

遊戲治療中「沙箱遊戲」對智能障礙學生 知覺動作訓練之應用與探討



楊曄玟

國立花蓮啟智學校教師

壹、前言

遊戲是兒童自然而發的語言，也是最自然的溝通語言。甚至有時成人們也常藉著遊戲作為溝通表達及閒暇時舒活筋骨的方式，以達到某種壓力的解除；更有甚者，人們亦常將遊戲融入工作與生活中，以求達到某些目的。然而遊戲乃是兒童期最主要的活動，可以發生在任何時間及任何地點，不管任何文化背景，所有的兒童都會遊戲，並且在遊戲的自然過程中去探索及學習了解自己和世界。Garry L. Landreth(高淑貞譯，民 83)即認為兒童乃是藉著使用玩具及遊戲來表達他們的經驗、感受、期待、需求及願望。

近年來，「遊戲治療」已普遍被公認是處理兒童情緒困擾最適當的諮商模式。對身心障礙兒童而言，為了要伸展兒童的能力也就是要助長障礙兒童身心發展起見，「除了訓練之外，嘗試透過感覺和運動，使兒童快樂遊戲的教育」倍受重視(張春興，民 89)。目前遊戲治療已廣為各大醫院身心科所採用，如台大醫院、慈濟醫院、長庚醫院等，亦使用遊戲治療的方式來診治特殊兒童。其中，「沙箱遊戲」也被多位專家學者提出來成為一個

專門的及一門有效的諮商治療模式。

智能障礙者在所有身心障礙人口中佔多數，許多中小學皆設有啟智班、資源班，且各縣市已陸續有多所啟智學校的設立。而由於智能障礙者之身心的特性，在學習上不但要簡化課程，在教學活動中甚至須以遊戲方式來帶動，才能提昇他們的注意力與學習的意願。筆者曾於啟智學校參與輔導室之讀書會研習計畫之際，接觸了沙箱治療，在透過彰師大教授多次前來本校指導以及學員們的實驗，對沙箱治療有了初步的認識與瞭解，希望沙箱治療能給我們一個輔導孩子的新方向與新領域，尤其能給予智能障礙學生相當的助益。

貳、文獻探討

一、智能障礙的定義與特徵

(一)智能障礙的定義

早期對智能障礙的界定主要以智力測驗的結果為依據，認為智力商數低必然會引起適應行為的困難。但隨著時代的進步，學界對智能障礙的概念有著不同的看法與解釋，社會學者認為智

能障礙兒童是因為心智缺陷而不能適應社會生活，或缺乏職業及基本生活能力而無法獨立生活；醫學界的觀點則認為由於腦部受到傷害，以致形成障礙，或是大腦皮層含有阻礙心智發展的遺傳因子所致；教育上則認為是心理發展遲滯、學習效果低落或無法達到同齡兒童的學業水準(王文科主編，民 89)。而學術界皆共同推崇「美國智能障礙學會」(American Association on Mental Retardation, 簡稱 AAMR)於 1992 年對智能障礙較完整的詮釋：「智能障礙係指個人某些能力的缺陷，呈現一般智能表現顯著低於平均數，同時在應用性適應能力領域中，存在兩個或兩個以上的缺陷，包括溝通能力(communication)、自我照顧(self-care)、居家生活(home-living)、社交技能(social skill)、社區資源使用(community)、自我指導(self-direction)、健康與安全(health & safety)、功能性學科能力(functional academics)、休閒娛樂(leisure)、工作(work)等十項能力。且智能障礙發生在十八歲之前。」

而上述定義於 2002 年再次修正，將適應行為界定為以下三方面的技能(AAMR, 2002)：

1. 概念(conceptual)一包括語言、讀寫、金錢概念；
2. 社會(social)一包括人際關係、社交規範、自尊、負責、遵守規則等；

3. 應用(practical)一包括一般日常生活行動(穿衣、飲食、如廁、行走)、工具性日常生活行動(準備餐點、打掃、交通、金錢管理、使用電話、吃藥等)、職業技能、維持環境安全等。

(二)智能障礙者的特徵：

智能障礙者的特徵，依據筆者綜合各學者的研究，茲整理分述如下(楊曄玟，民 91)：

1. 學習能力方面：

- (1) 學習速度及反應較同齡兒童緩慢，學習動機差。
- (2) 學習成就顯著低落，對抽象材料的學習效果差。
- (3) 注意力不集中且不易持久，短期記憶有缺陷。
- (4) 概念、組織能力差，辨識學習能力弱，後設認知策略不佳。
- (5) 對老師交待的作業常不了解而無法順利完成。

2. 人格方面：

- (1) 人格較為僵化，缺乏彈性，分化度低。
- (2) 外控信念常高於內控信念。
- (3) 不會喜愛自己的身體，缺乏自我意識。
- (4) 表現享樂主義的反應方式，希望立即獲得滿足。
- (5) 較具退縮反應，而出現社會隔離現象。

3. 生活適應及行為方面：

- (1) 生活自理能力、事務處理能力、時

間觀念等，均比同齡兒童差。

- (2)缺乏臨機應變能力。
- (3)人際溝通較為困難。
- (4)較難融入同儕團體，常較孤立或受冷落。
- (5)常與較年幼的友伴遊玩。
- (6)在團體內常跟在別人後頭，或受別人指使。
- (7)遇到事情常缺乏彈性，較易緊張、焦慮。
- (8)職業適應困難。

4.身體方面：

- (1)生理內分泌失調而產生身體上的異味。
- (2)大多伴隨疾病、肥胖等身體問題，一般而言，障礙程度愈重者其身體狀況與同齡兒童差異愈大。
- (3)表情呆滯，知動協調能力差，動作緩慢。

5.嚴重的行為方面：有些重度智障者會出現嚴重不良適應的行為，例如：

- (1)自我刺激行為。
- (2)自我傷害行為。
- (3)攻擊行為。
- (4)破壞行為。
- (5)過度活動。
- (6)暴發性行為。

二、遊戲治療的意義和種類

何長珠教授(民 87)認為治療的意義有二：一是放鬆受壓抑的情緒，以解除焦慮、緊張、憤怒、害怕、攻擊等負面之情感經驗；二是在此一恢復平衡的過程中，原先處

理問題的模式，重新得到思考與整理，因而產生了新的學習結果(蔡阿鶴，民 79)。遊戲包含了生理、心理及情緒的部份，同時也涵蓋了社會活動的層面，「遊戲治療」一詞假設了一些活動為遊戲，它既是一種基於心理發展原則的心理治療方法，因此可緩和兒童情緒方面的困擾，使用的材料通常是具有想像和表達功能的各種不同的素材，例如木偶、洋娃娃、黏土、沙箱、藝術材料、模型玩具等，藉著遊戲的暗喻，以及透過與治療者的互動，兒童可以經驗到情緒的抒發，與衝動的轉移，同時也可能降低其麻煩事件發生的可能。遊戲治療被界定為治療者與兒童之間的互動關係，而治療者必須受過良好的訓練，知道如何選擇遊戲器材及如何發展一種安全的關係，讓兒童能用其最自然的溝通方式一遊戲，來完全表達及揭露自己的情感、想法、經驗及行為(陳英三等編譯，民 83)。受過遊戲治療相關課程訓練的治療者，在遊戲室的情境中，藉提供一種安全、信任、容許和責任的態度，與兒童發展出一種正向的關係。並藉由兒童自由選擇的玩具和扮演活動中，達到治療上的宣洩、支持和重整的結果。因此「遊戲治療」的本質可說乃在結合遊戲之形式以達治療目標的一種心理服務之工作(王文科，民 86)。遊戲治療滿足兒童好動的需求，在遊戲中，兒童發洩精力，學習生活中的責任，達成困難的目標及重新體驗挫折。當兒童遊戲時，他們不僅展現了自我人格的獨特性，也在內在自我資源中找出能融入其人格的一些技巧與溝通模式。讓兒童玩出他們的經驗及感覺是兒童所能參與最自

然的自我療癒過程。「遊戲」是一種變通的諮詢方式，不至於因強求使用口語表達而妨礙了治療關係的發展，同時以心理學的觀點，以遊戲為媒介可增加兒童的「我能感」(王紹月等譯，民 88)。遊戲治療的種類繁多，大致可分為布偶類、娃娃屋、繪畫類、黏土、沙戲等。以下就「沙戲治療」(Sandplay Therapy)作一詳加敘述，並探討其與智能障礙者之應用方式。

三、沙戲治療(Sandplay Therapy)

沙對兒童而言相當具有吸引力，好像一個大磁場，在他們想到之前，他的手已經伸進去了。而各式各樣的東西像是隧道、山川、河流等，就隨之展現了。如果再放上一些小型的玩具的話，那就更有趣了，有很多劇情會在那裡上演，在玩沙、放置各種玩具的過程中，當事人很容易便將個人的困擾投射、扮演到沙箱的故事中。將沙箱形成一個小世界，使自己投入沙子的遊戲中，並經由「混亂—掙扎—統整」的過程，處理其內心的困擾，使其內在的能量重新得到協調(蔡阿鶴，民 79)。沙戲治療是一種非語言方式的心理治療，其方法是應用兩個沙箱，通常是一乾一濕，及許許多多的玩具來代表世界所有東西的小物件，由個案隨心所欲選取，在沙箱小世界裡造景，藉此過程使個案找到迷失的自我，許多專家的經驗驗證，沙戲治療對身心受創、情緒或人格有問題之個案相當有效，對於不同障礙類別之特殊兒童亦相當有幫助。沙箱遊戲最早源自於歐洲的學者所謂地板遊戲及世界遊戲，最後由榮格學派分析師 Dora Kalff 將此發揚光大，形成一門學

理，將沙戲治療的理論及專業訓練推展開來(何長珠，民 87)。由於此媒體之使用在語言及智力上之限制都可減到最小，不像藝術治療較須牽涉到繪畫技能的問題；且由於是雙手運用，可刺激左右兩葉大腦；內向的孩子與外向的孩子表現方式雖不同，但都可藉沙景來建構他們自己的故事。因此沙戲治療實可被視為是相當實際、有效而值得推薦的一種媒體。

四、沙戲的歷史背景

有多位學者在有關的著作中皆曾提及沙子遊戲，它是從所謂「地板遊戲」而來，像是 H. G. Wells 於 1911 的著作「地板遊戲」(Floor Games)一書中，便敘述他和兩個兒子玩「神奇島遊戲」和「蓋城市的遊戲」的玩法及小朋友在遊戲中得到的愉快感覺。後來英國的 Margaret Lowenfeld 於 1939 年將 Wells 的遊戲應用在兒童心理治療上，並設立沙盤、準備塑造的器具及各式的玩具等(何長珠，民 87)。到了 60 年代，Dora Kalff 開始以心理學家容格(C.G. Jung)的觀點作為理論基礎，建立起沙箱遊戲的理論、發展方法及治療人員的訓練等，至 80 年代以後對於沙戲治療已有完備的理論系統(Kalff, 1980)。沙戲治療目前在日本相當盛行，已成為心理治療的主流。

參、沙戲與知覺特性的關係

沙子遊戲可以有許多方式的運用，且沙的取得非常容易，尤其是台灣這種海島型地域，隨時都可以帶著孩子到海邊玩起沙子遊

戲來。沙子遊戲具有當多的優點，其與知覺特性的關係如下(何長珠，民 87)：

- 一、玩沙子的過程中，由於運用到雙手，所以左右兩葉大腦都會接受到刺激，這種治療的最大好處，是使整個人都參與到治療過程。
- 二、由於沙子本身的特性，對於某些特殊障礙的孩子而言，沙子亦可以是一種觸覺刺激的訓練媒材，藉著身體，兒童會發現身體上的各種感覺，這樣的自我察覺形成了對自己的認知。
- 三、沙子遊戲是一個相當容易的治療媒體，因為它不像藝術或戲劇一般那麼需要特別的技巧和天份，只要孩子願意接近沙，其想像遊戲便開始進行了。
- 四、內向的孩子較傾向於其內心世界活動、思考及感覺，喜歡獨自完成沙景的建構，而外向的孩子傾向於用說故事方式表現，也比較喜歡向外界環境進行探索，藉著說或討論沙景以釋放他的想法和感覺。
- 五、與自然之母一大地的接觸及非語言的特質，使沙戲治療具備聯結意識與潛意識，療慰早期創傷而同時呈現具體資料給治療雙方的功效。

肆、沙戲治療的目標

基於上述，為了解決教學過程中常遇到的個案問題，和解決智能障礙學生的情緒及行為問題，以沙戲治療為介入方式，探討其對智能障礙學生之影響，並運用沙戲治療來處理智能障礙學生的情緒問題。研究沙戲治

療者必須具備一些專業知識，在智能障礙學生的應用上，才能夠在沙戲治療的領域中獲得以下幾個實質的意義：

- 一、遊戲治療中沙戲治療的意義與沙戲的進行方式，是否增進教師的專業輔導知能，尤其在增進處理學生行為問題能力方面。
- 二、沙戲治療過程中個案角色的扮演、治療者(或觀察者)的情境解說對個案造成的影響及實質的意義。
- 三、探討沙戲治療的過程及結果是否影響或改善個案日常生活中所遇到之障礙。
- 四、探討沙戲治療在身心障礙學生的應用，是否增進其認知及社會行為的發展。
- 五、根據結果，提出智能障礙學生問題行為處置之建議，是否可供學校、教師及家長之參考。

伍、沙戲的步驟與方法

筆者以啓智學校的實際輔導案例，以及何長珠教授的指導，來說明沙戲的步驟與方法。由於沙戲治療是屬於心理諮商模式，因此對象的選擇傾向於需要接受心理輔導之個案(例如曾遭受性侵害或家暴者)，時間的安排上可利用每週或隔週的一節課時間，在學校設有沙箱的諮商室進行，諮商室的擺設需考慮到觀察者(或治療者)的適當位置，太遠的距離無法清楚的觀看，距離太近則又容易使學生有防衛心與壓迫感。沙箱約 50x45x8 公分，玩具的種類有人物類、建築類、動物類、家具類、積木類等共百餘種，觀察者(或治療者)在受試者的沙戲進行當中在一旁作記

錄、拍照，必要時作中途介入。而觀察者(或治療者)的位置在受試者遊戲範圍 50 公分外，以不干擾但能聽到和看到為原則。在沙箱遊戲結束時，可以試著讓個案自己說明，從建構沙景的意圖、沙景故事的描述等、以及沙景上所擺置物品的代表性等，再由觀察者(或治療者)進行記錄並拍照。觀察者(或治療者)通常是不介入的，但有些學生的表現比較膽怯或是無法表達，甚至沒有老師的指示就不敢動，為了情境所需，觀察者(或治療者)需要較多時間的介入，正向的引言如「你可以拿來玩!」、「這些你都可以玩!」、「你覺得這樣可以了嗎?」、「你覺得還需要加入什麼嗎?」、「沙箱裡你的位置在哪裡?」、「若可以，你會改變什麼地方?」等，對於學生的正向行為給予口語增強，如「這樣很好!」。待學生在後來幾次較熟悉狀況時，即可逐次減少介入的次數，讓學生能有其自主性建構完成其屬於自己的世界。

至於沙戲的解說，觀察者(或治療者)須準備一些表格作記錄，例如沙戲治療記錄表及訪談記錄表(如附件)，並且在個案完成沙戲後，給予個案一些回饋，此時觀察者(或治療者)的角色為跟隨式之分享，訪談時間約為五至十分鐘左右，訪談的內容可預先製作表格以方便記錄，並作為日後或下一次沙戲之參考比較。在訪談的過程中，觀察者(或治療者)應根據個案的表達內容而做訪談問題之修改，所以訪談記錄表應預留空格，以方便觀察者(或治療者)增加其他訪談內容之記錄。有些智能障礙者沒有口語能力或無法表達時，則以沙戲治療記錄表之內容為主，由觀

察者(或治療者)作詳實之觀察記錄。

陸、結論

在輔導學生的過程中，吾人一直不斷在找尋最適切的方法，來試圖瞭解個案的內心世界，並且試著努力去改善其不良的或不當的行為，以減少個案對自己或對群體的傷害。「沙戲」對我們而言算是另一種嘗試，雖然對於沙戲理論仍有待更深入的探討，但卻在我們實際嘗試輔導學生時，所獲得的成果相當驚訝。我們發現，個案愈能接近沙，其防衛就愈來愈少，同時在學習上已比較能投入並且較為合群。而且在沙景中可看見個案所經常重複出現的象徵物、主題、和話語等，更可讓我們從其中探索個案的內心世界及其所要表達的意念，在日後的輔導過程中能更清楚掌握個案。尤其我們更可發現，無論是一般孩子，或是身心障礙的特殊孩子，每一個人都有一個不斷朝向「自我實現」的需求力量，在這樣的遊戲過程中，讓他們得到成長及自我表現的機會。也就是說，即使是智障學生，只要給予他們足夠的、適性的支持與配合，他們一樣能發揮出內在的生命力及其潛能，就待我們去挖掘與引導。

參考文獻：

- 王文科主編(民86)。特殊教育導論。台北：心理出版社出版。
- 王紹月等譯(民88)。清野茂博、田中道治編著。障礙兒童的發展與學習。台北：心理出版社出版。
- 王萬清(民91)。沙遊治療。台南師院初等教育系所九十一學年度上學期專題研討演講。

- 何長珠(民87)。**遊戲治療—國小輔導實務**。台北：五南圖書出版。
- 何長珠譯(民87)。**Kevin J. O' Connor, Lisa Mages Braverman著。遊戲治療理論與實務**。台北：五南圖書出版。
- 何長珠(民89)。**沙箱治療訓練**。教育部學生輔導支援中心。取自網站：<http://kpteq.ascc.net/archive/moe/moe-p24.html>。
- 林明清(民91)。**一位注意力缺陷過動症兒童的沙戲治療歷程分析研究**。國立台南師範學院教師在職進修輔導教學碩士班碩士論文。
- 洪麗瑜、Tracy Landon(民81)。**遊戲材料對特殊兒童社會互動行為影響之研究**。國立台灣師範大學特殊教育系、所。特殊教育中心。**特殊教育研究學刊**，8，57-67。
- 長庚醫院身心科醫師及臨床心理師(民89)。**花蓮縣八十八學年度專業團隊相關服務心理治療研習手冊**。民89年1月22日縣府大禮堂主講。花蓮縣政府主辦。
- 胡海國編譯(民76)。**Elizabeth B. Hurlock著。兒童心理學**。台北：桂冠圖書出版。
- 徐靜子譯(民84)。**Cheryl Tuttle & Hutchins Paquette 著。從遊戲中開始：孩子一生的學習計劃**。創意力出版。
- 高淑貞譯(民83)。**Garry L. Landreth原著。遊戲治療：建立關係的藝術**。台北：桂冠圖書出版。
- 郭俊賢、陳淑惠譯(民88)。**Linda Campbell, Bruce Campbell, Dee Dickinson著。多元智慧的教與學**。台北：遠流出版。
- 張春興編(民89)。**教育心理學**。台北：東華書局出版。
- 陳英三、林風南、吳新華編譯(民83)。**動作教育的理論與實際**。台北：五南圖書出版。
- 陳榮華(民84)。**智能不足研究—理論與應用**。台北：師大書苑出版。
- 黃榮真(民83)。**感覺統合訓練在特殊教育上的應用**。國立花蓮師範學院特殊教育叢書第廿七集。特殊教育論文集。
- 智能障礙定義·分類暨支持輔助系統工作手冊**。財團法人雙溪啓智文教基金會發行。
- 楊惠甄(民89)。**遊戲治療在特殊教育之應用**。**國小特殊教育**，28，49-51。
- 楊曄玟(民91)。**特殊教育導論筆記**。國立花蓮師範學院特殊教育中等教育階段師資班。「特殊教育導論」教學講義彙整筆記。
- 漢菊德編著(民88)。**探索身體資源--身體、真我、超我**。台北：心理出版社。
- 蔡阿鶴著(民79)。**智障兒的遊戲療育**。台北：財團法人心路文教基金會出版。
- 劉鴻香等編譯(民79)。**中重度障礙兒童教學研究課程**。台灣省立台北市師範學院特殊教育中心。
- Bradway, K. (1981). *Developmental stages in children's sand worlds*. In K.
- Kalff, D. M. (1980). *Sandplay: A Psychotherapeutic Approach to The Psyche*. Boston: Sigo Press.
- Kalff, D. M. (1986). *Introduction to Sandplay Therapy*. From the world wide web : <http://www.sandplayusa.org/whatis.html>
- Lauren Cunningham (2003). *What is Sandplay Therapy ?* From the world wide web : <http://www.sandplayusa.org/whatis.html>
- Ryce-Menuhin, J. (1992). *Jungian Sandplay: The Wonderful Therapy*. New York: Routledge.
- Sandplay Therapy*. (2003). From the world wide web : <http://home.earthlink.net/~junginla/sandplay.htm>



附件：

表一、訪談記錄表

訪 談 問 題	回 答
1. 整幅作品中，你最滿意的是什麼？ 2.	
2.這些小玩具之中有哪幾樣對你最有意義？那是什麼？	
3.在創作時，你曾經突然停下來？為什麼？	
4.這是一幅完整的作品嗎？還無法表達的是什麼？	
5.	
6.	
7.	

