

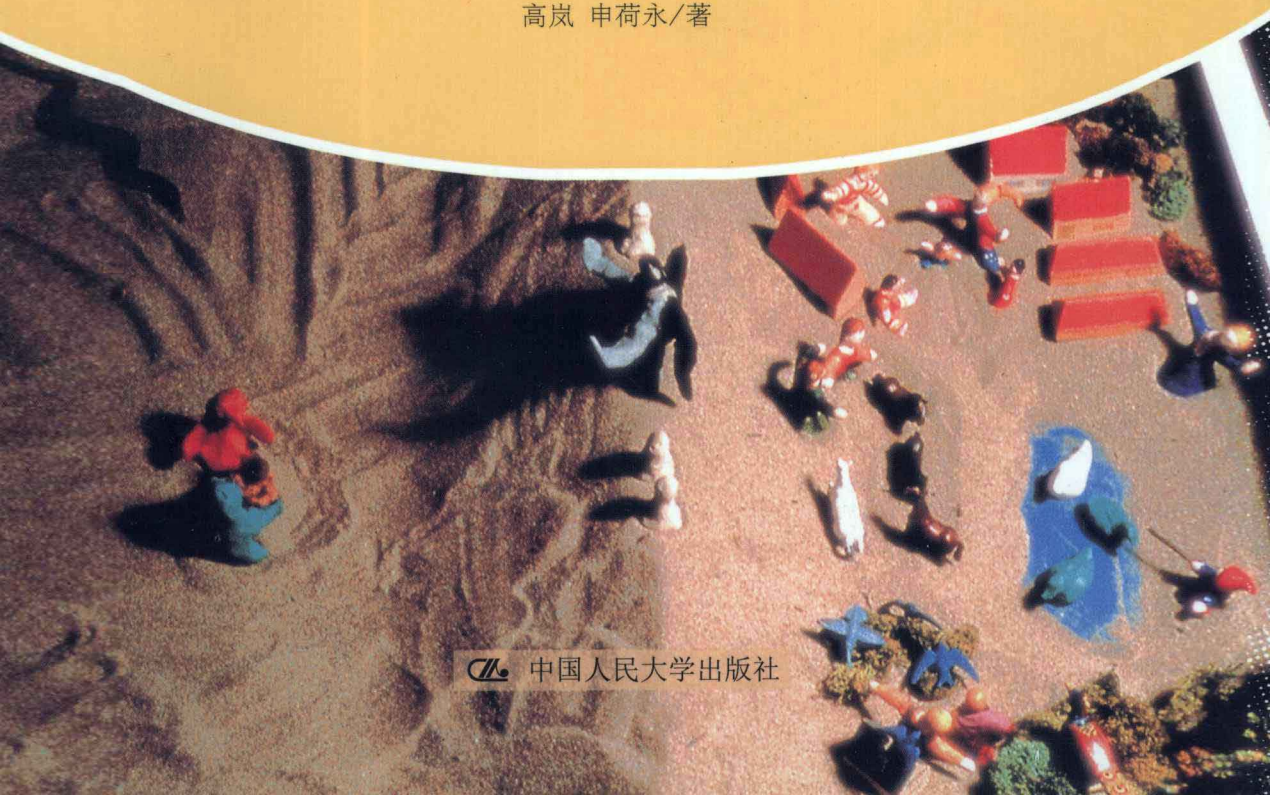
| 心灵花园：沙盘游戏与艺术心理治疗丛书 |

主编 申荷永

# 沙盘游戏疗法

## Sandplay Therapy

高岚 申荷永/著



 中国人民大学出版社

心灵花园：沙盘游戏与艺术心理治疗丛书

主编 申荷永

# 沙盘游戏疗法

## Sandplay Therapy

高岚 申荷永/著



中国人民大学出版社

· 北京 ·

**图书在版编目 (CIP) 数据**

沙盘游戏疗法/高岚, 申荷永著. —北京: 中国人民大学出版社, 2011. 8  
(心灵花园·沙盘游戏与艺术心理治疗丛书)  
ISBN 978-7-300-14004-9

I. 沙… II. ①高…②申… III. ①精神疗法—研究 IV. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 139814 号

心灵花园：沙盘游戏与艺术心理治疗丛书

主编 申荷永

**沙盘游戏疗法**

高 岚 申荷永 著

Shapan Youxi Liaofa

---

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com>(人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京市易丰印刷有限责任公司

规 格 170 mm×240 mm 16 开本

版 次 2012 年 1 月第 1 版

印 张 13.5 插页 1

印 次 2012 年 1 月第 1 次印刷

字 数 200 000

定 价 38.00 元

---

**版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换**

## 心灵花园：沙盘游戏与艺术心理治疗丛书编委会



华人心理分析联合会

广东东方心理分析研究中心

策划出版

华南师范大学暨复旦大学心理分析与中国文化研究中心

主编：申荷永

顾问：Kay Bradway（美国） Kazuhiko Higuchi（日本）

Harriet Friedman（美国） Ruth Ammann（瑞士）

编委：Rie Rogers Mitchell Gretchen Hegeman Joyce Cunningham

Eva Pattis Zoja Barbara A. Turner

王求是 王浩威 冯建国 刘建新

李英 李江雪 江雪华 张敏

范红霞 陈侃 项锦晶 高岚

梁信慧 蔡成后

著译者基本上由心理分析方向的博士和硕士组成，他们都具有沙盘游戏的实际体验，都曾参加过国际沙盘游戏治疗学会认可的专业培训。

沙盘游戏从创意的产生到正式的创建，到国际学会的成立及其在世界范围内的影响，几乎已有了百年的历史；百年的历程中也获得了自身的发展与成熟。在我们的理解中，沙盘游戏不仅是心理分析的重要方法和技术，而且也是心理分析理论的重要发展。我们曾把心理分析的目标阐释为三个层面：安其不安与心理治疗、安其所安与心理教育和安之若命与心性发展。三者合而为一始为完整的心理分析。沙盘游戏也是如此。它不仅是一种心理治疗的方法，能够广泛地适用于诸多心理疾病的工作；而且也是心理教育的一种技术，能够在培养自信与人格、发展想象力和创造力等方面发挥积极的作用；同时，以沟通与整合意识与无意识为目标的沙盘游戏，可以帮助我们自性的成长和心性的发展，以获得真实的自性化体验。

申荷永

于天麓湖洗心岛

华人心理分析联合会会长

华南师范大学暨复旦大学教授

国际分析心理学会心理分析师

国际沙盘游戏治疗学会沙盘游戏治疗师

2011年1月



## 谨以此书，献给我们的沙盘游戏老师

凯·布莱德威 (Kay Bradway)

哈里特·弗里德曼 (Harriet Friedman)

茹思·安曼 (Ruth Ammann)

瑞·米切尔 (Rie Rogers Mitchell)

劳伦·考宁汉 (Lauren Cunningham)

格瑞·黑格曼 (Gretchen Hegeman)

# 序 言

凯·布莱德威

国际沙盘游戏治疗学会奠基者之一

我非常高兴来为高岚和申荷永合著的《沙盘游戏疗法》撰写序言，这是第一部由中国荣格心理分析家和沙盘游戏治疗师撰写的关于沙盘游戏治疗的书籍。申荷永教授已经为荣格分析心理学的发展做出了贡献，默瑞·斯坦（Murray Stein）曾为其《心理分析：理解与体验》一书撰写了序言。申荷永教授广博的知识和深刻的体验，以及他对于深度心理治疗的敏锐理解和把握，成功地把荣格心理分析和沙盘游戏治疗带到了中国。

我很幸运认识了申教授，他在2000年至2002年的时候在美国旧金山荣格研究院做国际分析心理学学者。在那一段时期，他前来参加我的沙盘游戏讲座，我很高兴与他接触和交流。当时他一面继续他的荣格心理分析的研习，一面继续他的沙盘游戏治疗训练，目的是为了成为国际沙盘游戏治疗学会（ISST）和国际分析心理学会（IAAP）的会员。与国际分析心理学会合作，他在1998年和2002年组织了两次心理分析与中国文化国际会议。在2003年国际沙盘游戏治疗学会西雅图的年会上，他以其《易经与沙盘游戏治疗，沙盘游戏治疗与中国》的大会报告，做出了重要的贡献。从2005年开始，他策划与组织把沙盘游戏的经典著作翻译成中文。目前，他是华南师范大学的心理分析教授，广东东方心理分析研究中心的理事长。

显然，申荷永和高岚教授具备为中国的心理治疗师撰写一部关于沙盘游戏原创著作的卓越条件。本书的目录和内容便能表明他们对于沙盘游戏治疗领域全面而深入的理解与把握。

第一章是理解沙盘游戏治疗，他们简要介绍了沙盘游戏与心灵的治愈、沙盘游戏与中国文化的关系。





第二章是关于沙盘游戏治疗的历史背景，他们总结与分析了威尔斯、洛温菲尔德和卡尔夫的历史贡献。

在第三章中，他们提出并阐述了沙盘游戏治疗的三大理论基础：荣格分析心理学、东方哲学和卡尔夫在此基础上的发展。

申荷永和高岚教授在第四章中，阐述了沙盘游戏治疗的基本原则，如无意识的水平、象征性的意义、自由与保护的空間、深度治疗中非言语的作用以及共情等。同时他也阐发了中国哲学中的“感应”（让人联想到共时性的意义），以及中国道家哲学中的“无为”和“为无为”的意义和作用。

第五章介绍了如何建立沙盘游戏治疗室，包括其基本的“设置”和沙盘游戏微缩模型的收集等。申荷永和高岚教授同时也强调了在沙盘游戏治疗师的训练过程中，需要与国际沙盘游戏治疗学会会员一起研习的重要意义。

第六章集中在如何开始做沙盘游戏治疗，包括初始沙盘，沙盘游戏的过程，以及沙盘游戏的主题与分析等。

在第七章中，申荷永和高岚教授通过一个实际的个案，呈现了一个完整的沙盘游戏治疗过程。

我认为这是一部极其重要的著作，不仅仅是对于沙盘游戏治疗在中国的发展和运用，对于国际上的沙盘游戏治疗同样具有重要的意义。



# Foreword to Shen Heyong's Book on Sandplay

by Kay Bradway

It gives me great pleasure to write a Foreword for Shen Heyong and Gao Lan's book *Sandplay Therapy: Theory and Practice*. It is the first book on Sandplay written by a Chinese Jungian analyst and Sandplay therapist. Professor Shen has already contributed to the literature on Jungian analysis in his book on analytical psychology for which Murray Stein wrote a Foreword. Professor Shen's depth of knowledge and width of experience together with his keen appreciation of depth therapy have succeeded in bringing both Jungian analysis and Sandplay to China.

I have had the good fortune of knowing Professor Shen since he was an International Scholar of Analytical Psychology at the C. G. Jung Institute of San Francisco in 2000 to 2002. At that time I had the pleasure of becoming acquainted with him when he attended my seminars on Sandplay. Since then he has continued his studies in both Jungian analysis and Sandplay to the point of becoming a member of both the International Society for Sandplay Therapists (ISST) and of the International Association of Analytical Psychology (IAAP). Working with IAAP he organized two international conferences of analytical psychology and Chinese culture in 1998 and 2002. At the ISST conference in 2003 in Seattle, he made an important contribution with his paper "I Ching and Sandplay and Sandplay in China." In the last year he has been arranging for the translation of key books on Sandplay into Chinese. Currently, he is a professor of analytical psychology at the South China Normal University, and President of the Institute of Analytical Psychology in China.



序  
言

.....  
.....  
3

It is clear that Professor Shen and Gao Lan are excellently equipped to write a seminal book on Sandplay for therapists in China. The contents of chapters attest to the comprehensiveness and thoroughness with which he covers the field of Sandplay therapy.

In the first chapter they briefly introduce the understanding of Sandplay therapy.

In the second chapter they introduce a historical overview of Sandplay therapy from H. G. Wells through Margaret Lowenfeld to Dora Kalff.

The third chapter introduces the three theoretical foundations of Sandplay: Jungian psychology, Eastern philosophy, and Kalff's development from these bases.

In the fourth chapter Professor Shen and Gao Lan discusses the basic aspects or ingredients of Sandplay, such as the unconscious level, symbolic meaning, the free and protected space, the value of the nonverbal in dept therapy, and empathy. He also includes the Chinese Daoist philosophy of Ganying (like synchronicity) and the meaning of "no-action" and "doing the no-action".

The fifth chapter describes how to set up a Sandplay room, including the basic "setting" and the collection of miniatures. Professor Shen and Gao Lan also emphasizes the importance of adequate training of a Sandplay therapist by studying with members of ISST.

The sixth chapter discusses how to start Sandplay: the initial tray, the process, the themes and the analysis.

In the seventh chapter Professor Shen and Gao Lan illustrates the Sandplay process by using a case study of their own.

I feel this is an extremely important book, not only for the development and use of Sandplay in China, but also for Sandplay in the international scene.



# 目 录

引论 沙盘中的世界 .....	1
<b>第一章 理解沙盘游戏疗法 .....</b>	<b>4</b>
一、沙盘游戏与治愈心灵 .....	4
(一) 沙盘游戏疗法的“定义” .....	4
(二) 沙盘游戏疗法的内涵与理解 .....	5
(三) 理解与实践：包容与抱持、凝聚与体现 .....	7
二、沙子、水、沙盘、沙具及其象征 .....	9
(一) 一沙一世界 .....	9
(二) 水中的文化蕴涵 .....	10
(三) 沙盘与沙具的构成 .....	12
三、沙盘游戏疗法与中国文化 .....	13
(一) 沙盘游戏之中国文化基础 .....	13
(二) 沙盘游戏与箱庭疗法之比较 .....	14
(三) 沙盘游戏疗法在中国的发展 .....	16
(四) 沙盘游戏疗法与心灵花园 .....	21
(五) 洗心岛与中国沙盘游戏 .....	25
<b>第二章 沙盘游戏疗法的形成 .....</b>	<b>32</b>
一、沙盘游戏的创意：威尔斯与《地板游戏》 .....	32
(一) 《地板游戏》 .....	32
(二) 《小小战争：男孩的游戏》 .....	34
(三) 威尔斯传奇 .....	36
二、沙盘游戏的框架：洛温菲尔德与“游戏王国技术” .....	39
(一) 发现童年的意义 .....	39



(二) 游戏中的沟通:《童年游戏》 .....	41
(三) 沟通中的治疗:《游戏王国技术》 .....	42
三、沙盘游戏的内涵:多拉·卡尔夫与“沙盘游戏” .....	46
(一) 卡尔夫与荣格 .....	47
(二) 梦中的启迪 .....	49
(三) 整合性的工作 .....	52

### 第三章 沙盘游戏疗法的理论基础 .....

一、沙盘游戏与荣格思想 .....	55
(一) 荣格分析心理学的要点 .....	56
(二) 童年游戏与无意识体验 .....	59
(三) 积极想象与心灵自主性 .....	61
二、沙盘游戏与中国文化 .....	64
(一) 卡尔夫与周敦颐 .....	64
(二) 周敦颐与太极图 .....	67
(三) 沙盘游戏与《易经》 .....	71
三、卡尔夫的整合性思想 .....	74
(一) 自性及其发展的意义 .....	74
(二) 自由与保护的作用 .....	76
(三) 自性化与整合性 .....	79

2



### 第四章 沙盘游戏治疗的原则 .....

一、无意识水平的工作 .....	82
(一) 无意识的概念及其理解 .....	82
(二) 无意识的方法论意义 .....	84
(三) 无意识与沙盘游戏 .....	85
二、象征性的分析原理 .....	86
(一) 对于象征性的理解 .....	86
(二) 象征性的临床意义 .....	87
(三) 沙盘游戏中的象征 .....	89
三、游戏的意义与治疗 .....	92
(一) 游戏的基本意义 .....	92
(二) 游戏的治疗作用 .....	93

(三) 沙盘游戏的特点 .....	98
四、共情的作用与治愈 .....	99
(一) 对于共情的理解 .....	99
(二) 共情的方法内涵 .....	101
(三) 共情与沙盘游戏 .....	102
五、感应的力量与转化 .....	104
(一) 感应的内涵与理解 .....	104
(二) 感应的意义和作用 .....	105
(三) 沙盘游戏中的感应 .....	107
<b>第五章 沙盘游戏的基本设置 .....</b>	<b>109</b>
一、沙盘游戏室的建立 .....	109
(一) 沙盘游戏室的基本布置 .....	109
(二) 主要的沙盘游戏室模式 .....	111
(三) 团体沙盘游戏室的考虑 .....	115
二、沙盘游戏模型的收集 .....	116
(一) 沙盘游戏模型的基本分类 .....	116
(二) 沙盘游戏模型的基本象征 .....	117
(三) 沙盘游戏模型的专业内涵 .....	126
三、沙盘游戏分析师的素质与培养 .....	127
(一) 沙盘游戏分析师的素质 .....	128
(二) 沙盘游戏分析师的培养 .....	133
(三) 中国的沙盘游戏培训与研究 .....	136
<b>第六章 沙盘游戏的过程与分析 .....</b>	<b>141</b>
一、沙盘游戏的开始 .....	141
(一) 如何向来访者介绍沙盘 .....	141
(二) 沙盘游戏中的守护与观察 .....	144
(三) 沙盘游戏的结束与拆除 .....	146
二、初始沙盘及其意义 .....	149
(一) 面对与理解初始沙盘 .....	149
(二) 初始沙盘所反映的问题 .....	150
(三) 初始沙盘所包含的治愈线索 .....	151



三、沙盘游戏的主题与分析 .....	152
(一) 受伤的主题及其表现 .....	153
(二) 治愈的主题及其表现 .....	161
(三) 转化的主题及其象征 .....	167
<b>第七章 沙盘游戏治疗的实践与体验 .....</b>	<b>172</b>
一、初始沙盘：求其放心 .....	172
二、分析与治疗：脚踏实地 .....	176
三、孕育与培养：内在感召 .....	182
四、治愈与转化：心神感应 .....	189
五、结束沙盘：明心与见性 .....	196
后记 .....	201
致谢 .....	203



# 引论 沙盘中的世界



一粒沙是一个世界，这是智者的见地。沙盘中展现着一个奇妙的心理世界，这是沙盘游戏治疗的真实体验。把无形的心理内容以某种适当的象征性的方式呈现出来，从而获得治疗与治愈，创造与发展，以及自性化的体验，便是沙盘世界的无穷魅力和动人的力量所在。

沙子中凝聚着千百万年的时光，展现着“天行健”的理想；沙盘中承载着心理的无限，包含着“地势坤”的德行；沙盘游戏反映的是纯真和自然，在至诚中发挥着感应的作用。多拉·卡尔夫在创立沙盘游戏治疗体系的时候，为其注入了中国文化的内涵；我们同样是在中国文化的基础上，来阐述对于沙盘游戏治疗的理解，通过沙盘游戏治疗的实践来反映其目的和作用。

我们曾把心理分析的目标阐释为三个层面：安其不安与心理治疗、安其所安与心理教育和安之若命与心性发展。三者合而为一始为完整的心理分析。沙盘游戏也是如此。它不仅仅是一种心理治疗的方法，能够广泛地适应诸多心理疾病的工作，而且也是心理教育的一种技术，在培养自信与人格、发展想象力和创造力等方面发挥积极的作用；同时，以整合意识与无意识为目标的沙盘游戏，可以帮助我们自性的成长和心性的发展，以获得真实的自性化体验。

全书共分为七章。第一章为“理解沙盘游戏疗法”。我们借用国际沙盘游戏治疗学会对于沙盘游戏的定义，分析与阐释了其中的基本内涵，描述了其治愈心灵或心灵治愈的途径，并将其放在中国文化的基础上进行整合，介绍了中国沙盘游戏的发展和意义。

第二章为“沙盘游戏疗法的形成”，我们用“沙盘游戏的创意”，追溯了威尔斯的“地板游戏”在沙盘游戏治疗中的历史意义；用“沙盘游戏的框架”，总结了洛温菲尔德的“游戏王国技术”，这是沙盘游戏治疗的前身，对它的理解也是理解沙盘游戏治疗的必要组成。在此基础上，我们用“沙盘游戏的内涵”，阐述了多拉·卡尔夫创立沙盘游戏治疗的历史背景。



于是，有了一种“创意”，构建出其表现的框架，付诸其专业的内涵，通过沙盘游戏治疗历史上这三位前辈的持续努力，形成了我们今天所面对的沙盘游戏治疗。

第三章“沙盘游戏疗法的理论基础”，我们总结与阐述了三个方面的要点：荣格的思想、东方哲学、与卡尔夫的整合。卡尔夫是荣格的学生，在其创立沙盘游戏的过程中，荣格及其分析心理学始终都是重要的基础。荣格是崇尚游戏并且理解游戏意义的人，他对于石头的爱恋，以及从中感悟的心理的真实性，包括其积极想象的方法，都被卡尔夫融入了沙盘游戏治疗的体系中。荣格也是中国文化的忠实学生，卡尔夫本人自幼学习汉语，精通中国哲学尤其是周敦颐的思想，并且从中总结出了沙盘游戏治疗的重要原则。在此基础上，卡尔夫本人的工作与努力，则形成了今天沙盘游戏治疗的另外一个基础性的支柱。

在第四章“沙盘游戏治疗的原则”中，我们阐述了无意识水平的工作、象征性的分析原理、游戏的意义和治疗、共情的作用与治愈以及感应的力量与转化。在我们的理解中，心理分析与沙盘游戏治疗中的原则，不仅具有方法论的意义，而且也包含着具体的方法与技术的作用。实际上这也是心理学学科的特点，以及心理学理论与原理的重要价值。通过对无意识、象征性、游戏、共情和感应的理解，也将能够帮助我们理解沙盘游戏的运作机制，帮助我们实现沙盘游戏治疗与治愈的效果。

第五章是“沙盘游戏的基本设置”，我们从沙盘游戏治疗室的基本要求与布置开始，呈现与比较了几种主要的沙盘游戏室模式，包括对于团体沙盘游戏的考虑与要求。沙盘游戏模型的收集是沙盘游戏设置的重要特色，为此我们着重介绍了沙盘游戏模型的分类与象征，以及收集沙盘游戏模型的专业内涵。但是如何发挥这些设置的作用，则涉及沙盘游戏分析师的素质与培养。我们以沙盘游戏在中国的发展为基础，介绍了国际沙盘游戏治疗学会的基本要求，以及在国内完成沙盘游戏治疗专业培训的途径。

第六章的题目是“沙盘游戏的过程与分析”，从如何开始向来访者介绍沙盘、沙盘游戏治疗的“指导语”、沙盘的记录与拆除、沙盘游戏分析师的作用；到对初始沙盘的分析、初始沙盘中所反映的问题和初始沙盘中所包含的治愈线索，以及对沙盘游戏过程中的主题的解释，包括受伤、治愈与转化三大主题的分类及其象征性意义，组成了第五章“沙盘游戏的过程与分析”的主要内容。因而，这一章侧重于沙盘游戏治疗的实际操作，我们也列举了一些来自沙盘个案的实际例子，总结了我们在沙盘游戏治疗





实践中所遇到的典型问题，经验与教训同在，可以为读者提供参考性的借鉴。

第七章“沙盘游戏的实践与体验”，是通过一个完整的沙盘游戏个案，来呈现沙盘游戏的理论、原则以及方法和操作的实际意义和作用。同时，也将展现沙盘游戏中所包含的安其不安与心理治疗，安其所安与心理教育，以及安之若命与心性发展的整合性意义与目的。我们用了这样一些分节的标题：初始沙盘：求其放心；分析与治疗：脚踏实地；孕育与培养：内在感召；治愈与转化：心神感应；结束沙盘：明心与见性；其中也包含了沙盘游戏过程的阶段与规律性的意义。但是，这种规律性的意义也正是通过真实的个人体验所展现的。心理分析以及沙盘游戏所追求的真实，首先便是个人体验的真实。

我们在进行个人心理分析的过程中，也都经历了自己的沙盘游戏过程，感受过无意识的真实意义，以及心理的真实性，有着自己的生动体验与内在感激。所以，我们的理解与理论，也是建立在这种真实体验基础上的。我们相信无意识，相信心理的真实性，相信心诚则灵以及感应的力量，也谨以此理解与体验与读者交流。