

“Sandplay” Symbolterapi for børn og voksne



Hvor sandkassen kommer i spil, udfolder kreativiteten sig. Historier bliver fortalt. Symbolske billeder springer op fra det indre dyb og psykisk energi flyder friere. Der er noget arketypisk dragende ved sandet.

Sandplay tager udgangspunkt i den både enkle og komplekse måde, vi alle oplever verden på. Den har C. G. Jung sat ind i en analytisk forståelsesramme, og den er baseret på teorier om de ubevidste og bevidste forestillingsformer. Selve terapiformen er udviklet af en af hans elever, Dora Kalff, der var svejtsisk psykoanalytiker.

Terapien er en arbejds metode til at styrke de selvhelende og kreative kræfter i menneskets psyke, indsigt og bevidstgørelse.

Det er et virksomt, psykoterapeutisk redskab, som giver mulighed for at arbejde med ordløse, blokerede og komplekse vanskeligheder hos såvel voksne som børn.

Fakta om sandleg

Sandkassen er et åbent og frit, men afgrænset rum. Sandkassens mål er 57x72x9 cm.

Det svarer til det primære synsfelt. Kasserne er hvide udenpå og havblå inden i. I terapirummet er der to sandkasser som står adskilt, i bordhøjde.

I den ene er der tungt og formløst vådt sand. I den anden er der tørt sand, som er let og luftigt. Hertil hører en samling af miniature objekter, som forestiller alle slags levende væsner, fantasifigurer, planter og træer, alle slags bygninger, inventar, transportmidler, religiøse figurer og skrammel. Stort set hele verden kan

reproduceres i sandet. Når ”verden” er skabt, og sandbilledet er færdigt, tages der et fotografi. Den terapeutiske proces, der foregår i sandkassen, kaldes sandleg.

Når man rækker ud efter en figur fra hylden og sætter den i sandkassen, skabes et billede, som fortæller mere end mange ord. ”Når jeg laver mit billede, kan jeg se, hvad jeg føler”.

Samspillet

I den kreativitet, som udfoldes i sandkassen, er der to deltagere. En aktiv og en passiv. En aktør og et vidne. Og så er der sandet, som gradvist befolkes og besjæles.

Vidnet, terapeuten, forholder sig stille og så neutral som muligt, men parat til at modtage, støtte, stå bi, se på. Måske se det, der ikke før har kunnet tåle dagens lys.

For ingen kommer i terapi uden grund. Noget gør ondt, og det er undersøgelsen og opklaringen af denne smerte, terapi handler om.

Billeddannelsen - eller symboliseringsprocessen - bruges som indgang til dybere lag i psyken, og den sættes i gang i det øjeblik, symbolet vælges og sættes i sandet.

Sandplay terapi tilbydes sammen med terapi med større børn og voksne, der har været udsat for traumer i det før sproglige. Kroppen husker Sandplay hjælper børnene til at symbolisere det som hidtil ikke har været bevidst for dem.

For mange er det en givende metode til at få følelser, der er svære at sætte ord på, frem i lyset og dermed få mulighed for at tale om dem.

I terapien har mange børn været igennem udviklende og helende Sandplay forløb:

Eks.

Oliver er 4 år gammel. Oliver er meget ked af det i perioder og meget bekymret for sin far, som han ikke har set længe. Han har ikke ord til at beskrive sin indre smertefulde tilstand. Derimod er han en fysisk meget stærk dreng, og han viser sin ulykkelige situation ved at ødelægge, slås og blive meget ustyrlig for pædagogerne i børnehaven.

Oliver kommer i Sandplay terapi 5 gange, hvor han koncentreret arbejder med figurerne i sandet og slår mange slag mellem 'de gode og de onde'. Oliver beder selv om at stoppe forløbet. Han mener ikke, han har tid til at komme mere. Oliver's mor fortæller, at der er sket en helt utrolig forandring. Han leger og isolerer sig ikke mere på samme måde som tidligere, og i børnehaven trives og fungerer han fint.



Eks.

William er 8 år. Han er en rodløs, urolig og ikke alderssvarende dreng med en meget uforudsigelig baggrund. Han har et uudviklet sprog, og han har derfor meget svært ved at fortælle noget om sig selv. William er ikke alderssvarende skolemæssigt. Han har en meget lille selvfølelse, der viser sig ved, at han enten spiller 'sej' og usårlig, eller han kryber helt sammen og taler babysprog.

William viser ved terapiens start usikkerhed på sin tilknytning til sin omsorgsperson. Han er i Sandplay terapi én gang om ugen igennem 11 måneder.

William har lavet mange billeder af sin familie og sine betydningsfulde relationer. William er nu tydeligvis meget sikker på, hvem han hører til. Han har kæmpet mange kampe mellem 'de gode og de onde' kræfter.

William er i dag meget mere rolig. Hans ordforråd er steget markant. William kan nu indgå i en helt almindelig dialog. Han kan modtage undervisning, og hans præstationsniveau er stadig stigende.

Et Sandplay forløb kan vare fra få seancer til langvarige, kontinuerlige forløb.