

HELPING CHILDREN TO IMPROVE

THEIR COMMUNICATION SKILLS

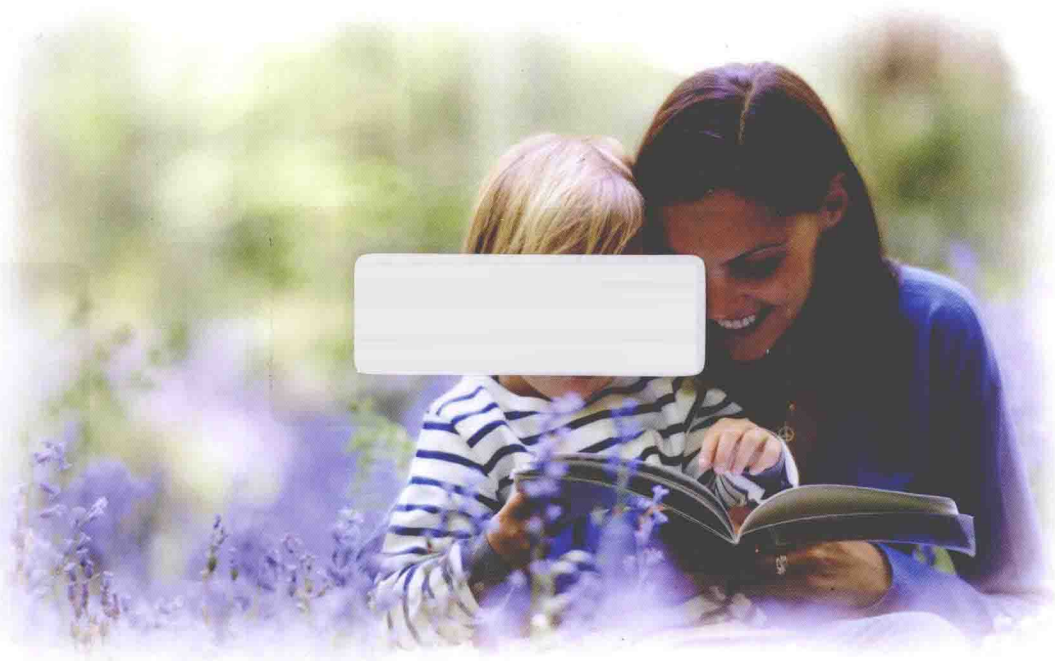
在游戏中

帮助孩子提高沟通力

适用4~11岁孩子发展良好沟通能力

有趣而富有想象力的游戏帮助孩子
开发交际能力、掌握沟通技巧

[英] 黛博拉·M·普卢默 著 邵慧敏 译
(Deborah M. Plummer)



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

在游戏中 帮助孩子提高沟通力



[英] 黛博拉·M·普卢默 著
(Deborah M. Plummer)

邵慧敏 译



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

Copyright ©Deborah M. Plummer 2011, Illustrations copyright ©Alice Harper 2011
This translation of Helping Children to Improve their Communication Skills is published
by arrangement with Jessica Kingsley Publishers Ltd.
Chinese simplified language edition published by Beijing Normal University Press (Group)
Co., Ltd ©2013, Beijing Normal University Press (Group) Co., Ltd.

北京市版权局著作权合同登记号: 图字01-2011-6920

图书在版编目(CIP)数据

在游戏中帮助孩子提高沟通力 / [英] 普卢默著; 邵慧敏
译. —北京: 北京师范大学出版社, 2013.7
ISBN 978-7-303-16112-6

I. ①在… II. ①普… ②邵… III. ①语言交流 - 少儿读物
IV. ①H0-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第059877号

营销中心电话 010-58805072 58807651
京师心悦读新浪微博 <http://weibo.com/bjsfpub>

ZAI YOUXIZHONG BANGZHUHAIZI TIGAO GOUTONGLI

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

印 刷: 北京中印联印务有限公司
经 销: 全国新华书店
开 本: 170 mm × 240 mm
印 张: 11
字 数: 71千字
版 次: 2013年7月第1版
印 次: 2013年7月第1次印刷
定 价: 30.00元

策划编辑: 谢雯萍	责任编辑: 尹莉莉
美术编辑: 袁 麟	装帧设计: 锋尚设计
责任校对: 李 菡	责任印制: 陈 涛

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

本书献给

乔治——一个富有创造性、启迪心灵的交流者。

没有他宝贵的支持，

本书将无法完成。

致 谢

在做语言治疗师的那几年，我通过各种渠道收集到很多游戏和活动。一些是同事在教学和治疗过程中介绍给我的，或者是治疗小组中的孩子们给了我灵感；一些来自书本；一些改编自我所记得的童年时的游戏；一些是基于各种专业培训课程所介绍的观点。所以，我再次感谢所有多年来与我分享他们钟爱的各种活动的人，以及所有尝试这些活动并且启发我对其进行改编的孩子们。

同时要感谢语言治疗专家和德蒙特福德大学讲师艾莉森·坦培斯特（Alison Tempest），感谢她的智慧和鼓励。还要感谢教师和玩耍治疗师珍妮·塞露莉（Jane Serrurier），感谢她多次参与创造力和情感健康的讨论，以及对于针对不同环境而改编各类活动所给予的指导。

注：书中选择性地使用了代词“他”和“她”，其指代所有儿童。

目 录

致谢 1

第一部分 理论及实践背景 1

第一章 概述：培养治疗性想象力 3

第二章 沟通的良性状态 12

第三章 游戏是沟通的治疗工具 20

第四章 构建情感环境 30

第五章 在不同背景下工作 42

第二部分 活动和游戏 49

第六章 超越沙包 51

第七章 大空间活动和游戏 62

第八章 在纸笔活动中发挥创造性 73

第九章 角色扮演、讲故事和受引导的意象 100

第十章 对话游戏 116

第十一章 思考技巧性活动 125

第十二章 建筑活动 134

第十三章 降落伞游戏 142

第十四章 音乐和运动 149

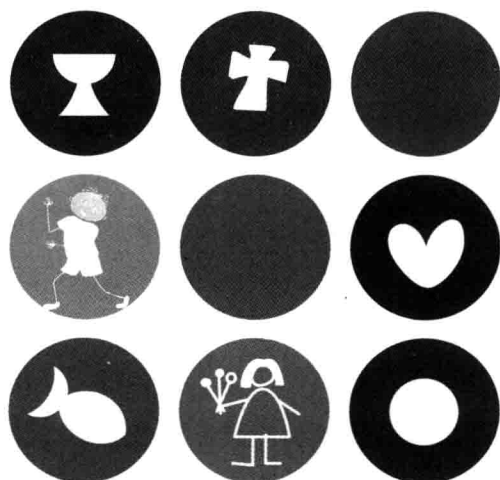


附 录

继续向前：技巧的转换和保持 159

第一部分

理论及实践背景



*Theoretical and Practical
Background*



第一章 概述：培养治疗性想象力

交流是一个复杂的过程，而我们每个人却能都具备必要的能力和技巧，以满足正常社交互动的需要，这简直是个奇迹。然而即使具备了这些能力和技巧，在应用时却可能很轻易地受到干扰，这些干扰来自于疲劳、疾病、压力，以及自我意识的强化和自尊心的起伏。本书列举了一些游戏和活动，帮助孩子们培养沟通能力，增强他们社交和情绪的良性状态及适应力。本书肯定了这些技巧和适应力，孩子可以通过培养这些技巧和适应力来进一步发掘沟通的潜力。在本书中，我们能认识到语言的力量和词汇带给我们的愉悦感，认识那些美妙的沟通媒介，包括我们的声音，说话时复杂的肌肉运动和协调性，以及表达复杂信息时微妙的面部表情和肢体动作。这些观点可适用于各种不同的场合——例如，在教室，或在家里，或一般社交技巧小组中。但

是，出于方便和连贯性的考虑，也因为具有言语、语言和沟通障碍的孩子更加需要帮助，所以在第一部分中我专门针对“治疗师”和治疗性环境进行阐述。如果一个孩子已被确认存在沟通紊乱，我们建议语言治疗师介入，对其进行适当的评估，并针对其特定需求设置活动。为了培养孩子的沟通良性状态和适应力，不管你是关心孩子的家长，还是从事教学的老师，或是处于治疗环境中的医护人员，本书所提出的一般性原则与我们每个人都密切相关。

本书的灵感来源于我与同事们（讲师和临床治疗师）的谈话，他们都参加过对言语、语言治疗方面的学生的培训和指导。我的学生和孩子们曾做过一些既有创造性又具有趣味性的活动，那些活动非常有助于让孩子们学会并加强对技巧的合理使用。但是，即使是最有创意的想法，却可以非常轻易地丧失其潜在价值，问题就出在表述这些想法的方式。相反，那些通常从身边收集到的基本材料，如果加以创造性地应用，却可以产生明显的效果。我和同事曾开玩笑说该给这本书起名叫：“超越沙包”（后来作为一章的题目），或者叫“没有小对对卡怎样办”。所以关键问题是，限制治疗效果的可能并不是设备，而是我们的治疗性想象力——想象孩子或成年人在身体上、情感上和认知上有哪些具体情况；用这种想象力来指导并塑造我们的互动能力，并创造性地而又富有想象力地思考如何规划并提供帮助。

治疗有言语、语言和沟通需求（SLCN）的孩子通常要以他们为中心，而现在也越来越多地将其整合为小组中的一员，在合作的框架中来进行治疗。尽管如此，我们仍需要一种基于证据的实践并对成果进行记录，这意味着对于参与的学生来讲，让他们超越已设定的干预性项目的安全范围，利用他们自己创造性的才华，他们还是会有顾虑。我认为对于需要在家里继续治疗程序的家长和看护人员，他们同样也会有顾虑，对于更有经验的治疗师来讲，在他们设计项目时往往

也觉得是一个挑战。

我们还需要知道，整合性的治疗方式也需要在课外活动中运用创造性的方式来实现治疗目的。不仅在教室里探讨的主题和问题应当运用于我们的疗法中，孩子在家里的日常活动和兴趣也应当加以运用。

所以，尽管本书提出了一系列的想法来帮助具有言语、语言和沟通需求（SLCN）的孩子，但是它并不是治疗“菜谱”，不像那些老式的菜谱里面，记载着精确而详细的说明和成分的确切比例。那样的书会产生负面的影响，会令像我这样的人完全无计可施，因为如果我的创造力超越了基本“菜肴”的程度，我就把握不好了。

虽然近年来的烹饪书里面会提到“一点点”橄榄油，“一大勺”蜂蜜或“少量的”醋，我还是希望你把对每个孩子和每个小组设计的活动综合起来，把这个过程看做具有很大创造性的活动，而不是一种精确的科学。玩耍对于孩子是学习的天然媒介，而且孩子可以在玩耍中表达自己的感情（Dwivedi, 1993）。我希望本书中的观点可以激励你对每部分进行创造和再创造，并在治疗中发现乐趣。把每个部分都看做是独特的，你就会将一点点治疗性想象力注入其中，它无疑会感染和激励孩子们。

贯穿本书的宗旨是强调帮助儿童培养沟通良性状态的重要性（见第二章）。现在，人们已经认识到我们理解儿童的言语、语言和沟通障碍和这些儿童的需求对于个人和社会的良性状态都至关重要，因此在我们传授技巧的时候，应当用相当的甚至更多的时间考虑一下我们的工作所产生的广泛影响。本书第一部分的重点就是如何优化学习的情感环境。

活动中所包含的框架，在治疗效果的三个不同层面上表现各不相同，无论沟通障碍为何种类型，也不管各类型的具体需求是什么。我没有对任何活动进行分类，例如，根据对治疗运动障碍或声音障碍或

流畅性障碍，或患有自闭症等是否有效。这是因为无论哪种沟通障碍的孩子，他们的优势和困难都是独特的。

下面是我提出的框架，目的就是强调不同治疗活动所具有的多层次效果。



目前，许多研究表明，言语和语言治疗干预的效果已经不仅仅在于提高言语或语言技能本身。例如，有研究表明它有助于改善人际关系、玩耍、应对策略的使用，可以减轻父母的压力（Robertson和Weismer, 1999），还有助于增强自信、提高学习积极性，减少挫折感（Boyle博伊尔等，2009）。

当我们帮助孩子培养沟通技巧的时候，这可能对他们以后的社会、情感、身体和认知的良性状态产生长期而深远的影响，或许比任何研究结果所显示的影响更加深远。换言之，帮助孩子培养和提高言语和语言能力和技巧的同时，我们也会帮助他们“成为自己”。这意味着，我们的工作同时在多个层面发生作用——例如，提高核心能力，如有效的倾听和观察，来促进特定技巧的形成，如音素识别或面部表情识别；或者教授具体的技巧，来间接影响更深的基础元素，例如帮助一个10岁的孩子，最终掌握如何发出之前缺失的音素；随着他信心的增长，他开始更多地参与学校活动，开始认为自己是一个成功的沟通者，最终不再担心被嘲笑，能够表达自己的想法，他开始享受沟通的过程。

这三个层次的效果相互联系，相互依存，但是各自都有其侧重点。因此，帮助孩子提高他们的言语、语言和沟通技巧不仅包括（我

认为,应当包括)认识到这些层次的相互关系,而且包括有意识地使用针对各个层面的策略。当然,这些层面都在不断发展中,区分这些层面并非一门精确的科学,但我的建议是对所有年龄段具有沟通障碍的儿童给予悉心帮助,将有助于为未来的沟通良态打下基础。

基础元素

我曾写过一本书,介绍了健康的自尊心所具有的基础元素(见《在游戏中帮助儿童建立自尊》第二版,2007)。我认为言语、语言治疗活动对其中提到的七个元素是有效的,反过来,这些元素可以对沟通障碍的压力起到进一步的缓冲作用。下面列出了这七个基础元素。这些元素包含了认知过程的各个阶段——发育、认知、认识、相信、感觉和理解。

1. 自我认知

自我认知就是找到“我”是谁、在周围的世界里我属于哪里。它包括:

- 理解差异和共性——例如,我的长相和性格和别人有什么不同,或者我如何与他人拥有共同的兴趣。

- 了解在不同的情形下有时我们的行为是不同的,了解我的个性中有很多方面。

- 培养并保持个人价值。

- 培养个人历史意识——有自己的“故事”。

2. 自我与他人

包括:

- 理解人际关系的乐趣和挑战:学习信任他人、与他人合作;能够从别人的角度(换位思考)看问题,并逐渐理解别人会如何看我;学习尊重和包容别人的意见。

- 培养并保持独立人格，同时承认对人际关系的自然依存，并培养自己的家庭意识和文化“故事”的意识。

- 培养情感智力——了解自己的情感以及如何表达情感；培养一定程度的情感适应力；知道自己可以选择表达情感的方式，而不要否定、压抑和不适当地表达；意识到他人的情感；从他人的情感中辨别出自己的情感。

3. 自我接纳

包括：

- 了解自己的长处，认识到什么是无法改变的，并承认我觉得困难而想从事的事情。这包括接受犯错误是很自然的，接受有时候犯错误是学习的最佳途径。

- 对自己的身体有良好的感觉。

4. 自我依赖

包括：

- 了解如何在身体上和情感上照顾自己。

- 培养一种独立和自我激励的方式，相信我可以主宰自己的生活，当遇到挑战时，可以迎接挑战。

- 减少对别人的意见和评价的依赖。

5. 自我表达

包括：

- 理解我的反应反映了我对自己和他人的信念。

- 培养自我表达的创造力，意识到并认可我们各自都有独特而多样自我表达的方式。

6. 自信

包括：

- 知道我的意见、想法和行动是有价值的，有权表达它们。

- 提高我的知识水平和能力，这样我能够尝试解决问题的不同方法，必要时可以灵活地改变策略。

- 感觉强大到足以接受挑战，并做出选择。

- 感觉自己足够安全，可以应付意外情况。

7. 自我意识

自我意识是现实中自我评价的基础。

包括：

- 培养关注当下的能力，而不是陷入关于过去或未来的消极思想中。

- 理解自己的情感，这样当我的某种情感出现时，我会意识到它。

- 理解情感的、精神的和身体的变化是生活中自然的组成部分，我可以选择如何改变、如何发展。

核心沟通能力

在此框架内的核心沟通能力主要是指“控制”、“适应性”和“有效性”。它们包括：

- 自我控制——一个孩子所具有的一定的控制感觉和思想的能力，和表达感觉和思想的方式；以及忍受等待和控制冲动的能力。

- 有效倾听——能够真正听取别人在说什么，并思考所听到的内容，包括注意力控制。

- 有效观察——对非语言互动的观察力和思考力。

- 想象力——想象的能力是创造力的重要方面，也是换位思考的重要方面：从另一个人的角度来看待事情的能力，以及了解他人需求的能力。

- 相互性——能够理解沟通中的分享；能够有效地合作和协商。

- 毅力——能够坚持完成困难的沟通任务并克服障碍。

- 适应性——在沟通中适应新情况和变化的能力；能够根据个人进步的现实评估，监测和调整行为、感觉和想法。

具体的言语、语言和沟通技巧

具体的技巧，实际上针对的是体现核心沟通能力的行为。例如，可以利用下列一个或全部的具体技巧，通过语言沟通成功地进行合作和协商：

- 开始和结束互动
- 提出/回答问题
- 提出请求
- 在对话中轮流说话
- 提供个人信息
- 解释/发出指示
- 为执行复杂的指示而使用策略
- 鼓励和推动其他人
- 保持互动持续进行/话题不变
- 接受他人的行为，并给予/接收反馈
- 在互动中有适当和适时的表现
- 表现出对适当的个人空间（靠近他人）的认知

这个基础元素，核心沟通能力和具体的言语、语言和沟通技巧构成的框架，可以使我们注意到各个层面的治疗效果。如果我们清楚地了解我们正在做什么、为什么这样做，我们会更容易产生有新意、有创意的想法，这将有助于培养孩子的沟通良态。



第二部分的基本活动是通过各种渠道精选出来的。其中大部分已被我和同事们在教学和治疗中使用过；有几个活