

风景构成法

一种独具特色的绘画心理治疗

【日】皆藤章 著

吉沅洪 等译

風景構成法

風景の構成法と表現法

風景の構成法と表現法



风景构成法

一种独具特色的绘画心理治疗

【日】皆藤章 著

吉沅洪 等译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

风景构成法:一种独具特色的绘画心理治疗/(日)
皆藤章著;吉沅洪等译. —北京:中国轻工业出版社,
2011.5

ISBN 978-7-5019-7980-6

I. ①风… II. ①皆… ②吉… III. ①绘画—应用—
精神疗法 IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第242963号

版权声明

FUKEI KOSEI-HO SONO KISO TO JISSEN

By KAITO Akira

Copyright © 1994 KAITO Akira

All rights reserved.

Originally published in Japan by SEISHIN SHOBO, Tokyo.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with SEISHIN
SHOBO, Japan through THE SAKAI AGENCY.

总策划: 石 铁

策划编辑: 戴 婕

责任终审: 杜文勇

责任编辑: 戴 婕

责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2011年5月第1版第1次印刷

开 本: 720×1000 1/16 印张: 18.50

字 数: 171千字

书 号: ISBN 978-7-5019-7980-6 定价: 38.00元

著作权合同登记 图字: 01-2010-7353

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 65288410

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanqianedu@yahoo.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换
101380J6X101ZYW

中文版序

本人的拙作《风景构成法》的中文版诞生了，这对临床心理学的发展以及中日学术交流都有非常深远的意义，本人对此感到由衷地喜悦。

在广泛关注和热烈讨论日本临床心理疗法的实用性、特别是针对精神分裂症患者的心理疗法的实用性时代，因为一位日本天才精神科医生中井久夫先生的灵光一闪，风景构成法诞生了。它的诞生还和临床心理学家河合隼雄先生的天才直觉有一段渊源，本书明确介绍了它诞生的经过，读者们读完后会有一个很清楚的了解。风景构成法诞生时日本正处于经济快速增长期。随着经济的快速发展，日本人民的物质生活水平得到了迅速的提高。这时，在日本人民的日常生活中，出现了许多精神生活方面的问题。

在日本的心理援助工作中，风景构成法发挥了很重要的作用，它为日本心理援助做出了非常巨大的贡献。笔者曾多次在日本和韩国开设风景构成法培训班，在培训班上实施风景构成法时，曾经看到有的学员画画时哭了。问他为什么，他回答说：“我想起了小时候的情景，就觉得好怀念……当时的情景再也见不到了啊。”因为建筑高楼和整修道路的关系，再也见不到那些孩提时候让人怀念的风景了。绘画者想起了当时的风景，当把它描绘出来时忍不住哭了。因此，我强烈地感到风景构成法是一种可以触碰绘画者心灵深处的技巧，同时对绘画者来说这个技巧具有“唤醒、复苏、留存”的意义。笔者曾经遇到过这样的绘画者，描绘风景时回首过去，落下眼泪，脑海中浮

II 风景构成法

现出已经消失的风景，最后把它永远留在自己的心里。

风景构成法诞生时，日本正处在经济快速增长期，随着人们物质生活水平的不断提高，同时也出现了许多心理方面的问题。比如说，这个时期出现了逃学孩子（school refusal）这个说法。逃学孩子的问题是在几乎所有孩子都能获得上学机会的时代产生的，也就是说它属于时代的产物。从这个现象中我们就可以看到心理疗法和社会形态之间是有关联的。

现在，中国在经济方面取得了巨大发展，国民生产总值高居世界第二，人民的物质生活水平在不断提高。此时心理疗法受到广泛关注，具有非常深刻的意义。继2008年北京奥林匹克运动会召开之后，第五届国际心理疗法学术研讨会也在北京召开了。在大会上，我也主持了风景构成法的工作坊，从中感受到了中国学者广阔的心胸和强烈的想要吸收专业知识的愿望。

中国自古就是一个非常亲近风景的国度，我深信风景构成法在中国一定能够得到广泛运用和发展。

最后，在这篇序文结束之际，我要向引领和帮助我完成此书、强烈推荐我将它出版的我的恩师——京都大学名誉教授河合隼雄先生、在国际心理治疗大会上认识的负责本书翻译工作的广岛市立大学吉沅洪副教授以及东京大学的留学生张磊同学、广岛大学的留学生黄正国同学致以最诚挚的感谢。

京都大学教授

皆藤 章

2010 年秋

原著推荐序

当皆藤章先生让我为这本著作撰写序文时，我首先想说的是，这本书的出版给我带来了两个喜悦：一个是这本书的出版，标志着由日本心理咨询师发明的“风景构成法”得到了进步和发展；另一个是，这本书是皆藤章先生的处女作，作为他研究生时期的指导老师，我由衷地为他感到高兴。

众所周知，风景构成法是由日本著名的心理咨询师中井久夫先生发明的。我们日本人一直擅长模仿，因此能有这样的发明确实是一件很了不起的事情。并且，它在日本目前的心理临床治疗中得到了广泛运用，甚至可以说是使用得最为广泛的技巧之一。不过非常遗憾的是，这个技巧虽然非常实用，但目前为止关于它的著作，只有中井久夫先生的著作集和山中康裕先生的《风景构成法》。因此，本书的出版不但标志着风景构成法的进步，而且象征着日本临床心理学的发展。它的出版真的很令人高兴。

皆藤章先生毕业于京都大学教育学研究生院临床心理学系，现在担任大阪市立大学副教授。从研究生时期开始，他就专注于研究风景构成法，本书是他研究成果的精华。风景构成法因为精神科医生中井久夫先生的灵光一闪而诞生，它就像一个法宝在心理临床治疗中得到了广泛运用。本书从临床心理学和量分析的角度出发，探究和阐明风景构成法的实用价值，其意义深远。之前，山中康裕先生主编的那本《风景构成法》的作者大多是精神科医生，因此那本书有些偏向心理临床治疗实践，而本书从临床心理学的研究角度出发研究和讨论了风景构成法。

IV 风景构成法

当然，皆藤章先生不仅仅是从研究角度出发通过量分析讨论了风景构成法，还十分关心风景构成法在心理咨询中的实用价值，本书重点在于后者。写作本书时，皆藤章先生按照自己的思路，从风景构成法的思维方式、风景构成法的实施方法及分析方法等角度，深入浅出地介绍了风景构成法，本书对有意学习风景构成法的初学者来说非常实用，具有很好的参考价值，可以把它当成入门书。山中康裕先生主编的那本书，读者必须有一定的心理临床经验才能读懂，初学者读起来有些难。因此，本书对初学者来说是非常实用的。

另外，本书不仅仅是一本入门书，其中还融入了作者的很多独到见解，这些能够给经验丰富的心理临床咨询师带来启示。书中介绍了皆藤章先生独特的风景画的解读方式，以及从那些解读方式出发分析和处理案例的情况等，这些都是本书的特色。本书还体现出风景构成法作为一种心理测试，不但具有测试效果，而且具有治疗效果，这也是本书的特色。

临床心理学是最近在日本开始红火起来的一门新兴学科。因此，许多临床心理学者涌现了出来。但令笔者感到有些遗憾的是，很少看到临床心理学的学者立足于自己的见解，一个人写出一本专著来。当然笔者也非常理解，很多临床心理学的骨干学者一门心思都扑在了临床治疗上，耗费了很多精力，写书对他们来说有些困难，但为了学术的发展，进行著书立作这种形式的研究还是很有必要的。从这个角度来说，临床心理学的骨干学者多采用共同执笔联合写书的形式来减轻自己的负担，同时写的多是一些启蒙性的入门书，笔者觉得这是不是缺少了一点责任感。

本书的问世是皆藤章先生责任感和研究成果的结晶，它不仅对皆藤章先生本人，对临床心理学发展也具有重要的意义。希望今后能够出现更多临床心理学的骨干学者著书立作。

最后，本书不仅仅局限于“风景构成法”，还涉及了临床心理学研究、心理测试和心理治疗等相关内容，它一定能为读者带来很多启示。如果对临床心理学感兴趣的话，这本书非常值得一读。

前 言

因为咨询师中井久夫先生的灵光一闪，风景构成法诞生了。迄今为止，在临床治疗中风景构成法已经被使用了二十余年。通过这二十余年的临床实践，风景构成法得到了很大发展，它现在和罗夏墨迹测试、树木人格测试一样，使用频率很高。在医院、大学心理咨询室、儿童咨询所等地方都能见到风景构成法的广泛使用。很多学心理咨询的学生、研究生也对风景构成法有很大兴趣，常常用它来写毕业论文或硕士论文。日本心理临床学会等研究学会上发表的风景构成法的研究报告也日渐增多。风景构成法在心理临床上已经获得了广泛认可，并且还在不断发展，笔者觉得非常欣喜。

风景构成法说白了，就是用绘画来表达自我。绘画这个东西并不新鲜，古时候就有，是人类的一种自然而然的行为。人们心中是有着这么一种愿望——想用绘画的形式表达一些感情、传达一些信息。因此，我们可以通过绘画发现一些绘画者的信息，甚至可以从中发现一些难以言喻的感动或绘画者自己也无法觉察的信息。

我们之所以在心理咨询中使用绘画疗法，是因为我们希望通过共同绘画理解来访者。但是理解来访者并不容易。我们很难完全理解另一个人。不过，即使理解别人很难，我们咨询师也抱着想要去理解来访者的态度的话，我们咨询师和来访者双方都能获得成长。

解读风景构成法就和理解来访者一样。实际上采用风景构成法的时候，我们都会深深感到解读风景构成法作品真的很不容易。目前很多咨询师解读来访者的风景构成

VI 风景构成法

法作品时都是凭感觉。虽然感觉在心理咨询中很重要，但是解读作品时如果总是依靠感觉，我们很有可能会像在一片昏暗中行走，而手头又没有照路的火把，只好凭感觉四处乱窜，误入歪曲或误读来访者的歧途。行走在解读风景构成法作品的道路上，终究还是需要一些解释系统做路标的。这么说的话，目前为止进行的风景构成法的基础研究还远远不够。虽然现在有一些零零碎碎的风景构成法作品解读方法的研究报告发表出来，但都没有上升到解释系统的高度。距离建立风景构成法的理论基础还差得很远。

其他心理测试，如罗夏墨迹测试有1921年出版的罗夏的著作《精神诊断学》作为理论基础，树木人格测试有1952年科赫的《树木人格测试》以及后面出版的很多著作作为理论基础。但是，还没有见到任何一本系统介绍风景构成法的著作作为它的理论基础。

不过话又说回来，即使一种心理测试的理论基础已经建好了、完善了，但是如果我们纯粹照着解释指标进行解读的话，又会变成这个样子：看到某种绘画我们马上想到它反映了某某信息，看到另外一种绘画我们马上又想到它反映了别的什么信息。这样解释就会很僵硬很死板，如同固定的计算机程序一样。其实绘画者蕴含在作品中的信息非常多样，如果我们完全照着解释系统来做，最后得出的分析结果肯定会很单一。这个情况处理起来其实很微妙，或许这就是我们心理咨询师，在现在这个科学时代碰到的一道逃避不了的难题吧。

笔者在使用风景构成法等绘画疗法或沙盘疗法时，总会切实感受到自己时刻面临着这道难题。因此，为了避免前面提到的两种偏差，在解读风景构成法作品时，笔者坚持不懈地进行着探索和研究，积累了很多研究成果。在现在的临床治疗中，风景构成法不仅仅是一种心理疗法，作为一种心理测试它也得到了广泛使用。在这样一个大背景下，笔者越发觉得出版一本系统介绍风景构成法的书，以此作为它的基础研究非常重要。

因此，笔者将自己之前的研究汇总起来编成了这本书。如果读者读了这本书后，能进一步深化对风景构成法的理解，能进一步活用风景构成法，更好地研究风景构成法，笔者会感到非常高兴。

本书分为三部分：第一部分介绍风景构成法的概况和理论背景；第二部分介绍风

景构成法作品的解读方法，第三部分介绍风景构成法数量指标方面的统计学研究。第二部分的第三章到第五章，围绕笔者在临床实践中总结出来的自己独创的解读方法展开论述，研究和讨论它们在临床上的实用性。后面的第六章到第八章是个案研究。第九章中，笔者把独创的解读风景构成法作品的方法和个案结合起来，进行研究和讨论。第三部分的第十章中，笔者把风景构成法拿出来和其他技法进行了比较。第十一章中，介绍了风景构成法的“信度分析”。第十二章中，对风景构成法的构图方面的“风景项目提示顺序效果”进行了讨论。第十三章“数量研究中的解读指标”中，介绍了一些由于字数限制无法全部收录本书中的研究结果，并且汇总了一些有效的解读风景构成法作品的方法（分析指标）。每一章都是相对独立的，读者按照自己的需求挑中间的任何一个章节出来进行单独阅读，都没有问题。

笔者想尽量地把本书写得浅显易懂，因此有些地方简化了统计数值，这并不对本书的专业性造成影响。另外，笔者对本书中引用的自己以前出版的其他著作中的相关语句进行了很多修改和补充，尤其是第三部分结尾，对数量研究中的相关分析指标进行了总结。

第二部分的个案研究中，为了保护来访者的隐私，在不影响个案本质的前提下对一些事实进行了修改，同时对一些作品进行了临摹和拷贝。

最后，感谢下列同意出版本书的出版社：培风馆、日本评论社、日本心理临床学会、日本艺术疗法学会、大阪市立大学文学部、大阪市立大学文学部教育学教室（顺序不分前后）。

曾藤章

1994年春

目 录

第一部分 风景构成法的概述	1
第一章 什么是风景构成法	3
第二章 风景构成法的理论背景	19
第二部分 对风景构成法的解读方式的研究	41
第三章 风景构成法的构成过程	43
第四章 风景构成法作品中的人物形象和风景中的自我形象	59
第五章 关于风景构成法的诱目性	73
第六章 风景构成法在临床上的运用	97
第七章 内心成长和绘画变迁	125
第八章 通过风景构成法看心理治疗的过程	155
第九章 通过个案研究看风景构成法的应用	173
第三部分 数量指标的统计学研究	183
第十章 风景构成法和其他技法的比较	185
第十一章 通过重测法来考察风景构成法的信度	219
第十二章 风景构成法中的项目提示顺序	245
第十三章 数量研究中的解读指标	257
原著后记	275
译后记	279

第一部分

风景构成法的概述

第一章

什么是风景构成法

第一节 风景构成法的成立

风景构成法 (The Landscape Montage Technique) 由中井久夫先生于 1969 年发明, 1970 年正式学术公开。它是一种从临床实践角度出发, 通过患者的作品探索合适的治疗方式的技法。它属于一种艺术疗法。虽然从创立风景构成法到现在只有短短二十年的历史, 但它已经取得了很大发展, 并且逐渐成为了一种投射测试。

下面分别从艺术疗法的角度和投射测试的角度, 简单介绍一下风景构成法创立的经过。

1. 从艺术疗法的角度看风景构成法

目前, 由日本本土原创并受到广泛关注、至今还在蓬勃发展的艺术疗法, 就数风景构成法了。

风景构成法归根结底是一种绘画疗法。要深究它的起源的话甚至还和荣格 (Jung) 有关联。埃伦贝格尔 (Ellengerger) 认为, 荣格对心理学的贡献之一就是发明了艺术疗法。

他的原话是这么说的：“从患者自发的绘画作品中，我们可以发现他们的原型。”“绘画时，患者会发生退行，他们的思路会跟着潜意识走。”“绘画疗法不仅可以让我们触碰到患者的潜意识，并且还能起到控制潜意识的作用。当患者拘泥于某种想法时，荣格通过让患者绘画，引导他们将那种想法表达出来，慢慢的这种想法出现时患者也不会觉得那么不安了，最后他们甚至可以完全驾驭这种想法。”埃伦贝格尔指出荣格在实施心理治疗时，常常会采用绘画疗法，绘画疗法和荣格的心理治疗间存在非常密切的联系（Ellengenger, 1970）。因此，风景构成法也理所当然地和荣格心理学有关，并且是有着很大的关联。风景构成法有个很关键的地方，就是它的发明和沙盘疗法有关，而对它的解释在很多地方参照了荣格心理学和沙盘疗法的解释方法。这一点也印证了风景构成法和荣格心理学的关联。

20 世纪 60 年代，绘画疗法在美国、法国流行起来。当时，主要尝试着通过患者的绘画作品，对他们进行精神分析，进而找寻适合他们的治疗方法。20 世纪 60 年代之前，对患者绘画的分析重心，放在了找寻和分析他们绘画中的奇怪和异常上面，20 世纪 60 年代以后对绘画的研究，开始侧重于分析它在临床治疗中的实用价值，逐渐进入研究绘画实用性的时期。特别是南伯格（Naumburg）重点研究了“涂鸦法”（Scribble Technique），涂鸦法对风景构成法的创立有很大影响。下面简单介绍一下这里面的渊源。

中井先生是这样认识患者说的话的。因为患者（精神分裂症患者）平时会有一些异常体验，所以他们说的话，有些听起来很平常，有些听起来很疯狂。中井先生指出：“之前的精神病理学的重心，放在了记述精神分裂症患者的言语上。但是这恐怕并不重要。重要的是，研究如何开发精神分裂症患者的语言表达能力，让他们尽量地能够和正常人一样说话。”中井先生看问题的角度很不一样，他以此为出发点开始着手研究精神分裂症患者的绘画。换句话说，中井先生一边延续之前研究精神分裂症患者绘画的方式，也就是继续研究患者绘画的奇特性和异常性，一边在这样的研究基础上，开始尝试通过心理咨询去理解患者并接近患者。首先，他指出精神分裂症患者绘画时有个特点：即依赖环境。也就是说，在某些特定的治疗场景下，他们会画出整合度较高的作品。从这一点可以看出如果在特定的治疗场景中，就能够发挥较好的治疗效果，让他们画出整合度较高的作品。同时也发现，咨询师只有和精神分裂症患者建立了良好的治疗

关系，才能顺利地对他们实施绘画疗法。从这一点出发，中井先生首先整体观察和分析了精神分裂症患者的绘画行动，然后研究如何才能在治疗精神分裂症患者时，活用绘画疗法并更好地发挥绘画疗法的治疗效果。那时，在中井先生的研究中，使用得最多的是当时流行的涂鸦法（中井，1970a）。

因此可以说，中井先生使用绘画疗法的根本目的，是希望通过绘画疗法去理解患者并接近患者。中井先生关心的是如何发挥心理咨询的治疗效果，让精神分裂症患者尽可能地康复。中井先生始终有着这样一种态度，这为他以后发明风景构成法起了很大的推动作用。中井先生曾说过：

“我是一名临床医师，我比任何人都更加明白精神分裂症的严重性，但是我不认为精神分裂症是完全治不好的——我绝不会认同它是一种‘不治之症’。”（中井，1974）

表 1-1 中显示了涂鸦法和风景构成法的对比。两种技法最大的相同之处，在于接近患者时使用的都是非语言的方式。此外中井先生治疗时有一条原则，也就是沙利文（Sullivan）所说的“一边共同参与绘画活动，一边观察患者（participant observation）”，这两种绘画疗法都为贯彻“一边共同参与绘画活动，一边观察患者”的治疗原则，提供了理想的治疗空间。此后，中井先生立足于涂鸦法的研究成果，试图进一步找寻一个更适合对精神分裂症患者使用的绘画疗法，最后他终于发明了风景构成法。

下面回顾一下当时日本国内的研究动向。1969 年，“日本艺术疗法研究会”成立了，它是“日本艺术疗法学会”的前身。作为艺术疗法研究活动的运营机构，在它的带动下，当时日本国内掀起了一股研究艺术疗法的热潮。在“日本艺术疗法研究会”成立的两年前，加藤·藤绳就绘画疗法提出了下列观点。即实施绘画疗法时，咨询师—患者之间，加入了绘画这一媒介，形成了一种三者关系，而这三者之间又会发生相互影响。在这样的治疗场景下，咨询师和患者通过相互谈论和言语交流，会对患者的作品产生一种相互理解（我对这幅作品是这么认为的，而你对这幅作品是那么认为的。原来如此，还能这么理解啊。），在这个基础上咨询师和患者之间又会发生相互理解（我有这种想法，而你有那种想法。原来如此，你是那样一个人啊。）。也就是说，绘画疗法有这样的特点：“从本质上说，绘画作品是一个超越咨询师—患者双方个人经验的东