

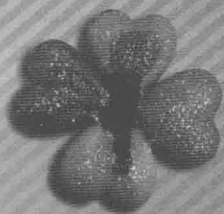


學校遊戲 治療實務

接觸、遊戲與歷程回顧之三段式遊戲介紹

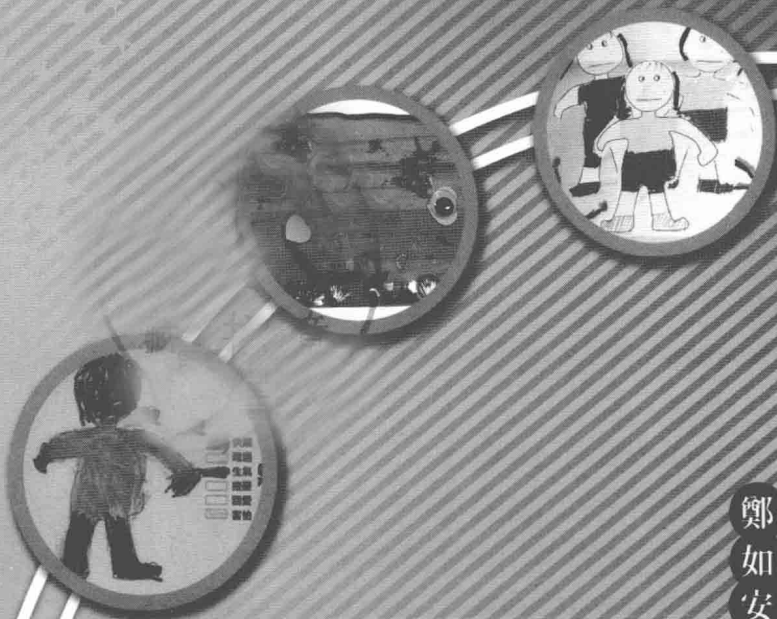


鄭如安
著



學校遊戲 治療實務

接觸、遊戲與歷程回顧之三段式遊戲介紹



鄭如安 著

五南圖書出版公司 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

學校遊戲治療實務：接觸、遊戲與歷程回顧
之三段式遊戲介紹／鄭如安著。

--初版.--臺北市：五南，2008.09

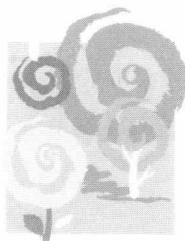
面；公分

ISBN 978-957-11-5339-1（平裝）

1. 遊戲治療 2. 學校輔導

178.8

97015249



1BVL

學校遊戲治療實務— 接觸、遊戲與歷程回顧之三段式遊戲介紹

作 者 — 鄭如安(382.5)

發行人 — 楊榮川

總編輯 — 龐君豪

主 編 — 陳念祖

責任編輯 — 雅典編輯排版工作室

封面設計 — 莫美龍

出版者 — 五南圖書出版股份有限公司

地 址：106台北市大安區和平東路二段339號4樓

電 話：(02)2705-5066 傳 真：(02)2706-6100

網 址：<http://www.wunan.com.tw>

電子郵件：wunan@wunan.com.tw

劃撥帳號：01068953

戶 名：五南圖書出版股份有限公司

台中市駐區辦公室/台中市區中山路6號

電 話：(04)2223-0891 傳 真：(04)2223-3549

高雄市駐區辦公室/高雄市新興區中山一路290號

電 話：(07)2358-702 傳 真：(07)2350-236

法律顧問 元貞聯合法律事務所 張澤平律師

出版日期 2008年9月初版一刷

2009年9月初版二刷

定 價 新臺幣250元

自序

我在小學教了二十幾年的書，也將輔導工作視為一生學習與投入的工作。自己在恩師廖所長鳳池於1999年創設「高雄市兒童、青少年與家庭諮商中心」的服務過程中，累積相當豐富遊戲治療的實務經驗，透過實際接案讓自己有很多的學習與成長。

近幾年則是有較多的機會參與國小老師的遊戲治療訓練，從許多參與訓練課程老師的分享，深刻感受到遊戲治療在小學校園中的應用會受到許多限制，這也讓自己思考如何建構一個適合學校生態的遊戲治療的運作模式，就這樣逐步建構了本書的「接觸、遊戲與歷程回顧之三段式遊戲」。

自己在社區的諮商實務經驗中，也知道許多民間的社福相關機構由於申請的經費有限，都有諮商次數的限制，我想在這樣的情境下，也都可以參酌此一模式進行諮商。

此書的誕生要感謝恩師廖鳳池所長的提攜，不管是在學術上、實務上都給了我很多的啟蒙與指導。感謝五南圖書出版公司願意出版。感謝蔡麗芳老師對內容的具體回饋與肯定，讓我更有信心撰寫這本書。感謝虹菱、秀怡、修如三位學妹的閱讀與回饋，也感謝曾經與我一起工作的所有老師與伙伴。此書可以說是自己這幾年的一個反芻，也是給自己的一個肯定與期許——肯定自己的努力，期許自己能不斷的學習，不斷的精進。也期待諮商輔導界的先進、諮商實務工作者及學校輔導老師，不吝指導與鼓勵。

最後，我要感謝我的家人。感謝爸媽養我、育我的恩情，在我繁忙教學與實務工作之中，適時協助我處理許多家中的事

務；感謝我的兩位女兒，因為你們的懂事、貼心與甜美，讓我很滿足的當你們的爸爸；更要感謝我的老婆，因為妳，讓我在挫敗時，仍能有滿滿成長的動力，因為妳，讓我對未來更積極樂觀，也感謝妳為這本書提供建議，及仔細的校對。

鄭如安

目 錄

自序

第1章 前言 1

- 第一節 緣起——遊戲治療在學校應用上的限制與困境 3
- 第二節 學校遊戲治療架構介紹 5
- 第三節 推動三段式遊戲之行政準備 12
- 第四節 從遊戲空間的概念談遊戲袋及遊戲室的建構 22

第2章 三段式遊戲的理念基礎 29

- 第一節 遊戲中親（owning）與疏（alienation）的治療機制 31
- 第二節 遊戲的過程就是兒童厚實的敘說與表達 39
- 第三節 建構正向的陪伴經驗：依附關係理念在三段式遊戲的應用 49
- 第四節 人際歷程理論在三段式遊戲上之應用 58
- 第五節 三段式遊戲內容介紹 62

第3章 三段式遊戲之第一段：正向接觸的開始 63

- 第一節 輔導老師的準備 64

第二節 第一段遊戲治療的主要內容	65
------------------	----

第4章 第二段之自由遊戲	71
--------------	----

第一節 自由遊戲之基本態度與觀念	73
------------------	----

第二節 自由遊戲之設限	83
-------------	----

第三節 自由遊戲之基本反應技巧	89
-----------------	----

第5章 第二段之診斷遊戲	99
--------------	----

第一節 語句完成測驗	100
------------	-----

第二節 看圖片編故事活動在診斷上之運用	111
---------------------	-----

第三節 動物家庭的投射	127
-------------	-----

第6章 第二段之有意圖的策略遊戲	137
------------------	-----

第一節 第二段之過渡客體的建構	142
-----------------	-----

第二節 我的心情歷程點滴活動	146
----------------	-----

第三節 第二段之猜束口袋食物遊戲活動	155
--------------------	-----

第四節 百寶盒的運用	162
------------	-----

第五節 第二段之照相活動	170
--------------	-----

第7章 三段式遊戲的結束與結案	179
-----------------	-----

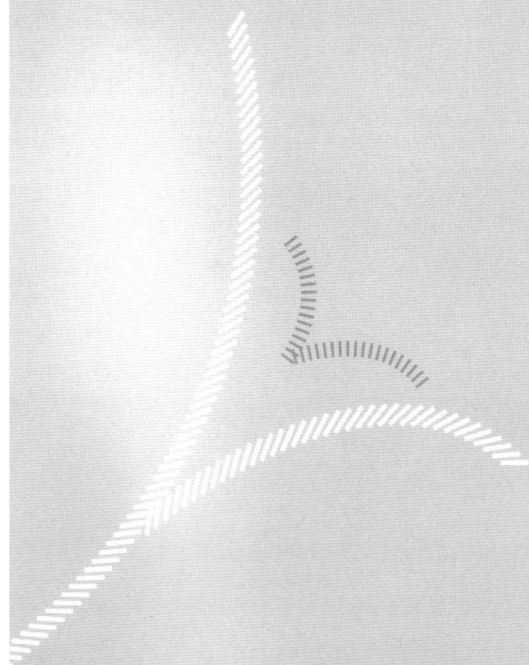
第一節 三段式遊戲單元的結束	180
----------------	-----

第二節 三段式遊戲的結案過程	183
----------------	-----

參考文獻	191
------	-----

第1章

前言



第一節 緣起——遊戲治療在學校應用上的限制與困境

遊戲治療在國內被廣為運用了好一段時間，深受國內輔導諮商相關研究所的研究生及國小輔導老師們的喜愛，在許多有關國小的輔導知能研習，也常安排遊戲治療或其相關課程之內容。作者在小學服務將近 20 年，也在小學校園推廣遊戲治療多年，深感遊戲治療是很值得在小學校園推廣的一種輔導方式。

但第一線的輔導老師、認輔老師在應用遊戲治療於兒童的輔導過程中，卻也出現了一些限制或困境。例如，老師們認為自己的專業能力不足；學校沒有遊戲室；受到寒暑假、學生轉學或畢業的影響而被迫結案或暫停輔導；小學輔導老師的角色期待不明確等困境。這些困境的確會影響小學輔導工作的推展，但這些困境不代表遊戲治療不適合於國內的小學，而是要能因應國內小學的生態做適度的調整。

小學老師每週要上超過 20 節的課，還有許多的習作及學生作業要批改，導師還要處理班級學童的大小事件，其實負擔不輕。在這樣繁重的工作之下，還要撥出時間進行學生的輔導，我們不得不先表達對這些老師的欣賞與欽佩。撰寫本書的動機，也就是期待能將多年的實務及推廣經驗，整理出一套能合於國內小學生態的遊戲治療模式，希望對這些願意義務付出的老師們能有所幫助。

接下來，就針對目前小學校園在推動輔導工作時的困境說明如下：

一、專業能力的不足

現在的班級學生數雖然比以前少，但學生在學校呈現出來的問題，並沒有因而減少。反而因為整個社會及家庭結構的改變，學生所呈現的問題更複雜及多樣！在校園中最常耳聞的有注意力缺陷過動症候群（ADHD）、拒學、選擇性緘默症、家庭相關議題（目睹家暴、身體受虐、性侵……等），以及因一些重大意外事件，如車禍、目睹家人自殺等所造成的創傷，都讓老師視學生輔導為畏途。若過去沒修過諮商輔導、遊戲治療等課程，那就更覺得自己專業能力不夠。

二、遊戲室設備的缺乏

多數的學校並沒有一間合於標準的遊戲室，這也成為輔導老師要推動遊戲治療時的困境。多數的學校就是在輔導室擺設一些玩具，或是利用一個角落鋪上地墊，要進行遊戲治療時，再將玩具擺設出來。

三、輔導時間的安排及持續不易

學生到校接受教育是其基本的權力，學生的受教權是不可以輕易剝奪的，不能因為他的行為不當或適應困難，就剝奪他上課的權力。因此，可以安排學生的輔導時間其實是有限的，大多數的輔導老師只好利用晨光時間或午休時間進行輔導。另外一個限制就是，輔導過程也常會因為學校的考試、運動會、節日紀念的慶典及戶外教學等活動，而影響了輔導的持續與穩定。再來就是輔導會因寒暑假假期，而暫停或終止輔導。即使是暫停輔導，也因為開學及學期最後一週都是比較忙碌，不是很適合安排輔導，導致學生的個別輔導可能會因學期的結束而

暫停 6 週到 10 週之久，這對於輔導效果當然會有影響。

四、輔導老師的角色期待

輔導老師在進行兒童輔導工作時，常陷入一種矛盾的迷思，就是一方面覺得自己的專業不夠，但在輔導的過程，又期待能讓學生有所轉變與進步。有時再加上行政主管或轉介老師的期待、詢問，而使輔導老師有很大的壓力，就因為這種矛盾與壓力，使得許多老師不願意參加認輔工作。

上述這些困境不完全是輔導老師解決，有許多部分是輔導行政可以著力協助的；至於專業能力不足、輔導時間的持續與安排、輔導老師的角色期待及紀錄的撰寫等困境，則是撰寫本書的動機，期待介紹一個結構清楚，以遊戲為媒介的輔導模式，讓每位輔導老師都可以根據此架構，配合自己的經驗、特質，規劃出一套適切且有效率的輔導模式。

第二節 學校遊戲治療架構介紹

一、三段式遊戲

在本章第一節介紹小學推動遊戲治療的困境，就是輔導時間的安排、跨學期輔導的持續，以及輔導老師的角色期待、角色衝突和專業能力不足等。為解決上述困境，作者根據多年的實務經驗及推廣遊戲治療的心得，提出一個以學校為本位的學校遊戲治療模式，它是將每次的遊戲時間，很結構地以三個段

落來進行，稱為三段式遊戲。期待三段式遊戲模式的架構及理念，能提供學校輔導老師一個可以遵循的輔導模式。在此特別介紹三段式遊戲的幾個特點：

1. **一個時間限制（time limit）的輔導模式**：學校輔導工作的一個特點就是，只能安排在學生的上課時間進行輔導，亦即每次遊戲單元時間的開始與結束，都必須配合學校的上下課時間；基於此原因，建議輔導老師在接受輔導室轉介的學生時，就要先推算扣掉月考、校內相關活動、放假等事務後，算算這學期能進行多少次的遊戲單元。根據經驗，即使是在開學之初就開始進行三段式遊戲，也不會超過 20 次。

由此可知「時間限制」或「時間的結構」是三段式遊戲的一個重要元素。其實當兒童都很清楚每次遊戲單元時間的開始與結束，同時也很清楚這學期的遊戲時間次數，此時「時間」元素很可能成為一個正向的治療因子。

2. **首要目標是給學生一個正向獨特的陪伴經驗**：前述提及輔導老師在進行學生輔導工作時，常陷入一種矛盾的迷思，就是一方面覺得自己的專業不夠，但在輔導的過程，又期待能讓兒童的行為有所轉變與進步。為調解此一矛盾，三段式遊戲的首要目標在於給兒童一個正向獨特的陪伴經驗。本書所介紹的三段式遊戲內容與架構，從第一次與兒童見面的布偶客體、每次遊戲過程的拍照、兒童作品的保存，到最後做成一本遊戲小書的過程，配合輔導老師的態度及技巧反應，就是在創造一個正向獨特的陪伴經驗。

3.「三段」是本模式的主架構：三段式遊戲的第一段是輔導老師在每次遊戲時間一開始，就以一個物件（通常都會是布偶或玩偶）與兒童**接觸**，它的理念就是要建構一個夠好的客體與輔導關係。第二段是與兒童進行自由**遊戲**、診斷遊戲或有意圖的策略遊戲。第三段則是根據人際歷程的理念，在每次遊戲時間結束前，輔導老師會以口語或寫回饋卡片的方式，配合一些遊戲活動，回顧今天的整個遊戲單元歷程。然後在每學期最後一次的遊戲時間，將整學期的輔導過程，製作成遊戲小書或影音的電子檔，和兒童、老師或父母進行整學期**遊戲歷程的回顧**。

由上可知，三段式遊戲就是在每一次的遊戲時間，很結構的以三個段落來進行，這個「三段」不是平均分配遊戲時間，在實務進行過程時，通常是以第二段為最久，第一、三段的時間可能會因為兒童的特質、年齡或輔導關係等因素而有差異。各位讀者會隨著實務經驗的增加，而越來越瞭解及自在的運用此三段的概念，以下先就此三段的架構做一簡要說明。

一、第一段——正向接觸的開始

關係的建立是輔導成功最關鍵的因素，一個好的輔導關係才有可能帶來兒童的轉變。三段式遊戲的第一段就是建構每次與兒童的見面，都是從正向的接觸開始。建議運用兒童喜歡的布偶、手偶或模型，來與兒童建立正向輔導關係。運用布偶、手偶或模型的目的有三：

1. 這些物件具有降低兒童緊張、焦慮情緒的效果，有助於關係的建立。

2. 這些物件於每次遊戲時間都出現，就是在為建構正向客體奠定基礎。（詳細說明請參閱第六章第一節過渡客體的內容）
3. 運用這些物件進行初始晤談（intake），可以使初始晤談更具趣味性，有助於兒童接受輔導的意願。

目標：

1. 建立正向的輔導關係。
2. 建構一個夠好的客體。

主要內容：

1. 運用布偶與兒童互動。
2. 結構整個三段式遊戲的期程。

二、第二段——整個模式的主體

第二段的内容除了介紹自由遊戲之外，也介紹具診斷或有意圖的策略遊戲，讀者可以根據對兒童問題的評估及兒童的特質，選擇不同的介入方式，並非是在第二段同時進行三種不同性質的遊戲活動。茲將此三種遊戲活動簡要說明如下：

（一）自由遊戲

顧名思義就是由兒童自行決定遊戲的內容及進行方式，兒童可以完全的當家作主，即使在自由遊戲時間，兒童選擇不玩也是被接受的！由此可知，自由遊戲的一個重要精神就是尊重及接納兒童的選擇（後面章節會進一步詳細介紹）。受限於各學校硬體設備的差異，輔導老師進行自由遊戲時，可能是在遊戲室中進行，也可能是輔導老師帶著自己的遊戲袋，或僅是準備一些表達性的媒材進行。

- 目標：**
1. 透過遊戲協助兒童統整其內在。
 2. 透過遊戲讓兒童感受到自身能力。

- 主要內容：**
1. 遊戲室中進行自由遊戲。
 2. 輔導老師準備遊戲袋，進行自由遊戲。
 3. 提供表達性媒材進行自由遊戲。

(二) 診斷遊戲

此處的診斷遊戲，是指有明顯意圖要蒐集有關兒童在家庭、學校或個人自我的相關資料而設計的遊戲活動。輔導老師除了透過自由遊戲的主題、內容及進行方式的分析，可以蒐集到許多有關兒童特質、生活經驗及不適應行為的資料外，也可以透過語句完成測驗、圖片編故事和擺設動物家族等三種活動，協助評估及診斷兒童的行為。其中的語句完成測驗類似兒童國語習作的造句練習，圖片編故事及擺設動物家族活動，都類似兒童的看圖說故事練習。由此可知，此處所介紹的這三種活動，對兒童及輔導老師都不會太陌生，在實施過程應該不會太困難。

- 目標：**
1. 透過遊戲瞭解兒童的特性。
 2. 透過遊戲瞭解兒童不適應行為的根源。

- 主要內容：**
1. 語句完成測驗。
 2. 圖片編故事。
 3. 擺設動物家族。

(三) 有意圖的策略遊戲

在自由遊戲與診斷遊戲之外，當輔導老師對兒童有更多的瞭解之後，可以開始進行一些有意圖的策略遊戲，正確地運用有意圖的策略遊戲，會使得輔導的效果更明顯及快速。本書所介紹的有意圖的策略遊戲是根據下述架構對兒童的行為進行診斷瞭解之後設計。

在此根據兩個軸來設計遊戲的內容，橫軸是兒童的外顯行為向度，將其分為緊 VS. 鬆；縱軸是兒童外顯行為背後的需求，將其分為親密需求 VS. 權力需求。

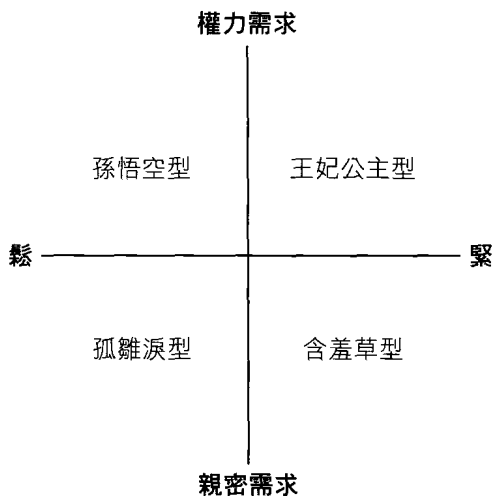
橫軸緊與鬆的向度是以兒童情緒、認知和行為的表現作診斷。由於太拘謹的兒童，會有如退縮、焦慮、緊張、畏懼、追求完美等「緊」的行為，因此，可以設計使其更彈性、更沒有規範的遊戲；而太鬆散的兒童，其行為表現常是過度散漫、不守規範，如調皮、隨便、恣意而行、不在乎、忘東忘西等「鬆」的行為，因此，就以結構、規則明確的遊戲介入（陳碧玲、陳信昭譯，2000）。

兒童過緊或過鬆行為的背後，都可能是想滿足其權力控制或是滋養照顧的需求。縱軸的親密需求向度是指兒童期待有人注意及肯定，其原因可能因為家長的疏忽、缺乏陪伴、缺少肯定導致，兒童為了能得到注意，就表現出過度討好、過度依賴或是調皮搗蛋的行為。權力需求向度的兒童可能就是過度缺少（如家暴家庭的兒童）或過度擁有（如被寵壞、任性的兒童）權力與選擇權，導致他出現不遵守規範或過於緊張退縮的行為。

當以兩個軸來瞭解兒童的行為時，就更能看清楚兒童行為的類型，及行為背後的需求。例如一個身體受虐的兒童，在家

被父親的權威所控制，導致他在學校表現出不服從、調皮的行為（過鬆），其行為的目的是想得到一些權力控制的滿足。但另一個被疏於照顧的兒童，也是表現不服從及調皮的行為，但其行為背後的原因則是想引起注意，得到更多的關愛。

縱軸與橫軸交錯就形成四個象限，不同象限代表不同類型的兒童，分別稱為「王妃公主型」、「孫悟空型」、「孤雛淚型」和「含羞草型」（如下圖）。根據這個架構來瞭解兒童的行為，進而設計適切的遊戲介入，就稱為有意圖的策略遊戲。



- 目標：**
1. 透過有意圖的策略遊戲的介入，協助兒童能更適應其生活情境。
 2. 透過有意圖的策略遊戲的介入，協助兒童解決其個人問題。

主要內容： 根據橫軸為緊 VS. 鬆；縱軸為親密需求 VS. 權力需求而畫出四個象限的類別，根據這四個類別的特性設計有意圖的遊戲。