

# A Case of Intervention of Sandplay for “Spiritual Left-Behind” Children

Yuying Chen, Xianhua Liu, Zhao Zhang\*

College of Education Science, Hengyang Normal University, Hengyang Hunan  
Email: \*603188145@qq.com

Received: Aug. 24<sup>th</sup>, 2018; accepted: Sep. 7<sup>th</sup>, 2018; published: Sep. 17<sup>th</sup>, 2018

---

## Abstract

**Objective:** To explore the intervention effect of sandplay on “spiritual left-behind” child. **Method:** A “spiritual left-behind” child with social withdrawal problem received an individual sandplay intervention with 7 intervention sessions during 2 months. **Result:** After the intervention, the themes’ features of sandplay of the child transformed from empty, injury and neglect to self-cultivation, the child’s personality had been integrated, and her character became more cheerful and willing to self-expression. **Conclusion:** Sandplay in the intervention of mental health problems of “spiritual left-behind” children is effective.

## Keywords

Sandplay, Spiritual Left-Behind, Inner Word

---

# 用沙盘游戏干预一例“精神留守”儿童的案例

陈钰滢, 刘衔华, 张 照\*

衡阳师范学院教育科学学院, 湖南 衡阳  
Email: \*603188145@qq.com

收稿日期: 2018年8月24日; 录用日期: 2018年9月7日; 发布日期: 2018年9月17日

---

## 摘 要

**目的:** 探讨沙盘游戏干预“精神留守”儿童心理健康问题的效果。**方法:** 运用个体沙盘游戏, 对1名具有社会退缩问题的“精神留守”儿童进行了为期2个月共7次干预。**结果:** 干预结束后, 该来访者的沙盘从以空洞、受伤、忽视为主的主题特征转变成以自我培育为主的主题特征, 该来访者人格得到整合, 性

\*通讯作者。

格也变得开朗而乐于表达自我。结论：沙盘疗法对精神留守儿童的心理健康问题具有较好的干预效果。

## 关键词

沙盘游戏, 精神留守, 内心世界

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

留守儿童一般指父母外出务工, 而把孩子留在家中, 交由其他监护人看管甚至独自生活, 或者寄养在其他人家生活的儿童。农村、城市都存在这些儿童[1]。而“精神留守”儿童是指那些与父母生活在一起, 但因为父母长期忙于工作、社交或学习甚至自娱自乐(沉迷于手机、网络等)交由隔代抚养、保姆看管、老师代养、寄宿的儿童[2]; 也包括那些被家长过度保护, 导致物质生活过度满足, 内心却缺乏尊重和自尊感的儿童。

这些儿童与父母之间的关系疏远, 内心封闭、贫瘠, 感觉孤独, 精神上受到“留守”, 城市和农村都有。精神留守会导致一系列的不良后果。因为缺乏关爱和安全感, 孩子们容易体验到沮丧、焦虑、不满、自我谴责、自我否定等负性情绪, 比如: 很多孩子会产生“自己不如爸妈挣的钱重要”, “钱是万能的”, “爸妈是因为我才这么辛苦, 我是爸妈的累赘”等消极自我概念; 这些情绪和认知问题又会导致躯体症状和行为、人际关系问题, 比如偏头痛、失眠、感冒, 以及其他如攻击性、强迫症、焦虑症、敏感脆弱、偏执、压抑、社会退缩等心理问题[3]。若不及时处理这些问题, 将会影响孩子们的成长甚至一生的发展。所以, 重视精神留守儿童的内心世界, 帮助他们健康成长非常重要。

本研究采用个体沙盘游戏对一名有社会退缩行为问题的儿童进行心理干预, 以了解其沙盘特征, 解读其内心世界, 为帮助改善这类儿童心理问题提供解决方法。

## 2. 个案基本情况

R, 女, 4岁, 就读于某幼儿园大班, 平时很安静、被动, 即使在班里被其他小朋友欺负了也不会说出来。家庭经济情况良好, 父亲是某公安局领导, 母亲也是公务员, 工作都较忙, R很少与他们交流。日常由爷爷奶奶照顾, 但与R交流不多。不在学校的时间里基本上都是自己一个人呆着, 安静地玩耍和想自己的事情。

她的班主任希望她变得活泼、开朗一些, 也希望她能积极融入班集体, 并且找到经常被欺负的原因和解决方法, 所以将她交给沙盘游戏咨询师进行干预。

初始印象: 瘦小、安静, 有点紧张, 喜欢思考。

## 3. 个案情况分析

根据老师提供的信息和咨询师的观察, 来访者发育正常, 没有生理疾病, 知情意统一, 排除神经症和精神疾病。平时较安静、被动, 容易被人欺负, 压抑、不与人交流, 学习情况一般, 但没有表现出严重的情绪、行为问题, 所以诊断为一般心理问题。

原因可能是由于缺少陪伴和关爱, 精神留守导致的内心压抑、孤独和空虚, 所以不擅长表达自我及

人际交往。也可能有消极的自我认知,认为自己不被爱、不重要,所以无意识里会表现出一些言行导致“自我实证的预言”——不被喜爱、被欺负。具体情况则还需通过沙盘游戏过程来了解、验证。

## 4. 沙盘游戏方案设计

### 4.1. 相关工具

干预工具:标准干沙盘2个(个体沙盘和团体沙盘,条件有限,不方便设置湿沙盘),内壁涂成蓝色,内分别装三分之一、三分之二的净沙,沙具架上有人物、动物、植物、建筑物和建筑工具、家居用品、各类交通工具和标志物、食品、果实、石头、贝壳等类别玩具。

记录工具:数码相机:对沙盘过程和作品拍照。

沙盘过程记录表:个体沙盘游戏记录表:记录沙盘游戏过程中来访者放置玩具的顺序、名称,来访者的语言和非言语信息,治疗者的感受和反思。

### 4.2. 干预方法

本次治疗采用自发性沙盘游戏疗法对来访者进行心理干预,每周1次。

每次干预的步骤为:治疗前交谈、创作沙盘、体验沙盘、治疗性对话、沙盘作品保存等5个环节。

## 5. 干预过程

从2014年9月10日至2014年11月8日,共8个治疗单元,其中沙盘游戏占7个,最后一个是简短的面谈。根据沙盘游戏作品主题及来访者言行的变化将干预过程分为问题呈现阶段、转化阶段及治愈阶段。

### 5.1. 问题呈现阶段(第1次沙盘)

图1是R的第一次沙盘整体记录,是从咨询师的角度拍摄的,R在右边玩沙盘。

因为初始沙盘意义重大,所以本文作了较详细的分析[4]。玩耍过程中,她将沙具架上所有的椅子,包括木质的、塑料制的,都放到了沙盘里,密密实地围绕在一个圆桌旁,象征着渴望一家人亲密相处,但没有任何人物坐于其上,反映了家庭(家人)给她的感觉是空洞、疏离的;座椅当中有一把木椅缺了两条腿,这是受伤主题里的残缺主题特征,再一次反映了个案内心感觉家庭是残缺不全的、她是被抛弃的。床上躺着白雪公主,反映出个案内心希望自己是公主、能得到宠爱。一般而言,一个人的内心缺什么才会渴望什么,所以这里反映了来访者受到的关爱不足、低自尊。再联想到白雪公主的故事,这里的白雪公主也像是沉睡在重重障碍包围下的城堡里,等待着真爱来唤醒,隐性的表达了封闭的主题特征。没有照顾者,是受伤主题里的忽视主题特征,表达了个案内心受到忽视的感觉。右下角一个桥,但实质上连接不了任何地方或对象,像是一个摆设,象征着渴望沟通但沟通不良。梳妆工具也是象征着个案的低自我认知,自我怀疑,比如:自己不够可爱、漂亮。

后来R一直在寻找“穿西服的男士”,找到一个成熟男士形象的玩具后,因为床的尺寸太小而无法放下,她选择了放回这个玩具。这象征了对父爱的渴望,但是得不到的话,她也能接受,这或许是因为她习惯了当下这种孤独的、被忽视的状态,她能控制好自己的渴求,但这份控制,目前应该是建立于压抑机制上;拿钢琴时,她不小心摔断了这个玩具的脚,于是她马上放回了这个玩具。这是她攻击性的表现,属于被动型攻击,这反映了来访者内心隐藏着愤怒情绪。这个应该也是照顾者和她之间沟通不良导致。

这些都反映了来访者的问题以及解决问题的方向,即问题根源于家人对她的关注度不够、陪伴时间



Figure 1. The 1st sandtray

图 1. 第一次沙盘

少，造成她内心孤独、委屈、受伤和低自尊，向我们展示了精神留守儿童内心世界的样貌；改变的方向在于增加沟通，多给予积极关注，用爱唤醒沉睡的生命力。验证了咨询师关于来访者受欺负的认知原因的推测。

桌子上放着装满了果实的果盘，床的旁边有装满宝石的容器，这些是治愈主题里的能量主题特征。桌椅和果盘放在沙盘的正中间，反映了个案心里最关注、最渴望得到解决的或满足的是家庭方面的陪伴和情感支持、滋养。居中的位置还反映了个案内心需要梳理、整合，并且她自己有整合自我的潜力。靠近咨询师位置的树，从放置角度而言，有保护后面的桌椅、果盘的作用，这里透露出对咨询师的不信任和讨好，可能是移情——对于女性、权威的移情；从象征角度而言，树象征着个案内心的自愈潜能或生命力。以上都是治愈主题里的特征，反映出了来访者的治愈潜能。相信在“自由与受保护”的沙盘游戏空间里，她的这些潜力能够慢慢成长并发挥作用。

## 5.2. 转化阶段(第 2~6 次沙盘)

R 的第 2~第 6 次沙盘游戏呈现出向治愈的转化。

第 2 次沙盘中，R 先摆放了一个同第一次一样的沙盘，然后再换了主题和内容，这种转变在她的身体上通过排便来体现，解了小便后回来就收回了之前所摆放的内容。之后重复用水壶舀沙和“炒饭”活动，象征着内在能量的流动和(自我)母爱的滋养作用，这是自我培育主题的特征；玩沙盘的后半段，R 的动作随意性增强，带有一种大大咧咧的感觉，表明她突破了自己的一层规则和束缚。

第 3 次沙盘，她要求换到了较大的沙盘里玩耍，并且也是分前后两个沙盘。前部分放的是玻璃花、莲花、天鹅等表示美好的东西，面具沙盘；后部分则是重复上次沙盘的后半段活动——煮饭、炒菜，最后只进行煮饭活动，这表明来访者的自愈力开始慢慢释放并滋养自我。

第 4 次沙盘游戏直接使用的大沙盘，过程中挖了很大的一个洞埋宝石、然后挖掘宝石；挖掘出一条“宽宽长长的河”，这些动作表明 R 体验到自己内在的积极品质和能量，否定的自我评价开始转变，不再仅仅依恋于外在的标准、尤其是直接照顾者对她的态度或评价而来认识自我。因此该来访者变得更加敢于表达自己、展现自己。这些意象在现实里的表现是：R 变得比先前开朗了些，虽仍然较安静，但能

感觉到她想表达的欲望，例如，当她经过老师的身边时，会轻拍老师和老师打招呼时。

第 5 次沙盘游戏中，又是先挖出一大块蓝色地面，将沙具架上所有的宝石都拿来放在了挖好的地方，然后用勺子舀沙覆盖它们，最后拿来桌子，使桌子像熨斗一样熨平覆盖宝石的沙面。这里是隐藏和转变的主题特征。走之前还拿了一个盒子装满了沙，并叫咨询师不要倒掉她的沙，她要自己下次来时再倒掉。这是她第一次提出要求，第一次打破沙盘游戏常规，第一次在沙盘室里留下自己的印记，是一个非常大的转变。

第 6 次沙盘里，10 分钟后她主动要求咨询师配合她玩了个找东西的游戏。中间阶段几个沙具是被她抛进沙盘里的。言行明显变得主动而快乐、随性。沙盘快结束时又将沙子和一些食物装进了盒子，并说下次来时自己再倒掉(见图 2)。她可能是想通过此种行为保持住在沙盘里获得的意象的动力，比如自我充实、自我滋养、良性自我概念等。为了加速和稳定来访者的转变，咨询师利用了反移情——被来访者打破规则而产生的焦虑，对来访者说：“如果你下次再忘记了自己留下的事情的话，以后就不让你来玩了哦”。她对此没做出反应。

### 5.3. 治愈阶段(第 7 次沙盘和第 8 次谈话)

仍然来玩了沙盘，水果、彩石在托盘里的沙上排列成一个圆周后又全部倒了出来(见图 3)，像是一个曼荼罗即将形成，却又因为回避而中断——回避与咨询师的意愿冲突。之后又到靠近咨询师的位置来玩沙盘，表达了一种依恋，又像是一种告别。最后提醒还有 5 分钟时，她回答说“马上马上”，并在摆放好花坛上的弹珠后就结束了沙盘。咨询师感觉来访者似乎选择了在一定程度上满足自我的需求后服从一些规则和权威，所以沙盘里呈现出来的是混乱——妥协，其中有拒绝、叛逆，也有洒脱和新生。相信来访者在满足自我与接受现实之间找到了一条折衷之路(见图 4)。这也可能是一部分留守儿童比一般儿童更懂事、更独立的原因。

最后一次去接 R 来沙盘室时，遭到了她的拒绝。这是她第一次明确的拒绝咨询师这个“权威”，咨询师对此表示接受和欣赏。相信咨询师的这一态度能够稳定来访者新生的自我意识和自我力量，即让她



Figure 2. Mission left in the sixth sandtray  
图 2. 第六次沙盘里被留下的任务



Figure 3. The 7th sandtray detail  
图3. 第7次沙盘细节



Figure 4. The 7th sandtray  
图4. 第7次沙盘

明白，她是可以表达自我意愿的，并且表达自我意愿、打破既定规定是安全的。而来访者此时也没有表现出害怕或者生气、委屈，而是牵着同学的手、带着灿烂的笑容与咨询师交谈。因此，咨询师认为来访者已不需要通过沙盘来满足内心渴望、确定自我能量，所以与 R 沟通结束沙盘游戏。

## 6. 咨询效果

咨询师一个星期后再次见到来访者时，她很大声地打招呼：“老师好！”。两个月后向其老师得到的反馈是：“她现在变得很开朗了，在家里也变得喜欢蹦跳和说话了，而且最喜欢对家长说：‘老师说什麼，老师说什麼……’”。

从社会性退缩、常遭欺负的状态转变成活泼开朗，且爱与人交流的状态，本次干预的结果令人满意。

## 7. 作用机制分析

沙盘游戏过程能够将来访者自我的心理冲突或矛盾有意无意地进行释放和整理，进而使情绪得到处

理,自我治愈力得到发挥,从而整合自我[5]。

本次 R 的沙盘治疗较为圆满地结束了,其治疗机制为:第一,沙盘游戏所营造的“自由与受保护”的空间使来访者获得充分的内在体验,以及充分表现和表达的关键条件;第二,治疗师静默的见证、共感理解的态度,从陪伴来访者制作到欣赏来访者的作品、倾听来访者的故事,建立“母子一体性”的治疗关系均为来访者提供了心理支持资源,使来访者主动走出自己的“城堡”,转变了消极的自我概念;第三,R 心理问题的原因是父母对其关爱的缺失、自己情感上的压抑和安全感的缺乏,沙盘帮助 R 将外在的真实性转变成心灵的真实性,使意识接触无意识,探索内在改变途径,从而进入治愈的过程[6]。

## 8. 改善精神留守儿童内心世界状况的相应建议

结合本案例,我们可以看到精神留守儿童内心世界的孤独、焦虑、不安、空虚、压抑、愤怒、怀疑、否定等种种负性情绪。如不及时处理,则可能导致各种各样的身心问题和人际关系问题,长此以往必将影响正常发展。因此,重视精神留守儿童的内心世界,帮助他们健康成长,意义深远。以下将列出三大改善建议:

1) 家庭方面:家庭成员应注重孩子的精神需求,尽量提供给孩子一个温馨的家庭;父母也应改变短期集中关爱、过度补偿等形式,争取更多时间陪伴孩子、关心孩子,提高亲子互动的质量。

2) 学校方面:尊重他们,平等对待他们,不将他们看成问题儿童;积极关注他们[3],挖掘他们的闪光点和潜能,帮他们增强自信心和价值观;多与家长沟通协商,一起分享、学习儿童心理知识,陪伴孩子成长[7]。

3) 社会方面:开展丰富多彩的社区活动,充实精神留守儿童的闲暇时间,排解孤独感,提高他们的社会交际能力与环境适应能力,丰富社会阅历;举办形式多样的亲子互动活动,加强亲子间、家庭间的感情交流与经验互惠;建立定期沟通反馈机制,帮家长及时掌握孩子的动态,以便提供有针对性的帮助和支持。

## 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

- [1] 汪昌权. 精神留守:留守儿童研究的新取向[J]. 内江师范学院学报, 2018(2): 12-17.
- [2] 孙宏艳. 莫让“独二代”成为“精神留守儿童”[J]. 少年儿童研究, 2010(22): 26-28.
- [3] 孔继萌. 城市留守儿童的心理需求及应对措施[J]. 科教文汇(上旬刊), 2015(9): 140-141.
- [4] 蔡宝鸿. 初始沙盘及其临床诊断意义研究[D]. [硕士学位论文]. 广州: 华南师范大学, 2005: 41-45.
- [5] 张雯, 张日昇. 箱庭疗法对强迫症状大学生的治疗过程及有效性研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(1): 111-115.
- [6] 罗燕. 沙盘游戏疗法对网络游戏成瘾个案的干预[J]. 社会心理科学, 2014, 29(9): 57-61.
- [7] 陈志红. 浅谈城市留守儿童的类型、存在问题及教育对策[J]. 教师(下), 2017(36): 96.