

用箱庭读懂孩子

王项梅 徐艳

青岛市崂山区爱莉斯小哈佛幼儿园

DOI:10.12238/eces.v3i3.4483

[摘要] 箱庭是一种心理疗法,尤其是对幼儿来说,箱庭就是一种游戏,孩子在游戏中能够将自己的情感进行表达,在加上专业的指导,让幼儿充分的表达,表达即治疗。同时通过箱庭游戏能够发现原生态家庭对孩子的影响,也能感受到箱庭为我们与家长沟通提供依据,让家长能够看得见,摸得着。让家园更加和谐,为幼儿成长提供支持帮助。

[关键词] 箱庭; 游戏; 亲子关系; 原生态家庭

中图分类号: G78 **文献标识码:** A

Understand Children with Sand Play

Xiangmei Wang Yan Xu

Alice Little Harvard Kindergarten, Laoshan District, Qingdao

[Abstract] Sand play technique is a kind of psychotherapy, especially for young children, which is a kind of game. Children can express their emotions in the game. With professional guidance, children can fully express themselves. Expression is therapy. At the same time, the impact of the original ecological family on children can be found through sand play, and we can also feel that sand play provides a basis for us to communicate with parents, so that parents can see and touch, which can make home more harmonious and provide support and help for the growth of children.

[Key words] sand play technique; game; parent-child relationship; original ecological family

当今社会,心理问题已变成社会普遍关注的问题,甚至呈现低龄化倾向,因心理问题而造成的悲剧时常上演,让我们为之痛心。中国古语说得好:三岁看大,七岁看老。3-6岁是一个人成长的关键时期,如何在这一阶段形成健康的心理,懂得表达情绪、学会纾解压力,或许会成为影响其一生发展的关键。幼儿园中如何借助箱庭游戏疗愈幼儿情绪,为幼儿和家长提供有效支持和帮助。

箱庭顾名思义就是制造庭院。把我们看不见、摸不着、无实体的潜意识,也就是我们的内心世界通过玩具和沙箱呈现出来,随后咨询师陪伴着来访者通过旁观者清的角度去看待问题、探索问题、解决问题的一种主流的心理干预的方式。它的主要治疗原理是母子一体咨访关系和表达即治疗。表达即治疗是又包括制作的表达,语言的表达和情绪的

表达。制作就是制作箱庭。其实制作箱庭对于我们每一个人来说,也是内在自我的一次梳理和整合。当我们制作完成了这个作品之后。再通过语言的方式表达给咨询师,咨询师通过无条件积极关注、静默地倾听,有效的陪伴创造良好的母子一体咨访关系。

1 箱庭有助于幼儿心理疏导

一位妈妈因住院做手术,担心医院病菌多,就没让孩子去医院陪伴自己,因此孩子第一次好几天没看到妈妈。当自己回家后,发现孩子突然特别没有安全感,特别缠人。一时看不到妈妈就哭闹发脾气,变得特别敏感,家里人对此也非常苦恼。在箱庭陪伴中,孩子将医院的事情进行了摆放,我有意识的对孩子做了引导,神奇的事情发生了,箱庭活动后孩子情绪发生了变化。妈妈向我反馈说孩子将内心的情绪释放出来,回家后不再缠

着大人了。也回到了之前快乐的状态,脸上又重新有了开心地笑容。

通过这个案例可以看出,箱庭中有一个很重要的特点是表达即治疗。以沙箱为中心,给孩子创造一个用自由与爱所保护的空間,让孩子在自己的世界中进行疗愈,帮助孩子走出焦虑不安的情绪。作为陪伴者和观察者,我们需要提供科学的语言引导作为支持,帮助孩子去表达、去发泄、去寻找自己内心的秘密,做好情绪的疏导。

2 箱庭有助于帮助我们更好的于与家长沟通

遇到过一个厌学的孩子,不喜欢上幼儿园,也不想上学。孩子做的箱庭名字叫《飞机救援》,其中有两架飞机被栅栏挡住,当时我发现后就问孩子为什么会有栅栏?孩子说栅栏是挡住那家磨磨蹭蹭的飞机不让它去救援。其实这也是一

种日常生活投射到作品中的表现,于是我就继续和孩子交流,原来是自己在家里总是磨蹭,妈妈就会喊他、批评他,尤其是和弟弟一起玩,弟弟总会弄坏自己的玩具,妈妈还教育孩子要学会谦让弟弟。其实这就是现在二孩家庭了可能普遍存在的问题,因为有了老二,老大感觉到被忽视。于是我又问他:如果弟弟弄坏你的玩具,你的心情不好该怎么办?孩子说我会到自己的房间里等情绪好了再出来。通过与孩子的互动,几个问题就把距离拉近,同时也能够走进孩子的内心,引导孩子把自己的情绪情感用箱庭游戏的方式得到宣泄,用语言表达出来,然后孩子的内心就会得到疗愈。

箱庭结束后,我们将背后存在的真正原因与家长进行沟通交流,帮助家长自省家庭教育中的问题,与家长沟通后,家长开始关注孩子的情绪,也开始调整自己与孩子的沟通方式,孩子慢慢不再抵触上学这件事情,而且还希望去上学,希望再去做箱庭游戏,孩子的情绪也变得越来越好了……

随着国家二胎政策的全面放开,现在二胎家庭越来越多。希望二胎家庭更好地关注到老大的情绪和发展,在家庭中多运用有效的沟通和陪伴,建立和谐温馨的家庭氛围。

3 箱庭有助于观察到原生态家庭对孩子的影响

《上学去》是一个大班幼儿的箱庭作品,孩子通过自己的设计描述了一幅去上学的景象,可以看出孩子的摆放是非常有秩序的,这种情况是很少见的。其实这是因为孩子的爸爸妈妈做事情非

常有板有眼,每周都会召开家庭会议,就一周的家庭生活做出详细的计划与安排,这样的环境潜移默化的影响,孩子在摆弄沙盘时也是规规矩矩,方方正正。同时也能够发现其中有一位小朋友独立上学,这其实是一种内心的映射,即孩子自己内心强烈的想要成长的愿望与表现。

通过《上学去》能够发现家庭教育对孩子的影响。家长能够抓住孩子的敏感期,有的放矢地进行引导,持之以恒地坚持下去,孩子的习惯自然养成。当然,家庭教育也要顺应孩子的天性,让孩子在一定规则下快乐成长是非常重要的,规则和自由把握得当对孩子快乐成长起着重要的作用。

4 箱庭有助于亲子关系的建立

曾有个小女生颇有领导气概,在幼儿园总会指挥小伙伴一起做游戏。宝宝妈妈是一名公司高管,平时非常忙。待人接物非常热情,性格很开朗,雷厉风行,对宝宝的要求也比较严格。妈妈和孩子一起进行的亲子箱庭。由于在游戏规则中母子不能有交流,只能轮流进行摆放沙具,也可移动对方的沙具,当孩子将游乐场摆在了学校的旁边,妈妈把游乐场移走了;当孩子在学校旁边摆上KTV,妈妈将KTV移走了。于是,孩子再也不在学校旁边摆放东西了。而且在之后摆放东西时,孩子每摆放一个玩具都会不自觉的看看妈妈,当看到妈妈的表情自己才踏实放心。当问孩子为什么要把游乐场和KTV放在学校旁边,孩子说:“我想学生在学习后就可以直接到游乐场游戏,而且学校的操场太小,游乐场可以当操场玩。”妈妈突然意识到自己认为给孩子

营造的氛围比较宽松,但通过亲子箱庭,发现很多时候自己对孩子的管控是不自觉就有了;少了很多倾听孩子声音的机会。要多给孩子自主选择的机会,让孩子能够多思考,不要事事都给孩子安排好,规划好。我们给与孩子的,未必是孩子想要的。亲子箱庭,让我们更好的透过箱庭,帮助家长了解自己的教养方式。

亲子箱庭的一个重要作用就是让家长通过参与去体会、体会后反思、反思再调整、调整看改变这样的形式更好的倾听孩子的声音。所以,从自我开始,关注孩子,关注孩子的内心世界,认识自我,调整自己教养方式,给孩子一个自主选择快乐成长的童年。

爱玩是孩子的天性,没有孩子不喜欢玩沙,而箱庭就是利用这一点自然而然的吸引住幼儿,通过潜移默化的方式走进孩子的内心,倾听孩子的声音。箱庭让我和孩子们有了一个链接,和家长们有了链接,透过箱庭,让我们来看家庭教育,看原生态家庭对孩子的影响。透过箱庭,帮助我们更好的理解孩子,寻找更好的方式方法,帮助成人更好的了解幼儿的情绪,从而反观其行为背后的原因,为家长提供帮助与支持,给孩子一个快乐的童年。

[参考文献]

[1]张日昇.箱庭疗法[J].游戏疗法与箱庭疗法,2021,19(18):83.

[2]陪玩游戏,读懂孩子的心[J].家教世界,2020,(08):44-45.

[3]陈珠.读懂绘本,读懂孩子[J].华人时刊(校长),2020,(12):42-43.