# 英博士沙盘培训有感

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-10-02

*张雪筝 支颖01\"人非生而知之者，孰能无惑？惑而不从师，其为惑也，终不解矣。\"在学习的道路上，我们总会遇见一些无法自己解决的困惑与迷茫，我们通常解决这些问题的方式是从书本上获得，或者请教经验丰富、专业造诣深厚的老师。今年初冬11月份，我们非...*

张雪筝 支颖

01

\"人非生而知之者，孰能无惑？惑而不从师，其为惑也，终不解矣。\"在学习的道路上，我们总会遇见一些无法自己解决的困惑与迷茫，我们通常解决这些问题的方式是从书本上获得，或者请教经验丰富、专业造诣深厚的老师。今年初冬11月份，我们非常荣幸的邀请到国际分析心理学会正式认证荣格派心理分析师李英博士，来给我们进行为期三天的沙盘游戏培训。

02

在这三天的培训中，我们终于揭开了沙盘游戏的神秘面纱，真真切切的感受到沙盘游戏的神奇魅力。同时我们也跟随正本清源的国际心理分析家学习到了沙盘游戏治疗的基本内容，以及荣格分析心理学的基本理论。而在这个过程中，我们深切的感受到书本知识与亲身实践的区别。

李英博士在课程中说过：\"要想学习沙盘游戏，我们首先要用自己的方式和所有感官去接触、去了解沙。\"所以在第一天的课程中，李英博士带领着我们去了解不同沙子带来的不同感受。有的人喜欢细腻干燥的沙子，还有的人喜欢湿冷粗糙的沙子，每个人的感官感受不一样，带来的情绪色彩也不尽相同。心理功能的发展是心理功能的分化、精细化、以及平衡与协调。在了解沙盘的过程中，我们要调动我们意识的四个功能：感觉、情感、思维、直觉。将这些功能利用到沙盘游戏当中，收集、整合信息，更好地体会来访者的感受与情绪。

03

书本上的知识就像墙上的大漠图，看得懂但是不能真正领略到其中的风光。只有亲身去践行了，才知道\"大漠孤烟直，长河落日圆\"的雄伟壮观。就像这次的沙盘课一样，之所以领人收获颇多，便是因为李英博士授课的方式与众不同。她尽量利用实践、案例、角色扮演、影视资源来向大家展示沙盘游戏的基础内容。她的讲解犹如涓涓细流，一点一点的深入人心，在潜移默化中让我们学习到知识。

李英老师让我们几人一组扮演咨询师、来访者和助手，演练做沙游的过程。在这个过程中我们不但熟悉了从来访者进入咨询室到沙游结束的过程，而且在做沙游的过程中对自我、对自己的能力都有了更深刻的认识。尤其是老师最后的讲解让人有一种豁然开朗的感觉。如果说到这里只是浅尝辄止，明白了沙游是怎么一回事，那么接下来的课程便是一场饕餮盛宴，让我们开始成为沙游师。李英老师使用具体事例讲解沙盘中的评估与诊断，清晰而不失深度，我们开始转变思路，站在咨询师的角度看待沙盘。李英老师重点讲到了沙盘中的主题与原型，老师说主题分为受伤的主题，治愈的主题和转化的主题，每种主题都有其对应的表现，这些表现投射在沙盘上就是沙具的不同选择及摆放。当明白这些以后，再看沙盘实例，会忽然产生不一样的感受。就好像推开了一扇沙游的大门，不论走的深与浅，门里门外已然是两个世界。

04

读书没有合宜的时间和地点。一个人有读书的心境时，随便什么地方都可以读书。如果他知道读书的乐趣，他无论在学校内或学校外，都会读书，无论世界有没有学校，也都会读书。他甚至在最优良的学校里也可以读书。

——林语堂

世界图书日

最后一个下午，培训已经接近尾声。李英老师开始处理学员们的分离情绪，大家纷纷说起自己的感受。有一位女士说，虽然沙游和自己当前的工作没有关系，但是在听完李英老师的课后，感觉自己的工作上的难题有了解决的方法，她非常感谢老师。心理学是相通的，纵然听的是别人的故事，但流下的是自己的泪，动了自己的感情，治愈的是自我。学员们说的最多的是收获很大，不管是不是心理学本专业，大家都能在李英老师的课上发现自己的问题，学习到新的内容。或许这就是老师的课的魅力所在，常听常新，常新常悟。一个人的学习就像在沙漠中独行，有了志同道合的同伴，有了好的老师，才有了行走的力量和方向。学海漫漫，愿你我，愿每一个坚持行走的人，都会有良师益友相伴。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找