

艺术疗法



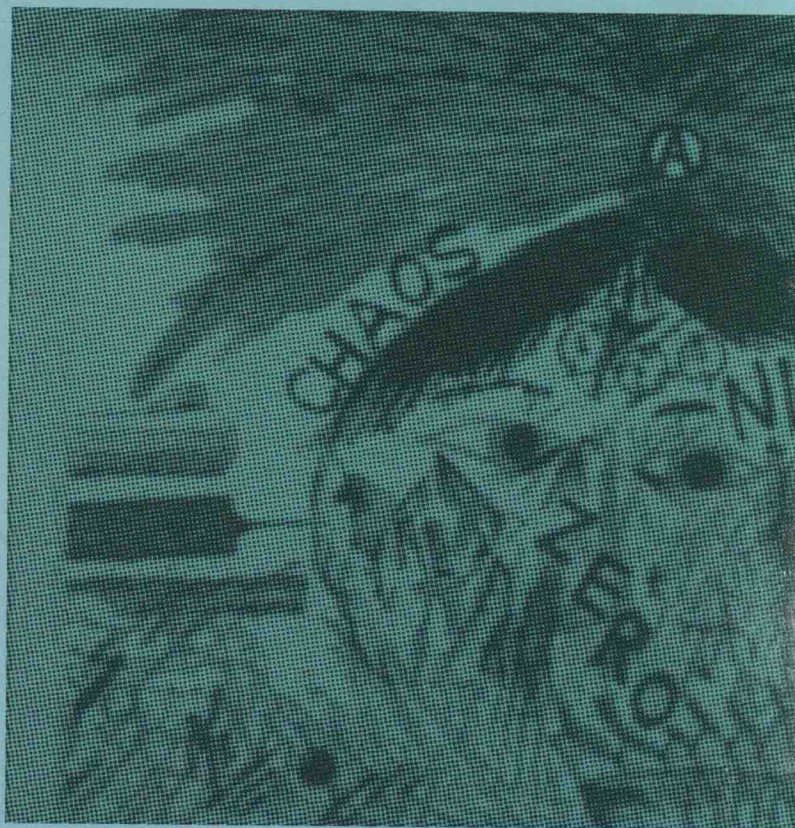
创造性疗法丛书



D

avid Edwards

『十三五』国家重点出版物出版规划项目



ART THERAPY

[英]大卫·爱德华兹 著……黄赞琳 孙传捷 译



重庆大学出版社

艺术疗法

「英」大卫·爱德华斯 著 黄赞琳 孙传捷 译



重庆大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

艺术疗法 / (英) 大卫·爱德华兹 (David Edwards) 著; 黄贇琳, 孙传捷译. —重庆: 重庆大学出版社, 2016.9

(创造性治疗系列)

书名原文: Art therapy

ISBN 978-7-5689-0046-1

I. ①艺… II. ①大… ②黄… ③孙… III. ①艺术—应用—精神疗法 IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第189341号

艺术疗法

YISHU LIAOFA

[英] 大卫·爱德华兹 (David Edwards) 著

黄贇琳 孙传捷 译

鹿鸣心理策划人: 王 斌

责任编辑: 杨 敬 许红梅

责任校对: 张红梅

责任印制: 赵 晟

重庆大学出版社出版发行

出版人: 易树平

社址: (401331) 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

网址: <http://www.cqup.com.cn>

重庆共创印务有限公司印刷

开本: 890mm×1240mm 1/32 印张: 9.875 字数: 179千

2016年10月第1版 2016年10月第1次印刷

ISBN 978-7-5689-0046-1 定价: 68.00元

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换

版权所有, 请勿擅自翻印和用本书制作各类出版物及配套用书, 违者必究

关于作者

大卫·爱德华兹在伦敦大学金史密斯学院接受培训后，于1982年取得了艺术治疗师资格。他的工作涉及临床治疗和教育领域，在执教的同时也出版书籍，其著作在艺术疗法领域广为流传。近期他被聘为一家心理治疗机构（Share Psychotherapy Agency）的临床部门经理，该机构位于英国谢菲尔德。大卫也是一名私人艺术治疗师、临床治疗顾问、英国心理治疗协会（UKCP）注册心理动力治疗师。

第2版序言

我于2003年11月写下这本书的第1版序言时，并没有预料到10年之后艺术疗法这项事业的进步会如此显著。第1版书中关于历史和理论方面的内容仍与行业发展密切相关，我在第2版中将其保留，至于培训、实践、研究以及艺术治疗的职业规范，都已发生巨大的变化。在英国，影响艺术疗法发展的经济、社会和政治背景，在过去的10年里都经历了翻天覆地的变化。此书的再版是为了向读者提供艺术疗法这一领域的最新成果，以及这些成果带给艺术疗法的影响。因此，我在第2版中对第5、6、7章进行了大幅度修改。

第2版《艺术疗法》与第1版的共通之处在于用清晰易懂的语言向读者介绍艺术疗法，信息丰富，读者无须具备该领域的专业知识也能理解。为此，我调整了本书的篇章结构。首先，针对自身临床经验的局限性，我邀请了几位职场中的艺术治疗师补充新材料，以丰富书中的相关要点。我还添加了一个术语

表，以期帮助读者更好地理解治疗学的专业词汇、艺术疗法和艺术历史。另外，艺术疗法已在全球迅速发展起来，我相信已无必要对近期的发展现状作出评论，因此删去了从国际视野看艺术疗法的章节。

我希望这本书能给英国及其他地方的执业艺术治疗师提供参考，同时，本书的主要读者群体是学生、治疗师、相关领域的学者、潜在的患者和那些有兴趣发掘艺术疗法潜力的人们，以期促进他们个人对这项领域的研究。

很多人为该书的再版给予了帮助，我在此向他们表达诚挚的谢意。首先，我要感谢那些提供补充资料以及阅读后提出建议的人们——苏珊·阿勒可 (Susan Allaker)、迈克尔·阿特金斯 (Michael Atkins)、威尔·科瑞恩 (Will Crane)、班锐·达玛瑞尔 (Barrie Damarell)、卡门·爱德华斯 (Carmen Edwards)、彼得·格尼 (Peter Gurney)、瓦尔·胡尔特 (Val Huet)、戴尔·基奇 (Dale Kitchen)、朱莉·里森 (Julie Lesson)、佳娜·桑福德 (Jana Sanford)、乔伊·谢费恩 (Joy Schaverien) 教授、尼克·斯坦恩 (Nick Stein) 和克里斯·伍德 (Chris Wood) 博士。我还要感谢塞奇 (Sage) 出版社的编辑——爱丽丝·欧文 (Alice Oven) 和凯特·沃顿 (Kate Wharton)，感谢她们的耐心、理解和帮助，使本书得以顺利出版。

ART THERAPY by David Edwards

Simplified Chinese Translation

Copyright © 2015 By Chongqing University Press Limited Corporation

© David Edwards 2004, 2014

First edition published 2004. Reprinted 2007 (twice), 2008, 2010, 2011, 2012, 2013

Second edition published 2014

English language edition published by SAGE Publications of London, Thousand Oaks,
New Delhi and Singapore, David Edwards, 2014.

Apart from any fair dealing for the purposes of research or private study, or criticism or review, as permitted under the Copyright, Designs and Patents Act, 1988, this publication may be reproduced, stored or transmitted in any form, or by any means, only with the prior permission in writing of the publishers, or in the case of reprographic reproduction, in accordance with the terms of licenses issued by the Copyright Licensing Agency. Enquiries concerning reproduction outside those terms should be sent to the publishers.

版贸核渝字（2014）第 166 号

CONTENTS

目 录

1	1. 什么是艺术疗法？
22	2. 艺术治疗的历史背景
53	3. 艺术疗法作为专门的职业在英国出现
78	4. 参照框架——精神分析、 艺术和艺术疗法
134	5. 艺术疗法在实践中的应用
179	6. 艺术治疗师的培训——从学徒到 执业治疗师
205	7. 行业议题
237	术语表
268	参考文献

1. 什么是艺术疗法？

本章提要

本章对“艺术疗法”进行定义并讨论结合绘画进行治疗的价值和重要性。案例材料通过图文结合的方式展现。

什么是艺术疗法？

艺术疗法，或者艺术心理治疗，这个术语最初出现于 20 世纪 40 年代后期。自此术语开始使用以来，随着这个行业的发展，人们不断给出其新的定义，有些定义甚至相互对立。在英国，人们普遍认为亚德里安·希尔（Adrian Hill）是第一个把“艺术疗法”定义为“把绘制图像应用于治疗”的人。

希尔曾患肺结核，他发现艺术有利于治疗肺结核，他自己的身体也是通过艺术而逐渐康复的。他认为艺术疗法的价值“在于大脑完全沉浸于艺术中（而且手指也忙于其中）……（通过艺术）患者往往会释放出压抑在心里的创造力”（Hill，

1948: 101-02)。希尔暗示艺术疗法让患者具备强大的能力来“抵御自身的不幸”(1948: 103)。

几乎在同一时期，玛格丽特·南姆伯格(Margaret Naumberg)也开始把自己在美国的工作称作“艺术疗法”。南姆伯格的艺术疗法模式建立在以下一些方式上。

通过自发的艺术表达方式来释放潜意识，该方法源于医患之间的移情关系以及对自由联想的激励。它与心理分析理论紧密相关……治疗效果取决于医患之间移情关系的发展，也取决于患者不断努力去解读自己那些具有象征意义的画作……这样就构成了患者与治疗师之间进行交流的形式；这些画作成为具有象征意义的语言。(Naumberg in ulman, 2001: 17, 黑体部分由作者在写作过程中添加)

尽管希尔和南姆伯格采用的艺术疗法大相径庭，且这些方法后来也被业内的新方法所替代，但他们的先驱工作有着重要且持久的影响。这是因为艺术疗法在英国沿着“两条平行线”发展(Waller, 1993: 8)：其中一条线是希尔所倡导的：艺术等同于治疗；另一条线是南姆伯格所拥护的：在治疗中利用艺术。前一种观点强调艺术过程就有可能治病，而后一种观点重视艺术治疗师、患者和艺术作品三者之间的治疗关系。

三角关系

艺术治疗师、患者和艺术作品三者的相互位置很重要，它决定着艺术疗法中疾病的康复或者治疗上的变化究竟在何时发生。这就是说，治愈效果到底归功于创作过程本身，还是医患关系，或者是很多英国艺术治疗师所持的观点——治愈效果取决于所有这些因素的结合。

艺术疗法的动力往往呈现出下图所示的三角关系 (Case, 1990; Schaverien, 1990, 2000; Wood, 1990) (见图 1.1)。

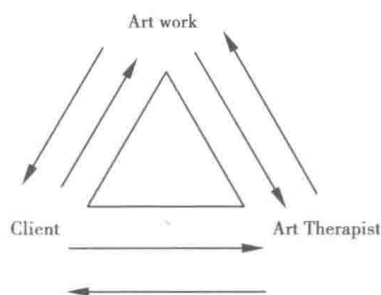


图 1.1

从三角关系图可知，在单次治疗或多次治疗中，每条边发生作用的权重关系（比如，患者和他们的艺术作品之间的关系、患者和艺术治疗师之间的关系）会有所不同。

艺术疗法的定义

随着艺术疗法作为专门职业的出现，其定义也变得明确起来。从当代视角看，可将艺术疗法定义为一种治疗方法，在这种治疗方法中，创作人和物的形象在心理治疗的医患关系里发挥着重要作用。

比如，英国艺术疗法协会（BAAT）目前将艺术疗法定义为：

艺术疗法是一种心理治疗方法，将艺术作为最基本的交际模式。

如果患者求医于一个艺术治疗师，患者无须具备艺术经验或者技能，艺术治疗师根本不会从美学角度评判患者的创作，也不会把患者的创作当作医学诊断的主要评判依据。

医师的总体目标是让患者能够在安全、轻松的环境下使用艺术材料，从而在个人层面上实现改变和进步。¹

其他国家级协会给出了类似的定义，只是存在一些细微差别。美国艺术疗法协会（AATA）给出了以下定义：

艺术疗法就是把艺术创作应用于治疗中，这种应用属于职

1 BAAT, www.baat.org/art_therapy.html (2013-01-17 访问获取)。

业范畴，被应用于那些在生活中经历病痛、创伤、磨难的人，也被应用于那些寻求自我发展的人。通过艺术创作及反思艺术作品和艺术创作过程，人们可以提高对自我及他人的认识，可以减轻症状，缓解压力，抚平创伤；提升认知能力；享受艺术创作中真切的生活乐趣。¹

加拿大艺术疗法协会（CATA）用类似的语言定义了“艺术疗法”：

艺术疗法……借助艺术创作的创意过程和患者对创作的反思，促进患者精神、身体和情感状态的改善。²

上述这些官方定义都清楚地解释了艺术疗法的含义，下面列举几位艺术治疗师对艺术疗法的个人理解。

艺术疗法的含义难以简单概述。一些人认为，艺术本身是治疗过程的主角，而另一些人认为，患者与治疗师的关系才是最关键的因素。我却认为二者皆重要，而且二者同等重要。我认为艺术疗法的成效取决于患者，以及艺术、治疗师和患者三者的合

1 AATA, www.arttherapy.org/aata-history-background.html (2013-01-17 访问获取)。

2 CATA, http://catainfo.ca/cata/wp-content/uploads/2012/06/CATA_BROCHURE_FINAL_JUNE_2012-brochure_final_june2012-edit.pdf (2013-01-17 访问获取)。

作情况。(MA)

在我进行的艺术疗法中，艺术有成功的，也有不成功的。有时患者利用艺术创作来克服见面时的尴尬，因为他们在艺术创作的时候能够更自如地交谈。但有时患者也会因为艺术而更加封闭，或者说更加保守。有时艺术确实充满了创意、意义和象征性。然而，创作的图形可能源于交谈中的想法，也可能是书面交流得到的想法。在艺术疗法中创作出来的图像值得我们去探索与玩味。(AM)

艺术疗法是一种心理治疗方法，通过当事人的艺术创作来探究和减缓那些引起忧伤情绪的思维过程和矛盾。(DE)

艺术治疗的本质存在于艺术和治疗之间可能建立起的关系。这二者间的关系可能导致冲突，同样也可能产生治疗的效果，由此被描述为“不稳定的伙伴关系”(Champernowne, 1971)。正如 M. 爱德华斯(M. Edwards)评论道：

看上去，合作双方中的一方放弃了争斗，这样一来，艺术疗法要么让我们收获了画作，但没有治疗效果，要么治愈了疾病，但没有在艺术上有所收获。这两种结果都丧失了应该由二者关系带来的独特优势。(Edwards, 1981: 18)

需要强调的是艺术治疗中的关系主要针对视觉艺术（主要是油画、绘画和雕刻），并不包括音乐、戏剧或者舞蹈等其他艺术形式。但可能这些艺术门类之间存在着重合的领域（见 Hamer, 1993; Jennings and Minde, 1995; Levens, 1994）。在英国，是由治疗师把这些艺术应用到疾病治疗上，如艺术治疗师，他们都接受了专门的培训（Darney-Smith and Patey, 2003; Langley, 2006; Meekums, 2002; Wilkins, 1999）。这与欧洲其他国家的情况并不一样。比如在荷兰，“这些职业被认为是创造性的治疗，与培训和职业发展更加紧密相关”（Waller, 1998: 47-8）。

艺术疗法的目标

在实际操作中，艺术治疗同时包含绘画的过程和产物（从粗糙的描摹到精细复杂的象征表达），也包括一段治疗关系。医患关系营造出良好的积极氛围，使得每个患者都带着明确的目标进行人或物的创作，发掘、分享这些画作可能对他们产生的意义；通过这些方式，可以让患者对自身和遭遇的困难或不幸的本质有一个更好的理解，并有可能进一步给患者带来积极又持久的改变，例如改变自我认识，改变目前的人际关系，提升生活的整体质量。正如斯托（Storr）（1972：

203) 观察到的，创造力提供了一种手段，能够“认识到内在压力，并找到具有象征意义的解决办法，将人们从不同程度的苦痛中解放出来”。

怎样进行艺术疗法？

艺术治疗的目标因人而异，它随着不同个体的特定需要而变化，这些需要也可能随着治疗关系的发展而发生变化。如在接受艺术治疗时，艺术治疗师鼓励患者在绘画和讨论时能分享、挖掘情感上的问题（见图 1.2），而对另一些患者，治疗师指导他们如何使用蜡笔画出符号，从而为之前无法表达的情感提供了新途径（见图 1.3）。

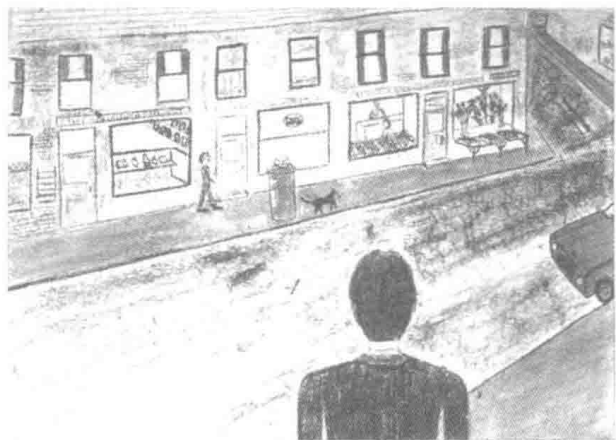


图 1.2



图 1.3

尽管人们通常认为，在视觉艺术领域技能娴熟的人才能接受艺术治疗并获得良好的治疗效果，但事实并非如此。当艺术主要服务于娱乐和教育目的时，人们的确很强调艺术才能，但是在用到艺术疗法时，艺术只是帮助表达情感和人生体验的一种手段，有艺术才能的人反而不容易做到这一点。

艺术是沟通方式

尽管人类有多种沟通方式，但在我们所处的这个社会里，语言是沟通的主要方式。词语不仅是我们在所生存的世界里交换信息的主要渠道，而且对于大多数人来说，也是他们用于表达和传递对世界的体验的主要媒介。大多数人至少在日常生活中试图使用语言来描述自己的经历，并讨论经历的意义。然而