

<<媽媽也是遊戲專家>>

图书基本信息

书名：<<媽媽也是遊戲專家>>

13位ISBN编号：9789861792378

10位ISBN编号：9861792376

出版时间：大田出版有限公司

作者：李永愛 著
孔祥柏 译

页数：272

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<媽媽也是遊戲專家>>

前言

推薦序 劉美淑（淑明女子大學教授，前韓國遊戲治療學會會長） 【懂得玩的孩子會成長得更健康而且更成熟】 任何人都夢想著幸福，而且也想要邁向幸福。尤其成為父母親之後，不只是想要追求自己的幸福，更希望自己的子女也能夠幸福。為了能讓孩子成為幸福的人，讓他們努力用功讀書、照顧他們的生活起居，並引頸期待他們成為偉大的人才，是所有父母共同的想法。

要成為一個幸福的人，其必要條件是擁有具備愛情、勤勉、遊戲，以及感恩的心靈。因為再怎麼聰穎的人，也比不上認真努力的人；再怎麼認真努力的人，也比不上懂得把事情當成遊戲而愉快地處事的人。

由此可見，遊戲的力量可真的是非常偉大。

為了能夠達到幸福，我們一定要懂得活用遊戲的力量，尤其孩子們更應該透過遊戲來成長。經過許多研究論文證明，懂得如何遊戲的孩子，不只是身體成長得非常健康，在認知上會非常的聰明、情緒上穩定、社會關係上圓融，而在道德上也很成熟。

同時遊戲在教育的立場上，常被使用為輔導或心理治療上相當重要的方法。

懂得遊戲力量的父母，常常會煩惱該如何陪孩子玩遊戲。

而對這些求知若渴的父母來說，李永愛博士的《媽媽也是遊戲專家》，就像是喜獲甘霖一樣。

而能比別人先讀到這本書的我，真的是非常幸福。

因為我發現了一本往後碰到許多家長在問我該如何陪孩子玩遊戲的時候，剛好可以推薦的書。

在這本書裡面，有教導父母親該如何去理解孩子們的遊戲，而透過遊戲來透視孩子內心世界的方法。

另外也有詳細地記載著除了可以幫助孩子成長的具體遊戲方式之外，媽媽又該如何面對孩子的遊戲態度。

這真的是一本非常了不起的遊戲指南書。

李永愛博士身為遊戲治療專家，以及元光兒童輔導研究所所長，不只是一位親自透過遊戲治療來輔導許多兒童的臨床專家，而且也在淑明女子大學社會教育研究所指導著一群主修遊戲治療的學生。在相關遊戲方面的問題上，可以把理論及臨床經驗完全消化的李永愛博士，的確是一位遊戲的專家。因此我深信不只是家長，而且對那些以遊戲當成工具來治療孩童問題的兒童心理治療專家，或是輔導者來說，這本書絕對會是一本非常好的嚮導。

就像本書帶給我幸福一般，我希望閱讀這本書的所有父母也都能夠幸福，進而讓這些父母親的子女也獲得幸福。

<<媽媽也是遊戲專家>>

內容概要

跟孩子講道理，不如跟孩子玩遊戲。

80道豐富的遊戲菜單，為你打開孩子內心的真正需要！

每個孩子都是獨一無二，與每個孩子的相處都不能複製。

要孩子幸福成長，父母要先學習改變自己！

與其看別人怎麼教養小孩，不如先學會瞭解自己的孩子，進而創造對的相處模式！

「幫助孩子成長的關鍵，不是遊戲本身，而是陪著一起玩遊戲的人！

」 - - 李永愛博士 原來成為父母，才是學習當父母的開始。

如果世界上有各種專家，也許你該成為自己孩子的遊戲專家！

兒童行為臨床經驗豐富的李永愛博士說，一起玩遊戲吧！

但不是「讓」孩子玩什麼遊戲，而是「陪」孩子一起玩遊戲！

一起玩大風吹，可以大大改變你和孩子的關係！

一起玩照鏡子，能夠建立孩子的自我尊重感，擁有自信，知道自己是世界上獨一無二！

一起玩撿木棒，可以調整行為散漫，提高學習能力！

一起玩丟海綿球，可以不生氣，把憤怒情緒轉化積極的價值觀！

只要是孩子想玩的遊戲，把主導權交到孩子手中，就能開啟他的創造力與責任感。

80道遊戲菜單，可以突破孩子的心理障礙與表達內在需求，當孩子的心向你真正敞開時，當父母就是天底下最美最滿足的時刻！

<<媽媽也是遊戲專家>>

作者簡介

李永愛 擁有兒童輔導博士學位，在大學擔任社會教育研究所的兼任教授，同時也是遊戲治療機構兒童研究所所長，李永愛博士長期透過遊戲的方式來輔導許多兒童，接觸無數案例而提出驚人的發現與觀念：靠著「玩遊戲」，父母可以了解孩子心裡的想法，進而能夠與孩子溝通，幫助孩子找到自己的情緒與專長。

李永愛強調媽媽正確的遊戲態度： 01.媽媽不是遊戲裡面的主角。

02.在考慮媽媽的想法之前，要先考慮孩子的想法。

03.把孩子的行為與想法，跟情緒連貫而表達出來。

04.媽媽不來製定遊戲的內容。

05.把主詞從「媽媽」改成「你」。

06.讓他自己來解決問題。

07.包容與限制，要捉住這兩隻兔子。

08.訓練他選擇的方法。

09.慢慢行走的孩子、快速奔跑的媽媽。

10.調解兩個孩子之間的衝突。

孔祥柏 喜歡：翻來翻去 現任：專職翻譯 經歷：文字翻譯、即席翻譯、現場翻譯、大會翻譯、接待翻譯、國家代表隊翻譯、韓文講師、大會司儀、晚會司儀、話劇導演、校園歌手、國際領隊兼導遊.....。

譯著：《美膚男大作戰：男人也想懂的皮膚保養術》、《跟我一起做飯吧！

金來沅的料理日記》、《個人取向》（大田出版）、《原來是美男1》、《我的甜蜜都市》、《尋愛天使》、《愛的五顆星》、《追愛症候群》、《鬱病防治所》、《蛋蛋家族》、《家有多弟》.....還有好多好多..... 懷念：首爾的冬天（夏天在台北的時候）、台北的夏天（冬天在首爾的時候）。

信念：翻譯的精髓，在於充分表達原著的感情。

<<媽媽也是遊戲專家>>

書籍目錄

【推薦】懂得玩的孩子，會成長得更健康而且成熟【作者序】透過遊戲，可以開啟埋藏在孩子心裡的藏寶箱PART 01 透過遊戲來了解孩子的內心世界1.透過遊戲閱讀孩子的內心世界2.最重要的，就是媽媽的遊戲態度3.塑造互動良好的孩子與媽媽4.培養互動良好的孩子五個原則第一：幫助孩子認識自己的情緒第二：教導孩子學會調整自己的情緒第三：訓練孩子尋找自己的動機第四：教導孩子也能認識別人的情緒第五：幫助孩子維持良好的同儕關係PART 02 可以讓孩子的心靈健康成長的遊戲菜單1.可以讓孩子的自我尊重感成長的遊戲媽媽不是遊戲裡面的主角媽媽的手要休息，讓孩子的手去動在考慮媽媽的想法之前，要先考慮孩子的想法別再追問！

給孩子可以自己探索的時間幫孩子用言語把他努力的情形表達出來減少過度的稱讚比起做不來的，多說一些他做得來的事情給孩子可以自我炫耀的機會不要把遊戲的時間當成訓誡的時間2.可以讓孩子的情緒變得更加豐富的遊戲讓自己找出行為的原因與其訓育他，不如先閱讀他的心聲掌握遊戲態度的兩個階段給孩子的情緒賦予適當的字句把孩子的行為與想法，跟情緒連貫而表達出來媽媽的情緒也要正確地表達出來在表達負面情緒的時候，要能成為好榜樣沒有誠意的安慰，達到反效果讓孩子感受到「即使表達出來我也很安全」3.可以讓自我表現力不斷湧出的遊戲向孩子詢問遊戲的內容不只是空間，就連時間也要一起共有洞悉孩子想要表現的主題仔細聽清楚孩子所說的話，並複誦一次，再幫他整理與其去玩新的遊戲，不如擴張他現在正在玩的遊戲在玩想像遊戲的時候，不要一味地想要接近事實媽媽不要訂製遊戲的內容使用符合孩子水準的單字4.可以讓孩子有責任感的遊戲把主詞從「媽媽」改成「你」給他自己來決定，以及行動的機會不要使用「要不要幫你做、去做」而使用「原來你在做呀」讓他自己來解決問題當他自己完成，或是發現的時候，要好好稱讚他PART 03 可以讓調整的力量不斷湧現的遊戲菜單 1.可以調整孩子散漫行為的遊戲了解散漫孩子的行為特徵給孩子塑造一個可以集中精神的遊戲環境幫他找到可以受肯定的遊戲場面鼓勵孩子旺盛的精力懂得調整身體是最基本的用簡短、緩慢、沉穩的語氣，簡單扼要地說把即時又具體的結果提示出來2.可以減少孩子鬧彊扭的遊戲了解愛鬧彊扭孩子的行為特徵比起聰明的媽媽，和藹的媽媽更好限制不要太過頭也不要太少包容他的情緒，但要限制他不當的行為比起激動的語言，更應該觀察他隱藏的情緒只要行為出現的時候才來限制他包容與設限，要抓住這兩隻兔子3.可以讓自己慢慢消氣的遊戲記住具有攻擊性孩子的行為特徵用想像遊戲來誘導如果深具攻擊性，則找出適當的對應方案在具有攻擊性遊戲中，媽媽不要變得更強悍讓他與過去的情緒告別可以讓他了解自己真正的情緒從一開始就包容他負面的情緒4.可以降低孩子不安感的遊戲了解缺乏自信感孩子的行為特徵到底是媽媽分不開，還是孩子分不開在媽媽的眼神裡面，隱藏著自信感的秘密對孩子負面的表現，也都要好好地傾聽讓他把焦點調向自己，而不是媽媽讓他相信自己的能力訓練他選擇的方法PART 04 可以讓媽媽跟孩子都能變幸福的遊戲菜單 1.可以讓媽媽變幸福的遊戲先了解媽媽的特性了解孩子的發育欲望就如同孩子成長一般，媽媽也需要跟著成長了解孩子遊戲的意義與特徵2.可以幫助發育遲緩孩子的遊戲身體遊戲是促進發育的補藥就像下毛毛雨一般，要慢慢地、持續地陪孩子玩不需要每一個態度都去指導3.為孩子的個性來設想遊戲了解孩子的個性慢慢行走的孩子，快速奔跑的媽媽用遊戲來安撫敏感孩子的方法4.兄弟之間可以維持良好永久競爭關係的遊戲讓他們互相用心來了解對方的想法別讓他們各自遊戲，而要讓兩個孩子一起遊戲不讓他們互相比較給他們可以互相幫助的機會不讓他們雙方受損的情況發生閱讀孩子隱藏在心裡的那一股想要受到重視的心情調解兩個孩子之間的衝突

<<媽媽也是遊戲專家>>

章節摘錄

1. 透過遊戲閱讀孩子的內心世界 當我完成輔導員的訓練，剛走進輔導室開始任職的時候，我看到國小五年級男孩智炯，因為同儕關係處理得並不是很好，正與當時經歷非常豐富的輔導老師完成輔導登記作業，並預定從第二個星期開始正式接受我的心理輔導。

接受輔導的那一天，智炯選擇的是沙箱子遊戲，而沙箱子遊戲是在裝有沙子的箱子裡面，擺上各式各樣的模型，並述說其中的故事來進行心理輔導的方法。

透過這個遊戲，孩子會把隱藏在自己心裡的事情說出來，或是在無形中會把心裡的障礙解除掉。

智炯述說的故事主題是醫院，一個小朋友因為病痛來到醫院，面臨了必須要開刀的狀況。

幫他進行手術的醫師，是一位經歷非常豐富的醫師，以及一位菜鳥醫師共兩位。

這時，菜鳥醫師接受著經歷豐富的醫師指導，在一旁幫老醫師進行手術。

智炯在這個遊戲裡面，非常明確地表達出我和他現在的狀態。

當時才剛為初級輔導員的我來說，看到孩子如此深具洞察力的表現之後真的嚇了一跳，而且也確信了遊戲的力量。

因為自慰行為太過於頻繁而來到輔導室接受輔導的七歲女孩瑾愛，感覺被聰明的姊姊與媽媽壓得有些抬不起頭來。

瑾愛總是把家庭成員比喻成蟒蛇，而說媽媽蟒蛇與姊姊蟒蛇，常會讓她感到非常害怕。

有一天在進行醫院遊戲的時候，她把輔導老師當成醫師、自己當成是病患，然後把一顆小球放進了自己的胸部。

她假裝自己因為胸悶而喘不過氣，要求醫師幫她開刀把球取出來。

於是輔導老師也就假扮成為醫師，還細心地幫她開刀之後把球取了出來。

不過瑾愛卻又立刻把球放進自己的胸部，又說自己胸悶而要求醫師再次幫她開刀，而且瑾愛一連重複了好幾次同樣的遊戲。

透過上述的這個遊戲，瑾愛到底想要表達什麼事情呢？

瑾愛在希望獲得家人的溫情，以及實際上無法達成的現實生活之中，表達了自己想要治癒因為長期壓抑而感到煩悶的心靈。

把媽媽當成是競爭對象的八歲女孩慧靜，向來喜歡玩家家酒遊戲。

她在每次的遊戲中都會舉辦大型宴會，邀請很多人參加之後，讓賓客坐在排放整齊的餐椅上面，不過餐桌上面卻沒有放置任何食物。

有一天，她突然改變遊戲成為開餐廳，而她自然成了餐廳的老闆，輔導老師也就變成了客人。

在遊戲剛開始的時候她還口口聲聲說要把全世界最美味的食物搬上桌，但是等菜上桌之後她又立刻改口說是全世界最難吃、而且吃了就會馬上死翹翹的「毒髒髒」。

慧靜的媽媽是一位個性非常冷酷的專職女性，而慧靜雖然也從媽媽那裡得到了親情，但是由於感覺獲得的並不是非常誠懇，所以就透過遊戲來把她心裡的那份遺憾表露了出來。

或許媽媽也已經盡了力，但是她賦予的質量並無法滿足慧靜的期望，因此也妨礙了她們親子關係的健全發展。

這不是一件很驚人的事情嗎？

就像這樣，孩子們會把自己的情緒、狀態，以及所經歷過的事情，透過遊戲表達出來。

由於幼兒時期的孩子，語言能力並無法像大人一樣充分發育，所以並不能很熟練地把自己的情緒用說話的方式表達出來。

不過他們卻會利用遊戲來替代語言與他人進行溝通。

也就是說，透過遊戲，我們可以閱讀到孩子無法用語言表達的內心世界，因此透過遊戲也就可以治癒孩子的內心世界。

由於遊戲就像一扇窗戶一樣，我們透過窗戶可以透視到孩子的心理。

不過令人遺憾的是，比起那些會讓我們快樂、愉悅的事情，我們比較會對讓人感到疲倦、失望、生氣的事情，記憶得較為久一些。

尤其經歷了重大事件而受到的衝擊比較大一點的時候，那些殘影以及沒能紓解的情緒，會久久反覆在

<<媽媽也是遊戲專家>>

腦海裡面不斷重現，甚至會深植在腦海而影響到目前的生活。

所以雖然自己的理性告訴自己「那些事情都已經過去了」，但是卻因為情緒沒能充分紓解而感到「我現在依然很難過」。

舉例來說，經歷過父母親因為經常吵架而離婚的孩子，會受到過去事件的影響而感到現在的人生灰暗，甚至會誘發出其他的問題行為。

而經歷過性侵害的孩子，雖然努力地想要把那件事情埋藏在心裡，但腦海裡卻會因為突然浮現的殘影，而毀掉一生。

另外，因為某些理由心裡感到懷恨而成長的孩子，由於一直無法紓解心裡的憤怒，累積到後來情緒突然失控，常會引起一些問題行為的發生。

也就是，沒有紓解掉的情緒，會招徠無法節制的行動。

所以有需要進行讓過去的事情回到過去的舒緩作業。

可以靈活運用話語的成人，可以用說話的方式來進行舒緩作業。

不過並無法像大人一樣靈活運用話語的孩童，則會利用「遊戲」來代替說話，把他們心裡想要說出來的事情表達出來。

而對於孩童來說，遊戲就是他們的生活、他們的語言，以及與別人相處的手段。

就像鳥會唱歌、魚會游泳一般，孩子們也都會玩遊戲。

那麼，如果有人可以去了解孩子們的遊戲，然後把內容翻譯成為可以跟其他人溝通的語言，那不是一件很棒的事情嗎？

孩子可以表達出自己的心思，而媽媽也可以了解孩子的想法，這真是皆大歡喜的事情。

透過這樣的過程，孩子的心裡也就會產生「我很安全」的安定感，而可以確認他有受到充足的愛護以及尊重。

這種情緒上的安定感，會對孩子的認知發育、社會發育，以及創意發育上，也都具有良好的影響力。

所以現在媽媽要做的事情，就是快去了解孩子的遊戲，並且學習如何輔導孩子。

真希望所有的媽媽們都能成為遊戲專家，用對孩子有幫助的方法，來跟孩子一起遊戲。

2.最重要的，就是媽媽的遊戲態度 當我向媽媽們詢問，在孩子尚處於嬰幼兒時期的時候是如何陪孩子來度過的，媽媽們的反應通常就像是犯下了什麼滔天大錯似地小聲對我說：「我以前並沒有陪孩子玩。

」「幾乎都是孩子自己在玩，而我只是顧著做家事。

」「因為孩子有向我提出要求，所以我就只有唸書給他聽而已。

」然後又很擔心地反過來問我說：「是不是因為沒有好好陪孩子玩，所以就影響到了我們之間的關係呢？

」「所以孩子現在才會這麼不聽話，而且又很散漫嗎？

」難道真的不好好陪孩子玩，就會引發孩子的問題行為嗎？

這種說法既沒有錯也不完全對。

由於孩子是經由遊戲來成長以及發育的，所以比較會玩遊戲的孩子，相較於不太會玩遊戲的孩子發育來得好一點是事實。

而幼兒時期遊戲的內容比較豐富的孩子，的確又要比並非如此的孩子成長得健康一些。

那麼，為了把我家的孩子養育得更為健康，到底該讓他玩什麼遊戲呢？

真的有可以讓小朋友智商變高的遊戲秘訣嗎？

有沒有既可以穩定小朋友的情緒，又可以讓孩子跟別人維持良好關係的特殊遊戲呢？

如果世上真的有這種遊戲目錄，而像餵孩子吃營養劑一般一天餵一種，那麼媽媽們該有多幸福啊。

只不過很遺憾的，世界上並沒有這種遊戲目錄。

當然是有一些可以幫助孩子特定領域發展的幾種遊戲，不過真正幫助孩子成長的關鍵並不在遊戲本身，而是在陪孩子玩遊戲的人、亦即媽媽的態度上面。

我們先看過下面藝瑟、敏洙、禮娜、哲修的故事之後，再回過頭來好好想一想。

在聽到孩子遊戲玩得好，就會變得比較聰明之類的話，藝瑟的媽媽決定開始要來好好陪孩子玩。於是在跟孩子一起玩遊戲的時候，就一邊玩著遊戲、一邊告訴孩子「這是紅色。

<<媽媽也是遊戲專家>>

」「這是挖土機。

」那麼，這到底是在遊戲？

還是在學習呢？

由於六歲敏洙的父母親都在公司上班，所以平時跟爺爺、奶奶一起過日子。

而每逢週末相聚的時候，父母親會帶著敏洙到附近公園內的遊樂場去玩。

不過爸爸並不知道敏洙因為懼怕遊樂器材平時根本不敢靠近，只顧著想要讓自己的孩子變得比較強壯而逼著他去玩，結果逼到後來就把敏洙弄哭了。

那麼對敏洙來說，這些遊樂器材到底是遊戲的道具呢？

還是學習的道具呢？

為了治療蛀牙而去了一趟牙科診所回來的五歲孩子禮娜，一回到家裡就讓媽媽躺在沙發上面，自己手裡握著原子筆模仿起了治療牙齒的模樣。

禮娜模仿了好一陣子牙醫師治療牙齒的模樣之後，把媽媽扶了起來。

那麼對禮娜來說，治療牙齒到底是遊戲呢？

還是學習呢？

對中文產生興趣的小學一年級孩童哲修，在向爸爸學習中文的時候講起了自己看過的漫畫書情節，然後忽然對爸爸說出了：「用『火』發動攻擊！

」這時爸爸立刻用中文回應對他說：「那麼我就用『水』來防衛！

」那麼對哲修來說，這到底是學習呢？

還是遊戲呢？

藝瑟、敏洙、禮娜、哲修的確都是在玩遊戲，但是真正玩到遊戲的到底是誰呢？

藝瑟與敏洙經歷了偽裝成遊戲的學習、而禮娜用角色遊戲來把自己的經歷表現了出來、哲修則是表面看起來像學習，最後卻變成了真的在遊戲。

結果就是，在這四位孩童之中，真正玩到遊戲的人，就只有禮娜與哲修。

像被逼著寫作業一般，被逼著玩的遊戲不能稱之為遊戲。

遊戲必須是自發的、愉快的，而且還要在其中產生良好的互動。

唯有如此，孩子才能好好地表現自我，進而健康地成長發育。

這個原理是因為當我們的大腦自發性地發現了愉快事物的時候，比較肯去記憶，而且肯去貯藏的緣故。

所以往後請不要再用：「那要讓孩子玩什麼遊戲呢？

」這種方式來發問。

事實上絕大多數的媽媽剛走進輔導室的時候也都是這麼對我發問，只不過這並不是個正確的發問模式，正確的發問模式應該是要把「讓」字改成「陪」字才對。

「那要陪孩子玩什麼遊戲呢？

」這樣發問才比較恰當一點，因為不應該是讓孩子玩什麼遊戲，而是「如何陪」孩子玩遊戲才是最重要的重點。

只要是孩子喜歡玩的遊戲，無論是什麼遊戲也都沒有關係。

因此媽媽也要考慮清楚，自己不該是去提示孩子玩什麼遊戲而指點他遊戲的對象，而是孩子自發的、愉快的挑選遊戲之後，可以陪他一起玩而藉此增進互動的對象。

能成為孩子良好遊戲對象的媽媽的遊戲態度，正是協助孩子健康成長發育的基礎工程。

<<媽媽也是遊戲專家>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>