

# 台灣沙遊治療學會會刊

## 第八期

發行：台灣沙遊治療學會 主編：陳瑞芬  
地址：106台北市大安區麗水街28號5樓  
電話：02-23923528、02-23626995-606  
網址：www.sandplay.org.tw  
電子信箱：tsa@mail2000.com.tw  
劃撥帳號：19763861

## 消息分享 梁信惠理事長

懷著萬分感激與謙卑的心情向大家報告我人生的第一本書，「沙遊治療：研究與個案」終於出版了。感激的是如果沒有大家個人歷程及課程的參與，這本書是不可能完成的。謙卑的是我覺得這本書不足的地方還蠻多，就請大家以包容的心來欣賞這本書吧！在此也謝謝勵馨基金會及我們沙遊學會為我在2007年8月7日舉辦的新書研討及發表會。

今年學會所辦理的第一次個案研討會已於5月13日在高雄凱旋醫院舉行，參與的人均覺得這場研討會很獨特，因為所有參與的人均有機會發表看法，也很圓滿。衷心感謝所有在人前與幕後幫忙的理事及工作人員，也謝謝凱旋醫院提供場地。

今年在英國劍橋舉辦的國際沙遊學會年會(8/23-8/27)，本人分享在臺灣所做的研究

「沙遊與靈性」，其中包括23位完成沙遊過程者的調查，蠻有意義的。這研究成果也將於今年12月1、2日在台北舉辦的心理治療與心理衛生聯合年會發表，希望大家把時間保留下來，參加這盛會，屆時也會舉行我們學會的年會。

關於聘請外國老師來台講學，理事會決定明年會邀約「沙遊三聲」(Sandplay in Three Voices)的二位作者來。她們分別是Lucia Chambers及Maria Chaiai。我們有不少學員對她們很有親切感，因為今年度沙遊課程之一的教科書就是她們這本書。希望不久的將來我們會把此書翻譯成中文，還有本人已對此書做了「好書評論」，讓大家做為參考。

最後，告訴大家一個令人傷心的消息，Kawai老師已離開人世了(7月19日下午2點27分)，享年79歲。

## 敬愛的 Kawai Sen-Se, 安息吧！

梁信惠理事長

第一次見到 Kawai Sen-Se (河合先生) 應是在西元1992年於美國加州的 San Rafael。那時他被美國沙遊學會邀請而當年會主講人。我對他的印象非常深刻，因為他一上台即幽默地講出東西方文化差異的笑話，引起如雷的掌聲。幾年後他受邀來到我在美國的「故鄉」Minnesota講學，我做東請他吃一頓飯，席間他送我一個手工製的日本修女娃娃，很特別，很可愛。這娃娃至今置在我的台北沙遊室，它常被使用。

7月20日聽到 Hayao Kawai (河合隼雄) 過世的消息，我心中好難過，而當天在台北沙遊室的學生做沙盤時，那娃娃與我的眼睛常常交會，Kawai Sen-Se的靈似就在那空間。他應該是在幫忙我做個案的沙遊歷程吧！

談到幫忙，記得2002年我被邀去日本參加日本箱庭療法學會第16回大會，會中聚餐時，Dr. Kawai曾公開宣告他會來台灣幫忙沙遊治療的推廣。他確實遵守了他的答應，排除萬難，於2004年來台灣講學。他的演講及教學，讓大家都很感動，更感動的是他不辭勞苦，在休息的時

段，頻頻為學生們簽名、合照。那年他臨走時答應會再回來的。不料，人算不如天算，再次與他聯絡時，聽到他已中風而不醒人事了。我多次祈禱上帝讓他能康復再回來台灣教學，無奈上帝沒聽這禱告。德高望重的 Kawai Sen-Se終於卸下世間的重擔，走了。說真的，他應是已盡了他的力吧；他寫了那麼多書，教了那麼多學生，還為日本政府盡了那麼多心力。敬愛的 Kawai Sen-Se, 安息吧！



Dr. Kawai與梁理事長的合照



Dr. Kawai在空檔時幫學員們簽名

# 創傷與復原·沙遊治療中的療愈象徵(二)

原文刊載於 005年《輔導季刊》，感謝作者黃宗堅  
監事惠予轉載！

三、安全的陪伴：當個案在進行或完成其沙遊經驗時，治療師會如實反映並接納案主所呈現的心靈世界而不再加以評判或過度的分析，因此案主的潛意識可以更自身不在地凝聽其深層的聲音。治療師通常會坐在離案主身後不遠的地方的做筆記，記錄的內容包括：小物件被擺放在沙盤上的先後的順序和它們的移動情形、案主的評語以及治療師的想法。有些治療師會將案主所做的沙畫（the sand picture）依樣畫在筆記本裡，或予以拍照存檔。治療師創造一個安全和保護的空間，目的在鼓勵並協助案主使用及感受各種象徵，而這種空間至少具有兩項重大的意義。第一，讓案主可以和一些具有個人意義的象徵產生連結，這樣做將有助於他們產生新的領悟、轉化，以及最終的療愈。其次，倘若治療師可以明白小物件和沙遊景象所代表的象徵意義，則將有助於他們聯結和案主在意識與潛意識兩個層面所想要傳達的隱喻，進而能夠對案主提供更多的洞悉。

四、觀點的拓展：個案在另一個人的面前（即治療師）觀看沙遊的創作不僅可以提昇一意識的具體呈現，同時也可以進而將潛意識的整合材料以三度空間形式具體呈現出來，亦可在促進它的歷程中獲得療效；此舉從事實際治療的時候，治療師不會在代表沙遊過程結束之前就先讓案主瞭解小物件或象徵世界激發療愈能量的原動力。有的時候，案主這一些過度的性遊治療師都會將案主的這類評論納入自己大的記錄，以便在治療的當下以及沙遊結束後準備回顧整個過程中要呈現什麼都有自主的控制權，唯有個案準備好要處理的議題才會被彰顯出來。容格學派的觀點認為沙遊治療是個體化（individuation）過程最好的催化劑。該學派認為人的心靈（mind）會很自然朝向「療愈」（healing）及「整合」（wholeness）的方向移動。當潛意識慢慢透過沙遊的象徵符號而成為具體的意識之後，個案會比較能夠與自己人格的不同層面和解，同時也比較能夠覺察在「療愈」及「整合」過程中所遭遇的阻礙及傷害（Boik et al., 2000；陳碧玲等，2001）。

五、對話的省思：在完成一系列的沙盤之後，案主與治療師可以一起省思與討論整個沙盤過程，藉此增強案主療愈的效。治療師通常會與案主開始就沙盤內容和進展進行太過於認識層次的逐步分析與解釋，因為過程的進展過快，如果治療師願意傾聽他們的話，專注傾聽案主亦不進行深層對話，與故事也是經驗的一部分治療師與案主可進行深層對話。在沙盤中時，它給我什麼樣的感覺……「沙盤中，它最吸引我或最令我感到不舒服……」或「它帶給我什麼樣的啟發……」等（Mitchell & Friedman, 2003）。於是從對話過程中，治療師與個案一起理解當事人的沙盤世界與現實世界之間的關聯，並進而達到頓悟與改變，這便是沙遊治療的療愈



左三為作者黃宗堅等一行人拜訪Dr. Martin Kalff

過程。也就是說，意象成為一種語言的形式，個案可以經此向治療師溝通潛意識的素材，同時帶來更大的內在理解及行為改變（陳碧玲等，2001）。

## 肆、探索沙遊景象所需考慮的事項

案主完成沙遊過程之後，如果他和治療師彼此都期待進一步的理解，就可以一起觀看沙遊景象（sandplay scenes），藉此回顧整個過程。而在探索案主的沙遊景象時，必須考慮以下事項（Mitchell & Friedman, 2003）：

- 一、案主的個人資料：案主的年齡、性別、社經地位、家庭背景、宗教信仰、主訴問題，以及創造沙盤的動力等資料都有助於了解沙盤的內容和意義。
- 二、沙遊的創作過程：為了全盤瞭解一個沙畫，治療師必須掌握案主創作沙盤的過程。例如，案主創作的速度是快或慢、深思熟慮後才開始或自然產生、懷著恐懼或興奮的情緒創作等等。
- 三、沙盤的內容：治療師應該仔細地瞭解沙盤的內容並加以記錄（可透過拍照或素描的方式）。為了達到這個目的，治療師必須注意案主所使用的物件及其象徵意義、小物件的安置與位置的變換、沙子的移動情形、以及沙畫的整體結構和內容，包括主題和階段性的轉換和變化狀態，其中又以最初的沙盤（initial tray）最為重要。
- 四、沙遊系列：案主可能在不同晤談時機創作了不同的沙盤。治療師務必要留意案主沙畫在此系列中的演變情形，包括他們會固定使用哪些象徵、這些象徵在沙盤裡的位置是怎麼被改變的、沙畫的主題是怎麼發展和變化的、以及沙遊景象的結構是如何產生的。

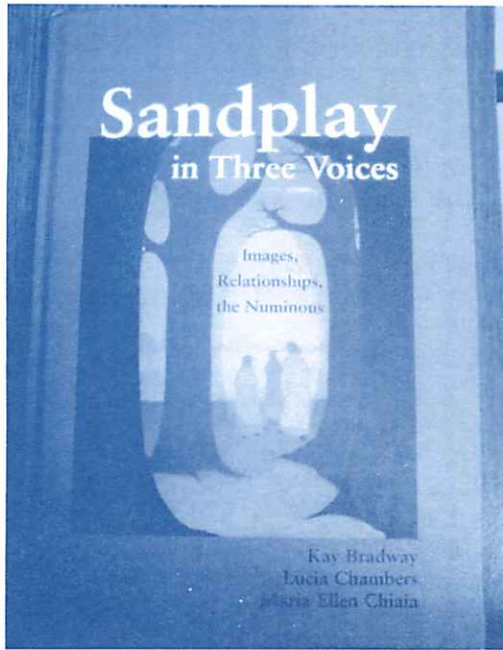
五、沙遊故事：有些案主會看沙畫說故事，有些案主會因為沙畫的刺激而想起過往或現在的事件與感受。為了更深入地瞭解案主的內在歷程，治療師應該仔細傾聽他們的象徵內容、情緒所涵蓋的弦外之音、主題，以及對沙遊故事的深度洞察。

六、治療者的反應：當治療師可以傾聽自身的情感反應並察覺到一些自發的意象時，就能比較深入地瞭解案主的內在歷程和沙畫創作本身的隱喻。而且，如果治療師信任個案的潛意識終會邁向自我覺察與復原的道路時，個案與治療師就可能出現深層的轉化工作。

（作者黃宗堅為本會監事、現任彰師大輔導與諮商學系副教授）

〈待續〉

## 好書評論



## Sandplay in Three Voices: Images, Relationships, the Numinous by Kay Bradway, Lucia Chambers and Maria Ellen Chiaia

評論人：梁信惠

沙遊三聲（暫譯）是我敬重的沙遊先輩Kay Bradway, Lucia Chambers, 以及一位稍微年輕點的Maria Chiaia寫出來的。她們三位是擁有國際與美國沙遊治療學會教師證照的資深沙遊治療師，雖然她們之間相差40歲（Kay已經是97歲了），卻在偶然聚會的會談中，產生出寫本書的伏筆。她們共同的想法是：以前的著作注重沙遊的歷史、發展、理論、作法等等，卻還沒有一本書是特別注重沙遊中的關係；不管是治療者與個案的關係，亦或他們各自與沙盤的關係，他們對於自己的無意識以及彼此無意識間的關係，他們與自己沒有活出的陰影的關係，還有他們對於超自然的，靈性上的，以及彼此的本我的聯絡等等的關係。

三位作者，以她們非常豐盛的沙遊治療經驗，以及她們各自的獨特風格，對於沙遊中八個很重要的主題做出三人談，並且每位也針對每一主題寫出一篇自己對這主題的觀點，包括用他們的個案來詮釋或呈現出那主題。這八個沙遊主題是：沙遊師（Therapists）、緘默（Silence）、孩童（Child）、母親（Mother）、本我（Self）、陰影（Shadow）、渾沌（Chaos）、及神聖的（Numinous）。

對於這些主題寫出的三人談是根據她們錄音，除了重覆的部分被刪除以外，作者談話的原貌畢露無遺，包括她們所發出的mm-hmm讚嘆聲。文筆之間，我們可以看出他們有些共同或類似看法及經驗，也有不同的意見，更有彼此間對某些問題誠實的揣摩與切磋。我所觀察到的最重的是不論對哪一個主題，她們豐富的隱約的呈現出來。

關於治療師主題的三人談，Lucia馬上就單刀直入地指出當為治療師的她常常在想，誰是個案？這是因為她感受到在沙盤上的互動與呈現不只是帶給個案，也是帶給治療師諸多的挑戰與轉化。Maria也指出我們治療師的角色不只是見證沙盤的呈現，我們是全神投入的（P. 7）。Kay也談到了她所提的“Co-transference”（共移情）名詞最好改為“Co-relationship”（P. 9）。三人皆認為我們與個案在沙盤中的關係是同舟的，或是一體的。而沙盤與語言分析的不同在於它給予的保護性更大，也因此比較安全的。舉例來說，愛與恨以象徵的方式在沙盤中呈現，會使個案感到比較受保護，比較不焦慮。Kay也指出沙盤可以讓治療師與個案進入一種原型層次的連結（archetypal connection），而在那層次裡，我們大家都是連結在一起的（P. 16）。

當談到緘默的主題，Kay馬上指出在沙遊療程中緘默是很重要的，因為在緘默中，事情發生了（P. 31）。三位作者均強調緘默的重要性，因為它會帶領人們進入更深層的關係。Kay說在做沙盤時，她不鼓勵個案說話（P. 33）。Lucia則更進一步指出緘默就如在天堂班，好舒服（P. 36）。雖然做沙盤時盡量不講話，但三位均同意治療師非言語中對個案的專注是非常有鼓勵的作用。

關於孩童的主題，三位作者談到小孩子應該會蠻喜歡的。但，也許因為科技時代來臨了，他們應該是由於更喜歡與是接的，是人格面具的對立面亦是本我的對立面，Maria認為兩者均是（P. 141）。Kay指出在沙盤上，陰影呈現的層次可能是原型、文化、或家族的（P. 141）。Lucia說陰影是在沙盤之出現是在個案與治療師建立起一個信任關係之後（P. 142）。三位作者均勇敢的敘說出她們自己沙遊過程中陰影在沙盤的呈現。

沙可代表土地，也可代表身體，更可代表母親或母親的身體。Kay談到在沙盤上，可看到母子關係的經驗及呈現（P. 79），而且治療師可以給個案感受到好母親的經驗（P. 80），可見母親這個議題在沙遊的重要性。作者們繼續談到沙的承接（holding）能力，正似母親的承接。有趣的是兩位自Dora Kalff（沙遊創始人）接受個人過程的作者談到Dora，這位似是她們沙遊中的母親，對待她們作品的呈現有不同的反應。Lucia說Dora會對她的作品有所置評而讓她看到她無意識的層面，但Kay說Dora很少對她的沙圖講什麼話，只在10年後回顧時才與她談到沙圖。結論是一個夠好的母親懂得何時該說話，何時該沈默（P. 85）。

本我盤的出現在沙遊過程中常常是很動人，很神聖的一刻。三位作者於討論本我與心靈（Psyche）相似與不同點之後，進入探討原始的本我（Primal Self）與終極的本我（ultimate Self）之差別。這是一位作者叫做Joseph Henderson在他所著的書——陰影與本我（Shadow and Self）中所提出的。Maria闡述Henderson的看法，認為原始的本我是指嬰兒最早期與母親合一的現象而最終的本我是那種超越的、靈性的本我，亦即與宇宙合而為一的本我（P. 113），後者的呈現是個體化過程的結果。Kay提到沙盤中呈現本我物件（Self-object）及本我盤（Self tray）的差異；前者告訴你本我在那裡而後者帶你到一種（心靈）的完整感（P. 117）。

Lucia說陰影是我們人格中所有不表達的（unexpressed）、不要的（unwanted）、不承認的（unacknowledged）、以及不知道的（unrecognized）的部份（P. 137）。Kay接著說陰影有正面的也有負面的部份；而我們必須去接觸及認識它們，才會比較有完整性（P. 137）。Maria指出當她經歷人生憂鬱階段時，光亮與快樂應該是她的陰影，這真是蠻正面、獨特的看法。容格學派對陰影的看法是它不盡然是負面的，三位作者均同意這種看法。三位作者也討論到陰影是人格面具的對立面亦是本我的對立面，Maria認為兩者均是（P. 141）。Kay指出在沙盤上，陰影呈現的層次可能是原型、文化、或家族的（P. 141）。Lucia說陰影是在沙盤之出現是在個案與治療師建立起一個信任關係之後（P. 142）。三位作者均勇敢的敘說出她們自己沙遊過程中陰影在沙盤的呈現。

〈續下頁〉

