

Ruth Ammann
Die Sandspieltherapie

Therapie & Beratung

Ruth Ammann

Die Sandspieltherapie

Resonanz zwischen Körper und Seele

Psychosozial-Verlag

*Dieses Buch widme ich
meiner wunderbaren Freundin und Kollegin Andreina Navone in Rom
und der Internationalen Gesellschaft für Sandspieltherapie, ISST,
an deren Aufbau und Gedeihen ich viele Jahre mitwirken durfte.*

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Vollständig überarbeitete und erweiterte Neuauflage der Ausgabe von 2001
(Düsseldorf, Zürich: Walter)

© 2019 Psychosozial-Verlag, Gießen

E-Mail: info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)

ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert

oder unter Verwendung elektronischer Systeme

verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Fotografie einer Sandspielszene

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

ISBN 978-3-8379-2933-1 (Print)

ISBN 978-3-8379-7631-1 (E-Book-PDF)

Inhalt

	Einleitung	7
1	Das Sandspiel – Eine Jung'sche Therapiemethode?	11
2	Einführung in die Methode des Sandspiels	21
3	Gedanken zu Sand – Spiel – Raum	37
4	Sandbilder – Gestaltung und Auflösung	47
5	Sandspiel – Ein Fluss von bewegten und bewegenden Imaginationen	57
6	Anwendung des Sandspiels in der analytischen Arbeit	73
7	Raumsymbolisches Deutungsschema	79
8	Eva – Der Heilungsprozess einer schwer depressiven Frau	83
9	Maria – Der Heilungsprozess eines Kindes	119
10	Elisabeth – Ein Transformationsprozess des Weiblichen	137
11	Anna – Das Zusammenspiel von Sandbildern, Träumen und gemalten Bildern	161

12	Resonanz und Übertragung-Gegenübertragung	187
	Pia – Der therapeutische Prozess einer jungen Frau mit einer vererbten, progressiven Muskeldystrophie	
13	Die Rückschau am Ende des therapeutischen Prozesses	217
14	Schluss	221
	Glossar	225
	Anmerkungen und Literatur	231

Einleitung

1989 erschien mein Buch zum ersten Mal mit dem Titel *Heilende Bilder der Seele. Das Sandspiel – der schöpferische Weg der Persönlichkeitsentwicklung*. Damals war die Sandspieltherapie noch nicht weit verbreitet, ihre Anerkennung als Therapiemethode war erst in den Anfängen. Die Internationale Gesellschaft für Sandspieltherapie ISST war noch klein, war sie doch erst 1985 von Dora Kalff gegründet worden.

2001 erschien mein Buch zum zweiten Mal in erweiterter Form mit dem Titel *Das Sandspiel. Der schöpferische Weg der Persönlichkeitsentwicklung*.

Seither sind nun wieder 18 Jahre vergangen, und in der Welt der Sandspieltherapie hat sich sehr viel verändert.

Die Internationale Gesellschaft für Sandspieltherapie ISST, deren Präsidentin ich von 2003–2011 sein durfte, entwickelte sich zu einer Gemeinschaft von 13 nationalen Gesellschaften, vielen individuellen Mitgliedern und zahlreichen sogenannten »Developing Groups« – nationalen Ausbildungszentren, die das Ziel haben, Psychotherapeuten verschiedener Richtungen zu Sandspieltherapeuten auszubilden und später eine nationale Gesellschaft zu bilden. All das geschieht heute auf fünf Kontinenten.

Auch am C. G. Jung-Institut Zürich, wie auch an den meisten Jung-Instituten in anderen Ländern, ist das Sandspiel heute als wertvolle Ergänzung zur verbalen Analyse anerkannt und voll in den Lehrplan integriert.

2007 wurde die ISST von der IAAP, der Internationalen Gesellschaft für Analytische Psychologie als »IAAP Allied Organisation« anerkannt, was bedeutete, dass die Sandspieltherapie von den Jung'schen Psychoanalytikern weltweit als eine wertvolle Psychotherapieform anerkannt wurde. Wie in den Statuten der ISST festgehalten, ist die theoretische Basis des Sandspiels die Psychologie C. G. Jungs. Die Ausbildung zum Sandspieltherapeuten erfordert eine reglementierte Ausbildung, die Selbsterfahrung, Theorie und Supervision umfasst. Damit hat die Methode ihr anfängliches Dasein als »nette, leicht er-

lernbare Zusatztherapie, hauptsächlich für Kinder« endgültig verlassen und steht nun als anerkannte und fundierte psychotherapeutische Methode für Kinder und Erwachsene da. Diese weltweite Anerkennung der Sandspieltherapie hat den Psychosozial-Verlag bewogen, das Buch neu aufzulegen.

Schon in der zweiten Auflage fügte ich Kapitel 11, *Anna*, an, weil es mir wichtig schien, zu zeigen, wie die drei verschiedenen Zugänge zum Unbewussten eines Menschen, die wir in der Jung'schen analytischen Arbeit verwenden, nämlich Träume, gemalte Bilder und Sandbilder, zusammenwirken und sich gegenseitig ergänzen können.

Nun ist das Buch nochmals erweitert worden um zwei Kapitel: Im Kapitel 12 zu Resonanz und Übertragung-Gegenübertragung, verbunden mit dem Therapieverlauf einer jungen Frau mit einer vererbten, progressiven Muskeldystrophie, beschreibe ich die Möglichkeit, das Sandspiel in der Psychosomatik erfolgreich einzusetzen. Hier geht es um die Wirkung des Sandspiels auf Körper und Seele, nämlich um die Möglichkeit, durch die kreative Arbeit mit dem Sand-Körper Körper und Seele des Analysanden in eine lebensfördernde Resonanz zu bringen.

Im Kapitel 13 beschreibe ich erstmals die sogenannte »Review«, d. h. die sorgfältige Rückschau am Ende der gestalterischen Therapiephase über alle Sandbilder unter Einbezug von Notizen, Erinnerungen und Träumen des Analysanden wie auch des Analytikers. Diese Synthese des gesamten Sandspielprozesses ist einmalig, wir kennen sie so in keiner anderen Therapieform.

Warum ich jedoch die therapeutische Methode des Sandspiels allen Psychotherapeuten, ganz besonders aber auch den Jungianern noch näherbringen möchte, hat mehrere Gründe: Erstens gibt es uns die Möglichkeit, den bisher in der Analyse oder Psychotherapie doch immer noch vernachlässigten Körper verstärkt einzubeziehen. Durch die gestaltende Hand-Arbeit am Sandkasten wird nicht nur der Körper des Analysanden aktiviert und in Bewegung gebracht, sondern oft wird in den Sandbildern auch die körperliche Befindlichkeit des Analysanden deutlich sichtbar, was in der verbalen Analyse anhand von Träumen nicht in diesem Maße der Fall ist.

Außerdem können wir beim Sandspiel in noch stärkerem Maße die besondere partnerschaftliche therapeutische Haltung beobachten, die dem jungianischen Therapieverständnis ohnehin zugrunde liegt. Ausgangspunkt der Methode des Sandspiels bildet wie in der Analyse das Vertrauen in und das Wissen um die Selbstheilungsmöglichkeiten im Menschen. Im Gegensatz zur verbalen Analyse liegt aber beim Sandspiel die Aktivität in der ersten, gestaltenden Phase der Therapie mehr beim Analysanden, der

Analytiker verhält sich aufmerksam, mit allen Sinnen wahrnehmend, aber zurückhaltend. Es wird in dieser Phase nicht gewertet und nicht analysiert, was für psychisch und physisch leidende Menschen außerordentlich entlastend ist. Sandspieltherapeuten sind Psychotherapeuten, sie verhalten sich aber wegen des spezifischen Settings des Sandspiels zuerst einmal beobachtend und einführend. Das heißt aber nicht, dass nicht gesprochen wird. Der Sandspieler erzählt oft viel zu seinem Bild, und der Sandspieltherapeut kann auf sensible Weise Fragen stellen oder seine Beobachtungen einbringen. Es wird also gesprochen. Immer aber ist der Dialog auf das Dritte, nämlich das sichtbare, konkrete Sandbild bezogen, was dem Gespräch etwas Handfestes gibt, man kann sich nicht so leicht in luftigen Fantasien verlieren.

Nicht auf Sandbilder, sondern auf gemalte Bilder oder Zeichnungen bezogen schreibt C. G. Jung in »Ziele der Psychotherapie« deutlich zu diesen »luftigen Fantasien«:

»Psychologisch gesehen macht es einen gewaltigen Unterschied aus, ob einer einige Male pro Woche ein interessantes Gespräch mit seinem Arzt führt, dessen Ergebnis irgendwo in der Luft hängt, oder ob er mit widerspenstigen Pinseln und Farben sich müht, um etwas, oberflächlich betrachtet, völlig Sinnloses zustande zu bringen. Wäre es nun wirklich sinnlos für ihn, so würde die Bemühung, es zu zeichnen, ihn derart anwidern, dass er wohl kaum ein zweites Mal wieder an diese Übung heranzubringen wäre. Weil aber seine Phantasie ihm doch nicht völlig sinnlos erscheint, so wird die Betätigung derselben ihre Wirkung noch unterstreichen. Überdies zwingt die materielle Gestaltung des Bildes zu einer anhaltenden Betrachtung desselben in allen Teilen, sodass es dadurch seine Wirkung völlig entfalten kann.«¹

Was Jung hier sagt, gilt natürlich nicht nur für das Malen im therapeutischen Kontext, sondern auch für die Sandspieltherapie.

Nicht zuletzt meine ich, dass es auch für Analytiker wertvoll und sehr lehrreich ist, die Dynamik von psychischen Prozessen anhand von dreidimensionalen Bildserien verfolgen zu können. Ich wüsste nicht, wo man besser die beeindruckende, sinnrichtige Fähigkeit zur Selbstregulierung und zur Selbstheilung der menschlichen Psyche real mitverfolgen und später anhand der Abbildungen nachvollziehen könnte als beim Sandspiel.

Aus Gründen der Diskretion und weil es den Umfang dieses Buches sprengen würde, ist es mir nicht möglich, vollständige Sandspielprozesse darzustellen und diese auch ausführlich zu interpretieren.

Deshalb möchte ich in den Fallbeschreibungen vor allem auf die Punkte hinweisen, die mir besonders wichtig und typisch für den betreffenden Fall erscheinen. Ein großer Vorteil besteht ja darin, dass Sandbilder fotografiert werden können und somit psychische Vorgänge für den Leser sichtbar werden. Dennoch wird es schwierig sein, sie für den Außenstehenden verständlich und einfühlbar zu machen, denn gerade da kann man sagen, dass nur derjenige wirklich versteht, der Ähnliches schon erlebt hat.

Ich möchte noch darauf hinweisen, dass wir in der Analytischen Psychologie, also der Psychologie C. G. Jungs, Menschen, die in unsere Praxis kommen, Analysanden nennen. Das bedeutet im ursprünglichen Sinne, dass diese eine verbale Analyse machen. Ich verwende aber die Bezeichnung für alle Erwachsenen in meiner Praxis. Wenn ich sage »der Analysand« und nicht »die Analysandin«, hat das nichts Diskriminierendes an sich. Mir scheint die Bezeichnung »der Analysand« neutral, verwendbar für Frauen und Männer, wenn es sich nicht um eine bestimmte Person handelt. Hingegen sage ich, obschon ich Jung'sche Analytikerin bin, nicht »Sandspielanalytiker«, sondern »Sandspieltherapeutin«, weil dies der Tatsache Rechnung trägt, dass es auch Sandspieltherapeuten gibt, die über eine andere Grundausbildung zu dieser Methode kommen.

Der Verlag und ich sind übereingekommen, dass es richtig sei, dieses Buch auch für die Leser verständlich zu machen, die über kein großes Fachwissen verfügen. Ich bemühe mich, einfach zu schreiben, unumgängliche Fachbegriffe werden im Glossar am Ende des Buches erklärt.

Die therapeutische Methode des Sandspiels habe ich neben meinem Studium am C. G. Jung Institut Zürich bei Dora M. Kalff in Zollikon erlernt – zuerst in Eigenerfahrung, dann in einigen Jahren sandspieltherapeutischer Arbeit als ihre Assistentin. Ich verdanke Dora Kalff sehr viel, denn sie hat mich nicht nur in diese außerordentlich wertvolle Methode eingeführt, sondern mir auch viel grundlegend Wichtiges vermittelt in Bezug auf den Verlauf von psychischen Prozessen und die therapeutische Haltung des Analytikers.

An dieser Stelle möchte ich allen an der Neuauflage dieses Buches Beteiligten aus dem Psychosozial-Verlag sehr herzlich danken, insbesondere Hans-Jürgen Wirth, der mein vergriffenes Buch zum Sandspiel wieder aus dem Dornröschenschlaf erweckt hat, und Johannes Ahrens, der das nun stark erweiterte Buch sehr aufmerksam lektoriert und mit hilfreichen Anmerkungen bereichert hat. Ganz besonders danke ich ferner Maria, Eva, Elisabeth, Anna und Pia sowie allen Analysanden, die mir erlaubten, die Diapositive ihrer Sandbilder zu verwenden, ohne die dieses Buch nicht zustande gekommen wäre.