

人本取向

沙盤治療

Sandtray Therapy
A Humanistic Approach

Stephen A. Armstrong 著

沈玉培、施玉麗 校閱 許智傑、謝政廷 譯

國立彰化師範大學輔導與諮商學系

高淑貞教授
推薦



心理出版社



內附沙盤治療歷程 DVD

人本取向

沙盤治療

Sandtray Therapy

A Humanistic Approach

Stephen A. Armstrong 著

沈玉培、施玉麗 校閱

許智傑、謝政廷 譯

國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

人本取向沙盤治療 / Stephen A. Armstrong 著 ;
許智傑, 謝政廷譯. -- 初版. -- 臺北市 :
心理, 2012.05
面 ; 公分. -- (心理治療系列 ; 22134)
譯自 : Sandtray therapy: a humanistic approach
ISBN 978-986-191-498-5 (平裝附光碟片)

1. 遊戲治療 2. 心理治療

178.8

101006570

心理治療系列 22134

人本取向沙盤治療

作 者 : Stephen A. Armstrong
校 閱 者 : 沈玉培、施玉麗
譯 者 : 許智傑、謝政廷
執行編輯 : 林汝穎
總 編 輯 : 林敬堯
發 行 人 : 洪有義
出 版 者 : 心理出版社股份有限公司
地 址 : 台北市大安區和平東路一段 180 號 7 樓
電 話 : (02) 23671490
傳 真 : (02) 23671457
郵撥帳號 : 19293172 心理出版社股份有限公司
網 址 : <http://www.psy.com.tw>
電子信箱 : psychoco@ms15.hinet.net
駐美代表 : Lisa Wu (Tel: 973 546-5845)
排 版 者 : 龍虎電腦排版股份有限公司
印 刷 者 : 正恒實業有限公司
初版一刷 : 2012 年 5 月
I S B N : 978-986-191-498-5
定 價 : 新台幣 260 元 (含光碟)

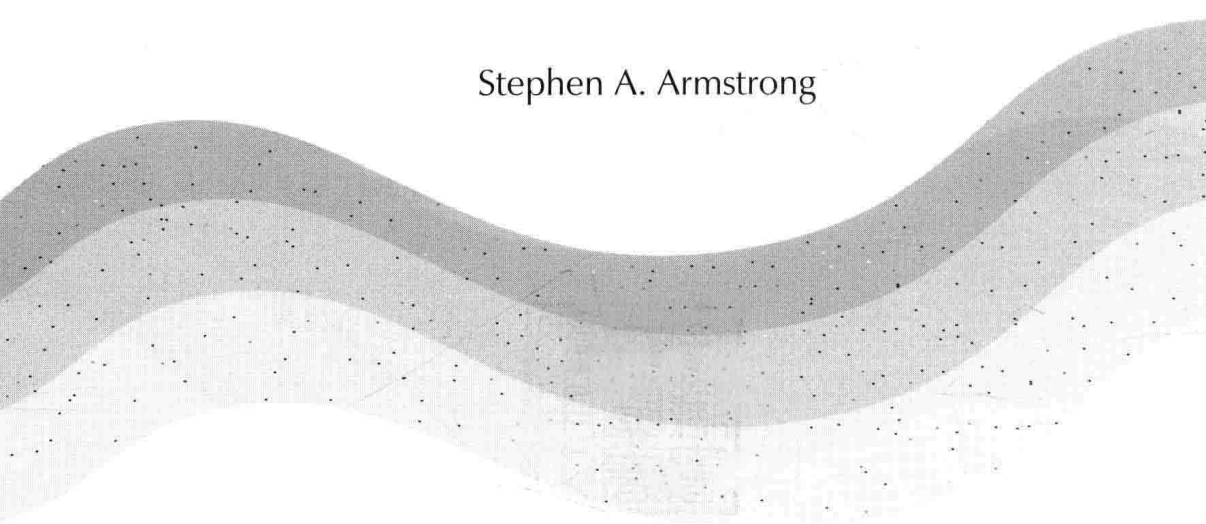
■有著作權·侵害必究■

【本書獲有原出版者全球繁體中文版出版發行獨家授權】

Sandtray Therapy

A Humanistic Approach

Stephen A. Armstrong



Copyright © Stephen A. Armstrong
Complex Chinese Edition Copyright © 2012 by
Psychological Publishing Co., Ltd.



作者簡介

| Stephen A. Armstrong |

美國北德州大學哲學博士、美國專業諮商師／督導執照（LPC-S）、美國註冊遊戲治療師／督導（RPT-S）。現職為美國德州農工大學 Commerce 分校諮商研究所副教授。

他在任教的研究所以及美國德州達拉斯地區的私人診所訓練諮商師從事遊戲治療、沙盤治療，以及完形治療。他已經發表許多遊戲治療與沙盤治療的文章，並刊載在美國當地的期刊與國際化的期刊。此外，他也是《國際遊戲治療學報》（*International Journal of Play Therapy*）的前任主編。



校閱者簡介

沈玉培

現 職：國立嘉義大學輔導與諮商學系專任助理教授

學 歷：美國德州農工大學 Commerce 分校諮商研究所哲學博士

主要經歷：慈濟大學兒童發展與家庭教育學系助理教授

德州農工大學社區諮商暨心理測驗中心實習諮商師

德州農工大學諮商研究所碩士班實習生助理督導

德州農工大學學生諮商中心實習諮商師

研究領域：遊戲治療、沙盤治療、兒童與青少年諮商、親職教育、督導

施玉麗

現 職：國立嘉義大學輔導與諮商學系專任副教授

學 歷：國立彰化師範大學輔導與諮商研究所博士

主要經歷：國際沙遊治療學會（ISST）會員

國立嘉義大學學生輔導中心主任

台灣遊戲治療學會第二屆理事

嘉義市諮商心理師公會第一屆與第二屆理事、第三屆監事

研究領域：遊戲治療、沙遊治療、親子遊戲治療、沙盤督導、親職教育



譯者簡介

許智傑 | (第 4~9 章、附錄)

學 歷：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系博士班（修業中）
國立暨南國際大學輔導與諮商研究所
經 歷：國立嘉義大學家庭與社區諮商中心特約諮商心理師
國立嘉義大學學生輔導中心兼任輔導老師
嘉義縣立學生心理諮商中心特約諮商心理師

謝政廷 | (第 1~3、10~12 章)

學 歷：國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士班（修業中）
國立暨南國際大學輔導與諮商研究所
經 歷：嘉義縣立學生心理諮商中心特約諮商心理師
彰化縣立學生心理諮商中心兼任諮商心理師
國立嘉義大學學生輔導中心兼任輔導老師
國立彰化師範大學學生心理諮商與輔導中心兼任諮商心理師



中文版序

當我在 2011 年 4 月前往臺灣時，我對於我所遇見的很多遊戲治療師所具備的知識與技術印象深刻。當中很多人曾經在美國學習，而且明顯地他們對於人本取向的理念與介入方式感到舒服自在。他們瞭解治療關係是催化個案改變與成長最重要的因素。

同時，我在臺灣的期間有機會在嘉義帶領兩天的人本取向沙盤治療之體驗性工作坊。參與的伙伴讓我有滿滿的收穫並將這些收穫帶回美國。即使他們在我到達臺灣之前對我尚未有太多的認識，但是他們卻願意帶著勇氣在工作坊中進行冒險以學習。

在美國，很多諮商師教育者以及治療師認為華人研究生是謹慎且含蓄的。當我在嘉義帶領工作坊時，我擔心我在治療中所採用的人本取向可能會令參與者感到威脅。我所學習到的是：在其他 25 位參與者面前創作與處理他們沙盤的學生與治療師，並不像之前所想像的華人可能會有的樣貌。當工作坊的參與者得以使用中文談論沙盤時，他們感到舒適自在，並且願意表達痛苦的情緒感。這讓我體會在美國期待學生說英語時是感到放鬆的，如果我在臺灣時被要求說華語，我可能會感到失落與害怕。

在臺灣，我和很多學生以及其他我所遇見的人逐漸變得非常親近。我記得我當時在離開臺灣返回美國時是感到悲傷的。我所學習到的事情之一是：人本取向沙盤治療在臺灣是很被接受的，而我所遇到的人們也開放地學習如何與個案在此時此刻進行工作。我希望當你在閱讀本書時，你可以發現能夠幫助你和個案較為有效工作的一些想法。如果你是一位督導者或教授，我希望你與你的學生能夠從本書獲得裨益。我非常高興我的原著能夠被翻譯成中文，提供亞洲所需要的以感覺為基礎、此時此刻的諮商工作

焦點。處於各種文化中的諮商所研究生迫切渴求能夠有機會看見臨床工作者示範如何與個案有效工作的方式。我希望本書能夠滿足這個迫切的渴求，並且提供讀者一個有幫助的、有效的沙盤使用模式。

Stephen Armstrong

美國德州農工大學 Commerce 分校副教授

(www.sandtraytherapyinstitute.com)



序言

誠如我在第一章所述，本書撰寫的目的是為了提供實務工作者一個有效的工作取向來和個案進行沙盤治療的歷程。本書附贈的 DVD 呈現本書所闡述的人本取向如何與真實的成人個案進行沙盤歷程。因為本書主要是為了實務工作者所撰寫，因此，我使用較直接的撰寫風格，而較少使用正式的與技巧性的風格。在本書中，我時常直接對讀者說話。我的一位同事，也是本書的校閱者之一，告訴我這本書讀起來像一封信。此外，我想要避免舊式的使用「他」，因而在本書大多數的篇幅我使用了「她」這個字。

在本書的第一部分，我描述了人本取向的治療方式、關係在這個取向中的重要性、作為一位治療師相關的重要議題，以及一些對於想要使用人本取向沙盤治療的治療師們在發展上的考量等。第二部分是本書中最實務的部分，也是本書的核心。DVD 的歷程最主要聚焦在這個篇幅，並且 DVD 中描述了沙盤治療的不同面向，包含：此時此刻的感覺、和個案的兩極工作，以及抗拒與哀傷的議題等。第三部分則涵蓋一個章節說明我如何使用沙盤在督導之中。在這個篇幅中，我也聚焦在研究與訓練的內容。假如你對於學習某個沙盤治療的取向感到興趣，我希望本書所闡述的人本取向能夠提供你使用有效的架構來和個案進行治療歷程。



致謝辭

我很幸運一路上有這麼多人幫助我。Dee Ray 是我過去六年來的良師益友，引導我克服挑戰世界而讓我成為一位諮商師教育者。對那些志在諮商領域成為優秀的講師與研究人員而言，Dee 是一個角色楷模。她的友誼、回饋與輔導對我而言是無價之寶。

我也結識了兩位幹練的治療師：Rick Carson 與 Bob Berg，教導我很多成為一位治療師所需具備的條件。我深深的佩服他們，並且對於自己能夠在他們的門下學習成為一位治療師感到非常幸運。

如果沒有我那位認識超過三十年的朋友 Garry Landreth，我可能不會攻讀諮商博士的學位。他看見了我的潛力，他的鼓勵給了我信心，讓我相信我真的可以完成博士的學程。

Stan Ferguson 是一位作家、一位治療師，也是我一位超過三十五年的朋友，無論是在個人層面與專業層面均幫助我甚多。每當我在倫理抉擇上缺乏澄清時，我總是諮詢 Stan，他總能幫助我釐清情境。最近，他在出版付梓的工作給予我很大的幫助。

我也非常感謝我們系上的主任 Stephen Freeman，他的友誼與領導對我而言有很大的意義。特別感謝 Dee、Stan 與 Stephen 對於本書提供他們想法上寶貴的回饋。



推薦者序

——沙盤使用的新視框

這幾年國內對沙遊治療的學習興趣濃厚，有許多的訓練與翻譯書籍提供管道讓有志學習者可以理解與接觸這個吸引人的有效工作模式。目前國內這些學習資源，多偏重在榮格學派取向的沙遊治療介紹上。對於相對非榮格學派的沙盤治療取向，國內目前較少有相關論述。這一本《人本取向沙盤治療》正好可以幫忙豐富沙盤世界技術的多元使用面貌。

本書的寫作方式與內容相當平易與親和，作者不時以本身作為治療師的成長脈絡，穿插說明人本取向的沙盤治療的理論背景與實務應用經驗，讓讀者似乎在小故事之間，很容易地理解了相關重要概念與方法。更有意義的是，這本書充分示範學習使用沙盤技術的兩個重要面向。首先，結合人本取向的沙盤技術而成為完整可據以思維、工作的「人本取向沙盤治療」模式。其次，閱讀完本書也能理解作者本身如何整合完形學派訓練與非指導性學派而形成所謂「人本取向」的風格。這樣的示範，讓閱讀本書除了有最基本的知識性學習：了解什麼是人本取向沙盤治療及如何進行之外，更重要的是鼓勵心理衛生工作人員，可以善用沙盤的技術結合不同理論派典而形成為自己所用、與自己結合的工作法門。

本書的兩位校閱者在沙盤治療領域上皆是學有專精的人物，沈玉培博士與本書作者有指導師徒的關係，對於人本取向的沙盤治療自然能得其精髓；施玉麗博士則是國內培育、成功取得國際沙遊治療師證照的第一人，對於發展鼎盛的榮格取向沙遊治療當然領悟深刻。兩位合作校閱本書，定是相輔相佐將原文旨趣中文化的過程做適切的校正修飾，讓內容清楚又正

確，對讀者在了解沙盤治療有好的助益與啟發，更是對豐富國內的沙盤治療學習資源，做了最好的貢獻。

高淑貞

彰化師大輔導與諮商學系教授



校閱者序

我們學習沙遊治療已經好幾個年頭，我們教授沙遊治療也有數個年頭。無論是在學習或教學過程中，我們一直都是以榮格取向的沙遊治療為主要的學習與訓練方式。然而，每每在期末或是工作坊結束之後，參與課程的伙伴給予我們的教學回饋中常會提及：「除了學習榮格取向的沙遊治療以外，也非常期待能夠學習其他的諮商取向會如何結合與應用沙盤治療，成為一種與個案工作的方法。」這樣的回饋讓我們有所啟發，心想：「若是能夠讓學生學習如何運用其他的諮商理論結合沙盤治療，應能對學生在運用沙盤與個案工作時，注入一股源泉活水。」恰巧，我們兩人之一，也就是沈玉培老師，在美國正是學習人本取向沙盤治療的方式，也是本書作者的入室弟子。因緣際會之下，沈玉培老師在教授沙遊治療時使用了本書，也獲得相當棒的迴響！因此，我們討論之後，決定將這本書介紹給臺灣更多對於沙盤治療感到興趣的伙伴們，也因而興起了翻譯的念頭。

本書之所以能夠獲得我們的青睞，除了在於作者使用人本取向的觀點結合沙盤治療之外，最大的特色在於作者使用三個部分的内容說明人本取向沙盤治療。首先，在第一部分，作者介紹了何謂人本取向，當中的精髓為：治療關係的重要性、人本取向治療師的基本態度與要求、考量個體本身發展的層面等。其次，在第二部分，作者闡述人本取向沙盤治療的歷程，當中的要旨為：人本取向沙盤治療如何透過物理空間的布置，進而催化個案的覺察與改變。特別是覺察兩極、與個案的抗拒同行，以及人本取向沙盤治療中的哀傷議題。第三部分則說明人本取向沙盤治療的督導、研究與訓練。當中不僅開啟了結合人本取向沙盤治療與督導的新視野，也綜合了近年來國外關於沙盤治療的研究，以及作者累積多年訓練人本取向沙

盤治療學習者的經驗衍生而來的訓練形式等。總之，全書透過平易近人的口吻，融合案例分享，深入淺出的說明人本取向沙盤治療的理論與實務觀點，可說是一本相當值得閱讀的好書！

為了力求能夠貼近作者的原意，我們便需要尋覓合宜的翻譯伙伴。後來，想到可以邀請兩位目前正在博士班進修的實務工作者——許智傑先生與謝政廷先生。兩位譯者均在沙盤治療下了一番苦功，英文閱讀與翻譯能力也很棒，因此，在我們的邀請之下，兩位譯者也很爽朗的答應了此吃力不討好的邀約。本書得以順利出版，兩位譯者可說是功不可沒！再者，也感謝心理出版社的林敬堯總編輯與執行編輯林汝穎小姐，在本書出版的過程中，給予我們大力的支持與協助。也要感謝國立彰化師範大學輔導與諮商學系高淑貞教授在百忙中抽空為我們寫序。此外，感謝我們所任教的嘉義大學輔導與諮商學系以及曾經邀請我們進行教育訓練的相關機構，讓我們有舞臺得以系統化地將我們所學得的知識與技巧傳承給更多助人工作者。最後，謝謝所有曾經訓練過我們與協助過我們的老師們以及伙伴們，讓我們得以將這份知識繼續傳承下去，造福更多的人。

沈玉培、施玉麗 謹識

2012年4月9日



譯者序

回想在一年前，承蒙沈玉培老師與施玉麗老師兩位國內沙盤治療大師級人物的邀約而翻譯此書。當時只想著透過本書的翻譯，讓沙盤治療的概念得以在臺灣被更為系統化的介紹。在研讀此書之後，深深覺得作者 Armstrong 以其豐富的實務經驗分享沙盤治療的相關想法，實在很寶貴。因此，便花費了將近一年的時間翻譯本書。

本書的重點主要在於：以沙盤治療結合人本取向的觀點運用在治療歷程之中。書中闡述許多人本取向的重要概念與治療實務上的因應之道，像是：治療關係的重要、兩極的覺察、改變的困難、抗拒的處理、提醒治療師切勿落入比個案更急於改變的狀態等。這些概念對於實務工作者來說，無疑是最佳的叮嚀與方針，不僅能夠幫助實務工作者增進治療效能，同時也能夠避免治療歷程中，實務工作者因為個案遲遲未能改變而引發挫敗感。此外，隨書附贈的 DVD、書中的影片討論，以及附錄中的逐字稿，在在都能協助讀者更加清楚理解沙盤治療的過程與應用，更能對於沙盤治療結合人本取向的模式有更深度的認識與理解。最後，作者 Armstrong 也在書中分享個人的生命經驗，不僅拉近了與讀者的距離，也更能讓讀者見識到治療師個人的生命經驗與專業發展是息息相關的。

在本書出版之際，回首翻譯過程中的點點滴滴，時間與精力的付出是最大辛苦。但是在閱讀與翻譯的過程中，所獲得的學習是種享受，也是一種樂趣！而在翻譯完成之時，更是一種成就！本書的出版需要感謝許多人的付出，非常感謝沈玉培老師與施玉麗老師的校閱，讓本書能夠更為完善。特別是沈玉培老師，是作者 Armstrong 的嫡傳弟子，在其與施玉麗老師兩人合力的校閱下，使得本書得以更為完整。再者，感謝母校國立嘉義

大學輔導與諮商學系、國立暨南國際大學輔導諮商研究所，以及當下正在栽培我們的國立彰化師範大學輔導與諮商學系，還有國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系諸多老師們的教導，使得我們有雄厚的理論基礎能夠翻譯好這本書。最後，感謝家人們的支持以及心理出版社林敬堯總編輯和林汝穎執行編輯的協助，讓本書得以順利出版。希望透過這本書的出版，能夠為臺灣的沙盤領域帶進更多新的視野。

許智傑、謝政廷 謹識

2012年2月22日