



感恩

台灣沙遊治療學會理事長梁信惠

自從去年ISST通過我們沙學ISST成為它的國際分會，心中感觸極深，但我一直存著的是感恩的心。最感謝的是那我深信無所不在無所不能的上帝；沒有祂，我相信我們絕對無法順利的近入那簡直是無法高舉的ISST世界殿堂。要感謝的人極多，無法一一數來，就在下面列舉，沒提到的就請原諒吧。

首先我還是要感謝勵馨基金會，它每年給我們沙學的財務補助很充沛，讓我們辦活動時無後顧之憂。我們每年請國外講師很花費，但沒國外講師我們就沒法讓大家拿到為取得ISST證照所需的時數，不論是課程、個督或團督。而且由於這麼近距離的與國外大師互動，我們的成員可以有個人熟悉的advisers或mentors。這些老師會直接或間接的幫忙我們成員拿到證照。回到勵馨基金會，我想特別感謝的是陳宇嘉董事長，他於多年前當董事時提議勵馨用金錢幫忙它所創出來的沙學。自從那年起，我們的財務就很上軌道了。

還有我衷心感謝的紀惠容執行長，她是以全身全心來支持沙學。在我們去年申請入國際組織很危及時，亦即ISST理事會有成員對台灣成為分會有反對意見時，她建議我打電話給Dr. Higuchi，請他幫助。這通電話是我們成為國際分會的turning point；因為Dr. Higuchi的願意幫忙，我們才順利進入國際沙學。所以我同時要感謝的是紀姐及Dr. Higuchi。特別要提的是紀姐也親自幫忙我們申請到外交部的補助並一起去參加國際會議，也就是我們成為其一會員國(National Society)的會議。於前文已提到，那是一場很動人的經驗。

當然我們也要感謝並祝賀經過千辛萬苦拿到證照的四位成員施玉麗、王孟心、黃倫芬與湯志安；有了她們四位加上我，共五位才有資格向國際學會、申請成為國際會員國。不過我必須強調的是也有好多其他的學會成員也是水深火熱的加油中、為拿到證照而全力以赴。這些人的努力也讓我們國際大師們看到了、間接促成我們通過成為會員國的有力佐證。

我們也要好好謝謝所有來到台灣教學的大師們，沒有他們的教導就沒有今日的我們，特別是來台多次且很關心我們的老師們。除了Dr. Higuchi以外，Dr. Rie Rogers Mitchell、國際沙遊學會主席也來三次，並全力支持我們。而另一主席Dr. Alex Esterhuyzen也來台教學，且致力幫我們成為國際會員國。

雖然有這些上述的感恩對象，其實我對台灣所有致力學習沙遊及應用沙遊於諮商或心理治療的專業人士，包括所有沙學學會會員也是相當的感恩。沒有你們，就沒有台灣沙遊治療學會(Taiwanese Society for Sandplay Therapy)，也沒有成為國際組織成員的必要條件。

總而言之，謝謝上帝，謝謝大家！

2014冬季工作坊 - 內在小孩治療訓練

如何治療個案兒時創傷所留下的內在影響？如何讓個案發現自我內在資源，找到自我支持的力量？內在小孩治療模式是透過個人覺察內在小孩與內在父母的部分，讓自我與內在小孩或父母對話，進而找到新平衡點，以修復兒時創傷，找回創造力與彈性，提昇問題解決能力！

內在小孩治療可幫助治療童年時期的創傷，
可運用在性侵害、家庭暴力、照顧疏忽的受害者等治療工作當中！

一、時間：103年12月19日(五)-20(六) 9:30-17:30

二、主辦單位：台灣沙遊治療學會

協辦單位：勵馨社會福利基金會

三、對象：諮商、輔導及社工專業人員30人

四、地點：勵馨社會福利基金會高雄服務中心
(高雄市苓雅區凱旋一路3號3樓)

五、師資：

梁信惠 (Dr. Grace Hong) 本會

1. 美國明尼蘇達州臨床心理學院臨床心理博士；曾任教於明尼蘇達州臨床心理學院博士班；曾任職於明尼蘇達州亨尼其郡(Hennepin County)法院法庭臨床心理師及資深臨床心理師共30年；曾於明尼蘇達州開業，從事心理治療、沙遊治療及遊戲治療。
2. 現持有明尼蘇達州臨床心理師(博士級)、加州婚姻家庭兒童輔導執照、世界及美國沙遊治療學會治療師執照暨教師執照、台灣臨床心理師執照。
3. 現任勵馨社會福利事業基金會蒲公英諮商中心駐會專業顧問台灣沙遊治療學會理事長，從事沙遊治療及教學。

六、課程內容：

1. 內在小孩理論與實務操作
2. 發現內在小孩
3. 探索內在父母親：找到內在保護的父母、面對內在批評的父母
4. 尋回神奇小孩：讓神奇小孩出來玩、讓創意小孩展現

沙盤：心靈故事的決定性瞬間

【沙遊與攝影(一)】 亞東紀念醫院精神科 陳俊霖

一直到接觸沙遊一段時間之後，我才突然發現我曾經參加攝影社團，玩過好一陣子相機。只是因為繁重的家庭和工作事務夾擊之下，攝影的器材和心思都擱了下來。雖然在拍攝沙盤時，其實當年拍單眼相機的訓練還是很直覺地運用出來，但居然到學沙遊很久後的某一刻，這個被放進無意識的習慣，才又浮現到意識層面來。也因此萌生出興趣，想寫些東西讓攝影學和沙遊治療做些對話，以及思考一下沙遊治療歷程中運用相機照像時可以注意的技巧。

在心理治療的諸多學派中，沙遊治療是極少數從發展之始，就使用相機這項在人類歷史中其實極為短暫的現代化器材的一個學派。雖然所謂的口談治療若以佛洛伊德式的精神分析為濫觴，也不過是1900年前後的事，但若文化演變得夠快，早個兩百年也可以用談話做心理工作。同樣的回溯思考的話，攝影術尚未發明出來之前，雖然可以拿沙盤排物件，卻無法迅速地拍攝下影像的情況下，似乎很難讓沙遊治療成為一種實際可行的療法。就此而言，科技其實影響著這個極為人文的技術的出現，頗有STS(科技與社會交互影響)式的印證。

在心理工作裏，如何呈現出心靈中虛無縹緲的素材，一直是個夢想與挑戰。追究其本質來想的話，當代動用諸多重兵器如功能性核磁共振等種種神經影像，也是希望讓原本看不到的心念，變成一個可見的訊號。而科幻小說對這個工作的最高理想，則認為最好能用一台手提式的機器攫取當事人的腦波，螢幕上就能播放出腦海中正在運作的思想：在大家的想像中，這通常是畫面或聲音。

藝術治療也可說是嘗試讓案主用畫筆描繪出自己心靈的某些畫面。而沙遊治療則讓案主有了3D的表達空間，並且提供豐富的物件做為象徵，某種程度上或許更有利於某些案主選角佈現出心中的那個畫面。

攝影的歷史中，有一位極有名的攝影家名叫亨利·卡地亞—布列松(Henri Cartier-Bresson, 1908-2004)，他強調按下攝影快門的那一瞬間應有的敏銳度，並提出「決定性的瞬間」(the Decisive Moment)這個概念。或者說，一個故事或許跨越一段時間：短者幾分鐘、長者幾天、幾年，但其中或許有幾個片刻是如此地具有代表性，以致於用這個瞬間的畫面，就可以帶出整個故事。這是攝影的理想，畢竟相機不是錄影機，只能呈現出一個時間點的畫面，但這個時間點的畫面如此具有代表性，一看到這個畫面彷彿就可以帶出故事的線與背後脈絡的面。

從這個觀念來說，沙盤上呈現的，不就常常是個案心靈中某段故事的決定性瞬間嗎？而沙遊治療師的工作，就是好好的運用相機來當做心靈資訊的記錄器，把這個故事的片刻保存下來。如果這台機器是價值上億的功能性核磁共振，如何妥善使用這台機器，呈現出更高解析度的影像，留下更完整的資訊，你會不會更認真思考？



布列松作品之一

沙遊體驗 - 內心深處長出的力量

高雄市學生輔導諮商中心 陳建良心理師

帶著邊體驗邊學習的心情，在仁美老師帶領的三次專業社群中擺了三個盤。看著櫃子裡各式各樣的物件，一個一個挑選著物件，再慢慢地放進沙盤中，就讓自己暫時當個案去體驗、去感受，瞭解這過程當中經驗到些什麼、學習到什麼。

還記得第一次進行時，腦袋曾經一度思考著要怎麼擺放物件比較好。但有趣的是隨著自己再多放其他的物件進沙盤、看看盤中的景象，心中便會有股直覺讓我想把原本的物件調整到某個位置、某個角度，直到一種「就是這樣！」的感受浮現心頭。於是乎，如何擺放已經不涉及所謂的好與不好，而是逐漸讓心中的感覺或閃過的念頭來指引著自己。頓時間我在擺盤的過程裡感覺到一種自由，也感受到當下與自己的更加靠近，一股淡淡的滿足湧上。

第二次擺盤時，自己剛好經歷到工作上較多的壓力狀態。擺盤的過程中，每個物件擺放、每個觀看沙盤的角度變換，來來回回間彷彿是自己與內在的對話歷程一般。除了感受並看見自己內在的無奈、害怕與委屈，同時也喚起了一些過去的生命經驗，再次回到意識中被看見、被理解。基於新的理解，加上觀看沙盤的視角變換，那個原本被負向情緒給團團困住的自己似乎也開始能在其中看見我具有的力量、資源，以及新的可能。所以我直覺地又在沙盤中擺放了幾個物件，直到「就是這樣」的感覺再次出現為止。短短的幾十分鐘，卻著實感受到經驗的流動、轉向，然後為自己的困境找到了解套。原本的紛亂心情也趨於平靜，接著又是一股滿足浮現。

親自體驗確實是學習中最重要的方式之一。特別是回顧這三次的沙盤體驗，都遠比書籍的閱讀、知識的理解來得更加深刻，也更能體會到身為個案如何在安全、自在的情境中恣意地表達自己、進而有了新的經驗與轉化。對我來說，雖然少了熟悉的語言對話或討論，但專注回到當下、回到自己身上的擺盤過程似乎就是一個自我療癒的歷程。在沙箱圍繞出來的小小方寸之間，透過物件、沙子為媒介，彷彿映照出內在的一股力量，逐漸從深處破土而出，然後慢慢凝聚、茁壯。



物件與靈魂的相遇

側記沙學會員聯誼

秘書長李逸明

春天的尾巴總是甩出許多的水滴，弄得人溼答答的。那天晚上，陰雨霏霏，卻無法洗去心中的熱情。因為要與素未謀面的物件相遇！心中充滿期待。我也小心翼翼地保護手上的小袋子，是準備拿去與其他沙遊同好交換的小物件。四月二十六號晚上就是我們沙學第一次的會員聯誼！實在是創舉啊！

我們理事梅芳老師，特別開放她的工作室供我們聯誼，我也幫了點小忙，負責洗、切水果要招待前來共襄盛舉的朋友們。會員們陸陸續續到達，梅芳老師更是忙進忙出，在做甚麼呢？只見她滔滔不絕、興高采烈地介紹她沙遊治療室的物件！

她的物件個個履歷驚人，多的是從國外坐飛機來的寶貝！看得我們大家好生羨慕！大家七嘴八舌地談天說地，每個人都對梅芳老師的物件感到興味盎然，梅芳老師就又忍不住搬出更多壓箱寶供大家參觀，很多都還是未拆封的呢！她甚至十分慷慨地表示有些重複的物件可以賣給我們，幫我們自己的沙遊室添些行頭！我也趕緊搶搭這班列車，買了幾個外國貨，心中慶幸不用出國也可以撈到好物件！我們理事長梁信惠老師也出席了，她特別為了這次聯誼提供許多物件供我們選取以及交換！梁老師更是與大家分享對這次聯誼開心的期許！在國外這樣的會員聯誼都行之有年，終於我們台灣沙學能開始有這樣的會員交流，實在讓她欣慰！她更鼓勵會員多互動，讓聯誼可以持續下去，並且讓內容更豐富。這次每個與會的會員無不卯足全力帶來有意思的物件，也有不少人不只帶一件來交換，使得我們在交換物件過程中驚喜連連，高潮迭起。大家也各自透過物件履歷對新到手的小東西有了感情。交談間，物件提供人與受益者不斷地交流，在這樣的傳遞中，物件的生命也蘊含而生。整個過程熱鬧非凡，參與者個個滿載而歸，喜不自勝！之後的Tea time時光，繼續舌燦蓮花一番。許多會員遊歷過不少國家，因為有許多物件來自外國，所以大家自然而然談起不少國外的經歷，言談間也使得眾人長更多知識，開更廣的眼界。之後梅芳老師還是十分耐心地開放場地讓我們隨意參觀，我們不僅討論物件、討論開業的場地，也討論許多專業的見解。今天的聯誼實在是超乎意料的滿滿豐收阿！在過程中我們分享自己帶來的物件、也感謝得到的物件，除了物件使我們聯繫了彼此的情誼，也為沙學開創了一個新的里程碑。看到沙學夥伴們對沙學的熱情，對物件的迷戀，對沙遊的努力，我們這樣的聯誼真是十分重要的！期待這樣的聯誼可以為沙學帶來更多的化學效應，就像今天晚上，外面雖然下著春雨，屋裡卻已是初夏的熱力了！



沙遊小物會員聯誼合影

參加2014年STA大會心得

台大醫院臨床心理師楊孟儒

2013年很高興能夠跟著台灣沙學的一行人到義大利威尼斯，參加兩年一度的國際沙遊學會(ISST)大會，第一次參加國際性的沙遊研討會，見證台灣成為會員國的過程真是熱血沸騰。也在會中認識不同國家沙遊治療的發展及其風格，其中對美國在沙遊治療和研究的推廣印象深刻，所以產生2014年要到美國參加兩年一度美國沙遊學會(STA)大會的念頭。這次只有我獨自從台灣出發，準備過程中，就對STA網站的便利性和大會處理行政事務的結構化感到驚歎。大會的議程早早就出來，課程豐富不說，也有標明程度(初級、進階)。在註冊過程中，就讓參加者從大會網站上登錄想要參加的課程或活動，也會由系統發信主動建議我參加不同的活動。活動真的很豐富，幾乎除了開幕、閉幕的演講之外，每個時段都同時有好幾個課程可以選擇，就這次我在STA中參與到幾個印象深刻的活動跟大家分享。

拍賣會和沙遊週邊商品

大會會場旁有一個大展場，裡面大致分作三個部分：二手物品、廠商、拍賣區。在二手物品的區域，有許多前輩捐出來的二手物件或舊書、畫、教具可以用很便宜的價錢買到，剛到那天下午搶到限量每本兩美元的期刊，隔天再去看就已被搶購一空囉！廠商區則是有沙箱設備、沙遊書籍和小物件的廠商擺攤，真的太好逛又太好買了，慶幸當時有聽梁老師的建議帶了一只空登機箱去，裝得滿滿的回來。拍賣區(Silent Auction)很有趣，擺得滿滿的每樣物件前都會有紙條寫上捐贈者和起標價，如果非常喜歡也可以用上面寫的直購價直接買下，否則就會讓大家自行在紙上競標，到大會結束前一天的下午結標公佈。過程趣味性十足，第一天我傻傻的看到喜歡的物件就去標，遇到Maria也到處在寫標價，詢問她也想買嗎？Maria神秘地笑笑說：要幫忙衝高價錢，才能給學會籌更多經費喔。到了停止下標前一刻，更是可以看到許多人守在想要的物件前面隨時加碼，相當刺激。最後，薑還是老得辣，我真的很想要的物件其實都被其他人標走了，只能說下回再加油囉！

Mentoring Luncheon

這個額外付費的午餐會安排資深沙遊治療師和初學者同桌吃飯，在隨性的氣氛下和前輩共進午餐，我帶著疑問去，也得到前輩們很熱心的經驗和資訊分享，是個特別的經驗。

Traditional Gathering-Circle

其實我一直不知道這個活動要做什麼，也沒想到要參加，剛好經過的時候就被門口的工作人員招呼進去了。大家圍成圈，主持人首先讓剛剛取得沙遊教師資格的會員一一向大家打招呼，讓大家了解多了哪些新的教師成員；之後邀請每個人輪流說自己的姓名、從哪裡來，並說一個自己想分享的象徵，過程中寧靜而凝聚。我觀察到大部分與會者年紀都較長，回來聽梁老師講才知道，原來是因為學沙遊所費不貲，即使在美國也多有經濟基礎的人去學。雖然我年紀較小，又非本國人，但在輪到我的時候，還是可以感到大家在些許驚訝中帶著溫暖和歡迎，這是不管在哪、參加什麼沙遊活動都能感受到的美好氛圍。

Mentoring Session : Writing Preliminary Papers and Final Case Report

在會議中，有許多課程看起來是督導性質的，我只有參加到這堂介紹如何寫象徵報告與個案報告的說明和小組諮詢，由Maira E. Chiaia和Audrey Punnett說明以及回覆大家的問題。在大約10人的小組討論自我介紹中，了解到有從美國各地而來不同背景的人也在學習沙遊的路上，並且有剛開始成為教師的成員為了想知道未來如何審稿而參加，對我來說像是進了大觀園一樣開眼界。過程中也有搞不清楚狀況的時候，例如大會請來紅書編輯印裔英籍的Sonu Shandasani講了幾場大會演講，但我卻受限於英聽能力鴨子聽雷。作為一個年輕的學習者，獨自踏上旅途經歷各種新奇事物非常興奮，會中與來自台灣目前正在舊金山唸書的鄭文郁學長和徐碧貞學姊相會，聽他們分享求學經歷也是很棒的收穫。另外，在這次的過程中，發現原來許多重要的老師都曾來過台灣開工作坊、督導，相當感謝梁信惠老師，一直那麼用心替台灣的學員邀請老師和安排課程，致力於提升台灣沙遊治療學習者的專業能力。我覺得STA是一個從初學到資深的沙遊治療師都適合參與的一個研討會，很高興這次有機會前往並和大家分享，也希望未來有機會能夠再前往學習！



12/20中午有會員大會，歡迎會員踴躍參加!!

歡迎加入年滿二十歲，認同本會宗旨者加入台灣沙遊治療學會會員

加入〈台灣沙遊治療學會會員〉可享報名優惠哦!!

相關報名訊息請參考本會網站：<http://www.sandplay.org.tw> !!