



改變？ 你來決定！

遊戲治療使用各種遊戲和創造性媒體，
幫助兒童和成人更有效地學習和工作，
通過**解開過去發展經歷的限制**，
充分發揮他們的潛力。

遊戲治療的平均有效性是 **77%**，
不使用藥物，因此**沒有副作用。**



遊戲治療的效果如何？

根據PTUK和PTI（2021年）的最新臨床證據，來自北美、歐洲、非洲、中東、亞洲和澳大利亞40多個國家的遊戲治療師，平均**77%**的兒童和成人在**18-24次治療後**在情緒和行為上有明顯的積極變化，包括：與家人的關係、課堂學習、工作表現和與同伴相處。

誰需要遊戲治療？

成人心理健康問題 (Kessler et al., 2005)

75% 在24歲開始

50% 在14歲時扎根

美國和英國的心理健康研究*表明

每5個兒童中就有1個患有情緒和行為問題

- 不能集中注意力？
- 不能聽從指示？
- 交朋友有困難？
- 經常與同齡人或兄弟姐妹發生爭執？
- 欺負別人或被別人欺負？
- 性格孤僻或經常不開心？
- 對遊戲不感興趣？
- 表現出不適當的行為？

*美國衛生與公眾服務部報告（1999年）和英國醫學協會（2006年）。

如果您的孩子遇到了這些困難，並且在家庭生活、課堂學習或與同伴相處方面造成了問題，請盡快與我們的遊戲治療師聯繫，進行初步的家長諮詢和評估。



臨床病例

焦慮症

由於家庭關係的複雜性，客戶 A 對自己的家庭缺乏安全感。她經常擔心會失去父母，並經常懷疑父母對她的愛。她在家裡經常與父母發生衝突，在學校無法集中精力學習。

經過治療，她接受了自己獨特的身份，並明白父母對她的愛不會受到他們之間或與其他兄弟姐妹之間關係的影響。她與父母的關係變得更加親密，她能夠參與學校的學習。



之前: 不安全感和對父母之愛的渴望



之後: 對父母之愛感到滿足和幸福

學習障礙和注意力缺失症

客戶 B 出生時視力不好，協調能力差；他總是責怪自己不能做他想做的事，經常說自己很笨，並偷偷地哭。他經常沈浸在自己的世界里，無法安靜下來；沒有界綫，挑戰規則，跟隨自己的衝動；不能與周圍的人合作，因此社交生活非常孤立。



通過治療，他能夠接受自己的局限性；學會尊重和遵守界限；認識和鍛鍊自己的自制力，並能夠與周圍的人互動和建立友誼。



之前: 成長面臨許多障礙

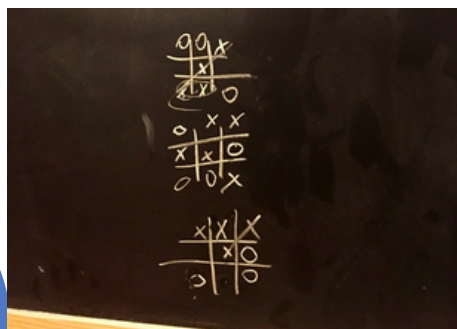


之後: 障礙被消除，孩子可以自由地成長

有自殺行為的抑鬱症

客戶 C 認為父親的批評是因為他不夠好，所以不值得父親的愛。每當他犯了一個小錯誤，他就很容易感到沮喪和放棄，並經常撒謊來掩蓋自己的錯誤。

接受治療後，他明白父親是用批評來激勵他。他與父親的關係變得更加親密，並學會了接受自己。他變得更加自信，更有責任感，能夠積極面對和解決生活中的困難。



之前: 只願意玩他非常擅長的遊戲來顯示自己的能力



之後: 願意敞開心扉，喜歡玩更多公平的遊戲



遊戲治療是如何運作的？

遊戲治療的重點是幫助兒童和成人運用他們的**內在能力**來克服他們面臨的困難。

遊戲治療提供一個接納、安全和創造性的環境。在這個環境中，兒童和成人可以利用遊戲和創造性媒體直接探索他們的過去，象徵性地表達他們無法直接用語言描述的情緒、想法和經歷 (Axline, 1947)。

通過這種方式，遊戲治療成為兒童和成人**理解他們行為背後的真正需求**並以積極的方式面對和解決問題的有效橋梁 (Ginott, 1994)。

遊戲治療師通過觀察來理解這些外化的情緒、想法和經歷的深層含義，然後使用易構、重構和反射式的溝通技巧幫助兒童和成人**理解他們所面臨的困難**。同時，遊戲治療師設定並維持界綫，幫助兒童和成人在安全和一致的環境中**識別、學習、應對、解決和掌握處理其困難的不同方式**。



父母對同行的遊戲治療體驗

- 家長 Julie, 2022年

家長對初次家長諮詢的體驗

當我們開始接受 May 的遊戲治療時，她在最初的家長諮詢中花時間徹底解釋了遊戲治療及其對行為和態度的影響，通過在大腦中建立新的路徑來幫助改變阻礙我們孩子的行為。她不只是解決行為本身，而是更深入地瞭解行為的根本原因，然後與我們和我們的孩子一起工作，做出積極的改變。

兒童對遊戲治療的體驗

我可以自信地說，在過去6個月的時間里，May與我們的孩子建立了奇妙的默契。由於她的經驗和技能，以及她對什麼方法對他最有效的敏銳觀察，他與她有了非常積極的體驗。這種融洽的關係幫助他在與她的會談中敞開心扉，也意味著他接受並考慮她向他提出的建議，這對我們來說是一個巨大的勝利，因為我們的孩子可能會對任何感覺像 "治療 "的東西產生抗拒。我能夠看到他的思維和應對一些挑戰的方法發生了更深層次的變化，所以我知道May對他的治療產生了真正的影響。

每五次治療後家長諮詢的經驗

我真的很喜歡家長諮詢，在那裡May討論她的觀察並提供策略。這些對瞭解是什麼在推動我們孩子的一些挑戰非常有幫助，我也很欣賞她的這些諮詢，以便不在我們孩子面前討論我們的孩子。她在處理問題時總是很周到、很溫和，我們可以看到她與我們孩子的會談是如何幫助他發展新的思維技能，以幫助開始努力實現我們共同制定的目標。她理解為人父母的現實情況，並在制定策略和獲得反饋時考慮到了這些。

對遊戲治療經驗的總體評價

非常感謝你，May是我們孩子的一位出色的治療師，幫助我們更深入地瞭解他的優勢和挑戰。從你與我們孩子建立的融洽關係，以及你熱情的專業精神和關懷，我可以看出你是多麼關心你的客戶。



父母對同行的遊戲治療體驗

- 家長 *Michael*, 2022年

接受遊戲治療前

當我兒子在學前班和一年級時，他很難與老師、同學和家庭進行積極的互動。這意味著他不總是按照老師的要求去做，經常獨自玩耍，不總是對同學或家人有同情心，而且很難發展友誼。

接受遊戲治療後

四個月後，經過May的16次每周遊戲治療，我兒子的社會溝通、行為和人際關係都發生了變化。我兒子現在已經與許多同學建立了深厚的友誼，包括在二年級的學校籃球隊、合唱團和繪畫俱樂部。他現在經常聽從老師的指示，經常表現出對他人的同情，並且每天都和許多朋友一起玩耍。

對遊戲治療經驗的總體評價

正是由於May的勤奮和關懷，以及在他的班主任和我們家人的定期反饋指導下工作的能力，我兒子在情感和社會方面都得到了成長，豐富了他的經驗和聯繫。



課程導師：May Yeung 遊戲治療碩士， 遊戲治療研究 文憑及證書， 工商管理碩士， 文學士（榮譽）

- 英國和國際遊戲治療協會的註冊資深遊戲和創意藝術治療師
- 大學遊戲治療副講師及英國和國際遊戲治療協會的培訓機構APAC澳大利亞課程助理總監
- 認證體驗式學習培訓師



曾為世界500強企業、中小企業、非營利組織、國際和本地教育機構 (包括中小學和幼兒園) 提供神經科學領導力企業培訓、遊戲-治療性親子教育及社會情緒學習培訓和K-12課程。



服務過的機構包括：強生公司、賽峰集團、上海市教育委員會教學研究室、北京中關村第四小學的教師、北京順義國際學校、北京耀中國際學校、北京大學附屬中學、北京國際蒙特梭利學校、艾毅幼兒園、啓行營地教育、香港天主教教區學生輔導人員培訓機構、香港突破機構、MOPS、澳大利亞 Crossway教會、澳大利亞羨道浸信會、北京國際基督徒團契的輔導事工等。



玩轉情緒棋盤遊戲設計者和專利持有者，該遊戲獲得了香港特區政府100萬港元的BUD推廣基金。



曾接受香港最佳親子雜誌《親子王》、《父母世界》雜誌、《北京菁》兒童雜誌、啓行營地教育和香港大學MBA校友會雜誌等採訪。