

行政院及所屬各機關出國報告

(出國類別：專題研究)

# 遊 戲 治 療

## 在 小 學 的 應 用

服務機關：台北市康寧國小

出國人職稱：教師

姓 名：高伊青

出國地區：美國

出國期間：00/08/23~01/02/12

報告日期：2001/05/10

c2/  
cc9000199

## 行政院及所屬各機關出國報告提要

出國報告名稱 遊戲治療在小學的應用

頁數\_\_ 含附件 是 否

出國人員姓名 高伊青

服務機關：台北市康寧國小

出國人職稱：教師

電話 0916745625

出國類別：專題研究

出國地區：美國

出國期間：00/08/23~01/02/12

報告日期：2001/05/10

### 內容摘要

兒童透過遊戲學得最好 說得最好 透過操作玩具 兒童能更完整的表達對自己 對特定對象 以及對發生在他周圍的事件的感覺 因此 遊戲治療師利用滿是玩具的環境和遊戲 來加入兒童的世界 幫助他們表達心理的問題 並且利用遊戲和玩具來教導兒童日常生活可能會需要用到的技巧

因此問題不在於諮商師 學校心理治療師 和社工”是否要”在小學應用遊戲治療 而是”如何”在小學應用遊戲治療

文中包括遊戲治療應用於小學的困難 在美國擔任遊戲治療師必須具備的學歷及資格 國內外有關遊戲治療之參考書及機構 網站等等：

一.

## 正文

### 一. 目的

藉由人事行政局提供之機會 本人利用在美國加州聖荷西市將近半年的時間 實地考察研習此行所分派之專題研究 期望經由遊戲治療在美國小學的應用

1. 訪問 聖荷西州立大學幾位相關系所之專任教授 包括兒童發展系 心理系 教育諮商系 以及特殊教育系
2. 選修相關課程 獲得最新資訊
3. 閱讀教授推薦之相關書籍 錄影帶
4. 閱讀聖荷西州立大學之圖書館之藏書
4. 利用多媒體圖書館之紀錄影片
5. 上網取得及時資訊及研討會訊息

能對 遊戲治療在美國小學的應用有更深的認識 並截取其中適合台灣小學生態環境

的各項優點 以期回到工作崗位時 能加以發揮利用 嘉惠學生

### 二. 過程

1. 訪問 聖荷西州立大學幾位相關系所之專任教授 包括兒童發展系 心理系 教育諮商系 以及特殊教育系

在我自我介紹及說明來意後 每位教授都非常熱心的提供他們所知道的資訊 很可惜的是 除了教育諮商係的一位開設心理劇課程的修伊教授對遊戲治療略知一二 其餘教授都只是熱心地將我轉介給他們認為 或許對遊戲治療知道更多的他係教授 輾轉許久仍然找不到一位完全符合我預期標準的教授

在經過多方詢問 及獨立研究蒐集資料 閱讀相關書籍後 才發現原來這現象並不奇怪

美國一般大學課程中 開設遊戲治療課程的科系很罕見 若有開設遊戲治療課程 也總是零星的幾學分而已 不足夠讓一個大學生修畢之後 便能專業的使用遊戲治療來幫助特殊兒童 總之 並沒有教授在學校開設遊戲治療的完整課程 通常是研究所開設的遊戲治療課程較完整 但也不夠普遍 所以大部分的人在讀研究所時 會盡量修遊戲治療相關課程 同時參加各個遊戲治療組織不定期舉辦研習和研討會 來獲得遊戲治療所需知識

心理諮商系的修伊教授還建議我與蒙特梭利學校聯絡 因為蒙特梭利學校的學生涵括 由幼稚園到小學的年紀 幼兒的上課方式原本就以遊戲為主 或許在學校內會有教育工作者對我想了解的一系列的遊戲治療課程有深入研究 修伊教授認為一般小學中並無遊戲治療師的職位 原因可能如下

1. 遊戲治療師只有在學校有學生需要他協助時 才聯絡訂定時間 到校為需要幫助的兒童安排課程.
2. 治療師通常不會只用遊戲治療的方式 因為這只是眾多幫助兒童表達情緒的其中一種方式 在所謂的治療課程中 藝術治療 音樂治療 戲劇治療 等等 都常被配合使用
3. 考慮到某些校長 老師 及家長對治療這個用語產生反彈 一般小學沒有所謂遊戲治療 學校輔導老師很可能會使用另外一個名稱 例如玩具諮商 遊戲成長 遊戲中情緒成長等頭銜

另外 十月份原本有一個為期兩天 修伊教授主辦的小型心理劇研討會 讓與會專業人士交換心得 充電後再回到工作崗位繼續服務 在他的邀約下 我也報了名 期待能滿載而歸 很可惜到最後關頭 因人數不足而延期至我返國之後舉辦

### 三. 心得

## (一) 何謂「遊戲治療」

大部分從事兒童工作的人，或家有幼童的父母親，都知道孩子好像沒有一刻是能停下來不玩的，遊戲就像是他們生活的一部分。不管在什麼地方或什麼時候，有玩具或沒玩具，都會看到小孩玩出不同的遊戲活動；一下子扮演，一下子自言自語，一下子又靜境地躲在某地方畫圖或做起東西來。而當孩子沉醉在自己遊戲的世界時，要叫他們停下來不玩，有時候要費好大的力氣。而孩子這種與生俱來就會遊玩的本能，在兒童諮商輔導上，包含著更深層的意義：「遊戲是孩子的語言。」，是孩子最自然而且最安全的溝通管道。在孩子開始跟諮商師建立了安全感 兒童是藉著遊戲去表達，傾訴內在的情緒困擾、憂慮、疑惑；就好像成人藉著語言去表達自己的內心世界一樣。

對幼小的孩子來說，面對一件難過而痛苦的事情時。他們因害怕而無法用語言說出，而在遊戲治療中玩出整個事件，不但讓孩子能有機會抒發情緒，也是給予他們得以重整過去的經驗，給予解釋、面對及解決問題的機。在旁的成人若能適當同理孩子的心情，真誠地去經驗、感受孩子的內心世界；而孩子也同時能意識到及感覺到諮商師了解他並無條件接納他。給予孩子情緒反映 而這樣的信任關係，是促使孩子毫無顧忌地透過遊戲——孩子的語言——去表達自己的感受、經驗、想法，以及行為。小孩會更認同自己情緒，並接受自己有此感覺是正常的。

遊戲治療就是針對因某些原因產生情緒困擾，造成偏差行為的孩子而做的諮商輔導。遊戲治療的意義，在於諮商師提供了一個安全、支持的環境，給予有助孩子發洩、探索、表達內心世界的玩具，使小孩在一個覺得可信任及安全的關係裡，「玩出」其內心世界混亂狀況、感覺、經驗，並學習面對自己情緒及自我控制的能力。

在遊戲治療中，諮商師雖是無條件接納孩子；但對孩子有傷害性行為出現時，設定限制是必須的，主要目的除了是要維護孩子、其他人及環境的安全，幫助孩子學習控制自己，並對自己所做所為負責任外，以讓孩子學習分清情緒與行為的不同，了解到情緒是被接納的，有傷害性及偏差的行為是不被認同的，並幫助孩

子把負面行為導向安全又可發洩的事物上去。

當孩子沉溺再情緒的漩渦裡時，接納、同理孩子的情緒是把孩子救出情緒漩渦的首要任務。接下來，給予孩子一個感到安全的空間，透過坦誠而彼此尊重的關係，讓孩子安然地藉著他們的語言『遊戲活動』一一去表達、探索其內心世界。當孩子能把自己的感覺心門打開時，他們便會學習到如何去面對自己的感覺，如何去自我控制，進而健康地成長。

對孩子本身來說，「遊戲療法」能夠促進兒童身心發展的健全，它的功用包含以下三點：

1. 在遊戲的過程中，孩子能夠自然的獲得肌肉協調與動作練習，使肌肉達到鬆弛達到抒解壓力的目的。
2. 藉著遊戲的過程，能夠化解孩子對現實世界的瞭解，減低孩子的幻想與現實世界的衝突。
3. 經由遊戲的過程，與其他人的互動，可讓孩子學習人際社交的技巧，並培養社會適應能力。

遊戲治療處理方式：

1. 以兒童人數區分：有一對一遊戲療法 二人或二人以上的團體療法 團體療法能夠促進孩子與其他人的溝通能力，增進孩子的社交能力。
2. 以玩具選擇性質區分：包括自由選擇玩具的自由式遊戲療法以及限制特定玩具的限制式遊戲療法，其中限制式遊戲療法又分為玩偶遊戲、手指畫遊戲、黏土遊戲等。
3. 當孩子是在學前的特殊教育階段，因為孩子的遊戲技巧與探尋能力比較弱，因此在學前特殊教育階段，大部份的遊戲還是由成人來主導，例如由家長或老師來指導。

## (二)美國遊戲治療現況

### 二. 應用於小學的困難

### 1. 教師和行政人員對噪音之反應

由於兒童需要透過較吵鬧及安靜的遊戲來表達情緒 有時候難免聲音過大，使教師和行政人員難以完全接受 因此必須事先告知治療過程可能會發生的情況 並使其了解兒童透過遊戲所表達出之情緒的重要性 了解有些兒童需要釋放憤怒 挫折 激動 而噪音即釋放情緒的一部分 並且要提醒教師和行政人員 自治及自制也是每間教室管理之目標 而在遊戲室中 允許兒童自由發出噪音去表達情緒 能使兒童回到班級時 漸漸不需要用分裂的行為去表達那些情緒

### 2. 經費問題

學校在遊戲治療方面通常只有很少的預算 甚至沒有任何預算 所以必須開發財源

電話公司或報社可提供幫助 家長會也會樂意提供實質上的幫助及金錢 只要他們了解遊戲治療的目的 以及對孩子的幫助

玩具會壞掉 需要再添購或維修 有些當地機構會幫忙募集遊戲治療需要的東西 如果能事先邀請他們來了解遊戲治療的好處 以及對孩子的幫助

### 3 整潔問題

如果諮商師 學校心理治療師 和社工很要求乾淨整潔的話

有些遊戲造成的髒亂會使他們有挫折感 並產生障礙 但這類遊戲是需要的 因為在遊戲中 習慣性髒亂的小孩能開始試著收拾殘局 而過於要求整潔的小孩開始能忍受不整齊 這裡要特別注意別給兒童壓力 因為學校沒有請專人清理 都是使用者負責善後 如果讓兒童負責善後 會讓他們有罪惡感 覺得因為把遊戲治療室弄得太髒亂而被處罰 所以大人善後較妥當

解決方式：

1. 事先對兒童說明亂到什麼程度是可被接受的話 遊戲治療師(諮商師 學校心理治療師 或社工)較能接受
2. 遇到較容易把遊戲治療室弄得太混亂的治療課程時段 可提早下課 讓遊戲治療師(諮商師 學校心理治療師 或社工)有時間清理遊戲治療室

### 三. 遊戲治療在美國小學中尚未普及之原因

1. 在美國 遊戲治療的歷史還很短
2. 直到 1960 年 諮商師 學校心理治療師 和社工才加入學校成員中
3. 大多數學校教職員工仍不清楚何為遊戲治療
5. 諮商教育進修課程 社工系 或心理系 均很少提供遊戲治療的訓練

### 三 為何在美國小學中遊戲治療應受重視

對兒童而言 遊戲是他們說出來的話 而玩具是他們用的字彙 遊戲治療的經驗是提供一個可以讓兒童誠實 坦白 且生動地表達自己的地方 除非兒童能夠用項成人一般 用語言充分成熟的表達自己 否則諮商師跟兒童之間要進行重要的溝通時 用遊戲當媒介是需要的

兒童透過遊戲學得最好 說得最好 透過操作玩具 兒童能更完整的表達對自己 對特定對象 以及對發生在他周圍的事件的感覺 因此 遊戲治療師利用滿是玩具的環境和遊戲 來加入兒童的世界 幫助他們表達心理的問題 並且利用遊戲和玩具來教導兒童日常生活可能會需要用到的技巧

因此問題不在於諮商師 學校心理治療師 和社工”是否要”在小學應用遊戲治療 而是”如何”在小學應用遊戲治療

我們無法強迫兒童學習 再資深的教師也無法讓還沒準備好要學習的學生學習 因此學校要提供充分的學習機會 輔助兒童發展智力 情緒 體能 及社交 等能力 而遊戲治療的主要目標就是幫助學生準備好 使他們能從學校所提供的學習經驗中獲益



四 在目前美國 遊戲治療師(諮商師 學校心理治療師 或社工)所面臨之情況

諮商師 學校心理治療師 和社工 憑著多年累積的經驗 以及工作壓力 常流於趕緊將問題處理完之形式 因為他們必須在期限內完成任務 結束工作 以免工作不斷累積 這樣一來 使諮商師 學校心理治療師 和社工的注意力變成放在處理事情上 而非兒童本身 一旦諮商師 學校心理治療師 和社工太過專注於趕快解決問題 常會本末倒置 只求改變兒童 得到快速結果 而不把兒童視為一個人 慢慢跟他溝通 試著了解他 配合兒童的速度

不論在小學內服務或是在外面診所工作的兒童遊戲治療師 都有進度壓力 而且他們身邊沒有多少人了解遊戲治療的專業及重要性 比較困擾兒童遊戲治療師的是 就算某些特殊個案的確需要較長期的時間 尤其個案是受重創之兒童時 遊戲治療師仍被主管要求加快速度 使就診兒童學會因應困難的技能 然後能快速結束個案 好接下一個個案 以致於有的遊戲治療師必須費力為特殊個案爭取權利

此外 有的在私人診所工作的兒童遊戲治療師會因為某些原因被要求加入其他類形的治療 例如家族治療 不能只用遊戲治療 專業自主受到干涉

五 在美國小學中 遊戲治療師(諮商師 學校心理治療師 或社工)配合受限的環境 而混合使用自由式的遊戲療法以限制式的遊戲療法

自由式的遊戲療法 也就是兒童中心遊戲治療法 在這種治療法中 由兒童主導一切並負起責任 不同於指定式的遊戲諮商法中 由遊戲治療師負責在治療過程中的帶領及詮釋兒童表現出的情緒

限制式的遊戲療法 遊戲治療師不試著去主導兒童的行動或對話 而授權給兒童去自我覺察 做決定 他們相信如果給兒童機會 兒童會有能力解決他本身的問題 並且是依照兒童的速度 遊戲治療師不試著催促治療過程之進行 另外 遊戲治療師要完全接受兒童整個人 在第一次諮商會面就要建立溫暖 支持 友善 及接受的氣氛 遊戲治療師可以告訴兒童 遊戲室是一個專屬兒童的特別的地方 在遊戲室裡 他可以用任何他喜歡的方式去玩玩具

小學的環境對於使用遊戲諮商方法的諮商顧問而言 具有許多高難度挑戰 因為小學環境裡 空間時間都有限 諮商顧問可能同時負責服務好幾所學校 有個案時才約好過去 所以必須隨身攜帶玩具和相關的教材 沒有固定地方 而兒童在諮商一結束必須立刻回到普通班級

目前 適用於短時間的限制式的遊戲療法愈來愈普遍 因為它不僅有效 同時也符合小學環境的諸多限制 然而某些情況下 限制式的遊戲療法也是需要的 例如當諮商顧問還不清楚兒童的問題之前 當兒童排斥諮商顧問的帶領時 或是諮商過程產生嚴重的控制權問題時 等等 許多人發現限制式的遊戲療法的技巧 對於難以接觸其內心世界的兒童成效非凡 有些學校諮商顧問發現 用下面這種結合兩種遊戲之方法既實用又有效

因為每個兒童的諮商時間有上限 通常諮商顧問分配給每個兒童的時間只有六次 每次半小時 所以諮商顧問最好一開始就先讓兒童清楚這個情況(諮商顧問必須決定能依照行事曆完成所有該做的事 或是需要額外增加時間) 利用撲克牌在諮商時間表格上打勾或貼貼紙 具體的讓兒童清楚還剩下多少次 兒童通常具有驚人的能力在類似這樣的規範下”工作” 這樣的方式也讓兒童自己決定在所剩時間內 他要做多少或透漏多少

結合指定式以及限制式的遊戲療法 重要的是要確定兒童清楚其中的差異 這一點能預防兒童產生混淆 並讓他們的遊戲溝通盡可能的開放 最理想的方式是自由式的遊戲療法跟限制式的遊戲療法能在兩個不同地方實施 不過 很少學校諮商顧問有幸能擁有這麼多空間 另一種方式是告訴兒童 “今天的第一階段 你先選你要的玩具 你決定怎麼玩 在最後階段 我會選擇我們要做的活動” 快要換諮商顧問指定式遊戲前 如果能先提醒兒童 例如 “蘿拉 你還有一分鐘可以玩你的玩具 接下來換我選擇我們要做的活動” 然後在指定式遊戲開始時再重複一次 “現在我們要開始做一些我挑選的活動” 大多數的兒童對於這樣的安排似乎都滿能接受

自由式的遊戲諮商法先進行 還是限制式的遊戲療法呢 Rise VanFleet 博

士建議學校諮商顧問 諮商時間一開始先進行自由式的遊戲諮商法 最後再以限制式的遊戲療法做結束 主要原因有兩點 其一 開頭先進行自由式的遊戲諮商法 讓兒童有機會放鬆 允許兒童用比較自由的表達方式發洩問題 使兒童感覺跟諮商顧問是平等的 其二 兒童在諮商課程之後 通常必須回到一板一眼的班級中 在結束前插入限制式的遊戲療法可以幫助兒童轉換心情 回到普通教室時比較容易調適

目前學校的諮商顧問(諮商師 諮商員) 面臨不少困難 所以能夠儘可能的充分使用各種諮商方法對他們而言是是很重要的 儘管有時情況不利於使用自由式的遊戲諮商法 也就是兒童中心遊戲治療法 諮商顧問通常可視情況需要 用以上建議之方法混合使用自由式以及限制式的遊戲療法

#### 六 美國小學傳統諮商室和目前遊戲治療室的不同之處

想像一個小孩子坐在一張大椅子上 雙腳懸空 整個空間內還有張大辦公桌 置放於桌上的文件 比小孩子還高的櫃子和書架 辦公用的電話 諮商顧問坐的大辦公椅 易碎的擺飾 一切一切都在提醒小朋友 這個地方是為大人設計的 這就是傳統的諮商室

在許多小學裡面 兒童去跟諮商顧問或心理治療師會面代表他們惹了什麼麻煩 違反校規或做了不該做的事 所以被送到諮商室接受處罰 也有很多同學會追問被送到諮商室的兒童 到底做了什麼壞事才被送去那裡 因此諮商室變成兒童極力避免的地方 這當然不是諮商師原本想表現出來的形象

現在 小學的諮商師 學校心理治療師 和社會會利用玩具和任何可以拿來玩的東西 來幫助諮商課程的進行 這樣做有許多的好處 不但可以彌補光使用語言溝通的不足 對兒童而言 滿是玩具的房間(遊戲治療室)所代表的意義就是:這個地方不一樣 這個地方是專門為小孩設計的 在這裡我可以當小孩沒問題 兒童一旦感到輕鬆自在 在諮商過程中 尷尬以及焦慮比較不容易產生

結語 在小學諮商室擺設玩具 能夠快速改變諮商顧問和受輔兒童之間的關係和氣氛 對兒童而言 感覺從” 快點快點” 變成” 時間是你的 我們可以按照你的步調來進行” 這樣一來 產生一個合理的結果 就是兒童在過程中維持高度興趣 不再有嘗試改變自己行為的壓力 而能自由發揮創意去探索自我 並肯定自己

## 七 諮商師和個案之間常見問題範例

1. 如果有一個女孩 有時候希望他的姊妹死掉 你對她的看法如何？

答：偶爾有這種想法是很正常的 尤其是他很氣姊姊或妹妹的時候 不過如果這一個女孩真的想要他的姊妹死掉 就很不正常 很奇怪了

如果禁止一個孩子被禁止表達忿怒 他會對希望別人死掉的這種想法有嚴重罪惡感 因此要告訴他 其實他跟大多數的人一樣 偶爾會有這種想法和感覺 不同的是他會因為這些念頭產生罪惡感 感覺自己很不好

2. 如果有人無法照顧好他的狗 你覺得怎樣？

答：我覺得他的爸爸媽媽應該警告他 如果他不能開始好好照顧他的狗 負起溜狗餵狗 等等主人該盡的責任 他就不能再養狗了

如果他不能洗心革面 就把狗送到朋友家或寵物店幾天 提醒他這是因為他沒盡到主人該盡的責任 所以狗狗要讓別人照顧 如果狗狗回來以後 他還是沒有好好照顧他的話 那狗就得送人 因為他不負責任 這方法對沒有責任感以及老是忘記失敗結果的兒童很有效

3. 跟父母起衝突時 罵粗話詛咒父母 怎麼辦

答 人在生氣時 常會冒出氣話 不過對爸媽說粗話不大好 通常跟爸媽說話 要用比較客氣有禮貌的話才好 溝通的目的是要讓你的憤怒發洩出來 並且讓你父母知道令你大發雷霆的原因 你生氣的是為了要改善使你生氣的情況 假設你用比較客氣的字眼 心平氣和的跟爸媽說 更能達到目的 如果你罵粗話 用詛咒的字眼 爸媽會更生氣 使情況更糟

有時表達你的憤怒對整件事情會有幫助 有時候反而使情況惡化 但是無論如何 表達後 至少你對自己感到滿意 因為你曾嘗試去改變情況 記得重要的是讓憤怒宣洩出來 但是要用比較婉轉客氣的的字眼 絕對不要頭腦冒出什麼話就脫口

而出

#### 八 教師及父母須知：

##### 1. 如何判定兒童是否需要遊戲治療的幫助？

如果父母對以下其中一項回答的是肯定的 就應該考慮讓兒童接受遊戲治療：

- (1) 你是否對你的孩子經常感到挫折 又不知道該如何控制他的行為
- (2) 你孩子的行為似乎比別的孩子嚴重 或比以前激動 麻煩
- (3) 你的孩子是否在日常生活技能方面 例如 吃飯 睡覺 人際關係 等等 以前沒有問題 現在卻一直有困難

##### 2. 父母如何告訴孩子 關於接受遊戲治療一事？

最有效的方式是在帶孩子去上第一節諮商課以前就先告訴孩子 父母可以解釋 諮商顧問的工作就是幫助兒童處理困難的事 不要責備孩子的行為 只要告訴他你很關心你看到的問題 所以你要帶他去見一個專門幫忙有類似問題的孩子 父母也可以對他說 “大偉 我注意到你最近很傷心 你也不想跟我談談這個情況 所以我決定讓別人來幫你渡過它 這樣對你會比較好 我要帶你去見 一個專門幫忙小朋友解決類似問題的人 聽說他用的是玩具”

##### 3. 每次遊戲治療諮商之後 父母應該問孩子什麼問題？

父母最好別問 讓孩子主動說出他願意讓你知道的部分 當他們選擇要說出來時 父母只要當一個好聽眾 千萬不要問侵犯性的問題

##### 4. 遊戲治療師會告訴父母 孩子在諮商過程中所做的事以及說的話嗎

在遊戲治療中 孩子跟大人一樣需要保有祕密 不過 父母可以確定遊戲治療師會告之父母他對孩子的感覺及孩子面臨的問題 如果有任何安全上的考量 遊戲治療師也會通知父母

父母在孩子的生活中佔有重要地位 在治療過程當然也佔有舉足輕重的地位 因此 遊戲治療師會跟父母合作來幫助孩子 這點是無庸置疑的

##### 5. 孩子在遊戲治療中能學到什麼

在遊戲治療中 孩子學到如何用比較好的方式表達自己的感覺 也學到對自己負責 並且較有自信 透過遊戲治療 兒童學到人際關係的技巧 適當表達忿怒的方式 以及控制自己行為的方法 孩子也會學到其他所需的技巧 使生活更上軌道

#### 6. 幫助心靈受創兒童及家庭的書籍

Brave Bart:

一本兒童書 適合經歷過各種創傷的兒童

作者: Caroline Sheppard

When Something Terrible Happens:

一本幫助兒童走出悲 傷的練習本 內容包括畫畫 著色等 適用於多種創傷

作者: Marge Heegaard

Too Scared to Cry:

一本詳述受創兒童的反應的重要參考書

作者: Lenore Terr

Play Therapy for Psychic Trauma in children:

提供創傷對兒童的衝擊 以及如何用遊戲治療處理問題

作者: Charles Schaefer

Rubble, Disruption, and Tears: Helping Young Survivors of Natural Disaster:

內容包括天然及人為災害對兒童的衝擊 如何用遊戲治療處理問題

作者: Janine Shelby

國內參考書:

對於有興趣多了解兒童中心學派遊戲治療的朋友,可參考高淑貞老師翻譯之「遊戲治療:建立關係的藝術」一書,該書為桂冠出版,是創始人蓋瑞 蘭爵博士的經典著作,亦為遊戲治療課程之教科書。

其他相關機構之網址

<http://www.traumatized-children.org>.

<http://www.selfesteemshop.com>

<http://4pt.org>.

#### 八. 在美國擔任遊戲治療師必須具備的學歷及資格

如果想成為遊戲治療師 必須在大學中主修心理系或兒童發展系後 再取得諮商碩士學位 或社會工作碩士學位 或是取得臨床心理學的博士學位

雖然在美國有些研究所有開不少遊戲治療的課程 但在兩年制或四年制的大學普遍只開一兩門遊戲治療相關課程 儘管隨著遊戲治療教育需求的提高 似乎有愈來愈多的地方提供此方面的進修 不過大學仍然少之又少 即使有例外 還是很難在大學中找到遊戲治療課程 全世界皆同 要改善現況需要一段時間

大部分的人在讀研究所時 會盡量修遊戲治療相關課程 同時參加研習和研討會 來獲得遊戲治療所需知識 美國各州法律不同 總之 沒有州認可之遊戲治療師執照 不過有興趣的人可以成為專精遊戲治療的合格心理治療師 或專精遊戲治療的合格社會工作者

在美國 遊戲治療師要能獨立作業的話 首先要是在美國遊戲治療協會登記註冊的遊戲治療師 條件是必須至少擁有認可機構頒發的碩士學位 2000 個小時的臨床諮商經驗 500 個小時的遊戲治療經驗 這 500 小時必須每 10 小時的臨床工作就有 1 小時接受督導 還有關於遊戲治療的在職進修 150 個小時 其中有些時數是美國遊戲治療協會所要求的特殊主題

針對兒童的需求 治療者盡全力確保兒童能從專業的遊戲治療師身上得到有效的幫助 遊戲治療領域在短期內快速發展 贏得熱烈的回響 因為兒童無法表達他們對遊戲治療這整件事的意見 所以專業工作者必須把關 確保使用遊戲治療的工作者 的確具備足夠的專業知識及技巧 讓兒童獲得最佳幫助 有一個基本原則就是 使用遊戲治療諮商兒童的專業標準 不能低於諮商成人的專業標準

以下原則是北德州大學遊戲治療中心 也是全美最大遊戲治療訓練中心 之創辦人兼主任 蓋瑞 蘭爵斯博士提供訓練遊戲治療者參考的幾項規則 他認為專業遊戲治療師應該具備之最低標準為

1. 助人領域的碩士學位 如諮商 心理學社會工作 或其他相關領域
2. 學習內容包括兒童發展 諮商 心理治療理論 諮商臨床技巧 及團體諮商
3. 有關遊戲治療四十五個小時學習
4. 個人諮商經驗 團體或個別諮商皆可 或其他適當可提供自我檢視之經驗
5. 對一般正常兒童與適應不良兒童之觀察與分析
6. 觀察有經驗之遊戲治療者 並與其討論批評該遊戲治療單元
7. 在有經驗之遊戲治療者督導之下 進行遊戲治療單元

在蓋瑞 蘭爵斯博士的遊戲治療入門課上 (研究所一學期三學分的課) 學生除了上課聽講 討論 閱讀 交報告外 還必需參與以下實驗性的經驗

1. 在遊戲治療中心觀察碩士班 博士班遊戲治療實習者的單元
2. 觀察及評論蓋瑞 蘭爵斯博士的遊戲治療單元
3. 觀察至少一次蓋瑞 蘭爵斯博士正在進行的遊戲治療單元 或為班級所做的特殊示範
4. 角色扮演 由蓋瑞 蘭爵斯博士扮演兒童部份 以增進學生的反應技巧 及處理遊戲室中兒童特別行為
5. 找一個適應良好的自願兒童 在學生方便的地點 準備一箱適當的玩具 全程錄音 進行一個遊戲單元 再交一份自評報告
6. 在遊戲室中 與一個適應良好的自願兒童 進行被督導的單元 督導由博士班學生或私人執業的遊戲治療者單任 學生需寫一份對此經驗批報告

### (三)國內遊戲治療的相關單位

弘光技術學院 [www.hkc.edu.tw](http://www.hkc.edu.tw)

台中縣沙鹿鎮晉江里中棲路三四號 04-6318652



### 遊戲治療室簡介

目的：為提供本系同學修習「遊戲治療」課程，並提供社區服務，協助兒童心理成長，特設置遊戲治療室。

特色：遊戲治療是國內兒童諮商服務的新興領域，包含各家不同的學派，如兒童中心學派、心理分析學派、認知行為學派、容格學派、完形學派阿德勒學派等。本系設置之遊戲治療室，屬「兒童中心治療學派」。

設備：本系遊戲治療室乃根據「兒童中心治療學派」創始人 Dr. Garry Landreth 的理念而設。規劃以 3.5 x 4.5 公尺的空間。其中所收納的設備包括模擬真實生活的玩具、行動化發洩攻擊的玩具、創造性表達及情緒發洩的玩具等。

### (三) 財團法人中華兒童暨家庭扶助基金會：高雄家庭扶助中心

幫助身心受創兒童能走出陰霾，勇敢面對未來，展現出如同彩虹般的笑容。目前正積極規劃推展中。

一、服務對象：以中心輔導之受虐兒童、寄養中兒童、少年為主。

#### 二、目的：

1. 改善個案人際、情緒、行為之問題。
2. 促進親子互動、重建親子關係。
3. 提昇案主自我形象。
4. 撫平案主創傷。

#### 三、工作模式：

透過社工師、心理治療師以兒童遊戲治療、個別諮商、家族會談、團體工作、家庭訪視等方式來提供服務。

#### 四、空間設施：

中心五樓設置有團體輔導室、會談室、遊戲治療室、家族會談室、觀察室等空間提供服務。

#### (四) 家扶彩虹屋 (Chinese Fund for Children and Families/Taiwan)

##### 一、彩虹屋成立源起

在民國 88 年的 921 震災中，有許多的老老少少，目睹了自己的珍愛的家園

慘遭破壞、遭過了自己至親的父母、丈夫、妻子、兒女…在震災中死亡幾秒鐘

的天搖地動，卻造成了許多人心中永遠無法抹滅的傷痛。

中華兒童暨家庭扶助基金會台中縣家扶中心，於震災後積極投入扶助受難

者的工作，提供災區兒童少年經濟補助、寄養安置及心理治療輔導等服務，但是根據心理專家指出：心靈輔導及重建的工作至少必須持續十年以上，因此我們在獲得香港上海匯豐銀行的經費支持下，籌設了一所為失親兒童少年心理重建中心家扶彩虹屋，聘請心理治療師、精神科醫師、遊戲治療師等專業人士，希望藉由專業之心理治療與輔導，協助震災中失親失依兒童少年獲得良好之生活適應與社會適應。

CCF 台中縣家庭扶助中心 兒童少年心理創傷復原服務

##### 二、彩虹屋提供的服務

1. 個別諮商輔導
2. 兒童少年心靈重建團體輔導
3. 兒童遊戲治療室
4. 家族治療

遊戲治療參考資料

☆ 遊戲治療與兒童心理治療

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第九章。臺北：心理出版社。

☆ 遊戲心理學

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第一章。

Rubin, K. H., Fein, G. G., and Vandberg, B. (1983)

Play In P. H. Mussen (Ed.) Handbook of Child Psychology.

N. Y. : John Wiley & Sons.

☆ 遊戲治療的歷史演變

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第二章。

Lebo, D. (1982) .

The Development of Play as a Form of Therapy : from Rousseau To Rogers. In

G. L. Landreth (Ed. ) " Play Therapy : Dynamics of the Process with children. "

Springfield, Illinois : Charles C Thomas Publisher.

☆ Anna Freud approach

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第三章。

☆ Melanie Klein approach

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第四章。

☆ 結構式遊戲治療

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第五章。

Hambidge, G. Jr. (1982) .

Structured Play Therapy. In G. L. Landreth (Ed. ) " Play Therapy : Dynamics of  
the Process with Children. "

Springfield . Illinois: Charles C Thomas Publisher.

☆ Adlerian approach

Kottman, T. (1993) .

The King of Rock and Roll : An Application of Adlerian Play Therapy.

In . Kottman and C. Schaefer (Eds. ) Play Therapy in Action : A casebook for  
Practitioners.

London:Jason Aronson INC.

☆ People-center approach

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第七章。

Perry, L. (1993)

. Audrey, the Bois d' Arc and Me:A Time of Becoming. In T.Kottman and C.Schaefer (Eds. ) . Play Therapy in Action : A casebook for Practitioners.

London:Jason Aronson INC.

☆ 公平遊戲治療

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第八章。

Peoples, C. (1983) .

Fair Play Therapy. In C. Schaefer and K. J. O' Conner ( Eds. ) . Handbook of Play Therapy.

N. Y. :John Wiley & Sons.

☆ Cognitive-Behavioral approach

Knell, S. M. (1993)

. Cognitive-Behavioral Play Therapy.

London:Jason Aronson INC.

☆ 遊戲治療之具體技巧

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第六章。

Brems, C. (1993)

. Storytelling Techniques. In C.Brems."A Comprehensive Guide to Child Psychotherapy."

Schaefer, C. and Cangelosi, D. M. (Eds. ) (1993)

. Play Therapy Techniques.

London:Jason Aronson INC.

☆ 遊戲治療的歷程

梁培勇 (民 84) 遊戲治療：理論與實務，第十章。

Canagelosi, D. (1997)

Saying Goodbye in child psychotherapy.

London : Jason Aronson INC.

Gabel, S., Oster, G., and Pfeffer, C. R. (1988) .

Difficult Moments in Child Psychotherapy.

N. Y. : Pleum Medical Company.

James, O. O. (1997)

. Play Therapy : A Comprehensive Guide.

London : Jason Aronson INC.

☆ 遊戲治療的效果(若時間允許)

Shirk, S. R. (Ed.) (1988)

. Cognitive Development and Child Psychotherapy.

N. Y. : Pleum Press.

Shirk, S. R. and Russell, R. I. (1996)

. Change Process in Child Psychotherapy: Revitalizing Treatment and Research.

N. Y. : The Guilford Press.

Brems, C. (1993)

. A Comprehensive Guide to Child Psychotherapy.

Boston : Allyn and Bacon.

#### 相關參考文獻

Freeman, J. , Epston, D. & Lobovits, D. (1997)

Playful Approaches to Serious Problems : Narrative Therapy with Children and their families.

N. Y. : . W. Norton & Company.

Jennings, S. (1993)

. Play therapy With Children: A Practitioner's Guide.

London: Blackwell Scientific Publications.

Kaduson, H. G. , Cangelosi, D. & Schaefer. (1997)

The Playing Cure : Individualized Play Therapy for Specific Childhood problems.

London: Jason Aronson INC.

Kevin O' Connor & Lisa Mages Braverman. (1997)

Play Therapy and Practice a Comparative Presentation.

Published by John Wiley & Sons, Inc.

(中譯本：遊戲治療理論與實務。何長珠譯。台北：五南圖書出版社，民 87)

Kottman, T. and Schaefer, C. (Eds.) (1993).

Play Therapy in Action: A casebook for Practitioners.

London: Jason Aronson INC.

Landreth, G.L. (Ed.) (1982). Play Therapy: Dynamics of the Process with Children. Springfield, Illinois: Charles C Thomas Publisher.

McMahon, L. (1992). The Handbook of Play Therapy.

London: Routledge.

Schaefer, C. (Ed.) (1993). The Therapeutic Powers of Play.

London: Jason Aronson INC. Schaefer, C. and O'Conner, K. J. (1983). Handbook of Play Therapy.

N. Y.: John Wiley & Sons.

Schaefer, C. and Reid, S. (Eds.) (1986)

. Game Play.: Therapeutic Use of Childhood Games.

N. Y.: John Wiley & Sons.

Singer, D.G. (1993)

. Playing for Their Lives.

N. Y.: The Free Press.

Webb, N.B. (Ed.) (1991)

. Play Therapy With Children in Crisis: A casebook for Practitioners.

N. Y.: The Guilford Press.

(中譯本：遊戲治療與危機處理。台北：心理出版社，民 87)

Handbook of play therapy

Edited by Charles E. Schaefer

1994

Play with them-theraplay groups in the classroom

1989

其他中文書籍；

## 1. 遊戲治療理論與實施

作者：劉焜輝

輔導與諮商叢書 39

[關於本書]

遊戲]對於兒童身心發展有莫大的貢獻，兒童可以從遊戲中發展身心功能及各種技巧，它提供兒童藉行為表現自我的機會，兒童透過遊戲去修正對於現實的認識，接納現實，面對現實，讓兒童以遊戲為媒介去發展自由創造的人際關係和互相的溝通。遊戲治療的存在建立在兩個基本觀點；其二為兒童在遊戲中才可能表達其內心世界的真相。

在心理治療上，遊戲治療的發展已經有相當時日，各個學派都有其獨特的治療觀點與治療模式。遊戲治療早期只有在兒童醫療等專業機構實施，目前則被積極導入學校輔導領域。然而在我國，醫療機構實施遊戲治療的不多，更遑論教育機構和輔導機構。

本書旨在介紹遊戲治療的歷史演進及發展趨勢，包括理論及臨床案例，筆者期盼遊戲治療在國內會受到應有的重視，會有更廣泛的應用。

## 2. 遊戲治療：

全書內容是以一個完整的“遊戲治療”的過程為架構，每一個過程及該注意、瞭解的部份都以一個章節來做通盤的介紹，並且輔以實例及對話過程，所以看完此書後可以對遊戲治療有初步的瞭解。

該書的重點如下：

成人最自然的溝通方式是語言，兒童最自然的溝通方式卻是遊戲及活動。因為遊戲是具體經驗及抽象思考之間的橋樑。

當兒童在遊戲時，呈現的是一個完完整整的個體。兒童能用玩具來說出嘴巴無法表達的話，做出現實中不敢做的事，及流露出真正的情感。遊戲是兒童象徵的語言，並且能揭露：兒童所經驗的；對經驗的反應；對經驗的感覺；兒童的願望及需求；對自我的概念。

兒童中心遊戲治療的基本哲學是兒童具有朝向成長及成熟的先天能力，並深信兒童有能力做建設性的自我指導。往上移動、實現的傾向是兒童中心學派遊戲治療的中心要義。

兒童對治療者是相當敏感的，與一個很真誠面對生活的大人相處，對於兒童是很珍貴的經驗。當兒童感受到治療者的溫暖、興趣、了解、真誠及同理心時，便能開始做自我改變。

兒童在遊戲治療中學會：自我控制及有責任心地自由表達；尊重自己；他們的感情是可接受的；為自己負起責任；面對問題時更有彈性及方法；在情感層面上接納自己；做選擇並為自己的選擇負責。治療者必須能接納自己的缺點，才能接納兒童的缺點。

想要促進未來社會中成人的心理健康，就應該努力促進兒童的心理健康，而不是只針對少數需要特殊幫助的兒童。父母與孩子間的互動關係絕對會影響到孩子的發展。

### 3. 書名：遊戲治療——理論與實務

作者 / 譯者：梁培勇著

內容：

遊戲治療是經常用來處理兒童問題行為的方式，它包括了許多不同的理論派別，而以遊戲作為和兒童溝通的媒介，是這些不同理論派別的共同點。這本書除了介紹各種理論派別的遊戲治療之外，最大的特點，是作者本身有豐富的遊戲治療臨床經驗，並因而整理出個人對遊戲治療的觀點；更重要的是，作者很坦誠的將自己的遊戲治療經驗毫不保留的提出來和大家分享。凡是從事和兒童有關的各種專業工作人員，或者是父母，相信都能夠從本書得到一些幫助。



出版年：1995

ISBN：9577021204

4. 書號：17097

書名：親子遊戲治療

原文書名：作者：高淑貞譯者：

叢刊別：心理學術系列叢書

初版日：1998/10/1

書摘：親子遊戲治療是屬於遊戲治療的一種應用。

葉貞屏

期刊論文

(A) 葉貞屏(民80)。從發展觀點看國小輔導的趨勢。

台北市立師範學院初教系刊，33-41頁。

(B) 葉貞屏(民81)。簡介案主中心式遊戲治療之原則與其對治療者之要求。

國教月刊，10月

(C) 專長主要授課科目

遊戲治療 諮商員臨床督導諮商理論與技術初級遊戲治療 進階遊戲治療 親子  
遊戲治療 沙箱治療諮商員臨床督導諮商理論與技術壹。

著作：學術論文：刊登於學術單位所發

網址：<http://gc.ncue.edu.tw/高淑貞.shtml> -

大小：50719, 最後修改日期：1990/1/13, 分數：706

5. 編號：22018

書名：遊戲在家庭治療中的應用

作者 / 譯者：Eliana Gil 著·卓紋君、蔡瑞峰譯

內容：

還記得用壞掉的椅子當作堡壘，還有用厚紙板充當盾牌、棍子充當寶劍嗎？

還記得對「敵人」放屁使他屈服嗎？經常聽到成人在悼念失去的童年。和兒童工作提供成人一個可以致力於神奇思考、玩扮家家酒、角色扮演，以及再次用臉部表情、身體姿勢、和用身體製造出聲音的方式來溝通的機會。

遊戲所表達的大大超過受限的語言；它同時用到了意識和前意識。家庭可以透過玩遊戲來減少防衛，而度過困難的情況和情緒。家人之間可以透過遊戲來溝通，父母本身也有自然的天性可以透過遊戲來表達。

記住：大部分來求助的家庭已早就失去笑、享受在一起、自由表達他們私密的渴望或需要的能力。玩樂創造了這一類接觸的機會，那毫無疑問地將會臻至親密的感覺、開放的溝通和更好的互動。

出版年：2000

ISBN：9577023851

附錄：家庭遊戲治療的資源

國內提供遊戲治療服務的機構單位與專業工作者一覽表

#### 作者簡介

艾蓮娜·吉兒 (Eliana Gil) 博士，是一位專業的婚姻、家庭與兒童諮商師；其專長為治療受虐兒童、他們的家人，以及年長的受害者。她目前在馬里蘭州的洛克維爾 (Rockville, Maryland) 執業。她出版了許多有關兒童虐待的著作，包括「遊戲的治癒力量：與受虐兒工作」(The Healing Power of Play: Working with Abused Children)。另外，她同時也是美國處理兒童虐待的專業團體 (American Professional Society on the Abuse of Children) 以及國立受性侵害兒童資源中心 (National Resource Center on Child Sexual Abuse) 理事會的一員。

#### 譯者簡介

卓紋君

學歷：美國德州大學奧斯汀分校諮商教育碩士

教育心理系哲學博士

經歷：嘉南藥理學院嬰幼兒保育系專任副教授

嘉義大學家庭教育研究所專任副教授

台南師範學院兒童諮詢中心心理諮商師  
現職：高雄師範大學輔導研究所專任副教授

高雄市兒童與家庭諮商中心心理諮商師  
蔡瑞峰

學歷：美國德州大學奧斯汀分校電機工程碩士  
高雄醫學大學學士後醫學系

現職：高雄長庚醫院精神科住院醫師

#### 作者序

在我專業訓練期間，我修了兒童發展、兒童心理治療、兒童精神病理學、評估與兒童治療，發現這些還不夠，因為這些課程都不夠明確而且太過廣泛了。此外，我發現教授兒童治療課程的老師，一般說來，似乎不太看重兒童與兒童治療，這傳遞了一件我後來才認清的事：心理健康專業人士一般並不重視兒童治療。在美國研究所的訓練課程普遍將兒童治療擺在極後的順位，顯然忽略了兒童治療的重要性。一直到近年來，專門的兒童治療中心，像是在費爾蘭·狄更森大學〔Fairleigh Dickinson University，查理·雪佛（Charles Schaefer）博士為主任〕以及兒童治療中心〔The Center for Child Therapy，蓋瑞·蘭吉斯（Gary Landreth）博士為主任〕，才慢慢出現。此外，國際遊戲治療協會也在一九八二年成立，每年都會舉辦大型的研討會。

我積極尋求上述兒童治療的訓練，在我完成大學與研究所的訓練後，到處參加工作坊以及研討會。我認識了數百位和我一樣對與兒童工作有同樣熱忱的專業人士。後來，我在加州教授一些兒童治療的課程，對從事兒童治療的專業人士做督導與諮詢。在這過程中，我遇到一些一開始對兒童工作顯得興趣缺缺的學生，或是不了解遊戲治療和家庭工作有何關聯的學生。

我也遇過許多看起來對兒童感到不自在因而不願主動找機會和兒童工作的臨床工作者。事實上，許多提供實習機會的機構缺乏兒童取向的治療師，或是對於提供年幼兒童的服務感到不足。一些臨床工作者，像我一些兒童案主的父母一樣，

會懷疑「和兒童遊戲」的潛在價值，而且還要付錢這麼做。其他人則對兒童沒有耐心、覺得厭煩，寧可和布偶說話也不願和他們談話。但是我發現：大部分的學生在技巧增進時（亦即：他們知道要說和做什麼），他們對於與兒童工作的興奮感也跟著增加了。事實上，直接和兒童工作的經驗經常是有感染性的，許多以前從未與兒童工作的學生都對這份工作的愉悅性、挑戰性與收穫感到訝異。

曾有和成人工作經驗的家族治療師可以一窺如何使用遊戲的知識，以增加其既有的家族介入的技術。值得注意的是，家族治療師將會發現：使用遊戲的同時便是對家庭成員展開邀請，令其卸除警戒。雖然，在對成人使用遊戲時可能會遭到抗拒，但當工作者以正面的語氣傳達，家人將會對遊戲有所反應，且會發現那很好玩、很有收穫時，抗拒將會大大減低。

同樣地，那些致力於遊戲治療研究的人們經常會發現和家庭成員工作是很挫折的，或者由於相信若治療師同時會見兒童與父母，則治療師所花的時間與心力自然會增加。於是便把父母轉介給其他的治療師。一些對家庭工作感到不自在的兒童治療師，可能不太確定何時以及如何協調個別與聯合會談的單元。我寫這本書乃是因為我對家庭系統的工作和遊戲治療有深切的關注，而我也相信這兩個領域是互相彌補而且是互相增強的。我認為那些還未統整連結他們相關的理論架構的家族治療師和兒童治療師，在將遊戲運用到兒童和他們家人後，會對其中無限的生機感到訝異而且深被吸引。

此書為將遊戲治療用在家庭的實務入門經典，值得有意致力於遊戲諮商或家庭諮商的學習者、教授者，以及實務工作者所擁有，並且一讀再讀。

後記

這本書是專為引起你在為有小孩的家庭工作時使用遊戲的動機而寫的。它並未包含所有的家庭技術。相反地，我有意激發你去探索如何調整和提升個人遊戲治療的技術，將之用於整個家庭系統。

我視和家庭與兒童工作是一個聯合的探索過程，在這過程中我被挑戰，也被刺激；相對地，我也盡力使用創新的策略來挑戰和刺激家庭成員，好讓他們找到新的方法來互動，並互相同理彼此。家人之間可以被幫助，以認識並使用改善的、且不單靠口語的溝通模式。我經常聽到成人在悼念失去的童年。和兒童工作提供成人一個可以致力於神奇思考、玩扮家家酒、角色扮演，以及再次用臉部表情、

身體姿勢和身體製造出聲音的方式來溝通的機會。???遊戲所表達的大大超過受限的語言。它同時用到了意識和潛意識，而後者可以連結到比喻、說故事以及象徵。家庭可以透過玩遊戲來減少防衛，因而度過困難的情況和情緒。請看看下面的例子。

一個智利父親帶著他四歲大的兒子來見我，因為他的祖母在照顧他時因心臟病發而死了（註）。這事件對他而言是個至悲的創傷，不僅是因為祖母死了，更因為在她因心臟病發而跌落在地時，她比個手勢要他幫忙她。當他接近她時，她把他抓得太緊了，讓他幾乎不能呼吸。這孩子可能因太過害怕，或是因為缺氧而昏倒，母親回到家時發現他們兩個人都躺在地上。她很快地把孩子叫醒，她抱住他時，他整個身體因害怕而發抖。救護車很快就到了，並且把祖母載走。

四歲的凱洛拒絕跟任何人談這個意外，他出現了突然而激烈明顯的焦慮，還有睡眠困擾。他緊跟著母親，除了她，他不願接受其他人的照料。在治療單元中，他也不願和母親分開，而且不說話、一點也不好奇，母親說這跟他平常完全不一樣。母親抱著凱洛，一面告訴我她母親所發生的事。母親談到那件意外的時候，他假裝睡著了。第一個單元只持續了二十分鐘，因為凱洛醒來他堅持要馬上回家，而母親和我都認為這樣做最好。

第二次單元時，我在遊戲室的中央擺了一個娃娃屋和小人偶，包括祖母。我把祖母、母親和小男孩的人偶放在娃娃屋的客廳。我問母親：「妳通常幾點上班？」「大約八點半。」母親回答。「現在妳離開家要去哪裡？」「嗯，我現在就要出門了，我通常是要去工作。」「哦，妳要出門去上班。」母親點頭。「妳母親死的那一天妳去哪裡？」「我也是去工作。」

我拿一個母親人偶給母親，並要她演出早上她要出門時在做什麼。母親把母親人偶放在床上，和父親人偶擺在一起。然後她把「凱洛」的人偶放到他的房間，祖母在他房間的隔壁床上。母親人偶起床、洗澡、穿衣服、弄早餐、看一下報紙，然後等其他人起床。之後，祖母人偶起床了、穿衣服，然後下樓和母親聊天，一面吃早餐。父親人偶沒多久就起來，出門時帶著咖啡和報紙。母親和祖母吻別，上班去了。祖母開始理家，擦擦這擦擦那，還到花園去整理花草。當她聽到凱洛起來了，她幫他弄早餐，並為他準備好乾淨的衣服給他穿。然後他們一起看電視，祖母喝著咖啡，而凱洛吃著餅乾。

母親看了一下，說：「我不太知道他們一天都做些什麼。」凱洛不情願地拿

起祖母人偶，把她放在娃娃屋外，她看著他騎腳踏車。他和祖母有時會散散步，有時會去店裡買糖果和晚餐要煮的東西。凱洛爬回到他母親的腿上。我說：「你和祖母通常在一起做了好多事。」他把臉埋進母親的胸部，眼淚從臉頰掉下來。母親撫著他說：「我好想念她。」

接下來的單元，母親重複過程，同時加了祖母過世的早晨那一段。她還記得那天她說覺得有點累，想躺一會休息一下。凱洛抓了祖母人偶把她放在床上，就睡在小孩人偶的旁邊。然後他起床、穿衣服，很快地到樓下去吃早餐。祖母睡了一會兒，然後做午餐，又睡了一會兒。凱洛那天多看了一些電視，並沒有出去。祖母後來起床、下樓，而這時凱洛突然把祖母人偶丟在地上，像是在演出祖母跌倒的情景。男孩人偶呆住了，最後跑去幫她。祖母抓住他的脖子不放。母親說：「祖母的心臟很痛，她需要有人幫她。」凱洛繼續搖晃這兩個人偶。母親補充：「我該怎麼辦？」「我要怎麼幫助她？」凱洛非常投入這個演出，他一再演出這一幕可怕的場景，從中經歷他的無助與恐懼。突然間，凱洛放下祖母和男孩人偶，而把母親人偶帶進來。他把她弄進屋裡來幫祖母。他讓母親弄水和甜麵包給祖母吃喝，而祖母此刻坐了起來，然後走到她的房間打毛線。母親和凱洛靜靜地哭著。

母親拿起母親人偶走去對男孩人偶說話：「我很希望能回來救祖母，但是我不知道她病了。而即使我早點到家，我也不知道要怎麼辦。我無法幫助祖母，她終究還是會死的。因為她的心臟太、太老，也太、太累了。」凱洛抬起頭，眼裡充滿詫異：「你不知道怎麼幫她？」「不知道，」母親再次回答他：「那時候沒有人知道要怎麼幫她。她的心臟太累了，現在它休息了。」凱洛問祖母現在是不是在天堂？母親回答她現在和他的祖父在天堂。「路易士爺爺會照顧她嗎？」「當然，」母親溫柔地說：「他現在正在做她最喜歡吃的東西。」

我問凱洛祖母還喜歡吃些什麼？他說：「有糖在上面的煎餅。」母親說：「改天我們可以帶一些去給她。」「妳是說去墓園？」「是的，」母親答道。母親後來打電話告訴我：他們去了墓園，放了一些餅乾要給祖母吃。凱洛堅持三天後還要再回去，他發現餅乾已經不見了。這讓他深信祖母吃了他為她做的餅乾，他感覺已彌補了一些他的錯誤。「她沒有生我的氣了，」他如此告訴母親。「當然沒有，凱洛，她為什麼要氣你？」凱洛回答：「當她把我抓得很緊、很痛，我以為她生氣了。但是她生氣時是從不吃餅乾的。」母親肯定他的孩子已經能接受祖母死亡的事實了。他變得較少緊黏著母親。母親的妹妹搬來照顧凱洛，當父母兩人都工

作時，他和姨媽在一起的那幾天並未有什麼事發生。

上述的例子再次顯示家人之間可以透過遊戲來溝通。父母通常需要一些鼓勵以允許他們自己透過這些媒介來對他們的孩子做回應。父母本身也有自然的天性可以透過遊戲來表達，就跟治療師做的一樣。

我非常重視和兒童的個別治療，因為我相信許多孩子都需要有被尊重、給予自由和被鼓勵去表現自己，以及被全然接納的機會。我的目標是總會把家人弄進來，不管是透過使用遊戲，或是讓他們加入治療單元。如果治療的目標是在重新連結家庭，與（或）協助家庭成員能用更健康、更有回饋性的方式互動，那麼家庭單元中包括年幼兒童以及使用遊戲技術是非常有用的，而且充滿機會。

總之，我鼓勵你們的創意和用心，去融入你自己天生即具有的玩樂能力。你將能為與你工作的家庭設立一個氛圍，要是你對使用遊戲感到自在與興奮，你將能把那種精神傳遞給家庭。如果你自己是不確定的、不自在或是尷尬的，你也同樣會影響家庭。記住：大部分來求助的家庭早已失去笑、享受在一起、自由表達他們私密的渴望或需要的能力。玩樂創造了這一類接觸的機會，那毫無疑問地將會臻至情緒親密的感覺、開放的溝通，和更好的互動。

#### 四. 建議

去年八月在報名公務人員短期出國專題研究甄試時 我已在國小擔任六年的級任老師 這段時間當中 我有一個深刻的體認 除了就是教育最重要的莫過於幫助孩子心靈成長 例如

- 嘗試各種方法使一個人際關係不佳的孩子 終於能和班上同學和諧的打成一片
- 不斷鼓勵 使一個羞與表達自己的孩子 開始注重自己的感受並勇於表達
- 分析周圍的大人 家庭教育 對兒童成長的影響 使一個已習慣用暴力解決事情的孩子 能真正懂得這種反應對別人和自己的傷害 開使學著用溝通方式解決問題
- 使自我評價過低或過高的孩子 能將心比心 公平的對待自己和他人 不過度自我膨脹 目中無人 或總是委屈自己 低聲下氣
- 使程度好的孩子能樂意主動協助程度較差的同學 而不是取笑對方 誇耀自己的優點
- 使全班了解所謂髒話的真正意思 不願再用 並用同儕的力量幫助滿口粗話的孩

子改口

- 享受合作分享所帶來的樂趣 而不是惡性競爭

以上僅列舉一部分 總之 對我而言 經由教育工作者的耕耘教育出一個堪為萬物之靈的人 其價值是遠遠超過教育出成績優異行為卻堪稱為人的學生 而在我的教學經驗中 能參加的研習的內容多半著眼於學科的教學法 例如 國語科注音教學的方法 建構式數學教學法 課程統整的原則 活潑英語教學 多元智慧教學 戲劇融入學科 等等 除了稀有的輔導智能研習和德育教學研習 主題跟兒童行為有關以外 鮮少有相關研習 而且輔導智能研習和德育教學研習並沒有提供一套實用的活動 訓練教師幫助兒童解決“人”的問題 不能解決兒童偏差 其他的學科學得再好 將來都會是社會潛在問題

於是我從八個指定專題中 排除了理論性以及學科性的主題 興致勃勃的挑選了唯一的一個似乎非常實用 能具體學習到處理學生問題的罕見的主題 遊戲治療在小學的應用 期望若有幸能通過甄試 出國實地觀摩 回國後就能馬上運用在學生身上 必然比我以前用一己的淺見絞盡腦汁 朝思夜想 苦口婆心 來得有效率多了

當時在我腦中浮現的畫面是 經由人事行政局 台灣省教育部 或者是台北市教育局安排下 我跟一群教育工作者參觀訪問美國實施遊戲治療有成的團體及機關學校 雙方已事先接洽好 所以我們得以實地長期觀察在美國小學的班級或輔導室中 教師或輔導老師是如何進行遊戲治療 而遊戲治療如何幫助學生心理方面的成長 實際效果如何 理論跟實作是否相符 當時我以為這個公務人員短期出國專題研究 跟一般研習大同小異 也就是教師報名錄取後 就只要專心當學生 研習課程的內容 講座 時間 地點 通通由主辦單位安排 唯一不同的是因為機會難得地點又在美國 所以要通過英文能力檢定及公共管理的考試 當時我相信人事行政局 台灣省教育部 或者是台北市教育局必定跟美國一些實施遊戲治療有成的團體及機關學校 維持長期的友好合作關係 至少有一份清單可以供我們參考 方便我們聯絡 而他們指定這個研究專題是需要招考一些實際任教 在第一線奮鬥又明確知道想補強的是哪個領域的老師 到當地去學習之後 回國嘉惠國內學生 提升我



## 國教育中遊戲治療的這一環節

後來 十二月底通知錄取 拿到公務人員短期出國專題研究須知以後 才知道情況完全出乎我意料之外

- 錄取人員必須自己找到美國實施遊戲治療的團體及機關學校 取得為期長達六個月的邀請函或申請入學 才能出國 主辦單位不但不能以通過國家考試的身分推薦我們到美國一些實施遊戲治療有成的團體及機關學校 甚至無法至少提供一份團體及機關學校的推薦清單供我們參考 使我們的搜尋及聯絡由零開始 就是因為對遊戲治療不熟悉 才想趁機多學習 多了解 這實在讓我傻了眼

- 上網找學校立刻發現一個大問題 那就是在大學或研究所中找不到遊戲治療的系所 退而求其次 我試著找相關係所開課介紹 教育系 特殊教育系 諮商輔導系 兒童發展系 等等 都沒有遊戲治療的課 於是我往教授方面著手 看有沒有專長是遊戲治療的教授 結果也令我很失望 好後悔沒選英語教學這個專題 因為每所學校都有這個系所

- 錄取之後才知道只能單打獨鬥 跟其他的研習完全不同 出國前後一切自理 沒有所謂的主辦單位安排 我所面臨的問題跟申請學校就讀的外國學生沒兩樣 唯一不同的可能是 他們會選自己有興趣 有把握的科系來申請 事先也做過一番市場調查 而我卻選了我最不拿手的一科 也不知道這科在美國教育體系中所佔份量 感覺上... 事倍功半

- 我也跟多家私人遊戲治療機構聯絡 說明我的目的後 他們都婉轉的表示並無長達六個月的訓練課程適合我的需求 並推薦我參加全美各地其他為期一天至一週不等的遊戲治療研討會 其中有一位遊戲治療師兼遊戲治療機構負責人還建議我 參加類似短期研討會比在學校上一學期課有用的多 我知道長期實際觀摩遊戲治療師進行遊戲治療 是能吸取專業遊戲治療經驗最有效的學習方式 可是這樣我還是拿不到為期長達六個月邀請函 連出國資格都沒有

- 經由網路上的聯絡 我好不容易可以得到一位私人遊戲治療機構業者的邀請函

但是基於安全的考量 家人不放心 如果是透過主辦單位的推薦 就不會有這顧慮了

- 最後順利的出國 起初野心勃勃的想找地方觀摩遊戲治療師的工作 很遺憾的是跟教授們談過後 發現無法達成 我只好把重點放在學校 多跟教授們請教 多方利用圖書館的書籍與錄影帶光碟 多上網蒐集遊戲治療的文獻 很遺憾這樣的學習不是我原來想要的

- 如果能重來一次 如果我知道錄取後全部都要自己安排 這次我選的主題會是英語教學 因為我主修英文 近三年在國內參加許多英語研習 並有實際教學經驗 我可以很輕鬆的申請到學校 也可以很有方向 很有效率的利用短短半年 迅速吸收美國第二外國語教學技巧 同時把先前經驗到的所有瓶頸 提出來請教有經驗之教授或學生 同樣的半年學習 背景不同的人成效大大不同

- 因為做了這個專題研究——遊戲治療在小學的應用 我確定我比其他小學老師了解這領域

但我也相信 如果今天是一位遊戲治療師出國做這個專題研究 會比我更有收穫 對台灣的兒童更有幫助 不知道研究主題是英語教學的人是不是門外漢 正如同我獨立摸索遊戲治療般

- 如果錄取以後再勾選主題 甚至以錄取者的專長分派研究專題 並且在通知錄取同時一併附上公務人員短期出國專題研究須知 則每個專題都是由專才研究 半年是紮實的半年 不會像向無頭蒼蠅般找錯方向 浪費寶貴的進修時間 這筆公費花出去會收到最大的效益

- 十年後才能再參加一次公務人員短期出國專題研究的甄試 不如限制一生能考幾次 因為這種難得的出國進修機會不多 一般而言 年輕時較有衝勁與熱誠 而且較年長後 女性因為家庭責任動彈不得 根本沒有第二次機會 去年考試時 我發現較女性多是單身未婚 男性卻沒有家庭責任的牽絆 多是已婚