第一图书网, tushu007.com

<<沙游治疗>>

图书基本信息

书名：<<沙游治疗>>

13位ISBN编号：9787501985395

10位ISBN编号：7501985391

出版时间：2012-2

出版时间：中国轻工业出版社

作者：Barbara Labovitz Boik,A.Anna Goodwin

页数：282

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

英国诗人威廉·布莱克在《天真的预言》中说：“一沙一世界，一花一天国。
无限掌中置，刹那成永恒。
” 首次接触沙游治疗，惊叹于它的神奇。
记得那还是2004年3月，我参加教育部组织的全国高等院校心理咨询骨干教师培训班。
课堂上，张日教授详细介绍了沙游治疗的历史、基本理论和实践操作。
最后，他邀请几位学员共同参与制作一个团体沙盘。
我有幸参与其中，第一次体验了沙游的神奇和魔力。
我手捧着细细的白沙，让它们从指缝中缓缓滑过。
在大家的共同协作下，我们构建了属于我们的“世界”。
我充满好奇地在物品架上搜寻着那些吸引我的物件，并把它们放人我们的“世界”之中。
我时而犹豫——真不知该选哪个好，这些物件像充满了灵性的精灵，瞪着圆圆的眼睛召唤着我；我时而坚定——毫不犹豫地选择一个，放在我认为合适的地方。
有时别人移动了我的物件，有时我也会根据自己心中的构想而把别人的物件移开，有时我发现他人的某个物件带给我意想不到的惊喜，有时我们也会因“世界”的构造而产生矛盾……最后，当作品完成时，我们都充满珍惜与渴望地看着我们创造的神奇“世界”，聆听老师对“世界”的分析，体悟沙游带给我们的启迪。
活动结束时，我们热烈拥抱，庆祝我们“新世界”的诞生并拍照留念。
准确把握来访者的心理和行为，是每个心理学流派、每位心理学家的梦想。
不同的心理流派对此也都进行了探索和尝试：行为主义取向者把目光聚焦在外显行为上，精神分析取向者则注重挖掘来访者的成长经历和无意识内容，认知疗法取向者则着重探讨认知思维模式的影响，以来访者为中心疗法的采用者则更重视咨访双方关系的建立和治疗师给予来访者真诚的、无条件的积极关注……在这些治疗体系和方法中，治疗师通常面临两个难题：一是如何呈现和澄清来访者所面临的问题，二是如何使来访者聚焦于此时此地。
面对这两个难题，上述治疗体系和方法，或只重其一，或无法深入。
沙游治疗很好地解决了上述难题。
它借助于沙盘和各种物件，使来访者的问题以物化的方式真实重现，同时来访者也可以在沙世界中进行动态演绎，从而身临其境地感觉、体验、反复检验内在的迷惑和感觉，并在动态发展中调整自己的认知结构和行为模式，对未来生活进行演练，甚至可以创造性地与内在自我、他人和社会进行心与心的对话与交流。
沙游治疗是一种充满乐趣且意义深远的心理治疗方法。
许多刚接触沙游治疗的心理咨询师或治疗师都会对这种方法感到欣赏，但有时又常常因为难以驾驭沙游过程以及对意象进行适当的解释而止步不前。
感谢芭芭拉·博伊科(Barbara Labovitz Boik)和安娜·古德温(E. Anna Goodwin)，正是她们的努力和与人分享的精神才有了这样一本关于沙游的实操指导手册。
本书不仅会激发你对沙游治疗的浓厚兴趣，而且会使你对沙游理论有一个清晰的理解和认识。
最重要的也最具价值的是，本书还详细讲述了沙游在治疗儿童、成人、夫妻等方面的具体应用步骤。
如果你是一名心理咨询师或治疗师，本书将使你了解和掌握沙游这种充满神奇和智慧的治疗方法——它不仅能有效治疗来访者，也有助于你实现个人成长，解决反移情问题。
如果你正有意于建立自己的沙游工作坊，本书给你提供了具体且必要的操作性指导。
如果你是一名心理学爱好者，本书将为你打开一扇趣味世界的大门，你可以探索属于自己的那片内在领地。
感谢郭艳秋、张培、刘林德对此书翻译所做的贡献，他们精益求精的工作态度令我肃然起敬；感谢鲁小华、张驰、牛勇，在本书的翻译过程中，他们提供了丰富的沙游治疗方面的素材，我们共同对这种治疗方法的探讨和实践使我更为准确地传达原作者想要表达的内容；感谢我的同事王凤英、何玉珍、赵玉梁、刘黎明、高翠香等老师，他们对本书的翻译提供了很多建设性的意见和建议；感谢我的学

第一图书网, tushu007.com

生陆峰、李燕、韦东玉、吴斯、王震、葛晨晨对译文进行的一丝不苟的校对。
感谢我的女儿，是她把我重新带回了童真时代，我们在共同的沙盘游戏中探索对方，找寻自己。
愿所有人都能在沙世界的创造中实现自我探索和不断成长！
田宝伟

第一图书网, tushu007.com

内容概要

感谢芭芭拉·博伊科和安娜·古德温，正是她们的努力和与人分享的精神才有了这样一本优秀的沙游实操指导手册。
本书不仅会激发你对沙游治疗的浓厚兴趣，而且会使你对沙游理论有清晰的理解和认识。
最重要也最具价值的是，本书详细讲述了沙游在治疗儿童、成人、夫妻等方面的具体应用步骤。
相信它会成为你探索自我和专业成长过程中的良师益友。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

作者：（美国）博伊科（Barbara Labovitz Boik） （美国）古德温（E. Anna Goodwin） 译者：田宝伟

书籍目录

第1章 揭开沙游的神秘面纱—沙游概论
什么是沙游
沙游的发展历史和趋势
沙游治疗的优势
沙游治疗师的角色
本章小结
第2章 如何创建沙游工作坊
沙游工作坊的必备设施
沙盘
沙盘桌
沙游物件
照相机
沙子和水
工作空间的选择
沙游物件的陈列
沙游物件的归类
本章小结
第3章 用于成人个体治疗的自发性沙盘
进行沙游治疗的最佳时机
阶段一：创造沙盘世界
阶段二：体验和重建沙盘世界
阶段三：治疗
阶段四：记录沙盘世界
阶段五：连结沙游体验和现实世界
阶段六：拆除沙世界
本章小结
第4章 用于夫妻治疗的自发性沙盘
夫妻关系沙游治疗的7个阶段
进行沙游治疗的最佳时机和最佳方式
夫妻沟通沙盘
阶段一：创造沙盘世界
阶段二：体验和重建沙盘世界
阶段三：与伴侣沟通
阶段四：治疗
阶段五：记录沙盘世界
阶段六：连结沙游体验和现实世界
阶段七：拆除沙世界
夫妻沟通沙盘范例
夫妻个体化沙盘
阶段一：创造沙盘世界
阶段二：体验和重建沙盘世界
阶段三：与伴侣沟通
阶段四：治疗
阶段五：记录沙盘世界
阶段六：连结沙游体验和现实世界

阶段七：拆除沙世界
本章小结
第5章 用于儿童及家庭治疗的自发性沙盘
如何将沙游用于儿童治疗
儿童的发展阶段与沙游治疗
儿童在沙游中的行为
沙游的不同模式
自发性静态沙盘
自发性动态沙盘
互动性沙盘
如何将沙游用于家庭治疗
家庭评估性沙盘
家庭个体化沙盘
家庭沟通沙盘
本章小结
第6章 用于成人个体和夫妻治疗的指导性沙盘
重建生活场景技术
自我强化与技巧建立
处理对立性问题的技术
次人格整合沙盘
介绍沙游和选择物件
陈述对物件的感受
将物件拟人化
认同物件
实现物件间的互动
记录沙盘世界
连结沙游体验和现实世界
拆除沙世界
次人格整合沙游案例
原生家庭沙盘
“放大”沙盘
创伤沙盘
本章小结
第7章 用于儿童和家庭治疗的指导性沙盘
如何将指导性沙盘用于儿童治疗
限制物件的数量
开展游戏
编故事
用于儿童治疗的指导性主题沙盘
用于青少年治疗的个体化沙盘
如何将指导性沙盘用于家庭治疗
用于家庭治疗的指导性主题沙盘
化解家庭中的权力争斗
本章小结
第8章 记录沙世界的创作过程
记录的原因
记录的方法

第一图书网, tushu007.com

记录的内容
记录的格式
本章小结
第9章 沙游治疗的禁忌事项
本章小结
第10章 治疗师的个人沙盘
实现个人成长
解决反移情问题
本章小结
结语
附录　常见问题解答

章节摘录

版权页： 插图： 沙游为来访者提供了接触内在感觉或心灵的通道。
在沙游治疗中，来访者用意象来呈现发生在内心世界和外在世界的事。
通过使内心世界的东西具体化，来访者把其与自己的关系带到外在现实，并且允许无意识内容被揭示。
这种无意识内容被具体形象地呈现，可以把来访者被压抑的或未知的东西带人到意识中来。
人们在生活中创造了人格面具（persona）来面对外部世界。
大家常常压抑自己的感觉和思想，疏离心灵中心的“灵性自我”（Selves）。
个体日常生活中持续的活动和需求，对创伤和痛苦经历的隔离，人们所受到的不要感性行事而要理性思考的教导，凡此种种，都阻碍着人们接触“灵性自我”。
人们受到的阻碍越多，人格面具就越背离“灵性自我”。
“隋绪和感觉掩盖得越深，记忆和部分人格就距离意识越远，我们就越不可能找到词语来表达它们。”（Ammann，1993）当他们通过创造沙世界看到了自己的未知领域并且对无意识内容有了更多的了解时，他们就能够获得原先被他们否认的能量和领悟。
有学者这样描述荣格的理论：“意识和无意识的合作导致个体心灵上的整合和力量。”沙游提供了这种意识和无意识合作的框架。
沙游有许多形式。
在来访者和沙子间建立联系，有助于将来访者归置或恢复到一个需要治疗的位置上，这样做的原因之一是大部分人在儿童时期都曾在沙土中戏耍过。
沙游将人带回到某些童年记忆中去。
有些来访者完全不用物件，只是触摸、拨弄沙子以造出各种形状，有些人用很少的物件，有些人则用很多的物体。
有些人用干沙，有些人则用水把沙弄湿。
有些人很快地建造出他们心中的场景，有些人则做得很慢。
有些人创造出一个静止的“世界”，有些人则创造的是一个连续的故事。
有些来访者说自己在沙游过程中体验的是专注和平静，有些来访者则享受着沙游乐趣，还有一些人则体验到了过去的痛苦。
没有所谓的正确方式或正确结果。
对于心理治疗师来说，要尽可能地避免将自己的偏见、价值观以及自己未解决的问题带入治疗过程中，这一点非常重要。
这种意识可以让治疗师开放地接收来访者正在体验到的信息，而不去做太多的判断。
“沙游治疗是来访者个体化进程中最主要的推进器。”（Weinrib，1983）我们赞成荣格学派的观点，认为心灵可以自然地趋向治愈和完美。
当个体的无意识内容逐步意识化时，来访者无意识中努力追求完美的渴望就会得到实现。
来访者对自己人格的不同侧面、对影响治愈的原因等也会有更深入的洞察。
沙游就像是一个梦境体验，它把来访者在现实中无法看到的情形带人意识，弥补了来访者觉察的盲点。
我们把沙游看作是心理治疗的辅助手段。
心理治疗师可以继续使用自己在专业领域中运用的得心应手的技术。
沙游弥补了许多治疗方法的不足。
完形技术、心像法、身体活动法、认知重建技术、艺术治疗以及催眠技术等治疗方法都可以和沙游治疗相辅相成、相得益彰。

编辑推荐

《沙游治疗:心理治疗师实践手册》的两位作者拥有30年的沙游治疗经验，充分而又深入浅出地讲解，无论是初学者或是治疗师都能获益良多。
适合心理学专业师生，心理咨询和治疗从业者，教师，喜欢沙游的业余读者。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com