

סמליות המרחב הריק בטיפול במשחק בארגז החול

עירית בירגר שגיב ורוני גונן-שמחוני

תקציר

מאמר זה עוסק במשמעות הסמלית של המרחב הריק בטיפול במשחק בארגז החול (Sandplay Therapy, SPT), ומתבונן בריק כמושג רב־שכבתי הנוכח בתהליכי התפתחות נפשית, תרבותית ואומנותית. המאמר בוחן את סמליות הריק במבט רב־תחומי: מושג הריק בפילוסופיה הבודהיסטית, המדגיש את יחסי התלות בין קיום להיעדר כמושגים השלובים זה בזה; ריקנות במיתולוגיה היוונית, בהתייחס לדמותה של האלה הקטה, המזוהה עם הירח ומסמלת את יכולת ההתרוקנות וההתמלאות ואת המעבר בין חיים ומוות; ריק בזרם האומנות המופשטת, אשר רוקנה את היצירה מן הדימוי ואפשרה התבוננות פנימית במקום חיצונית. עוד מוצגים רעיונות פסיכואנליטיים הנוגעים לריק ולריקנות, תוך התייחסות לתאוריות מרכזיות הרואות במושג פוטנציאל לאינטגרציה, להתפתחות ולריפוי. אלו נדונים באמצעות שני תיאורי מקרה המדגימים מיפוי של המרחב הריק כמרחב סמלי המאפשר השלכת תכנים לא מודעים, התמודדות עם פחד והיעדר, פוטנציאל והזדמנות לצמיחה ולבנייה של משמעות מחודשת.

מילות מפתח: ארגז חול, מרחב ריק, טיפול במשחק, פסיכולוגיה, טיפול באומנות

מבוא

הטיפול באמצעות אומנות מקיף מגוון רחב של גישות, שהמשותף להן הוא מרחב חופשי שבו המטופל יכול לבטא באופן סמלי את עולמו הפנימי (Benito Herce et al., 2024; Holliman, & Foster, 2023). ארגז החול הוא כלי נפוץ ומרכזי בטיפול באמצעות אומנות. בחדר הטיפולים יכול ארגז החול לשמש כלי התערבות נוסף המאפשר לקדם את התהליך הטיפולי, אך במקרים רבים השימוש בו עומד בפני עצמו ונובע מגישה טיפולית הנקראת "טיפול במשחק בארגז החול" (Sand Play Therapy, SPT) – שיטת פסיכותרפיה מובנית הנמצאת בשימוש ברחבי העולם (Roesler, 2019). סקירה ומטא-אנליזה של מאמרים בנושא טיפול במשחק בארגז החול מציגות עדויות ליתרונותיו הרבים של כלי זה, המציע התערבות שאינה מילולית בעיקרה בעבודה עם אוכלוסיות שונות המתמודדות עם אירועים טראומטיים בכלל, ועם ילדים בפרט (Benito Herce et al., 2024; Wiersma et al., 2022).

בניגוד לתמונות החול הנוצרות בטיפול, שמגוון מדריכים וספרי הנחיה מספקים כלים לפרשנות שיטתית של סמלים, דימויים ומבנים המופיעים בהן (Roesler, 2019), הרי ההתייחסות למרחב שנותר ריק בארגז חול היא מועטה בלבד. רות אמאן, בהתבססה על התאוריה היונגיאנית, הניחה תשתית להבנת מרחב ארגז החול (Amman, 1991). היא התייחסה למכל הריק שלפני היצירה כאל מצע שאינו מכיל דבר מלבד חול נקי, אולם לא עסקה במרחב הריק בתוך תמונת החול. כך אין די התייחסות להיבט זה של הטיפול, ולא ניתן תוקף למשמעויות והפוטנציאל הגלומים בהתייחסות לחלקים הריקים – העשויים לעיתים להיות בעלי משמעות לא פחות מאשר החלקים המלאים. שכן דווקא היעדר או ריק עשויים להיות הזדמנות ליצירתיות, לעיבוד חוויות רגשיות ולהשלכה של תכנים לא מודעים (Amman, 1991).

במאמר זה ננסה להעמיק ולהמשיג את סמליות המרחב הריק בארגז החול דרך ההתבוננות במושג הריק והריקות בהקשר היסטורי רב-תחומי, ולנתח את השפעתו על תהליך הטיפול והאבחון, וזאת על בסיס שני תיאורי מקרה הממחישים את משמעותו בתהליך הטיפולי.

סקירת ספרות

טיפול במשחק בארגז החול (Sand Play Therapy, SPT)

טיפול במשחק בארגז החול הוא גישה טיפולית לא-מילולית שפיתחה דורה קאלף (Kalf, 1991), בהתבסס על תאוריות משחק שניסחה מרגרט לוונפלד (Lowenfeld, 2008) ועקרונות הפסיכולוגיה האנליטית שניסח קרל יונג (Jung, 1957; Roesler, 2019). הגשה מאפשרת למטופלים, במיוחד לילדים ולבני נוער, לעבד תכנים רגשיים דרך יצירת דימויים בסביבה מוגנת ובטוחה (Han et al., 2017; Xiong et al., 2022). במהלך המפגש הטיפולי המשתתפים יוצרים "תמונות חול" – סצנות בתוך ארגז חול מיוחד המהווה את המרחב הטיפולי, תוך שימוש במגוון מיניאטורות דוגמת דמויות, בעלי חיים, צמחים, כלי רכב וחפצי תרבות ודת. בהמשך לכך, המטפל ינסה להבין ואף להציע פרשנות ליצירות בעזרת חקירת הסמלים, הצבעים, הארכיטיפים והארגון של תמונת החול, במטרה לסייע לעיבוד רגשי, לצמיחה אישית ולאינטגרציה נפשית (Xiong et al., 2022).

יצירת תמונת החול נעשית לא הנחיה מילולית, בהתאם לעקרונות הטיפול האנליטי, והתהליך מאפשר ליוצר לבטא ולהשליך באופן בלתי מודע קונפליקטים פנימיים ורגשות מודחקים (Ammann, 1991; Zoja, 2011). האפשרות לכיטוי מוחשי של תכנים לא מודעים מנפשו של המטופל באופן קוהרנטי נחשבת לטיפולית בפני עצמה (דן-גור, 2016; Roesler, 2019). נוסף על כך, ביטוי התכנים מאפשר כניסה לתהליך יצירתי ארוך יותר. לעיתים קרובות הוא יאפשר מעבר מיצירה של סצנות כאוטיות לייצוגים מאוזנים ושלמים יותר, לעיתים בצורות מעגליות או מנדליות, ובהן מרכז הארגז/המנדלה יסמל את העצמי (Han et al., 2017; Roesler, 2019). נטייה זו לעבר יצירה מאוזנת ואינטגרטיבית יותר עשויה להעיד על עיבוד רגשי וחיבור לעצמי בתוך המרחב. התהליך משקף את העמקה אל הלא-מודע, וזו מאפשרת למטופלים להתמודד עם רגשות מודחקים ולהגיע להבנה עמוקה יותר של עצמם (Ammann, 1991).

סקירה תאורטית ויישומית של הגישה מעלה שלל עדויות מחקריות המצביעות על יעילותו של הטיפול במשחק בארגז החול להפחתת תסמינים חיצוניים ולעלייה ברווחה נפשית בכלל, ובקרב ילדים ובני נוער בפרט (Benito Herce et al., 2024; Roesler, 2019). למשל, הוכח כי בקרב ילדים שנחשפו לטרומה הטיפול באמצעות משחק בארגז חול מועיל בהגברת תחושות השליטה והחוסן, ובשיפור

תפקודם היום-יומי (Benito Herce et al., 2024). עוד הוא הביא לשיפור במיומנויות תקשורת וסייע בהפחתת תוקפנות ואינטראקציות שליליות של ילדים עם בני גילם (Han et al., 2017; Yaghoobian & Emadian, 2019).

מיפוי ארגז החול לפי רות אמאן

רות אמאן (Amman, 1991) מטפלת יונגיאנית, דימתה את העבודה בארגז החול לחלימה או לדמיון מודרך, וטענה כי היא מסייעת לריפוי והתפתחות אישית באמצעות יצירת דימויים סימבוליים ומרחב בטוח לחקירה פנימית. לשם הבנה עמוקה יותר של מרחב פנימי זה שרטטה אמאן מפה מפורטת של מרחב ארגז החול, המאפשרת קריאה פרשנית מורכבת של תמונת החול (תרשים 1). המפה מחלקת את הארגז לארבעה רבעים – למעלה ולמטה, ימין ושמאל – בהתייחס לעמדת האדם מול הארגז. מרכז הארגז מסמל את "מרכז האישיות" ומייצג קשרים בין האגו לעצמי (Amman, 1991). אמאן התייחסה גם לאלכסונים של מלבן הארגז, לתנועה שנוצרת בתמונת החול בין החלקים השונים, ולמשמעות החפירה לעומק והבנייה לגובה, היוצרות תמונה תלת-ממדית עשירה באור וצל.

בתארה את המרחב, אמאן מתייחסת לאחד הרכיבים המרכזיים בתהליך – החלל הריק בתחילת כל מפגש. חלל בראשיתי זה, המתוחם בגבולות הארגז, מספק תחושת ביטחון ומאפשר למטופל לבטא רגשות ודימויים ללא שיפוט חיצוני. ריקנותו של הארגז מעודדת את הפוטנציאל היצירתי האין-סופי, ומאפשרת יצירת מרחב סימבולי שבו המטופל יכול להתעמת עם תכנים לא מודעים ולבצע אינטגרציה בין חוויותיו הפנימיות לבין מציאות החיצונית (Amman, 1991; Benito Herce et al., 2024). לאחר שהמטופל החל ליצור, ניתן להתייחס למרחב הריק בארגז החול כאל "הצל", המייצג את החלקים הלא נגועים, המודחקים והנסתרים בנפשו. מיפוי הארגז במהלך המפגש הטיפולי ובסיומו, כפי שהציעה אמאן, מאפשר להתבונן באזורים הריקים ובמשמעותם הסמלית.

המרחב הריק של ארגז החול, בדומה לרגע הריק בביבליותרפיה, יכול להפוך למקום שבו המטופל יכול להתבונן בחוסר, לפגוש את פחדיו ולגלות בתוכו אפשרויות חדשות (Havron, 2024). הסתכלות על הריק כאל חלק משמעותי בהבנת המבנה הנפשי של המטופל עשויה לשמש כלי נוסף להתבוננות על קונפליקטים פנימיים והתמודדות עם אתגרים.

תרשים 1: מפה מפורטת של מרחב ארגז החול, לפי רות אמאן

למעלה: פטריארכלי, קו השמיים, רחוק מהגוף, אוויר, רוחניות

מודע קולקטיבי, יחסים עם האב האישי, ידע, מקצוע.	עולם פנימי, חיים רוחניים ודתיים.
הצד הימני: יותר מודע, מסמל את העולם החיצוני, מציאות, מרחק, פתיחות, הצד הפעיל, תנועה בכיוון של התקדמות	צד שמאל: תת־מודע, פנימיות, אינטימיות, צד מדיטטיבי, מקום לרגסיה

אגו –
מרכז
האישיות

חיבור מודע יותר לאדמה ולבית, יחסים עם האם האישית, יחסים ראשוניים, פיזיות, דימוי גוף.	אינסטינקטים, טבע יצירתי, האוקיינוס של התת־מודע שממנו עולים דחפים חדשים, אך אלה עלולים גם לבלוע.
צד ימין של הגוף: חיבור לצד השמאלי של המוח: ורבליות, חשיבה אנליטית, יכולת הפשטה, ארציות, רציונליות, היגיון וחשיבה	צד שמאל של הגוף: חיבור לצד הימני של המוח: לא מילולי, תפיסה הוליסטית, על־זמני, לא רציונלי, אינטואיטיבי, רגשי

למטה: מטריארכלי, קו האדמה, קרוב לגוף, חומרי

מושג הריק: מבט רב־תחומי

ה"ריק" (או ריקנות, ריקנות) הוא מושג מופשט, מורכב וחמקמק, בעל פרשנויות והקשרים רבים. משמעות דומה למילה ריק קיימת בשפה העברית במילה "כלום" או "שום דבר". פירושה של המילה "כלום", המציינת בתודעתנו את האין, היא דווקא "דבר מה", "משהו מזערי". מקורה בלשון חז"ל, והיא כנראה גלגול של הצירוף "כל מה" (האקדמיה ללשון העברית, 2012). בכך נקשרת המילה גם במילה "כלי" – הכלי מכיל את ה"כלום", ועולה השאלה אם יש בכלל אפשרות של ריק. מילון אבן שושן (אבן שושן, 2009) מציע כמה פירושים למילה ריק: (1) חלל שאין בו שום חומר; ואקום; (2) תחום אשר אינו מאויש בצורה מספקת ומאפשר כניסה של גורמים חדשים; (3) שאין בו כלום, חסר תוכן, חלול; (4) משעמם, רדוד, חסר עומק. הגדרות אלו מדגישות בעיקר את הריק כהיעדר, אולם יש בהן גם כדי לרמז כי הריק יאפשר גם קיום, עקב כניסה של גורמים חדשים.

ריק בתפיסה הבודהיסטית

תפיסת הריק או הריקות היא רעיון מרכזי בבודהיזם, המדגיש את התלות ההדדית של כל התופעות ואת היעדר המהות הקבועה בכל דבר. לפי תפיסה זו, אין דבר שקיומו עצמאי, וכל הדברים מתהווים זה מתוך זה. חומר אינו שונה מריקות, וריקות אינה שונה מחומר (רז, 2003).

התבוננות מתוך תפיסה של ריקות מאפשרת מרחק מסוים מן המציאות, אי-הזדהות עם התופעות, עם מהלך החיים האישי, ומכוונת למעבר מתפיסת המציאות היחסית מלאת הסבל למציאות המוחלטת הריקה – שבה דבר תלוי בדבר ואין סתירה בין הדברים, הכול שלוב. אחת ממטרות התרגול הבודהיסטי היא להגיע למצב תודעתי של פתיחות וחוסר היאחזות, המאפשר לאדם התבוננות על הריקות בעולם ובתוכו. מטרתה של התבוננות זו ב"אין-אני" נפרד מקיום תלוי מכוונת לשחרור מהיצמדות ומהזדהות עם העצמי כיחידה נפרדת, כדי להגיע לבריאות נפשית, לחופש, לחמלה ולתחושת האושר הטמונה בהיות מאוחד עם היקום (קורנפילד, 2009; Havron, 2024).

באופן מטפורי ניתן לדמות זאת לחלל הכד המאפשר התמלאות, או לחדר חשוך המתמלא באור. ריק ומלא, חושך ואור, אינם סותרים זה את זה, אלא מגדירים ומשלימים זה את זה. ישראל תמרי בספרו **תמונות מחמש עונות** מצטט מתוך סוּטְרַת הַלֵב: "צורה אינה שונה מריקות, ריקות אינה שונה מצורה. צורה היא ריקות, ריקות היא צורה [...] הצורה מחזיקה את הריק, הכלי והחלל שהוא יוצר – אחד הם" (תמרי, 2015, עמ' 20).

האלה הקטה במיתולוגיה היוונית

בריאת העולם במיתולוגיה היוונית החלה מתוך הריק, הכאוס והתהום – חלל ריק שהפריד בין שמיים וארץ. הקטה, נינתם של גיה ואורנוס (האדמה והמים מולדי הבריאה), ממלאת תפקיד מרכזי כאלת הסף והמעברים, מסמנת את התגלמות הריק באפשרות ללידה מחדש, להתחדשות ולריפוי. הקטה, המזוהה עם הלבנה, מסמלת את הפוטנציאל הטמון בהתפתחות ושינוי. בהיותה השולטת בצמתים היא מופיעה בלילות ללא ירח בצומתי הדרכים, אוֹחֶזֶת בשני לפידים, ומאפשרת כיוון והכוונה במצבים של חוסר בהירות. כאשר עולה השאלה לאן לפנות, באיזו דרך לבחור, היא שווה עם האדם בצומת, במצב של חוסר ודאות (שבתאי, 2000; שינורה בולן,

הקטה מסמלת את הגאות והשפל של התודעה והרגש, בתנועתה המתמדת שבין התגלות והסתרה, מהריק למלא ובחזרה (שינודה בולן, 2002), ביכולתה לראות פרטים שאחרים אינם רואים ולשהות במרחב הלימינלי שבין מודע ללא-מודע. בכך היא מאפשרת את הקשר אל העולם הרוחני המתגלה לעולם הגשמי, מלווה ומאירה את שביל ההתפתחות (נצר, 2008).

הריק וזרם האומנות המופשטת

התנועה האימפרסיוניסטית, שהחלה בפריז בשנות השישים של המאה ה-19, סימנה מעבר מיצירה קלאסית ששמה דגש על דיוק ופרספקטיבה, ליצירה אישית ואינטואיטיבית המדגישה אור, תנועה ורגש ברגע מסוים. אומנות ההפשטה רוקנה את היצירה מהנרטיב באמצעות פירוק הדימויים ליסודות של קו, צורה, צבע וטקסטורה. בכך היא מזמינה את הצופה להסיט את המבט מהעולם החיצוני אל העולם הפנימי, להשלים את החסר וליצור משמעות אישית. תפיסה זו מאתגרת את הצופה ומציעה לו כלי ריק שעליו למלא בתכניו האישיים (Aviv, 2014).

אחד משיאי התהליך התרחש כאשר קזימיר מלביץ' הציג את ציוריו המופשטים **ריבוע שחור על לבן** (1915) ו**ריבוע לבן על לבן** (1917), שניסו לייצג את הריקות ואת האין-סוף, מקום שבו שוכנת האמת המוחלטת. מלביץ' שאף לבחון עד כמה ניתן לצמצם את האומנות לרכיביה הבסיסיים ביותר, ולמצוא את המהות הטהורה של היצירה (Drutt, 2003). בהמשך, איב קליין, שהושפע מהפילוסופיה המזרחית, ביקש לשחרר את הצופה מהגדרות מקובלות ולהתמזג עם האין-סוף הריק שביצירותיו (Rotraut, 2018; Weitemeier, 2001).

בד בבד עם תהליך זה, מארק רותקו אימץ את עקרונות ההפשטה מתוך רצון להשתחרר מאובייקטים ולהתמקד בקונספט. בציוריו, הצופה מוזמן להתבוננות פנימית נטולת הסחות, וליצירת דיאלוג ישיר עם עצמו. היעדר הדימוי בציוריו הופך לרכיב קונקרטי הממלא את החלל הריק, וכך האומנות הופכת לכלי להבעת המצב האנושי (Rothko, 2015). האומנות המופשטת של מלביץ', קליין ורותקו רוקנה את היצירה מהדימויים המוכרים, ובכך אילצה את הצופה לעבור תהליך אקטיבי של חקר עצמי והתבוננות. גישה זו מתכתבת עם התפיסה הבודהיסטית של הריק, המציעה חוויית התבוננות ריקה כדרך להתפתחות תודעתית, הן של האומן הן של הצופה (מזרחי, 2017; Aviv, 2014).

הריק בבסיכואנליזה

מושג הריק בפסיכואנליזה עבר תהליך התפתחות מורכב, המשקף שינויים בתפיסה בדבר חוויות של חסר, היעדר וריקנות נפשית והיחסים בין מודע ללא-מודע. בתחילה, פרויד התייחס לחוויות שבוטאו כחזרה בפעולה (enactment) לא מודעת על חוויות טראומטיות של אובדן, או הדחקה של תכנים רגשיים לא מודעים אשר הותירו תחושת חסר פנימית (פרויד, 2002/1917; Aron & Atlas, 2015). בהמשך, אצל יונג מופיע מושג הריק באופן ישיר יותר, כסמל של הלא-מודע הקולקטיבי, מקור לארכיטיפים ולאנרגיות יצירתיות. ההתמודדות עם הריק מאפשרת למטופל להתחבר למקורות עמוקים בנפש ולעבור תהליך של אינדיבידואציה דרך גילוי ה"עצמי", כחלק ממרחב ומתהליך דינאמי המאפשר דיאלוג עם הלא-מודע (Jung, 1957). יונג תיאר את "הפונקציה הטרנסננדנטית" – מצב נפשי המהווה הזדמנות לשינוי דרך אינטגרציה בין ניגודים, צמיחה, התרחבות מעבר לגבולות המוכרים ופיתוח משמעות פנימית חדשה. הריק נתפס לא כחוסר אלא כמרחב המאפשר שהייה באי-הוודאות, התרחבות וגילוי עצמי מחדש (Aron & Atlas, 2015; Granot, et al., 2018). גם ביון ראה בריקנות תנאי הכרחי להתפתחות, ותיאר את המושג "יכולת ההכלה", שבו הריק יוצר אפשרות להופעת תכנים חדשים ולעיבוד רגשי של חוויות טראומטיות (Bion, 1962). ויניקוט הציע תפיסה דומה, בתארו "מרחב פוטנציאלי" – אזור ביניים בין האם לתינוק או בין הפנימי לחיצוני, שבו מתרחשים היצירה והמשחק ותורמים לגיבוש העצמי (Winnicott, 1971).

מושג הריק הוסיף להתפתח. בגישה האקזיסטנציאליסטית, המפגש עם הריק הוא עובדה קיומית בלתי נמנעת, חלק מהתמודדותו של האדם עם החרדה הקיומית, חוסר המשמעות והסופיות. עמדה זו רואה במפגש עם הריק חוויה טראומטית, אך גם כזו היכולה לעורר צמיחה, להאיץ תהליכי התפתחות ואינטגרציה של העצמי (ישראל, 2025). בדומה לכך, הברון (Havron, 2024) מתארת מפגש עם הרגע הריק בטיפול כבעל פוטנציאל להתפתחות. לדבריה, דווקא בשל היותו לא ידוע הוא מאפשר הקשבה או הסתכלות החורגת מן המוכר והיא בעלת איכות של תנועה וריפוי המאפשרים התמרה.

כיום, המפגש עם תחושת הריק או הריקנות נתפס כחוויה מרכזית ומשמעותית בטיפול, בפרט עם מטופלים המתמודדים עם טראומה, נרקיסזם או תחושת חוסר משמעות (Aron & Atlas, 2015). מפגש זה עם הריק שבי ובעולם עשוי להיות מטלטל ומבעית, אולם דווקא מתוך הריקנות עשויה להיווצר רמה חדשה של מודעות, ולהיפתח דרך עשירה ובריאה יותר לקיום (Amman, 1991).

תפיסת המרחב הריק של המטפלת

כמטפלות באומנות, מחשבותינו בנוגע למושג הריק ולביטוי החומרי השפיעו על כתיבתנו ועל הטיפולים. הכותבת הראשונה פגשה לראשונה את המושג "החלל שבין הדברים" – המקום שלכאורה אין בו כלום אך יש לו כשלעצמו צורה ומשמעות – בלימודי העיצוב. זכורה לה סדרת צילומי סטים של סכו"ם, והתבוננות בחלל שנגזר בין המזלג לסכין לכף. העיסוק בחלל הנגזר בין החפצים הזכירה לה מגזרות נייר, פשוטות או מורכבות, שבהן החסר, הנגזר, יוצר את הקיים, וביחד הם יוצרים את השלם. התבוננות במגזרת נייר פשוטה, מפית לבנה מרובעת, שלחה אותה להתבונן בחוסרים בחייה, כיצד עיצבו אותה, כיצד גישרה בין היש לאין בחייה, שעיצבו יחד מהלך חיים שלם.



הכותבת השנייה הכירה את המושג "ריקות" במסגרת לימודי טיפול ובודהיזם, שהסבו את תשומת ליבה להתהוות התלויה של הדברים ולנוכחותו של האין לצד היש. לצד זאת, חוותה גם את תחושת הפחד העשויה להתקיים באזורים הפחות מוגדרים של החוויה.

סוגיית "המרחב הריק" בטיפול התעוררה אצל המטפלת הראשונה בעקבות המפגשים עם מירה,¹ שנהגה להניח בארגז החול חיה אחת בלבד. המפגשים עם מירה עוררו אותה לחשוב על החסר ומשמעותו. מהו הריק הגדול הזה שחיפש מילוי? מה הסתתר בתוכו? מה משמעותו של המרחב הריק בארגז החול, כשהארגז עצמו דמה לדרך ציור לבן וריק שממתין לציור? כשלחול המוכל בארגז הייתה משמעות וסמליות משל עצמו? בארגז החול יש לפעמים עומס רב, ובמהלך הטיפול הוא הולך ומתארגן, מתנקה ומתמקד. הנפש מסדרת את החלקים ופורמת את הסבך. אך על מה מעיד ארגז חול שהתחיל בריקנות גדולה, ריקנות שזעקה את החסר, את חוסר המגע עם מעמקי הנפש, את הניתוק הרגשי? בהמשך, המרחב הריק חזר

1 פרטי המטופלים טושטשו, השמות שונו, וניתן אישור בכתב להצגת תיאורי המקרה.

והופיע גם במהלך המסע שעשה גור בין האזורים השונים בארגז החול, והנכיח בכל פעם את המרחב הריק בחלק אחר. שני הטיפולים הללו אפשרו את הנכחת המרחב הריק בטיפול, והשפיעו על יחסה של המטפלת ועל רצונה להעמיק בפשר סמליותו בתיאורי המקרה שלהלן.

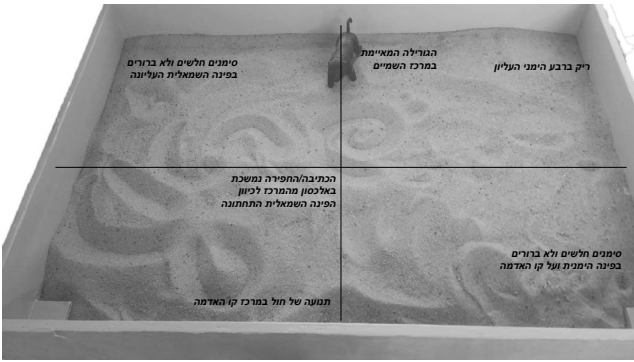
תיאור מקרה 1: ארגז החול של מירה

מירה (שם בדוי), נערה בת 15, שהתה בהוסטל לנעורות בסיכון מתוקף צו בית משפט. היא הגיעה מבית שתפקד לכאורה, אך איש מלבדה לא ידע מה באמת מתרחש בו. מירה הוצאה מהבית בעקבות היעדרויות חוזרות מבית הספר, שוטטות ושתייה. בתקופה שבה נפגשתי איתה היא תפקדה על פי דרישות ההוסטל, כלומר שמרה על סדר היום, נכחה בכיתה ומילאה תורנויות. אולם היא מיעטה לשתף פעולה בשיחות טיפוליות אישיות או קבוצתיות, ולא יצרה קרבה משמעותית עם מי מאנשי הצוות או הנעורות.

במפגש הראשון עם ארגזי החול (הרטוב והיבש) מירה בחרה גורילה ופרה, הניחה את שתייהן באמצע קו השמיים בארגז החול היבש, למעלה, והחלה לחפור באצבע, לסמן משהו. אחר כך נמלכה בדעתה, והעבירה את הפרה לחול הלח. גם בו ניסתה לחפור באצבע. הזכרתי לה שאפשר להרטיב. היא שפכה מים, מעט, בזהירות. שפכה עוד קצת, ואז ערבבה את החול וסימנה משהו באצבע. היא חזרה לחול היבש וסימנה גם בו. "סיימתי", אמרה. ניגשתי להתבונן איתה יחד. "מה כתבת?", שאלתי. "א' [בחול הרטוב מתחת לפרה], וש' [בחול היבש]. כי הן חופרות", וציינה שמות של נעורות ששוהות איתה בהוסטל.



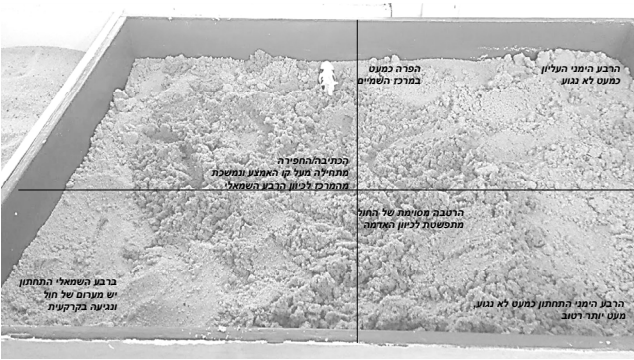
איור 1: גורילה



איור 2: תרשים תמונת הגורילה



איור 3: פרה



איור 4: תרשים תמונת הפרה

תמונת שני ארגזי החול זה לצד זה העלתה בי תחושה של פיצול ואי־שקט, וניסיתי לעקוב אחר זרם האסוציאציות של מירה. פרה, גורילה, חול, חפירה, הבנות ש"חופרות". תהיתי ביני לבין עצמי: האם אני חופרת לה? האם היא חופרת בתוך עצמה? מה אומרת הריקנות המדהדת שנשארה בארגז? מה הקשר בין הפרה לבין הגורילה? ומה המשמעות של מיקום הדימויים הקונקרטיים במרכז "השמיים" כשהם מתבוננים למרכז?

בתשובה לשאלות שנשאלו בלב, פתחה מירה בסיפור מפורט על התאומה שלה, מרינה שמה, שמתה כשהייתה בת שלוש. ואולי היא בעצם חיה, כי אימה לא מאמינה שמתה והיא מחפשת אותה ומתכוונת להחזיר אותה הביתה. מרינה, התאומה המדומיינת של מירה, היא דמות מושלמת, יפהפייה, נקייה, לא־מעשנת־לא־שותה, ויש בבית חדר נעול שמחכה לה. היא בדיוק ההפך ממירה עצמה, ששותה, מעשנת ומשוטטת. המבט, הגעגוע והאהבה של האם מופנים אליה, אל מרינה, זו המדומיינת.

הפרה היא חיה מבויתת, מזינה, אימהית. הגורילה, לעומתה, פראית ומאיימת, שייכת לג'ונגל. בהופעה של שתיהן על קו השמיים ופניהן למרכז הריק, אפשר לראות מצד אחד את הפרה בחול הלח כמסמלת פנטזיה והשתוקקות לבית מזין ולאם אוהבת, ומצד אחר את הגורילה בחול היבש כסמל לפראי שיכול לפלוש ולחטוף. גם הג'ונגל הפראי שמסמלת הגורילה וגם הבית המיטיב שמסמלת הפרה יכולים להביע כאב ופחד; כאב על האם והבית שמעולם לא היה לה, ופחד מהמפגש עם החסר העצום מנקודת מבטה כיום, בגיל ההתבגרות. ייתכן כי לכך התכוונן ויניקוט כשהתייחס ל"פחד מהתמוטטות שכבר התרחשה, שהתרחשה ולא נחוותה" (ויניקוט, 2009). ריקנות שצריך לחוות אותה כדי שאפשר יהיה למלא אותה. ויניקוט מתאר את הריקנות כמצב שלאחר הטראומה, הזמן בו שלא קורה משהו שהיה יכול להועיל, כמו תגובה נכונה, טיפול, תמיכה, נוכחות מיטיבה. המטופל, הפוחד מהאימה שבריקנות, ישלוט בה באמצעות הימנעות – מאוכל למשל, או להפך, באמצעות חמדנות כפייתית. בכל מקרה, הריקנות נשארת כמצב מאיים ומפחיד, ובמקרה של מירה – אימת הריקנות מתמלאת בסיפור שהיא ממציאה על חייה.

הפרה מוסטת מעט מהמרכז לכיוון הרבע השמאלי העליון, ובכך מייצגת אולי את ההשתוקקות הלא מודעת, החבויה, לאינטימיות ולקרבה הנעדרות מחייה של מירה. גם הכתיבה/חפירה נעשית כאן מעל קו האמצע, מהמרכז לתוך הרבע השמאלי העליון, ומדגישה עוד יותר את ההשתוקקות ל"חפירה" באזור הזה, שלפי

החלוקה של אמאן (Ammann, 1991) מבטא גם עולם פנימי ורגרסיה. תנועת החול הנערם מהפינה השמאלית למטה לכיוון המרכז יכולה להעיד על איזושהו ניסיון לאסוף כוחות מתוך הלא-מודע, רמז קל לתחילתה של התקדמות. גם בארגו החול היבש, שבו הוצבה הגורילה, הכתיבה מהמרכז לכיוון הפינה השמאלית התחתונה יכולה לחזק את הבנת הצורך שמביעה מירה באיסוף כוחות מהלא-מודע.

בשני הארגזים הרבעים הימניים כמעט שאינם נגועים, ומהדהדים את הריק שבחייה של מירה, העולם החיצוני המאיים שהביטוי המרוכז שלו היא הגורילה, יחסים לא ברורים עם הבית/אימא ואבא, שפה דלה, חוסר ההיגיון במהלך חייה וחוסר היכולת שלה להבין ולהכניס סדר בסיפור של עצמה.

מרכז ארגו החול, המייצג את המוטיב המרכזי, את העצמי, הוא במבט ראשון מרכז ריק. מירה מסוגרת ומנותקת לכאורה. במבט שני, תנועת הכתיבה או החפירה בחול מתחילה במרכז ומסמלת את הקולות שחודרים אליה: קולות הבנות "החופרות" שחיות איתה בהוסטל, שאת שמותיהן כתבה/חפרה בחול מהמרכז שמאלה, קולות שסודקים את העולם המסוגר שלה ואולי מאיימים עליו. גם הנוכחות שלי נתפסת אולי באותו רגע כ"חופרת" ומאיימת לחשוף את הסיפור "האמיתי". הסיפור הדמיוני שמירה מספרת מנסה למלא את הריקנות שניבטת אלינו מארגו החול, ושתינו ביחד מתבוננות בתמונה ומחזיקות את הסיפור, את הפנטזיה ואת האימה, וגם את תחילתה של תקווה.

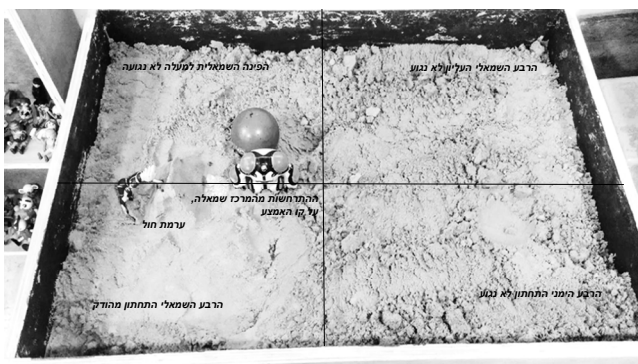
תיאור מקרה 2: ארגזי החול של גור

גור (שם בדוי) הוא בן תשע, בן שני במשפחה בת ארבעה בנים. בעל דמיון עשיר, יצירתי, מופנם. ילד יפה, נבון ונעים במיוחד. גור הגיע לטיפול על רקע של אי-הסתגלות למסגרות וקשיים חברתיים. גור נטה לתת פרשנות אישית שלילית לאירועים בכיתה, למצבים חברתיים ולסיטואציות משפחתיות. הוא חווה את "העולם" כמכוון נגדו, ואת עצמו כלא מספיק מוצלח או מושלם. ציפיותיו מעצמו היו גבוהות מאוד, וכאשר לא הצליח לעמוד בציפיות שהכתיב לעצמו חווה אכזבה עמוקה. זו הביאה אותו להתפרצויות של בכי וצעקות, האשמת הסביבה וסירוב להשתתף ולקחת חלק בפעילויות לימודיות, משפחתיות או חברתיות. גור ביטא חולשה וחוסר כוח, תחושת תסכול וחוסר שייכות, עסק בשאלות קיומיות ואף הצהיר כי יברח מהבית.

תמונת חול ראשונה: חלום



איור 5: חלום



איור 6: תרשים תמונת החלום

לגור היה חלום מסויט שחזר על עצמו וממנו נהג להתעורר בבהלה: חייזרים חוטפים אותו. החלום הוצג בארגז הרטוב, ההתרחשות כולה קרתה בחצי השמאלי של הארגז, וניכר הידוק של החול בסביבת האירוע ויצירת כעין "בית" מחול מוערם. הכדור הכחול סימל את החללית של שלושת החייזרים, ובתוך הבית נמצא הילד החולם, אך לא רואים אותו. התבוננות ביצירתו העלתה תחושה של סטטיות. על פי אמאן (Ammann, 1991), הרבע השמאלי התחתון מסמן את העולם הפנימי, האינסטינקטים, הטבע היצירתי, אוקיינוס התת-מודע אשר ממנו יכולים לעלות דחפים חדשים, אך גם כאלה היכולים לאיים וכמו "לבלוע את הנפש".

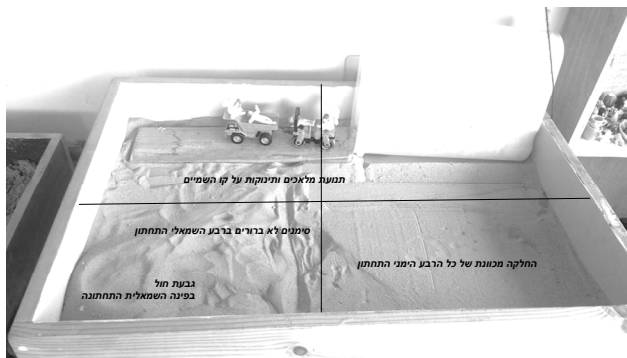
העליתי בדעתי כי אולי זה היה הפחד הגדול של גור: תחושתו כי הוא יצירתי ומלא דמיון במידה שיכולה "לבלוע" אותו. ברבע הזה הוא הידק את החול היטב, באופן שייצג אולי את הנפש שלו, שחיפשה דרך לגשר בין החוויה הפנימית למציאות החיצונית, אך לא היה לה מוצא מהסיוט.

ראיתי בריקנות בשאר חלקי הארגז עדות לכך שאין עזרה משום כיוון. העולם שסביב החלום כאילו נמחק. החיזורים ורכב החלל קיבלו ייצוג, אך לא הילד עצמו – העומד להיחטף. להבנתי, הילד כנראה נמצא שם, בתוך הבית, שיוצג כחול הנערם שהחייזר רוכן מעליו, והוא עומד להישלף מתוכו בעוד רגע.

תמונת חול שנייה: דרך



איור 7: דרך



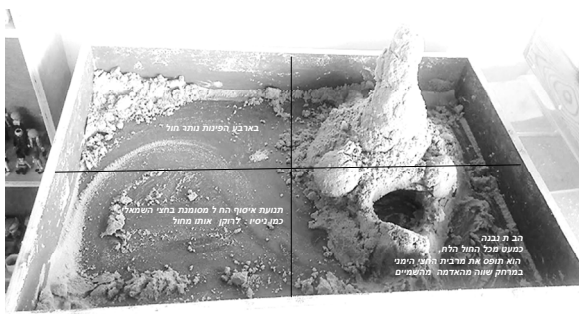
איור 8: תרשים תמונת הדרך

ארגז החול הבא של גור נוצר חודש אחרי "החלום", בחול היבש. בפעם הזו קרתה ההתרחשות על קו השמיים, והעזרה הגיעה בתנועה. גור הציב מימין מכל גדול, שתפס חצי מקו השמיים. מתוכו יצאה דרך – כביש (קרש), ועליה נסעו שני כלי רכב ובהם מלאכים ותינוקות שבאו לעולם. לפי חלוקתה של אממן (Ammann, 1991), ניתן לפרש זאת כך שמתוך הלא-מודע הקולקטיבי והיחסים עם האב התרחשו לידה של העולם הרוחני האישי, ואפשרות לסמוך או לתת מקום למציאות רוחנית. לעומת זאת, הרבע התחתון-ימני של הארגז הוחלק והודק בתשומת לב, והריקנות שלו מחפצים הודגשה במיוחד. גם כאן, כמו בתמונת החלום, קו האדמה המייצג את המציאות נותר למעשה ריק. האם, שבפועל היא המעורבת והתומכת בחייו של גור, לא נכחה בתמונת החול, והבקשה הלא-מודעת לעזרה ולפתרון לא הופנתה אליה כי אם אל האב האישי, ואל החלק הרוחני.

תמונת חול שלישית: בית



איור 9: בית



איור 10: תרשים תמונת הבית

בפעם האחרונה שבה עבד גור בארגז החול, לקראת סיום הפגישות שלנו, הוא יצר לדבריו "בית". גור אסף את כל החול (הלח), כאילו אסף את כל ה"כוחות", לחצי הימני של הארגז. הבית שהקים נראה כמו מערה ומעליה מגדל שמירה. בארגז נוצרה תמונה של ריקות מול מלאות, העומק המרבי מול הגובה המרבי. ים הדמיון והיצירתיות התרוקן (ואולי נחשף) לטובת יצירת מציאות חומרית כבדה. מבנה "הבית" חיבר בין המטריארכלי – המערה שעשויה לייצג עיקרון נשי פנימי, חיק מגן ובטוח, מקום של קבורה ולידה מחדש (שטיינהרדט, 2004), לבין הפטריארכלי – מגדל השמירה הפאלי שנבנה מעל המערה, שיכול לייצג את העיקרון הזכרי, השואף לגעת בשמיים. פתח המערה פנה אל הפינה הימנית התחתונה, אל המציאות, ההווה, האם האישית.

התבוננות ברצף של שלושת ארגזי החול הנכיחה את המרכז הריק שהתרחשות נעה סביבו, מהצד השמאלי (החלום) לקו השמיים (הדרך) ומשם ימינה (הבית). ייתכן כי המרכז הריק סימל את שהייתו של גור במרחב ביניים, בחיפוש אחר הכוחות הפנימיים שלו, אחר העצמי (self). גור היה שרוי בתנועה בין חלום למציאות, בין רוחני לגשמי, בין המודע ללא־מודע. התנועה סביב המרכז הריק, שניתן היה לעקוב אחריה מתמונת חול אחת לשנייה, כמו שרטטה את הדרך שלו למציאת מרכז האישיות ולהתחברות לכוחות האגו, ואפשרה לו להחזיק את היש והאין כשלמות אחת.

דיון

טיפול במשחק בארגז החול מהווה הזדמנות וקריאה למשחק ולבנייה של עולמות מלאי חיים (Amman, 1991; Benito Herce et al., 2024). אולם גם המרחב שנותר ריק בארגז החול עשוי לסמל אזור מורכב ובעל משמעות עמוקה כמו זו המופיעה במרחב שהתמלא. ביכולתו של המרחב הריק לייצג פוטנציאל להתפתחות, מרחב להתבוננות פנימית, ביטוי של חוסר או טראומה, ואף הזמנה ליצירתיות ולדמיון. חשוב לזכור כי המרחב הריק אינו "ריק" באמת. זהו מרחב המלא במשמעות סמויה, רמזים לא מודעים, ופוטנציאל לאינטגרציה ולשינוי. בהתבוננות קשובה ובחקירה משותפת של הריק, המטפלת והמטופל יכולים להעמיק את ההבנה של עולמו הפנימי, לצלול יחד אל הלא נודע, לחקור את הפוטנציאל והמשמעויות הייחודיות

עבורו, ולהתקדם במסע הריפוי והצמיחה. מפגש עם הריק במרחב לימינלי מאפשר שינוי דרך פירוק מבנים נפשיים לא יעילים לפני בנייתם של חדשים.

מבט רב-תחומי על מושג הריק מציג עמדה פילוסופית וטיפולית ולפיה היש והאין אינם הפכים, אלא שניים היוצרים האחד את האחר. הסתכלות זו מאפשרת גישה מעמיקה לאפשרות של מיפוי הארגז ותמונת החול שהמטופל מציג בו ביותר מדרך אחת. ארגז החול הוא המכל המכיל את היש והאין כמציאות אחת, נכונה לרגע המסוים וחלק מתהליך טיפולי שלם. בכל פגישה נפרדת על פני ארגז החול מעין מפה, אובייקטים ומבנים הופכים לדימויים נראים וקונקרטיים, מוכלים במרחב המוגן של הארגז (Steinhardt, 2017). כאשר המטפלת מחזיקה בעמדה מתבוננת המסוגלת להכיל את היש והאין שבתמונה, את המלאות והריקות ואת התנועה שביניהם, המרחב הריק הופך גם הוא להיות אחד מהדימויים, ומקבל צורה קונקרטית בארגז החול.

המרחב הריק בארגז החול הוא ריק רק לכאורה. החלק בארגז שהיוצר אינו מתייחס אליו, חלק שניתן למפות באמצעות החלוקה הסכמתית שמציעה אמאן (Amman, 1991), מספר סיפור ומחזיק סמליות ומשמעות משלימה באמצעות האובייקטים שבחלקים האחרים של ארגז החול. כפי שאפשר להתייחס לסמליותם ולמיקומם של האובייקטים הנוכחים, כך אפשר למצוא משמעות גם בקיומם של האובייקטים החסרים ובמרחב הריק עצמו. המרחב הריק יכול להעיד על האגו הפגוע, על הפחדים העמוקים, על אבני הבניין החסרות, על ההפרדות הטראומטיות או אולי דווקא על חוויית ההפרדות ובניית העצמי המתרחשת ברגע זה.

מפגש עם המרחב הריק בארגז החול אוחד בתוכו דואליות מובנית. המבט אל הריק עשוי לעורר פחד מהמרחב הריק, מהדף הריק, מהרגע הריק (ישראל, 2025; Havron, 2024). זהו פחד מהלא ידוע, מהצללים, ממה שעלול לקרות במרחב הריק. אולם כאשר המטפלת והמטופל מתבוננים במרחב זה יחד, המטופל יכול להמשיך ולחקור את ההתרחשות הפנימית של נפשו. באמצעות שימוש בסמלים מתחומים שונים האוחזים בתוכם את המלא והחסר כאחד – לכל גוף יש צל וכל כלי יוצר חלל (Rotraut, 2018); נוכחות מצביעה על היעדר ומלאות על התרוקנות (שינודה בולן, 2002); המלא והריק אחד הם (קורנפילד, 2009) – מתאפשר מפגש עם חלקים לא מודעים של הנפש או עם תחושות של ריקנות וחוסר כחלקים בלתי נפרדים מהיש, ואלה תורמים לתהליך ההתפתחות והריפוי (Aron & Atlas, 2015; Granot et al., 2018; Jung, 1957).

אפשר להבין תהליך זה דרך תיאורי המקרה שהציגו תמונות חול סטטיות יחסית של המרחב הריק. הרבעים הימניים הריקים בארגזי החול של מירה יכולים היו לסמל את המציאות הידועה, החסוכה והחסרה שבחייה, שאותה מילאה בסיפורים דמיוניים ומומצאים מחוץ לארגז. סיפורים אלו, שכמו ניסו למלא את חוויית הריקנות שלה בחייה, רק הדגישו את הריקנות. בהמשך ניתן לראות את עקבות התנועה שהשאירה במרכז הארגז במעשה הכתיבה והחפירה כהתחלה של מודעות לריק; מגע ותזוזה שביכולתם לאפשר אינטגרציה ותחילתה של תנועה נפשית. לעומת זאת, במרחב הריק שבמרכז ארגז החול של גור בלטו התנועה והמעבר בין האזורים, וכן סימנים לפעולות של הידוק, החלקה ולאחר מכן גם בנייה. ייתכן כי פעולות אלו, שבתחילה נראה שסימלו את הרצון לדחוק או להעלים את השפע היצירי של דימויים וסמלים לא מודעים, היוו בהמשך מרחב שחיבר בין דברים שלא היה להם מקום לבין דברים שאפשר להתבונן בהם ללא חשש.

מכאן, שלעיתים דווקא במקום שנדמה לנו כי אין בו שום דבר, במקום הריק שלכאורה אין סיבה להתבונן בו, דווקא שם יש התרחשות חשובה ונסתרת. עמדתו של המטפל, שאינו מתעלם מן המרחב הריק בארגז החול, היא שיכולה לאפשר ראייה שלמה של המכל שמכיל את היש והאין כמציאות אחת, ומייצג רגע מסוים בתהליך טיפולי שלם; רגע משותף שבו נרשמה תמונת החול אצל המטופל והמטפלת ביחד ובנפרד.

סיכום

מאמר זה הדגיש את החשיבות שבהתייחסות למרחב הריק בארגז החול כסמל בעל משמעות טיפולית. המרחב הריק הוא לא רק היעדר. זהו מרחב בעל חשיבות ומשמעות טיפולית, אשר מחד גיסא עומד בפני עצמו, ומאידך גיסא משקף את המתרחש בחלקים המלאים של הארגז או הנפש, מושפע מהם ומשפיע עליהם. הבנת המשמעות הסמלית של הריק מאפשרת למטפלת ולמטופל להחזיק התבוננות מורכבת ושלמה יותר על התהליך הטיפולי, כמפה שלמה המחייבת התייחסות גם למקום שנשאר לכאורה "ריק". המרחב הריק מסמל מקום שבו המטופל יכול להתמודד עם פחדים מודחקים ולהתמודד עם קושי והיעדר, וכן מקום שמתקיים בו פוטנציאל ליצירה, צמיחה וגילוי של כוחות התורמים לאינטגרציה בין חלקי נפש ולפיתוח חוסן.

עם זאת, באופן בלתי נמנע, הפרשנות שהוצעה למרחב הריק בארגז החול התבססה על תאוריות רב־תחומיות ספציפיות להקשר החברתי-תרבותי ששתי הכותבות נטועות בו. בהמשך לכך, מעניין לציין את ואנג ואח' (Wang et al., 2018), שהתייחסו למשמעותם של חומרי אומנות במרחבי טיפול שונים, וגרסו כי בתרבויות ובהקשרים מסוימים החול בפני עצמו עשוי לסמל גם מקום של מדבר ריק. יש מקום להוסיף ולחקור את משמעותו של המרחב הריק בארגז החול בהקשרים נוספים, וכן את משמעותו הרחבה יותר של מושג הריק בטיפול.

מקורות

- אבן שושן, א' (2009). ריק. המילון החדש של אבן-שושן: מילון עברי חדש (כרך ה). קריית ספר.
- דן-גור, מ' (2016). המסע לצד במבי: טיפול במשחק בחול. בין המילים, 10. <https://short-url.org/1gTDJ/>
- האקדמיה ללשון העברית. (2012, 8 באוגוסט). כלום ושום דבר <https://zaha.link/dmqxS/>
- ויניקוט, ד"ו (2009). עצמי אמיתי, עצמי כוזב: מאמרים נבחרים (ע' ברמן, תרגום). עם עובד.
- ישראל, ד"ר (2025). המפגש עם אימת ה"אין": טראומה או הזדמנות לצמיחה. פסיכולוגיה עברית. <https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=4818>
- מזרחי, ב' (2019). נוירולוג מסביר: כיצד אמנות מופשטת מדליקה ניצוצות במוח ומה היתרונות הקוגניטיביים שלה. מגזין מהות החיים. <https://www.eol.co.il/articles/791>
- נצר, ר' (2008) הקוסם, השוטה והקיסרית. מודן.
- פרויד, ז' (2002). אבל ומלנכוליה. בתוך ר' גולן (עורך), כתבים נבחרים, כרך ג: כתבים פסיכואנליטיים (1915–1917) (עמ' 121–138). דביר. (פורסם לראשונה 1917)
- קורנפילד, ג' (2009). הלב הנבון (ב' גפן, תרגום). מודן.
- רז, י' (2003). זן בודהיזם: פילוסופיה ואסתטיקה. האוניברסיטה הפתוחה.
- שבתאי, א' (2000). המיתולוגיה היוונית. ספרי תל-אביב/מפה.
- שטיינהרדט, ל' (2004). בין כוכבי שמיים לחול הים. שער הים.
- שינודה בולן, ג' (2002). אלות בכל אישה (מ' רון, תרגום). מודן.
- תמרי, י' (2015) תמונות מחמש עונות: אסופת שירי היקו מתורגמים מיפנית עם מבוא והסברים. ידיעות אחרונות, ספרי חמד.

- Ammann, R. (1991). *Healing and transformation in sandplay*. Open Court Publishing.
- Aron, L., & Atlas, G. (2015). Generative enactment: Memories from the future. *Psychoanalytic Dialogues*, 25(3), 309–324.
- Aviv, V. (2014). What does the brain tell us about abstract art? *Frontiers in Human Neuroscience*, 8. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2014.00085>
- Benito Herce, N., Ochoa de Alda, I., & Marrodán, J. L. G. (2024). Sandtray and sandplay in the treatment of trauma with children and adolescents: A systemic review. *Journal of the World Association of Sand Therapy Professionals*, 2(1), 1–25. <https://doi.org/10.15562/bmj.v8i1.1010>
- Bion, W. R. (1962). *Learning from experience*. Maresfield Library.
- Chevalier, J., & Gheerbrant, A. (1996). *Dictionary of symbols*. Penguin Books.
- Druitt, M. (2003). *Kazimir Malevich: Supermatism*. The Solomon R. Guggenheim Foundation.
- Granot, A., Regev, D., & Snir, S. (2018). Jungian theory and its use in art therapy in the viewpoints of Israeli Jungian art therapists. *International Journal of Art Therapy*, 23(2), 86–97. <https://doi.org/10.1080/17454832.2017.1360371>
- Han, Y., Lee, Y., & Suh, J. H. (2017). Effects of a sandplay therapy program at a childcare center on children with externalizing behavioral problems. *The Arts in Psychotherapy*, 52, 24–31. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2016.09.008>
- Havron, E. (2024). In search of the empty moment in psychoanalysis. *Psychoanalysis, Self and Context*, 19(1), 49–62. <https://doi.org/10.1080/24720038.2023.2171043>
- Holliman, R., & Foster, R. D. (2023). The way we play in the sand: A meta-analytic investigation of sand therapy, its formats, and presenting problems. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 9(2), 205–221. <https://doi.org/10.1080/23727810.2023.2232142>
- Jung, C. G. (1957). *The transcendent function*. Students Association, C. G. Jung Institute.
- Kalff, D. (1991). Introduction to sandplay therapy. *Journal of Sandplay Therapy*, 1(1), 9–15. <https://doi.org/10.61711/jst.1991.01.1.224>
- Lowenfeld, M. (2008). *Play in childhood*. Liverpool University Press.

- Roesler, C. (2019). Sandplay therapy: An overview of theory, applications and evidence base. *The Arts in Psychotherapy*, 64, 84–94. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.04.001>
- Rothko, C. (2015). *Mark Rothko: From the inside out*. Yale University Press.
- Steinhardt, L. (2017). From dot to line to plane: Constellating unconscious imagery in art therapy. *Art Therapy*, 34(4), 159–166. <https://doi.org/10.1080/07421656.2017.1392118>
- Wang, K., Cui, Q., & Xu, H. (2018). Desert as therapeutic space: Cultural interpretation of embodied experience in sand therapy in Xinjiang, China. *Health & Place*, 53, 173–181. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.08.005>
- Weitemeier, H. (2001). *Yves Klein*. Taschen GmbH.
- Wiersma, J. K., Freedle, L. R., McRoberts, R., & Solberg, K. B. (2022). A meta-analysis of sandplay therapy treatment outcomes. *International Journal of Play Therapy*, 31(4), 197. <https://doi.org/10.1037/pla0000180>
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and reality*. Tavistock Publications.
- Xiong, Z., Weng, X., & Wei, Y. (2022). SandplayAR: Evaluation of psychometric game for people with generalized anxiety disorder. *The Arts in Psychotherapy*, 80, 101934. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101934>
- Yaghoobian, P., & Emadian, S. O. (2019). The effectiveness of art therapy with sand play method on behavioral disorders, emotional problems, and communication skills of children. *Bali Medical Journal*, 8(1), 153–159.
- Zoja, E. P. (2011). *Sandplay therapy in vulnerable communities: A Jungian approach*. Routledge.