

# 沙盘游戏为何能反应潜意识或本能?

产品名称	沙盘游戏为何能反应潜意识或本能?
公司名称	北京合君惠友科技有限公司
价格	.00/件
规格参数	
公司地址	北京海淀区上地十街1号院2-1711
联系电话	13552472059 13552472059

## 产品详情

### 沙盘游戏为何能反应潜意识或本能?

跟山西的冯总见面，谈起了人生与生意，两人有很多共同话语，最后聊到我收缩产品线主做心理沙盘这件事情。冯总的一个问题让我思路停滞了一会：你说沙盘游戏能反映人的潜意识本能，为什么这样说，有没有根据？

这个问题让纯粹卖心理沙盘设备的人来回答，真的有些为难，好在我了解些沙盘游戏的初步知识，特别是在设计研发3D心理沙盘的时候深入地研磨过沙盘游戏的相关知识，所以对冯总提的问题还能应付。

当时我只是从沙盘游戏中的非言语方面做了了解释，回来后觉得沙盘游戏之所以能反应人的潜意识本能应该从非言语与动作方面做说明更容易理解。（下面的文字为学习后杜撰的，没有实证）

言语实际上是符号表征，是逻辑思维进化到一定程度才出现的，在此之前我们是靠肢体动作来交流的。所以我们有时候在对面的人说某些话的时候要观察他的动作表情，用来判断他的言语是否是真的。也确实如此，一个人的行为动作特别是不经意的下意识动作更能反映一个人内心。沙盘游戏进行中几乎不用言语或不做过多的言语交流，而是依靠手与沙具的互动来传递信息，也就是更多地借助了动作来完成这个游戏过程，也是这个道理。

沙盘游戏过程中，游戏者看到心理沙具的时候所选中的那个沙具，是投射了自己内心能量的东西，这正如茫茫人海中我们能够一眼认出熟悉的人或选出自己的伴侣一样。这个能力是长久进化而习得的。有东西快速飞向我们眼前，我们会眨眼、移头，遇到危险我们还没逃跑的时候已经身体做出了逃跑的准备，这些都是不经大脑的下意识动作，这种动作反映了我们的本能。我们总是选择让我们感觉舒服的人在一起，因为这些人跟我有共同的地方或吸引我们的地方，而这些我们通过语言很难做出说明，有时候就是一种感觉。所以在心理沙盘游戏中所选择的沙具投射了内心的能量，也是一种感觉，这种感觉是身体动

作完成的，不经大脑，也就是不经意识处理的。

沙盘游戏进行中，身体动作（手，不止是手还有四肢，躯干）参与到游戏中刚开始是经过意识支配的，有经验的心理沙盘师会发现，随着活动的深入，意识（思维）的作用越来越淡化，身体本能的动作越发明显，本能表达更加直接，深层次压抑的东西会呈现出来。这个过程伴随着表情及情绪释放，而这些同样潜意识本能的需要。

上面的过程叙述有些晦涩，一句话是，通过身体与沙具的对话开通了一扇联结或窥探潜意识的窗，在沙盘游戏的氛围与场景中，完成了潜意识本能的表现与对话。这样治愈就在不知不觉中完成了。

这就是沙盘游戏中，通过主动想象到创造性想象，完成了与潜意识或本能的沟通。所以回答了冯总问的那个问题：沙盘游戏为何能反应人的潜意识。

#沙盘游戏#