

評「在遊戲中成長—情緒困擾孩子之輔導」 兼論團體遊戲治療之實施

◎何長珠（國立彰化師範大學輔導與諮商學系教授）

前言

這是一篇團體（兩個兒童）遊戲治療之文章。由文中所描述的對話及所附參考書目看來，作者所採用的似乎是「兒童中心學派為主的遊戲治療」。（但梁書據其個人所述，則為「野戰學派的遊戲治療」--意即還納入「心理分析學派」之技巧，如解說等之介入模式）。故本文似乎亦屬折衷派（？），而評論者本人所採立場之「折衷學派之遊戲治療」之定義為：依據遊戲通常實際上所通過之階段分其歷程為三階段：

一、開始之信任試探

此時宜採兒童中心學派之「跟隨」、「同理心反應」、「設限」、「賦權」（empowerment）等技巧。

二、中間工作前期之衝突、宣洩

此時宜採心理動力學派之「解說」、「澄清」、「立即性」等技巧。

三、工作後期之重新建構

此時宜採認知學派之「說故事」、「角色扮演」等技巧。

因此本文將自整體資料之評論（包括個案資料之蒐集、個案問題之概念化、治療者所使用之有效策略）與特殊議題之討論（如實施團體遊戲治療之相關注意事項）來提供讀者一些更多元化之思考。

壹、本文整體資料之評論

由本文作者的寫作內容與介入資料看來，這似乎是一個在實務情境（小學）中所進行的行動研究型式之介入模式。由個案轉介（班導）之做法，資源聯絡（父母及教師），遊戲室材料與玩具之備置，以及每次 40 分鐘共進行 24 次之實施原則，與文後所附之對話等部分之說明，均可瞭解本文作者在「兒童輔導」、「學校

輔導」與「遊戲治療」上之實務經驗與能力，已有相當熟練之基礎。而根據本文中段部分之描述，兩位個案（T 與 J）在遊戲的過程中，似乎亦都有機會處理其「個人」之議題（對 J 而言是壓抑覺得家中得不到愛的委屈；對 T 而言，則是永遠要保持在贏的位置之壓力？這是評論者的解讀），因而其問題得以獲得某種程度之抒解。評論者本人特別欣賞的，尚有如下幾點：

- 一、與家長保持正向、直接和互惠式之聯絡，並於情況適合時，提供一兩點具體可行的改變管教之建議。
- 二、治療者以其專業，和兩位個案在遊戲室內建立起真實、信任、可依賴之關係之餘，尚且在遊戲時間之外，能繼續付出時間給予支持，這是真正讓成長得以發生的「治療性關係」的最好詮釋！
- 三、由文後所附的對話轉錄中，得以印證治療者所採用的技巧是與其理論架構有關的，像是……
 - （一）(P.2)第 1 次：你決定要玩哪一種就可以玩哪一種—賦權
 - （二）(P.3)第 2 次：沙要在沙箱裡面玩喔—設限
 - （三）(P.4)第 9 次：有時候娃娃會被梳得很痛很討厭，這個娃娃很難受—同理反映
 - （四）(P.4)第 14 次：這個人就要被埋起來了—解說

貳、個案概念化之架構

本文所處理之兩位個案，由表面資料看來是國小低年級之男生（？）。而且問題類型，同屬外向性適應不良之攻擊取向兒童。依 Moustakas（1955）的研究顯示，適應良好與適應不良兒童的遊戲在幾方面會顯現不同：

一、口語方面

適應良好的兒童話多，自然而然的討論發生在他們週遭的事。適應不良兒童在前面幾個單元時可能完全沉默，或與治療者對話有困難，或在第一單元發問一連串問題。

二、反應方面

適應良好的兒童會自由且隨機而發地遊玩，會用多種方式來試探在治療關係中，他們的責任與限制為何。適應不良兒童最初的反應是小心謹慎，他們希望可以被告知什麼可以做，什麼不能做。

三、使用玩具及範圍

適應良好兒童會先看整個遊戲室設施，選用多種玩具器材。適應不良兒童只用某幾樣玩具在一小處玩。

四、處理挫折方面

適當被干擾或觸怒時，適應良好兒童會用具體的方式呈現出他們的問題，清楚的表達攻擊行為，且能接受表達後的後果。適應不良兒童則用水彩、黏土、沙及水，抽象地表露他們的感覺，表達也較嚴肅緊張，他們通常較具攻擊性，想破壞玩具，甚至攻擊治療者。

M 氏並根據其經驗結論如下：在遊戲治療中，不管兒童的適應性如何，對負面態度的表達形式是差不多的，主要不同乃在於表達這些態度的多寡及嚴重程度。適應良好之兒童，通常較少表現出負面態度，若有，亦較有方向及著重點。適應不良之兒童則較常表現出負面態度，且較缺乏清楚的方向與著重點。

另外，Howe 與 Silvern (1981) 亦比較攻擊的、退縮的、適應良好的兒童在遊戲治療中行為的差異。結果顯示，攻擊的兒童呈現較多的困擾、矛盾的遊戲、自我封閉性的陳述、高度的幻想遊戲、對治療者及玩具有攻擊行為；退縮的兒童對焦慮情況會有退縮的反應、玩奇怪的遊戲、拒絕和治療者溝通、有語言障礙表露在遊戲中；適應良好兒童較少有情緒困擾或社會不適應，較少幻想性遊戲。不過退縮的女孩和適應良好的女孩很難區分出來。

Perry (1988) 的研究顯示，適應不良兒童有明顯多的語言障礙性感覺、矛盾主題、困擾性遊戲、及負面的自我形容；花較多時間在生氣、難過、害怕、焦慮、及不快樂上；會用更多的時間玩出或說出他們的問題及困擾矛盾。研究中並未發現適應良好與不良的兒童，在社會能力遊戲或運用幻想性遊戲上有何差異。

最後，Oe (1989) 比較適應良好與不良兒童在第一單元中的行為差異，藉以提供診斷的依據。結果顯示，適應不良兒童表現出較多的自我接納卻不接納環境的行為；有較強的戲劇化或角色扮演的行為。適應不良的女孩比男孩有更多且更強的戲劇化或角色扮演的行為；但較少自我接納及排斥環境的行為。適應不良男孩比適應良好男孩更接納自我。適應良好女孩比適應良好男孩，呈現更多正向的態度及行為；對負面的行為及態度較不強烈，較少從事探索性遊戲。

由上述之資料可以瞭解，外向性適應不良—攻擊取向兒童之遊戲行為，約可歸納出以下幾點特徵：

- 一、遊戲行為由初期之簡短試探會走向比較多之變換與衝突矛盾取向之遊戲方式。
- 二、與治療者之關係會出現較多之攻擊、試探性界限與突發性行為 (acting out) 之情境。
- 三、遊戲內容傾向於「攻擊」(如戰士對決、飛機炸彈) 和「宣洩」(如沙、土、水彩畫及射鏢之使用) 兩種主題之反覆出現。

因此在 24 次的遊戲治療階段中，治療者如能參照文獻之說明(如 Hendreck, 1971; Withee, 1975; Landreth, 1991; McMahon, 1992; West, 1992; Levin, 1992; Fall, 1997; 歐滄和, 民 82; 林美珠, 民 87, 見何長珠, 民 90), 將 24 次遊戲治療之歷程，區分為起承轉合的三至四個階段來做劃分。並依遊戲材料、型式、主題與治療者之口語及非口語互動，來做分別之討論，則將可對此兩位個案的改變歷程，做出更詳細與豐富之分享。同時也可以更有證據性地自我檢核個案在遊戲歷程中所達到的改變階段為何(何長珠, 民 90)。遊戲治療過程四階段及其特色如下表所示：

階段	一	二	三	四
遊戲性質	* 探索性 * 非特定	* 關係性 * 戲劇性 * 幻想性	* 角色扮演 * 幻想 * 現實性	* 創造性 * 現實性
情緒狀態	* 焦慮 * 好奇	* 信任 * 衝突	* 釋放 * 平衡	* 自信 * 快樂、滿足

主題	* 熟悉環境及 治療師	* 移情 * 控制	* 淨化 * 重新建構 * 滋潤、情感 撫慰	* 自立、自我 突破 * 自發自動
與治療師互動	* 少接觸 * 有距離	* 接近 * 試探 * 依賴性行為	* 信任 * 依附 * 建立關係	* 友伴 * 同事
口語行為	* 簡單 * 簡短 * 事實資訊	* 與治療主題 有關	* 重複與主題 有關的故事	* 清晰 * 自我指導

表一 遊戲治療過程四階段及其特色

參、實施團體遊戲治療相關因素之討論

於 Landearth 所主編的《遊戲治療新趨勢》一書中，A. Tyndall-lind 與 G. L. Landearth 曾以一章之篇幅，來介紹密集團體遊戲治療之做法，其主要精神包括如下幾點：

一、團體選擇以年齡相差不超過 1 歲，問題性質相似為原則

以本文為例，如果破壞攻擊之行為，已被老師們評等為嚴重時，則比較適合先做一個階段(如 8-12 次)的個別遊戲治療，以確保在小團體的情境中，某一兒童之失控不致造成治療者和另一兒童因應上之困擾。

二、短期的原則通常指 12 次上下，以確保「介入」、「自我發現」、「改變」與「結束」階段之可能完成

本文既已進行 24 次，理論上已不屬短期的一般定義；但不知如何安排可以在一學期中進行 24 次？是否採一週兩次之原則？若然，則仍有「密集性處理」(intensive)之意義在內。在此情況下，「關係」(治療者與個案以及個案與個案)與「主題」(主要議題)，都將以更為迅速之方式去發展與推進。因此適合採取之

介入方式與內容亦應有所不同才是。

三、欲求治療達到最大效果，在關係建立之後，於適當時機，設計某些「結構性活動」

以導引活動之方式，聚焦向某些「主題」之處理（如自覺家中沒人疼愛或感受自己、必須處處都贏才能做老大等），是折衷、策略或認知學派的遊戲治療工作者所共同認可之做法。

四、「解說」技巧在團體遊戲治療中之進行，需兼顧兩種焦點

即所謂的「團體主題之認定」與「個人意義之擴充」。以本文之兩位個案為例，前者是「攻擊」主題之處理，後者是 T 和 J 個人意義之反應，如治療者可以在一個兩人為沙箱中之戰爭而發生爭執的情境中，介入說：「哇！兩邊的士兵、戰炮都排起來，要打仗了！」然後對 T 說：「但是你只要贏就好，不管自己這邊死了多少人，你不怕付出代價。」而對 J 則可能可以說：「可是你不一樣，只要對方願意做朋友，你就可以停戰。」（此處只是舉例，因評論者並不瞭解本文遊戲治療的實際歷程）。

結語

總結來說，這是一篇頗有價值之文章。一方面它向大家介紹遊戲治療進入小學後可行和已行之做法；一方面它亦提供評論者機會，向讀者介紹與此有關的理論架構與實務作法，其中好幾個觀點都頗值得大家一起來思考並繼續往前努力。

參考書目

- Landreth, G 編，何長珠、陳碧玲等譯（民 92）。《遊戲治療新趨勢》。台北：五南（出版中）。
- Landreth, G. 著，高淑貞譯（民 83）。《遊戲治療—建立關係的藝術》。台北：桂冠。

- 何長珠 (民 89)。〈折衷性遊戲治療師訓練模式與兒童心理復健效果之研究〉。行政院國家科學委員會專題研究計劃成果報告，編號：NSC 89-2413-H-018-032。
- 林美珠 (民 87)。《遊戲治療對改進國小父母離異兒童自我概念、情緒困擾之研究》。花蓮師院國民教育研究所碩士論文。
- Fall, M. (1997). From stages to categories: A study of children's play in play therapy sessions. *International Journal of Play Therapy*, (6), 1, 1-21.
- Hendricks, S. (1971). A descriptive analysis of the process of client-centered play therapy. *Dissertation Abstracts International*, A32(07).
- Howe, P. A. & Silvern, L.E. (1981). Behavioral observation of children during Play therapy: Preliminary development of a research instrument. *Journal of Personality Assessment*, 45(2), 168-182.
- Landreth, G. (1990). A child-centered view of children. *Association for Play Therapy Newsletter*, 9(3), 4-6.
- Landreth, G. (1991). *Play therapy: The art of the relationship*. Muncie, IN: Accelerated Development Press.
- Levin, S. (1992). A case study analysis of thematic transformations in nondirective play therapy. Unpublished Doctoral Dissertation, University of British Columbia, Canada.
- McMahon, L. (1992). *The handbook of play therapy*. London and New York: Tavistock/ Routledge.
- Moustakas, C. E. (1953). *Children in play therapy*. New York: McGraw-Hill.
- Moustakas, C. E. (1955). Emotional adjustment and the play therapy process. *Journal of Genetic Psychology*, 86, 79-99.
- Moustakas, C. (1996). *Existential child therapy: The child's discovery of himself*. New York: Basic Books.
- Oe, E. N. (1989). Comparison of initial session play therapy behavior of maladjusted and adjusted children. *Dissertation Abstracts International*, A50(09).
- Perry, L. H. (1988). Play therapy behavior of maladjusted and adjusted children. (Doctoral Dissertation, Uni. Of North Texas, 1988).

Dissertation Abstracts International, 49, 2937A

Tyndall-Lind, A. (1999). Revictimization of children from violent families: child-centered theoretical formulation and play therapy treatment implications. *International Journal of Play Therapy*, 8(1),9-25

Withee, K. (1975). A descriptive analysis of the process of play therapy. *Dissertation Abstracts International*, B36(12).