

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 走出暗夜：未成年亂倫受害者自我療癒之旅－以沙遊治療為例

Working Through the Traumas: the Journey of Self-healing in Sandplay Therapy for Young Victims of Incest

doi:10.30074/FJMH.200503_18(1).0001

中華心理衛生學刊, 18(1), 2005

Formosa Journal of Mental Health, 18(1), 2005

作者/Author：曾仁美(Ren-Mei Tseng)

頁數/Page：1-23

出版日期/Publication Date：2005/03

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

[http://dx.doi.org/10.30074/FJMH.200503_18\(1\).0001](http://dx.doi.org/10.30074/FJMH.200503_18(1).0001)



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



走出暗夜：未成年亂倫受害者自我療癒之旅——以沙遊治療為例

曾仁美

協助未成年亂倫受害者走出心中的陰霾對諮商及心理治療人員是極具挑戰性的任務，本文以Dora Kalff的沙遊治療理論為基礎，探討兒時連續受親人性侵害三年的少女小喬接受沙遊治療的過程。沙遊治療在案主視野所及的沙盤框架中提供其自由及受保護的空間，案主與治療師的共移情活化案主自我療癒及成長的力量，使其獲得從受害者變為創造者的機會，並藉著自我修復及自我引導的能力安全的釋放受創心靈潛藏的困頓。本文除了探討此治療性的經驗及對案主所使用之物件象徵和方位脈絡加以詮釋之外，亦探討心理治療與社工、學校及家庭共同提供積極保護的相關議題。

關鍵詞：沙遊治療、亂倫、Dora Kalff

曾仁美：彰化師大輔導諮商學系博士候選人
諮商心理師特考及格，現任崑山科技大學幼保系講師
收稿：2004年03月12日；接受：2004年07月21日



序 言

近年來台灣的性侵害案件廣受媒體注意，根據勵馨文教基金會(民87a)依中國時報、聯合報、自由時報的新聞所歸納整理的「1998年100件兒童及青少年性侵害新聞事件分析」發現，在性侵害被害人的統計中，以少女比例最高；而且一半以上曾遭受多次或長期性侵害，多數並同時遭受暴力或恐嚇的威脅。另外加害者為親屬或熟人的佔事件的七成，經常利用兒童或青少年富有同情心、對人不設防，道德、認知及情緒發展尚未成熟，易於擺佈或威嚇的限制，使其加害的意圖輕易得逞，再加上許多家庭受到「家醜不外揚」的中國傳統影響，即使知道兒童或青少年受到傷害也可能選擇不做處理，甚至為受害者冠上莫須有的污名，加深受害者所受到的創傷。少女小喬(化名)的經歷即為家庭中亂倫的典型案列，本文主要探討小喬接受 Kalff 學派沙遊治療的過程，並對實務上的相關議題加以省思及討論。因為筆者即為小喬的心理治療師，為行文方便，以下以「筆者」及「治療師」交替使用。

一、未成年亂倫受害者之協助

一般而言，對未成年亂倫受害者進行心理重建主要的諮商策略是提供個案一個安全一致的環境使其能充份的表達其經驗，並協助其認識及接納受侵害經驗可能引發的行為、反應、感受、想法、回憶或夢境，使其在受支持的治療關係中採取更具功能的行為模式，並表達對自己及他人的憤怒。然而在諮商上經常遇到的瓶頸是即使有遭受身心創傷的事實，但成人經常缺乏適當的字彙來描述他們的感覺，而兒童或青少年則更常沒有能力說出發生在他們身上的事情，因此適當媒介的促發能協助其做更直接的表達，特別是而非口語的情緒議題，相關治療方式如藝術治療、遊戲治療、音樂治療或舞蹈治療等。沙遊治療(sandplay therapy)是兼具表達及經驗功能的治療方式，近年來逐漸被應用於性侵害加害者及倖存者的治療上(Mitchell & Friedman, 1999)。沙遊治療協助受性侵害者以模型物件的擺放取代口談來“說”其創傷經驗，較深的內在心理議題得以更完全及更快速的取得。以下針對沙遊治療做進一步說明。



二、沙遊治療的理論基礎

(一)沙遊治療的理論發展

二十世紀初，一位父親在觀察兩個兒子在地板上玩小物件，他注意到他們如何藉此處理彼此和其他家人之間的問題。1930年代英國的兒童精神科醫師 Margaret Lowenfeld在找尋一種可以協助兒童表達無法表達之事的方法，她想起曾閱讀這位父親與兒子的經驗，因此決定在其診所的遊戲室中放置二個鋅盤，一面裝約佔容積一半的沙，並提供水及其他的小物件讓孩子塑造。Lowenfeld首次提出沙盤(sandtray)可應用於心理治療的說法，1979年她將此方法命名為「世界技法」(The World Technique) (Schaefer & Cangelosi, 1993)。1951年Buhler將Lowenfeld的技術帶至美國，將此技術用於診斷及研究。Dora Kalff發現這個技術不只適用於協助兒童表達恐懼、生氣、以及祕密的想法，而且可以鼓勵個體進行 Jung 所謂的「個體化過程」(individuation process)，所以她以容格學說為基礎，融合Lowenfeld的世界技法及東方禪學的影響，孕育出新的治療技術，稱之為「沙遊治療」(sandplay) (Bradway & McCoard, 1997: 10)。

Kalff認為沙遊能允許兒童去表達原型(archetype)及內在的個人世界，並與孩子外在每天的真實生活加以聯結，而且象徵性的遊戲在意識及無意識之間創造一種溝通，沙子和水就像磁鐵一樣自動地吸引自發性的遊戲，使其自然地投入自我療癒的個體化過程。在此過程中，沙盤在視野所及的有限空間內提供案主必要的保護及安全感，並且充當過去經驗的連結物或提醒物，製造通向痊癒創傷及自我統整之路 (Bradway & McCoard, 1997: 21)。

(二)沙遊治療的設備

Kalff取向的沙遊治療主要設備是兩個約20 × 30 × 3(立方公吋)大小，內部塗成藍色，能防水的沙盤，一個沙盤裝乾沙，一個裝溼沙，另外置備至少三百件以上迷你玩具及物件提供案主選擇，其類別包括世界各種人物、建築物、動物、交通工具、植物、自然界的物件(如貝殼、浮木、石頭、骨頭、蛋)、象徵性的物件(如十字架、墓碑、許願池、藏寶庫)等，每個類別都要有一些不同尺寸、顏色、質地或材料的物

件，而且有吸引力的物件和嫌惡的物件數目相當，使案主能在沙盤小世界中隨心所欲的選取，以建造心中的立體圖樣(Boik & Goodwin, 2000: 38-48)。除此之外，Kalff (2003: 113)認為沙遊治療室還可以準備一些木料、玻璃製品、陶瓷媒材、色紙、黏土、繪畫媒材及其他材料，這些藝術媒材可以啟發兒童發展情緒本質及溝通能力，喚醒兒童的創造能量，並活化受家庭或學校危機所阻礙的內在資源。

(三)沙遊治療的過程

沙遊治療的過程開始於治療師邀請案主進入沙遊治療室(或稱非語言治療室)，治療師向案主介紹沙遊治療的設備，指引其可自由的在沙盤上創作。治療師在精神上參與及目擊整個歷程，在過程中表現真誠接納及關懷的態度，感受對方的感覺，並去瞭解彼此的感受可能相互連結及影響的程度，注意及尊重案主第一次做沙盤的感覺，對於喪失「玩」的能力的案主，治療師會特別注意沙盤對其可能引發害怕或焦慮的感覺。治療師提供案主一個「自由且受保護的空間」，使案主的內在劇本及心理治療潛能自由展現，此部份對建立初期的信任關係非常重要，Kalff認為心理發展的第一階段-母子一體(mother-child unity)可能在此獲得重建，而此心理狀態能建立內在的秩序，並蘊含發展整個人格之理智層面和精神層面的潛能(Kalff, 2003: 7)。在治療過程中治療師與案主的口語互動通常很少，治療師會儘量少用語言，不立即對沙圖主動解釋，也不鼓勵案主解釋，以免干擾無意識的浮現及案主自我療癒和統整的歷程(Bradway & McCoard, 1997: 53)，所以案主可以不受治療師取向的影響而按照自己的方式進行，治療過程中的心靈嚮導是案主自己而非治療師，心理治療的效果多來自於無意識及象徵層次的瞭解及解決。

沙圖完成時，治療師可能邀請案主自由分享對沙圖的感受，但較少問問題或積極請案主解釋。在過程中治療師會為沙盤作品做過程記錄，並於結束時將作品拍照、做成幻片、或速寫等。整個沙遊歷程結束後，治療師會在適合的時機將所有的沙盤作品播放給案主看，從共同回顧及分享中藉由口語觀察的轉換，提供案主一個讓認知元素加入的機會，使其與沙盤中的情感經驗加以整合(Bradway & McCoard, 1997: 114-115)。

Kalff認為在沙盤中自我(ego)呈現的發展會歷經「動物-植物期」(animal-vegetative stage)、「戰鬥期」(the fighting stage)與「適應群體期」(adaptation to the collective)三個階段。第一階段自我的表達主要以動物和植物佔大多數，例如出現史前的動植物、恐龍、提供水及食物給動物等畫面，此階段是案主學習如何積極自我滋養的第一步，而非再被動的仰賴他人所提供的滋養，這也是發展更高層次自我之自主性的一步 (Bradway & McCoard, 1997: 110)。第二階段可能出現反覆戰爭的畫面，第三階段案主已足夠強壯至承擔外來影響與其之間的戰爭，而且有能力掌握它們，最後能承認自己是環境及群體的一份子 (Kalff, 2003: 10)。Bradway & McCoard(1997: 109-114)認為此三階段並非僵固不變的歷程，有些案主會出現跳過某階段的情形，因此此三階段最主要的功能是協助辨識案主的自我發展階段，以更了解案主所呈現出來的圖像。

(四)沙遊治療與象徵

「象徵」(symbols)是沙遊治療中非常重要的概念。任何物體只要被一群人認定其所代表的意義超過它本身所有皆可被稱為「象徵」(Liungman, 1991: 2)，Kalff (2003: 6)認為象徵代表個人內在充滿能量的天生潛能，當它們顯現出來時將持續影響個人的發展。這些超自然或宗教的內容傳達一種精神狀態的內在趨力，給予人內在的安全感及保證，以發展其人格。在沙遊治療中象徵是沙遊治療師最普遍的指引，象徵也是意識與無意識的橋樑，因此治療師可透過對物件象徵的了解進一步覺察案主沒有說出來的訊息。然而象徵極為複雜，象徵是動態而非靜止的，象徵的意義為何受其脈絡決定，因此沙圖象徵性的意義會隨著物件不同位置(location)的擺放，或被不同沙圖所圍繞而改變，而且相同的物件在不同的文化或作品中可能有不同的意義，有時甚至代表兩種對立的特質，很難完全被掌握。因此 Kalff認為在進行沙遊治療之前，沙遊治療師必須了解象徵的客觀物質特性、象徵與個人的連結、宗教傳統、神話、童話故事中如何使用此象徵、容格著作中關於此象徵有何討論等，以代表其曾經經驗某種連結，感受過某種深層的力量，並對某一象徵能做研究和報告 (Weller, 1997)，以增進其對各種物件及沙圖象徵意義的瞭解。

(五)沙圖的延後詮釋或延後回顧

對一些沙遊治療師而言，物件在沙盤中擺放的位置有其意義，例如有些人認為沙盤的上方和右方代表意識，下方和左方代表無意識，Dora Kalff最開始也發現這些方位很有用，但後來選擇捨棄它們，因為她認為整個沙盤都源自於無意識。因此沙圖的詮釋並非只考量物件所在方位，必須同時參考案主所受創傷、沙盤中所呈現的自我發展階段、物件所代表的象徵、物件擺放的順序(sequence)，如第一個擺什麼？負面與正面的物件出現或輪替的狀況？在幾次單元中連續看到什麼情緒變化的順序？幾次單元中重覆出現的主題(themes)為何？治療師與案主在治療中雙方所出現正向和負向的關係感覺(或稱「共移情」(co-transference)等，這些皆為詮釋的變項(Bradway & McCoard, 1997: 61-68)。

值得注意的是治療師解讀沙景、瞭解沙圖是其重要任務，然而「象徵」總是表達許多不為我們所知的事，案主能自然的擺放物件未必代表其當下的意識層次已做好理解及接納的準備，因此治療師對案主沙圖詮釋之時機的判斷必須極為審慎，應避免過早詮釋干擾了沙圖的製作及進行，所以多數的沙遊治療師傾向避免在完成沙圖的當下即為案主做詮釋。Bradway(1997)認為完成歷程至少五年或更久之後才進行回顧比較好，她甚至以「延後回顧」取代「延後詮釋」一詞，因為她認為即使在沙遊治療完成後雙方延後看沙圖，治療師的詮釋雖與案主的洞察同時發生，但詮釋仍應居於次要的位置。她喜歡等到非語言的過程經過時間“修通”了，而且態度及行為有時間追上沙遊治療的歷程時才做回顧，在回顧時彼此相互瞭解在那段期間及歷程中發生了什麼事，那是一種相互知悉，以及相互“啊哈！”或“哇嘯！”的經驗，所以她認為回顧的過程是一種詮釋。

沙遊治療真的以案主的自我療癒能力為基礎，給予心靈的創傷一個自由且受保護的空間，在同理的見證下，自我療癒的歷程因而開始，因此它是療癒的過程經驗，而非理論性的歷程詮釋。以下僅以少女小喬經驗沙遊治療的案例對此歷程做一說明。

三、案例

(一)少女小喬的故事

小喬是國中女生，父母在早年離異，母親(監護人)長期酗酒，功能不彰，因此小喬自小就與其手足經常寄住於外祖父母或不同的親戚家。小學中年級時小喬被一位原本最信任的親戚性侵害，時間長達三年，在這期間她不敢告訴別人，直到一個偶然的機會向家人說出此事，家人並未做處理，並要求小喬忘了這件事，小喬內心十分衝突，自此開始出現許多行為問題，直到學校師長發現才揭發此事。其到醫院就診時的症狀包括：性侵害事件所造成的長期失眠、作惡夢、情緒麻木、經常情緒失控，出現無助、傷心等反應，另外非加害者家人選擇否認與漠視的態度，令其感到強烈的不滿與失落，她無法面對，也無法達成家人希望她遺忘此事的期待，因此出現強烈的罪惡感和自責，使其覺得自己的存在沒價值，對家人的愛感到懷疑，對沒有人可以保護她的安全感到極大的焦慮和擔心，心中不斷有想離家的念頭。

(二)小喬的沙遊治療歷程

回顧與小喬工作的過程共進行十三次治療，完成七盤沙盤，歷時半年，其中前八次為每週會談一次，後來小喬因故無法前來，暫停二個月，之後又繼續四次，最後一次做一個月的追蹤。每次會面由她決定要做沙盤或是與治療師談話。小喬有時會邊做邊說話，或以手把玩著沙和治療師談話。為了顧及小喬的隱私及在沙盤中的自由表達，過程中治療師未錄音或錄影，僅以紙筆做記錄，單元結束將沙圖拍照存檔^{註1}。

以下以單元進行過程依序說明，為方便前後對照及閱讀，本文於案主製作沙盤的單元後加上筆者對沙圖的理解及省思，並非沙圖完成當下對案主所做的詮釋。

單元一：

第一次進入治療室小喬顯得很緊張，對陌生的環境及談話非常警戒，向治療師簡

註1. 接案當時治療者正接受 Dora Kalff 取向的沙遊治療訓練及督導一年多。

要說明其家庭背景及一些感受，例如覺得自己「脾氣變壞了」(S101)，小時候在親戚之間被趕來趕去，覺得自己身世「很可憐」(S102)，母親長期酗酒令其「很沒有安全感」(S103)，治療師注意到她對來談的困擾避而不談，有些感覺想表達好像說不出口，因此決定下一次改用沙遊治療協助她。

單元二：

【過程】此次地點改在沙遊治療室^{註2}，小喬顯得很高興，說「我比較喜歡這邊」(S201)，並立刻投入沙盤的創作。小喬以濕沙創作「花園」(後來又命名為「愛的世界」及「溫暖的世界」)(如圖一所示)。她先在沙盤中加水，將底部一些濕沙從沙盤中挖起，形成一片留白，現出底部的藍色，再用水桶將挖起的濕沙裝滿，倒扣至留白中，形成一個圓柱體立在沙盤的最下方，在圓柱體的底部四周另外用沙堆砌三個支撐的底座，小喬用貝殼、彈珠、彩色的小石頭裝飾圓柱體的四周，並在圓柱體的頂部三個頂點擺放較大的貝殼及寶石，中間那顆為水晶球。另外在沙盤的中間位置放兩棵樹，上方位置隆起的一片沙堆往上依序擺放一棵柏樹、一籃櫻桃、水果、玉米、紅蘿蔔和松果，並在中央的兩旁加上水果和金色珠子。

在沙盤製作的過程，小喬憶起兒時與母親和阿姨在海邊玩的美好時光，同時覺得自己從小缺愛，搬到外婆家後才感受到家庭的溫暖。看到自己第一次的沙盤作品



圖一：第一盤—花園

註2. 第二次治療之後各單元皆在沙遊治療室進行。

表示很滿意，「從小到大第一次玩這麼多玩具，任憑我怎麼玩，以前只有沙，沒有別的」(S202)而且對自己能在無意中完成此創作覺得「很有成就感耶 不會覺得自己沒有想像力」(S203)。

【理解及省思】小喬第一盤的沙圖正好符合 Kalff所稱自我發展之「動物-植物」階段。在第一盤中出現許多原始物件，例如貝殼、石頭、寶石，還有三棵象徵生命長青及內在心理成長力量的松樹和柏樹，另外還有許多象徵滋養的物件，如食物、水果等，在此顯現小喬本身自我滋養的潛能，加上創作沙圖的過程本身即具有滋養的功能，因此小喬在完成作品後感到愉悅、訝異及成就感。在沙圖製作過程中由沙堆成的圓柱體有一角不斷崩下來，小喬重做多次後仍無法改變，最後她選擇接受，改用細心裝飾的方法讓它變得很自然，在此也看到小喬能以彈性面對挑戰的潛力，她自己也因此獲得重新看待自我能力的機會。

單元三：

【過程】此次小喬情緒較為低沈，神情疲憊，一邊摸沙一邊談，談及被侵害的事及非加害者家人不做處理對她的打擊，情緒有點激動，但想到外祖父母年邁，家中經濟不佳，仍需要加害者的援助，心中很矛盾，覺得自己不該恨他們。小喬說：

「每當看到他們還可以和他說說笑笑講電話，讓他自由進出家 我就很生氣 我有被背叛的感覺，心 有一股氣，覺得沒有人支持我，沒有人值得信任，很孤單 這樣的打擊比被強暴還大」(S301)

「他們要我忘掉這些事，不准向別人提起，否則就是生來害他們的」(S302)

「我很懷疑他們是不是真的愛我，我想離開這個家」(S303)

單元四：

【過程】此次小喬心情較為平穩，與治療師互動自然，臉部表情放鬆許多，製做第二盤沙盤—「公園」(如圖二)。小喬在沙盤的最下方佈置盪鞦韆、中間偏左有一座橋，橋旁有個圍圍裙的女性娃娃(沙盤中最大的娃娃)；中央有個翹翹板，上面有兩隻小熊分坐兩端；另有一組有陽傘的休閒座，小喬說：

「有個姐姐推著娃娃車在旁邊，帶四個幼小的弟妹一起玩」(S401)



圖二：第二盤—公園



圖三：第三盤—家

在沙盤的上方有兩個溜滑梯，各有小娃娃及小熊在玩。最上方的兩端各有一棟房子，左側的房子前站著一個男性娃娃。接著小喬很快的製作第三盤—「家」(如圖三)，她將娃娃屋擺在沙盤中，面向公園，房子分二層，二樓右側是嬰兒房，房中有一張嬰兒床，旁邊有嬰兒車及桌椅，桌上擺著牛奶及其他嬰兒食品，地上有玩具，在房間的右下側有一張單人床。二樓左側是主臥室，大床緊鄰著隔壁的嬰兒床，床上放置兩個枕頭，旁邊置有 ??、梳妝台、電視及桌椅等。一樓右側是廚房，廚房用具齊全，中間置有餐桌及椅子。一樓左側是客廳，中間有張大桌子，上面擺滿了食物，桌子四週有四張小椅子，靠右側牆邊另擺有嬰兒車、嬰兒座椅及一張大椅子，左側則有電腦及置物櫃，上方置有收錄音機及相片。小喬說：「他們家很漂亮，但爸媽都外出工作了，姐姐很有耐心，不計較的照顧弟妹，希望弟妹快快長大，家是溫暖的，但沒有人可以幫忙姐姐，只有朋友可以幫忙帶。」(S402)

在此單元中小喬非常投入於房子的佈置，對於自己可以完成感到很有成就感；然而提及家人仍感到生氣，再次提到離家的念頭。

【理解及省思】第二盤出現「母子一體」的主題，姐姐所照顧的育兒車呈現案主的議題—父母離異，未能提供照顧與保護；及其解決之道-承擔起照顧弟妹的責任，代替父職及母職。沙盤頂端有兩個房子，右邊是磚屋，左邊是蕈狀屋，象徵成長及轉化的庇護所，也可能代表父母離異的兩個家庭。穿圍裙的大娃娃站在橋一端的前

面，背後是一個單獨玩盪秋韆的娃娃，在橋的另一端是沙景中大部份的物件，小娃娃們在不同位置玩著溜滑梯、翹翹板等，「橋」象徵與靈性(spiritual)的溝通，橋的兩端可能代表兩個不同的世界，橋另一端要面對及照顧的事物很多，可能對小喬心理上形成沈重的負荷，但也從中看到她被激發的力量，試圖照顧好每個人。行進中的娃娃車象徵提供旅途的能量。第三盤主要物件為一個大房子，此房子看起來非常堅固，從每個房間的設備及擺放位置都可以感受到對嬰兒的照顧無微不至，只是面並沒有人物出現。從小喬細心完整的規畫與陳設，似表達其對一個堅固、安全的家的深切渴望，另一方面她也從沙遊幻想歷程獲得真實家中所缺乏的心靈滋養。

單元五：

【過程】小喬看起來心情不錯，與治療師的關係更自然，主動提及為同學出氣，罵別人髒話洩憤的事，但似希望在治療師面前保持好形象，談的過程刻意避免說出髒話。製作第四盤沙盤—「喜怒哀樂」(如圖四)。小喬利用濕沙將沙盤的下半部靠近自己的部份挖空，另外作出四個圓形的臉部表情，右上方是「喜」，用寶石製作眼睛和鼻子，嘴巴部份是個大微笑；右下方是「怒」，用彈珠製作眼睛和鼻子，沙作的眉毛豎起來，兩邊嘴角下垂，怒視狀；左上方是「哀」，以紅色小石頭做眼睛和鼻子，兩邊嘴角仍是下垂，但眉毛較平緩，不太高興的神情；左下方是「樂」，以棕黑色龍眼子做眼睛和鼻子，彎月眉，以及圓形的嘴巴。沙圖完成小喬說：「(指著喜)能發洩情緒覺得很高興；(指著怒)別人不能站在我這邊時我就會覺得很憤怒；(指著哀)覺得自己很悲哀、很可憐；(指著樂)不過其實平常的自己是快樂的。」(S501)



圖四：第四盤—喜怒哀樂



圖五：第五盤—他

此次小喬更深入的向治療師坦露對被侵害的遺憾。小喬說：「要是那時候自己大一點就好了」(S502)

「(從那時候開始)我覺得自己變得比較容易生氣 (雖然別人不支持我,但是)如果讓我選,我還是會決定把事情講出來」(S503)

此時小喬在旁邊的沙盤創作第五盤沙盤—「他」(如圖五)。她隨手抓一把溼沙放在沙盤最上方,隨意灑成一堆,說：「他一個人躺在那,快要死了,奄奄一息,沒有人會救他,沒有人會理他 就算他死了,也不能平息我的怒氣！」(S503)

【理解及省思】小喬在第四盤「喜怒哀樂」中將其情緒很真實的呈現在沙圖中,小喬在此盤中做了四個臉譜,“四”象徵力量的平衡,具體的將小喬心中矛盾與衝突的對立力量呈現眼前,除了有象徵家人不予支持「怒」與象徵被加害經驗的「哀」,另外還有「喜」及「樂」兩股力量帶來的平衡。此時治療師的角色似乎被投射在「喜」的沙圖中,治療過程對其受性侵害各種情緒的支持與接納,以及沙盤帶來保護的力量可能使其感受到釋放與希望。而「樂」象徵表小喬本身的勇氣及力量,支撐其在無人支持的時刻仍不放棄自己,此亦為與加害者對抗之力量的源頭。第五盤小喬將加害者以散沙的形式棄置在另一盤的上方,除了口語表達對加害者無可替代的「恨」,也象徵性的將加害者處死,對其心理創傷具有儀式化及轉化的意義。

單元六：

【過程】此次小喬情緒平穩,和治療師談話顯得更有力,高興的分享近來心情比較好,功課也有進步。此次談及過去自己在無知中受傷害的經過,以及如何從漫畫的內容發現自己被親人騙了,而且做了不該做的事,治療師回應這一切不是她的錯,小喬對治療師的反應似乎很震驚。此時因為加害者仍常進出家中,所以她必須時時提防,避免與之碰面,小喬很希望離開這個家,卻又很擔心傷了外公外婆的心。因此治療師積極與社工員連繫,希望能從法的立場提增其安全性。

單元七：

【過程】此次小喬主動談到對治療師或社工員將告知家人自己被老師帶來治療的擔心,很怕家人就此不要她及其他兄弟姐妹了,但是因為家人對她有較多課業表現

的期望，她壓力很大，所以又很想離開這個家，心中非常矛盾。想到父親遠在他鄉，母親沒有能力提供依靠，心中非常茫然。製作第六盤沙盤(如圖六)。小喬在沙盤底部外框靠自己方向的右側排兩個彈吉他的女孩，旁邊有一隻青蛙，左下角有一位公主，都面向沙盤方向。右側邊中央位置有個男孩在向其他人招手，左側邊中央位置有一隻鱷魚面向沙盤，旁邊有個老先生面朝公主招手，小喬說：「久未謀面的朋友碰面，大家覺得很快樂。」(S701)

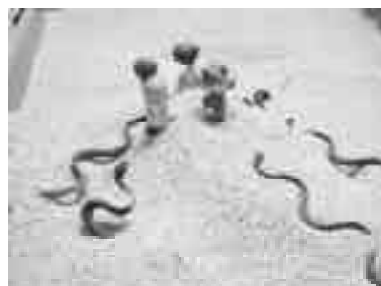
沙盤中有許多魚類，包括五隻鯊魚、一隻海馬、一隻魷魚圍成一圈，一隻鯨魚落在最後面，中間有一隻鯉魚和鯉魚旁有一隻烏龜，最右側還有一隻海魚，小喬說：「一群魚在開會，討論怎樣能在這 增加同種類的魚，這樣才不會孤單。」(S702)

小喬在同一次接著創作第七盤(如圖七)，她將沙盤上方的沙挖空，將多出來的沙堆置在沙盤中下方成為較高的山丘，山丘上有兩男二女圍成一圈，面朝外面，有六條蛇從四面八方爬上來，逼近四個人。小喬說：「有一群朋友在一起遇到一堆蛇，他們並不害怕，因為其中有一個人救過蛇，蛇並不傷害他們，他們一起站在 V 字型的沙堆上。」(S703)

【理解及省思】第六盤在沙盤的外框有五個人彼此熱切的打招呼聊天，但除了底部的兩個年輕女孩站在一起，其餘的都非常分散，此圖像可能是現實生活的表徵：小喬與住在一起的家人看似緊密，但心理上卻很有距離，另外亦有可能是其心中渴望的表達：期望父母及手足雖距離很遠但能更親近。沙盤左邊框上有一隻看起來朝魚群爬過來的鱷魚，魚群在開會，其中大部份的魚都是較為兇猛或體型較大的海魚，圍繞著中間一隻淡水鯉魚，鯉魚與其他魚類在特質上有許多根本的差異，突顯



圖六：第六盤



圖七：第七盤

其孤獨的感覺，卻共同討論如何增加同種類的魚才不會孤單。在此出現「對立整合」(union of opposites)的主題，小喬統整對立的力量，將超越(transcendent)的功能帶入歷程中，除了共同解決問題，同時也呈現對未來的希望感。

在鯉魚的旁邊有一隻烏龜，烏龜通常是雌雄同體或對立力量之結合體，Kalff曾說烏龜結合「天」—背殼、「地」—正方形的基礎，並融合「男性」—突出的頭、及「女性」—圓形可含納的軀體等兩種特質，容格更以之為「本我」(Self)意象的代表。從其生命週期來看，烏龜出生之前就被母龜遺棄，終其一生未見過父母，然而其生命卻可持續幾十年至百年，故烏龜也象徵「長壽」，但母龜要產卵時卻會回到當初自己出生的海邊，因此烏龜也象徵是「至誠」及「保護」(Bradway & McCoard, 1997: 73-82)。整體而言，在此盤中似乎看到「保護」主題的二個意涵，一為外援力量的增加，二是小喬在現實中對父母皆不在的原生家庭選擇「守護者」的位置。

在第七盤中出現了四個人團結禦敵的畫面，六條蛇逼近，看起來處境極為驚險，但「四」象徵守護力量的平衡與穩定，小喬在此似乎並不感覺害怕，對此險境的反應表現十足的把握與信心，此再次看到「對立整合」的主題。另外「蛇」經常象徵由青春期蛻變為成人，進入較深層的心理，「蛇」脫皮的特質亦象徵生命的「復活」與「轉化」(Kalff, 2003, p.57)。小喬的沙圖與現實中的討論議題有一致的現象，當時正在商議如何與其家人溝通，以提增其保護，可以感受到當治療師積極為其爭取安全時，她心中雖仍有掙扎與擔心，但被支持帶來的力量卻已躍於沙圖之上。最後這兩盤似乎出現「保護」及「努力與惡勢力共存」的畫面，生活中的危機雖未解除，心中仍有許多矛盾，但其內在已更加篤定自己的生命價值，家庭議題、創傷事件、學業等原來的困境中也顯現更具體的選擇。

單元八：

此次小喬心情愉悅，暢談心中的想法，提議家訪時找較關心她的阿姨一起去。此時小喬第二次表達對父母的思念，對受傷害的事表達這一切不是她的錯。

單元九：

因為老師突然離職，無法再帶她前來治療，學校安排其他老師帶她來，所以本

單元在二個月後才繼續。小喬一邊把玩一個母雞帶小雞的小物件，一邊說自己的夢想：「純潔、白淨、富有 有一個好媽媽可以保護」(S801)

然而卻覺得自己距離這些夢想好遙遠，自己好孤單。因對未來的理想與外婆不同，小喬很矛盾不知自己是不是能去追求自己的理想？很怕外婆失望。此時老師反應小喬在學校表現良好，人際關係及成績有都明顯的進步。

單元十：

【過程】因為學校老師沒有人力可再帶小喬過來，在社工員家訪前即主動向家長說明帶小喬來治療之事，因此此次治療師約學校輔導老師及小喬的家人一起前來，經溝通後家人開始願意正視此事的發生，在了解小喬的心情之後，家人承諾一定會加強對小喬的保護，不讓加害者有機可趁。

單元十一：

【過程】此次小喬看起來很愉快，向治療師說明與姐姐打架的事，因為姐姐常無故拿她當出氣筒，過去她都忍下來，但這次她不想再白白被打，就加以還擊。外婆因此另外為她準備一個單獨的房間，讓她可以專心讀書。另外為了姐姐惹外婆不高興，小喬感到很生氣，希望自己可以保護外婆。

【理解及省思】此時小喬似乎愈來愈有力量，更能捍衛自己的安全，對加害者部份雖然心中仍有恨，但已較不會想起此事。

單元十二：

【過程】小喬心情愉悅，分享生活中的驚喜及對自己未來的期待，希望能擠進前五名，爭取獎學金，可以存錢幫弟弟買腳踏車。因為她覺得「我畢竟只有這個弟弟啊，我有這個責任。」(S1201)。此時小喬對自己充滿信心，注意力轉移到課業、學校表現及對弟弟的照顧上。

單元十三：

因小喬家人無法每次帶她過來，治療師評估小喬在沙遊歷程中獲得放鬆、減少

抗拒、釋放難以表達的情緒，並從沙盤的作品中得到滿足與成就感，且與治療師建立了良好且有意義的互動關係，重新評價自己的能力及存在價值，並為自己的未來訂定更具建設性的目標，加上其外在的學業表現、人際互動及情緒穩定度皆有明顯的進步，因此此次為一個月後的追蹤，並正式結案。

雖然十三次的治療也許未能處理案主所有的議題，但誠如 Weinrib(1989, 引自 Bradway & McCoard, 1997: 63)所言：「人生的成熟是永不停滯、不可能完成的歷程，值得慶幸的是我們的生命持續發展伴隨著不同階段的心理發展階段，也就是完成某個階段後就進展到下一階段。因此，依這個觀點個人能在某個治療師陪伴下完成某個階段的過程，然後再繼續下一個兩者都很有價值。任何案例只要特別的階段獲得適當的完成，個案及治療師通常都能辨別出來。」因此，由於這段時間的危機處理至少協助小喬更認識自己，更相信自己的價值及力量，治療師視此為特別階段的完成，並做為結案的指標。

四、沙遊歷程相關議題討論

(一)創傷外化(externalize)

在沙遊治療的過程中，個體化的歷程常沿著兩條軌跡走：一是了解別人對自己的影響，即協助個人辨識及執行其獨特的潛能，使其能從家庭或其他受外在影響的制約中區辨出來。二是了解自己的獨特性，使個體從個人環境中去區辨自己對周遭環境的重要性(Weinrib & Kalff, 1983)。在與小喬的工作過程中，此部份對小喬的影響極大，沙圖的創作將其潛在的各種力量具體的呈現在眼前，這個世界可以被看見、被觸摸、被經驗、被改變、被討論和被拍照，在創傷化解之前有機會「外化」和「客觀化」受性侵害的經驗及此事件帶來的相關創傷，使其更清楚的看到自己是什麼樣的人，別人在自己心中又佔有何種位置，如何影響著她，引發其做更多口語的表達及省思，因此治療結束前她能對發生在她身上不合理的事開始做更有力的努力或反擊，嘗試拋掉受害者的角色。

(二)共移情

在小喬的治療過程中，治療師深刻的體會到與當事人處於一種「共移情」的狀態。小喬對治療師感到安全與信任，認同治療師對她的協助；治療師對其在療程中未完全擺脫加害者的接近一直感到擔心與不安，另外對其是受害者，卻堅持給家人愛與保護的早熟則感到像母親般「心疼」的心情，此發現也提醒自己特別注意當事人是否有過度認同「照顧者」角色的情形。所以走入小喬的沙盤世界，似乎與其共同感受到沙圖的美麗，也感受到挑戰來時的驚慌和害怕（治療師本來怕蛇），隨著治療的進展治療師感受到她的情緒起伏，也看到自己因之產生的變化（研讀蛇的象徵、決定克服懼蛇的議題），小喬似乎也接收到治療師對其處境的同理，彼此關係非常親近。至此印證了沙盤是一個「自由且受保護的空間」，在治療過程沙盤取代治療師成為過渡客體，使案主對治療師的移情部份轉移到沙盤中，沙盤猶如一個可讓人休憩的地方，能使內在及外在的真實分開，但又能緊緊相繫，這樣深刻的歷程使治療師也同感震撼。

(三)原型經驗

Bradway及McCoard(1997)認為原型經驗根源於集體無意識，可能在任何時候以害怕、狂喜、或難以理解的方式浮現，帶給人神祕的感覺，而此無意識的層次不只是受壓記憶的潛藏處，更是許多深不可測之事的源頭，能經驗深層的無意識可釋放創造力。而這些層次相互影響，現在的關係問題可能活化過去被壓抑或未被壓抑事件的記憶，移情及實際的關係感覺可能彼此混雜，而沙遊皆可將這些同時相互影響的複雜性勾勒出來。

在此案中，小喬的原型經驗包括「母親」的原型出現在第二、第六及第七盤，許多照顧、支持及滋養的畫面提供其心靈旅程更多能量，重建早年經驗中所缺乏的安全感及自信。第四盤、第五盤出現「父親」的原型，結合新的力量與惡勢力對抗，並象徵性的處死加害者。另外尚有「孤兒」的原型出現在第二、第三、第六盤及第八單元的談話，姐姐在沒有父母支持下變成照顧者，心中渴望更多的安全感，害怕被遺棄及被犧牲，對於生命的任務能面對，但感到矛盾及痛苦；而從小喬的談話內容中

發現，小喬本身面對許多創傷及困難總選擇不屈服，顯現其「追尋者」的原型，不能滿足現狀，不斷追求更好的生活，害怕順從相對需付出的代價，坦誠面對自我，此可能也是其能走向復原極重要的內在力量。

(四)主題

回顧整個沙遊治療歷程，反覆出現的主題有四個：「提供能量」、「保護」、「對抗權威」、及「對立整合」，反覆出現的情緒為「孤單」感。

1. 「提供能量」：此主題幾乎貫穿整個治療歷程，案主以各種形式經驗能量。例如在第一盤中案主以食物自我滋養；第二盤行徑中的娃娃車象徵動態的陽性能量，另外姐姐的照顧為嬰兒提供成長的能量；第三盤以堅固、細心規畫、嬰兒無微不至照顧的大房子，滿足其對一個穩定安全的「家」的渴望；第四盤在受侵害的「怒」及不被了解的「哀」中，仍有受治療者支持的「喜」的力量及自身「樂」的力量加以抗衡；第五盤象徵性的處死加害者，展現其攻擊的能量；第六盤及第七盤皆由朋友帶來支持的力量。
2. 「保護」：此含受他人保護及保護他人。例如第四盤中治療師及治療環境對其提供的保護；單元九案主以母雞帶小雞的物件表達渴望母親的保護；單元十一及十二期望自己能保護外婆及弟弟。
3. 「對抗權威」：在第四盤中以支持的保護力量及自我力量對抗傷害她的人；第五盤以一把散沙表現加害者，並以象徵性攻擊力量將權威者處死；第七盤以團結的力量面對蛇的包圍，後來她變得較能面對。
4. 「對立整合」：沙盤提供許多連結兩邊或連結某個沙景中對立部份的機會，使後來案主可能有能力統整對立的兩邊，同時將轉化的功能帶入歷程中。剛開始案主與加害者或不支持她的家人處於對立的立場（第四盤），但在第五盤處死加害者後，第六盤及第七盤皆出現與負向力量共存的努力。

另外，案主反覆出現的情緒是「孤單」的感覺，隨著治療的演進，在第二盤、第六盤及第七盤皆看到她出現「解決孤單」的表現，使其內在力量更為堅強。

(五)沙遊環境設置

回顧此案的治療歷程，發現小喬製作沙盤的單元幾乎都是一次做兩盤，而國外沙遊的文獻記錄似較少這樣的現象，與督導討論之後，發現可能是沙遊環境之設置有瑕疵造成。因為該沙遊治療室原來是醫院的診療間改裝而成，空間狹小，無法同時在一個桌面橫向擺放一乾一溼的沙盤，因此過去的權宜之計就是將沙盤轉向，將寬邊合併擺放解決此困擾，筆者當時也延用此設置方式。經歷小喬的過程筆者才發現對案主而言，這樣的擺放有二個缺點：一是在個人視線所及單一沙盤的寬度不夠表達，二是合併兩個寬度的沙盤無法在視線範圍看盡整個畫面，因此小喬的作品似乎常出現一些不確定是刻意製作的留白還是自然就閒置的部份（例如圖三、圖四、圖五、圖七）。所以改善之道應是在做之前由案主先挑乾沙或溼沙，只保留一盤在桌面，另一盤先收起來，若有需要再拿出來，維持案主能面向沙盤的長邊，而非寬邊。

然而比對 Kalf 原著（2003）中，亦不乏有直立擺放的沙盤（p.51, p.100, p.121, p.132），似乎並不影響其治療性，但與本案的差別是這些沙盤本是橫向面對案主，是案主主動選擇直立方向擺放物件，與本案本來就直立擺放的歷程不同，如果橫式擺放具有臨床的療效基礎，而直式擺放仍不失去治療師目睹及創傷外化的功能，是否更見證沙遊的媒介對心理治療的效果？沙盤不同方位的擺放與案主療效之間的影響關係值得未來更深入的探究。

五、協助未成年亂倫受害者心理治療的其他相關議題

(一)未成年亂倫受害者的安全考量及倫理議題

小喬最初來談時是老師帶來，筆者經精神科醫師轉介才與之正式接觸。過程中筆者一直期待可與家長做進一步溝通，但因監護人種種功能上的限制，所以當時在未得到家長之知後同意前即開始治療。直到後來老師突然離職，治療被迫中斷，筆者無法確認案主是否能免於再受傷害，因著心中難解的不安才省悟到諮商倫理的疏

失可能產生的後果，以及對這類案主工作的計畫若只以當事人的內在為焦點可能產生的缺失，雖然保障案主外在的安全議題應屬社工的範疇，但諮商員或心理治療師未及時積極處理將使未成年案主處於危機之中，心理治療效果也會大打折扣。

(二)增進受性侵害者協助之專業團隊間的合作

目前協助性侵害受害者團隊工作的防治系統雖有理想但各地區落實的並不完整，國內目前的性侵害防治工作在司法、醫療、獄政及社政等專業領域的整合聯繫及危機處理機制皆尚未成熟，特別是對受害者的心理治療部份，各縣市之性侵害防治中心以唯一社工員為主要的輔導者，實際上社工員僅能著力在資源提供及陪同筆錄或醫院檢查之具時效性的服務，輔導工作主要轉介到性侵害防治中心以外的其他機構，但透過層層轉介，缺乏個案管理，經常在轉介過程中流失受輔者，或因業務量過重而疏於追縱個案的狀況。

在本案中遇到相同的困境，小喬的案件已超過法律追訴期，負責此案的社工員極為忙碌，雖與筆者保持連繫，但無法時時追蹤小喬的狀況，筆者在考慮提昇案主在家中的安全問題時經常面臨是否應「心理治療師兼社工員」的掙扎，所幸積極與社工員討論後，社工員開始特別關注此案的發展，最後合力取得家人的認同，才得以減少加害者再度接近的機會。由此案的處理經驗發現，在面對不同專業的合作時，心理治療人員必要時必須能積極主動開啟一個共同對話的空間，才能真正增進當事人最大的福祉。由此過程，筆者深深體會對未成年亂倫受害者實際進行治療何其不易，所需花費的時間及心力不只在治療室，需要關照的層面比其他個案更多，例如心理議題、生理議題、法律議題、倫理議題、家庭議題等，當事人也受這些因素影響中輟率高，時間與精力的付出可能使治療師產生枯竭的現象，對心理治療人員投入之挑戰非常大。

(三)對非亂倫加害者家長的親職教育或諮詢

在此案中，小喬有一部份的創傷是來自於向非加害者的家人說出此事，對家人漠視反應的失望，研究發現，重要成人在獲知此事的第一時間所反應的態度往往影響兒

童青少年對此事件的觀感(勵馨文教基金會, 1998b), 因此重要成人若能給予受害者適當的接納、情緒支持及幫助, 可讓受害者較快面對此創傷經驗。因此, 治療師在協助未成年性侵害受害者時必須了解在進行心理治療之前案主曾告訴那些人, 談開的經驗為何, 以擬定較完整的治療計畫, 並且能進行適切的親職教育或諮詢。

六、結論

協助未成年亂倫受害者走出心中的陰霾對諮商人員是極具挑戰的任務, 非加害者之家人的支持對其復原有極大的影響力。在本案中, 治療師以沙遊治療協助案主, 活化其無意識的天生療癒力量, 沙遊提供案主從受害者轉變成創造者的機會, 它賦予案主力量來決定她自己的治療流程。案主對於要不要揭露自己或在過程中要學到什麼都握有控制權, 讓準備好要處理的議題進入意識, 向外創造的意象反映了無意識的內在世界, 因此擴大了對自己的瞭解, 藉此自我修復及自我引導的能力, 案主安全的釋放受創心靈中無意識的困頓及潛藏的復原能力, 修復性侵害事件所帶來心靈的創傷。另外, 治療師與社工人員、學校及家庭的溝通強化對當事人外在的保護, 多管齊下, 也使當事人獲得最佳的身心保障。

在本文中筆者以沙遊治療做為主要治療媒介, 在接案及行文過程不斷省思學習, 愈是投入愈發現沙遊治療領域的相關知識非常浩瀚, 以學習四年的眼光看昔日之作, 觀點難免淺薄, 然而卻已發現治療過程有許多疏漏之處, 值得未來再做改進及充實, 但本文仍希望以此經驗拋磚引玉, 激發讀者對沙遊治療更多的興趣, 並提供給進行未成年亂倫受害者心理治療的實務工作者做為參考。

謝 詞

感謝此文形成過程小喬給予的信任與支持, 及吳秀碧教授和梁信惠博士在治療過程對亂倫議題及沙遊治療議題提供懇切的督導與建議。另外, 亦感謝高淑貞博士提供文字修改建議, 以及審查委員對本文理論背景所做的悉心提醒。由於本文為實

務工作之省思，為維護當事人之權益，有興趣的讀者若需相關參考資料懇請與作者聯繫，未獲同意之前請勿轉載。

參考資料

- 王燦槐(1999)：台灣性侵害受害者輔導工作之結構性困境。引自《1999性別與兩性研討會—性別／兩性與人身安全、教育、情慾、身體意象論文集》。85-100頁。高雄醫學院兩性研究中心。
- 勵馨文教基金會(1998a)：1998年100件兒童及青少年性侵害新聞事件分析。勵馨網站「蒲公英」專欄。資料來源：<http://www.goh.org.tw/chinese/main.asp>。
- 勵馨文教基金會(1998b)：成人的處理原則。《兩性平等教育季刊》，第一期，64-65頁。
- Boik, B. L., & Goodwin E. A. (2000). *Sandplay Therapy: A Step-by-step Manual for Psychotherapists of Diverse Orientations*. NY: Norton & Company.
- Bradway, K., & McCoard, B. (1997). *Sandplay: Silent Workshop of the Psyche*. New York: Routledge.
- Kalff, D. M. (2003). *Sandplay: A Psychotherapeutic Approach to the Psyche*. California: Temenos Press.
- Liungman, C. G. (1991). *Dictionary of Symbols*. CF:ABC-CLIO.
- Mitchell R. R., & Friedman, H. S. (1999). *Sandplay: Past, Present and Future*. NY: Routledge.
- Schaefer, C. E., & Cangelosi, D. M. (1993). *Play Therapy Techniques*. Northvale: Jason Aronson Inc.
- Weinrib, E. L., & Kalff, D. M. (1983). *Images of the Self: the Sandplay Therapy Process*. Massachusetts: Sigo Press.
- Weller, B. (1997). So you have to write a symbol paper. *Journal of Sandplay Therapy*, 6(1), 15-19.



Working Through the Traumas: the Journey of Self-healing in Sandplay Therapy for Young Victims of Incest

REN-MEI TSENG

It is a challenging task for most psychotherapists to help young victims of incest overcome their traumas. Based on Dora Kalff's sandplay therapy, the author presents a case to discuss the healing process for an adolescent girl who had been sexual abused by her relative for three years during childhood. Sandplay therapy provides the client with a free and protected space both physically and psychologically. In the protective context, the co-transference field has been established and healing and growth occurred. The client was able to take the creative role instead of the role of victim. Traumatized memories and experiences were worked through as the client employed her creative powers. Symbols and spatial meanings of sandplay process were warranted. Issues about working with paraprofessionals for incest victims were also discussed.

Key words: sandplay therapy, incest, Dora Kalff

Department of Early Childhood Care and Education, Kun Shan University of Technology Lecturer.