

## 瓦礫堆中找大象：

# 地震後創傷兒童在藝術治療中的重複、修通與涵容

侯宜君 Yi-chun Ho

### Abstract 摘要

本文探討一位地震後遭遇急性創傷壓力危機的兒童倖存者在藝術治療中修通與復原的歷程。本文以客體關係藝術治療的角度來理解和詮釋個案，探討藝術治療師如何為創傷個案準備和調整藝術治療媒材，並創造安全的情境，讓個案在藝術治療中進行創傷再現。本文重點將放在個案如何透過重覆的藝術創作與遊戲，將創傷外化為具體的象徵，進行宣洩、修通、重新定義以及修復與客體的關係。本研究發現，災後創傷兒童在治療過程中出現的重複遊戲，不只是與受災經驗相關，也可能源自早年的不安全依附與創傷經驗。當個案能修通早年創傷經驗，重複遊戲就停止，使用媒材與創作的方式也會隨之轉變，個案內在心理狀態從被涵容者轉為涵容者，倖存者轉為藝術家。

### Keywords 關鍵字

自然災害 (Natural Disaster) , 地震 (Earthquake) , 藝術心理治療 (Art psychotherapy), 重複性象徵遊戲 (Repetitive symbolic play) , 客體關係理論 (Object relations theory) , 台灣 (Taiwan)

**ATOL: Art Therapy Online**  
Issue 15, Volume 1

**Publication Date:**  
2025

**ISSN:**  
2044-7221

**DOI:**  
<https://doi.org/10.25602/GOLD.atol.v15i1.1916>



This work is licensed under a  
Creative Commons Attribution Non-  
commercial 4.0 International License

<http://www.creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/ATOL: Art Therapy OnLine>

## 緒論

二零一六年的高雄美濃大地震是台灣近年來的重大災難事件，也是造成史上最高傷亡人數的單一建築物倒塌事件，總計有近400名住戶受困。七歲的大象（化名）正是身處倒塌大樓中的其中一人，事發時她正在睡覺，突然被壓在瓦礫堆下，獨自一人在黑暗中經十六小時後獲救，所幸她只受到輕傷，檢查後當天便出院。根據官方紀錄，本次大樓倒塌事件總共有115人罹難，176人生還，幸好大象的親友皆獲救，但她仍目睹了許多罹難者大體被送上救護車的死亡畫面。大象出院後出現急性創傷壓力症狀，包含恐懼焦慮、過度警覺、麻木逃避、難入睡、惡夢驚醒、怕黑怕獨處等。只要身邊有人談到地震的事情，或看到新聞畫面資訊，就感到極度恐懼焦慮。經學校老師評估後，認為她有心理需求，於是尋求心理資源介入。

我是一位藝術治療師和諮商心理師，在當地學生輔導諮商中心工作，主要進行創傷個案藝術心理治療等心理重建工作。本諮商中心提供到校的心理治療，我和大象在地震過後的一個月內開始，每週一次，每次六十分鐘，為期一年結案。與個案工作初期時，我評估她有急性創傷反應，所以本文會探討兒童急性創傷的文獻，以此理解為基礎，討論我如何為個案挑選適合的創作媒材，讓處於創傷壓力危機的兒童能在安全的情境下重新經歷創傷，以治療介入降低未來發展成PTSD的可能性。在文獻研究和大象的藝術治療歷程中都顯示，當個體遭遇重大災難，生命受到威脅與目睹死亡後，早期童年經驗與依附關係與個體的災後心理復原能力息息相關，童年安全依附對復原力以及災後情緒調節能力有正向影響（González-Celis & Sánchez, 2023；Masten & Kalstabakken, 2023），若在過去有較不穩定的依附關係或曾有過創傷經驗，受災時有較高的機率引起急性創傷壓力症狀（Chen & Wang, 2024; Lee, 2024）

本文聚焦在藝術媒材在個案復原過程中的角色，並探討合宜的媒材如何能在兒童的急性創傷狀態下扮演接住其情緒的容器，創造空間來探索受災與童年經驗交織而成的多重創傷（multilayers of trauma）。在大象的治療過程中，她以重複性的遊戲展現出與地震相關的焦慮，其中亦能看到童年創傷經驗留下的影子。本文將以客體關係理論以基礎來工作，我會討論藝術治療師如何透過涵容個案的攻擊來理解個案未消化的創傷。當這些創傷在安全的情境下被重新體驗並修通時，重複性遊戲也得以停止。

在大象的治療歷程中，治療師就像是從創傷的瓦礫堆裡面要找到個案，和個案一起在黑暗中尋找真我 (Winnicott, 1960)並重新拼湊出『大象』的全貌。大象創作的意象透過不同的藝術材質(例如兔子包巾、小石子、黏土球等)不斷轉變與轉化，其內在心理狀態也從地震倖存者轉換成為藝術家角色，展現創造力，也見證了治療師、治療室和作品對個案內在世界的涵容。所有可辨識資訊基於保密原則皆已變更。

### 創傷反應與藝術治療介入

當人們經歷地震、目睹死亡等不可預期且無法控制而威脅到生命的事件時，可能出現創傷壓力危機，在此危機下可能會出現解離性失憶、創傷事件再經驗、麻木逃避等症狀。急性創傷後壓力疾患 (Acute Post Traumatic Stress Disorder) 是指這些反應持續三天到一個月內。若症狀持續時間超過一個月，且伴隨睡眠障礙，就成為創傷後壓力症候群 (PTSD)，早期介入有助於預防及減緩急性症狀發展成長期創傷的可能 (Roberts & Yeager, 2009) 。

回顧文獻，大地震後人們將經歷持續外在現實與心理內在現實重建的歷程，地震後可能開啟之前的心理傷口(Green, 2018)，加劇從前經歷的創傷(Brolles et al., 2016)。研究顯示，自然災害後使用藝術作為治療工具介入能幫助發展復原力(Chilcote,2007; Brolles et al., 2016)，藝術在地震災難和創傷恢復的過程中，成為一種避難所，幫助人們表達無言的痛苦，學會忍受在災難引起的混亂與分裂的廢墟中，重新建立連結與意義，直到新秩序出現(Green, 2018)。

研究顯示，兒童的地震災後症狀在不同發展階段可能表現的不同，例如學齡兒童往往表現出難以入睡、對立行為和對創傷細節的執迷等，這些症狀大多是在異常情況下的正常反應，但對兒童的發展仍具有破壞性 (Chen, W. T., & Lin, H. H. 2004 ; Guo, H. Z., et al. ,2020 ; Olness, K. ,2021 ; Child Mind Institute , 2023 )。

從精神分析的觀點來看，Freud(1914/1937)認為遭遇創傷的個案有一種衝動和驅力，反覆地讓創傷事件重演或重現，治療中發生的強迫性重複 (compulsive repetition)，代表深埋潛意識下衝突的存在，遊戲中的每一次重複將會減少與創傷有關的負向情緒，讓個案產生更多掌控感 (Papadatos, Y., & Nikou, K. ,1990 ; Chen, W. T., & Lin, H.

H. ,2004; Gil, E. ,2017) 本研究中的個案也將對細節的執迷呈現在遊戲裡作為對抗恐懼的機制，這部分我會在後面的段落探討。

Garland , C (1998) 認為現在所經歷的創傷，會透過早已存在的內在客體和過去產生連結，創傷事件的發生代表涵容功能的失去，而治療是為了幫助回復涵容的功能。倖存者要從創傷經驗走出，需要能夠哀悼，並將自己從失去的客體和事件中區隔出 (Srinath,2002)

在安全環境中使用藝術媒材有助於孩子們恢復對各種傷害和剝奪，例如地震、家庭、創傷經驗等感受，為創傷賦予主觀和獨特的意義(Brolles et al., 2016)。Wight(2009) 認為藝術家選擇媒材並創造使之更具適應性和符合內在需求，透過媒材創造一個充分涵容和實現自我的客體(Wright,2009 cited by [Caldwell, 2017, p1079]。Meyerowitz-Katz 和 Reddick (2017) 認為藝術治療可以成為兒童依附需求的安全基礎，能涵容個案的創傷經驗，治療師同時也作為見證者，在安全情境下陪伴個案重新經歷創傷，重新詮釋和找到力量。綜上所述的文獻可以推論，心理動力取向的藝術治療能涵容和減緩個案的急性創傷後壓力反應，是合宜的介入方式。

### **創傷個案媒材的準備**

由於中心的心理服務是到個案所在學校借用空間進行，空間內沒有媒材，藝術治療師通常會準備自己的行動藝術治療媒材箱，我也會依照創傷個案的心理需求媒材上的調整。我和個案工作時，會準備好媒材和空間來等待。環境的準備，就是給個案的非語言訊息，代表治療師為個案心理和物理空間準備好了，邀請個案進入藝術創作的過渡性空間。

在我的經驗中，藝術媒材就像是母親一樣，有自己的生命，其功能就像嬰兒適應母親的經驗，能提供立即性的回饋和鏡映歷程。我會把選擇媒材的考量重點放在該媒材/物件能否讓個案在感覺與觸覺的層次去掌控和被涵容創傷，減緩創傷記憶造成的焦慮。以本案為例，我在媒材的準備上注意以下四個層面：

- 1) 可以承接情緒的媒材：例如不同質地和顏色的黏土等。
- 2) 個案熟悉，生活常用與適齡的媒材：以一般七歲孩子熟悉的媒材為主，令個案有安全感，有利於治療的開展，例如主要有出現蠟筆、色鉛筆、各式各樣的印花色紙。
- 3) 我根據個案的受災經驗猜測她可能會覺得有連結的象徵性媒材，希望創造能讓個案在安全情境中進行創傷經驗重演與重新詮釋的環境。例如急救車輛玩具（圖1）；具有瓦礫意象的彩色琉璃小石子；有醫療意象的白色泡綿膠等。
- 4) 我的選用了一些具有安撫功能的素材，例如兔子包巾、動物手偶。

這些是我的主觀猜測，但我並沒有預設個案會如何使用，也不會刻意引導個案去使用，只是放在媒材盒讓她自由選擇。在我的經驗裡，治療師提供的媒材就像是給個案涵容創傷的容器，個案會自己再從中選擇適合經驗重演的媒材。



圖1

## 治療中的重複性象徵遊戲

許多在治療過程中重要的重複性象徵都在第一次治療時就出現了，並漸漸發展成相關的遊戲與創作主題。因此以下我節錄了第一次治療中的相關部份做為後續討的素材。

大象第一次見面時就主動說話和露出笑容，她進入治療室中，坐在我對面的沙發上。我先用一條兔兔安撫巾引起她的興趣，與她建立關係。我說：「哈囉我是兔兔老師，在這裡你可以決定自己叫什麼？那麼你希望我怎麼叫你呢？」

她回答：「我是大象，可是我阿姨都不叫我小兔子」

她的回答有點矛盾，所以我和她確認：「你希望別人叫你小兔子嗎？」

大象笑笑否認說：「沒有，我是大象。」

她接著把手伸過來拿走兔兔安撫巾，邊撫摸邊說：「這我知道，把兔兔像嬰兒這樣包起來，我想把她包起來。」大象把安撫巾包好，並提到她過世的祖母是保母，一次可以照顧四個嬰兒，房子裡面經常充滿嬰兒的聲音。她請我看已經包好兔子的安撫巾（見圖2），然後離開沙發，坐在地上，半個身體都在治療室的玻璃小桌子底下。她說到被埋在瓦礫堆時，沒有“被被”蓋非常冷。

我展示媒材箱裡面的東西給大象看，邀請她可以進行任何自己想要的創作。大象選擇了蠟筆畫了格子和框框，將一些動物圖案放入，她說，這是隱形的動物，在黑暗裡面。剩下五分鐘的時候，大象說，我要畫一個門，這樣他們就可以出去了，就不會找不到路。

我問大象：那他們需要燈嗎？

大象說：不用，他們的眼睛會發亮。



圖2 大象把兔兔安撫巾像新生兒一般仔細地包好

第一次治療中大象做的兔子包巾，隱形的動物角色們尋找出路，後來成為治療歷程中重要的象徵，並不斷的轉變和轉化。過程中我慢慢發現，地震經驗引發的不安全感與幼年的原生家庭經驗有關。我節錄這幾個象徵在治療階段不斷轉化的歷程：

大象治療初期會建立自己的儀式，自己決定前進的速度。她每次開始都會把兔子安撫巾拿出來包好，再透過藝術創作和故事敘說各種動物角色被救護車送到醫院的過程，也聯想起現實生活中和其他親友共同經歷地震後的創傷經驗，和對生活中災難的關注，大象對自己的倖存感到很幸運。在創作過程中的身體感覺（例如腳麻）也會令她感受到身體被壓住的反應。

除了第一次治療中出現的兔子包巾和黑暗中的隱形動物要找出口，她也重覆玩幫動物蓋棉被，救護車救出動物們，以及彩色小石子被救護車救走等遊戲，以上這些創作內

容顯示創傷再現與重演的歷程，個案透過藝術治療過程，對創傷經驗的重新詮釋和尋找掌控感。

### 創傷與早年經驗、依附關係

近期研究指出，地震後青少年過去的不安全依附關係對創傷後壓力症候群有一定的預測作用，先前的創傷經驗可以預測新的創傷事件導致創傷後壓力症候群的發展(Zhou et al., 2021)。在 Gould et al. (2021) 的研究中也得到類似的結果。在實務工作層面，大象的治療中亦可看見上述的情況。她在兩歲時父母感情不睦經常爭吵，也曾遭遇父親發怒把她關在房間不准出來。後來父母分居到正式離婚這段時間的幼年經驗，對大象的心理發展影響很大。

在大象的遊戲和創作裡，都可以看到這些早年經驗中安全議題的痕跡。例如在創作過程中，大象曾用黏土和口紅膠黏住三台救難車輛，希望三台車永遠不分開（圖 3）。作品也出現過線條混亂的藍色龍捲風，她描述因為不乖，所以要被分開（圖 4）。這些都令我聯想到希望受到保護，她對作品的聯想也反應了原生家庭中孩子與爸媽的三角關係和對父母離婚的罪疚感。



圖 3 大象希望三台車永遠都不分開。

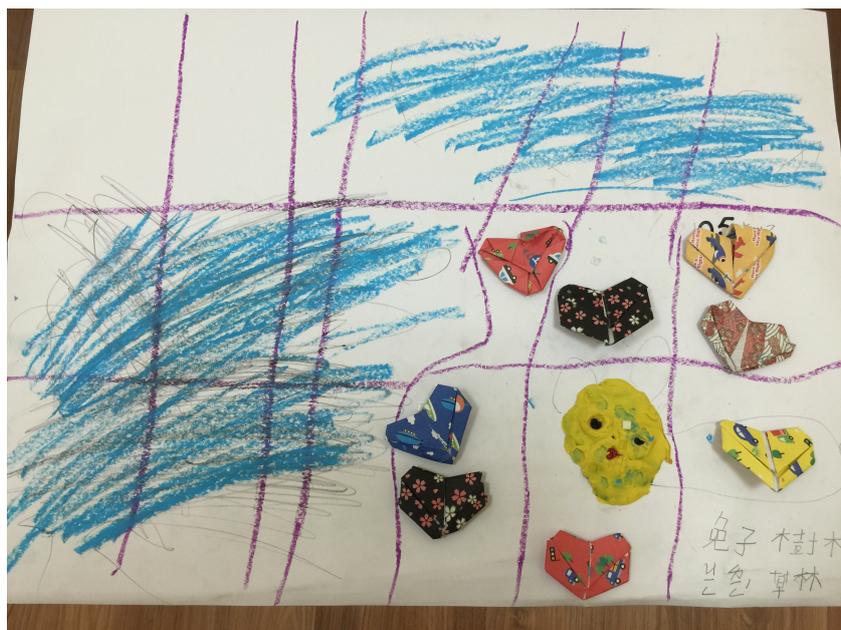


圖 4 大象說：「因為不乖所以要被分開」。

### 治療師的反移情反思

在治療進行一個月之後，大象的急性壓力症狀也較少出現了，晚上不會怕到睡不著，在治療裡也一直表現出好孩子的樣子，很配合治療師。但她的負向情緒哪裡去了？我感到困惑。大象在治療初期讓我聯想到的意象是台灣育嬰用品店商標“麗嬰房”，畫著卡通版的可愛大象，美好而善良，這是外在的她，像是佛經故事中的隱喻“盲人摸象”<sup>1</sup> 盲人們各自只碰觸到大象的一小部分，難知全貌。她真的是麗嬰房的大象嗎？

下列治療片段顯示我意識到她有如麗嬰房的可愛大象背後的另一面的瞬間：

大象提到她和媽媽一起看電視，看到綜藝節目中明星演出呼吸困難，面部扭曲被救護車載走，她覺得非常好笑，也在這次治療中與我分享她在電視上聽到一首鄧

---

<sup>1</sup> 此典故出自佛教經典，認為人人皆有佛性，但一般人各自解說佛性，有一個國王，召聚盲人來摸大象，問每個盲人他們認為大象長什麼樣子，摸到象牙的人說「象長得跟蘿蔔一樣」，摸到象耳朵的人說「象長得跟畚箕一樣」，摸到象頭的人說「象長得跟石頭一樣」，摸到象鼻的人說「象長得跟杵一樣」，摸到腳的人說「象長得跟木製的臼一樣」，摸到背的人說「象長得跟張床一樣」因每個人摸到的部位不同，而對象的外觀有了不同的看法。其實他們摸到的都是象，也都不是象。

紫棋的歌叫做『存在』(汪鋒, 2018)。當我回去查詢歌詞時內心感到很震撼, 歌詞內容寫實而嚴肅的探討“我該如何存在”這讓我意識到她的心裡似乎有另一道門通向潛意識的深處。大象用快樂的聲音講嚴肅的生命存在議題, 把沈重的創傷事件連結到輕鬆的搞笑節目, 那麼表面上我所看到的台灣麗嬰房大象, 會不會內在其實是達利所畫的「大象、天空和屋頂之間」(1948)這張圖中, 用纖細的腳撐著沈重的身體, 在荒漠中行走的大象?

我開始意識到, 大象可能不僅只是要我從瓦礫堆裡找到她, 也同時是一次“假我帶著真我, 到治療中找自己”的歷程, 需要治療師的陪伴和見證, 以及考驗治療師能否承受攻擊(Winnicott, 1965, pp. 140-157), 麗嬰房的大象這個意象可能代表個案擔心治療師無法承受攻擊而倖存, 而我還在等待時機成熟, 假我能夠退場的時刻。

## 尋找小石子遊戲的開始與結束

「在黑暗中尋找什麼」是大象在治療過程中另一個重要的重複性主題, 她發展出一系列與「尋找」有關的玩法, 並稱之為「尋找小石子遊戲」。她會把彩色琉璃小石子灑在治療室裡, 再邀請我一起「巡邏」找小石頭。她發明了各式各樣變化形的玩法, 例如有時她會把小石子放入救護車中, 或把小石子埋入黏土中, 再全部挖出來。她也邀請我一起找出黑暗處的小石子。

這個遊戲給我一種感覺, 彷彿她在透過彩色小石子作為創傷重演以及外化的工具。當初大象從瓦礫堆中被壓住十六個小時搶救出來, 當她進入心理治療後, 治療師也像是要從創傷危機與目睹家暴的瓦礫堆中, 把大象的真我挖掘出來。隨著遊戲的進展, 大象開始在我面前展現在「好孩子」形象背後的負面感受, 將對我的攻擊呈現在遊戲之中。以下節錄的片段呈現當我將她的焦慮語言化時, 我們一起渡過攻擊的時刻:

大象想和我比賽誰找到的小石子比較多, 但她發現我比她多時又想和我搶。在這個尋找, 搶奪, 保護的過程中, 我回應大象的狀態說:「你很希望我找到很多小

石頭，卻又害怕我找到太多小石頭，很想被找到，卻又很怕被找到。」這個詮釋似乎有回應到她當時的心理狀態，於是她好像因此更理解自己而變得平靜下來。

我把所有的小石頭都放在她手中說：「在這裡的時間，小石頭都是你的，我們可以一起找到他們，他們很安全，現在我們把他們都放進這個袋子中好嗎？」大象似乎感到放心，微笑同意這提議。於是所有的彩色琉璃小石頭都被我們收進紙袋中（見圖 6）。



圖 6 我們一起將小石子收進袋子

她在之後的治療也持續邀請我玩尋找小石子的遊戲。大約進行半年後，大象將找到的彩色小石子變成披薩(pizza)的裝飾，才就此終止。這遊戲像是嬰兒喜歡玩的捉迷藏，溫尼考特認為最初嬰兒與客體融為一體，然後客體被拒絕，重新接受，再被客觀理解，最後可以在客體面前獨處，獲得孤獨的力量 (Winnicott,1958) 我在思考，小石子是否就像是大象自己的投射，她希望能找回因創傷經驗而躲起來的真我，也渴望能有一個客體能找到與接納完整的自己，並透過尋找遊戲來消化真我沒被找到的恐怖。在安全的環境中，她透過被治療師找到，退行到當初所不理解的地方；並在治療師的陪伴下用象徵遊戲探索創傷經驗。

對我來說，這個重複出現的小石子遊戲有如大象尋找真我的歷程。她在過程中展現真我希望被看見、又不想被找到的矛盾。大象在遊戲一開始覺得治療師也在和自己競爭小石子而且擁有得更多，這樣的內在心理感受傳遞了當大象因災難經驗、早年創傷與內在死亡本能所引發的被淹滅威脅，意即大象的原初焦慮(Primitive anxieties)出現，自我感受到被淹滅恐懼，為了對抗原初焦慮所依附的客體，產生分裂的防禦機制，如同嬰兒對媽媽有好乳房的嫉妒 (Klein,1988)，大象也嫉羨治療師，但若治療師可以涵容、消化後再以個案能懂的語言回饋給她 (Bion,1962)，此時原初焦慮就轉化成可以思考的條件，能被客體 (治療師) 認出來並被重新運用。

藝術治療讓大象得以探索她生命經驗中，在過去與現在各種「想被找到又不想被找到的」的矛盾感。她帶著治療師一起在黑暗中尋找，像是地震時在黑暗中想被找到，也像是大象想探索潛意識中的黑暗。

### 治療師的鏡映與兔子包巾的終止



Fig. 7-1

Fig.7-2

Fig. 7-3

Fig. 7-4

Fig. 7-5

與此同時，兔兔象徵也一直在長大和演化。大象在前十五次中都重複幫兔子包嬰兒包巾，她會把幫兔兔用各種色紙穿衣服，然後用膠帶層層綑好，像是包巾要包緊一樣。在圖7中，可由左至右可以看到兔兔安撫巾在治療過程中的轉變。從第一次治療開始 (圖7-1)，兔兔是不知道自己手、容易受驚、需要包包巾的新生兒 (圖7-2)，進展到穿漂亮外衣的兔兔 (圖7-3，7-4)。第十二次她把兔兔的頭包起來，然後用愛心的紙

包全部身體，把膠帶剪開讓頭露出來，之後大象逐漸不幫兔子穿衣服（圖7-5）。在治療進行了四個月之後，某天大象才發現當天原來兔兔一直被坐在她的屁股底下，她完全忘記兔兔包巾的存在。在小石子遊戲終止後的同時，兔子包巾的形式也獲得轉化，她用白色紙黏土創作了短耳兔，敘述一隻與眾不同的兔子如何找回自信的故事（圖八）。



圖 8:忘記兔兔安撫巾後，大象創造了自己的「短耳兔」，並用紙黏土做出中文標題。

當大象可以停止彩色小石子的捉迷藏，兔子包包巾的遊戲也在大約的時間同時停止。當大象知道自己不用與母親（兔兔老師）長得一樣，但也一樣值得被愛，她可以是短耳兔，能接受自己本來的樣子，此時假我可以逐漸退場，真我得以出現。我認為兔子象徵的演進與藝術治療師在治療中所採取的態度有關，大象因地震創傷而震盪出深埋在內心的早年創傷和安全議題，透過治療師的鏡映回到早年母嬰關係，是治療轉化的關鍵。

拉岡（1949）的鏡像理論強調凝視，嬰兒從鏡像中辨認出自己，是最初的自我發展（Lacan, J. ,1949 ; Gallop, J. ,1982）。溫尼考特（1971）認為母親才是最初的鏡像，母親作為涵容的容器（Bion,1962），能提供嬰兒「護持的環境」（holding environment）。Stern(2018)認為孩子需要在照顧者的眼睛裡和臉上看到鏡映，治療

師需要創造出主體性的空間讓個案的主體性得以發展。Case 和 Dalley (2014) 認為藝術治療師對美感的回應，能讓個案看到意象被賦予生命，如同嬰兒透過凝視母親的眼睛看到自己，得到自我感、價值感與認同。

我在治療室的角色，就彷彿母親的凝視，回應，讓個案有了重新成為嬰兒的機會，治療室像是心理的育嬰室，創傷的安全體驗所在，提供護持的環境。藝術媒材像是母嬰互動關係的擴展 (Douglas, 2007)，藝術媒材也同時是護持性環境的延伸 (Robbins,1994) 當個案創作過程中，若需要口語回饋時，我會特別注意自己內在的流動，儘可能反思：“我所給的協助是基於誰的需求？是在搭誰的鷹架？這個問題有必要問嗎？這句話會不會打斷他的思考或創作歷程？我比孩子更期待作品完美嗎？孩子此刻最想創造和重視的是什麼？”(侯宜君, 2019)。我認為歷程比結果更重要，成果不是唯一的目的，不要為了得到成果給過多的干預和加工。我會和個案在隱喻中互動，不過度詮釋隱喻或過早指出個案的防衛，在潛意識層面工作，不過早使用語言來干擾意象的浮現，在適當的時機下藝術治療師的口語詮釋和對創作的回應是希望幫助個案理解重複的意義，進而停止重複達到修通。

### 攻擊的重複與修通～從倖存者到藝術家



圖 9. 水餃

在小石子和兔子包巾遊戲結束不久之後的一次療程裡，大象決定要包很多水餃。水餃是台灣的家常菜色，通常會用麵團加水做出白色的麵皮，裡面再包入肉餡（圖9）。在她一直專注做白色水餃並不斷地排列在地面時，我看到像是白布包裹的大體一直在眼前出現，越來越多，像是大樓倒塌的災難現場不斷運出的大體。剎那間我感到很恐怖，同時，外面竟然出現救護車的聲音，彷彿真實的外在世界和治療室內的魔幻空間產生連結呼應。我聯想到大象之前曾提到當她被救護車載走時，看到有一輛輛未鳴笛救護車載走很多大體。我忽然有個想法，或許此刻的治療室，瞬間回到大象某個過去的內在現實，可能是地震創傷，也可能是幼年時期目睹家暴的瞬間，或是她其他時刻的生命現場。

忽然間，大象把水餃丟到我身上，看她的表情，似乎覺得這樣很好玩。她丟我的這個動作令我感到驚愕，生氣，我分享此時此刻感受，並再次保證與設限，我回應：

「你似乎想嘗試丟丟看水餃，會發生什麼事，不過剛剛你選擇丟在我身上，我嚇一跳，有點生氣，覺得心裡有些難過，也很奇怪你為什麼丟我呢？我不喜歡你丟我，但這不影響我對你的愛。你不可以丟東西在我身上，我必須要保護我自己不受傷害，或許我們能換個目標丟？換個方式玩這個遊戲？丟地上或牆壁上？」

在這段話中，我想著我們進行藝術治療的過程，像是正在鋪退行的道路。療癒之路非一條直線，而是時空交錯，過去目睹家庭衝突的早年經驗和在地震時被埋的創傷和恐怖可能多軌並行。大象在治療中重現與還原承受攻擊的創傷現場，而我是被攻擊的母親，她是否想知道治療師能不能承受攻擊和恨意而倖存？我能不能有不同於她過去經驗的回應？過程中我詮釋個案破壞性的部分，恐怖，黑暗，提供同在的保證，陪伴和見證，然後倖存。

大象偏著頭思考著，然後同意我的說法。她決定邀請我輪流把水餃丟到牆上。她先用力丟高，並享受這過程，等我丟完後，她再將黏在牆壁上的水餃加上一個或兩個黑色的眼珠，並撿起掉落的水餃。

丟向黏在牆上的水餃，遠看令我聯想到乳房的意象。往牆上丟時，我聯想到攻擊乳房，攻擊母親，處於克萊恩所說的分裂位置(splitting position)，當我表達「雖然不喜歡你攻擊我，但我仍是愛你的」，是希望能協助個案內在的分裂整合，進入憂鬱位置(depressive position)，並能透過藝術創作，探索創傷經驗與死亡議題，進行修復(Reparation)。

大象好幾次突如其來攻擊治療師之目的，似乎象徵她想回到過去了解到底發生什麼事？像是佛洛伊德提到的生命早年真正記憶的展現，也像是溫尼考特所說，除非害怕的東西被經驗到了，否則不會結束。她帶我回到生命中某個時刻的現場，我代替她被攻擊，表達感受，自我保護，劃出界限。界限也是她與過去創傷的界限，是她未來能不受危險威脅的界限。

此時大象使用的治療空間，在週間也沒有其他個案使用，因此大象得以保存其於牆面上的創作，可以不受影響持續創作到結案。之後的數十次治療過程，大象都在做水餃，她會要求我要幫忙桿水餃皮，她備料，用彩色黏土做成圓形，用水餃皮仔細的包裹好(圖 9)。隨著治療的開展，我和大象都逐漸發現，裝短耳兔的盤子不夠大，也不夠裝水餃。她會把做好的水餃丟到牆上，需要一整個房間和一整面牆這麼大的空間，才夠涵容她的攻擊(圖10)。有時她會拿竹筷子戳進已經黏在牆上的水餃皮內(圖11)，看是否還在，過程和治療師的回應令她感到有掌控感和安全感。

隨著大象創傷壓力症狀不再出現，在學校與家庭生活中身心穩定，逐漸邁向結案階段。最後一次治療，大象決定把掉下來的水餃，和整個水餃牆面都留給我，帶走了其他作品。而我，把水餃們都收進了盒子裡，涵容了所有的意象。



圖 10 大象把水餃丟擲到牆面上，布滿了整個牆。



圖11：大象會用筷子戳戳看牆壁上的水餃，看裡面包的彩色圓形內餡是否安在。

## 「被被」意象的轉化

大象第一次治療時即提到被埋在瓦礫堆裡，沒有「被被」蓋非常冷，她在後續的治療中也不斷抱怨這件事。在這一年藝術治療的歷程中，被被的意象隨著大象內在一直在轉變。大象的身體在瓦礫堆裡面等待救援，身體被壓住，寒冷、恐懼、身體麻木。當她在說在黑暗中的動物們的故事時，她使用白色圓形泡綿膠，堆疊出給動物們蓋的被被，彷彿是大象在黑暗中投射出的渴望與安慰，柔軟厚實。



Fig. 12-1



Fig.12-2



Fig.12-3



Fig.12-4



Fig.12-5

在她的創作中，被被的變形常以圓形的意象出現。從兔子外衣上的彩色圓形毛球（圖12-1）、幫動物蓋圓形泡綿貼被被（圖12-2）、被黏土包覆的小石子（圖12-3）、小石子和黏土變成比薩上的配料（圖12-4），到水餃皮和裡面的彩包黏土球餡料（圖12-5），都可以說是“被被”的變形。在初期，被被的意象由柔軟的媒材構成，到了治療中期化為堅硬的彩色小石子。我將圓形意象理解成大象自我的象徵，小石子被放入救護車裡面等待救援，再由大象挖出小石子就像是救出自己，再和治療師重新尋找她自己（小

石子)。其後小石子遊戲終止，圓形意象轉化為水餃皮內的彩色圓形內餡。「水餃」在中文發音近似「睡覺」，透過柔軟卻又溫暖的被被（水餃皮）保護。大量的白色水餃雖然一度讓治療師感到驚嚇，彷彿目睹死亡的經驗重現，卻又是溫柔堅強的保護，即使丟到牆上這樣大的力道，仍能通過測試，牢牢保護彩色圓球內餡保持完整。

被被的象徵從柔軟到堅硬，再變得柔軟。或許反應著大象內在的變化，由被尋找到被保護，因為有了安全感而變得柔軟卻堅強。這充滿水餃的牆，透過每週的持續創作成為裝置藝術，讓大象從被治療的位置，轉為藝術家的角色。在治療室的時間空間架構保護下，以及治療師安全的陪伴下，能透過創作探索死亡議題，和創造意象，面對恐怖和恐懼，治療室成為大象能實現藝術家般創作的地方。她透過藝術創作撫慰自己的內在，彷彿是過渡性客體的象徵。有了過渡性客體，嬰兒得以與母親分離。食物的意象，也象徵自我照顧，嬰兒最初的心理照顧是從生理的餵養而來，食物帶來溫暖與滋養與療癒。

「大象」在藝術治療歷程中「包」的動作，有其心理動力上的象徵意義，像是回應藝術治療的涵容，從「被涵容者」轉為「涵容者」(Waddell ,2018)，這歷程與當代藝術亦產生共鳴，令我想到捆包世界的地景魔術師 Christo and Jeanne-Claude，他們捆包地景的藝術，是把外在現實包起來，例如包覆德國國會大廈，象徵人們內在現實中的新德國，「大象」則是把她經歷驚濤駭浪的內在世界包起來，再重新詮釋她心靈所見到的東西。

## 文化因素

這是一場個案（大象）帶著治療師（兔兔老師）展開在瓦礫堆中尋找大象的旅程。原本蓋在身上的瓦礫，在治療過程中不斷產生變化：從造成傷害的瓦礫，變成渴望的被被；從彩色小石子，到兔子的衣服，到提供餵養的水餃皮。當她把兔兔老師的象徵內化到心裡，可以接受自己是隻短耳兔，她也逐漸拼湊出大象的全貌。

大象在治療初期，讓治療師覺得很被需要。我認為，這可能是她的童年經驗讓她覺得她要照顧媽媽，因此在治療室裡她潛意地也認為自己需要照顧治療師。或許，這其實她是在否認自己很需要媽媽。她幼年階段處在父母失和的環境裡，並目睹家長之間的衝突，雖然她身旁的照顧者們都盡力了，但當她需要透過父母的情緒涵容來學習界線的時候，沒能及時得到適當的回應。大象的父母離婚後，母親努力地給想她愛與安全感，但是母親本身深受傳統華人社會中「虎媽」的教養方式影響，望子成龍、望女成鳳，較少談及內在感受。大象的真實的感受和情緒無從探索，逐漸發展出一個符合母親和社會期待的假我。

孝順父母是華人文化對孩子的期待，大象身處家庭衝突中也曾擔心自己不聽話就會被拋棄，後來地震受災事件讓她心裡對於離開媽媽與擔心被拋棄的想像竟然成真，地震激起了她潛藏在潛意識的恐懼，感覺是因為自己不乖才受到懲罰。大象在藝術治療過程中，治療師以心理動力取向工作，在移情的層次成為了她的母親，並帶給她有別於傳統台灣文化中母親與孩子的互動經驗，感受到互為主體性的碰撞。於是她在這個過程中透過治療師的鏡映，終於能探索自己壓抑下來的內在感受，開始長出自己的主體性，逐漸忘記自己曾經賦予自己照顧者的角色，脫掉束縛包裝，打破過往台灣文化中的虎媽僵局，得到自由。

## 結論

本文探討了藝術治療師如何以創作媒材上的準備來回應和涵容個案的地震創傷經驗。在本治療中，藝術治療師採用心理動力取向，創造能讓個案自發性的透過這些素材安全地重演創傷歷程的安全空間，並以早期介入減輕急性創傷壓力危機症狀。大象的藝術治療過程，顯現重複的遊戲和藝術創作如何鏡映其創傷場景重演的歷程。這裡的創傷不單來自受災經驗，更來自早年的不安全依附。重複的意義，是在重複的過程中找尋出路，在死亡與重生中的混沌黑暗中找尋出路。當個案的恐懼與攻擊能被治療師涵容接納，內在便有機會發生轉化，重複自然會停止。當假我能退場，真我便能發聲，

個案也從倖存者轉為藝術家角色，從被涵容者成為涵容者，見證藝術治療中重複到修通的歷程。

## 參考資料

汪峰 (2018) '存在', 生無所求. Available at: KKBOX (Accessed: 23 March 2025).

侯宜君 (2019). '餐桌上的畢卡索'. *美育雙月刊*, 231, pp. 71–76.

Bion, W.R. (1984) 'The K-link', in *Learning from experience*. London: Karnac, pp. 89–94.

Brolles, L., Derivois, D., Joseph, N.E., Karray, A., Guillier Pasut, N., Cénat, J.M., Pamphile, J., Lafontant, E.M. et al. (2016) 'Art workshop with Haitian street children in a post-earthquake context: Resilience, relationship and socialisation', *International Journal of Art Therapy*, 22(1), pp. 2–7. Available at: <https://doi.org/10.1080/17454832.2016.1245768>.

Case, C. & Dalley, T. (2014) *The Handbook of Art Therapy*. 3rd edn. Routledge. Available at: <https://doi.org/10.4324/9781315779799>

Caldwell, L. (2017) 'Mirroring and Attunement: Self-Realization in Psychoanalysis and Art', *The International Journal of Psychoanalysis*, 92(4), pp. 1077–1080. doi:10.1111/j.1745–8315.2011.00478.x.

Chen, W.T. and Lin, H.H. (2004) 'Post-traumatic Stress Disorder in Preschool Children After a Natural Disaster: A 3-Year Follow-Up Study', *Journal of Traumatic Stress*, 17(3), pp. 213–221

Chen, S.–H. and Wang, Y.–C. (2024) 'The role of hope and post–traumatic stress symptoms in pandemic fear and psychological adaptation: A longitudinal study', *Journal of Traumatic Stress*, 37(3), pp. 215–228. doi: 10.1002/jts.23012.

Stribley, L., Krishnamoorthy, G., Dallinger, V., Ma, J., Nielson, T., Bryce, I., Rees, B., Morse, A., Rogers, M. and Burton, L. (2025) 'Post–Disaster Social Connectedness in Parent–Child Dyads: A Qualitative Investigation of Changes in Coping and Social Capital of Rural Australian Families Following Bushfires', *The British Journal of Social Work*, 55(1), pp. 5–24. Available at: <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcae123>

Douglas, H. (2007) *Containment and Reciprocity: Integrating Psychoanalytic Theory and Child Development Research for Work with Children*. Routledge. Available at: <https://doi.org/10.4324/9780203961285>

Freud, S. (1937) 'Remembering, Repeating and Working–Through (Further Recommendations on the Technique of Psycho–Analysis II)', in Strachey, J. (ed.) *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Volume 12. London: Hogarth Press, pp. 146–156.

Freud, S. (1914) 'Remembering, Repeating and Working–Through (Further Recommendations on the Technique of Psycho–Analysis II)', in Strachey, J. (ed.) *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Volume 12. London: Hogarth Press, pp. 145–156.

Gallop, J. (1982) 'Lacan's "Mirror Stage": Where to Begin', *SubStance*, 11/12, pp. 118–128. Available at: <https://doi.org/10.2307/3684185>

Garland, C. (1998) *Understanding trauma: a psychoanalytical approach*. London: Routledge. Available at: <https://doi.org/10.4324/9780429484575> (Accessed: 23 March 2025).

Gallop, J. (1982) 'Lacan's "mirror stage": where to begin', *SubStance*, 11/12, pp. 118–128. doi:10.2307/3684185.

González–Celis, A. L. & Sánchez, B. (2023) 'The influence of perceived security in childhood on adult self–concept: mediating effects of resilience and positive self–esteem', *Current Psychology*, 42(30), pp. 1–12. doi:10.1007/s12144–023–04434–2.

Green, D. (2018) 'Arts therapy, imagical play, and trauma: exploring arts therapy during the Canterbury earthquakes', *The International Journal of the Arts in Society: Annual Review*, 13(1), pp. 35–50. doi:10.18848/1833–1866/CGP/v13i01/35–50.

Gil, E. (2017) *Posttraumatic play in children: What clinicians need to know*. New York: Guilford Press.

Gould, F., Harvey, P.D., Hodgins, G. et al. (2021) 'Prior trauma–related experiences predict the development of posttraumatic stress disorder after a new traumatic event', *Depression and Anxiety*, 38, pp. 40–47. doi:10.1002/da.23084

González–Celis, A.L. & Sánchez, B. (2023) 'The influence of perceived security in childhood on adult self–concept: Mediating effects of resilience and positive self–esteem', *Current Psychology*, 42(30), pp. 1–12. doi:10.1007/s12144–023–04434–2

Green, D. (2018) 'Arts therapy, imagical play, and trauma: exploring arts therapy during the Canterbury earthquakes', *The International Journal of the Arts in Society: Annual Review*, 13(1), pp. 35–50. doi:10.18848/1833–1866/CGP/v13i01/35–50

Gurwitch, R.H., Kees, M. and Becker, S.M. et al. (2004) 'When disaster strikes: responding to the needs of children', *Prehospital and Disaster Medicine*, 19(1), pp. 21–28. doi:10.1017/S1049023X00001484

Jones, L. (2008) 'Responding to the needs of children in crisis', *International Review of Psychiatry*, 20(3), pp. 291–303.

Klein, M. (1988) *Envy and gratitude: and other works 1946–1963*. London: Virago.

Lacan, J. (1966) 'Le stade du miroir comme formateur de la fonction du Je', in *Écrits*. Paris: Éditions du Seuil, pp. 75–81. (Original work published 1949)

Lee, C.–Y. (2024) 'Acute stress syndrome stabilization: EMDR–based early intervention protocols', *Journal of Crisis Intervention*, 12(2), pp. 89–104. Available at: <https://www.leepsyclinic.com/2020/10/Acute–Stress–Syndrome–Stabilization.html> (Accessed: 23 March 2025).

Masten, A.S. & Kalstabakken, A.W. (2023) 'Developmental foundations of resilience in early childhood', *Encyclopedia on Early Childhood Development*, pp. 1–8. Available at: <https://www.child-encyclopedia.com/pdf/complet/resilience> (Accessed: 23 March 2025).

Margolin, G., Ramos, M.C. & Guran, E.L. (2010) 'Earthquakes and children: The role of psychologists with families and communities', *Professional Psychology, Research and Practice*, 41(1), pp. 1–9. doi:10.1037/a0018103.

Meyerowitz–Katz, J. and Reddick, D. (eds.) (2016) *Art therapy in the early years: Therapeutic interventions with infants, toddlers and their families*. London: Routledge. Available at: [https://doi.org/10.4324/9781138814776\[2\]](https://doi.org/10.4324/9781138814776[2])

Papadatos, Y. and Nikou, K. (1990) 'Psychological reactions after a major earthquake in school–aged children', *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 31(4), pp. 543–552.

Roberts, A. R. and Yeager, K. R. (2009) *Pocket guide to crisis intervention*. Oxford: Oxford University Press.

Robbins, A. (1994) *A multi-modal approach to creative art therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Olness, K. (2021) 'Children's mental health at times of disasters: a narrative review', *Pediatric Medicine*, 5. doi: 10.21037/pm-20-85.

Stern, D.N. (2018) *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*. London: Routledge.

Yeager, K.R. and Roberts, A.R. (2003) 'Differentiating among stress, acute stress disorder, crisis episodes, trauma, and PTSD: paradigm and treatment goals', *Brief Treatment & Crisis Intervention*, 3(1).

Waddell, M. (2018) *Inside lives: Psychoanalysis and the growth of the personality*. London: Routledge.

Winnicott, D.W. (1960a) *The maturational process and the facilitating environment*. New York: International Universities Press.

Winnicott, D.W. (1958) 'The capacity to be alone', *The International Journal of Psychoanalysis*, 39(5), pp. 416–420.

Winnicott, D.W. (1965) *The maturational process and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*. New York: International Universities Press.

Zhou, X., Zhen, R. & Wu, X. (2021) 'Insecure attachment to parents and PTSD among adolescents: The roles of parent–child communication, perceived parental

depression, and intrusive rumination’,

*Development and Psychopathology*, 33(4), pp. 1290–1299.

doi:10.1017/S0954579420000498.