

沙

非語言的心靈療法

Sandplay—Silent Workshop of the Psyche

遊

Kay Bradway & Barbara McCoard 著

梁信惠博士 校閱

曾仁美、朱惠英、高慧芬 譯



沙遊——非語言的心靈療法

梁 信 惠 校 閱

曾 仁 美

朱 惠 英 合 譯

高 慧 芬

五南圖書出版公司 印行



五南

凝煉知識・品味閱讀

國家圖書館出版品預行編目資料

沙遊——非語言的心靈療法 / Kay Bradway, Barbara McCoard 作；曾仁美、朱惠英、高慧芬譯。
—初版。臺北市：五南，2005[民 94] 面：公分。
譯自：Sandplay: silent workshop of the psyche
ISBN 957-11-3984-X（平裝）

1. 遊戲治療

178.8

94007982

IBY6

沙遊——非語言的心靈療法

Sandplay: silent workshop of the psyche

ISBN 957-11-3984-X

校閱者 梁信惠
原著者 Kay Bradway, Barbara McCoard
譯者 曾仁美 朱惠英 高慧芬
責任編輯 王兆仙 蔣和平

發行人 楊榮川
總編輯 王秀珍
副總編輯 陳念祖
出版者 **五南圖書出版股份有限公司**
地址 台北市大安區(106)和平東路二段 339 號 4 樓
電話：(02)2705-5066 傳真：(02)2706-6100
台中市駐區辦公室 台中市中區中山路 6 號
電話：(04)2223-0891 傳真：(04)2223-3549
高雄市駐區辦公室 高雄市新興區中山一路 290 號
電話：(07)235-8702 傳真：(07)235-0236

網址 <http://www.wunan.com.tw>
電子郵件 wunan@wunan.com.tw
劃撥帳號 01068953 戶名：五南圖書出版股份有限公司
法律顧問 財團法人資訊工業策進會科技法律中心

出版日期 2005 年 10 月初版一刷

定價 新臺幣 450 元

※版權所有・欲利用本書全部或部分內容，必須徵求本公司同意※

推薦序

Kay Bradway，本書作者，是我最尊重的老師之一，也是我的好朋友。她是一位臨床心理師、心理治療師、容格分析師，更是一位沙遊治療師。她在國際及美國沙遊治療界是一位頂呱呱、無人不曉的名師。不論在國際沙遊學會的年會或美國沙遊治療師的年會，每當她一出現，周圍一定是圍繞著一群人向她請益或與她聊天。她到處都是受歡迎。

三年前台灣沙遊協會成立之際，她就是第一位我想到要請來演講並舉行工作坊的老師。無奈因為她的高齡（台灣歲是今年 95 歲）以及身體因素，加上這會是很長途的旅行（她住在美國），她無法答應這邀請。這是我們台灣沙遊治療界以及容格分析學術界，臨床心理界以及心理治療界的一大遺憾。

Kay Bradway 與我算是有緣份吧。在學 Dora Kalff 學派沙遊治療的過程之第一件要事就是要做自己的個人過程。而我在 10 多年前初學時的沙遊老師 Barbara Weller 就是從 Kay Bradway 做過程的。當我結束與 Barbara Weller 做的個人過程時，她送我的一件禮物是一個很別緻的聖母像。原來這是傳承的。Barbara Weller 在結束她個人過程時，從 Kay Bradway，是拿到這特殊聖母像；而 Kay Bradway 向 Dora Kalff 結束過程時也是拿到同樣的聖母像。因此 Kay Bradway 該算是我的祖師吧！說實話，當我在美國學沙遊治療時有好幾次是直接上 Kay Bradway 的課或者是聽她的演講。每次參加時都是覺得收穫豐富。她以類似智慧老婦人的風格並加以類似老祖母的慈愛來教導，常令參與者感動不已。

在私交上，Kay Bradway 雖是高齡並是資深，但她一點也不擺架子。每次與她見面，就如與親人一般的，非常熱情。而她旁邊常陪伴的 Brad，她的先生，也是一位和藹可親的長者。與他們在一起時，常

令我感受到父母親般的溫暖。值得一提的是，有一次 Kay Bradway E-mailed 給已回台灣的我，問我是否能為她買到一頂有小傘頂的帽子。她說她喜歡這種帽子而她從前購買這頂帽子的來源的東方店已不再賣這貨物了。這種帽子在台灣也是近乎絕跡。奇蹟似的，幾天之後我竟然在一鄉下的小商店買到了。馬上寄給她，並告訴她這是我送給她的禮物。她老人家高興之餘，親自送給我一卷她所做的沙遊治療的 VCR 影片。其中的兩位個案竟是本書中十位中的兩位個案。好神奇！

Kay Bradway 本人的特色是和藹可親，平易近人。她這特色也是清楚的呈現在她的書中。也許是因為她這種比較不修邊幅的個性，使得她的寫作幾乎是談話似的，沒有花言巧語，具備了她個人的風格。正因為如此，翻譯的工作比較困難，而我這位「總校閱」的工作更是艱辛。在美國過了 30 多年的歲月，比較懂得她那談話似的文章。我不怕得罪我親愛的三位翻譯者朋友之餘，大斧砍刀的做了不少的修正，為的是讓讀者們親身體驗到原作者的風采及特色。是的，她就是那麼平易近人；是的她就是那麼不修邊幅；是的她就是那麼的不八股。但是，也因如此，她是點點滴滴的把她的沙遊治療經驗，用盡她的心血把它們呈獻給大家！

這本書是台灣第一本傳統 Dora Kalff 學派沙遊治療書的翻譯。本人以在台灣唯一持有國際沙遊學會以及美國沙遊治療師學會教師資格執照的身分，鄭重向大家推薦此書。相信這對台灣沙遊治療界、心理治療界、容格分析學界，以及臨床心理界會帶來很大的貢獻。在此，鄭重的請大家一起享受這心靈的盛宴！

梁信惠 博士

台灣沙遊協會理事長

勵馨基金會蒲公英治療中心駐會顧問

中文版作者序

我很高興地由梁信惠博士口中得知我與 **Barbara McCoard** 合著的書籍翻譯成中文並在台灣出版，我希望這一本書的出版在拓展眾人對於沙遊療法的興趣上能有所貢獻。

多年來我不斷地記錄著自己在閱讀、聆聽、沙遊實務工作中、進行督導時，以及在夜深人靜時分出現的想法與問題，出版這一本書是因著我想要將這一些想法或是需要深思的問題加以梳理。**Barbara McCoard** 協助我將這一些資料彙整在一起並編排成一本書。在撰寫這一本書的同時我也有所學習，期盼讀者們也能藉由此書有所收穫。

本書的某些章節篇幅甚短，甚至僅有半頁的版面。雖然本書是依照我們認為對讀者最有益處的順序來編排，但是讀者們並不需要依照本書的編排順序閱讀。讀者也許可以先由第十五章「我如何做沙遊」開始閱讀，然後接著第十八章「了解和詮釋」，再來是第十九章的「層次、階段、順序及主題」；或讀者可能會想要先讀本書第二部所列舉的幾個象徵。我個人認為本書第三部中所描述的十位沙遊個案的治療歷程是本書最重要的部分。惟有藉著研究許許多多的沙遊歷程，一個人才能有最豐富的學習。

我在本書中所表達的想法與思緒並非唯一的答案。企盼藉由本書能激勵讀者們將沙遊療法的實務工作帶入更高深的層次。

Preface (英文原序)

I was delighted to learn from Grace Hong that a translation of my book with Barbara McCoard is to be published in Taiwan. I hope it will contribute to the expanding interest in Sandplay Therapy.

This book grew out of my need to gather together notes based on my reading, my listening, my use of sandplay with many clients, my thoughts gleaned while leading consultation groups, and my “during the night” ideas and questions that needed to be addressed seriously. Barbara McCoard helped in the gathering together of these data and editing them and making them into a book. I learned while writing the book and I hope others learn while reading it.

Many of the chapters are short. One chapter covers only a half page. Although we placed the chapters in the order that we thought might be most useful to the reader, they need not be read in this sequence. A reader may choose to start with chapters 13 “How I do it”, 18 “Understanding and interpretation”, and 19 “Levels, stages, sequences and themes.” Or a reader may want to read first about one or more symbols in Part II. I think Part III which follows the sandplay processes of ten sand players is the most important part of the book. It is through studying numerous sandplay processes that one learns the most.

The thoughts and ideas I have put forth are not final answers. I hope they will stimulate readers to carry the practice of sandplay to higher levels.

非語言心靈療法——沙遊治療理論、象徵與案例

沙遊治療是容格學派分析師及其他心理治療師有興趣的一種發展領域。Kay Bradway 及 McCoard Bardara 所合著的《非語言心靈療法——沙遊治療理論、象徵與案例》除了簡介沙遊治療，同時也為原來使用此治療形式的人添加許多延伸的新內容。基於作者本身深厚的臨床工作基礎，本書廣泛的對成人及兒童等個案在沙遊歷程中所使用的物件加以深度探討。這些個案研究廣泛的提供超過九十張的黑白及彩色照片作為參考。另外還有作者在其工作中所研究及搜集的象徵，以及在沙遊治療中使用象徵性概念的探討。

透過清楚的撰寫及確實的理論基礎，本書提供歷史背景來了解沙遊治療，並特別提及建立沙遊治療成為國際性治療的過程，內文則對沙遊治療於實務工作中如何執行加以討論。

Kay Bradway 及 McCoard Bardara 在此主題中呈現個人豐富的臨床及研討工作經驗，他們強調透過沙遊治療所產生的療癒性潛能，並反思能讓心靈大部分於靜寂狀態運作的心理治療本質。

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。Barbara McCoard 是私人執業的容格學派精神科醫師，也是《沙遊治療期刊》（*The Journal of Sandplay Therapy*）的諮詢編輯。

序

這是一本關於療癒歷程的書，更具體的說，這是一本關於 Kay Bradway 發現沙遊治療法能含納與促進案主療癒歷程的書。在強調個人療癒與成長中個體化歷程（individuation process）重要性的人文學派心理學眾多書籍中，是什麼因素讓這一本書與眾不同呢？原因在於它並非僅聚焦於感覺而已——感覺是需要以尊重、同理、非論斷式的態度予以傾聽，以達更佳自我表達目的，本書更是在於闡釋自發性呈現的圖像給予療癒的歷程以——既具象又象徵性的質素。Bradway 博士強調容格學派的理論，因為當她在描述生命能量的流動時（心理學家們將此稱之為歷程），她信任圖像一如信任情感。但她與大多數容格學派分析師所不同的是，Bradway 博士不像原型意象的詮釋者那般致力於發展對潛意識圖像有效的詮釋法，反而是尊重並守住出現於沙盤中的圖像，這是案主由豐富的小物件中挑選出來足以表現其情感狀態的圖像；她以最少的評論讓圖像自己盡情的對案主與對她（治療師）表達其自身。似乎她最在意的就是要尊重在沙盤中僅有的圖像而非他物的事實，因此成為藉由沙遊治療尋求心靈意義方向者的部分命運。雖然呈現的圖像可作為診斷方法，或是作為進入不同創造性治療方式的跳板，但是就如 Bradway 博士與 McCoard 博士在其「回顧」的章節中所說，其所有的技術乃是一種「欣賞」的方法，也就是她這種對於他人的象徵式歷程的罕見欣賞能力賦予此書獨具的價值。

深度心理學在其應用於治療滿百年之際已經邁入新的紀元，此一紀元可稱為是尊重本我選擇的年代，案主面向著物件櫃，透過挑選、擺放物件，將自我客體的抽象意象給予實體的意涵，透過這些物件，

如烏龜、橋樑、巫婆或是水井、或是動物在由手所挖掘的水池飲水等，所告訴我們的都是本我的必要增加物。Bradway 和 McCoard 撰寫的方式仿似在我們這一行中向來知曉此一事實，而自體心理學為了要讓那習於將象徵性的選擇視為是防禦性、補償性或是神經質式的行為，不具有任何價值而需最精確的揭示的臨床界，懂得此一事實，早已費盡唇舌。Kay Bradway 就和 C. G. Jung 以及 Dora Kalff 一樣，讓象徵性的東西自然發生，我們真的可以感覺到她是多麼樂於向案主學習，這也是為什麼向她學習是如此獲益匪淺了。

Johe Beebe

校閱者註：

C. G. Jung：容格心理分析學派創始人。

Dora Kalff：Kalff 沙遊治療學派創始人。

前 言

貫穿本書的這個「我」是Kay的聲音，Barbara則致力於釐清與雅緻言詞的表達，她做的是幕後工作——提問、評論、重整與修改、改寫段落與潤飾語句。這個「我」樂於承認若非通力合作，本書是不可能完成的，我們共同承擔完成本書的責任。

先談「過去」與「現在」的不同吧！諸位不難發現我有時會自相矛盾，的確，我現在看待沙遊的觀點，是不同於我在一九六〇年代間向Dora Kalff學習沙遊以及開始運用它的時期。起初我使用沙遊作為我對兒童診斷評估的一部分，後來當我開始在治療中使用沙遊時，我所說的話比現在還多，就如同我在做言語性的治療一般；在沙景完成以後我會對使用的物件加以詢問並表示看法，就像我在做夢的分析一般；我當時和案主一同回顧沙景的時間比現在提早許多，通常是在歷程尚未完成以前就開始回顧了；過去我也詮釋得比較多。我儘可能地修改我過去所寫的文章以符合我近期的看法——是我希望在使用沙遊時更有助益的方法，當然不盡皆如此，我確知自己仍會繼續改變，我也如此期盼。這意味著每當我回顧自己的言論時，我會不斷的增刪與修正，我的想法與建議還不斷地在發展，我們仍要從自身的經驗中以及從彼此身上來學習。

另外有關早期使用沙遊的問題，在本書中所討論到的某些第一盤沙景是以紅色四方形且無藍邊的沙箱所完成，後來我才知道那不是Dora Kalff的公定尺寸，所以我再改成與現今使用相仿的沙箱，即19.5×28.5×2.75英吋，沙箱底部為藍色但四周並不是藍色。再後來當我開始使用四周圍也是藍色的沙箱時，我發現如此一來更易於呈現三度空

間的質感。

當我開始運用沙遊時，很慶幸地能使用舊金山容格學院的沙遊室以及其中所蒐集的物件。當我更進一步地投入沙遊時，就開始蒐集自己的物件。我發現讓案主使用治療師所親自挑選的物件真的是有所不同。

因礙於篇幅所以我在本書中所能呈現的圖片有限，但我藉由文字描述來重現沙景的樣貌。以此替代方式而無須將案例完全刪去，因此我可以在書中將其他案例的沙景圖做完整的呈現。書中第三部分所列舉的某些案例已在我其他著作中做過詳盡的解析並附有更完整的圖片，其出處可參閱誌謝以及參考書目。此外，在不同的章節中可能會使用到同一張沙景圖，所以我們在討論某個特定案例時就會引用先前章節中的圖片，像是 Jim 和 Ursula 的案例就是如此。

彩色製版使得沙景圖的印刷效果更令人滿意，但是也使得照片不能與文字並列，而需要以插頁方式編排。但我們期盼，也相信此做法雖會使得讀者在閱讀上需要略做調整，但應會贊許出版社願意在書中納入如此大量的圖片，堪稱是截至目前所出版的沙遊叢書中圖片最豐富的一本書。

誌謝

每位作者都期望能在最後向幫助他（她）完成著作的人誌謝，但顯然我不可能向所有支持過及給我想法我的人誌謝。有時談話中一句話的貢獻就如同系列演講那麼多。

第一個我要致上深摯謝意的人是我的沙遊治療老師兼好友——Dora Kalff，不僅要謝謝她的言語，同時也是她對我工作所表現出的態度。她一直鼓勵我，當我想要澄清想法時，她尊重我，但也會分享她的智慧與經驗。

為數不少的同事也對我協助甚多，有些直接與本書有關，有些則提供本書使用的資料。雖然知道我無法一一列舉，但我要特別提到幾位。特別感謝的是Estelle Weinrib，她不厭其煩地研究我的沙遊治療照片，也與我分享她的「照片」。我們一有空而在一起時，就會問：「可以看看沙圖嗎？」然後就馬上擺好了幻燈機及銀幕，看看與討論沙圖。我有幸連續幾個暑假在Dora Kalff那兒與國際沙遊治療學會（International Society for Sandplay Therapy, ISST）的創始會員碰面討論沙遊治療過程的幻燈片，深深要感謝的會員除了Estelle外尚有Cecil Burney、Paola Carducci、Kazuhiko Higuchi、Martin Kalff、Hayao Kawai、Kaspar Kiepenheuer、Chonita Larsen、Sigrid Löwen-Seifert、Andreina Navone、Joel Ryce-Menuhin及Yashuhiro Yamanaka等人。

以下列出的同事在許多方面對我都有頗多協助：Kate Amatruda、Ruth Ammann、Nessie Bayley、Ann Bernhardt、Lauren Cunningham、Lucia Chambers、Harriet Friedman、Florence Grossenbacher、John Hood-Williams、June Matthews、Bonnie McLean、Karen Signell、Janet Tat-

um、Barbara Weller。

我十分感謝 Paula Kimbro 慷慨地出版我沙遊治療演講的幾個錄影帶，我也把這些資料納入本書。多次諮詢舊金山 C.G.容格學院的 Michael Flanagin (ARAS) 及 Marianne Morgan (圖書館) 兩人助益於我參考文獻的準備。他們總是那麼樂觀、開朗與愉悅。同時要一併感謝容格學院的獎學金委員會，給我一筆豐厚的獎助金來處理本書的插圖。此外，John Beebe 從一開始我有寫本書的念頭一直到本書完成期間，所提供的溫馨鼓勵。

在本書中，我也使用過去發表過文章的部分或改編的版本。感謝允許我使用修訂資料，出版社：如舊金山 C.G.容格學院的《沙遊治療的橋樑及其超驗經驗》及《沙遊治療研究：超源理論與實務》一書中的兩章，即「透過沙遊治療，一位發展獨特性的女性」（即本書 Ida，見第三十章）及「兒童沙遊世界的發展階段」。《沙遊治療檔案》中的「四十五歲女性的沙遊治療之旅」（即本書的 Ilsa，見第三十一章）。《藝術心理治療》中的「心理治療中的沙遊治療」（即本書的 Irene，見第三十二章）。《沙遊治療期刊》中的「沙遊治療的移情與反移情」（即本書的共移情及 Emmy，見第六章及第三十六章）、「做死前準備的沙遊治療」（即本書的 Debbie，見第三十七章）、「沙遊治療裡的太陽與月亮」、「沙遊治療中的聖門及轉化經驗」及 Daimon Verlag 在《分裂世界的陰影原型檔案》中的「成功關鍵」。

同時也要感謝允許我大量直接引述的出版者，包括：Estelle Weinrib (1983) 的《自我的形象》(*Images of the self*, Boston, MA: Sigo)、Joel Ryce-Menuhin (1992) 的《容格學派沙遊治療：奇妙的心理治療》(*Jungian Sandplay: The Wonderful Therapy*, London: Routledge) 及 Ruth Ammann (1991) 《沙遊治療的癒療與轉化》(*Healing and Transformation in Sandplay*, Chicago: Open Court)。

感謝普林斯頓大學出版社允許我從 Jack Rudloe 的《C.G.容格全

集》引述「烏龜的時光」及 Yasuhiro Yamanaka 先生的國際沙遊治療學會創始會員的照片。

衷心感謝那些與我做沙遊治療的案主們，他們是教導我的老師；也謝謝那些慨允我將他們沙遊治療的資料用在研究和出版上的人，沒有他們的奉獻，絕不可能有本書的出版。他們賦予本書生命，我深深感謝他們每一個人。

最後我要感謝 Brad——我的丈夫，60 年的伴侶，我從事的所有活動裡都有他的鼓勵及支持。他「負責」本書的圖片部分，統整它們並提供各種建議。他的貢獻不止於此，是多方面的，是我不能缺少的。



推薦序

中文版作者序／英文原序

非語言心靈療法——沙遊治療理論、象徵與案例

序

前 言

誌 謝

導 言	1
第一部分 背景與回顧	5
第一章 背景與回顧之簡介／7	
第二章 沙遊治療何以有效？／9	
第三章 沙遊治療的起源／15	
第四章 三位作者對沙遊治療的觀點比較／21	
第五章 容格分析與沙遊治療／35	
第六章 共移情／39	
第七章 羅夏克與羅傑斯／43	
第八章 表達與經驗之對比／45	
第九章 評 價／47	
第十章 沙遊的賞析／49	
第十一章 沙遊治療四要素：自由、保護、同理、信任／51	
第十二章 沙遊治療的語言／53	
第十三章 詮 釋／57	
第十四章 沙遊是為了療癒／61	
第十五章 我如何做沙遊／65	

第十六章	重要的要點／ 69	
第十七章	兒童和成人的沙遊／ 73	
第十八章	了解和詮釋／ 75	
第十九章	層次、階段、順序及主題／ 77	
第二部分	象徵研究	87
第二十章	象徵研究入門／ 89	
第二十一章	烏龜與過渡物件／ 91	
第二十二章	橋樑與超越功能／ 111	
第二十三章	聖門與轉化／ 121	
第二十四章	太陽與月亮／ 129	
第二十五章	Hestia 與 Athena／ 131	
第二十六章	兒童沙遊的發展階段／ 141	
第三部分	個案	149
第二十七章	個案介紹／ 151	
第二十八章	Kathy：沙盤中的自我療癒／ 153	
第二十九章	Jim：男子氣概的發展／ 167	
第三十章	Ida：一個女人在沙遊的個體化過程／ 173	
第三十一章	Ilsa：五盤沙的旅程／ 189	
第三十二章	Irene：從沙遊進入生活／ 199	
第三十三章	Rhoda：往靈性追尋／ 203	
第三十四章	Ursula：十五年間的十盤沙／ 213	
第三十五章	Amy：Amy：感到被困，感到憤怒，感到強壯，感到自由／ 221	
第三十六章	Emmy：共移情／ 237	
第三十七章	Debbie：死亡前的準備／ 247	