

箱庭疗法改善乡村儿童亲子关系质量 个案研究

高乐乐, 夏青, 吕馨怡

西安欧亚学院人文教育学院, 陕西 西安

收稿日期: 2024年1月5日; 录用日期: 2024年2月22日; 发布日期: 2024年2月29日

摘要

目的: 探讨箱庭疗法对乡村儿童改善亲子关系质量的过程及效果。方法: 对两名亲子亲密度低的乡村儿童进行亲子箱庭疗法, 使用问卷法和访谈法评估干预前后亲子关系质量的变化。结果: 亲子箱庭疗法改善了个案的亲子关系质量。结论: 在箱庭疗法中, 互动和观察可以帮助家长和儿童之间建立更好的沟通渠道, 进而改善彼此之间的亲子关系质量。

关键词

箱庭疗法, 亲子关系, 乡村儿童

A Case Study on Improving the Quality of Parent-Child Relationship of Rural Children with the Sandplay Therapy

Lele Gao, Qing Xia, Xinyi Lv

College of Humanities Education, College of Humanities Education, Xi'an Eurasia University, Xi'an Shaanxi

Received: Jan. 5th, 2024; accepted: Feb. 22nd, 2024; published: Feb. 29th, 2024

Abstract

Objective: To explore the process and effects of sandplay therapy on improving the quality of parent-child relationships in rural children. Methods: Parent-child sandplay therapy was administered to two rural children with low parent-child intimacy, and changes in the quality of parent-child relationships before and after the intervention were assessed using questionnaires and

interviews. Results: Parent-child sandplay therapy improved the quality of parent-child relationships in the cases. Conclusion: Interaction and observation in sandplay therapy can help parents and children to establish better communication channels between them, which in turn improves the quality of parent-child relationship between them.

Keywords

Sandplay Therapy, Parent-Child Relationship, Rural Children

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

亲子关系是以血缘关系和一起生活为基础，父母和孩子之间互相影响并积极作用的过程，是自然关系与社会人际关系的统一，它包括父母和孩子双方在情感与行为上的亲合和冲突(刘晓梅、李康，1995)。作为影响儿童心理健康的因素之一，亲子关系在儿童成长中有很重要的作用。Masten 与 Garmezy 提出：亲子关系是造成儿童发展问题和心理病理问题的最有影响力的因素(Masten & Garmezy, 1985)。国内学者也同样认同此观点，例如钱印霞的研究发现：亲子关系会显著正向影响儿童的心理健康状况(钱印霞, 2015)。由此我们可知，亲子关系的和谐、稳定对于儿童的健康成长发挥着极为重要的作用。而乡村儿童作为一大群体，其家庭很有可能因父母长时间、远距离的外出务工以及教育方式不当，造成亲子关系出现了疏离现象。王鑫、姚兆余对乡村留守儿童的研究也可证明这一点，研究发现留守儿童跟父母在社会交际方面的沟通逐渐淡化(王鑫，姚兆余，2010)。由此，采取手段干预乡村儿童亲子关系的现状是有必要的。

对于亲子关系的干预，国外学者提出了不少的干预方法。主要包括父母效能训练、做合格父母的系统训练、亲子关系提高训练、父母——青少年关系发展训练、行为训练和生活训练等。国内对于亲子关系的干预则更多的停留在实证阶段，主要的干预手段有：观察法、测验法、访谈法、个案访谈法等。有部分学者通过改善亲子沟通来干预亲子关系，如魏然用行动研究的方式改善亲子沟通，结果显示亲子双方转变了沟通态度，改善了沟通技巧，从而融洽了亲子关系(魏然，2005)。

箱庭疗法是指来访者在治疗者的陪伴下，从玩具架上自由挑选玩具，在沙盘里进行自我表现的一种心理疗法(张日昇，2006)。箱庭疗法又被叫做沙盘游戏或者沙盘疗法，在下文中，统一称为箱庭疗法。箱庭疗法起源于欧洲，瑞士分析心理学家多拉·卡尔夫在洛温菲尔德世界技法的基础上，融合了荣格的分析心理学思想及东方传统哲学思想，从而形成了一种通过探索深层内心以促进人格整合的治疗方法。而关于箱庭疗法的理论渊源，一般认为有三个，即东方文化、劳恩菲尔德的世界技法和荣格的分析心理学。但当提及到箱庭疗法的时候，一般认为荣格分析心理学的理论对箱庭疗法的影响最大(张日昇，2006)。

箱庭疗法中的治疗思想结合了许多荣格分析心理学的核心，比如原型、集体无意识等概念。荣格用原型一词来表示集体无意识的内容。他认为，集体无意识中包含着人类进化过程中整个精神性的遗传，注入在我们每个人的内心深处。我们并没有办法直接了解原型，因此，荣格又提出了“原型意象”的概念，他认为这是原型将其自身呈现给意识的主要形式，且集体无意识的内容一旦被觉察，它便以意象的象征形式呈现给意识。各种各样的原型将我们的无意识和意识连接起来，而箱庭是一座沟通意识和无意识的桥梁。在箱庭疗法治疗过程中，来访者通过各式各样的沙具和场景将自己的内心世界展现出来，实

现个体与心灵的对话,将无意识原型意识化,从而解决无意识冲突,使心理问题得以解决(凌笑笑,2015)。

随着箱庭疗法的广泛运用,个体箱庭逐渐发展为团体箱庭,并因其特有的优点被运用于儿童的治疗中。团体箱庭是指两人以上的来访者在陪伴者静默陪伴下,一同在沙箱中完成箱庭作品制作(申荷永,2004)。而亲子箱庭是团体箱庭的一种特殊形式,它融入了家庭疗法、游戏疗法和箱庭疗法三种治疗方法的优势(魏明丽,2012)。对于亲子箱庭的实施,主要有两种方法,可以是父母双方与儿童同时参加,也可以是父母一方与儿童共同参加。箱庭疗法可以为儿童提供“自由与受保护”的空间,相比于其他干预,更容易被儿童所接受。而亲子箱庭同样有此特质,如李洁,赵雨菡以一例活跃退缩幼儿为例,采用亲子箱庭疗法进行干预获得了较好的干预效果。在亲子箱庭过程中,幼儿和母亲运用象征方式参与到自我疗愈中,将难以用语言或者是无意识层面的创伤表达出来,促进了母子之间的沟通和理解(李洁等,2021)。因此本研究推论亲子箱庭对亲子关系的干预有良好的效果,虽然使用箱庭疗法对亲子关系的干预研究基本为零,但目前国内运用箱庭疗法对于儿童的心理问题干预却有很多成功的实践。因此,本研究使用箱庭疗法中亲子协同制作的模式来改善乡村儿童的亲子关系质量,帮助乡村儿童走出这一困境。

2. 研究方法

2.1. 被试筛选

对陕西省某乡村小学的儿童发放由 Buchanan, Maccoby & Dornbush 编制,张锦涛修订的亲子亲密度量表(张锦涛等,2011),筛选出亲子亲密度低的被试,与家长沟通联系后对其进行箱庭治疗。

2.2. 研究工具

2.2.1. 问卷

采用 Buchanan, Maccoby & Dornbush 编制,张锦涛修订的亲子亲密度量表(张锦涛等,2011)。采用该量表评述父子关系与母子关系,共9个项目,采用5点评分,从“1,完全不符合”到“5,非常符合”。采用先前研究的方法,取父子关系和母子关系的平均值作为量表的得分,得分越高,表示亲子关系质量越好(张锦涛等,2011)。该量表在以往研究中的 Cronbach's α 系数为 0.911 (与父亲分量表)和 0.910 (与母亲分量表)。全国常模为 3.32 ± 0.91 ,其中父子关系为 3.23 ± 0.98 ,母子关系为 3.40 ± 0.96 。

2.2.2. 访谈提纲

事先拟订关于亲子关系的访谈提纲,通过和家长和学生的访谈和交流,进一步了解该家庭的亲子关系状况。

2.2.3. 箱庭工具

使用独立的箱庭室,并配备 $72 \times 57 \times 7$ cm 的沙箱和玩具。其沙箱内壁为蓝色,内部装有细沙。玩具包括人物类、动物类、植物类、交通工具类、建筑类、生活用品类、自然元素类、宗教类、武器类及其他。此外,还配备数码相机1部,三脚架1个,录音设备1个,计时器1个、箱庭制作记录表若干。

2.3. 研究程序

在陕西省某一学校发放亲子亲密度量表,筛选出乡村儿童。对筛选出的量表进行 SPSS 数据分析,筛选亲子关系可能出现问题的乡村儿童,并联系儿童的父母一同作为被试进行箱庭治疗。在箱庭治疗之前,签署知情同意后做亲子关系访谈,深入了解该家庭的亲子关系状况。然后对该家庭做箱庭治疗,每周1次,每次50分钟左右。记录箱庭的制作过程并对其过程和最后的作品进行拍照。部分制作过程进行片段摄像。箱庭治疗结束后一周内,再次发放亲子亲密度量表作为后测,并对儿童和家长进行访谈,

从量和质两方面进行实验结果的分析 and 讨论。研究采用 SPSS 统计软件，进行数据分析。

3. 研究结果

3.1. 个案一箱庭疗法过程及分析

Kalff 在 Neumann 关于自我发展理论的基础上，提出了箱庭治疗一般要经历动植物阶段、战争和对立阶段、回归集体三个阶段；Eva Pattis 则将箱庭治疗的过程分为：表达冲突阶段，发展遇到阻碍阶段，回归阶段，能量的释放阶段以及随着能量的释放而出现的前进阶段。根据这些理论，将本研究的自发性箱庭治疗分为以下四个阶段。

3.1.1. 问题呈现阶段(第 1 次)

这个阶段的箱庭作品通常表现为混乱，对立等。来访儿童和其爸爸使用的玩具数量较少，但却形成了一个对峙的局面。一条沟壑将沙盘一分两半，一面是来访家长放的士兵，一面是来访儿童放的大象，可以看出来访儿童与其父亲之间的关系目前属于对立的状态。当来访儿童放完坦克之后，父亲紧跟其上，并创建了一支装备精良的军队，体现出父亲的威严以及不容反对的态度。在与父亲的聊天之中，父亲认为他与孩子是对手，反映出该来访儿童与来访父亲的亲子关系状态并不是很好。个案一第一次箱庭作品见图 1。



Figure 1. Case 1, 1st sandtray
图 1. 个案一第 1 次箱庭作品

3.1.2. 阻碍对立阶段(第 2 次)

这一阶段的箱庭作品以战争的场面为主，更能体现出来访儿童与其父亲之间的矛盾。来访儿童与其父亲使用的玩具数量相比于第一阶段开始明显增多，场面给人的感觉却是混乱且分散的。虽然没有明显的分界线，但还是不难看出箱庭作品依然是对立的状态。玩具数量少的一方依然是儿童，说明来访儿童在这阶段内处于下风。脚踏木板的黄色玩具，一只手指向远方，说明来访儿童渴望着自由。但父亲的威严依然牢牢压制着来访儿童，使得来访儿童不得使用坦克进行斗争。这场战争正在进行，说明来访儿童与来访父亲之间不同的观念正在进行交锋。个案一第 2 次箱庭作品照片见图 2。



Figure 2. Case 1, 2nd sandtray
图 2. 个案一第 2 次箱庭作品

3.1.3. 回归转化阶段(第 3~4 次)

这一阶段在暴露问题的同时，箱庭作品中开始出现灵性或带有蜕变意义的沙具，同时矛盾冲突开始转化为能量，治愈主题开始增多，创伤主题开始减少。虽然该作品当中仍然有攻击类的玩具，但相比于前两次来说，攻击性明显降低。这说明来访儿童与来访父亲间仍然存在着一些问题，但他们愿意因为一些原因做出改变。第四次箱庭作品的中心为相拥的一家三口，来访儿童将其放在沙盘的中心，表现出来访儿童对一家三口可以相拥的场景的向往。而父亲在看到孩子放了该玩具之后，也开始放了象征着蜕变意义的蝴蝶。表示父亲也愿意为了一家三口相拥的玩具做出改变，说明父亲正在进行转化的过程。而在父亲愿意做出改变后，箱庭作品中的树木开始多了起来。树象征着生命力，而亲子关系的改善需要能量进行转化，说明来访儿童和来访家长之间的能量开始流动起来，他们之间的亲子关系正在改变。个案一第 3、4 次箱庭作品见图 3、图 4。



Figure 3. Case 1, 3rd sandtray
图 3. 个案一第 3 次箱庭作品



Figure 4. Case 1, 4th sandtray
图 4. 个案一第 4 次箱庭作品

3.1.4. 整合前进阶段(第 5~7 次)

这一阶段来访儿童与来访父亲之间基本能够处理好生活中遇到的困难，拥有了调整亲子关系之间矛盾的心理能量。这一阶段基本看不出沙盘的分割，来访父亲和来访儿童所完成的作品开始趋向整体、和谐。虽然有在第一次箱庭作品中出现的大象和火箭筒，但这一次这两个玩具的位置却不再是对立面，而是面对着同一方向，象征着共同抵御外敌。这一阶段作品的生活场景类玩具开始逐渐增多，呈现出和谐、融洽的场景，象征着来访父亲正在回归家庭，表达出关爱、支持和理解等积极的情感。在整合前进阶段，父亲开始关注儿童的需求和情感，开始合作和共享，共同探索和解决问题，而来访儿童也更加愿意与家长分享自己的感受和想法。个案一第 5、6、7 次箱庭作品见图 5~7。



Figure 5. Case 1, 5th sandtray
图 5. 个案一第 5 次箱庭作品



Figure 6. Case 1, 6th sandtray
图 6. 个案一第 6 次箱庭作品



Figure 7. Case 1, 7th sandtray
图 7. 个案一第 7 次箱庭作品

3.2. 个案二箱庭疗法过程及分析

3.2.1. 问题呈现阶段(第 1 次)

这个阶段的箱庭作品表现为对立。来访儿童使用玩具少，且与来访母亲的玩具间隔较远，并使用围栏将草坪围起来，说明了来访儿童可能与母亲之间存在着隔阂。在与来访儿童的聊天中，我们得知来访儿童更喜欢外面的世界。这条石子路通往围栏外面，说明来访者内心渴望离开家去寻找更广泛的世界。在第二次的箱庭作品中，来访儿童在上一次摆放家的位置同样摆放了家，但却看到其母亲摆放的玩具之后选择了拆除，并选择了与母亲一样的玩具摆放在了母亲的对面，说明该儿童目前和母亲的关系是对立，有矛盾的。个案二第 1 次箱庭作品见图 8。



Figure 8. Case 2, 1st sandtray
图 8. 个案二第 1 次箱庭作品

3.2.2. 阻碍对立阶段(第 2 次)

这一阶段的箱庭作品以战争场面为主，更直接地体现了来访儿童与其母亲冲突和矛盾。战士往往用来代表攻击性，愤怒等。虽然战争的场面很混乱，但我们可以看出是两支队伍在进行交锋，说明来访儿童与来访家长正在进行着一场无声的争斗。而蝙蝠侠代表着来访儿童，坐着的姿势说明蝙蝠侠处于受伤的状态，说明来访儿童在这场斗争中处在下风。粉色小床是该作品中最亮眼，最温暖的颜色，可以理解到来访儿童内心有自己的坚守，而因为这份坚守，来访儿童对自己的母亲发起战争，说明儿童在愤怒的表达自己的不满。个案二第 2 次箱庭作品见图 9。



Figure 9. Case 2, 2nd sandtray
图 9. 个案二第 2 次箱庭作品

3.2.3. 回归转化阶段(第 3~4 次)

由于之前经历了战争，来访儿童与其母亲开始在这一阶段开始尝试寻找解决问题的途径。这次的场

景为生活场景为主，来访母亲主动放了一个儿童，说明她对来访儿童的重视。而来访儿童旁边放着可乐，薯条等，说明经过斗争之后，儿童获得了一些东西。这些食物代表着成就感，说明尽管上一次的斗争是来访儿童处于下风，但这一次中来访儿童得到了硕果累累。而这次的整个作品围绕着家庭展开，蔬菜，沙发，椅子，体现了来访儿童和来访家长对家的重视，而这些家具的摆放，也说明来访儿童和来访家长正在构建一个新的家。个案二第 3、4 次箱庭作品见图 10、图 11。



Figure 10. Case 2, 3rd sandtray
图 10. 个案二第 3 次箱庭作品



Figure 11. Case 2, 4th sandtray
图 11. 个案二第 4 次箱庭作品

3.2.4. 整合前进阶段(第 5 次)

相比于前几次的箱庭作品，第 5 次的箱庭作品开始整合和聚集，玩具之间的距离也不再相隔甚远了，更像是一个人完成的作品。与第一次来访儿童的石子路相比，这一次是汽车载着儿童驶向外面的世界。

子。个案二还有一个在读幼儿园的妹妹，据母亲所述，该儿童与妹妹关系并不和谐。分别与个案二和个案二的家长进行访谈，得知个案二平时在家里都不怎么说话，缺乏沟通。个案二儿童表示，和爸爸妈妈不经常交流，但与爸爸交流的时间要比与妈妈交流的时间要多。最开心的事情是爸爸带她出去玩，但妈妈的管束让自己觉得很有压力。由此得知该儿童渴望在这段关系中得到自由。与该儿童的妈妈进行交流后得知，该儿童一直由妈妈抚养长大，爸爸一直在外地工作，只是偶尔回来。妈妈表示平时与孩子交流较少，自己的孩子也比较沉默。孩子平时很听话，只是最近开始了“无声的抗议”。由此可知，妈妈在家全职抚养孩子，可能对孩子的管教比较严厉。而爸爸经常不回家，在此情况下，该儿童与爸爸妈妈的亲子关系并不是很好。与个案二进行 8 次箱庭疗法，因妈妈和孩子共同提出提前结束，因此共进行 5 次箱庭疗法。干预结束一周后，再次向妈妈和儿童分别进行访谈。个案二儿童表示妈妈在做决定前开始询问自己的意见了。而妈妈则表示，以前只是觉得孩子话少，但没想到在做箱庭的时候孩子有那么多的话，这才发现是自己与孩子的沟通出现了问题。在箱庭疗法的帮助下，她与孩子之间的交流变多了。亲子亲密度量表显示，个案二的亲子亲密度量表的均值由 2.78 变为 4.3。由此得知，个案二在箱庭疗法的干预下，其亲子关系质量也得到了有效的改善。

4. 讨论

本研究以两例乡村儿童为例，采用箱庭治疗进行干预获得较好的干预效果。个案一和个案二户口所在地均为乡村，其中个案一从小随父母进城务工，而个案二是父亲进城务工，儿童随母亲在老家附近的县城租房上学。个案一代表着进城务工子女，他所面临的问题可能同样也是其他进城务工子女所面临的问题。父母进城务工工作繁忙，因此经常忽略儿童的内心需求，导致家长和儿童的沟通较少，从而导致双方亲子关系出现了裂痕。而个案二虽然母亲在身边陪伴，但却因其母亲严厉的管教和父亲经常性的缺席，导致其亲子关系同样出现了问题。虽然导致个案一和个案二的亲子关系出现问题的原因有所区别，但两者之间的亲子沟通都是处于较少的状态。

箱庭疗法可以帮助儿童和家长进行无意识的沟通，从而解决个案一和个案二缺少沟通的困境。而箱庭疗法提供的安全、自由和受保护的环境，能让父母和孩子以自己的方式表达内心的感受和需求。儿童通过观察家长在箱庭作品中的回应，感受到家长对他们的积极关注；家长观察儿童摆放的作品，能够理解儿童需求。这种观察可以帮助家长 and 儿童之间建立无意识的沟通渠道，进而改善彼此之间的亲子关系。

“母子一体性”即重视来访者和治疗者的关系是箱庭疗法的治疗假设，这种关系对来访儿童和来访家长进行自我应对、自我探索提供了安全的空间，而良好的关系本身对于改善亲子关系质量具有很好的治疗作用。综上所述，在箱庭疗法的过程中，来访儿童和家长共同参与，共同关注，共同回应和无意识表达，建立起了信任和亲密度。同时，在制作箱庭作品的过程中，儿童能够感受到家长的尊重和支持，而家长也能更好地了解到儿童的心理需求和感受。这种通过共同参与的体验，能使亲子关系得到加强，建立更健康，亲密的联系。另外，本研究中也存在着不足之处。在本研究中，个案一和个案二均是由个案与父母中的一方参加，父母并未同时参加，在未来研究中，可以尝试以家庭系统为核心，邀请父母双方与儿童一起进行亲子箱庭，探究父母双方同时参加的亲子箱庭与父母只有一方参加的干预效果是否存在差异。此外，由于乡村儿童的父母工作繁忙、不重视亲子关系等原因导致个案人数较少、次数较少，在未来的研究中应该寻找更多的个案，进而证明箱庭疗法干预亲子关系质量的有效性，同时可以帮助更多的乡村儿童改善亲子关系质量。

5. 结果

本文以低亲子亲密度的乡村儿童作为研究对象，运用箱庭疗法对 2 名乡村儿童进行干预，最终通过

亲子亲密度量表的前后测, 箱庭作品的变化及与乡村儿童和家长的访谈内容三个方面评估干预的效果。亲子亲密度的前后测显示, 个案一和个案二的均值均有所提升, 说明箱庭疗法对两人的干预效果显著。对个案一和个案二的箱庭作品进行分析, 发现个案一和个案二的箱庭作品阶段均由混乱、对立转变为和谐、整合, 也说明了箱庭疗法的有效性。在与儿童和家长的访谈中得知, 个案一因随父母来外地工作原因与其沟通较少, 而长期缺少父母陪伴。个案二母亲虽在身旁, 但母亲对其管束较为严厉。同时父亲常常缺席个案二的成长, 这使得个案不善于表达。个案一和个案二的家长和儿童均在访谈后测中表示亲子沟通困难的情况确实有所好转, 因此, 箱庭疗法对改善亲子关系质量的干预是有效的。

基金项目

陕西省大学生创新训练项目, 项目名称: 让爱回家——箱庭疗法提升乡村儿童亲子关系质量, 项目编号: S202212712031。陕西省基础教育教学改革与发展专项重大课题: 陕西省义务教育阶段随迁子女就学状况调查研究, 项目号: JYTZD2022-04。

参考文献

- 李洁, 赵雨菡, 高岚, 等(2021). 依恋取向的亲子沙盘游戏治疗个案研究: 以一例活跃退缩幼儿为例. *中国临床心理学杂志*, 29(4), 862-868+886.
- 凌笑笑(2015). 低人际信任水平大学生的初始箱庭作品特征及干预研究. 硕士学位论文, 苏州: 苏州大学.
- 钱印霞(2015). 父母教养方式与亲子关系对流动儿童心理健康状况的影响. 硕士学位论文, 湘潭: 湖南科技大学.
- 申荷永(2004). *沙盘游戏: 理论与实践*. 广东高等教育出版社.
- 王鑫, 姚兆余(2010). 农村留守儿童的生活现状与社会工作的介入——以苏北J乡为例. *经济研究导刊*, (24), 42-43.
- 魏明丽(2012). 对不安全依恋幼儿的箱庭治疗. 硕士学位论文, 保定: 河北大学.
- 魏然(2005). 改善初中生亲子沟通状况的研究. 硕士学位论文, 重庆: 西南师范大学.
- 张锦涛, 刘勤学, 邓林园, 等(2011). 青少年亲子关系与网络成瘾: 孤独感的中介作用. *心理发展与教育*, 27(6), 641-647.
- 张日昇(2006). *箱庭疗法*. 人民教育出版社.
- Masten, A. S., & Garmezy, N. (1985). Risk, Vulnerability and Protective Factors in Developmental Psychology. In B. B. Lahey, & A. E. Kazdin (Eds.), *Advances in Clinical Child Psychology* (Vol. 8, pp. 1-52). Plenum.
https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9820-2_1