

# ADHD 儿童的箱庭治疗过程及效果

徐洁, 张日昇, 张雯

(北京师范大学发展心理研究所, 北京 100875)

**【摘要】** 目的: 探讨箱庭疗法对 ADHD 儿童的有效性和治疗过程。方法: 个案研究法, 对象为一名 10 岁 ADHD 男孩, 进行个体箱庭治疗和家庭箱庭治疗, 共 24 个单元, 历时近 13 个月。结果: ADHD 儿童的箱庭治疗过程在制作场景、空间配置以及沙和玩具的使用方面有其独有的特征; 箱庭治疗能促进与重建 ADHD 儿童的人格发展; 进而显著改善 ADHD 症状、学校适应和亲子关系, 并具长期效果。结论: ADHD 儿童的箱庭作品和治疗过程有其独特的特征, 箱庭疗法对 ADHD 儿童有良好的治疗效果。

**【关键词】** ADHD; 儿童; 箱庭治疗

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2008)04-0440-03

## Process and Effect of an ADHD Boy's Sandplay Therapy

XU Jie, ZHANG Ri-sheng, ZHANG Wen

Developmental Psychology Institute of Beijing Normal University, Beijing 100875, China

**【Abstract】** Objective: To explore the process and effect of Sandplay Therapy on ADHD. Methods: By case study, a ten year old boy with ADHD received 24 therapy sessions, including 20 individual Sandplay Therapy and 4 Family Sandplay Therapy sessions. All the therapy process took about 13 months. Results: ADHD children's Sandplay Therapy process had specific style on sandtray setting, place arrangement and use of toll and sand. Sandplay Therapy process was able to promote and reconstruct the personality development of ADHD children and then had significant effect on ADHD symptoms and their school adjustment and parent-child relationship, even if after a long time. Conclusion: There are specific characteristics of ADHD children's therapeutic process and sandtrays. Sandplay therapy is as effective as psychotherapy for ADHD children.

**【Key words】** ADHD; Children; Sandplay Therapy

注意缺陷多动障碍 (Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADHD, 下文简称 ADHD) 是儿童期最为常见和复杂的心理行为障碍之一<sup>[1]</sup>。大量研究表明, ADHD 对儿童的学习、人格、心理健康、同伴交往、亲子交往等具有明显短期影响与不可忽视的长期影响<sup>[2]</sup>。而目前尚未有正式的预防 ADHD 的策略, 也还没有具有长期效应的结论性的治疗方法, 现有治疗方法中对 ADHD 儿童典型症状的伴随问题如低自尊、学习困难、同伴关系、亲子关系等难以产生直接及长期的效果<sup>[3]</sup>, 因此寻求对 ADHD 儿童长期并有效的治疗方法就显得日益迫切。

荣格认为, 心理治疗的最终目标不仅是治疗症状而是实现自性, 帮助患者发展人格。人格问题解决了, 症状的消除就随之出现<sup>[4]</sup>。适用儿童并具游戏、非言语特点的深层心理治疗方法—箱庭疗法 (Sandplay Therapy) 正是以荣格分析心理学为理论基础, 相信每个人的心灵都有“自我治愈力 (self-healing)”。儿童通过箱庭中各种形象的玩具模型和沙箱

中的沙子进行自由、创造性的游戏, 使无意识在三维的图画世界中显现, 通过一系列以这种方式形成的心象, 荣格所描述的个性化就会受到激发<sup>[5]</sup>。本研究对一名 ADHD 儿童 (简称小 Y) 采用箱庭疗法 (Sandplay Therapy) 进行治疗, 并对治疗过程、效果、机制进行分析。

## 1 评估个案与确立治疗方案

经治疗前的受理、家长访谈、教师访谈、小 Y 第一次箱庭过程分析获得评估个案的背景信息。

基本情况: 性别, 男; 年龄, 10 岁。

成长经历: 母亲孕期末有异常, 剖腹产。

学校适应: 2-6 岁上寄宿幼儿园。曾因学校适应问题而转学。自幼时期就有明显多动和注意力不集中行为, 同伴关系不良。学习成绩属差等, 不按时完成作业, 缺乏自控和自我管理能力, 常扰乱课堂, 同伴与师生关系紧张。

家庭结构: 父亲只周末在家, 夫妻关系疏离。母亲经常管理小 Y 无效时情绪失控, 对小 Y 打骂后又十分自责, 曾有严重抑郁和焦虑。小 Y 的 ADHD 症状和失调的家庭功能间存在消极循环。

**【基金项目】** 教育部国家留学基金委建设高水平大学公派研究生项目资助

通讯作者: 张日昇

前期评估与治疗:3 年前被某专业医院诊断为 ADHD,曾接受注意力训练、感觉统合训练和药物治疗,效果甚微。小 Y 伴随自我概念低、学校适应、亲子关系方面的问题。

本研究对小 Y 进行个体箱庭治疗,同时考虑家庭因素,采用家庭箱庭疗法的形式进行家庭治疗<sup>[6,7]</sup>。

2 治疗工具和程序

2.1 箱庭材料

盛有一半沙子的沙箱,水,玩具模型,数码相机,箱庭过程记录表。

2.2 治疗者与督导

治疗者为某大学心理咨询方向接受箱庭和家庭治疗专业培训的博士生,督导为将箱庭疗法引入中国的张日昇教授<sup>[8]</sup>。

2.3 箱庭治疗程序

小 Y 的治疗过程包括个体和家庭箱庭,程序如表 1 所示。

表 1 箱庭治疗程序

个体箱庭	内容和指导语
感受沙子	“请把手放在沙子上,去感受沙子带给你的感觉。”
制作作品	治疗者不给予任何指导,由来访者自由创作。治疗者陪伴在一旁,对过程做记录。 “请用这些玩具在沙箱里做个什么,想做什么都可以。”
体验作品	“这是你自己的世界,体验这个世界给你的感受。”
对话交流	就箱庭作品对话,了解作品主题、内容和来访者心理状态的信息。
拆除作品	对箱庭作品进行拍照存档后,请个案拆除。
家庭箱庭	
母子联合箱庭	母子在一个沙箱制作,不规定主题,轮流制作 15 轮次,不交流,每次只放一个玩具做一个动作。完成后交流。
母子平行箱庭	母子在各自沙箱制作。不交流,完成后让对方欣赏作品,以作品为媒介交流。

3 治疗过程与治疗效果

3.1 治疗过程

从 X 年 7 月 3 日至 X+1 年 7 月 28 日,治疗历时近 13 个月,共 24 次,如表 2 所示。

表 2 个案的治疗过程

治疗单元	参与人	过程和内容	方法
第 1 次	治疗者、来访者及其母亲	了解来访者成长经历 初始箱庭	
第 2-19 次	治疗者、来访者	个体箱庭	箱庭制作、谈话
第 20-23 次	治疗者、来访者及其母亲	家庭箱庭	
第 24 次	治疗者、来访者	个体箱庭,结束治疗	

3.1.1 个体箱庭过程 本文从箱庭发展阶段、自我像、沙与水使用、玩具使用、空间配置 5 方面来呈现来访者的箱庭过程。系列箱庭作品反映来访者内心世界变化的轨迹<sup>[9]</sup>。Allan 和 Berry 认为箱庭治疗过程有三个阶段-混乱、对抗和解决困难,Erich Neumann 认为儿童需要经历动植物阶段、战争-区别阶段、回归集体阶段以及统合我阶段四个箱庭治疗阶段<sup>[10]</sup>,基于以上观点,将小 Y20 次个体箱庭分为四阶段:问题呈现阶段(1-5)(见图 1),场景较混乱,缺乏明确主题,以呈现小 Y 的问题为主;竞争对抗阶段(6-12)(见图 3,4),以交通工具和战争场景为主,表明小 Y 内部力量的竞争和对立,新生与原有自我间的冲突和对抗;问题解决阶段(13-18)(见图 5,6),

以建设场景为主,小 Y 多次使用湿沙、木片、塑料等材料制作作品,表明小 Y 的自我正处在积极重构中;统合阶段(19,24)(见图 7,8),场景有明显秩序感,出现了精神追求等抽象主题,表明小 Y 已能调配内部能量,对自我有深层次的领悟。自我像是来访者内在自我的投射,在一次箱庭作品里可能有一个,也可能有多个,代表个案不同的人格侧面。随着箱庭治疗的进行,小 Y 的自我像从力量较弱的动物,转变为拥有强大能量的玩具。表示小 Y 自我不断增强。空间配置上,小 Y 使用的空间面积较大,表现了小 Y 内心巨大的能量以及对能量的释放和调配过程,小 Y 经历了混乱、战争、重建后,内心世界趋于整合。以沙箱上方代表意识,下方代表无意识,左侧代表外在世界,右侧代表内在世界,中间部份代表人格的核心为依据<sup>[11]</sup>,在统合阶段小 Y 的作品出现了趋中(见图 7,8)趋势,反映小 Y 的自我得到整合。沙子是母性的象征,有净化和治愈心灵的作用<sup>[12]</sup>。水代表无意识的力量,同时又有滋养的内涵。干涉流动性强,但不易塑型。湿沙易塑形,需要来访者较大心理能量的参与。小 Y 在 20 次个体箱庭中 6 次使用湿沙,11 次在沙箱中挖河、湖、海等水域,表现了其巨大的内心能量以及对无意识的探索。个体深入无意识后会产生新的品质,促进心灵的成长。小 Y 正在使用沙和水的过程中,不断释放和调配心理能量,从无意识中汲取心理发展的力量。玩具是来访者意

识和无意识心象表现和象征语言<sup>[9]</sup>。在前三阶段小 Y 多使用强大能量的玩具,如装甲车、推土机、飞机、坦克等交通工具,象征着能量生产和储备的加油站、男性攻击力量的士兵、蕴含巨大能量、有爆发性和破坏性的火山。箱庭制作释放了小 Y 过多的能量并转化了其性质和方向。玩具的数量由拥挤不堪逐渐变得数量适中,丰富而有秩序,表明小 Y 由心理的烦乱状态逐渐变得平衡。玩具的朝向由杂乱、不一致变得秩序化,反映小 Y 的心理能量更加流畅。



图1 第1次 主题:战争贫苦 图2 第2次 主题:战争贫苦

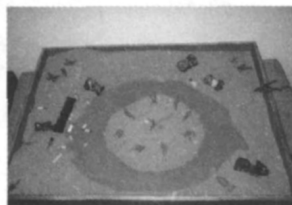


图3 第9次 主题:死守明珠 图4 第10次 主题:偷袭



图5 第13次 主题:五星级隧道 图6 第14次 主题:水上黄金鼎

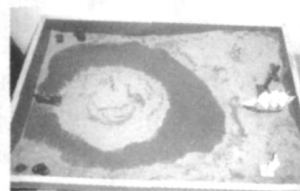


图7 第19次 主题:仁宫 图8 第24次 主题:合二为一

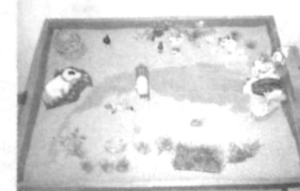
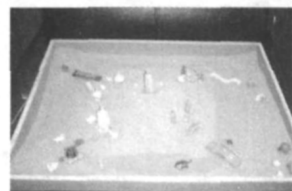


图9 家庭箱庭 作品主题:仁宫 图10 家庭箱庭 作品主题:聆心园

3.1.2 家庭箱庭 家庭箱庭有4次(20-23次),第20(见图9)、21、23次为母子平行箱庭,处理母子系统的界限混乱问题,22为母子联合箱庭(见图10),呈现母子冲突,重建母子信任。

### 3.2 治疗效果

ADHD 症状方面,箱庭治疗前后 Conners 父母症状量表各分量表得分:品行问题(1.33, 1.03)、学习问题(1.75, 1.42)、冲动-多动(1.55, 1.35)、多动指数(1.5, 1.35),总分为(49, 40),治疗后各得分明显降低,接近正常值。据小 Y 母亲和教师报告其多动症状明显减少,自控能力明显加强。

经近13个月的箱庭治疗,小 Y 的学习成绩连续两学期显著提高,由咨询前的差等(语文、数学、英语平均分低于70分)提高为中上水平(语文、数学、英语平均90分)。治疗前后教师访谈显示在同伴关系和师生关系获得了明显改善。

小 Y 与母亲的关系在治疗前后发生了积极变化。治疗前小 Y 与母亲的关系纠缠,随个体箱庭治疗的进展,小 Y 逐渐能承担生活和学习管理任务,与母亲的冲突减少。家庭箱庭过程创设了一个呈现和解决亲子关系问题的空间和一种亲子相互尊重、彼此独立的心理氛围,增强了母子之间的理解以及对关系的领悟,使母子关系得以改善。

三个月后的评估显示,箱庭疗法对小 Y 的治疗效果继续保持。

## 4 治疗机制

小 Y 的箱庭治疗取得了良好效果,将箱庭疗法对 ADHD 儿童的治疗机制做总结:箱庭治疗为 ADHD 儿童创设的自由与受保护的空间以及治疗者静默地见证、不评价解释的治疗态度,让来访者摆脱 ADHD 的标签的负面影响;箱庭制作促使 ADHD 儿童集中注意力于当下行为,在制作作品时,ADHD 儿童不自觉地将其注意力集中于所制作的作品中,使多动和冲动问题得以缓解;沙箱的尺寸和边界限制了 ADHD 儿童的活动范围,避免其注意力的分散,同时又提供了内在探索的空间,逐步培养 ADHD 儿童的自主和自控能力;箱庭的非言语性和非技巧性降低了 ADHD 儿童被评价的担忧,促其发挥自主性和创造性,体验更多的价值感;沙、水、玩具等无意识心象为 ADHD 儿童内部和外部世界的整合提供了媒介,为实现深层治愈提供了可能。



目标是能力培养的关键<sup>[10]</sup>, 因此, 本干预训练特别强调对学生学习动机的激发, 通过学生对学习价值的评估, 让学习体会学习是基于自我成长的需要, 学习任务就是让自己能感受到学习的自我成长意义。本研究运用了多种机制, 如创设情景、反馈、奖惩、反省、归因等<sup>[14]</sup>, 这种包括近期与远期学习目标的自我目标设置间接地培养了学生学习的自我效能感<sup>[11-13]</sup>。从干预结果看, 效果是显著的。半年后再测, 这种效应仍然存在, 这表明, 干预训练可以有效地提高大学生自主学习水平, 并且具有相当的稳定性和中长期效应。团体辅导形式以学生之间的互动交流为主, 以教师的指导为辅, 注重师生之间的双向沟通<sup>[15]</sup>, 学生在课程中以角色扮演、问题讨论、作业分析、活动体验等多种学习方式领会知识、探讨问题, 这种模式满足了学生对学习过程的参与性、主动性、互动性等要求, 更利于学生自主学习能力的培养和提高。

## 参 考 文 献

- 1 Barry JZ, Martinez P. Student Differences in Self-Regulated Learning: Relating Grade, Sex, and Giftedness to Self-Efficacy and Strategy Use. *Journal of Educational Psychology*, 1990, 82(1): 51-59
- 2 Barry JZ, Anastasia K. Developmental Phases in Self-Regulation: Shifting From Process Goals to Outcome Goals. *Journal of Educational Psychology*, 1997, 89(1): 29-36
- 3 Winne PH, Perry NE. *Measuring self-regulated learning*. Academic Press, 2000

(上接第 433 页)

- 2 李德强, 李旭娟, 贡满丽, 等. 男性海洛因依赖者卡特尔 16 项人格特征分析. *浙江医学*, 2006, 4(28): 250-254
- 3 宋志一, 朱海燕, 殷素梅, 等. 192 名吸毒人员的人格特征及其类型研究. *中国临床心理学杂志*, 2002, 3(10): 224-226
- 4 戴晓阳, 姚树桥, 蔡太生, 等. NEO 个性问卷修订本在中国的应用研究. *中国心理卫生杂志*, 2004, 3(18): 171-174
- 5 戴晓阳. 几种职业人群的人格特征研究. *中国临床心理学*

(上接第 442 页)

## 参 考 文 献

- 1 董奇. 论儿童多动症的几个问题. *北京师范大学学报(社会科学版)*, 1993, 1: 1-7
- 2 吴增强, 杜亚松, 夏黎明. 注意缺陷多动障碍儿童综合干预的研究. *上海教育科研*, 2005, 5: 6-9
- 3 王浩. 注意力缺陷多动障碍的研究现状. *中国临床康复*, 2004, 8(36): 8308-8309
- 4 Babara AT. *The handbook of sandplay therapy*. USA: Temenos Press, 2004. 77-80
- 5 张日昇. 箱庭疗法. 北京: 人民教育出版社, 2006. 80-120
- 6 徐洁, 张日昇. 箱庭疗法应用于家庭治疗的理论和临床实践. *心理科学*, 2007, 1: 151-154
- 7 De Domenico G. Sandtray worldplay™: A psychotherapeutic

- 4 张秋云. 大学生英语自主学习教学模式. *吉林工程技术师范学院学报*, 2004, 20(7): 32-34
- 5 任京民, 等. 试论自主学习的高校教学模式. *教育与职业*, 2006, 513(17):
- 6 庞维国. *自主学习-学与教的原理和策略*. 2003
- 7 袁红梅. 大学生学习自主性量表的修订及区域性常模的建立. 湖南师大硕士论文, 2005
- 8 毛晋平. 对当前我国大学生学习动机特点的思考. *高等师范教育研究*, 1995, 37(1):
- 9 张建玲, 等. 高校学生学习动机的调查分析. *中国心理卫生杂志*, 2005
- 10 王静琼. 大学生自主学习能力及其培养. *广西民族大学学报(哲社版)*, 2007, 29(1): 196-199
- 11 Elemer C. Goal Setting as Motivational tool in Student's Self-regulated Learning. *Educational Research Quarterly*, 2004, 27(3):
- 12 Christopher AW. Self-regulated Learning and College Students Regulation of Motivation. *Journal of Educational Psychology*, 1998, 90(2):
- 13 Amabile TM, Hill KG, et al. The Work Preference Inventory: Assessing intrinsic and extrinsic motivational orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1994, 66: 950-967
- 14 钟丽萍, 等. 对大学生学习动机培养和激发的探讨. *黄石理工学院学报*, 2006, 22(5):
- 15 李明睿. 论团体辅导的特点与设计. *华东船舶工业学院学报(社科版)*, 2004, 1:

(收稿日期:2008-05-28)

杂志, 2003, 4(10): 252-255

- 6 戴晓阳, 崔占军, 潘晓明, 等. 深圳市警察心理素质研究 I. 个性特征调查. *中国心理卫生杂志*, 2003, 7(17): 472-475
- 7 王赞利, 高成阁, 姚东刚, 等. 戒毒后阿片类依赖者人格特征及人格障碍倾向. *中国临床康复*, 2004, 8(24): 5037-5038
- 8 王登峰, 崔红. 吸毒者的人格特点分析. *中国药物依赖性杂志*, 2003, 12(3): 215-218

(收稿日期:2007-12-31)

technique for individuals, couples, and families. *The California Therapist*, 1993. 55-61

- 8 张日昇. 箱庭疗法. *心理科学*, 1998, 21(6): 544-547
- 9 Pearson M, Wilson H. Sandplay and symbol work. *Australia: Australian Council for Educational Research*, 2001. 44-53
- 10 林明清. 一位注意力缺陷多动症儿童的沙盘治疗历程分析研究. 台湾: 国立台南师范学院硕士学位论文, 2002. 12-15
- 11 Deborah BS. Embarking on a Heroine's Journey: The initial phase of a sandplay process. *Journal of Sandplay Therapy*, 2006, 15(2): 31-47
- 12 Eva PZ. 刘建新, 等译. 沙盘游戏与心理疾病的治疗. 广州: 广东高等教育出版社, 2006. 78-90

(收稿日期:2007-12-25)