

《儿童心理康复》

实验手册

学号：

姓名：

一. 游戏治疗训练课

【训练目的】

掌握游戏治疗的操作要领与流程，熟悉做为治疗师如何针对不同的特殊儿童进行游戏治疗的设计与开展游戏治疗。

【训练对象】

已经掌握创游戏治疗基本理论的应用心理学专业本科学生。

【训练器材】

多媒体教学系统，游戏玩具的准备（玩具娃娃、布料动物、沙盘缩微模型等）

【训练学时】

4 学时

【实训流程/训练程序】

一、实训流程

1. 准备工作：

复习游戏治疗的理论，熟悉游戏治疗的内容和步骤，掌握领导者的相关技巧。

分组：分成 3 个小组，每组 9 人左右，每个小组按照事先选择的规定主题进行游戏治疗

准备时间：30 分钟

2. 人物分配：治疗师=导演 1 人、助手=助理导演 1 人，儿童=演员多人；观众多人

3. 发表：通过角色扮演发表治疗的设计与具体实施过程，时间 40 分钟

4. 组员分享与讨论：

小组所有成员训练完成后，进行分享和交流内心状态的改变，讨论游戏治疗的相关疑问，以及自己在训练过程中遇到的问题。

5. 教师反馈：

教师解答小组成员在游戏治疗中的优缺点、相关问题。

二、训练程序

主题：1. 有社交障碍的一个女孩，10 岁，父母离异。

2. 有中等智力障碍的女孩，6 岁，父母疼爱她，她常半夜尖叫把父母吵醒。

3. 萎缩的较为木讷的男孩，10 岁，常做恶梦认为有人要绑架他。

(1) 与儿童建立关系：

A. 必须发展出一个温暖友爱的咨访关系：儿童生理情况的理解；儿童心理情况的理解。

B. 无条件接受儿童的经验，容忍儿童的行为。

C. 引导儿童对面临的问题进行思考

D. 建立一些必要的限制

(2) 治疗的展开：儿童进入游戏后的表现，治疗师的观察与陪伴

(3) 参与游戏：

治疗过程中适时有有效的参与游戏，并通过游戏中的互动达成对儿童的干预，将治疗引向现实生活。

(4) 对话技巧：

A. 选择适当的表达方式

B. 选择合适的时机进行交谈

C. 了解儿童用语

D. 正确对待儿童的沉默

(5) 治疗终结

【结果】训练报告

1. 掌握游戏治疗的运作流程。

2. 体验作为治疗师或者来访者或参与者在游戏治疗过程中的感受。

【讨论】

1. 游戏治疗的优势是什么？

2. 游戏治疗的的注意事项是什么？

【参考文献】

1. 游戏治疗的理论与实务，梁培勇著 世界图书出版社出版

2. 游戏与儿童的早期发展，约翰逊著 华东师范大学

二. 戏剧治疗训练课

【训练目的】

了解戏剧对特殊儿童的价值与意义；掌握戏剧治疗的操作要领与流程，熟悉做为治疗师的定位与作用如何针对不同的特殊儿童进行戏剧治疗的设计与开展戏治疗。

【训练对象】

已经掌握创戏剧治疗基本理论的应用心理学专业本科学生。

【训练器材】

多媒体教学系统，故事情节，视频

【训练学时】

4 学时

【实训流程/训练程序】

一、实训流程

1. 准备工作：

复习戏剧治疗的理论，熟悉戏剧治疗的内容和步骤，掌握领导者的相关技巧。

分组：分成 3 个小组，每组 9 人左右，每个小组选择规定主题进行戏剧治疗

准备时间：30 分钟

2. 人物分配：治疗师=导演 1 人、助手=助理导演 1 人，儿童=演员多人；观众多人

3. 发表：通过角色扮演发表治疗的设计与具体实施过程，时间 40 分钟。

4. 组员分享与讨论：

小组所有成员训练完成后，进行分享和交流内心状态的改变，讨论游戏治疗的相关疑问，以及自己在训练过程中遇到的问题。

5. 教师反馈：

教师解答小组成员在游戏治疗中的优缺点、相关问题。

二、训练程序

主题：1. 儿童文学中的白雪公主

2. 儿时压力性生活事件作为戏剧素材

3. 动画片：三个和尚

(1) 治疗师导入：

- A. 激发动机：利用发问、讨论、图画等引入将要进行活动的主题
- B. 热身活动：借助肢体活动进行热身
- C. 介绍故事：讲故事等方式导入

(2) 发展阶段

讲完故事后，引导儿童发展故事的情节或角色内容，鼓励儿童分享看法

- A. 人物
- B. 时间
- C. 地点
- D. 道具使用

(3) 分享

将准备过程中的故事完整地呈现：角色的人数、大致地点位置、出场退场位置、流程等。

(4) 回顾、反思与讨论

演出结束，分享儿童各自的心情与体会。治疗师协助儿童对自己的表演和创作进行反思，并引发分享。

(5) 再创作

在反思的基础上进行二度的计划和表演。

【结果】训练报告

1. 掌握戏剧治疗的运作流程。
2. 体验作为治疗师或者来访者或参与者在戏剧治疗过程中的感受。

【讨论】

1. 戏剧治疗与传统心理剧以及戏剧教育有什么不同？
2. 治疗师如何把握戏剧治疗过程？

【参考文献】

1. 戏剧综合课程研究，张金梅著 江苏教育出版社出版
2. 创造性戏剧理论与实物，林玫君著 台北：心理出版社股份有限公司

三. 运动治疗训练课

【训练目的】

了解运动对特殊儿童的价值与意义；掌握运动治疗的操作要领与流程，熟悉做为治疗师的定位于作用如何针对不同的特殊儿童进行运动治疗的设计与开展运动治疗。

【训练对象】

已经掌握运动治疗基本理论的应用心理学专业本科学生。

【训练器材】

多媒体教学系统，音乐，视频，面具

【训练学时】

4 学时

【实训流程/训练程序】

一、实训流程

1. 准备工作：

复习运动治疗的理论，熟悉运动治疗的内容和步骤，掌握领导者的相关技巧。

分组：分成 3 个小组，每组 9 人左右，每个小组选择规定主题进行运动治疗

准备时间：30 分钟

2. 人物分配：治疗师=导演 1 人、助手=助理导演 1 人，儿童=演员多人；观众多人

3. 发表：通过角色扮演发表治疗的设计与具体实施过程，时间 40 分钟。

4. 回顾、反思与讨论

角色扮演结束，分享儿童各自的心情与体会。治疗师协助儿童对自己的动作，身体探索进行反思，并引发分享。

5. 组员分享与讨论：

小组所有成员训练完成后，进行分享和交流内心状态的改变讨论舞蹈运动治疗的相关疑问，以及自己在训练过程中遇到的问题。

6. 教师反馈：

教师解答小组成员在游戏治疗中的优缺点、相关问题。

二、训练程序

主题：1. 身体探索

2. 动物描绘：不同的动物不同的描绘动作；小蜜蜂采蜜

3. 生活小事件：在公交上让座

(1) 治疗师导入：

A. 热身活动：借助肢体活动进行热身，接受别人，如手牵手，从容易的开始，让他感到舒适安全感。

B. 身体接触：身体的柔软如摇动、伸展、旋转、轻拍、按摩

(2) 发展阶段

A. 认识身体的律动：观察个体的动作并记录或感受

a. 移动的部分：身体整体的移动或各部位独立移动或搭配一起移动。

b. 移动的位置：空间的移转分为个人空间与外在空间，其中包括高低层次、方向改

变、空间转移如伸展、收缩、直线、扭曲等。

c. 移动的方式：包括动作的动力与质感，有轻重缓急快慢强弱等不同的方式。

d. 动作的对象：彼此动作的关系互动成为一种行为语言，会产生对谈的关系。

(3) 观察阶段

从病人给予的各种反应或是先从其它训练来进行判断与安排，也就是在整个活动中要很仔细去观察个案的变化，事实去帮助他们发挥自己身体的能力，也因此活动的内容常需因应个案不断的发展去变化，实时作调整与引导，不能用固定的课题进度去要求案主跟随，这与一般我们所了解的舞蹈课程上课方式与要求是不同的，而治疗师的观察力在活动过程中就必须发挥最大的功能。

(4) 动作的主题及连续性的发展

① 身体探索：引导成员对自身的自由探索、碰触。

② 深入探索：用不同的方式，如经过、停留、一起、分开、抚摸、捶击等方式引导成员做进一步的身体探索。

③ 加入与他人的关系：假使引导成员与其它人配合，不仅要注意每个成员，也要注意彼此间配合的发展。

④ 加重动作的质感：引导成员去选择特定的身体质感，并将注意力放在这个质感的发展与另一配合的伙伴互动反应。

⑤ 在空间上变化：加入高低层次、距离远近、或与物体发生亲密或疏离关联等条件加入活动中。

【结果】训练报告

1. 掌握运动治疗的运作流程。
2. 体验作为治疗师或者来访者或参与者在运动治疗过程中的感受。

【讨论】

1. 运动治疗的主要策略是什么？
2. 运动治疗过程中你的学习与注意事项是什么？

【参考文献】

1. 舞动治疗，：(英国)米克姆斯 著 中国轻工业出版社
2. Dance movement therapy - A healing art 《舞蹈动作治疗 - 疗伤的艺术》(第二版)，， 亿派国际出版公司出版
3. 《心在跳舞 - 遇到舞蹈治疗》，台湾姜爱玲著，亿派国际出版公司出版

四. 团体治疗训练课

【训练目的】

了解团体对特殊儿童的价值与意义；掌握团体治疗的操作要领与流程，熟悉做为治疗师的定位于作用如何针对不同的特殊儿童进行团体治疗的设计与开展团体治疗。

【训练对象】

已经掌握创团体治疗基本理论的应用心理学专业本科学生。

【训练器材】

多媒体教学系统，座椅

【训练学时】

4 学时

【实训流程/训练程序】

一、实训流程

1. 准备工作：

复习团体治疗的理论，熟悉团体治疗的内容和步骤，掌握领导者的相关技巧。

分组：分成 3 个小组，每组 9 人左右，每个小组选择规定主题进行团体治疗

准备时间：30 分钟

2. 人物分配：治疗师=导演 1 人、助手=助理导演 1 人，儿童=演员多人；观众多人

3. 发表：通过角色扮演发表治疗的设计与具体实施过程，时间 40 分钟。

4. 回顾、反思与讨论

角色扮演结束，分享儿童各自的心情与体会。治疗师协助儿童对团体治疗过程中的感受进行反思，并引发分享。

5. 组员分享与讨论：

小组所有成员训练完成后，进行分享和交流内心状态的改变讨论团体治疗的相关疑问，以及自己在训练过程中遇到的问题。

6. 教师反馈：

教师解答小组成员在团体治疗中的优缺点、相关问题。

二、训练程序

主题（格式塔团体）：

1. 课堂上始终无法安静的 9 岁 ADHD 儿童
2. 被确诊的高功能阿斯伯格自闭症儿童
3. 父母去海外打工多年的 12 岁留守儿童，因无人管教，而有暴力倾向

（1）治疗师导入：

- A. 介绍自己的团体治疗的对象（问题行为，心理问题等）
- B. 像其他组员介绍自己的治疗目标

介绍团体内成员（设定为有相同问题的儿童）

（2）团体的开展程序：

A. 关系建立阶段

创设和谐、温暖、理解的团体心理氛围，使团体成员有安全感、肯定感、归属感。在第 1 次活动中，设计一些游戏，如“猜猜我是谁？”——将个人的资料做成名片展示并介绍”，通过游戏让成员们彼此相识、彼此认同，消除沟通的障碍，引发成员参加团体的兴趣和需要，促进成员参与互动活动愿望的强度。

B. 主题实施阶段

团队成员进行个人心路历程的回顾阶段（治疗者要仔细观察 c1 的躯体姿势、手势等躯体语言，诱导 c1 察觉阻碍自身活力发挥的身体感受、鼓励他们表达以前从没有直接表达出来的体验）

C. 双椅对话：安排两张空椅子，一张 c1 坐请当事人坐在其中的一张椅子上，用平时自己习惯的语气和句式表达自己对某个问题（如被纳入治疗的某个问题）的看法和情感（如爱），然后，换坐另一张椅子，表达与上述表现相反的观点和情感。领导者提出如下

问题：“你现在正体验着什么？”、“你在说话时，正想些什么？”等，促进当事人对他成为另一角色时的感想。

D. 角色翻转训练。要求每一个成员用语言和非语言的形式，轮流表演他们自己平时很少或从不表现出来的另一面。如让谦让的人表演霸道者的言行，殷勤的人表演懒惰者，温柔的人表演凶恶者等等。

通过这种训练使当事人与潜意识中那些被埋没和拒绝的另一面进行接触，从而实现人格的合。

E. 句型替换训练

- ①用“我,,,,”的句式取代“她,,,,”的句式;
- ②用“我,,,,”的句式取代“你,,,,”的句式;
- ③用“我知道,,,,, 我选择,,,,”句式取代“我知道,,,,, 但,,,,”的句式;
- ④用“我不愿,,,,”的句式取代“我不能,,,,”的句式;
- ⑤用“我选择,,,,”的句式取代“我应当,,,,”的句式;

(3) 注意事项

①格式塔团体治疗始终要注意调动成员自己的主观努力,有些当事人宁愿放弃运用自己的眼睛和耳朵,被动地利用别人来替代他们看和听。如果领导者表现出很帮忙的样子,反而会增加当事人的依赖性和无助感。

②在各种实验过程中当事人重演出痛苦的记忆,想象一次可怕的经历,领导者应密切注意这种实验对当事人是否过于危险或不够引发察觉,并根据具体情况加以及时的处理。

③训练进程中注意不断更换一些主题,从而保持训练的活力

【结果】训练报告

1. 团体治疗的运作流程。
2. 体验作为治疗师或者来访者或参与者在团体治疗过程中的感受。

【讨论】

1. 团体治疗的组织与实施过程中,治疗者要注意的是什么?

【参考文献】

1. 《团体咨询与团体治疗指南》 作者:詹妮斯·L.迪露西亚瓦克,黛博,译者:李松蔚,鲁小华,贾烜;出版:机械工业出版社 2014-8
2. 《团体心理治疗——理论与实践》欧文·亚隆(Irvin Yalom)著;中国轻工业出版社;2010-8-1

五. 家庭治疗训练课

【训练目的】

了解家庭对特殊儿童的价值与意义；掌握家庭治疗的操作要领与流程，熟悉做为治疗师的定位于作用如何针对不同的特殊儿童进行家庭治疗的设计与开展家庭治疗。

【训练对象】

已经掌握创家庭治疗基本理论的应用心理学专业本科学生。

【训练器材】

多媒体教学系统，音乐

【训练学时】

4 学时

【实训流程/训练程序】

一、实训流程

1. 准备工作：

复习家庭治疗的理论，熟悉家庭治疗的内容和步骤，掌握领导者的相关技巧。

分组：分成 3 个小组，每组 9 人左右，每个小组选择规定主题进行家庭治疗

准备时间：30 分钟

2. 发表：通过角色扮演发表治疗的设计与具体实施过程，时间 40 分钟。

3. 人物分配：治疗师=导演 1 人、助手=助理导演 1 人，儿童=演员多人；观众多人

4. 回顾、反思与讨论

角色扮演结束，分享儿童各自的心情与体会。治疗师协助儿童对家庭治疗过程中的感受进行反思，并引发分享。

5. 组员分享与讨论：

小组所有成员训练完成后，进行分享和交流内心状态的改变讨论家庭治疗的相关疑问，以及自己在训练过程中遇到的问题。

6. 教师反馈：

教师解答小组成员在家庭治疗中的优缺点、相关问题。

二、训练程序

主题：

1. 受到虐待因而有暴力倾向的 16 岁青少年
2. 有轻度听觉障碍的儿童，因受到歧视而不愿出门，不喜交友、上学
3. 广泛性发展障碍的 8 岁儿童，反抗、叛逆、暴躁易怒伴有自伤行为

(1) 治疗师导入

A. 创造一个舒适的环境，针对这个家庭的特点，布置一下接待室，使其有家的感觉，让案主无拘束感。案主家庭进入接待室

B. 关系建立

(2) 治疗的开展

A. 治疗师回归自我

B. 对家庭治疗原则的解释，合同的建立，说明家庭治疗的原则以便能按规则进行。

C. 关系建立：治疗者要与家人熟悉，并彼此容纳接受，能亲近跟家人谈论，但也保持治疗者宜有的威信，以便发挥治疗者的功效。

D. 问题的寻找及改正方向的建立：

经由家人的描述家庭生活情况，过去的背景与经历，目前所面对的困难，并参考治疗者观察家人行为反应所得印象，建立家庭问题的诊断；并与家人研讨治疗改正的方向。

(3) 发生转化

A. 具体练习行为与关系的改善：不但继续增加家人对自己家庭问题的认识，及改正的方向，更宜着重心理与行为的更改。由家人相互反应过程中，练习新的适应模式，建立合适的处理方式。

B. 处理阻力，调整全体“系统的平衡变化：时时处理因更改新行为模式而产生的阻力。

(4) 可选用的应用技巧：

- A. 家庭雕塑
- B. 冰山图
- C. 呼吸疗法
- D. 个性舞会

E. 影响轮

(5) 结束治疗

【结果】训练报告

1. 家庭治疗的运作流程。
2. 体验作为治疗师或者来访者或参与者在家庭治疗过程中的感受。

【讨论】

3. 家庭治疗主要的模式的优势是什么？
4. 课堂上使用的家庭治疗的注意事项是什么？

【参考文献】

1. 《大象在屋里-萨提亚模式家庭治疗实录》(美)玛丽亚·葛莫利 著，释见晔 译 /2014-02-01 /上海三联书店
2. 《掌握家庭治疗：家庭的成长与转变之路》(美)萨尔瓦多·米纽庆 等著，高隽 译 /2010-01-01 /世界图书出版公司