

学校心理辅导丛书

策划：全人心理教育机构

游戏治疗的理论与实务

梁培勇 著

中国心理学会学校心理专业委员会
中国教育学会学校心理辅导专业委员会 联合推荐



世界图书出版公司

学校心理辅导丛书

游戏治疗的理论与实务

梁培勇 著



世界图书出版公司

广州·上海·西安·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

游戏治疗的理论与实务 / 梁培勇著. — 广州: 广东
世界图书出版公司, 2003.4
(学校心理辅导丛书)
ISBN 7-5062-5755-6

I. 游... II. 梁... III. 游戏—工娱疗法
IV. R749.056

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 032813 号

学校心理辅导丛书

游戏治疗的理论与实务

出版发行: 广东世界图书出版公司

(广州市新港西路大江冲 25 号 邮编: 510300)

电 话: 020-84451969 84453623

授 权: 心理出版社 (台湾)

经 销: 各地新华书店

印 刷: 南海市彩印制本厂

版 次: 2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月第 1 次印刷

开 本: 850×1168 1/32

ISBN 7-5062-5755-6/G·0025

版权贸易合同登记号: 19-2003-098

出版社注册号: 粤 014

定 价: 560.00 元 (全套 20 册)

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系退换

《学校心理辅导丛书》审订委员会

主 任：

林崇德 北京师范大学教学指导委员会主任、教授，中国心理学会副理事长，教育部中小学心理健康教育咨询委员会主任

吴武典 台湾师范大学教育学院院长、教授，台湾辅导协会前理事长，世界资优儿童协会前理事长

黄希庭 西南师范大学教授，中国心理学会副理事长

副主任：

刘华山 华中师范大学心理系主任、教授，教育部中小学心理健康教育咨询委员会委员

莫 雷 华南师范大学教育科学学院院长、教授，中国心理学会副理事长，教育部中小学心理健康教育咨询委员会委员

王登峰 北京大学党委副书记，心理学系教授

林家兴 台湾师范大学教育心理与辅导学系教授，台湾辅导协会理事长

委员（按姓氏笔画）：

万明钢 西北师范大学教育科学学院院长、教授

叶浩生 南京师范大学心理研究所所长、教授

- 申继亮 北京师范大学发展心理研究所所长、教授
- 卢家楣 上海师范大学教育学院院长、教授
- 白学军 天津师范大学心理学系主任、教授
- 江光荣 华中师范大学心理咨询中心主任、教授
- 时 勘 中国科学院心理研究所教授
- 张文新 山东师范大学教育科学学院院长、教授
- 张向葵 东北师范大学心理学系主任、教授
- 李伟健 浙江师范大学教育科学学院院长、教授
- 李其维 华东师范大学心理学系教授、《大众心理学》主编
- 李 红 西南师范大学心理学系主任、教授
- 沈模卫 浙江大学心理学系主任、教授
- 杨丽珠 辽宁师范大学心理学系主任、教授
- 郑 雪 华南师范大学心理学系主任、教授
- 俞国良 中央教育科学研究所教育心理研究室主任、教授
- 胡卫平 山西师范大学教科所所长、教授
- 游旭群 陕西师范大学心理学系主任、教授
- 彭运石 湖南师范大学教育科学学院院长、教授
- 蔡笑岳 广州大学教育学院院长、教授
- 樊富珉 清华大学心理咨询中心主任、教授

执行委员：

- 周宗奎 华中师范大学教育科学学院副院长、教授
- 聂衍刚 广州大学心理系主任、副教授
- 胡朝阳 全人心理教育机构总干事

总 序

学校心理辅导是在 20 世纪教育改革运动中出现的新型教育方式，是现代心理学、教育学、精神医学、生理学、社会学等多学科理论与学校教育实践相结合的产物。许多国家和地区非常重视心理辅导在学校教育中的作用。有些国家甚至将学校心理辅导与教学工作并列，二者被喻为现代学校的两个轮子，心理辅导在某种意义上已成为现代学校的一个重要的标志。

在我国大中小学开展心理辅导，是进一步深化教育改革、促进学生健康成长的客观要求。《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》明确指出：要“加强学生的心理健康教育，培养学生坚韧不拔的意志、艰苦奋斗的精神，增强青少年适应社会生活的能力”。学校开展心理辅导，有利于预防心理疾病，维护学生心理健康；有利于儿童、青少年社会化和人格的健全发展；有利于提高教育质量，从而全面优化学生素质；有利于推进整个社会的精神文明建设……

心理辅导的多方面的积极作用是由其本身的一系列特点所决定的：心理辅导重视学生个体发展的内在需求，既关心学生行为

是否符合社会规范，也关心学生个人合理需要是否得到满足；心理辅导不仅重视学生认知方面的改善和潜能的开发，更强调学生动机、情感、个性方面的发展；心理辅导以民主的、建设性的师生关系为前提条件，强调师生间真诚态度和互相尊重；心理辅导注意发挥学生自主精神，强调依靠学生自我探索来解决面临的问题；心理辅导重视学生个别差异，容纳并重视个人的独特性。这些特点使得心理辅导可以成为学校教育教学工作的有力的配合和有益的补充。

我国大陆地区在 80 年代中后期，学校心理健康教育和心理辅导工作开始受到关注，近几年发展很快，已显示了旺盛的生命力。各级学校的心理辅导教师针对大中小学学生心理困扰与障碍开展了各种形式的心理咨询活动与辅导工作，一些心理学、教育学专业工作者力求以学科领域的理论和方法为基础教育服务，在我国心理辅导的理论与实践方面作了一些有益的探索；一些专业学会团体积极组织和开展学校心理辅导工作的研讨和交流，社会舆论也广泛认同，给学校心理辅导工作提供了有力的支持。国家教育行政部门对学生心理健康教育高度重视。1999 年，教育部先后颁发了《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》和《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，加快了全国学校心理健康教育工作的进程。2002 年，教育部又颁发了《中小学心理健康教育指导纲要》，对学校心理健康教育工作又提出了系统具体的要求和指导。心理辅导在各类学校中正在逐步普及，并已初步具备了健康发展的有利条件。

心理辅导是一项专业性很强的工作。要推进我国学校心理辅导工作规范化,不仅需要建立一支高素质的心理辅导教师队伍,而且必须为学校 and 教师提供必备的专业资源和支持。专业图书资料的学习是心理辅导老师提升专业知能的重要途径。大陆这些年来也相继出版了多种心理辅导的图书,对心理辅导工作的开展起到了重要作用,但由于缺乏系统性、针对性和操作性,因此还不能很好地满足实际工作者的需要。为了配合心理辅导教师的培训和满足各级学校开展心理辅导工作的实际需要,我们从台湾心理出版社精选了一批心理辅导专业图书,整合为《学校心理辅导丛书》在大陆出版。所选的图书皆由具有丰富教学经验和临床经验的专家撰写,在台湾学界具有相当的影响。

我国台湾地区的辅导工作经过几十年的探索和实践,取得了长足的进步。1958年成立的辅导学会,成为台湾地区辅导运动的一个重要起点。从1962年起,辅导学会与地方教育管理部门合作开展了中等学校辅导工作实验。此后,台湾地区教育管理部门又接受学者建议,先后制订了一系列政策,并从1966年开始在指定的学校进行实验,为在中等学校全面推行辅导工作做了较充分的前期准备。此后,台湾辅导工作的普遍化与制度化得到推进。学校辅导工作由重点实验到全面实施,其发展轨迹是先初中,次高中,再大学,后小学,逐步扩展。台湾地区学校教育中,辅导与教学、训导结合,已成为相辅相成、三位一体的教育体制。经过多年实践,台湾地区辅导工作在制度设计、机构设置、课程安排、人员培训、资源配置和社会支持等方面取得了全面的进步,

特别是在辅导领域的专业方法与技术方面，台湾辅导界积极引进西方的研究成果，并结合台湾社会实际开展研究和探索，积累了相当丰富的经验，这些经验对于大陆正在推进的心理辅导工作具有极大的参考和借鉴价值。

在丛书选编过程中，我们力求遵循下述原则：（1）科学性。要求入选著作对有关心理辅导的基本概念、原理、方法及其适用条件的表述正确，符合科学要求。（2）针对性。结合大陆心理辅导的现状，着重选取大陆研究不多而台湾已有相当积累的领域和材料，要求入选图书能反映台湾辅导现状且满足大陆借鉴之需。（3）发展性。在整套丛书的内容比重上，突出心理辅导以学校正常学生为主要工作对象的要求，在兼顾治疗、预防、发展三方面内容的同时，强调预防、发展重于治疗。（4）操作性。入选图书的内容具体、实用，侧重大量的能供辅导人员直接操作的辅导方法、技术和辅导活动方案的介绍。

本丛书的选题涵盖心理辅导的原理、专题心理辅导和心理咨询技术、心理治疗的方法与实务、心理辅导人员的专业发展等领域。所选图书内容突出学校心理辅导的组织和实施的实际需要，在兼顾基本原理和方法的基础上，用最大的篇幅介绍适用于学校心理辅导实践的具体技术和操作实务。丛书内容涉及心理辅导的基本原理和组织管理；心理辅导与治疗的方法，如团体辅导、游戏治疗、读书治疗；心理辅导的主要领域，如学习辅导、生活辅导、职业辅导和危机干预等；辅导工作者的专业提高，如怎样做个优秀的辅导工作者、怎样有效地与学生沟通，特别是提供了大

量的辅导活动和课程设计的实例，如团体辅导活动、理性情绪课程、游戏治疗活动、生涯发展规划和偏差行为辅导的案例分析等。

考虑到两岸出版和辅导领域的实际差异，为了适应大陆出版的政治要求、学术规范和语言习惯，使丛书能更好地为大陆心理辅导工作提供借鉴，我们对引进的著作制订了统一的修订原则。修订工作看似简单，实际其工作之复杂、工作量之大、程序之繁琐大大超乎预料。既要顾及大陆的出版要求、语言习惯和专业术语用法，又要尊重原著，让我们颇感为难。仅在语言习惯方面，包括遣词造句、标点符号等，两岸还是略有不同，我们花费了很大的心力来修订，以期尽量符合大陆读者的阅读习惯。尤感为难的是，对一些心理学术语的表述，两岸颇不一致。如台湾所用“谘商”（counseling），大陆用“咨询”，而台湾所用“咨询”（consultation），大陆尚无合适术语取代，我们尝试用“会商”代之。另对一些人物译名、纪年、机构名称都有改述，还省略了大陆读者难以找寻的文献条目。

本丛书能顺利出版，要归功于两岸心理学界和出版界的通力合作。首先感谢心理出版社总经理许丽玉女士和吴道愉总编的理解和配合，感谢广东世界图书出版公司陈岩总经理、陈洁副总编的鼎力支持，特别要感谢特邀编辑王英、雷晓云、范翠英女士的辛勤努力。

将台湾心理学著作这样成规模地在大陆修订出版，尚无先例可循。由于时间仓促、工作量大，我们对丛书的审订难免有疏漏

或不当之处，恳请作者诸君多多包涵，也希望各位读者多提意见。相信我们的努力一定有助于两岸心理学的共同繁荣。

《学校心理辅导丛书》审订委员会

游戏人生（代序）

“大人们嘴巴讲的是一回事，做的又是另一回事”，这句话不只是某个（些）大人常用来批评另一个（些）大人，连小学生也会在恰当时机，恰当地讲这句话。如果那“一回事”是“游戏”，看样子这句话就更“灵”了。大人们是故意要“言行不一”吗？试看以下的例子是否也是你所熟悉。

1. 两岁孩子的父母可能会很急切地叫着：“不要到那边去，那边危险！”或“不要碰那个，那个危险！”也可能是下命令式：“不可以到那边去，不听话，下次就不带你出来了！”或：“你就在这里玩，不可以把玩具拿到外面去！”

2. 坐在碰碰车上的父亲，将孩子夹在两腿之间，玩得相当投入，自然看不见也感觉不到那两只小手一直试着在抓方向盘，时间到了的时候，大致上会问孩子：“好玩吧？”但似乎并不准备看或听孩子的反应，一副乐在其中的样子。

3. 价值几千元的赛车在客厅架好了，孩子想拿操纵杆，父亲抢着说：“你会把它弄坏，我玩给你看！”孩子也就只能看了。

如果你有机会问问曾经有过上述行为的大人们，孩子们是否需要游戏，10个当中有七八个会回答：“当然了，孩子就是在游戏中长大的嘛！”而如果你继续问：“孩子差不多在几岁的时候，应该开始给他一些较正式的训练，以避免输在起跑点上？”他们一定知道那个答案会是什么吗？

大部分的父母们都知道“孩子是在游戏中长大”，就像小狗、小猫和小猴子一样，都需要“游戏”。研究猴子一辈子的 Harlow 夫妇，曾经试着控制小猴子的“游戏”，结果发现没给予游戏训练的猴子，长大了都有“偏差行为”。本书作者也在第一章第五节归纳出：“从前述游戏的功能来看，我认为目前儿童发生问题的比例所以较从前高，主要的原因是现代儿童可以游戏的机会较少。”

游戏对孩子的人生究竟有什么影响？本书的第一章第四节列举了生物性功能、个人内功能、人际间功能及社会文化功能四大项。对“儿童游戏对儿童成长的影响”作了许多研究的 Johnson 和 Yawkey，特别强调游戏对孩子心智上统整（integration）功能发展的影响。心智上的统整功能是一种非常基本非常重要的功能，它小到可以表现在认得父母亲的脸；它大到可以思考整个地球环境保护问题的解决策略。从出生到为人父母的成人期，心智上的统整功能都可能继续发展，但是儿童时期的发展（0岁到12岁）当然更重要，所以相关研究者均非常重视儿童期心智功能的发展。

“游戏”如果是像本书所说的，（1）是过程中充满欢乐；（2）

是主动参与；(3) 没有时间限制；(4) 没有特别标明的学习目标；(5) 不会有输赢的心理负担；(6) 有“我能感”，则这种形式的游戏通常有十分浓厚的想象、假想、扮演（非常实状况）、假装等成分在，因而促成孩子愈来愈不受“实物”或“实境”的限制，愈来愈容易不以“自己个人的观点”为惟一的“编演角度”，也更容易将原来毫不相关的东西、事务、情境联合在一起而组成有意义的“产品”。如果孩子有机会充分地玩（有足够的时间、空间、玩具或物件、玩伴、以及足够的生活接触经验），那么前述这项“不受实物、实境限制；多重观点的编演，以及统整各种可能材料成为有意义产品”的统整能力，将逐渐自动化（*automation*），而成为如同呼吸般自然表现的心智功能。这对孩子将来“解决个人的生活问题”到“解决整个地球的问题”都是非常重要的。

你能想像“游戏”对“孩子的人生”是这么重要吗?! Johnson 和 Yawkey 尚且批评美国的小学，从一年级开始就太限制了孩子“游戏”的可能性，不知道他们两位到台湾来的话，会不会“当场昏倒”?!

“单纯从游戏的观点来看（不是游戏治疗的观点），预防儿童产生问题的最经济且有效的方法，就是让儿童有更多的游戏机会”，看着报纸上不停地报导校园暴力、青少年吸毒、青少年自杀……，这一大堆问题，不知道你会怎么想？

当然，“游戏”不等于“游戏治疗”，不过有关游戏治疗的观念与技巧的说明，应该有助于你如何与孩子“一起玩”，尤其是

第九章以后的“野战派”概念与技巧：

4 “儿童的感觉、想法和儿童的行为必须分开来看，感觉、想法是儿童主观世界的产物……既然是主观世界的‘真实’，当然没有对错之分……我们也无法否认儿童必须生活在社会之中，而社会为了维持正常动作，也不得不制订规范来约束个人的‘行为’……”

孩子当然可以生气，在某些情境下，不生气才是不自然的，只是生气不一定要以“打人、骂人、破坏东西……”等“行为”来表现，这是前面这一段话的衍生说明。而如果在游戏当中，孩子表达生气的方式是“打木偶、埋木偶、摔木偶（木偶假装是某人）”，可以吗？当然可以！如果孩子有机会充分地“玩”，他的心智统整能力更被引导走往成熟的方向，他就有可能出现其他的“产品”了，所以，你不一定要“治疗他”，你可以提供机会（包括时、空、器具、玩件，也可以包括你）让他充分地玩，你也可以与他“平行地玩”（他玩他的，你玩你的，由于有你也在玩，他玩得更好）；与他“一起玩”（你揣摩他的玩法，当个配角，记得不要抢主角的位置），与他“玩新花样”（您已经是在当“玩”的老师了）。

“治疗”是有明确的目标与明确的设计的，所以如果你也是属于心理辅导或治疗工作者，这本书对你一定非常“实用”；如果你只是普通父母或老师，仔细阅读本书，你一定很有收获。Millar 曾经说过：“并不是任何一件事、任何一个活动都可以称作

‘游戏’，但你总是可以让每件事，每个活动‘好玩’”！

培勇写好这本书，要我写序。他写的书都是我喜欢看的书，当然要把握。看完本书后，刺激了“我的想象”，写下“游戏与人生”的联想，感谢他让我有先睹为快的机会。

吴英璋

目 录

总序	1
游戏人生（代序）	1
第一章 游戏与游戏治疗	1
第一节 早期对游戏的看法	3
第二节 游戏的定义	6
第三节 游戏的心理学观点	11
第四节 游戏的功能	13
第五节 游戏与游戏治疗	16
第二章 游戏与儿童心理治疗的结合	19
第一节 游戏治疗的定义	21
第二节 游戏治疗的发展历史	24
第三章 Anna Freud 与游戏治疗	
——心理分析取向之一	33
第一节 Sigmund Freud 的心理分析理论	35
第二节 准备期与心理分析	41
第三节 游戏治疗与心理分析	44