

Das Sandspiel in der psychosozialen Praxis¹

**„Denn, um es endlich auf einmal herauszusagen,
der Mensch spielt nur,
wo er in voller Bedeutung des Worts Mensch ist,
und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“**

Friedrich Schiller²

Bei einem Misserfolg ist im Volksmund schnell die Rede davon, dass jemand eine Sache „in den Sand gesetzt“ hat. Als „Sandkastenspiele“ gelten in Gesellschaft, Politik und Wirtschaft Projekte, die man nicht ernst nimmt und belächelt. Auch Insider aus dem therapeutisch – pädagogischen Bereich zeigen sich oftmals verwundert über das therapeutische Angebot des Sandspiels.

Manche Menschen assoziieren mit dem Sandspiel Urlaubserfahrungen an der See, andere erwarten ein „Förmchen-Spielen“ in einem Kasten. Es löst interessiertes oder auch ungläubiges Staunen aus, dass selbst Erwachsene aller Berufsgruppen, Gesellschaftsschichten und Ausbildungsniveaus zunehmend das Sandspiel als Form der Selbsterfahrung und Therapie für sich entdeckt haben.

Die historische Entwicklung des Sandspiels

Das Sandspiel wurde von der Schweizer Analytikerin Dora M. Kalff entwickelt. Als schöpferisch-kreative Methode wurde es ursprünglich für Kinder konzipiert. Heute arbeiten Menschen aller Altersgruppen mit dieser tiefenpsychologisch fundierten Methode, die auf der Analytischen Psychologie C. G. Jungs fußt.

Das Sandspiel lässt sich auf verschiedene kulturelle Traditionen³ zurückführen, die historischen Wurzeln bilden u. a. die „Floorgames“ des englischen Schriftstellers H. G. Wells und die „World Technique“ Margaret Lowenfelds.

¹ Veröffentlicht im Jahrbuch der Heilpädagogik 2004, Berlin 2004, S. 50

² Friedrich Schiller im 15. Brief „Über die ästhetische Erziehung des Menschen“ an Friedrich Christian, Herzog von Schleswig-Holstein-Augustenburg (1793)

³ Z.B.: Sandbilder der Navajos, tibetanische Streumandalas und taoistische Miniaturgärten

Die „Floorgames“ H. G. Wells’

Der englische Schriftsteller H. G. Wells verfasste 1911 die für die damalige Zeit ungewöhnliche Publikation „Floorgames“. Darin beschreibt er, wie er und seine beiden kleinen Söhne mit Figuren und verschiedensten Objekten oft tagelang auf dem Fußboden spielten.

Menschen, Häuser, Züge und Tiere verwandelten den Fußboden des Kinderzimmers in ein Phantasieland, in dem zwei Spiele bevorzugt gespielt wurden: Das „Spiel der wunderbaren Inseln“ und das „Städtebauspiel“.⁴ H. G. Wells war überzeugt, dass das Spielen in der Kindheit eine wichtige Entwicklungsgrundlage für kreative Fähigkeiten und Ideen im Kindes- und Erwachsenenalter darstellt. Allerdings lag es ihm fern, die spontanen Konstruktionen seiner Kinder psychologisch interpretieren zu wollen. Seine Idee, dass das Spiel die kindliche Entwicklung optimal begleitet und fördert, ist heute unumstritten. Das Spiel hat sich als kreatives Medium in der psychosozialen Versorgung und psychotherapeutisch - heilpädagogischen Behandlung von zahlreichen emotionalen Störungen, Konflikten, Traumata, etc. bewährt.

Die „World Technique“ M. Lowenfelds

Die englische Ärztin Margaret Lowenfeld griff Wells’ Gedanken auf und transferierte sie in eine psychotherapeutische Methode, da sie die Chancen und Anwendungsmöglichkeiten, die im kreativen Spiel verborgen liegen, erkannte. Sie war überzeugt, dass viele Ideen und Zusammenhänge leichter in Bildern und Handlungen dargestellt werden können als in Worten. Sie beabsichtigte, abseits der verbalen Kommunikationsformen ein Medium zu finden, das für Klienten attraktiv ist und mit dessen Hilfe eine Kommunikation hergestellt werden kann. In ihrer Londoner „Clinic for nervous and difficult Children“ ermöglichte sie Kindern, mit Hilfe von vielen Miniaturen und Spielzeugen tiefste präverbale Gefühle und Gedanken symbolisch auszudrücken. Die Kinder bezeichneten dieses Spiel spontan als „The World“.

Das Sandspiel Dora M. Kallfs

Dora M. Kalf lernte die World Technique M. Lowenfelds kennen und verband sie mit der Analytischen Psychologie C. G. Jungs und religionsphilosophischen Elementen zum Sandspiel. Dora M. Kalf „beobachtete das Fehlen einer inneren Sicherheit bei Kindern der modernen Gesellschaft und betrachtete dies als Resultat einer Trennung von ihrem natürlichen Sein. Sie kritisierte nicht die Eltern dafür, stellte aber fest, dass unsere vom Rationalen und Mechanischen geprägte Gesellschaft

⁴ Wells, H. G.: Floor Games. Palmer, London, 1911. Neuauflage (1976), Arno Press

diesen wichtigen Aspekt einer Persönlichkeit nicht fördert.“⁵ Sie erkannte, dass im symbolischen Spiel ein wichtiger Dialog zwischen dem Unbewussten und dem Bewusstsein des Menschen entstehen kann.

Das Sandspiel, ein „projektives Verfahren“

Die Bezeichnung „Sandspiel“ hört sich mit der Komponente „Spiel“ zunächst sehr einfach an. Da die positiven Auswirkungen des Spiels häufig noch unterschätzt werden, könnten Vorurteile zu dem voreiligen Schluss verleiten, es handele sich lediglich um einen „Matschkasten“ zum „Ausagieren im Sand“ für Kinder.

Die Bilder des Sandspiels liefern dennoch wesentliche Grundlagen für eine fundierte analytische Diagnostik. Seine eigentliche Stärke entfaltet es jedoch in therapeutischen Prozessen, bei denen eine Serie von Bildern über einen längeren Zeitraum gestaltet wird. Dabei wird eine konstruktive Entfaltung der Persönlichkeitsstruktur erkennbar.

Beiden Anwendungsbereichen gemein ist die Methodik des projektiven Verfahrens, d.h. einer Verlagerung und Übertragung von innerpsychischen Vorgängen in die Außenwelt. Das Sandspiel ermöglicht dem Klienten auf spielerisch - konstruktive Art, eigene Seelenbilder in die „Außenwelt“ des Sandkastens zu übertragen. In diesen Bildern können sich Konflikte und Problemstellungen ausdrücken und Lösungswege anbahnen.

Die Ausstattung des Sandspielraumes

Zur Sandspieldausstattung gehören zwei Sandkästen, Sand, Wasser und eine möglichst umfangreiche Miniaturensammlung. Dem Spielenden werden zwei Kästen angeboten, deren Größe Dora M. Kalff mit Bezug auf den menschlichen Blickwinkel auf die Innenmaße von 57x72x7 cm festlegte.

Ein Kasten beinhaltet trockenen, rieselfähigen Sand mit eher weichem, gefühlvollem und flüchtigem Charakter. Dieser ermöglicht ein „leichteres“ Spiel und die Darstellung von Wüsten mit heiß – trockenen Erdbereichen. Solide Formen mit der Darstellung einer dritten Dimension sind nur eingeschränkt möglich.

Dagegen vermittelt der Sand im zweiten Kasten, vermischt mit Wasser schwere, dunkle und feucht - erdhafte Qualitäten. Es können Bilder mit dreidimensionalem Charakter entstehen, Landschaften mit

⁵ Kalff, Dora M.: Sandspiel, Regie und Produktion: Peter Ammann. Video, 1985, erhältlich beim C. G. Jung Institute, San Francisco CA; zit. bei: Mitchell, Rie Rogers; Friedman, S. Harriet: Konzepte und Anwendungen des Sandspiels. München, Basel: E. Reinhardt, 1997, S. 97

Bergen und Tälern, Sumpfbereiche und Überflutungen. Ob für das Sandspiel trockener oder nasser Sand ausgewählt wurde, kann wichtige diagnostische Hinweise liefern.

Aus tiefenpsychologischer Sicht umfasst der Sandkasten auch die Bedeutung eines Wandlungsgefäßes.⁶ Er bietet den Freiraum, wo sich Neues auf kreative, ursprüngliche Art und Weise entwickeln kann und darf.

Die Miniaturensammlung

Damit ein möglichst differenziertes Bild gestaltet werden kann, stehen den KlientInnen eine Vielzahl von Miniaturen und Materialien zur Verfügung. In den Regalen finden sich „en miniature“ Symbole, die uns in unserer Lebenswelt begegnen und Symbole, die für uns abstrakte, übergeordnete oder auch archetypische Bedeutungen haben. So gehören zur Grundausrüstung einer Figurensammlung z.B. Menschenfiguren unterschiedlicher Zeiten, Altersgruppen, Kulturen und Berufe, Häuser verschiedenster Bau- und Nutzungsarten, Bäume, Pflanzen und Tiere (wild, domestiziert, prähistorisch, etc.), Fahrzeuge, Symbole aus Religionen, fernen Welten und Kulturen, Naturmaterialien wie Steine, Muscheln, Moos, etc. Nicht nur schöne Figuren sind vorzufinden, sondern auch hässliche oder erschreckende Aspekte sollen mit Hilfe der Miniaturen darstellbar werden.

Sandkasten und Teile der Miniaturensammlung



⁶ zur Symbolik des Gefäßes vgl. bei C. G. Jung: GW, Bd. 6, § 406

Diese Figurenwelt spricht Menschen aller Altersgruppen durch ihren großen Aufforderungscharakter an. Eine differenzierte Sammlung ermöglicht dem Spielenden, aus einer Vielzahl das Wichtige und Bedeutungsvolle auszuwählen, was ihm die Möglichkeit eröffnet, seine individuelle Welt zu gestalten. Das Sandbild verwandelt sich zur Bühne für eine mehrdimensionale Darstellung psychischer Situationen auf symbolischem Wege. „Ein unbewusstes Problem wird wie ein Drama im Sandkasten aufgeführt. Der Konflikt wird von der inneren Welt in die äußere transponiert und sichtbar gemacht. Dieses Phantasiespiel beeinflusst die Dynamik des Unbewussten und wirkt so auf seine Psyche ein.“⁷

Die Sandspiel-Figurensammlung präsentiert sich als Ergebnis eines jahrelangen individuellen Sammelprozesses der TherapeutInnen, sie ist nicht standardisiert wie ein Szenotest käuflich erwerbbar.

In der ersten Stunde laden SandspieltherapeutInnen ihre KlientInnen ein, die Materialien in aller Ruhe zu betrachten und darauf zu achten, ob sie sich durch bestimmte Objekte besonders angezogen fühlen. Sie empfehlen, diese Figuren in den Kasten zu setzen und die Auswahl durch beliebig viele Materialien zu ergänzen. Die vorgegebene Gestalt des Sandkastens sorgt dabei für eine Begrenzung. Dieses pädagogisch bedeutungsvolle Phänomen umschrieb Dora M. Kalff als die „Polarität von Freiheit und Beschränkung“.



⁷ Kalff, Dora M.: Sandspiel. Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche. 3. Aufl., München 1996, S. 15

Übertragung- und Gegenübertragung im „freien und geschützten Raum“

Wichtiger als die materielle Ausstattung ist aber die verstehende und empathische Grundhaltung des Therapeuten, sich auf einen Dialog verbaler und nonverbaler Art mit den Klienten einzulassen. Während der Gestaltung der Bilder sollten KlientInnen das erfahren, was Dora M. Kalff mit dem Begriff des „freien und geschützten“ Raumes beschrieb.⁸

In der geschützten therapeutischen Situation sollen sich KlientInnen völlig angenommen fühlen, so dass sich psychische Kräfte sammeln und konstellieren können. Manche Menschen erleben dabei ein bis dato noch nicht bekanntes Gefühl von Freiheit, Freiraum und Wertschätzung. Die Haltung des Therapeuten bezeichnete Dora M. Kalff als „einen Zustand der „aufnehmenden Offenheit“, innerlich frei und akzeptierend, nicht wertend. Nicht die Erklärung oder die Bewertung zählt, sondern die Erfahrung, die der Sandspieler macht.“⁹

Der Sandkasten wird zu einem Interaktionsforum mit sehr komplexen Übertragungs- und Gegenübertragungspänomenen. In der klassischen Analyse versuchen zwei Menschen, einen dritten Kommunikationsbereich, die symbolische Dimension, zu erarbeiten. Beim Sandspiel fungiert der Kasten als drittes Element, als ein Gefäß für Projektionen und Übertragungen. Jörg Rasche spricht daher von einem „doppelt projektiven Verfahren“¹⁰: Der Therapeut ist Beobachter und Teilnehmender zugleich. Von Kindern wird er ohnehin leicht in das Spiel „hineingezogen“, und durch sein spezielles Figurersortiment öffnet er ein Stück seiner inneren Welt.

Dokumentation und Deutung

Nach der Sitzung wird das Sandbild fotografiert und der Verlauf der Stunde protokolliert, um den Prozess und seine kontinuierliche Entwicklung zu dokumentieren. Das Sandbild wird nicht gemeinsam mit dem Klienten gedeutet oder interpretiert. Allerdings ist es für den Therapeuten wichtig, Informationen über den persönlichen Bedeutungskontext der Symbole zu erfahren. Dies geschieht durch aktives Zuhören, das „Im-Bild-Spazierengehen“ oder durch die Bitte, eine Geschichte zu dem Bild zu erzählen. Jeder Mensch entwickelt seine persönliche Sichtweise von Wahrheit, Welt und Realität, seiner subjektiven Realität, die er mit Hilfe der Figuren in den Sand überträgt. „Menschen sind, individuell und kollektiv, darauf ausgerichtet, auf der Grundlage der Bedeutung der

⁸ Kalff, Dora: a.a.O., S. 24

⁹ Kalff, Dora M.: zit. bei: Mitchell, R. R.; Friedman, S. H.: Konzept und Anwendung des Sandspieles, a.a.O., S. 100

¹⁰ Rasche, Jörg: Sandspiel in der Kinderpsychiatrischen Diagnostik und Therapeutischen Beratung. Diss. FU Berlin, Berlin 1992, S. 10

Objekte zu handeln, die ihre Welt ausmachen“, sagt der Begründer des Symbolischen Interaktionismus, Herbert Blumer¹¹.

Sandspielende wählen Objekte aus, deren symbolische Inhalte sie ganz persönlich ansprechen. Symbole müssen daher aus dem Blickwinkel des Spielenden interpretiert werden. Es gibt keinesfalls eine starre „Bedienungsanleitung“ für die Interpretation und Deutung von Sandbildern. Durch den Prozess der Gestaltung von Materie mit den Händen verbindet das Sandspiel Körper und Geist, materielle und seelische Ebenen. Das Sandspiel bekennt sich als hermeneutisches Verfahren, bei der die „Einzigartigkeit der schöpferischen Bildgestaltung“ und die subjektive Interpretierbarkeit im Vordergrund stehen.

Demzufolge verläuft auch jeder Prozess aufgrund einer Vielzahl von Einflussvariablen sehr individuell. Dora M. Kalff konstatierte, dass die ersten drei Sandbilder als so genannte „Initialbilder“ Aussagen enthalten können,

- wie der Klient der Therapie gegenüber eingestellt ist,
- über das Verhältnis des Klienten zum eigenen Unbewussten,
- über ein persönliches Problem und über eine mögliche Lösung.¹²

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass in der ersten Phase oft Szenen mit aktuellem Problembezug oder ihrer potentiellen Lösung dargestellt werden. In den folgenden Bildern kann oftmals ein Eindringen in tiefere Schichten der Persönlichkeit, d.h. ins persönliche Unbewusste beobachtet werden. Der schöpferische Weg führt idealerweise hinab bis zur Berührung des Selbst, dem Zentrum der Persönlichkeit. Der Klient kann so, begleitet durch den Therapeuten, den Weg zurück bis in die frühesten Phasen seiner Kindheit gehen. Ein Anknüpfen an die unterbrochene ursprüngliche Entwicklung wird möglich. Die Lösungsaspekte werden deutlicher, es kommt zur Freisetzung von Energien: die im täglichen Leben spürbare Symptomatik nimmt ab.

¹¹ Blumer, Herbert: Der methodologische Standpunkt des Symbolischen Interaktionismus (1969). In: Matthes, J. u.a. (Arbeitsgruppe Bielefelder Soziologen): Alltagswissen, Interaktion und gesellschaftliche Wirklichkeit. Bd. 1: Symbolischer Interaktionismus und Ethnomethodologie. Reinbek 1973, S. 132

¹² Kalff, Dora M.: Sandplay in Switzerland. (Seminarunterlagen) University of California at Santa Cruz, Zürich, zit. bei: Mitchell, Rie Rogers; Friedman, Harriet S., a. a. O., S. 130



Anwendungsfelder des Sandspieles

Das Sandspiel wird traditionell im Einzelsetting in der psychotherapeutischen Praxis angewendet. Es hat zwischenzeitlich auch einen festen Platz in der Diagnostik gefunden. Linde von Keyserlingk berichtet von ihren positiven Erfahrungen in der Paartherapie.¹³ In meiner Praxis habe ich erste Erfahrungen mit dem Setting von Familien in der Sandspieltherapie machen können. Neben tiefenpsychologischen Aspekten richtet sich dann das Augenmerk auf die familiäre Interaktion. Dabei eröffnet das Sandspiel auch im systemischen Ansatz die Chance, eine Person und ihre Familie in der „Psycho – logik“ besser verstehen zu können.

Auf Grund der ermutigenden Erfolge und der universellen Einsatzmöglichkeiten des Sandspiels sind verschiedene weitere Settings vorstellbar: eine Herausforderung an die Kreativität und Experimentierfreude der SandspieltherapeutInnen der Gegenwart und Zukunft. So sehe ich erfolgsversprechende und interessante Settings auch im Bereich der Team- und Unternehmensentwicklung, des Coachings und der Team – Supervision ebenso wie in Schule und Kindergarten.

¹³ Keyserlingk, Linde von: Sandspieltherapie mit Paaren. „Über den Zaun geschaut.“ Zeitschrift für Sandspieltherapie. Heft 14, Stuttgart 2000, S. 58 ff.

Generell bietet sich das Sandspiel für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an, bei denen innere oder äußere Umstände zu einer Blockade bzw. zur Instabilität des psychischen Systems führten, wodurch die weiteren Entwicklungsmöglichkeiten eingeschränkt waren oder sind. Somit kann Sandspieltherapie indiziert sein bei Menschen mit frühkindlichen Traumata, starken Ängsten, Phobien, Selbstwertproblemen, Verhaltensauffälligkeiten, psychosomatischen Beschwerden, Entwicklungsstörungen und Lern- und Konzentrationsschwächen. Als nonverbale Methode ist es insbesondere prädestiniert bei Traumatisierungen und bei Personen, denen es schwer fällt, über ihre Probleme zu sprechen.

Mittlerweile hielt das Sandspiel auch in psychologischen Beratungsstellen und anderen Einrichtungen Einzug. Hierzulande hat es sich leider in Schulen und Kindergärten noch keinen festen Platz erobert. Amerikanische Studien über die Anwendung des Therapeutischen Sandspiels in Schulen haben mehrfach nachgewiesen, dass es das Lernpotential und die Aufnahme- und Konzentrationsfähigkeit verbessert, das Selbstvertrauen stärkt, sowie physische, soziale und emotionale Fähigkeiten der Kinder fördern kann.¹⁴

Weiterbildung und Selbsterfahrung

Das Sandspiel ist weder ein Spiel im traditionellen Sinn noch ein psychotherapeutisches Allheilmittel. Es birgt auch Gefahren, wenn es nicht sorgsam und sachkundig in einem freien und geschützten Raum ausgeübt wird. Die Annahme, man benötige lediglich Kästen mit Sand, Figuren und Symbollexika, wäre unzutreffend, ja sogar fahrlässig. Es bedarf wie bei jeder anderen therapeutischen Methode einer soliden Qualifikation und der permanenten Fortbildung. Aufgrund der Mannigfaltigkeit der Symbole und ihrer Bedeutungen gerät die Sandspielweiterbildung für den Therapeuten zu einer „unendlichen Geschichte“, was sicher auch den besonderen Reiz dieser Methode ausmacht.

Neben guten Kenntnissen der Entwicklungspsychologie ist vor allen Dingen eine umfangreiche Selbsterfahrung erforderlich. Das Sandspiel kann nur dann erfolgreich in der psychosozialen Praxis angewandt werden, wenn die dort stattfindenden Prozesse aufgrund eigener Erfahrungen mit der Methode und im Umgang mit Symbolen empathisch nachempfunden werden können.

¹⁴ Mitchell, R.R., Friedman, H.S.: a. a. O., S. 151, nennen hierzu zahlreiche Untersuchungen: Allan, John; Berry P. (1987): Sandplay. (Sonderausgabe: Counselling with expressive arts.) Elementary School Guidance and Counseling 21 (4), S. 300-306 (1987); Noyes, Mary: Sandplay imagery: An aid to teaching reading. Academic Therapy 17(2), 1981, S. 231-237. 153; Belzer, C. A.: The effects of sandplay in a classroom setting with children identified as learning disabled. Master's thesis. Unveröff. Pacific Oaks College, Pasadena, 1991

Zusammenfassung und Ausblick

Das Therapeutische Sandspiel nach Dora M. Kalff ist eine tiefenpsychologische therapeutische und diagnostische Methode, die u.a. auf der Analytischen Psychologie C.G. Jungs basiert. In zwei Sandkästen, deren Größe dem menschlichen Blickfeld entspricht, wird jeweils nasser und trockener Sand angeboten. Für das Bauen und Gestalten im Sand steht dem Klienten eine große Auswahl an Figuren wie z.B. Menschen, Tiere, Pflanzen, Häuser, Fahrzeuge und Naturmaterialien wie Steine, Muscheln, Federn, Moos etc. zur Verfügung.

Das im therapeutischen Prozess entstehende Sandbild macht ein inneres Bild des Klienten sichtbar und verbindet so dessen Innen- und Außenwelt. Auf diese Art und Weise können Konflikte, innere Zustände und Befindlichkeiten, Sehnsüchte oder Ängste nonverbal abgebildet werden, die in Worten möglicherweise keinen Ausdruck finden konnten, dem Klienten oft auch gar nicht bewusst waren. Im Verlauf des therapeutischen Prozesses können solche Inhalte in symbolischer Gestalt sichtbar und verstehbar werden. Das Sandspiel kann behutsam in tief liegende seelische Schichten zurückführen und so Konflikte darstellen, bearbeiten und auflösen. Gerade frühe Traumatisierungen können dabei ausgedrückt und verarbeitet werden, ohne dass der / die KlientIn überfordert wird.

Das Sandspiel erweist sich im Rahmen der heilpädagogischen Arbeit als eine wirksame Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Im Gegensatz zum medizinischen Paradigma geht es im Sandspiel nicht um die Feststellung von Defiziten oder Verhaltensauffälligkeiten, sondern um einen ganzheitlich systemisch förderungsorientierten Ansatz. Es zielt wesentlich darauf, wieder einen Zugang zu den „verschütteten“ Ressourcen und Quellen des Selbst zu finden.