

# 第七章

# 游戏治疗

艾斯莱德

/02

# 游戏治疗的 实施方法

---

## CONTENTS

- 一、准备期 P202 [选]
- 二、**治疗期** P210 [选] [简]
- 三、追踪期 P215 [选]



### 三、游戏治疗的理论流派

---

游戏治疗分为个人或小组

**个人治疗：**由儿童本身的残障产生的问题，攻击性行为的聋儿、口吃儿童、问题行为儿童。 [选]

**集体治疗：**社会适应困难

**总原则：**在专职的教育者为儿童创造良好、安全、自由的游戏环境的条件下，让儿童玩自己想玩得任何游戏，儿童的一切言行都是能被理解和接受的。

**三个阶段：**准备期——治疗期——追踪期

# 一、准备期

---

## 一、准备期

- (一) 确定对象 -- 发现并鉴别有特殊需要的儿童 P202
- (二) 游戏治疗中的家长工作 P203
- (三) 游戏治疗中与教师的沟通 P206
- (四) 与儿童建立良好的关系 P207
- (五) **游戏治疗室的结构** P207 [选]
- (六) 游戏治疗者的角色 P209

# 一、准备期

---

(一) 确定对象——发现并鉴别有特殊需要的儿童

1、 **导致儿童异常的原因——与家长沟通得知 [选]**

(1) 儿童自身发育的问题

(2) 孕期、围产期的影响

(3) 家庭抚养方式 (隔代教育)

(4) 亲自关系的影响 (早期缺乏亲子交流, 尤其缺乏母亲的关爱)

2、 用量表测查判断

需要专业人员进行测查

3、 建议儿童到精神卫生中心检查

广州: 红树林、晴朗天等

# 一、准备期

---

## （二）游戏治疗中的家长工作

与家长沟通，了解和改变态度、增进理解、请求配合

### 1. 家长的态度

了解和改变家长态度

（1）了解态度：

家长是否愿意承认孩子有问题？

家长是否否认自己、自责自己？

（2）改变态度：

经常观察孩子的言行

建议家长尽早接受诊断和治疗

# 一、准备期

---

## 2. 增进家长对治疗的理解

(1) 这是一种心理治疗，是有理论依据的

(2) 这是一个长期、渐进的过程，在治疗完全结束之前，不要随意中止

(3) 要配合教师，尊重儿童在治疗过程中出现的各种行为表现，并及时记录

(4) 要与治疗者保持联系

常见的难题：家长不理解：“给那么多钱，花那么大的精力跑来  
这里。原来就是玩。”

# 一、准备期

---

## 3、请求家长对治疗的配合

### (1) 多陪孩子玩耍

让孩子体验父母对他们的关爱，增进亲子关系

### (2) 为儿童创设一个交往的环境

只有把孩子放在同伴集体中，才有可能发现自己的孩子与别的孩子有什么不同。

### (3) 积极配合治疗

及时反映孩子的变化、不自行停止治疗、共同完成家庭作业

# 一、准备期

---

## （三）游戏治疗中与教师的沟通

治疗者与教师沟通的主要内容有：

- 1、儿童在集体活动中有哪些行为表现
- 2、接受治疗后，有哪些变化
- 3、老师和同伴过去和现在对儿童的评价

# 一、准备期

---

## （四） 与儿童建立良好的关系

- 1、教师与一个特殊儿童之间，也可以和几个儿童之间的关系
- 2、创设自由游戏的气氛
- 3、接纳特殊儿童，强调只是想和他玩，并不想帮助他

# 一、准备期

---

## （五）游戏治疗室的结构 [选]

### 1、环境

大小：**6平方米 [选]**，方正

气氛：传达出一个信息“这是一个属于孩子们的地方”。

有人认为地板上应**放置地毯、靠垫**，但我们发现，这样的布置不利于儿童放心大胆地自由玩耍，势必会影响治疗的效果。所以地板最好是**木质或塑胶的**，[选]这样便于儿童玩耍，清洗也方便。

墙壁最好也是便于清洁的，如**木质墙裙、塑胶墙裙**等。

给儿童提供的玩具材料应以促进其发挥**想像力的未成型玩具为主**，如准备足够的“沙”、“水”、“颜料及画笔”、“油泥”、“纸张”等。

在“扮娃娃家”中，儿童通过“假扮”、“玩”等方式，能将自己生活中遇到的问题在游戏中表现出来。因此，**“娃娃家”的玩具材料也应该备齐，如餐厅、医院、娃娃家玩具、各种结构的玩具等。**

# 一、准备期

---

## 2、玩具 [选]

(1) 非结构式的玩具——帮儿童表达和发泄不满的情绪

沙、水、纸、绘画颜料、笔、橡皮泥（彩色和原色+刮刀、板子、模型）等。

(2) 结构化玩具

·行动化、发泄攻击的玩具：不倒翁拳击袋、枪、刀剑、锤子等

·真实生活玩具：娃娃屋（半剖面）及相关家族、家具用品，烹饪器皿与食材。

·创造性表达及情绪发泄的玩具：汽车、轮船、卡车、警察、医院中的有关玩具等

·表达恐惧的玩具：蛇、恐龙、老虎、狮子、鬼怪等

·可拆卸玩具：积木

# 一、准备期

---

## 3、游戏治疗时间的确定 [选]

- 要有比较严格的时间表，一旦确定，严格遵守，不得随便更改或取消
- 每周一到两次，每次 1 — 1.5 小时
- 开始之前告诉儿童有充分的时间，玩的过程不催促儿童
- 当还有 10 分钟就要结束的时候，温和地提醒儿童。

# 一、准备期

---

## (六) 游戏治疗者的角色

1、做一个关心、了解他们的人，是可以和他们沟通的人“沟通者”，而不是指挥者、评估者、引导者 [选]

要会玩儿童经常玩的游戏

玩一些儿童不会玩的游戏

留心儿童所用的词汇，会使用他们的流行词汇

蹲下来跟儿童互动

# 一、准备期

---

2、治疗师坐在不影响儿童又便于观察的位置，注意观察细节，作好记录。

3、**当需要的时候告诉儿童一定的要求 [选]**

4、细心观察

5、对儿童能做的事情，不包办代替

6、要求儿童描述活动内容

## 二、治疗期 [选] [论]

---

(一) 设计方案及目标 P210[选]

(二) 实施治疗方案 P210[选]

## 二、治疗期 [选] [论]

---

### (一) 设定目标

#### 1、阶段目标

阶段目标是通往终极目标的桥梁，一般与治疗中的行为有关。

如，分阶段设定目标：建立良好关系——帮助暴露、发泄情绪——解决问题等

#### 2、终极目标

终极目标是指游戏治疗完成后要解决哪些问题，达到什么目的 [选]。判断是否终止治疗的依据和标准。

如，能较主动地与同伴交往， [选] 适应新环境、建立良好的人际关系等

## 二、治疗期 [选] [论]

---

### (二) 实施治疗方案

#### 1、带儿童进入游戏治疗室

(1) 允许儿童以自己的方式进入游戏室，不要强迫、不要不愿意对待“慢热”的儿童： [选]

- ▶ 千万不能着急
- ▶ 不要催促，给予充分的空间
- ▶ 耐心，耐心，再耐心

(2) 允许儿童按照自己的方式游戏  
自己玩，或者邀请老师、父母、其他小朋友一起玩。

## 二、治疗期 [选] [论]

---

### 2、给儿童创设自由探索的机会和条件

读懂试探的信号；包容、接纳、理解的态度（只要对人身没有伤害，都可以）

呈现规则：原则：“事前约法三章，事后毫不妥协”

### 3、观察记录儿童在游戏治疗室中的表现

拿的第一个玩具是什么？

每次都拿的玩具是什么？

有哪些行为动作？

有哪些言语？

玩具的摆放位置？

儿童的表情如何？

## 二、治疗期 [选] [论]

---

4、即时反馈儿童的言行

5、及时与家长、教师沟通，获取相关信息

了解儿童在家、在幼儿园的行为变化，要求家长、教师配合治疗  
提醒家长不要自行中断治疗

## 二、治疗期 [选] [论]

---

### 6、游戏中的限制 [选]

如前所述，在游戏治疗过程中，应尽量给儿童更多的自由，但必要的限制也是必不可少的。限制能提供在一种安全环境中的自由界限，没有限制就无所谓治疗。因此，比克勒（Bixler, 1949）在一篇“限制是治疗”的文章中提出了发展和强迫限制是改变治疗程序的初级工具，他建议治疗者设置的限制应是舒适的，应包括以下几点：

- （1）不得损害治疗室的财产和设备（游戏设备除外）
- （2）不得对治疗师进行人身伤害
- （3）有时间限制
- （4）不得带走游戏室的物品

## 三、追踪期（3 - 6个月）

---

### （一）综合评价

教师的评价——在幼儿园的表现情况

家长评价——在家庭中的变化

治疗者的评价——治疗前后的变化

### （二）量表评估

治疗者填写量表

专业机构的评估

## 【考点总结】

打开学习通  
完成 7.1 游戏治疗概述  
【章节测验】 15 分钟

1. 游戏治疗的三个阶段 P202 [选]
2. 游戏治疗室的玩具 时间 P208 [选]
3. 游戏治疗设计的目标 P210 [选]
4. 游戏治疗中**治疗阶段的主要工作** P210 [选] [简]

# 课后作业

---

在下节课上课前，在“**学习通**”上完成本章节的**章节测试**。未完成者，下节课上课前在黑板上撰写下一章节的思维导图。

---

## CONTENTS

- 一、**游戏治疗概述** [选][简][论]
- 二、**游戏治疗的实施方法** [选][简]
- 三、**游戏治疗技术运用的个案举例**



/01

# 游戏治疗概述

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

(一) 心理治疗与儿童心理治疗 P188 [选]

(二) **游戏与游戏治疗** P189 [选][论]

(三) 游戏治疗的特征 P190 [选]

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

## （一）心理治疗与儿童心理治疗

### 1、心理治疗

对心理不健康的人的行为及心理问题进行特别矫治的方法和技术。  
沙盘、催眠、系统脱敏、阳性强化、放松、合理情绪疗法……

心理治疗的 5 个因素：治疗者、治疗对象、中介物（至关重要的因素）、运用心理学理论为基础的技术与方法、治疗要达到的目的。

最主要的中介物：**言语**

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

## 2、儿童心理治疗

对心理不健康的儿童的行为及心理问题进行特别矫治的方法和技术。

儿童言语发展能力有限。儿童最擅长的就是玩，游戏就成为儿童表达自己愿望及问题的工具。

重要中介物：游戏【这种以游戏为主要沟通媒介的心理治疗，叫游戏治疗】 [选]

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

【补】为什么要用游戏对儿童进行治疗

(1) 儿童在言语发展上的限制

(2) 游戏是儿童最喜欢的活动

(3) 现代儿童的游戏机会减少

社会结构的变迁

子女数目的减少

升学压力

科技的进步改变了玩具或游戏的性质

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

## （二）游戏与游戏治疗

游戏治疗与游戏是两个不同的概念，并不是同一回事。 [ 选 ]

### 1、游戏

过程充满了欢乐，主动参与非被动参与，无时间上的限制，无特别标明的学习目标，不会有输赢的心理负担，控制感。

### 2、游戏治疗

游戏治疗是面对有问题的儿童，通过治疗帮助儿童解决精神困扰。以儿童为对象进行心理治疗的人把游戏作为与儿童沟通的媒介，让儿童通过游戏“玩”出自己的问题。 [ 选 ] 这种凡是以游戏为主要沟通媒介的心理治疗被称为游戏治疗

# 一、游戏治疗的概念及特征

## 3、游戏与游戏治疗的区别 [选] [论]

	游戏	游戏治疗
儿童参与的动机	主动的	被动的
活动的目的	重过程、不追求结果	追求一定的结果
活动中的情绪体验	充满快乐、娱乐	释放问题、放松
活动的时间	自由的	有限制的

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

## （三）游戏治疗的特征 [ 选 ]

### 1、游戏治疗是经过精心设计的

教师根据每个特殊需要儿童的具体情况，分别设计适合不同类型的儿童的个别游戏计划。发展计划、目的、游戏环境

### 2、幼儿教育中包含着游戏治疗的因素

幼儿阶段的教育以游戏为基本活动，游戏是这个时期儿童的主要活动。幼儿园中的游戏可以在一定程度上减小这种偏差，达到治疗的效果。

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

幼儿园中的游戏可以达到治疗效果的原因：

- ① 游戏中角色、动作、语言、玩具材料等直观具体的活动，可以使儿童有机会身体力行，发展自身的各种能力，不断积累有关的生活知识经验。
- ② 游戏能激发儿童的自我中心言语，促进思维的发展，使儿童对自己的行为有更清楚的意识。
- ③ 游戏是儿童调整消极情感，建立积极情感的途径，也是他们表露、发泄情感的渠道。
- ④ 游戏因其娱乐性、趣味性，可以激起特殊儿童良好的情绪和积极从事活动的力量，给他们带来舒适、愉悦的感受，并能从中体验各种情绪情感。
- ⑤ 有特殊需要的儿童，通过游戏，在模仿现实的过程中，练习与人交往的能力，学会如何与同伴交往，如何控制自己适宜地表达愿望，克服自卑心理，认识自我价值，促进社会性的发展。

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

## 3、游戏治疗能充分体现儿童的自主性

增强自尊心和自信心，充分体现自主性

儿童自主选择游戏的形式、材料和游戏过程，没有任何来自外界的评价（含批评职责、赞同鼓励），在游戏过程中儿童自己选择和决定

洞悉特殊儿童心理行为障碍的深层心理机制

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

## 4、游戏治疗安全、愉快

幼儿治疗安全、愉悦的具体表现：

- ① 不用担心和焦虑，不用害怕有成人的干涉和同伴其侵犯
- ② 老师的态度是友好的，对儿童的行为是接纳的
- ③ 游戏时间是固定的、充足的
- ④ 儿童暴露了内心的问题，获得情绪上的松弛
- ⑤ 儿童抒发了情感，获得了良好愉快地心境，充分发现自我、认识自我的价值，树立自信心，促进健全人格发展。

# 一、游戏治疗的概念及特征

---

游戏治疗对特殊儿童的发展的特殊作用：

- ① 可以给特殊儿童提供充分活动和自由练习的机会，使他们在游戏中增长知识、积累经验；
- ② 可以帮助儿童把心中的问题发泄出来，使其心理趋于正常发展，解决各种心理障碍；
- ③ 可以使儿童在游戏中受到教育，促进认知、语言和社会性的发展，形成良好的情绪情感、品德和行为习惯；
- ④ 可以有效地提高儿童与周围环境交互作用的兴趣和愿望，帮助他们打破自我封闭的尖壳，建立新的情感交往模式，以代替旧有的模式。

## 二、游戏治疗的产生与发展

---

(一) 游戏治疗的产生 P193

(二) 游戏治疗的发展 P194

## 二、游戏治疗的产生与发展

---

### （一）游戏治疗的产生

#### 1. 起源

游戏治疗的发展源于精神分析学派努力将其理论运用于儿童身上。

弗洛伊德在 1909 年发表了把心理学理论运用于儿童身上的个案。小汉斯是一个患有恐惧症的 5 岁小男孩。弗洛伊德仅见过孩子一面。其治疗手法是针对这位父亲所记录下小男孩的游戏内容，来建议父亲如何做反应。

## 二、游戏治疗的产生与发展

---

2. 当精神分析遇上儿童，发现：

儿童不能用语言描述出他们的焦虑

儿童没兴趣去揭露过去

儿童没兴趣去探讨他们的发展阶段

儿童拒绝去尝试自由联想

1919年，哈葛·赫尔马斯认为游戏是心理分析所必需的基本要素，于1919年将游戏直接用于儿童心理治疗。[选]

## 二、游戏治疗的产生与发展

---

### 3. 正式使用:

20 世纪 20 年代，安娜·弗洛伊德和克莱恩开始系统地整理如何利用游戏进行儿童心理分析治疗，拉开了游戏治疗成为一种心理疗法的序幕。



安娜



克莱恩 42

## 二、游戏治疗的产生与发展

---

### (二) 游戏治疗的发展

#### 1. 提供玩具材料

勒温，给孩子提供材料和玩具，帮助通过游戏释放、再现精神创设的事件

#### 2. 创设游戏环境

索格莫，重点游戏环境的创设上，给儿童制作有用的材料，帮助再现精神创伤的事件、释放情绪。[选]

#### 3. 利用生活情景

哈姆布瑞济，在游戏中直接创造事件或焦虑产生的生活情景

## 二、游戏治疗的产生与发展

---

### 4. 注重现实的表现

**阿德勒**，注重儿童现在的表现，忽略过去的情况

### 5. 强调关系和现实的生活表现

**冉克，塔夫特，毛斯代克斯**，强调儿童与治疗者之间要建立良好的关系

### 三、游戏治疗的理论流派

---

- (一) 精神分析学派的相关理论 P197 [选] [简]
- (二) 人本主义学派的相关理论 P198 [选]

### 三、游戏治疗的理论流派

---

游戏产生发泄能量效果的两派观点：

（1）**主动式（指导式）游戏治疗**：只要是游戏就可以达到发泄能量的效果，主要由治疗者为儿童设计各种不同游戏，安排儿童进入这些游戏情景，自然地将能量发泄出来。

以精神分析学派为代表

（2）**被动式游戏治疗**：游戏必须是儿童自发产生的，不主张如何安排游戏，而强调治疗者的工作是与儿童建立良好的关系。认为在良好的关系下，儿童自然会产生自发性的游戏而达到发泄能量的效果。

以人本主义学派为代表

# 三、游戏治疗的理论流派

---

## （一）精神分析学派的相关理论

### 1、弗洛伊德思想的影响

游戏治疗**最早源于**弗洛伊德思路。

儿童之所以感到不舒服，是因为体内的能量堆积多了。

与儿童没有办法用语言沟通，用游戏这个途径，释放儿童体内堆积过多而导致问题出的能量。

### 三、游戏治疗的理论流派

---

#### 2、游戏治疗的主要观点 [选] [简]

(1) 哈葛·赫尔玛斯第一个将游戏用于心理治疗 [选]。游戏是心理治疗的手段 [选]，让儿童把压抑在潜意识当中的早期创伤和痛苦体验暴露出来，通过治疗者的分析、解释和疏导，解决异常行为和心理障碍的内在原因。

(2) 治疗者观察儿童在游戏中的行为表现，有针对性地对儿童进行解释和分析，使儿童无意识的体验变成了有意识的体验，再通过治疗者的解释、分析，从而达到治疗的效果。

# 三、游戏治疗的理论流派

---

## （二）人本主义学派的相关理论

### 1、人本主义学派的基本思想

#### 罗杰斯的观点 [选]

（1）个体之所以出现异常，是因为个人自我观念发生了冲突与矛盾

（2）个人为了避免心理冲突的痛苦，为了在行为上取悦于人、寻求别人的赞许，不得不掩饰自我的真实面目，导致自我观念的不真实

（3）治疗在于帮助来访者摆脱自我观念中不真实的部分，显露出人格的真面目。 [选]

1942 “非指导或咨询”； 1951 “案主中心治疗法”； 1974 “当事人中心治疗法” [选]

# 三、游戏治疗的理论流派

---

## 2、阿克瑟莱恩的游戏治疗

### (1) 理论依据

罗杰斯。哲学基础：情绪障碍儿童之所以有问题，是因为其自然的生长遭到了破坏。以游戏活动为媒介，解决儿童与其环境之间的不平衡，帮助儿童很容易地适应自然、自我发展。[选]为儿童创设一个充分自由的环境，让儿童在游戏活动中自然地表达自己的情感、暴露内心存在的问题，从而解除种种困扰，获得正常发展的机会。

对于情绪和社会适应问题的儿童比较有效

### 三、游戏治疗的理论流派

---

#### (2) 主张

- ① 游戏治疗是一种儿童自由游戏的活动过程，而不是一个矫治的过程 [选]
- ② 良好的环境和充分尊重的气氛，可以使人的成长潜力自然发展。  
[选]
- ③ 相信儿童有自我导向、自我治疗的能力，儿童能通过游戏“玩出”自身存在的问题，察觉并充分理解自己的潜力，使内心世界发生变化，从而起到治疗的作用。
- ④ 治疗者不再是医生、专家，而是以教师、朋友等普通人的身份出现，以平等的关系真诚地对待儿童，不给予儿童具体的指导和分析，只引导儿童抒发情感，发挥自己的潜力，从而改变了早期治疗中的那种医患关系。

### 三、游戏治疗的理论流派

---

(3) 游戏治疗的基本原则： [选]

①治疗者应该和儿童建立一种热情友好的关系，并尽可能早些建立这种融合的关系；

②治疗者要完全接受儿童的现实表现；

③治疗者要让儿童有被许可的感觉，能自由表达他们的全部感情；

④治疗者要迅速地承认并反馈儿童表达的感情，使他能洞察自己的言行；

### 三、游戏治疗的理论流派

---

⑤治疗者要始终相信儿童有自己解决问题的能力，应该让儿童有自己选择和改变情况的权利；

⑥治疗者不要企图以任何方式指导儿童的言行，坚持让儿童领路，治疗者跟从； [选]

⑦治疗者应该承认治疗是一个渐进的过程，不能企图加快治疗进程；

⑧对治疗者规定的一些限制，是为了保证治疗面向现实，使儿童在这种关系中明确自己的责任。

## 【考点总结】

打开学习通  
完成 7.1 游戏治疗概述  
【章节测验】 15 分钟

1. 儿童心理治疗 因素 P188 [选]
2. 游戏治疗的沟通媒介 P189 [选]
3. 游戏与游戏治疗的区别 P190 [选] [论]
4. 精神分析学派的相关理论 主要观点 P197 [选] [简]
5. 人本主义学派的相关理论 P198-199 [选]