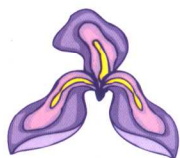




中国心理学会推荐图书

现代  
心理疗法

# 作为治疗师的 艺术家



艺术治疗的理论与应用

The Artist as Therapist

【美】阿瑟·罗宾斯 著 孟沛欣 译 郑日昌 审订



世界图书出版公司



作为治疗师的



艺术家

艺术治疗的理论与应用

The Artist as Therapist

【美】阿瑟·罗宾斯 著 孟沛欣 译 郑日昌 审订

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

## 图书在版编目 (CIP) 数据

作为治疗师的艺术家 / (美) 罗宾斯著; 孟沛欣译. —北京:  
世界图书出版公司北京公司, 2006.1  
书名原文: The Artist as Therapist  
ISBN 7-5062-7992-4

I. 作... II. ①罗... ②孟... III. 心理学 IV. R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第148819号

Arthur Robbins

The Artist as Therapist

ISBN: 1853029076

Copyright: © Arthur Robbins 1987, 2000

This edition arranged with Jessica Kingsley Publishers.

Simplified Chinese edition copyright: ©2006 BEIJING WORLD PUBLISHING CORPORATION.

All rights reserved.

## 作为治疗师的艺术家——艺术治疗的理论与应用

---

作 者: [美]阿瑟·罗宾斯 著

译 者: 孟沛欣

审 订 者: 郑日昌

责任编辑: 李征 俞涛

装帧设计: 黑羽平面工作室

---

出 版: 世界图书出版公司北京公司

发 行: 世界图书出版公司北京公司

(地址: 北京朝内大街137号 邮编: 100010 电话: 64077922)

销 售: 各地新华书店

印 刷: 三河市国英印务有限公司

---

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 15.5

字 数: 200 千

版 次: 2006年4月第1版 2006年4月第1次印刷

版权登记: 图字 01-2006-0669

---

ISBN 7-5062-7992-4/R · 120

定价: 25.00 元

版权所有 翻印必究

## 作者简介

阿瑟·罗宾斯，教育学博士，是 Pratt 学院的艺术治疗教授，也是表达分析协会（the Institute of Expressive Analysis）主要创建人之一。他作为美国心理协会心理分析顾问委员会成员已有 30 多年，也是纽约州著名的心理学家和心理分析师。罗宾斯博士的其他著作还包括《创造性艺术疗法与治疗表现手法的多样化研究》、《治疗师之间：移情和反移情材料的处理》和《治疗性呈现：建构表达与形式的桥梁》。

## 译者简介

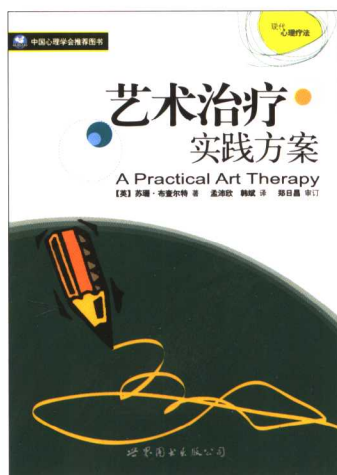
孟沛欣，2004 年毕业于北京师范大学心理学系，获博士学位，从事艺术治疗的研究与实践。她在攻读博士学位期间，专门研究以艺术为介质的心理疗法，此项研究目前在国内外处于领先地位。现任职于中央美术学院，开设绘画心理工作室及心理咨询门诊，接待艺术治疗的个案。

## 审订者简介

郑日昌，著名心理学家，北京师范大学心理学院教授、博士生导师。现任中国人才素质测评研究会副会长；国家教育部考试中心兼职研究员；中国心理卫生协会常务理事；全国大学生心理咨询委员会副主任；北京学校心理卫生委员会主任；北京高校心理咨询研究会理事长；中国心理学会心理辅导与咨询委员会（筹）主任；国家教育部中小学心理健康教育咨询委员会副主任。

主要研究领域：学生心理健康教育、心理辅导与治疗、人才选拔与职业指导、测谎与反测谎。

## 相关好书

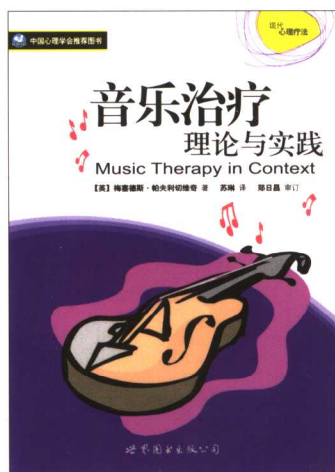


《艺术治疗实践方案》

作者：苏珊·布查尔特

定价：25元

出版日期：2006年3月



《音乐治疗——理论与实践》

作者：梅塞德斯·帕夫利切维奇

定价：25元

出版日期：2006年4月

邮购电话：010-64021602

试读结束：需要全本请在线购买 网址：[www.wpcbj.com.cn](http://www.wpcbj.com.cn)

# 致谢

在此，我谨向我的编辑杜鲁迪·洛贝表达诚挚的谢意，他在本书的出版工作中起着相当大的作用。

我还想向参与团体关系、艺术材料、艺术疗法介绍、高级研讨班等课程的艺术治疗的学生致谢。他们的艺术材料及其评论是本书主体框架的重要组成部分。

感谢下列杂志，他们允许我在本书中引用已发表的相关资料：

《艺术治疗》，“自体凝聚力的奋战：一个分析取向的艺术治疗个案研究”，1984年10月第1卷第1期，经美国艺术治疗协会许可再次印刷，版权1984。

《心理治疗中的艺术》，“艺术治疗中创造性艺术方法”，1984年春，第11卷第1期。

《心理治疗中的艺术》，“在艺术治疗师的认同过程中，整合个体及理论的裂隙”，1982年第9卷，1至9页。

《美国艺术治疗杂志》，“艺术治疗中的移情和反移情”，21：1。  
经艾琳娜·乌尔曼和挪威大学沃尔门学院许可再次印刷。

我还要感谢布鲁纳—马泽尔出版公司，也是由鲁宾编写的《艺术疗法



研究》一书的出版商，该书即将出版。经过允许，我引用了该书“艺术治疗中客体关系方法”一章的部分内容。以上所有的参考文献都是作者本人亲自完成的工作，为本书做出了巨大的贡献。

我向我的病人致谢，因为他们愿意将自己的艺术材料和临床资料提供出来。为保护个人隐私，书中所有的名字都是虚构的。

最后，我还要向一个重要的人表达谢意，那就是我的妻子萨蒂，在整个撰写过程中她给了我很大的信心和支持。

阿瑟·罗宾斯 (Arthur Robbins)



# 前言

1963年的秋天，我的父亲死于淋巴瘤。那是一段可怕的、令人心碎的痛苦经历。在他生病的两年里，我目睹着他的生命慢慢消逝，直到最后的一刻。我茫然自问，是否死亡也会如此这般地在某一天出现在我的面前。我的祖父死于癌症，很快我又得知，我的叔叔，一位教师，也是我的精神分析督导，也将死于癌症。当我为父亲的患病而忙碌时，我努力从头脑中驱散这些想法，也尽量做到任何时候都可以帮助到我的家人。

父亲去世的时候，尽管有时我泪流成行，但我仍然是麻木的（Robbins, 1982<sup>【注】</sup>）。那时我正在一间雕塑工作室选修课程，我在想，是否黏土可以用来帮助我辨别或找出与父亲去世有关的情感。我得到了许可，可以一个人在工作室里呆很久。我完全沉浸在黏土的气味、土坯的污泥和材料本身的质感中。此时，我溶身于艺术的形式里，时而感到进入了冥想状态，并有一种被治愈的感觉。当我用双手捏着黏土，试图捕捉这段沉重生活的本质所在时，我第一次领略了把艺术创作用于治疗是怎样的过程。一点，一点，死亡的感觉慢慢出现在我的眼前。那是一个头颅，深深的、空洞的眼睛，嘴巴深深地向里陷进去，空洞、虚无、孤独，还有死亡

---

【注】相关问题已在阿瑟·罗宾斯的“在艺术治疗师的认同过程中，整合个体和理论裂隙”一文中进行讨论，该文章发表于《心理治疗中的艺术》，1982年第九卷，第1~9页。





令我感到的极度绝望，都借着黏土这种材料以它们自己的方式展现出来。每当我把手指探进去挖黏土时，就有一种释放的感觉，觉得自己与作品是紧紧地连结在一起的（图P-1）。

我决定把这个作品拿给我的分析师看看，让他帮助我更好地理解。我清晰地记得当时的情景：他拿起作品用手抚摸着每个部分，然后，他做出了这样让我吃惊的评论：“你知道，平衡掌握得很好，一切都在你的控制中。作品的一侧与另一侧很相似。”他接着问我这个作品是否反映着我内心过于平衡、过于控制以及过于公平的感觉。

我不假思索地告诉他，我一直都处于情感冲突或是缺乏情感的状态中。我感到内疚，为什么对于父亲的死我没有感到非常抑郁和悲伤。分析师问我在这种平衡的控制背后，是否存有其他的什么东西？在他的询问下，我承认，从照顾父亲的负担和对父亲去世的情感折磨中摆脱出来之后，自己确实有一种解脱的感觉。我同样也认识到自己想要继续好好生活的愿望。分析师对于这件作品的分析方法让我很受触动：他对于我的防御

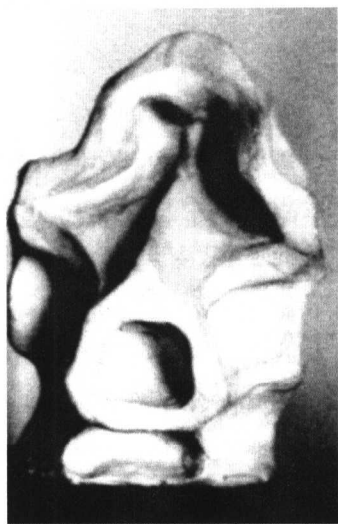


图 P-1



机制、情绪和感情有着很强的意识和敏锐的感受力。正是这种敏感，帮助我看到了在我的作品意象之外，还有另一个世界。

个人的经验让我渐渐意识到，使用艺术材料是如何推进了治愈进程——治愈来自于与个体化象征符号的嬉戏，以及能够保护自身使其免受过度压力的防御系统。

在回顾中，我领悟到那次雕塑创作既是与父亲意象（image）的分离，又是与父亲意象的结合。我和我的分析师一样，被上述雕塑作品人为的、做作的平衡感所困扰。作品缺少能量和意义，其本质是没有生命力的。我认识到，作品所具有的美学意义上对死亡的情绪，正是我父亲性格里被控制和顺服的一面；如果我要触及和表达真正的自我，这一面也是我必须要摒弃的。不过那个时候，我非常害怕，无论是表面的还是内心的都无法真正和父亲的力量分离。这些部分处在不断变化中，也把我和父亲融在了一起。

不过，这个雕塑作品还有很多地方仍颇具活力。一方面，我对那些柔和的线条感到很舒服，我很了解这样的线条，就像感觉着我自己的手和脸一样。这些都是父亲的线条，却在我的身上保留了下来。这些线的纹理和轮廓是很多“我自己”的延伸，随时间推移，生命线条也在不断地伸展。另外，圆形的和润形的象征性符号继续成为我艺术作品的一部分。它们表达着被隔绝了的、被废弃的自我，处于抑郁的黑色情绪包围之中。那个分裂的自我不允许黑色情绪侵入心灵，结果反将自我隔绝起来并满足于此。

总的来说，我猜想如果今天再用艺术形式对生命、死亡和分离进行一次探索，我的作品将有不同的自我表达。

和其他兄弟们一样，父亲的去世是我生命的转折点。幸运的是，我和父亲之间有着深厚的感情，这使得我可以继续生活下去而没有太多的负疚感和自我毁灭感。父亲去世以后，我成为普拉特学院的兼职教师，为艺术系学生讲授心理学。在不知不觉中，我发现自己已经融入了一个



新职业——艺术治疗的发展中，就此开始了艺术与治疗之间关系的探索、写作与教学。

回顾过去，除了经历死亡主题半身雕塑的创作之外，很容易就可以了解我转换职业的动机中还有其他因素。我的母亲和姐姐都属于艺术世界，因此她们在设计和装饰方面形成了独立的世界。小的时候我就常感到自己被排除在她们世界之外，在她们看来我是一个又脏又乱的孩子，只能一个人去玩沙箱，用沙子筑城堡，探索神秘的幻想世界。我从来没有想过自己会进入艺术世界，因为我连一条直线都画不出来，更不要说一幅漂亮的画了。

在分析师的帮助下，我又回到了失去的艺术世界，并发现美可以源自无序，无序经常预示着具有解决老问题的新方法。在我长大成人之后，艺术就不再是母亲与姐姐独有的世界。在这个与意识状态很接近的工作过程中，我却发现了很多出人预料的东西。父亲在我家的美学世界中扮演着重要的角色，而我却试图忽略这一点。他从事的行业如今已不复存在。父亲制作服装与帽子的装饰花，并在设计和营销方面起着很重要的作用。尽管现在服装的款式已经改变，人们不再使用这样的装饰物，可是在当时很风行，并为我们提供了足够的生活保障。装饰物款式的流行与更替成为了父亲、母亲和姐姐之间谈论的焦点话题，而我再一次感到被他们排除在艺术世界之外。在这样优雅的世界中，一个又脏又乱的男孩能够做什么呢？

我对自己微笑，因为即使当我把自己想象成艺术院校艺术治疗系的系主任时，在我心中，那个在沙箱里玩耍的小男孩仍然活跃着。我看到自己正在营销一种新职业——艺术治疗——这在哲学上完全不可能与艺术世界相等同的。

从分析自己开始，我成为了一个精神分析师，同时也成为了一位雕塑师。在过去，我把好的心理分析过程理解为与纯粹的艺术创作很相近的过程。这句话最深层的意义是，精神分析是一次深度疗伤的经历，这是一个



自我整合的过程，也是一个促进自我重组的过程。创造性的工作与治疗效果在这里相互重叠。很多艺术家都发现他们的艺术创作是保持自我、治愈心灵以及人性的一种方式。对于我自己来说，雕塑可以让我心神合一、身心和谐，我与周围的世界融为一体，旧日伤痕已经消退，理性控制成为雕塑过程中的一部分，而不是从躯体意识中分离出来的部分。

现在我已55岁，正处于埃里克森描述的生活危机水平中的合成阶段，我感到内心中有一种强烈的驱动力量将事情都整合在一起。回顾过去，我特别清楚地意识到：过去关于美学的个人问题是如何反映在我对艺术治疗理论及技术的概念化过程中。艺术疗法中的艺术从未被整合为真正统一的实践理论。而我作为心理学家与精神分析师的专业背景，让我很容易将艺术看成是治疗师与病人交流的某种桥梁。然而，“艺术在治疗中的角色”这个概念模糊了艺术疗法和其他心理疗法之间的边界，从而给我的学生和同事造成了专业认同感的困惑。如果人们低估了美学敏感性作为艺术治疗师特有的角色基础和作用基础的价值的话，这确实会带来危害。

本书试图通过将精神分析理论体系中的客体关系理论与艺术及创作性原则编织成统一的概念系统，用以修复艺术和治疗之间的裂隙。实现这个愿望有一个前提，那就是把美学与心理学原则一并使用，才会成为推动治疗进程最为可贵的援助。

这种方法的另一层含义是：如果一位艺术家将自己定位在艺术治疗师的角色中，那么向他们讲授心理学的传统方法就必须重新修改。就如艺术只能发展成为工作室中艺术家的有机组成部分一样，为艺术治疗师设置的心理学课程也必须在艺术构架中进行传授和学习，只有这样心理动力学和美学部分才能够真正整合。我们非常希望学生通过艺术表达来探索和重要客体关系内化相关的个人经历、探索治疗过程的各个层面，以及探索与心理问题相对应的美学现象。所以，在本书中，我引用了许多案例来说明心理学理论和美学表现在艺术疗法的学习与实践是怎样结合在一起的。

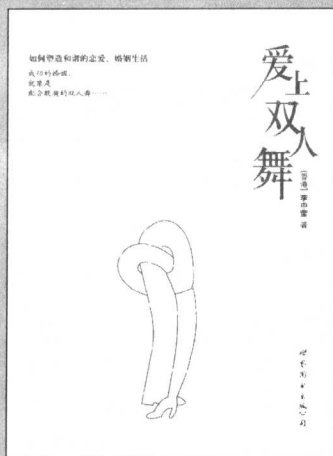


我深深地认识到，这样的学习方法是要冒些风险的：学生们可能感到遭受打击、隐私被侵犯。解决方法就是建立起一种关爱、信赖的课堂气氛，用以表示尊重学生的自我防御和脆弱性。多年来我从事着艺术治疗师、精神分析师和心理学从业人士的培训工作，深知这种教学法所带来的收获之大，所以即便有点冒险也是值得一试的。尽管我们希望能够如愿以偿，但个体疗法并不总是能够去除阻碍学习的一切障碍。处理那些潜在的问题是非常重要的，可是最常见的情况是，从个体治疗师办公室的私密空间中所获得的信息通常不能触及到深层的、弥漫的情感趋向。而恰恰是这些情感趋向妨碍了对复杂的主（客）体关系材料的获取。本书后面的章节中将涉及一些练习，这些练习有助于修复问题和应用之间的断裂面，同时也将过分注重理性从而阻碍治疗进程的问题揭示出来。

我与大家在此分享我所如何努力建构的一套有整合力的实践理论，是希望就主观内在生活能够影响艺术治疗的理论和实践发展这一问题，在某种程度上做一个说明。谨此，我希望所有潜在的学习者和我一起去冒险，在这最富于挑战的职业中学习与成长。

阿瑟·罗宾斯  
教育学博士  
注册艺术治疗师





## 爱上双人舞

作者：李中莹

书号：7-5062-6677-6/Z · 200

定价：18.00元

出版日期：2005年1月

本书作者作为华人地区最成功的NLP培训师之一，以独特的眼光对恋爱、婚姻进行了深度剖析。这其中没有谁对谁错的指责，而只有对人性的理解，对爱情的关怀……

无论是男性，还是女性，如果你已经拥有了或者希望在将来拥有与他人的一种亲密关系，这本书都会给予你很好的帮助。



## 重塑心灵 (修订版)

NLP——门使人成功快乐的学问

作者：李中莹

书号：7-5062-8076-0/R · 121

定价：36.00元

出版日期：2006年4月

《重塑心灵》于2001年首次出版，一经出版就成为NLP领域最重要的中文著作，也是NLP学习者的必读书籍之一。作者在第一版中较全面地介绍了NLP的历史、理论框架、基本概念等基础理论。时隔五年，本修订版在原有基础上增加了更多与时代同步发展的新观点与新案例，集中体现了靠提升人的主观能动性而改变整个人生的核心思想。因此，本书不仅可为NLP学习者阅读，更可为所有人在面对人生时提供启迪。正如作者本人所说：NLP终将超越理论与技巧，上升为一种心态。



Love's Hidden Symmetry

## 谁在我家——海灵格家庭系统排列

作者：(德)伯特·海灵格

书号：7-5062-6076-X/Z · 189

定价：35.00元

出版日期：2003年10月

## 谁在我家

### 海灵格家庭系统排列

谁是你，谁对我开放自己  
在物的阵中的物，无限受得所感，呈现出来未展  
此时，我们可以用言词描述的是什么  
也可以在我得正确的排列自然的更多的事情  
正确的排列是感动和感动我  
就算不知道为什么会这样也能起作用  
感谢这本书是可以打动的“正确排列”

世界图书出版公司

这是一本心理学书籍，更是可为所有普通人读懂的心灵哲学读本。本书德文版曾风靡德国，之后被翻译成多种语言行销全球。“家庭系统排列”由本书作者伯特·海灵格在德国创立，他以工作坊的方式走遍世界各国，帮助那些心灵受到困扰的人们。家庭中的亲密关系控制着人们并改变着他们的生活，海灵格以诗一般的语言向读者阐述了其发现的与此有关的一些事情，任何对亲密关系感兴趣的人都可以阅读。



Love's Own Truth

## 爱的序位——家庭系统排列个案集

作者：(德)伯特·海灵格

书号：7-5062-7726-3/H · 814

定价：38.00元

出版日期：2005年10月

## 爱的序位

### 家庭系统排列个案集

海灵格认为，在家庭中存在强大的那驱动力影响着每一个人在家庭中的成员。这驱动力和自然秩序代代成员之间的秩序，并受取并平衡的而带来的支配。我理解情感向既会为都达在系统平衡而做出一些表面上看起来非常不合情理的行为。  
“爱的序位”排列出支持着这份有序下去的一项排列秩序。

世界图书出版公司

本书是伯特·海灵格的另一本经典著作，书中准确记录下了一个为期三天的工作坊，极具现场感，使读者有如身临其境地领略到海灵格进行现场咨询的风采。



Stop Me, Because I Can't Stop Myself

## 我该如何停下来

——认识和理解冲动控制障碍

作者：(美) Jone E. Grant S. W. Kim

书号：7-5062-7441-8/Z · 216

定价：25.00元

出版日期：2005年10月

这是一本关于“冲动控制障碍”的专著。全书从案例入手，介绍了冲动控制障碍的概念，什么人患有冲动控制障碍，患者的年龄和性别特征，其表现形式和对人的生活和工作的影响，进而讨论冲动控制障碍的发生机理，药物和心理治疗的方法，以及家庭、朋友如何帮助这类患者，最后还介绍了应该到哪里去求治以及专门性机构。



Deliberate Self-Harm in Adolescence

## 防止青少年自我伤害

作者：(英) Claudine Fox Keith Hawton

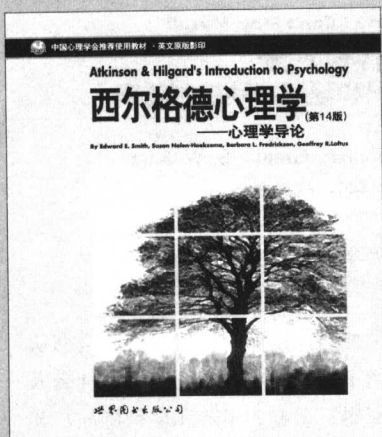
书号：7-5062-7991-6/R · 119

定价：19.80元

出版日期：2006年1月

本书以丰富的研究数据，透彻的分析，为关心这一现象的人们提供了富有实践意义的指导。作者是这一研究领域的专家，他们通过实验表明自杀是可以预防的，并且精神障碍和童年期的行为问题，以及青少年期和成年期的自我伤害有着紧密的联系。本书对于试图帮助自我伤害和自杀青少年的社工人员、精神病医生、心理健康专家、教师和家长而言，是一本非常重要的读物。





Atkinson & Hilgard's Introduction to Psychology  
**西尔格德心理学 (第14版)**

作者: Edward E. Smith, Susan Nolen-Hoeksema,  
Barbara L. Fredrickson, Geoffrey R. Loftus

书号: 7-5062-8218-6/R · 123

定价: 78.00元

原版书号: 0-15-505069-9

出版日期: 2006年4月

《西尔格德心理学》是心理学入门级教材的经典之作，被誉为普通心理学的圣经。它以作者多年教学经验为基础而编写，材料新颖，内容丰富，观点全面，并着重启发学生思维，特别适合对初学者的教学和自学。该书历经半个世纪的14次修订，不断充实心理学界新的研究内容和并拓展新的分支领域，以更权威、更现代化的面貌奉献于读者。

本书原作者Ernest R. Hilgard (西尔格德) 教授自1928年便在耶鲁大学和斯坦福大学教授非常受欢迎的心理学导论课程。该书最早是1953由其本人编写而成，自1967年修订开始增加各个领域的专家作为新作者对其不断修改完善，本书作者有Edward E. Smith, Susan Nolen-Hoeksema, Barbara L. Fredrickson和 Geoffrey R. Loftus。为了纪念Hilgard对此书和心理学教学的贡献，西尔格德心理学的名字一直延续至今。

本书分概论、基本心理活动过程、心理特征、心理健康与心理障碍、社会心理等五大部分，共计18章。三个观点贯穿全书：1. 加强行为的生物学基础；2. 在心理学研究中增加进化的观点；3. 强调文化影响及其多样性。书中每章均有“概念复习表”，以图表形式帮助学生巩固主要概念并加深理解与记忆。除每章最后的全章总结外，书中增加了阶段小结，对学生整合所学内容并记住重要信息大有裨益。各章都列有重要思考题，并设有以“面面观” (seeing both sides) 命名的学术论坛，反映心理学发展的前沿问题，客观地介绍争议双方的论述。