

移空技术督导模型的具象化表达

冯晓东¹ 刘天君²

1. 移空技术研究院, 北京;

2. 北京中医药大学, 北京

摘要 | “知行意礼例”督导模型是一个旨在提高督导过程清晰度的概念性框架, 由移空技术创始人刘天君教授于 2020 年首次提出并用“五”个字高度概括。本文将中国传统文化中的五行学说与现代心理咨询督导实践相结合, 为移空技术督导模型提供了一种全新的视角, 帮助人们更好地理解和改进移空督导过程。

关键词 | 移空技术; 督导模型; 五行

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



1 移空技术督导模型简介

“移空技术”由北京中医药大学刘天君教授提出, 是一项基于中国传统文化的心身治疗技术, 继承并发扬了中医治神为先的学术思想。移空技术通过治疗师引导来访者进行有步骤的深度想象, 先将选定的疾病症状象征性物化, 并将其放入与之相匹配的承载物, 而后在正前方不同心理距离上来回移动放置了象征物的承载物, 使之渐行渐远, 并消失于远方的心理空境中, 从而缓解或消除症状。

移空技术直接处理来访者的负性心身感受, 即聚焦于心身障碍的靶症状, 不问隐私, 不强调诊断, 适用范围较广。移空技术的实施过程采用象征性方式进行, 故阻抗较小, 起效较快, 一个疗程通常 2—4 次即可完成。此外, 移空技术强调来访者的主动性, 操作步骤比较简单, 经咨询师的指导, 来访者可以逐渐自主使用, 这便于来访者随时随地处理自己的心身问题, 恢复良好心态^[1]。

2020 年 2 月 25 日, 在对参与新冠肺炎疫情心理援助工作咨询师进行的督导中, 移空技术创始人刘天君教授首次提出了移空技术督导的“知行意礼例”模型。

移空技术督导模型包括五个方面:

(1) “知”: 咨询师需要掌握移空技术的各项基本知识, 包括文化渊源、技术原理、关键术语、

人格成长层次、思维形式基础知识、操作步骤要点及其心理学含义等。督导师要留意受督者是否正确掌握移空技术的各知识点。

(2) “行”：督导师要关注受督者如何将知识落实到实践中，针对具体问题提出具体意见。

(3) “意”：咨询师的意向、动机、态度和觉察力，督导师要帮助受督者觉察自己在咨询中的动机、态度、状态等。

(4) “礼”：咨询师需要遵守专业伦理，督导师要做伦理示范并帮助受督者掌握伦理、践行伦理。

(5) “例”：咨询师需要及时撰写案例报告，反思咨询过程，总结经验。移空督导的案例报告最好是叙述+关键对话式，咨询师可以把自己案例中困惑的地方、精彩的地方、有特点的部分等以对话方式详细呈现。案例报告是受督咨询师对咨询过程的记录和反思，包含了“知行意礼”的内容，移空技术督导围绕案例报告、督导问题展开^[4]。

2 具象化“知行意礼例”督导模型

模型是概念性的框架，旨在使督导过程更加清晰。构建模型的目的是为督导师提供有用的资源，而不是增加负担^[5]。根据《临床心理督导纲要（第六版）》中关于督导模型及构建方法的论述，本文尝试利用具象思维的方式，从传统文化的视角，把“知行意礼例”督导模型具象化地表达出来。

刘天君教授将移空技术的督导模型用“知行意礼例”五个字高度概括，因此本文首先从“五”入手。

2.1 从“五”说起

《说文解字》：“五，五行也。从二，阴阳在天地间交午也。凡五之属皆从五。”

“二”是一个指事字，上面一横代表天，下面一横代表地，中间加一横表示天地间交汇的万物。“五”也是一个指事字，甲骨文用一个叉号寓意天、地万物的交汇，表示大于“四”的正整数。一些甲骨文在字形“X”（万物交汇）的基础上加“二”（天地之间）表示“五”，寓意天地间交汇的万物（见图1）。

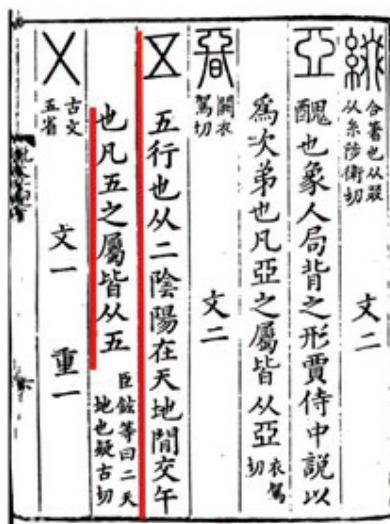


图1 《说文解字》古籍中的“五”

Figure 1 The “Five” in Shuowen Jiezi ancient book

“五分法”是春秋战国时期开始的将事物以“五”来划分的一种方法,同时也受到“五方”观念的影响。中国文化典籍中有许多虚数连缀的例证,如“三坟五典”“三革五兵”等,都包含了“三”和“五”的组合。数字“五”还与五行学说密切相关。“五行”包括金、木、水、火、土五种元素,是代指和切分万物的根据,也是一种学说和思想体系。阴阳五行学说在中国古代文化体系中占据重要地位。因此,可以将形成“五”文化性质的要素描述为:“五指”—“以五为全数”—“五数崇拜”—“五行观念”—“五行体系”。其中,“五”的文化性质源于《周易》计数公式中以“九”为“极数”、以“五”为“中数”的传统,体现了“崇中”原则。

2.2 取象比类

中华民族的意象思维在古代得到了特别的发展和早熟。《周易·系辞传》中提到:“易者,象也。象也者,像也。”这里的“象”是指模拟、象征的符号,而“意”则是指这些符号所象征的事物的特性。《易传·系辞传》中还提到:“立象以尽意,设卦以尽情伪。”这意味着意象思维是一种通过抽象和体悟而形成的带有感性形象的概念或意义符号。

在研究万事万物时,意象思维强调从作为研究对象的一组事物中取出其自身状态、运动变化的性质——“象”,然后通过“比类”将万事万物按照自身性质归属到原来取出的性质所在的项目,以研究它们的相互联系作用。这意味着意象思维是通过观察、类比和推理来理解事物本质和相互关系的一种思维方式。

取象比类思维方式的特征主要表现在以下两个方面:

- (1) 注重整体、分类,而不是孤立地寻找不可再分的单元元素。
- (2) 注重事物的联系作用。例如,在五行理论中,水、火、木、金、土被赋予了不同的属性,如水的润下、火的炎上、木的曲直、金的从革、土的稼穡。这种分类方法使得万事万物都可以被归类到这五个项目中,以便研究它们之间的相互关系。

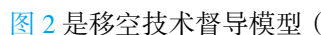

2.3 “知行意礼例”的取象比类

从“知行意礼例”督导模型的基本概念出发,逐步具象化,取象比类,可赋予“五行”属性,如下表所示。

表 1 “知行意礼例”督导模型的五行属性

Table 1 The “Wu Xing” attribute of the “Zhi Xing Yi Li Li” supervision model

督导模型	内涵	取象	五行	含义	五方	五色
知	知识、理论体系	大树	木	木曰曲直	东方	绿色
行	操作、行动	流水	水	水曰润下	北方	蓝色
意	意识、意境,境界	火苗、火焰	火	火曰炎上	南方	红色
礼	法则、约束	权衡、礼器	金	金曰从革	西方	白色
例	案例、积累、积淀	厚土	土	土爰稼穡	中央	黄色

进而根据“五方”和“五色”将其代入五行方位和色彩图示,即可形成一个清晰的具象化督导模型。  图 2 是移空技术督导模型(静态),图 3 是移空技术督导模型(动态),静态为体,动态为用。

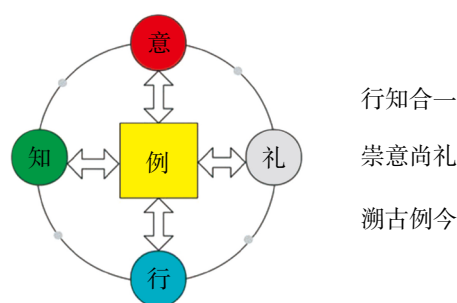


图2 移空技术督导模型（静态）

Figure 2 MET supervision model (static)

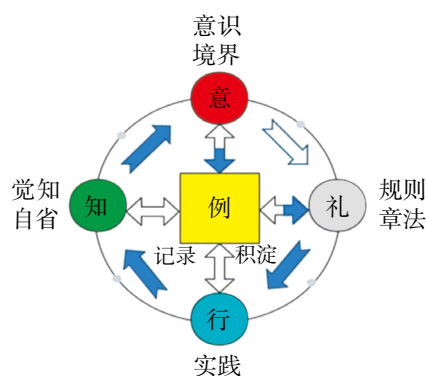


图3 移空技术督导模型（动态）

Figure 3 MET supervision model (dynamic)

3 具象化移空督导模型的实用价值

“知行意礼例”督导模型不仅是一个概念性的框架，更具有实际应用的价值。通过将传统文化中的五行学说与现代心理咨询督导实践相结合，该模型提供了一种全新的视角，帮助人们更好地理解和改进移空督导过程。

该模型已经在移空技术团体督导实践中得到初步应用，不仅可以用于提高科研项目的移空团体督导效果，还可以应用于其他领域，如移空技术培训、移空个案督导等。目前，该模型正在实践和完善过程中。通过应用这个模型，督导师可以更好地理解被督导者的需求和问题，并为其提供更有针对性的指导。此外，该模型的应用还可以与其他方法相结合，以实现更好的效果。例如，通过与案例库数据分析和人工智能技术相结合，可以提供更加精准和个性化的督导建议。

除了在实际中的应用，“知行意礼例”督导模型还具有深厚的理论背景。这个模型不仅是督导实践的总结，也是对传统文化中“知行合一”思想的传承和发展。在传统文化中，五行不仅代表着五种元素，还蕴含着五种基本关系和基本运动方式。通过与这五种基本运动方式相结合，“知行意礼例”督导模型形成了一个完整的思想体系。例如，“知”对应五行中的“木”，代表着督导过程中需要具备的洞察力和理解力；“行”对应五行中的“水”，代表着督导过程中需要具备的实际操作能力和解决问题的能力。

此外，“知行意礼例”督导模型还与现代心理学和社会学等学科密切相关。例如，在心理学中，“知”对应认知过程、“行”对应行为过程、“意”对应情感过程、“礼”对应社交过程。这些心理和社会过

程都是督导过程中需要关注的重要方面。

“知行意礼例”督导模型的应用具有可持续性价值。对被督导者持续关注和指导可以帮助其在移空技术学习和实践中取得更好的效果,并为社会发展作出贡献。此外,该模型还可以促进跨文化交流和理解。通过将传统文化中的五行与现代督导实践相结合,可以促进不同文化之间的交流和理解,促使移空技术在跨文化环境中更好地适应和发展。

总之,“知行意礼例”督导模型是一个具有广泛应用前景和可持续性价值的概念性框架。通过与传统文化相结合,提供了一种全新的视角,帮助人们更好地理解和改进督导过程,并为现代督导实践提供了新的思路和方法。同时,该模型还具有跨文化的价值和意义,可以促进不同文化之间的交流和理解。

参考文献

- [1] 刘天君, [德] 本哈德·特林克勒. 移空技术操作手册——一项本土化心身治疗技术 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2019.
- [2] 刘天君. 当心理咨询遇见传统文化 [M]. 北京: 中华书局, 2019.
- [3] 刘天君. 气功在心理治疗中的应用 [C]. 第五届世界心理治疗大会论文摘要, 2008.
- [4] 陈益, 周文, 尚旻, 等. 移空技术“知行意礼例”督导模型初探 [J]. 心理咨询理论与实践, 2022, 4 (2): 106-111.
- [5] Janine M Bemard, Rodney K Goodyear. 临床心理督导纲要 [M]. 刘稚颖, 译. 北京: 中国轻工业出版社, 2021.

The Concrete Expression of the Move to Emptiness Technique Steering Model

Feng Xiaodong¹ Liu Tianjun²

1. MET Research Institute, Beijing;

2. Beijing University of Chinese Medicine, Beijing

Abstract: The “Zhi Xing Yi Li Li” Supervision Model is a conceptual framework designed to enhance clarity in the supervision process. First proposed by Professor Liu Tianjun, Move to Emptiness Technique (MET), in 2020, it is summarized by the “five” characters. By combining the China traditional culture of “Wu Xing” with modern supervision practice, this article provides a new perspective for the MET Supervision Model, helping people better understand and improve the MET supervision process.

Key words: Move to Emptiness Technique (MET); Supervision model; Wu Xing