己的行为，对行为后果有一定程度的预料性；富于创造性、想象力、独立性；反之，若是具有不良自我概念的儿童则认为自己很差劲、不善良、不受关爱，他可能变得自暴自弃，表现令人痛心的行为或者负向的行为特征。幼儿期（1~3岁）是自我概念发展的特殊时期，这时儿童的自我概念易被塑造。3岁的儿童完全以周围人的评价作为对

自己的评价，自我概念的依从性很强，是父母和老师评价的直接表现。因此，我们应从儿童出生之后便开始采取恰当的方式帮助孩子形成良好的自我概念。

儿童的人际态度是影响儿童未来发展的另一个重要因素。儿童待人以及与人合作时，能否找到归属感，并且与周围的大人们和同伴之间建立良好而和谐的人际关系，是否能够很好地参与到建立这种人际关系中来，也就如阿德勒所说的是否具有社会兴趣，是他未来能够发展良好的人际关系及融入正常和谐的社会生活的基础。建立儿童良好的自我观念与人际态度可以说是儿童辅导的基本目标。

第二节 儿童咨询的目标

在成为一名儿童咨询师之前，我们必须理解清楚儿童咨询的本质和目的是什么，这一点非常重要。我们要明确咨询目标，同样也要知道达到这一目标所运用的理念和方法。儿童咨询目标需要从以下四个水平上进行设定：

一、基本目标

这些目标适用于咨询中的所有儿童。包括：

1. 帮助儿童处理那些令自己感到痛苦的、与情绪相关的问题。

2. 帮助儿童使其想法、情绪和行为达到某种程度的协调一致。
3. 帮助儿童使其感到他们自己的状态很好。
4. 帮助儿童使其接纳自己的不足和优势。
5. 帮助儿童改变那些可能产生消极结果的行为。
6. 帮助儿童使其很好地适应外部环境（例如：在家里和在学校里）。
7. 帮助儿童使其获得充分发展的机会。

二、父母设定的目标

当父母把孩子们带来咨询时，这些目标由他们来设定，与父母的日常生活相关，并且通常以儿童当前的行为问题作为参考。例如，如果儿童的问题行为是不停地吹手指，那么家长来此的目的很可能主要是如何消除这种问题行为。

三、咨询师设定的目标

这些目标是咨询师在思考为什么这个孩子会以一种特殊的方式行动之后作为假设的结果而形成的。以这名把粪便涂在墙壁上的儿童为例，咨询师可能会假设这种涂抹行为是儿童情绪问题的表现。因此，咨询师就会设定有关处理儿童情绪问题的目标。

显然，在对儿童行为问题产生的原因形成假设的时候，咨询师需要同时从他们的个案经验，有关儿童心理和行为的理论观点，以及目前的相关研究等方面搜集相关信息。

四、儿童的目标

这些目标将会在治疗会谈中产生，并且是儿童自己想要达到的目标，虽然孩子们在一般情况下不会把这些内容表达出来。这些目标的设定一般建立在孩子们带给会谈信息资源多少的基础上。有时候这些目标与咨询师的目标是相符的，而有些时候则是不符的。例如，一位咨询师在会谈之前已经设定了第三水平的目标：这名儿童需要被赋予自我实现的力量。但是在会谈当中该名儿童想要谈一项痛苦的经历，并没有做好进行自我实现的准备。在这种情况下，咨询师就需要设定第四水平目标，允许儿童讲述令自己感到痛苦的经历。

如果一名咨询师为一次会谈制定了一项具体的谈话安排，很多时候这份表格是非常合适的并且会有效果。尽管如此，在一般情况下，如果提前很快地制订了会谈计划，这也是很危险的，因为这个时候儿童自己的需要就被忽略了，而不是被处理了。为了能够让儿童把自己真正的需要表达出来，并且得到心理上的治疗，治疗师需要跟着会谈中的儿童一起走。否则制订会谈内容的结果将只是满足咨询师自己的需要，而不是满足来寻求帮助的儿童的需要。这显然是我们不能接受的，所以一般来说我们会先制订第四水平的