



# 探索心遊戲盤 ~ 在輔導上的運用

分享人：黃碧娟  
104.11.03



## 探索心遊戲盤

# 研發者 ~ 彰師大—高淑貞教授

- 台灣遊戲治療學會的創辦人。
- 深耕與推廣遊戲治療。
- 研發理念：建構一個溝通表達架構給遊戲治療工作者使用，因此「探索心遊戲盤」誕生。
- 適當的媒材，可以減少受輔者抗拒的反應，如遊戲盤特有的趣味、結構的性質，就可以打破助人關係建立初期的陌生感以及降低焦慮。

## 探索心遊戲盤介紹～

- 它是一種**溝通性紙盤遊戲**（紙盤遊戲通常指的是有一張紙板，有固定的遊戲規則，參與者依照遊戲規則在紙板上進行移動）。
- **非競賽性**的溝通紙盤，主要是藉由紙盤遊戲**表達內在的想法、感受和經驗**。
- 它像是一種**大富翁遊戲**，不強調輸贏，而是著重**自我表達與建立諮商的同盟關係**。

# 在遊戲盤使用效果方面

## 個別輔導

- 可以使受輔者減少對助人者及輔導活動的抗拒。
- 活動中的趣味性及助人者的自我揭露，可以建立受輔者和助人者的工作同盟關係。

## 團體輔導

- 可以增進參加成員彼此的了解。
- 藉由相互了解而增加同儕之間的情感與凝聚力，使彼此的人際互動更加頻繁。

# 紙盤遊戲的治療性基礎

- 建立諮商同盟關係
- 有助於自我表達
- 診斷性工具
- 學習社會化
- 增加自我強度

# 內容寶物

- 遊戲紙盤主版面
- 四組問題卡：
  - 黃色生活類型卡
  - 綠色生命任務卡
  - 藍色社會興趣卡
  - 紫色基本信念卡
- 魔法籤書
- 心星代幣
- 魔法袋

# 遊戲紙盤主版面

- 由不同色塊的「階梯」路徑、「繩索」、「魔法心星」、「階梯外框」、「繞邊外框」所組成。

# 四組問題卡

## 黃色生活型態卡

- 與**自己**有關的話題。
- 反應個人從小接收環境中關於自我的訊息。

## 綠色生命任務卡

- 自己與他人的關係。
- 探討個人在生活中的主要目標和社會需求。

# 四組問題卡

## 藍色社會興趣卡

- 個體對不同角色的看法。
- 了解個人從早期在家庭爛學校所訓練出來對於“同伴”的興趣。
- 評估個人對社會的認同或疏離。

## 紫色基本信念卡

- 探索個體對世界的普通認知與感受。
- 了解個人生命整理的信念、感覺、動機及目標。

# 遊戲規則

1. 遊戲前先選擇每人不同的棋子，決定先後次序。
2. 邀請小團體成員**尊重、傾聽、欣賞**每一位遊戲者的發言。
3. **從中心的足印「開始」**，以擲出骰子的點數決定棋子的步數，**棋子每次行進的方向都可以自我決定，但是每一次只能走一個方向。**

## 自由與彈性的規則～降低抗拒

4. 根據所到格位來抽取卡片或抽取魔法心星，走到哪種顏色就抽取哪種顏色相對應的卡片，並讀出卡片上題目再加以回答。
5. 走到紅巫婆時，就抽魔法心星代幣，並於魔法籤書中尋找答案與指示。
6. 參與的成員請努力回答自己所遇到的問題，如果不想或無法回答可以再翻一張，但每次以重翻三次為限。
7. 每一輪擲出骰子後的行進方向可以自由選擇，但每一輪只能走一個方向。

A stylized illustration of a landscape. The background features a blue sky with wavy, horizontal bands of varying shades of blue. In the foreground, there are rolling green hills with varying shades of green. On the left side, a purple flower with a dark purple stem and a cluster of orange and brown leaves is positioned on a hill. The text is centered in the middle of the image.

謝謝大家的聆聽～  
我們來體驗探索心吧！

## 社群參與教師紀錄單

社群 名稱	輔導及特教「引導學生人際自我探索」教師專業學習社群	領導人	葉紘宙
		分享人	黃碧娟
本次 主題	探索心遊戲盤～在輔導上的應用		
日期	104 年 11 月 3 日	時間	13：30～15：30

### 1. 這次社群的學習目標是什麼？

- (1) 認識探索心遊戲盤設計理念。
- (2) 學習探索心遊戲盤使用的方式，以應用在輔導與教學。
- (3) 體驗探索心遊戲盤實務運用的產生的效應。

### 2. 簡述這次社群運作的歷程。

- (1) 介紹探索心遊戲盤的研發者、設計理念，以及使用的效果。
- (2) 說明探索心遊戲盤運用的方式，包含內容物功用介紹、牌卡使用方式、遊戲規則，以及使用上的注意事項。
- (3) 利用實際操作探索心遊戲盤的過程，體驗此遊戲在四個向度產生的效應，

### 3. 此次社群有哪些收穫？（如：教材、教法、策略…等）如果要實際用在教學，預計進行的想法或規劃？

- (1) 透過實際操作探索心遊戲盤，不僅讓成員了解如何使用此工具，亦可增進成員間的相互了解。
- (2) 從與個案進行活動的過程中，可以有效促進個案自我表達、診斷個案問題行為、建立信任諮商關係，並學習到社

會化的歷程。

- (3) 對特教學生，可以抽掉較難的問題牌卡，進行人際課程或是針對個案行為問題，寫在空白卡片上設計情境。

#### 4. 這次讓大家感動和困惑的有哪些？

- (1) 了解探索心如何實務運用在輔導工作上，對輔導工作有所幫助。
- (2) 對於個案可能產生的抗拒，可能必須藉由多次的互動與利用修改遊戲的模式，以嘗試在強化個案對團體的信任下建立社會互動與自我強化的可能。
- (3) 有些問題較隱私，學生若分享是否會被其他同學笑？  
→教師在使用時，可以引導其他學生以正向角度看待。
- (4) 卡片較多探索內心世界的話題，但是對於有攻擊行為的學生如何引導思考？  
→引導有攻擊行為的學生正向思考，試著幫助該生去同理他人的感受。
- (5) 運用在特教學生身上時，可以調整卡片的問題，簡化情境，幫助學生思考。

# 新北市立中港國小 104 學年教師學習社群運作成果照片

## 【輔導及特教「引導學生人際自我探索」教師專業學習社群第 1 次】



說明 1：  
介紹探索心遊戲盤設計理念與使用方式



說明 2：  
成員討論探索心如何運用於特殊生



說明 3：  
實際體驗探索心遊戲盤



說明 4：  
成員抽魔法心星代幣，於魔法籤書中尋找答案與指示

