

# A Case Study on Sandplay Therapy for a Child with Behavioral Problems

Zhao Zhang, Yuying Chen, Xianhua Liu\*

College of Education Science, Hengyang Normal University, Hengyang Hunan  
Email: \*510865100@qq.com

Received: Sep. 1<sup>st</sup>, 2018; accepted: Sep. 18<sup>th</sup>, 2018; published: Sep. 25<sup>th</sup>, 2018

---

## Abstract

**Objective:** To investigate the efficacy of sandplay therapy for children with behavioral problems. **Method:** A child with learning disability and kleptomania received a 7-session individual sandplay therapy during two months. **Result:** The child felt satisfied, his inner world was integrated and learning behavior improved. **Conclusion:** Sandplay therapy has a good effect on children's behavioral problems.

## Keywords

Sandplay, Child with Behavioral Problem, Case Study

---

# 一例行为问题儿童的沙盘游戏咨询案例分析

张 照, 陈钰滢, 刘衔华\*

衡阳师范学院教育科学学院, 湖南 衡阳  
Email: \*510865100@qq.com

收稿日期: 2018年9月1日; 录用日期: 2018年9月18日; 发布日期: 2018年9月25日

---

## 摘 要

**目的:** 了解沙盘游戏治疗行为问题儿童的效果。 **方法:** 对1名具有学习不良和偷窃行为问题儿童进行了2个月共7次个体沙盘游戏治疗。 **结果:** 来访者情感得到满足、内心得到整合并且学习不良行为得到改善。 **结论:** 沙盘游戏疗法对儿童行为问题有一定的治疗效果。

---

\*通讯作者。

## 关键词

沙盘游戏, 行为问题儿童, 个案法

Copyright © 2018 by authors and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

我国学者普遍认为儿童行为问题通常是指在严重程度和持续时间上都超过了相应年龄所允许的正常范围的异常行为(谷平, 章小雷, 黄钢, 马红霞, 陈毅怡, 2015)。并且那些有行为问题的儿童倾向于通过行为表达冲突, 如攻击性行为、多动、注意力不集中、撒谎和偷窃等(Han, Lee, & Suh, 2017)。近年来, 多项研究结果表明, 行为问题儿童人数约占儿童总数的 10%左右, 且有不断上升的趋势。而且行为问题越早治疗效果越好, 代价越小。因此, 行为问题儿童的矫正与治疗已成为了广泛受到家庭学校和社会共同关注的事情(黎婉勤, 2007)。

本研究采用沙盘游戏疗法对一名具有学习问题、撒谎和偷窃行为问题儿童进行心理咨询, 探讨该疗法的咨询效果和过程特征, 为解决儿童行为问题提供新的思路和方法。

## 2. 来访者的基本情况

背景资料: L, 男, 12 岁, 某小学四年级二班, 父母现均在家。但父亲曾被公安局人员逮捕并坐过牢, 具体原因不详; 母亲则成天沉溺于打牌, 对来访者较忽视。爷爷奶奶与来访者家庭关系一般。L 上课不遵守纪律, 经常在教室后面爬来爬去。学习态度不认真, 且经常不做作业。此外, L 还有撒谎、偷窃行为, 甚至有一次被罚站在教师办公室时, 从某老师抽屉里偷了一百元钱, 后来与同伴分享了这件事并且消费了这笔钱, 将购买之物分享给同学, 但事后老师因学生反馈而找他询问时却又不承认此事。

该个案在接受本系列个体沙盘游戏咨询之前还接受过团体沙盘游戏咨询。据其班主任反馈, 接受团体沙盘游戏咨询之后, 该个案行为问题没有得到明显改善, 反而他的性格从较为安静变得较为开放、活跃, 变得“更难管教”, 加之近期的偷窃事件让老师们更为头痛, 所以班主任向沙盘游戏咨询师转达学校老师意见, 希望他单独接受辅导, 以期改掉问题行为。

## 3. 案例分析

从背景资料中我们可以得知, 来访者成长过程中, 照顾者对其较忽视, 使其难以建立起安全的依恋关系。据研究, 这样易导致小孩体验到更多情绪不安定和适应困难, 从而影响其人格发展, 甚至导致青春期和成年后出现问题, 产生较多的内在的和(或)外在的心理行为问题(Han et al., 2017)。而且, 该个案的父亲被抓一事是他内心一个创伤, 这个创伤可能包含恐惧、无助、哀伤还有羞愧等感觉, 这些负性情绪一直没有得到很好的处理, 长期压抑也会导致他的情绪、行为问题。所以, 提供自由、受保护空间的个体沙盘游戏能够满足该个案内心对于稳定、亲密、温柔、积极关注等体验的渴望; 前期的团体沙盘游戏咨询在其老师看来没有效果, 甚至起到了反作用, 让个案变得更“闹腾”、“更难管教”, 原因可能是在沙盘游戏空间里, 来访者体验到了表达愤怒和攻击情绪是安全的, 所以会从较为压抑、被动攻击的状态转变成较为放松和开放的状态, 这其实是一种发展。因为该个案对于沙盘游戏的熟悉, 所以本咨询采

用个体沙盘游戏疗法。又由于条件所限,不方便湿沙操作,所以咨询都是在干沙条件下进行的。

#### 4. 沙盘游戏方案设计

咨询师结合他们学校上课时间,安排个案一周进行一次沙盘,每次 20 至 30 分钟,共 7 次。每次咨询都是让个案自由发挥,选择沙具在沙箱里创作自己的世界。这个过程中,咨询师不给予任何指导,静静等待和陪伴,需要时给予来访者回应,并记录个案的玩具放置顺序和言语、非言语信息,除非来访者坚持要自己收拾沙盘,一般不在来访者面前拆除沙盘(Loue, 2016)。具体咨询步骤如表 1 所示:

#### 5. 咨询过程

##### 5.1. 初始沙盘

图 1 是 L 的第一次沙盘作品,拍摄角度为来访者所坐位置。

从其主题来分析:呈现的是创伤主题里的攻击主题特征(对立的交战双方),表现为现实生活里他的攻击性行为;也有治愈主题里的旅程主题特征(向左行进的火车)和能量主题特征(建筑用车和高吊塔、高大的绿树),这反映了他内在的治愈潜力和能量。

从其沙盘内容来分析:“幻想的世界”说明沙盘内容反映的是非现实的、无意识层面的内容。L 的沙盘表现得和上学期的一样的有秩序,士兵和恐龙一起参加战争,体现了来访者内在依然有强烈的冲突,不过他在努力进行控制和调整;沙盘上所有的黄色建筑用车依然存在,表明来访者内在建设性的能量依然存在,也表明现实世界来访者拥有较好的照顾自我的能力。

##### 5.2. 第二次沙盘

图 2 为 L 的第二次沙盘,拍摄角度为来访者所坐位置。

从主题来看:本次主题同前一次沙盘,双方交战的故事也没变。不过旅程主题特征变成了培育主题特征(可制作食物的液化气灶)和疗愈特征(急救帐篷),也增加了缓和主题特征(交战双方有绿植隔离)。

从沙盘内容来看:液化气灶和急救棚这些象征情感满足和自愈力的玩具出现了,其中液化气灶被置于来访者自己的前方、沙盘的下方,这代表了 L 自我治愈力从个人无意识里开始发生作用;花和树放在了灶的右边,这代表了一种生能量,也象征着女性力量的保护、关怀等作用;沙具士兵放在沙具城堡的下面,这是一种不安、寻求庇护的象征;客运飞机被放在了沙盘上方的壁上,并且朝着沙盘游戏室右边的门口方向,这反映出他内心对这个环境和咨询师的不信任和害怕,是一种随时方便自己逃离危险的象征,可见来访者与咨询师的信任关系依然没有建立起来。

Table 1. Content outline of the sandplay therapy program

表 1. 沙盘游戏咨询步骤

步骤	内容
第一步骤	创造沙盘世界(咨询师静静等待、陪伴,积极关注个案)
第二步骤	体验与重新配置(体验:展现无意识,建立意识与无意识的交流;重新配置:意识对无意识的干预)
第三步骤	讨论(咨询师以好奇、欣赏的姿态听来访者讲述沙盘故事;对话交流)
第四步骤	记录(对沙盘游戏的过程如放玩具的顺序、来访者的讲述予以记录;给作品拍照)
第五步骤	回到现实世界(帮助来访者把沙盘的世界与现实进行连接)
第六步骤	作品处理(保留还是拆除,鼓励来访者表达自我意愿、保持呈现出的意象以及发展来访者处理问题的能力)



Figure 1. The 1st sandtray: Demons rule the world

图 1. 第一次沙盘：幻想的世界



Figure 2. The 2nd sandtray: A world of fantasy

图 2. 第二次沙盘：幻想的世界

### 5.3. 第三次沙盘

图 3 为 L 的第三次沙盘。

从主题来分析：本次沙盘依然充满幻想色彩，不过攻击力量减弱。出现了一个圆形的结构，这是一种生生不息的能量场，是一种整合，属于转化主题特征和治愈主题特征。

从沙盘游戏过程来看：来访者在放置火车这个玩具时，由于车身过长的原因，来访者无法将之整个的放在他想放的位置上，但他却并没有因此而选择把火车放回玩具架或者换个地方放置，而是留下了三截火车放置在轨道上，由此可知这个火车以及它的位置承载了来访者较多的潜意识能量；结合其方向来





**Figure 3.** The 3rd sandtray: A world of magic and wonders  
**图 3.** 第三次沙盘：魔幻的世界

分析，这表达了来访者内心的冲突或者负面情绪想要对外发泄出来，也象征着他即将开始改变自己的旅途、一场面向现实和将来的旅途。

从沙盘内容来看：交战的其中一方势力明显减少，恐龙这一类象征本能的、攻击性的沙具不见了，这表明来访者内心对于环境和咨询师的攻击力下降。

来访者将 6 辆车子放在圆形车轨上，并且车头方向一致，像是一个生生不息的能量场，这象征来访者内在治愈能量的运行，沙盘中的圆形及椭圆形一般象征着自性(Self)，根据荣格理论来理解，自性(Self)是一切心理问题治愈的核心所在，是最具治愈力量的原型(张岷元, 李洁, 冯建国, 刘建新, 高岚, 2014)。被放在急救帐篷里的人物从士兵变成了外星人，客运飞机从沙箱边缘到沙箱里面，这表明了来访者从焦虑不安、防御的状态转变成对内心以及对世界的好奇、探索状态。这次咨询中，来访者与咨询师之间的信任关系才得以建立。

#### 5.4. 第四次沙盘

图 4 为第四次沙盘整体记录；图 5 为其中某一处细节。呈现了创伤场景。

从沙盘游戏过程来看：来访者的沙盘内容的摆放顺序发生变化，是从农家小院开始的。这反映了沙盘内容的核心，是来访者关注的重点；在放置篱笆(2 个)时，来访者因碰倒了插有大树的石榴盆栽，且不易再将其立稳，遂将之放回了玩具架子上。立起的树表达了一种向上的、稳定的力量，而来访者在无法立起这棵树后选择放弃这一沙具，可见来访者的内心有股积极向上的、稳定的力量需要表达，这是他自我力量增强的体现。

从沙盘内容来分析：图 5 可以看到士兵进门抓人，女孩从桥上飞奔回农舍的情景，这可能是来访者父亲被警察抓走的场景的复现，当时情况下来访者所体验到的恐惧和紧张等创伤情绪在本次沙盘得到了释放，这种释放无疑是有利于来访者创伤愈合的。

此次沙盘结束后咨询师从他班主任那获得反馈，L 的授课老师表示他最近变乖了，上课愿意听讲，做作业也较以前积极。咨询师在咨询之前去他教室邀请他来玩游戏时，看到他拿着一本书在进行背诵，这证实了 L 在沙盘游戏里的转变在现实生活中也发生着作用。



**Figure 4.** The 4th sandtray: A world of fantasy

**图 4.** 第四次沙盘：幻想的世界



**Figure 5.** The 4th sandtray detail: The scene of soldiers catching people

**图 5.** 第四次沙盘局部：士兵进门抓人的情景

### 5.5. 第五次沙盘

图 6 为第五次沙盘整体记录；图 7 为沙盘一处细节。

从主题来看：主题发生了变化，有威胁主题特征(蒙面坏蛋会伤人)和忽视主题特征(婴儿车内的婴儿独自一人在一边，没有在保护圈之内)，还有连接主题特征(桥)、诞生主题特征(婴儿)、灵性和变化主题特征(骷髅烟灰缸，担任保护者的角色)等治愈主题。这意味着来访者在尝试改变自己之后，获得了一些全新的体验，可能这让他感觉有些不适应、奇怪。

从沙盘游戏过程来看：细节图里的骷髅，这个沙具是来访者抛掷了三次之后才放好的，且头的朝向是从房子里指向外头，这种随意的行为里又饱含了认真的态度，表达出轻视、嫌弃、害怕、慎重、执着等多种复杂情感。





Figure 6. The 5th sandtray: Strange world  
图 6. 第五次沙盘：奇怪的世界



Figure 7. The 5th sandtray detail: A skeleton  
图 7. 第五次沙盘局部：沙具骷髅

从沙盘内容来看：根据来访者的描述，房门前的骷髅代表一个女性，且被位于左上方的蒙面坏蛋砍了脑袋，这可能源自于他对女性这一角色的负面感受。骷髅，从象征角度而言，是没有血肉的人；被砍了脑袋，也就失去了思考和判断的器官，与行尸走肉类似，不过更干枯、僵硬。若这样的女人照顾孩子，则会给孩子一种冷漠、不温柔、不包容的感觉。但她被蒙面男性砍了脑袋，这又像是受到了“阉割”、惩罚。象征了来访者内心对母亲的不满和报复吧。

骷髅缸(骷髅形状的烟灰缸)和婴儿都放在了靠近咨询师的那一边,且骷髅缸是用来保护好人的,以防其被蒙面坏蛋和他的帮手伤害到。此外,毛泽东这一沙具被置于桥头,用以保护躲在骷髅缸内的人。这里,烟灰缸其实就是一个容器,桥代表“好”的力量之间的联结。根据荣格分析心理学的理解,桥代表着联接与沟通,容器器皿则象征着接纳和承载。由此可知,放在咨询师前面的骷髅缸象征着咨询师所代表的包容、接纳和保护的女性力量,毛泽东象征着权威、保护的男性力量。由此我们能够看到来访者内心女性和男性力量的分化。在来访者看来,女性是充满魔力的、全能的,可以抚养小孩,给孩子包容和给养,也可以冷漠、忽视孩子;男性可以暴力伤害孩子,也可以指导、保护孩子。结合荣格的原型理论来理解,我们可以看到来访者的阿尼玛和阿尼姆斯从单一的恶的、毁灭的力量里发展出了好的、保护的力量。这是一种很大的转变和成长。

### 5.6. 第六次沙盘

图8为L的第六次沙盘。

从主题来看:灵性的内容更多了,有左上角的木乃伊,观世音菩萨等。还出现来了象征个人无意识能量的玩具(加油站)。

从沙盘内容来看:来访者的沙盘内容发生了很大的变化,尤其是出现了一家三口围坐在圆桌旁喝饮料的场景。婴儿成长了,变成了一个小男孩。这表明来访者退行后重新成长了,而且现在内心对家庭有了期待,甚至可能在现实生活中有了全新的家庭体验。这一推测之后从他的班主任那得到了求证:他的爸爸是个辛勤的工人,妈妈也不再像以前那么爱打牌,家务活也做的比以前多,且对来访者的关注也多了些。

### 5.7. 第七次沙盘

图9为L的最后一次沙盘。



Figure 8. The 1st sandtray: A world of magic and wonders

图8. 第六次沙盘: 魔幻的世界





**Figure 9.** The last sandtray  
**图 9.** 最后一次沙盘

从沙盘内容来看：左上角，上次沙盘中放木乃伊和骷髅缸的地方现在被万里长城(也是一个烟灰缸容器)和如来佛代替，充满力量的石狮和恐龙守护着如来佛，前边还立着一个古老的印第安人图腾，唐僧师徒东来取经，有一个小女孩站在了桥上，望着如来佛。这个角落充满着平和、安定、智慧的感觉。根据 Ruth Ammann 的观点，沙盘的左上角代表了更为内在的无意识的方向与力量，与精神追求、想象力和自我开放有关。根据荣格的分析心理学理论，每个人的内在都有一个智慧老人原型，能够给人指引以完成自性化过程。唐僧师徒四人东来取经或许象征着他的意识活动过程——经历一番充满辛苦和磨难的旅程，就能获得人生的大智慧，实现自我。正如经过一系列的沙盘游戏，他面对过矛盾和冲突以及痛苦的情绪，然后经过整合，获得了内在的智慧、力量和平和。相信在以后的现实生活中，他依然可以通过向无意识“取经”获得指引。右上角，熊猫在草地上玩耍，两架梯子可以供它攀爬。因为他是成都人，成都有著名的大熊猫基地，所以，这里熊猫可以象征他自己，梯子象征现实与另一维度之间的连接。而另一维度既可以是他的精神追求，也可以是他的生活理想，这是他通过沙盘游戏而接触到的一个领域。中间的下方，一帮充满力量的奥特曼和超人以及海兽守护着这里的宝石(来访者说它们是天上掉下的宝贝，可以治病、实现愿望)，这是一个典型的曼陀罗形式，表明了来访者的内心得到了整合、创伤得以治愈。因此该个案沙盘咨询到此结束。

## 6. 咨询效果

沙盘咨询结束后，从他老师那获得了反馈，L 现已跟不上同学的学习速度，他的家庭氛围也比以前有较大改善。父亲找了份工作，母亲打牌也较以前收敛，花更多时间照顾来访者。并且，来访者放学后先做作业，后画画(喜欢画画，这个可看成是受智慧老人原型影响的自我疗愈的继续)。因此，本次沙盘治疗效果为良好。

## 7. 沙盘游戏机制

L 本学期的 7 次沙盘经历了问题呈现、问题转化、冲突整合阶段。前 3 次沙盘为初始沙盘，是来访

者试探咨询师态度以及尝试接触无意识阴影的过程；第四次开始，创伤暴露、自我疗愈力量开始运转；最后一次沙盘出现了曼荼罗，标志来访者内心得到整合，导致行为问题的内在根源——恐惧和攻击性情绪得到了很好地释放和处理。

L 的沙盘治疗较为圆满地结束了，其治疗机制为(吴梅荣，章小雷，程华，2010)：

1) 沙盘游戏的自性化作用。沙盘游戏疗法是一种心理分析技术，采用象征性的表达。当人格中的阴影和分裂性力量以曼荼罗的形象呈现在沙盘中时，意识就可以整合创伤里的力量，使破坏性的力量消失(Grubbs, 1995)。而作为内在秩序、内在完整性的自性的展现，是人格发展中的重要一环(Kalff, 2004)。

2) 沙盘游戏疗法的游戏性。该特性使儿童能够自由而自然地表达自己，并从中获得较好的控制感和成就感，这使他们感受到自我创造和自我实现的力量，进而促进其人格的良好发展。

3) 咨询师对来访者的积极关注和共情，与来访者建立了“接纳、安全、信任”的咨询关系。这种建设性的关系为来访者提供另一种看待他自己及其行为的方式，促使来访者更加接纳自身，而这种接纳本身就是人格的进一步发展。

4) 沙盘游戏的桥梁作用。L 行为问题的心理原因是父母对其教养的漠视或粗暴，以及父亲被警察抓走的经历带给他的创伤体验。沙盘游戏帮助 L 将外在的真实性转变成心灵的真实性，在沙盘里得到呈现，使意识连接了无意识，使内在治愈力量得以发挥作用，意识领域得以扩展(Loue, 2016)，自我积极探索改变途径，从而开启自愈进程(罗燕，2014)。

## 基金项目

衡阳师范学院科学基金项目(16A07)；衡阳师范学院应用心理学专业“卓越教师培养计划”实验班项目；湖南省教育科学“十二五”规划重点项目(XJK015AXL001)；湖南省哲学社会科学基金项目(16YBA039)；湖南省社会科学成果评审委员会项目(XSP17YBZC006)。

## 参考文献

- 谷平，章小雷，黄钢，马红霞，陈毅怡(2015). 沙盘游戏疗法在行为问题儿童中的应用. *中国儿童保健杂志*, 23(12), 1281-1283.
- 黎婉勤(2007). 行为问题儿童的成因及家庭教育对策. *琼州学院学报*, (6), 115-116.
- 罗燕(2014). 沙盘游戏疗法对网络游戏成瘾个案的干预. *社会心理科学*, 29(9), 57-61.
- 吴梅荣，章小雷，程华(2010). 沙盘游戏疗法治疗儿童癔症的个案. *广东医学院学报*, 28(3), 287-288.
- 张猷元，李洁，冯建国，刘建新，高岚(2014). 一例重度抑郁症共病躯体化障碍女性患者的沙盘游戏治疗案例分析. *中国临床心理学杂志*, (4), 734-737, 730.
- Grubbs, G. A. (1995). Comparative Analysis of the Sandplay Process of Sexually Abused and Nonclinical Children. *The Arts of Psychotherapy*, 22, 429-446. [https://doi.org/10.1016/0197-4556\(95\)00021-6](https://doi.org/10.1016/0197-4556(95)00021-6)
- Han, Y. J., Lee, Y., & Suh, J. H. (2017). Effects of a Sandplay Therapy program at a Childcare Center on Children with Externalizing Behavioral Problems. *The Arts in Psychotherapy*, 52, 24-31. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2016.09.008>
- Kalff, D. M. (2004). *Sandplay: A Psychotherapeutic Approach to the Psyche* (p. 6). Cloverdale: Temenos Press.
- Loue, S. (2016). Expressive Therapies: Music, Art, and Sandplay (pp. 196-203). In *Encyclopedia of Mental Health* (2nd ed.). <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-397045-9.00185-3>

**知网检索的两种方式：**

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>  
下拉列表框选择：[ISSN]，输入期刊 ISSN：2160-7273，即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>  
左侧“国际文献总库”进入，输入文章标题，即可查询

投稿请点击：<http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱：[ap@hanspub.org](mailto:ap@hanspub.org)