

增田梨花 著
郑平阳 译
黄 秦 审校



绘本的 魔力

走进儿童的心理世界

 中国人民大学出版社

增田梨花 著
郑平阳 译
黄 秦 审校



绘本的
魔力

走进儿童的心理世界

中国人民大学出版社
· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

绘本的魔力：走进儿童的心理世界 / (日) 增田梨花著；郑平阳译. — 北京：中国人民大学出版社，2018.4

ISBN 978-7-300-25311-4

I. ①绘… II. ①增… ②郑… III. ①儿童-心理健康-健康教育-家庭教育

IV. ①G444

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第002208号

绘本的魔力——走进儿童的心理世界

增田梨花 著

郑平阳 译

黄秦 审校

Huiben de Moli — Zoujin Ertong de Xinli Shijie

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511770 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京联兴盛业印刷股份有限公司

规 格 168mm×240mm 16开本

版 次 2018年4月第1版

印 张 12.75 插页1

印 次 2018年4月第1次印刷

字 数 182 000

定 价 45.00元

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

推荐序 1

《绘本的魔力——走进儿童的心理世界》是一本描述应用绘本阅读心理治疗方法帮助不登校儿童确立人生目标，从而返校积极面对人生的一本实用性心理治疗读物。相信阅读此书对于心理工作者、学生家长、教师都会有所裨益。

我国不登校学生的数量也不在少数。尽管缺乏翔实的统计数字，但这一现象对于心理工作者并非鲜见。正如本书作者所言：拒校这一现象部分地反映出当今社会发展过程中出现的一些社会问题，也映照出目前教育制度中的某些弊端；这一现象也在一定程度上与家庭结构、个体个性特征相呼应。因此，拒校问题理应受到社会各界的关注，解决这一问题也需要多方面的联合协作。这样才有可能有效遏制这一现象的滋生，从本质上引导儿童、青少年确立人生目标，积极规划，承担责任，更好地适应变化中的社会。

绘本阅读心理治疗并不能算心理治疗中的主流，但其应用投射技术原理，针对儿童、青少年这一特定群体，收效显著。这一治疗理念恰恰弥补了儿童、青少年拙于表达、犹豫彷徨的阶段性心理特征。绘本阅读过程中的微妙的相互交流为心理工作者提供了理解、干预的绝佳时机。书中描述的几个真实案例充分证明了这一点。细细读来，想必对你的工作有所借鉴。

本书的审校者黄秦是我的学生，她对绘本心理治疗的热爱和具有的心理治疗基本功，在审校此书过程中可窥见一斑。

李 鸣

2017年9月于苏州

推荐序 2

必须说，我几乎是没有丝毫犹豫就决定要为这部译作写下些文字的。尽管桌面上有一个长长的工作清单，其中的一些内容已经被催促多遍，但我仍然在接到邀请信息后第一时间让这一项工作插了队。之所以如此，并非只是出于我和黄秦之间的友谊、出于对她所从事事业的认同与支持，还缘于我对绘本的理解。

绘本一词取自日语中图画书的叫法 えほん的汉字写法“绘本”，顾名思义就是“画出来的书”，指以绘画为主、附有少量文字的书籍。或许正是因为它的文字量少，对于还不识字的幼儿来说可以通过图画就能够读懂、看明白其中的意思，所以人们习惯性地就把绘本看成是“最适合幼儿阅读的图书”，并由之而把给孩子读绘本当成一项不可或缺的低幼儿童教育实践、一种课程资源。毫无疑问，这个选择是对的、合适的。但是，在我第一次读绘本的时候，我就隐隐觉得，绘本最适合的阅读人群不一定只是幼儿。

第一次读绘本是在1991年，我刚刚进入学前教育专业读研究生。绘本的名字是《猜猜我有多爱你》，由一位国外学者带来的英文版。简单的文字、简单的图画、朴实的色彩，一页页翻过，并不需要多少时间，但却牢牢地抓住了我的呼吸、专注力，同时把我深深带入了因为沐浴着父母之爱才可以体验到的阳光里。26年后，当我端坐于桌前，回想那个场景，仍然可以强烈地感受到那一份沉淀在心灵中的温暖。

“这绘本中的阳光与温暖，幼儿真的能读懂吗？”在我第一次合上《猜猜我有多爱你》的时候，心中隐隐生出这样一个疑问。原因很简单，我是成年人、是远离父母的求学者、是想家的人。而幼小的孩子们呢？他们可以随

时拽到父母的衣襟，可以任意爬到父母的膝上、肩膀上，他们是被父母之爱、之怀抱包围的当局者，他们能猜到父母到底有多爱自己吗？他们能体会到这份人间大爱的真正分量吗？兜兜转转，这个疑问在我心里存了很多年，直到我自己成为母亲，在某个晚上给我4岁的女儿读起那个“大小兔子猜爱的书”（女儿语），我找到了答案：是的，幼儿可以读懂这个故事的一层意思——父母是非常非常爱自己的，但却无法理解“从这到月亮，再从月亮绕回来”的爱究竟是怎样的。只有随着年龄的增长、人生阅历的增加，他们才终于可以猜得出来、悟得明白。而到那时，他们一定已经不再是幼儿，不再是孩子。

是的，在我看来，每一本成人用心去做的绘本（科普类除外），实质都是从他们心底流淌出来对某一种人世间真情实意的眷恋与回想，那是他们灵魂栖息的地方，聚集了所有的美好与善良、明亮与温暖，因而，它便也就毫无悬念地成了可以带给读者与听者以力量的载体，让他们在某个人生阶段的精神成长出现断裂、扭曲之时，可以重新接续上生命的源泉、重新捋清自己的路径。我猜，这就是绘本所独有的疗愈功能之根本。

我很敬佩本书作者对绘本这一功能的挖掘与运用，更敬佩译者与审校者将这样一本研究著作引进国内的睿智与执行力。在急剧变化的时代里，人的精神生命发生断裂与扭曲的时候实在太多，但愿绘本疗愈可以给我们每个人的人生带来福音、改良。

刘晶波

国家重点学科“学前教育学”博士学位点负责人
南京师范大学教授、博士生导师

推荐序 3

2003年在日本访学的时候，就跟随吉沉洪教授接触了大量关于艺术疗法的理论和方法，特别是绘画疗法。日本的艺术疗法独树一帜，做得非常精致和深入，而且艺术疗法打破了语言的限制，非常值得在我国中小学推广和普及。虽然在当时，除了接触艺术疗法的一些理论和方法外，我在日本也拜访过一些教育心理学家，阅读过他们的一些著作，也接触了不登校的概念和相关的理论，以及解决这一问题的方法，但是确实没有看到绘本对不登校的咨询和治疗研究以及相关的案例。今天看到《绘本的魔力——走进儿童的心理世界》一书后，爱不释手，觉得这本书写作的角度新颖，不仅案例丰富，而且通过案例进行的研究也非常严谨；不仅是一本实践性、操作性都非常强的咨询案例书，更是一本研究深入、数据确凿、严谨细致的著作，对我国中小学生的逃学、厌学、辍学等相关问题的咨询和治疗具有非常重要的参考价值。

关于不登校问题，在我国没有直接的概念，但相关的概念比较多，我国经常使用的是逃学、厌学、辍学等概念。但这些概念和不登校是有区别的，日本文部科学省对“不登校”的定义是：除了生病以及经济原因外，出于心理、情绪、身体或者社会等方面原因，而不去学校或者想去学校又无法上学，一年中累计缺席30天以上者。在我国，与此相关的教育问题虽然没有日本那样严重，但近年来，学生因为厌学、逃学进而辍学的现象也屡见不鲜。对于这个问题的探讨，有利于我国汲取有益经验和教训，对我国中小学校中存在的相关问题的解决具有重要的实践意义。

关于不登校问题，西方和日本比较注重学校同家庭、父母协作，通过双方的合作使孩子重新上学。但不同于西方的是，在对策制定中，日本政府主

要是教育机构介入的比较多，同时更加注重和各级心理咨询机构及其相应治疗机构建立合作，共同干预不登校问题，强调家庭、学校和社区三者的联合，建立合作协同机制、设立资源教室等。因此，针对这一问题，日本的心理咨询机构有不少的方法和方式来解决。其中，绘本就是近年来儿童比较喜欢，在日本也比较流行的咨询和治疗方式之一。

绘本的英文名称为 Picture Book，日文用汉字“絵本”（平假名：えほん），顾名思义就是“画出来的书”，指一类以绘画为主，并附有少量文字的书籍。绘本起源于西方，诞生于 19 世纪后半叶的欧美。在亚洲，绘本发展得比较好的国家和地区有日本、韩国、中国台湾。中国台湾地区的绘本大致从 20 世纪 60 年代后期开始起步，至 80 年代后渐入佳境。

绘本是以图码为主、语码为辅（甚至完全没有语码），展现儿童、青少年视域中的审美世界图景，并能与作为接受主体的他们产生积极的、有意义的互动效应的一种读物。作为一种以图画为主要表现内容和形式的读物，绘本构图巧妙、造型生动、色彩优美，对于儿童、青少年具有很大的吸引力，其富含节奏韵律感、幽默诙谐、拟人夸张的语言也符合儿童、青少年语言的年龄特点。正如书中所说，绘本在不登校儿童的心理咨询和治疗中至少具有如下一些作用：创建自我表达的契机和提供实现自我的契机。我认为，不仅如此，绘本在不登校咨询中还可以创建良好的亲子沟通，只有亲子双方具备良好的交流基础，亲子关系才能得以促进，双方的精神安定度才能得以提高，从而形成学生、家庭和学校的良性循环。另外，绘本还有如下特点：

（1）快速捕获不登校儿童的注意力，并引起其强烈的兴趣。一般来说，不登校儿童都在学习和学校的适应等方面存在一些问题，因此，需要有更好的方式吸引他们的注意，激发他们的兴趣。

（2）增加认知学习。绘本的内容包罗万象，举凡天文、地理、历史、人文、社会、自然、科学等种种常识皆有所描述，它犹如百科全书，提供各种观察性、思考性与感受性的认知学习经验，这些能提升他们的认知学习，并从内在激发他们学习的兴趣。

（3）能帮助儿童、青少年找到真善美的钥匙，有助于促进他们人格的健康发展。

总之，以绘本为媒介不仅适用于不登校学生，对于竞争激烈的现代社会，也适用于各种年龄阶段的人群。绘本共读咨询在日本临床心理治疗领域已是收效显著，而这本书的出版填补了国内心理治疗书籍在绘本治疗上的空白。希望该书的出版能够起到抛砖引玉的作用，今后有更多的相关研究、案例和具体操作技法的系列丛书得到翻译和出版。

鉴于以上的体会，非常愿意为大家推荐本书，是为序。

杨东

西南大学心理学部

教授、博士生导师

译者序

如果没有与增田梨花老师在京都相遇，我想我们也一定会在日本的其他地方相逢。也许这就是上帝冥冥之中的引导。我在大学时期就读于金泽的金城大学的社会福祉与心理学专业，毕业后来到京都的立命馆大学就读应用人类科学专业，在这里遇到了我学问和人生的导师增田梨花教授。在我进入立命馆大学之时，受春日井敏之老师的邀请，增田梨花老师也从金泽工业大学来到立命馆大学。在金泽时由于获得奖学金，我每个月都要参加例会，长濑会长当时向我极力推荐增田梨花老师，而我则因专注于准备东京大学的入学考试，数次坐失机宜。然而，我与增田梨花老师还是在京都这座风光旖旎而又历史悠久的古都相遇了。作为一名老师，她文籍满腹；作为一名心理咨询师，她阅历深厚，人格中渗透着治愈；作为日本人，她尽力在日中两国之间努力传达知识与友谊。

一直以来，我都对儿童心理以及儿童心理护理非常感兴趣，并希望能够为受到困扰的儿童以及家长尽绵薄之力。心理疗法各有千秋、各有所长，我也在不断努力寻求适合自己的疗法。就在我接触到绘本的时刻，由它带给我的治愈与震撼使我至今难忘。绘本被很多的朋友理解为儿童读物，而事实上这薄薄的一本书却小到生活细节，大到宇宙万物，统合了视觉与听觉等感官系统，囊括了物质世界以及精神世界。我常常在图书馆用半天的辰光静静地翻看绘本，我感觉我不是在阅读什么，而是在这种静谧当中恢复一些什么，也许是对人生的热情，也许是对人的爱，也许是一些幸福感带给我的治愈。它使我感受到一种力量，我认为这就是它的魔力所在。

绘本作为一种读物，常被应用于保育、教育中，增田梨花老师则将它

运用于心理咨询中。正如上述，绘本本身具备治愈性与恢复性。那么，发挥绘本本身的性能，它可以为心理咨询提供更为简单而有效的媒介方法。将绘本融合于心理咨询中，可以避免增加来访者“由无到有”的创作压力；可以减少来访者的防御心理，增强信赖感，这在儿童与青少年的心理治疗中效果尤为显著。绘本内容、色彩、设计、构造的多样性可以使来访者更为有效地投射自我，使来访者得以觉察并改变。本书中有增田梨花老师多年的咨询经验与个案介绍，以及所使用的绘本书目，相信可以使更多的朋友发现绘本奇妙的魔力。希望增田梨花老师这本著作在中国的出版，使你我之间也有着美好而难忘的相遇、相识、相知。

郑平阳

2018年1月于大阪

审校者序

今天，增田梨花教授所著的《绘本的魔力——走进儿童的心理世界》终于可以在中国出版了。这是一本与艺术治疗、阅读治疗、家庭治疗相关的书籍，是英国剑桥大学心理学专业的绘本治疗教材，同时是国内第一本绘本治疗专著。

儿童、青少年一直是家庭、学校、社会关注的焦点，也一直是心理学家、教育学家、社会学家关注的焦点。在国家严格推行《义务教育法》的背景下，教育部门将更多的关注投向了保障儿童、青少年正常学习的权益。而是否可以正常上学却成为一些学生、家庭、学校的共同困扰。目前，越来越多的家庭因孩子不去上学的问题而四处寻求心理咨询和治疗。在跟随李鸣老师学习的三年多里，我常常在医院门诊见到各年龄段的不登校学生，同时我的来访者中也不乏不登校学生，他们的不登校原因如本书所写呈多样化。

在日本，自1950年起不登校与宅居问题就开始逐渐被社会所关注。到70年代末和80年代初，这一现象出现快速增长，之后一直居高不下。日本临床心理工作者们不约而同地认识到：儿童不登校与宅居这一问题是所有临床心理工作者都无法回避并亟须解决的专题。增田梨花教授则应用了自己所擅长的绘本治疗对该领域进行了实证研究。尽管本书的写作背景是日本社会，与我国的文化背景存在一些差异，但是从全球化、信息高速发展的社会环境，儿童成长、家庭和学校的共性和期待来看，本书有许多值得借鉴的地方。

近期，我参与了一项关于多动症儿童的家校沟通、心理陪护和教学资源的构建工作，从中了解到在苏州的幼儿园、小学已经开始为部分智力、身体发育正常而特需心理关怀的儿童专门开设了资源教室。或许其他城市的教育

部门也开始关注到这一人群，也在积极推进这项工作。目前，在国内创设资源教室是有一定难度的，即使在特教学院也没有相关的专业设置，学校面临的困难就是没有现成的师资，而学校需要从现有的教师中抽调成熟的师资进行相关的培训。相信对于学校、教师来说，面对特需儿童教学和资源教室的创设，不仅是一个新的尝试，而且是一个新的挑战。通过阅读本书，不仅可以让更多的家长、教师、心理工作者了解到孩子的心理，同时也为学校创立资源教室提供了一个很好的工作指南。

随着社会的变化，如今父母受教育程度也逐渐提高，非常多的父母开始重视儿童读物的选择，而内容丰富、文图优美、类型多样、制作精良的绘本则成为众多儿童阅读启蒙、语言学习、情绪疏导、审美养成和阅读习惯培养的首选读物。在这一趋势的推动下，中国在世界儿童图书版权交易率上也是长期居高不下。但在眼花缭乱的童书中，如何为孩子选择绘本、如何陪伴孩子阅读绘本却成为很多父母比较头疼的问题。因此，本书不仅适合专业的心理工作者、教师阅读，而且非常适合对儿童教育感兴趣的父母。

本书共六章：第一章是不登校的背景，主要介绍不登校的现状、对策，对学校心理咨询师的理理解，学校心理咨询的“魔法三不”；第二章是绘本的可能性，对绘本的功能和阅读类型作了深入的研究；第三、四、五章是对不登校儿童开展绘本共读咨询实际操作和效果研究；第六章是对整个研究的回顾和绘本共读咨询的展望。

在审校的过程中，我得到了很多人的帮助。感谢我的恩师李鸣教授，不仅在临床心理咨询实务和生活中教导、帮助和关心我，还在百忙之中从心理著作专业审校的角度给予了我很多的指导、建议；感谢增田梨花教授为了让中国读者有更好的理解和阅读体验，应允我们在文字描述上作了符合中国文化的一些修改；感谢我的老师杨东教授，这些年来一直给予我工作上的鼓励和支持；感谢我的朋友刘晶波教授，她作为儿童教育专家，不仅在3年前我和朋友创办社区公益绘本馆期间给了我很多建议，还向我引荐了绘本领域的专家，让我走进了绘本领域的殿堂；感谢我的来访者和可爱的孩子们，是他们让我看到了绘本更多的可能性；感谢我的搭档平阳，是她送我的英文版，开启了我们引进本书的一系列后续工作；感谢我的邻居李花博士帮我校对了

《为爱而生》韩文歌词的翻译；感谢中国人民大学出版社编辑们辛勤而细致的工作；感谢我的家人给予了很大的支持和理解！

囿于审校者的学识和水平有限，译文难免有误，望读者谅解，并不吝赐教。

黄 秦

2017年12月于苏州亲禾轩

对于尚未在中国大陆出版的绘本，鉴于读者便于阅读与理解，均采用日语直译，如书中出现的绘本今后在中国大陆出版，所涉及的版权问题，请允许致歉与订正。

ONE

第一章 不登校问题的背景

1. 不登校的现状 / 2
2. 不登校问题的相应对策 / 5
3. 对于学校心理咨询师的理解以及评价 / 6
4. 学校心理咨询的“魔法三不” / 8
5. “bochibochiikoka”（步步为营） / 10

TWO

第二章 绘本的可能性

1. 关于绘本 / 14
2. 绘本在心理学研究中的趋向 / 25
3. 绘本读听研究 / 26
4. 绘本共读研究 / 28

THREE

第三章 研究 1：使用绘本对不登校儿童进行暖身咨询

1. 什么是暖身咨询？ / 34
2. 暖身咨询的方法：动物心理测试与生存心理测试 / 36
3. 为什么进行心理测试？ / 40
4. 学生的回答 / 41
5. 暖身咨询的重要性 / 44

FOUR

第四章 研究 2：使用绘本对不登校儿童进行绘本共读咨询

1. 作为心理咨询与治疗技巧的绘本共读 / 50
2. 研究对象与方法 / 50
3. 目标 / 55
4. 有关自我表达 / 55
5. 以绘本为媒介，开启心与心的交流 / 57
6. 个案探讨 / 60
7. 借助绘本的力量 / 99

FIVE

第五章 研究 3：使用绘本对母子进行绘本共读心理咨询

1. 使监护人参与心理咨询 / 106
2. 心理咨询的程序 / 107
3. 有关亲子关系 / 111
4. 心理咨询的结果 / 112
5. 促进亲子关系 / 117
6. 个案介绍：架起通向现实世界的桥梁 / 120
7. 心理咨询师的作用和意义 / 136

SIX

第六章 综合讨论

1. 研究概要 / 140
2. 绘本共读心理咨询的临床意义 / 144
3. 今后的课题 / 152

附表 / 153

文献 / 178

后记 / 183

ONE

第一章

不登校问题的 背景



试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com