

台灣沙遊協會會刊

第五期

發行：台灣沙遊協會 主編：陳瑞芬
 地址：106台北市羅斯福路二段75號7樓
 電話：02-23679947/07-2231850
 網址：home.kimo.com.tw/sylin33/
 電子信箱：tsa@mail2000.com.tw
 劃撥帳號：19763861

走出幽谷 迎向希望

梁信惠理事長

每次為會刊寫報告時，我總是抱持著相當複雜的心情，尤其是最近。回顧上期會刊出版（93年8月）至今天，協會似走過一段高高低低，起起伏伏的歷程。首先，我們已於去年10月28日至30日舉辦“遇見無意識—沙遊治療工作坊”，請到了日本三位沙遊與容格分析的大師河合隼雄博士，通口和彥博士及山中康裕博士來當主講人。承辦過程中之挑戰與艱辛無以言喻，特別是因為河合博士擔任日本文化廳長官（相當於台灣部長級官階），我不知他能否順利於來台前卸任其官職產生之焦慮。多次溝通後，確認他是否卸任，都會來參與，但屆時如不卸任，我們必要確保不告知官方，不公開其官階身份，並確保他的安全等等，這一切種種，均已順利地走過了。

三位大師同台演出是千載難逢的機會，據說，這在日本也是無法看到的。他們三位在這三天的行程中所帶來的震撼，是所有參與者有目共睹的。我個人對他們值此高齡，能夠這麼不辭辛苦，不計較休息時間，那麼委身於教導，深深的感到敬佩。又河合及山中先生，在課餘時興致勃勃的替每一位來找他們為翻譯的新書簽名，這種精神，也是很感動。在此，我也特別感謝華人心理治療研究發展基金會對此活動之傾心協助，當然，我也感謝勵馨基金會的幫忙。

協會於去年12月4、5日參與心理治療與心理衛生年度聯合會，在台大醫院五樓舉辦，我們是主辦單位之一，並提供沙遊工作坊。很幸運的，我們請到持有國際及美國沙遊學會教師執照的Kate Adams來主講，她的主題是“以沙遊療法協助受創個案受性侵害的十一歲男孩之沙遊治療過程”，參與人數爆滿，不少人無法進入教室。Adams老師深入淺出的以沙遊圖片釋說出這個個案創傷復原的歷程，且在朱惠英理事精彩的翻譯下，讓參與者收穫不少。可惜的是沙協協會成員參與人數極少，下次Adams被請來時，請絕對不要錯過機會。



沙遊工作坊—第一排左二為梁信惠理事長、左三為河合隼雄博士、中為通口和彥博士、右二為山中康裕博士、右一為陳珠璋教授

緊接著於去年年底，協會秘書長賴文珍辭職了。在那之後，我個人的健康起了警訊，醫師看完胃鏡後，告訴我說我有嚴重的胃潰瘍：他說除了服藥及定期回診之外，我應減少工作壓力。因此我在教導沙遊的工作做了微幅的調整，並把為協會的工作減低。因此，今年沒積極的邀請國外人士來做工作坊，心中蠻感虧欠，但也只好用“心有餘而力不足”來安慰自己。

值得慶幸的是，承蒙國際沙遊學會的邀請，我將參與7月14-17日在羅馬舉行的國際會議並在17日演講。此次大會的主題是“Sandplay, Culture, Worldliness”而我演講的題目是“Sandplay Experiences in Taiwan: The Challenges and Rewards of a Solo Teaching Member”，屆時，我們也有五位協會成員去參與。在這之後，我也安排大家去蘇黎世參觀Dora Kalff沙遊創始人之住宅，也就是她以前作沙遊治療的地方，並請她的兒子Dr. Martin Kalff，持國際沙遊學會教師執照的老師，做一天的講學，這也將是一場盛宴。

在此一併報告，沙遊協會今年的大會預計於11月心理治療與心理衛生聯合年會中舉辦，我們計畫屆時會有沙遊工作坊。這次年會將有組織章程修改的議案，希望大家都能參加，使大會及議案能順利進行。另外，我要向大家報告的是協會目前在沒有正式秘書長人選之下，高雄的陳瑞芬理事慷慨的答應幫忙秘書長之事宜，而台北的余美華也繼續為沙協工作奉獻，僅以理事長身份，代表沙遊協會，向他們二位致最大的謝意。

最後，我以基督徒的身份，與大家分享一聖經經節，來共同勉勵：『流淚撒種的，必歡呼收割。』（詩篇126：5）



第一排—左為梁信惠理事、中為Kate Adams、右為朱惠英理事

非語言的心理治療法：沙箱遊戲治療入門(三)

原文刊載於高雄少年法院院刊第三期，感謝高雄少年法院惠予轉載，本刊將於下一期刊完全文！

演講者：通口和彥教授、日本京都文教大學校長

翻譯：朱惠英

整理：張幸枝

問題二：沙箱遊戲治療為什麼要用兩個箱子？

教授：一個箱子裝的是乾沙，另一個箱子裝的是溼沙；濕的沙比較容易形塑成山丘或河流。一般在治療裡我們準備一個箱子，另準備一壺水以做成河流。通常進行的方式是每星期一次，一次五十分鐘，作一盤沙盤，以個別治療方式進行，且不讓爸媽陪同在場。如果有些孩子不想做沙箱遊戲治療也沒有關係，想要畫畫、想要做其它遊戲治療、或者各種形式的諮商方法都可以運用。很多人進到諮商室看到這麼多小物件就會問：「這是什麼？」，你此時可以在即時提供他一個機會，運用這些小物件在沙箱裡做出一些景象，等他做完離開後再把沙盤拍攝下來。等到做完一系列之後，透過沙盤本身去明白他的故事是什麼。

我想花一點時間順便來解釋「榮格學派的心理學理論」。瑞士籍的心理治療師朵拉考夫所創立的沙箱遊戲治療法是建構在榮格的學說上。我是心理治療師，也是榮格學派的分析師，我曾到瑞士受過多年的訓練，是榮格學派認可的治療師，我也是沙遊學派的治療師。我想講一點跟其他心理學派不一樣的觀點。

當一個嬰孩出生時他沒有任何意識，是處在沈睡狀態中，什麼都不懂。直到二歲到三歲間才有個「我」的概念——「我」是什麼人？我想請問各位，你從幾歲開始知道「我是我」這樣一個個體？三歲、四歲、或者五歲開始有這樣的意識？這個「自我意識」在二、三歲間開始發展，當年齡愈來愈大時就開始有「自己」的感覺。榮格學派有一個「我」，那是一個比較大的「我」，即「本我」(Self)。這個「我」跟佛洛伊德所說的「我」(Id)並不一樣。當我們進入青春、成為一個成年男性或女性時，「自我」(ego)就發展的很完全，但「本我」(Self)就被遺忘地一乾二淨，「本我」成為我所不認識的「我」了。在我們要不斷尋找「自我」是什麼的同時，也要了解真正的「本我」又是什麼？有時它們是一樣的，有時又不相同，正如「真正的你」跟「你想要當的你」是不相同的。



我在京都有個個案，他是個非常優秀、非常棒的學生。他希望將來能當個大公司總裁，可是他的家族是做和服布料的世家，他的家庭期望他將來能接掌家族事業。布料的染色是一門很難學習的技術，大都由父親傳兒子、兒子再傳孫子，世代交替相傳下來。這樣的技術在大學裡學不到，大學中只要學分數足夠就可以畢業。我的案主喜歡自己當一個用功念書的好學生，在他的意識裡「自我」的部份想要當個好學生。有一天他喝醉了，沉睡已久的意念浮現，而衝突就此出現——到底是要往那一條路走？如果要往意識的部份走，他必須把其它東西除掉；如果要遵從潛意識的本我，就不要繼續大學學業。有時我們卡在一個很難做抉擇的時刻，不知該往那個方向走？

從沙盤當中，那個深藏於內在的「本我」就會開始出現，那是你所無法預期的東西。我跟這位年輕人開始討論他的沙盤的意義是什麼。你們知道曼陀羅嗎？在佛教中有一個很大的圓形曼陀羅圖形，在沙盤當中也會出現一個曼陀羅形式，這是一個完整本我浮現的時刻。當你的意識過於片面、過於偏執，你的本我就會試著進行拯救，就像想要讓一艘傾斜的船恢復平衡般。如果你夠信任你的本我，你可以得到很多力量，有很多資源供你運用。

你們知道蝴蝶吧！毛毛蟲漂亮嗎？毛毛蟲整天不斷的吃，不斷的排洩。如果不斷的吃，它慢慢地會愈長愈大，變成很龐大的蟲，但空氣裡的氣壓會讓蟲死掉，就像我們不能不斷餵食孩子，因為他還不是一個大人，這只會讓他變成龐大的小孩。轉化(transform)就是從一個東西轉變成另一種東西，就像毛毛蟲變成蝴蝶一樣。

〈續下頁〉

〈續上頁〉 

蝴蝶有骨架支撐它自己，但毛毛蟲並沒有骨架。當毛毛蟲變成蝴蝶，從沒有骨架變成有骨架，那就是一個完整的變形，完整的轉化。蛇就不一樣，它沒有辦法變形，它只能把皮褪掉，但還是維持原始的形像，蝴蝶卻可以以很美的姿態在空中飛翔。有些小女孩長的很醜，但幾年後再看見她時卻已變成像照片裡漂亮的模特兒一般，從一個女孩變成一個淑女，這就是轉化。

我們在沙盤中幫助孩子轉化，從一個舊的我變成新的我。治療師最深切的關注便是如何讓個案由毛毛蟲變成一隻漂亮的蝴蝶。在希臘歷史裡蝴蝶代表心靈或靈魂，我們所讀的心理學的「心理」的字根意思就是蝴蝶。身為治療師要幫助個案從毛毛蟲轉化成為蝴蝶，但有時也有變不成的時候，那就要視個案的狀況而定。但我們很認真，用很好的方式去幫助他們。

現在各位明白「意識」與「潛意識」這兩者都很重要，我要強調的是這兩者間的關聯、它們的連結處，多注意潛意識的部份，不要太過於注意意識，讓兩者間維持比較好的平衡。要怎樣維持意識與潛意識之間的平衡？那就是傾聽你自己，傾聽你的本我，這是屬於榮格心理學的部份了。

另外兩個我要講的部份，是有關創傷後的心理壓力及家庭暴力。街頭的暴力事件每天都在發生，但我比較有興趣的是家庭裡的暴力問題。家庭暴力在日本社會愈來愈嚴重，我在日本京都生命線訓練兩百多位志工，志工們提供二十四小時服務，每一天有四至五位輪班接手，協助想自殺的人得到適當幫助。在日本有五十個自殺防治的生命線中心，從北海道到沖繩都有，我也是日本生命線協會的主席。根據我電話協談的經驗，家庭是一個最危險的地方。家人互相傷害、互相殘殺，但睡覺時不能保護自己，也沒有任何防衛。即使孩子平時多麼愛你，突然間他有了不一樣的想法時，對父母親仍然使用暴力。

日本的家庭傳統上教導孩子必須服從、一定要當乖小孩，孩子在家庭中必須是百分之百的乖小孩，但當他突然間變成一個醜陋且憤怒的小孩時，傷害的目標就是他的母親。日本有些父母親當孩子逐漸長大時會開始感到害怕，不太有自信能順利把孩子扶養長大。在一份一九



九三所做的研究調查中，調查對象是二千八百六十五位母親，其中有百分之八十八點四的母親認為自己沒有辦法愛自己的孩子；同時有百分之七十六點九的人認為在現代社會裡養育孩子是一個沉重的負擔；百分之十的母親連看見孩子的臉都不願意。這樣的現象逐漸浮現，開始出現家庭暴力問題。所以對日本諮商師來說，如何處理家庭暴力是一個很重要的領域。要怎樣幫助孩子不會出現家庭暴力、不對父母親或祖父母做出任何傷害的行為，能夠很順利成為發展良好的青年是身為諮商師一項很大挑戰。過去在日本有關兒童的照養疏失是一個很嚴重的問題。當有人發現某個孩子被忽略、沒有得到適當的照顧時，便打電話向生命線、政府機關通報。當警察前去處理時若正巧父母在場，父母親會辯解自己的做法是為要糾正孩子的不當行為，於是警察便離去。可是現在已不再如此，現在強調孩子也有人權，每個孩子都有生存權，司法系統盡可能的協助各家庭用不同的方法去照顧他們的孩子。所以在日本不同層次的法院均聘有心理治療師、諮商師，或者是沙遊治療分析師，以協助孩子們分析他們的沙盤，同時跟他們的母親進行一些互動，幫助母親們有能力去保護他們的孩子。

創傷後壓力症候群（PTSD）是我們要談的另一個主題。神戶發生過大地震，台灣也發生過大地震，在一夕間數千人喪命。如果有一些重大壓力事件發生，例如戰爭、地震、家人被謀殺等重大事件發生時，對我們的身體而言是一股壓力，於是每當紀念日來臨時，這些症狀就再度被啟動、再度浮現。我們發現有很多孩子如果經歷重大壓力事件而無法自行調適、處理時，就會形成創傷後壓力症候群。你們可以想一想在你們一些有嚴重問題的個案中，他們的問題和創傷後壓力症候群是否有關係。

〈待續〉



新書預告

8月即將出版



書名：Sandplay- Silent Workshop of the Psyche(1997, NY: Routledge)
 作者：Kay Bradway & Barbara McCoard
 譯名：沙遊--非語言的心靈療法
 總校閱：梁信惠博士
 譯者：曾仁美、朱惠英、高慧芬(依章節次序排列)
 出版社：五南圖書公司

內容簡介：

本書原作者有兩位，第一位Kay Bradway是容格學派分析師，也是舊金山容格學會、國際沙遊治療學會(ISST)、及美國沙遊治療師學會(STA)的創始會員；第二位Barbara McCoard為容格學派的精神科醫師，也是「沙遊治療期刊」(The Journal of Sandplay Therapy)的諮詢編輯。全書共分為理論、象徵及案例三大部份。第一部份從歷史脈絡探討沙遊治療何以有效，作者深入淺出的進行沙遊治療的歷史回顧、比較Estelle Weinrib、Ruth Ammann及Joel Ryce-Menuhin等三位學者對沙遊治療的重要觀點、探討何謂沙遊治療中的共移情(co-transference)、比較重視經驗的沙遊治療(sandplay)與重視表達的沙盤治療(sandtray)有何不同、以及討論沙遊治療的進行、解釋、適用對象及沙圖層次、階段、和主題的瞭解。

第二部份探討沙遊治療中極重要的象徵研究，討論烏龜、鴉、太陽、月亮、赫斯提雅及雅典娜兩位希臘女神的象徵，另外亦探討兒童在沙遊治療中的發展階段。第三部份列舉十位實際的沙遊治療案例，以圖文交錯的方式詳細探討其進行歷程。兩位作者具有深厚的沙遊治療臨床基礎，全書文字簡潔，內容精要，是學習沙遊治療理論與實務不可缺少的好書。本書所有譯者及校閱者皆曾參與沙遊治療的個人歷程，並實際從事沙遊治療的實務工作，大大提昇本譯文的可信度及可讀性。

期刊出版預告

各位會員，在此預告，「沙遊—非語言的心靈療法」一書譯者曾仁美及朱惠英，將籌畫辦理國內第一本沙遊治療期刊，歡迎會員踴躍投稿！

年費繳交通知

尚未繳交94年度會費的會員們，請記得抽空繳費。有按時繳費的會員，參加研習才能享有優惠，期刊出版後才能免費獲贈一本。

~~歡迎各位會員利用郵政劃撥小額捐款~~

<期間：93年8月6日至94年6月30日>

紀彩鳳	500元	洪素珍	500元
莊文芳	500元	陳宇嘉	500元
紀惠容	500元	梁信惠	21500元

捐款芳名錄

Taiwan
Sandplay
Association



地址：106臺北市羅斯福路二段75號7樓
 電話：02-23679947、07-2231850
 網址：home.kimo.com.tw/sylin33/
 電子信箱：tsa@mail2000.com.tw
 劃撥帳號：19763861