



# Sandspiel

Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche (4. Auflage)

朵拉·卡尔夫女士是沙盘游戏疗法的创立者，本书是卡尔夫一生中最为重要的作品。通过九个沙盘游戏案例的呈现，卡尔夫较为系统地阐述了她对沙盘游戏疗法的理论与技术的理解。

# 沙盘游

在心理治疗中的作用

【德文】Dora M. Kalff 著

高璇 译



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位

# Sandspiel

Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche (4.Auflage)

## 沙游在心理治疗中的作用

【瑞士】Dora M. Kalff 著

高璇 译



中国轻工业出版社

R749.055

145

## 图书在版编目 (CIP) 数据

沙游在心理治疗中的作用 / (瑞士) 卡尔夫 (Kalf, D.) 著; 高璇译. —北京: 中国轻工业出版社, 2015.3  
ISBN 978-7-5184-0220-5

I. ①沙… II. ①卡… ②高… III. ①精神疗法—  
案例 IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第308798号

## 版权声明

Original title: Dora M. Kalf: Sandspiel  
Copyright © 4th edition 2000 by Ernst Reinhardt Verlag München/Basel  
Kemnatenstr. 46, 80639 München, Germany  
www.reinhardt-verlag.de  
Chinese (Simplified Characters) Copyright © by China Light Industry Press  
All rights reserved.

总策划: 石 铁  
策划编辑: 阎 兰  
责任编辑: 阎 兰

责任终审: 杜文勇  
责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2015年3月第1版第1次印刷

开 本: 710×1000 1/16 印张: 9.50

字 数: 65千字

书 号: ISBN 978-7-5184-0220-5 定价: 38.00元

著作权合同登记 图字: 01-2014-1285

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65262933

发行电话: 010-65128898 传真: 010-85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: [wangqianedu1998@aliyun.com](mailto:wangqianedu1998@aliyun.com)

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换  
141576Y2X101ZYW

## 推荐序

朵拉·卡尔夫（Dora M. Kalff）女士是沙盘游戏疗法的创立者。《沙盘在心理治疗中的作用》一书是卡尔夫一生中最为重要的作品。通过九个沙盘游戏案例的呈现，作者较为系统地阐述了她对沙盘游戏疗法理论与技术的理解。

“何种形式的沟通媒介对儿童更有吸引力？何种形式的沟通媒介对儿童的心理问题更为有效？对儿童的心理发展更为适宜？”这是众多儿童咨询临床工作者在实践工作中经常感到困扰的问题，正是临床实践中提出的这一问题，促使英国的儿科医生玛格丽特·洛温菲尔德（Margaret Lowenfeld）对世界技术（The World Technique）进行了卓越的探索。卡尔夫受到洛温菲尔德的启发，进而创立了沙盘游戏疗法。现如今，沙盘游戏疗法不仅应用于儿童的心理辅导与咨询工作，而且也广泛应用于成人的心理咨询与分析之中。不仅作为心理咨询与分析的方法，而且作为心理教育的有效形式，沙盘游戏疗法在发展想象力与创造力方面也发挥着重要作用。沙盘游戏疗法已经跨越欧洲与美国，流行于中国与日本等国家和地区，成为一种在世界范围普遍采用的心理咨询与

分析方法。

在沙盘游戏的教学工作之中，有些家长经常提出一个问题：买一套沙盘游戏模具让小朋友自己玩，可以起到治疗的效果吗？其实这个问题背后涉及的是沙盘游戏疗法治愈因素的问题。游戏有时只是游戏。资深沙盘游戏分析师 Eva Pattis 对此问题曾如此回应：如果买一套模具让小朋友自己玩，那沙盘游戏就只是游戏，而非沙盘游戏疗法。沙盘游戏疗法是在分析师所营造的“自由与受保护的空間”中，把沙子、水和沙具运用于系列意象的创建。<sup>i</sup> 分析师与来访者的治疗关系以及“自由与受保护的空間”便是沙盘游戏疗法治愈的关键因素。那么应该如何营造这种我所称之为“沙盘游戏的分析氛围”<sup>ii</sup>呢？卡尔夫在书中为我们亲身示范，让“自由”与“受保护”这对矛盾的因素异常和谐统一地涌现于书中分享的每一个个案之中。

除了“自由与受保护的空間”，意象也是需要我们关注的关键词。沙盘游戏疗法也称为非言语疗法。前任国际沙盘游戏治疗学会主席 Ruth Amman 表示：“情绪和情感被掩藏得越深，就越远离我们的意识记忆和人格主体，我们也越难找到语言去表达它们。”<sup>iii</sup> 马丁·卡尔夫 (Martin Kalf) 表示，然而这却“能够通过沙盘中的游戏性创造得以表达。”<sup>iv</sup> 意象便是其表达“语言”，通过意象的象征性表达，我们接近来访者的无意识内心世界，通过原型意象而理解感受原型。书中所呈现的系列沙盘意象令读者一饱眼福的同时，也可深切的感受意象表达的治疗作用。

沙盘游戏疗法以荣格分析心理学为理论基础，系列沙盘游戏过程反映了荣格所描绘的“自性化过程”。而且沙盘游戏意象呈现之后，一般不做即时的解释，延迟解释 (Delayed Interpretation) 也是一个原则。以上正是国际沙盘游戏治疗学会的创始会员 Kay Bradway 所强调的卡尔夫

创立的沙盘游戏疗法与其他使用沙子、水以及模具进行工作的方法的重要区别。’此书的个案呈现了“正宗”的原汁原味的沙盘游戏疗法该如何进行，通过阅读，读者对自己在现实之中遇到的诸多困惑都可能迎刃而解。

2003年我开始学习沙盘游戏疗法，其后一直进行沙盘游戏疗法的研究与实践，卡尔夫的著作一直是我的重要参考资料，每次阅读都有新的感受和体会。原来阅读的是根据德文版本翻译的英文版本，以及根据英文版本翻译而来的中文版本。本次由“万千心理”翻译出版的版本是根据德文版本直接翻译为中文，能够在更大的程度上展现原书的神韵。作为一名沙盘游戏疗法的学习者与实践者，在这静穆欢欣的平安夜，我心怀感恩地记下一点儿我阅读此书的感想，希望更多的读者能够在阅读此书有所获益。

斯人已去，斗转星移。然而精神之火永续相传，我们在切磋琢磨之中，感受人类心灵共通的部分，感受心灵承受的苦难，也感受治愈之美丽奇迹。

蔡成后

国际分析心理学会（IAAP）候选分析师  
国际沙盘游戏治疗学会（ISST）候选分析师

## 参考文献

- i 取自国际沙盘游戏治疗学会官网：<http://www.isst-society.com/homeng.php>
- ii 蔡成后. 沙盘游戏的核心要素：分析氛围. 第21届IFP世界心理治疗大会分组报告，2014，05，上海
- iii Ruth Ammann (Translated by Wolf-Dieter Peter Rainer). Healing and

- Transformation in Sandplay. Chicago: Open Court Publishing Company, 1991. 2
- iv Martin Kalf. Twenty-one Points to be Considered in the Interpretation of A Sandplay. Journal of Sandplay Therapy , Volume 16, Number 1, 2007.52
- v Kay Bradway. What is Sandplay? Journal of Sandplay Therapy, Volume 15, Number 2, 2006.7

# 目录

推荐序	I
引言	001
克里斯托弗	
——克服恐惧症	018
吉姆	
——学习障碍的治愈	034
丹妮	
——从对母亲过度的依恋中走出	049
克里斯蒂安	
——克服遗尿症(尿床)	057
詹姆斯	
——和外倾母亲认同导致的本能封闭	064
达达	
——克服语言障碍	083
玛琳娜	
——一个被领养的孩子阅读障碍的背后	096
23岁的女孩	
——建设过于弱小的自我	111
年轻男子	
——一个脸红案例的宗教背景	120



后记.....	129
文献列表.....	131
跋.....	134

## 引言

在我与儿童和青少年进行治疗工作的过程中，我越来越清晰地看到，荣格在整合原则下所描述的人格趋中心化（zentrierung）动力，在儿童发展中时刻体现着。在这里我将通过几则案例的发展来阐述这些。在此之前我还需要做一些说明。

我的观察发现，自性从出生起就引领着个体的心理发展进程，心理学至今的理论经验中也有这样的描述。荣格是这样定义自性的：自性是意识和潜意识的总和。诺伊曼（Erich Neumann）指出，人类是作为一个整体降生的，这个整体最开始暂存在母亲的自性中。所有婴儿的需求都依赖于生身母亲，它唤醒母性，在其饥饿时哺乳，在其寒冷时温暖它。这一阶段我们称之为“母子一体”<sup>\*</sup>，在此阶段中，孩子通过母亲的爱获得天然的安全感和被保护感。

1岁左右，孩子的自性，也就是儿童作为整体的中心，开始从母亲的自性中分离。在这个时期，儿童的安全感，越来越多的通过与温柔母亲的关系来获得。同时，信任关系又在安全感中得以滋养。

---

\* 也有“母子统一体”和“母子共生体”的译法。——译者注

从第二阶段中形成的安全感是第三阶段的基础。第三阶段大约开始于2岁末或3岁初。在这个阶段，自性的中心开始在儿童的潜意识里扎根，并通过一些代表整体性的象征符号显现出来。

千年以来，不同时代、不同文化中的儿童都通过绘画、游戏等方式用象征性的符号语言表达着他们的整体性。成人有时也有意识或无意识的进行这样的表达。在这些象征符号中，最重要的是圆形和正方形。荣格认为，圆形象征着“完美，或者完美的事物。它是通用的天空、太阳和上帝的象征，也是人类和灵魂的原始图像”（图1，2，3，4）。根据我的观察，正方形则通常出现在整体性完成前的准备阶段。我观察到，在心理发展过程中，四方形比圆形出现的早，或者是和圆形符号关联着出现（图5，6，7）。

前几年我在旧金山有幸参观了凯洛格（Rhoda Kellogg）的收藏品，这是她在一所幼儿园当主管时，用很多年时间收集来的上千幅儿童绘画作品，儿童年龄都在2—4岁之间。这些美好的作品再一次印证了我的见解。它们中的绝大部分都出现了代表整体性的象征符号。

不仅仅是绘画中有这些符号，在儿童的其他表达方式中也会出现。一个3岁的小男孩有一天这样问我：“如果地球真的是一个球形，而上帝又能看到所有人，那上帝是一个圆圈吗？”他画的每一幅画，都会在最上方画上一条蓝色的线，从纸的一头画到另一头。我问他这条线代表什么意思，他说，这就是亲爱的上帝。这条线属于一个巨大的圆圈，它只是圆圈上极其微小的一部分，这就是他对上帝的想象。

还有一个年龄相仿的小男孩。有一次，他在我的大三角钢琴上发现了一些锡制的小人，他把它们摆成非常圆的一个圈。然后他出去了一会儿，回来时把一个小小的白色瓷鸽子，放在了钢琴上的一个相框后面。我问他为什么要把鸽子藏起来，他说：“我们也看不到上帝啊。”

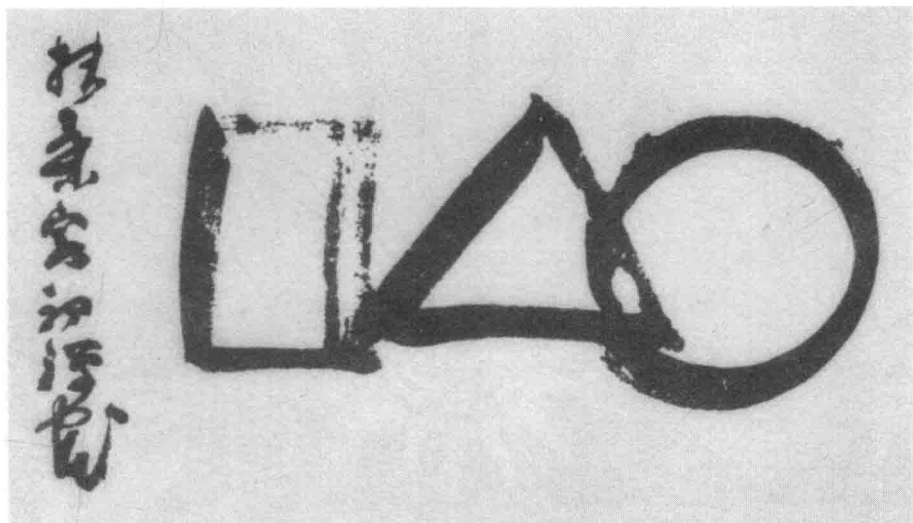


图1 圆、三角和正方形：宇宙的原始形状，《禅的世界》，N. W. 罗斯，纽约，1960



图2 一个11岁男孩的沙盘“沙中的圆圈”

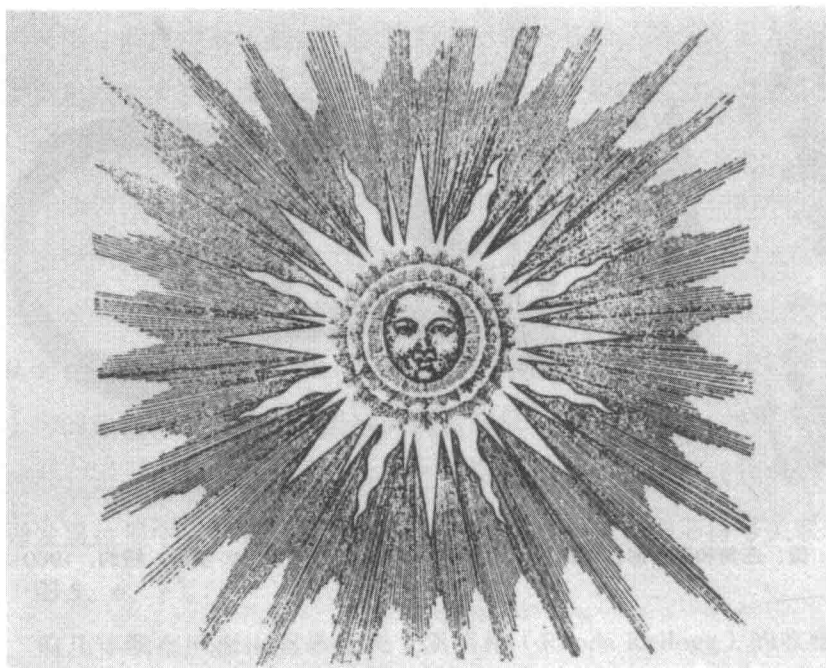


图3 荣格《转化的象征》中，太阳作为上帝的图像，沃尔特出版社，1973

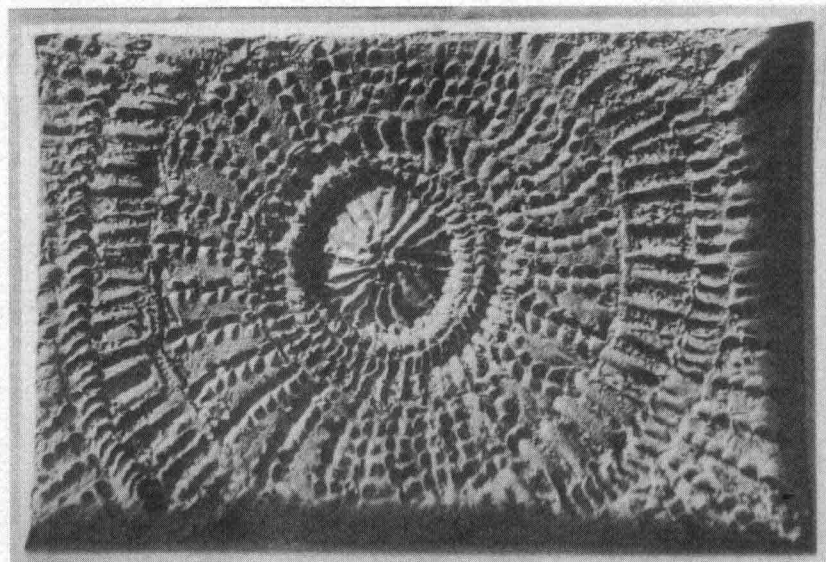


图4 一个15岁男孩的沙盘“太阳”

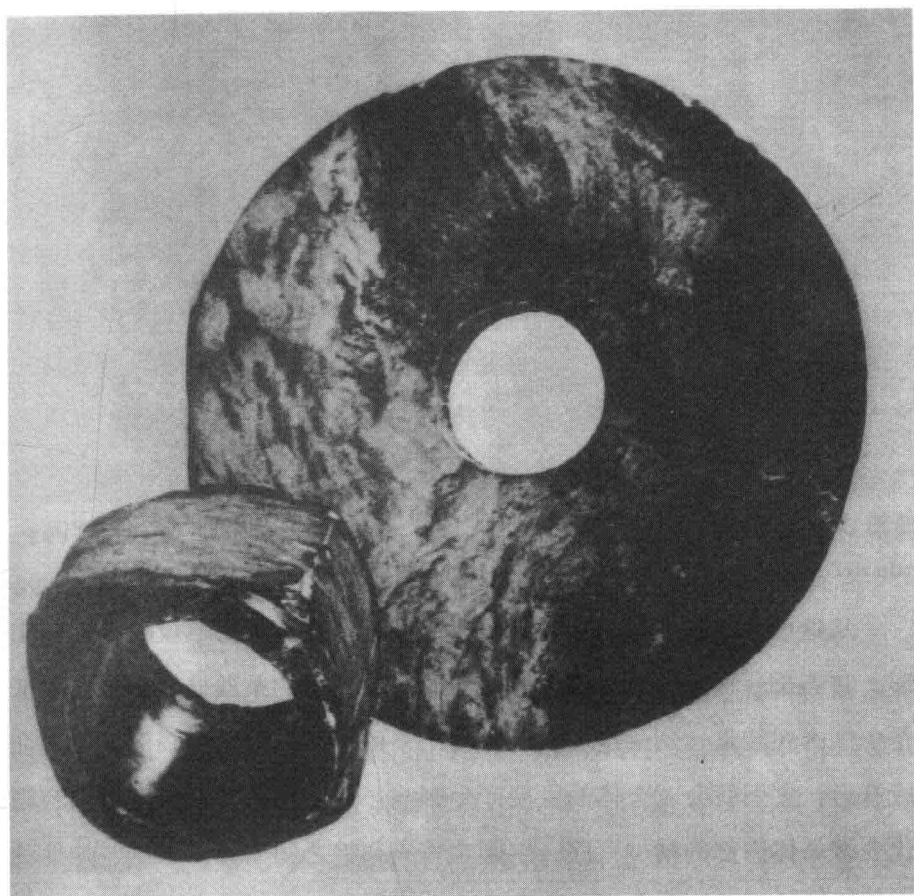


图5 中国关于天圆地方的象征，周朝，中国艺术品，马更些，1966



图6 一个3岁儿童的绘画，凯洛格（Rhoda Kellogg）的收藏品

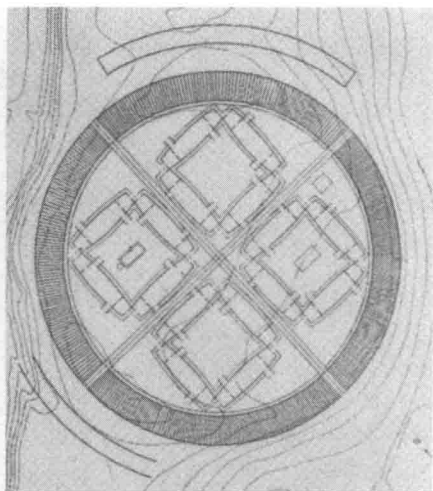


图7 维京时期居民区，考古挖掘，丹麦，丹麦民族博物馆出版品

从这些表述中我们看到象征符号的神性意义。圆形不仅仅是几何图形，它还是一种象征，它让个体内心的一些无形的东西显现出来。象征是个体内在能量达到一定程度时显现出来的画面，当这些画面从无形变成有形，它们就会对个体的发展产生影响。象征中的神性或宗教内容则代表着个体内部的精神秩序，它影响着人和神之间的关系。这些神性的内容能够给予个体安全感，从而保障了人格的发展。

我认为，自性的显现是人格发展过程中最为重要的时刻。

在心理治疗工作中我们能够看到，只有当自性，通过梦境或者沙盘的象征语言显现之后，自我才能在此基础上健康发展。在我看来，自性的呈现是人格能够得以发展和强化的保证。

反之，当个体的自我发展非常虚弱或者呈现神经症性时，我们可以推论，个体的自性由于母性安全感的缺失而没能呈现；或者，由于战争、疾病等重要的外部因素导致了自性被破坏。所以，在我的治疗工作中，我给自己的首要任务是，在治疗关系中为孩子创造一个自由且受保

护的空间。要在治疗情境下创造出自由空间，治疗师必须要完全接纳孩子，并且像这个孩子一样投入的参与到眼前将要发生的每一个事件中。当孩子感受到，不管在他绝望时还是快乐时，都不再是独自一人，他就会觉得这个外部环境是即自由又安全的。这样的一种信任关系非常重要，因为它重新建构了儿童发展的第一阶段，也就是母子一体阶段。只有通过这个阶段，个体的心理发展才能够得到内部休养，并从中滋养出人格发展、智商发展以及心灵发展所必需的力量。

这时，治疗师的任务是要辨别这些力量，并如同宝藏的守护人一般，守护着这些力量的发展。对孩子来说，“守护”不仅仅意味着守护空间和自由，也代表着对边界的守护。与个体相匹配的界限是非常重要的，因为当能量变得漫无边界，它是没有办法发生转化的，只有在个体的边界当中，这些能量才能完成个体自身所需要的正向转化。

一位生活于十七世纪的神秘主义者及牧师，格哈德·特斯提根（Gerhard Tersteegen）奉行这样的原则：“和心灵打交道的人，必须像一个小孩的保姆一样，她以牵引绳守护着小孩，但仅仅用于让孩子免于危险和跌倒，至于孩子要去向哪里，则由他自由选择。”其实他也说出了这样一个事实：对于心理治疗来说，并没有一个单一明确的理论，我们必须发现每个人的独一无二之处，让其个性的智慧来引领个体的自由发展。

裴斯泰洛奇在他的《葛笃德怎样教育他的子女》一书中所追求的目标，正是这里所说的“在治疗师保护下的发展”：“通过母亲的爱，达成内在的统一，并从中找到通往神性的道路。”

根据我的经验，只有当孩子获得足够的安全感时，其健康的自我才能形成。如果在儿童2—3岁之间，没有观察到自性的象征性显现，那么他的自我就会非常弱小。但是在大部分案例中，童年所缺失的自性的



象征性呈现，可以在之后的人生阶段中通过治疗达到一定程度的补偿。

荣格在其《心理学与宗教：东方与西方》的“象征的意义”一章中（荣格全集第十一卷，第208页）提到非常重要的一点：“那些指向整体性的象征符号需要被治疗师正确的理解，因为这些象征符号正是能够解除神经症性分裂症状的最佳药物。它们把潜意识中的心灵和姿态引向意识层面，从而带来释放和治愈的效果。它们也是集体无意识的再现，从古至今，它们使意识与潜意识的必要连接成为可能。这种融合是无法通过理智、理性的层面达成的，因为本能本身会反抗，理智和道德也会阻拦。这种导致神经症性分裂的对立面，只能通过象征符号来进行整合。”

这一点巴赫芬（Bachofen）在他一篇关于原始宗教的文章也提到过：“这就是象征符号的伟大之处，它允许和促进各种不同层级的诠释，并引领真实的心理活动迈向更高的精神秩序。”象征符号是一种图像化语言，它包含着超越意识的内容，指向上帝所赋予的人类自然的永恒力量。当这种自然力量被认识或经历，人们就会体验到自己身而为人的尊严感。

象征符号在沙游治疗中扮演着非常重要的角色。我在洛温菲尔德（Lowenfeld）的沙游基础上进行了扩展。我使用了一个大号下固定的沙盘（57cm×72cm×7cm），将游戏者的想象力限制在这一大小的同时，也提供了保护和秩序的元素。

孩子们从上百件小物件中选择出一些，做出一个三维立体的沙盘画面，我通过这些图像来理解孩子的心理状态。那些尚在潜意识中的问题如同一幕戏剧，上演在沙盘之中。内心世界的冲突被转换到外部，变得清晰可见起来。这个充满想象力的游戏影响着儿童的潜意识动力，也继而给其心理状态带来影响。

分析师要对整个沙盘中出现的一系列象征，也就是沙盘中所浮现出