

# 1 例强迫症患者沙盘治疗效果

褚福柳 焜海珍 杨玉芹 曹建琴

【关键词】 强迫症; 沙盘治疗

中图分类号: R749

文献标识码: B

doi: 10.11886/j.issn.1007-3256.2015.01.028

国外流行病学调查显示强迫症在全世界人口中的患病率约为 2%~3%<sup>[1]</sup>。作为临床常见的精神障碍,强迫症的治疗也令人棘手。临床上多采用药物治疗与心理治疗相结合的方法,甚至会使用电休克等疗法,但疗效有待商榷。沙盘治疗作为一种较好的治疗方式被应用于神经症的治疗,但是被应用于治疗强迫症的研究却比较少。有研究表明,沙盘治疗被应用于强迫症患者可以有效缓解其强迫症状及焦虑情绪<sup>[2]</sup>。

## 1 病 例

1.1 基本情况 患者 J,女,18 岁,家中独女,来访时为高一新生,自幼学习优秀,以当地中考状元的名次考入重点高中。为了获得更多的关注,J 总是请同学吃饭,积极组织集体活动。在 J 小的时候,父亲曾经受过一次重伤,J 一直认为这次受伤是因她而起,所以一直处于深深的自责中。母亲是中学教师,在家比较强势,对 J 父亲不认可,导致 J 对父亲的情感矛盾。

来访者进入高一 1 月后,表现为不能适应高中生活,成绩显著下降,自述有强迫症状,感觉疲惫,现已休学,主动寻求心理治疗师帮助。经精神科医生检查,排除恐怖症和重性精神疾病,诊断为强迫症,以强迫思维为主,耶鲁布朗强迫症状量表(Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale, Y-BOCS)总评分为 22 分,明显影响日常生活。

1.2 沙盘治疗过程 从 2013 年 10 月 10 日-2014 年 3 月 25 日,治疗时间 5 个月,50 分钟/次,咨询频率初始为一周两次,后逐渐改为两周一次,共 20 次。Allan 和 Berry 将沙盘治疗分为三个阶段:混乱阶段、对抗阶段和解决困难阶段<sup>[3]</sup>。根据国内咨询的惯例,将 J 的沙盘治疗分为四个阶段<sup>[4]</sup>。

### 1.2.1 问题呈现阶段(第 1~3 次)

第一阶段体现了 J 对获得良好人际关系的渴求,保持优秀成绩的压力。

第一次沙盘作品 J 描述“温馨的庭院,庭院外有很多家禽,有大人带着小孩玩,情侣散步。”她的庭院被

栅栏包围了起来,这与她封闭的内心世界有关。栅栏有一开口,通过三座小桥与外界联系,体现了来访者对与外界交往的渴求;但是三座小桥很崎岖,也体现了与外界交流的艰难<sup>[5]</sup>。在每次沙盘游戏中,J 都精心安排每件沙具的位置,力求完美,这是强迫症患者在沙盘游戏中的典型症状。在此次沙盘中她选择了一个手有点脏的小人来代表父亲,这体现了 J 对父亲形象有一点不认同。第三次沙盘作品中,J 描述“学校里有个迂腐的老师,在给同学讲课,学校外边有很多动物。”学校里的学生挤在一起,体现了 J 对亲密关系的需求,对学校生活的向往,同时也体现了学校生活带给她的压抑。

通过第一阶段的沙盘制作,展现了 J 的矛盾和困难,揭示了原生家庭矛盾带给她的创伤。在 J 的原生家庭中,父母经常吵架,J 总是努力保持成绩优秀,避免自己成为父母吵架的导火索。进入重点学校后,J 感觉难以保持理想成绩,进而出现强迫思维,头脑中反复出现同一件事情,不能进行正常的学习和社会活动。在治疗师的引导下,J 认识到了自己的矛盾和困惑,对未来有了新的期待,这是一个成长的积极信号。

### 1.2.2 斗争对抗阶段(第 4~10 次)

第二阶段,展现 J 好与坏的冲突、对峙。在第六次沙盘中,沙盘中的事物之间相互对立。在第九次的沙盘中,J 描述大家在城堡前边跳舞、玩乐。但是城堡外侧有很多大型的猛兽虎视眈眈的对着城堡。这些都展示了来访者内心的冲突和人际关系对立。在这次沙盘中,父亲的形象戴着礼帽,拿着公文包。这预示着 J 在沙盘治疗中,出现了接纳父亲的迹象。在父亲的旁边出现了一个婴儿的形象,这显示 J 在治疗师的包容下,出现了退行的现象,她觉得足够安全可以释放自己。在治疗师的接纳下,J 将自己内心的冲突,对立,矛盾完全的展现出来,这为进一步解决来访者的问题提供了可能性。

### 1.2.3 转化成长阶段(第 11~16 次)

在第十一次沙盘中,J 的沙盘摆设中,人物和动物都开始成对出现,呈现相互依偎的状态,提示 J 对亲密人际关系的向往和接纳。在第十六次沙盘中,J 描述为地球军队与外星人打仗,有很多人都死掉了,但是活

作者单位:163000 大庆市第三医院(褚福柳,焜海珍,杨玉芹);哈尔滨医科大学大庆校区(曹建琴)

下来的人都很幸福快乐。在第三阶段的治疗中, J 开始渐渐摒弃之前的不良情绪和情结, 努力与他人建立良好的关系。但是士兵多次出现, 体现了来访者的防备心理, 对与人交往互动模式的担心和害怕。

#### 1.2.4 治愈整合阶段(第 17~20 次)

第四阶段治疗中的第十九次的沙盘, 大型的猛兽已经被个头比较小的恐龙宝宝所代替, 虽然 J 的不安依然存在, 但是已经不再构成威胁。地上撒了美丽的珠宝, 明亮的灯塔照耀着整个沙盘。J 最后摆入沙盘的是一只蝴蝶, 这只蝴蝶代表美好, 代表 J 出现治愈的迹象。在第四阶段的治疗中, 太阳多次出现, 体现了来访者转化和治愈的倾向。太阳是万物生长的能量来源, 代表着力量, 支撑着来访者<sup>[5]</sup>。这是 J 的突破, 预示着来访者的好转。

## 2 讨 论

经过 20 次沙盘治疗, Y-BOCS 总评分为 14 分, 对日常生活影响不明显。J 开始上补习班, 准备下半年高一复读。

整个治疗过程中, J 都在规范的沙盘室中由治疗师陪同进行。让来访者觉得“安全、接纳、自由”, 以减少其阻抗, 积极接受治疗。治疗的第一阶段, 展现了 J 的问题, J 总是用栅栏将自己的庭院围起来, 这是一种交流的障碍, 是界限的标志, 这种状态阻碍其开展新的学习生活, 导致其心理失衡。第二阶段, J 的沙盘突出体现了她内心的冲突和人际关系对立, 通过治疗师的

包容、指导, J 渐渐地将对立转化, 她的问题也出于此。第三阶段, J 的沙盘显示不安全感, 总是有护卫保卫她的家园。第四阶段的时候她内心的阳光面出现, 虽然依旧有威胁, 但已不打扰她的正常生活。

在整个沙盘治疗过程中, J 的沙盘中总是有超人、女神的形象存在, 这些英雄原型是个体已觉醒的自我, 往往是一个积极的原型体现。桥梁在 J 的沙盘中也总是出现, 桥梁是连接、沟通的重要建筑物, 也沟通了人与人之间的关系, 因此桥首先是象征着起沟通作用或连接作用的人或物<sup>[5]</sup>。这些都是她治愈好转的有利条件。她依然愿意与外界交流、沟通, 有支撑她好转的力量。沙盘治疗利用沙、玩具等提供了 J 潜意识释放的通道, 为其内心整合提供了媒介。

## 参 考 文 献

- [1] Kessler RC, Chiu WT, Demler O, et al. Prevalence, severity, and comorbidity of 12-month DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication [J]. *Arch Gen Psychiat* 2005; 62(6): 617-627.
- [2] 张雯, 张日昇. 箱庭疗法对强迫症状大学生的治疗过程及有效性研究 [J]. *中国临床心理学杂志* 2012; 20(1): 111-115.
- [3] 林明清. 一位注意力缺陷过动症儿童的沙盘治疗历程分析研究 [D]. 台湾: 国立台南师范学院 2002.
- [4] 李科生, 朱强, 陈京军, 等. 一例适应性障碍女大学生沙盘治疗过程及其效果 [J]. *中国临床心理学杂志* 2011; 19(3): 401-403.
- [5] 张日昇. 箱庭疗法 [M]. 北京: 人民教育出版社 2006: 153.

(收稿日期: 2014-11-03)

## 研究设计与统计分析写作要求

1. 研究设计: 应告知研究设计的名称和主要方法。如调查设计(分为前瞻性、回顾性还是横断面调查研究), 实验设计(应告知具体的设计类型, 如自身配对设计、成组设计、交叉设计、析因设计、正交设计等), 临床试验设计(应告知属于第几期临床试验, 采用了何种盲法措施等); 主要做法应围绕 4 个基本原则(重复、随机、对照、均衡) 概要说明, 尤其要告知如何控制重要非试验因素的干扰和影响。

2. 统计学分析方法的选择: 对于定量资料, 应根据所采用的设计类型、资料具备的条件和分析目的, 选用合适的统计学分析方法, 不应盲目套用  $t$  检验和单因素方差分析; 对于定性资料, 应根据所采用的设计类型、定性变量的性质和频数所具备的条件及分析目的, 选用合适的统计学分析方法, 不应盲目套用  $\chi^2$  检验。对于回归分析, 应结合专业知识和散点图, 选用合适的回归类型, 不应盲目套用直线回归分析; 对具有重复实验数据检验回归分析资料, 不应简单化处

理; 对于多因素、多指标资料, 要在一元分析的基础上, 尽可能运用多元统计分析方法, 以便对因素之间的交互作用和多指标之间的内在联系做出全面、合理的解释和评价。

3. 统计结果的解释和表达: 当  $P < 0.05$  (或  $P < 0.01$ ) 时, 应说对比组之间的差异具有统计学意义, 而不应说对比组之间具有显著性(或非常显著性) 差异; 应写明所用统计分析方法的具体名称(如: 成组设计资料的  $t$  检验、两因素析因设计资料的方差分析、多个均数之间两两比较的  $q$  检验等); 统计量的具体值(如:  $t = 3.45$ ,  $\chi^2 = 4.68$ ,  $F = 6.79$  等); 在用不等式表示  $P$  值的情况下, 一般情况下选用  $P > 0.05$ 、 $P < 0.05$  和  $P < 0.01$  三种表达方式即可满足需要, 无须再细分为  $P < 0.001$  或  $P < 0.0001$ 。当涉及总体参数(如总体均数、总体率等) 时, 在给出显著性检验结果的同时, 再给出 95% 置信区间。