

XIAOYUAN XINLIJU YANJIU

黄辛隐 戴克明 陶新华 著

校园心理剧研究

◆ 苏州大学出版社



WANGYANG UNIVERSITY LIBRARY

校园中国研究

WANGYANG UNIVERSITY LIBRARY

苏州大学应用心理学学科建设资金资助

校园心理剧研究

黄辛隐 戴克明 陶新华 著

苏州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

校园心理剧研究/黄辛隐,戴克明,陶新华著.—苏州:苏州大学出版社,2003.10
苏州大学应用心理学学科建设资金资助
ISBN 7-81090-183-4

I.校… II.①黄…②戴…③陶… III.①校园—戏剧—艺术评价②青少年—精神障碍—精神疗法
IV.①J805②R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 092748 号

校园心理剧研究

黄辛隐 戴克明 陶新华 著
责任编辑 徐启彤

苏州大学出版社出版发行

(地址:苏州市干将东路 200 号 邮编:215021)

丹阳市兴华印刷厂印装

(地址:丹阳市胡桥镇 邮编:212313)

开本 850×1168 1/32 印张 7 字数 175 千

2003 年 10 月第 1 版 2003 年 10 月第 1 次印刷

印数 1—2100 册

ISBN 7-81090-183-4/J·3 定价:16.00 元

苏州大学版图书若有印装错误,本社负责调换
苏州大学出版社营销部 电话:0512-67258835

目 录

第一章 校园心理剧的产生和发展	(1)
第一节 心理剧产生的历史背景	(1)
第二节 校园心理剧的出现	(10)
第二章 青少年心理特征与校园心理剧	(18)
第一节 青少年的心理特征	(18)
第二节 青少年的心理特征与校园心理剧	(27)
第三章 校园心理剧的心理治疗功能	(33)
第一节 心理治疗概述	(33)
第二节 校园心理剧的治疗功能	(43)
第三节 校园心理剧与心理治疗过程	(54)
第四章 校园心理剧的教育功能	(64)
第一节 校园心理剧教育功能的机制	(65)
第二节 校园心理剧教育功能的特点	(72)
第三节 校园心理剧教育功能的分类	(81)
第四节 影响校园心理剧教育功能的因素	(89)
第五章 校园心理剧的审美功能	(98)
第一节 审美心理概要	(98)

2 校园心理剧研究

- 第二节 校园心理剧的审美心理功能…………… (106)
第三节 校园心理剧审美功能的机制与实现…………… (120)

第六章 校园心理剧的结构与创作…………… (126)

- 第一节 校园心理剧的构成要素和过程特点…………… (126)
第二节 校园心理剧的结构…………… (135)
第三节 校园心理剧的创作…………… (146)

附录：校园心理剧剧本精选…………… (157)

- 已删 触网记…………… (157)
已删 贺卡风波…………… (161)
已删 半个美丽的谎言…………… (167)
已删 竞争…………… (172)
已删 星潮一族…………… (177)
已删 星愿…………… (182)
已删 我本不该遇到你…………… (192)
已删 第七条白裙子…………… (202)
已删 心疑…………… (207)
观后感…………… (210)

参考文献…………… (214)

后记…………… (218)

第一章 校园心理剧的产生和发展

第一节 心理剧产生的历史背景

心理剧,以舞台为景,藉角色扮演来呈现个人内在心理历程,以剧场式人物角色扮演、情境模拟方式,暗示、提醒剧中的主角在真实事件中所忽略的重要关键点。它是属于一般团体治疗中特别的治疗方式,藉由这样的角色扮演、情境模拟,很可能同时治疗主角以外有关类似经验的成员们。由此而衍生出校园心理剧,则把学生中出现的心理问题搬上校园舞台,让学生自己表演、自己观看、自己体悟,从而使表演者和观看者得到启发。校园心理剧同时也是一种心理健康的宣传教育活动。

一、心理剧创始人——莫瑞诺

了解心理剧的发展,首先要了解心理剧创始人的经历,这样才能够比较清楚地了解心理剧发展的历史脉络以及心理剧产生的背景和功效。

心理剧的创始人莫瑞诺出生于 1889 年 5 月 18 日,原名叫做 Jacob Levy。由于他是犹太人,在他生活的特殊年代里,为了逃避迫害和种族歧视,他的居住地经常变迁,名字也几经变化,他一生都在为自己的身份挣扎。莫瑞诺总是在不停地进行着斗争,探索着自己存在的意义和价值,努力实现自身的追求和理想。

莫瑞诺的母亲 Paulina Lanescu 生下莫瑞诺时才 15 岁。而他的

父亲 Moreno Levy, 是一名周游各地的商人, 很少有时间陪伴妻子和小孩, 留下 Paulina 独立生活。莫瑞诺跟母亲的关系非常亲密, 而对父亲有一种理想化的幻想。母亲对莫瑞诺的影响是巨大的。尽管莫瑞诺的母亲信仰的是犹太教, 但她是在天主教修道院的学校中受教育, 她这种融合了犹太教与天主教传统的经验, 对莫瑞诺的影响是很特别的。

莫瑞诺 1 岁时, 得了软骨症, 病得十分严重, 一个吉普赛人要 Paulina 让莫瑞诺躺在被太阳晒得很热的沙子上, 这样就会痊愈。这个吉普赛女人说, 莫瑞诺长大将会是一个很伟大的人, 人们会从世界各地来拜会莫瑞诺。这样的评价, 对于莫瑞诺一生都有很重要作用, 在早年尤其重要。他带着这样的信念持续尝试实现幻想, 因此, 每当他失败的时候, 都会促使他不断地奋进。

莫瑞诺的早期生活是曲折而神奇的, 他内心巨大的成就期待推动他不断地探索如何解决面临的各种内在和外在冲突, 并不断改变他的方向。莫瑞诺在他还是维也纳某个医学院的学生时, 就做过维也纳贵族的家庭教师, 他常花时间在公园里对一群孩子讲故事。后来, 他鼓励孩子们站出来对抗家庭与学校的压迫, 并且建立了一个孩子的戏剧团体, 在公园或者是小的表演厅中表演, 将那些地方转换成剧场。这可以说是他对心理剧的最早探索。

莫瑞诺早在 1913 年最先使用了团体心理治疗。当时, 莫瑞诺与性病专家 Wilhelm Green 及报纸从业者 Carl Colbert 开始对维也纳的妓女进行心理辅导工作。莫瑞诺说: “……并没有想要改变这些女孩的动机, 我想到的只是拉萨尔跟马克思曾经为劳工阶级所做的事……”那时莫瑞诺还是医学院的学生, 他主持一个计划, 去改善妓女的健康, 并帮助妓女防止性病的传播。开始的团体工作过程是团体的讨论, 这个过程一开始是各种不同健康主题的演讲。然后团体工作继续进行, 团体成员也彼此支持。这是莫瑞诺最早使用团体心理治疗的工作方法, 但他认为团体心理治疗的发展与

心理剧的发展是分开的。

莫瑞诺曾发明了社会计量学,也就是研究人际沟通的科学,这让莫瑞诺从社会大众那里得到了赞许。1933年在纽约的医学社会(Medical Society)会议上,他展示了原子计量图。社会计量学运动的探索1915年开始于一个意大利难民营。莫瑞诺当时是健康中心的学生,那里给他提供了一个机会去观察一个社区的发展。在这次的经验中,他提出了社会图,一种用来计算团体互动的方法。这种社会图为他解决难民营中的社会问题提供了方法。可惜的是,这些工具并没有流传下来。他在移居美国后,取得了更大成功。他在一本《谁得以生存?》的著作中写进了一个重要内容即“哈德逊某所女子学校的社会计量探索”(Sociometric Exploration in a Girls School in Hudson)。他在哈德逊学校对女生采用同组吃饭者分配组合的试验,对改善人与环境和女生的生存能力方面取得了明显成效。

莫瑞诺一生都将他的热情放在用社会计量学、心理剧以及社会剧的方法来处理世界社会问题,包括社会与人类互动的问题上。莫瑞诺这样的热情是在19、20世纪交替时,在罗马尼亚与奥地利的经验中开始燃起的。但是,心理剧的哲学根基却比这个经验更为古老。

莫瑞诺深受苏格拉底的影响,继承了苏格拉底的哲学。早期他特别重视做维也纳花园中孩子们的工作,他是通过观察维也纳花园中孩子的游戏发明了心理剧的方法。然后组织并架构他们的游戏,鼓励孩子采取行动去挑战他们的环境。莫瑞诺还发现总是用说的方法对待孩子是不够的,要让他们在心理剧中自己去感受。

莫瑞诺的心理剧理论受到弗洛伊德的影响很大,虽然他自己没有意识到这一点,这从莫瑞诺的心理剧理论中可以清楚地看到弗洛伊德思想的影响。

莫瑞诺与妻子 Zerka 的合作对心理剧的发展作出了巨大的贡

献。1941年他们初次见面,莫瑞诺马上就看出了 Zerka 的天赋,不论是作为同僚或是伴侣她都是最佳的选择。他们在 1949 年结婚, Zerka 逐渐在心理剧的发展上扮演重要的角色,最后成为比肯训练中心的负责人。开始她主要是翻译莫瑞诺的思想,后来在推广发展过程中假设出心理剧架构,成为今天我们大家看到的形式。她为莫瑞诺思想的归纳与翻译可从两本书中看到:《心理剧的规则、技巧和附属方法》(Psychodramatic Rules, Techniques and Adjunctive Methods)、《精神疾病的心理架构》(The Psychodramatic Model of Madness),后者是第一本将心理剧的结构按哲学观、心理学及临床经验的架构写成的著作。她将莫瑞诺的思想从德语的表达方式转变成简单的英文,让人们比较容易理解和接受。莫瑞诺 1974 年死后,她继续周游于世界各地,介绍和推广莫瑞诺的传统心理剧,使更多的人得益于这种治疗方法。

二、心理剧的发展历史

心理剧的产生有其独特的哲学基础和历史背景,莫瑞诺所处的时代,正值第一次世界大战的战火导致欧洲四分五裂,整个维也纳充斥着各种改革思潮,无论是谁都想用自己的思想改造社会,结果是血流成河,尸横遍野。而莫瑞诺则是另一种改革者,他根据自己的哲学思想发展出一套新的方法,这种方法以心理学为基础,以个人主动参与为特点,而不是控制个人,让具有各种极端思想的人在特定的时空中找到自己的位置,表现自己,展示自己的灵魂,并且因此而得到改造。这个方法就是心理剧。在这一点上,我们看到了莫瑞诺的心理剧不仅具有对个人改变的意义,同时还具有对社会改革的意义。

心理剧发展的历史在相当长的时间内是以莫瑞诺为主导的,而且发展的阶段也不是那么脉络清晰,我们大致作以下的划分:

1. 早期的发展阶段

莫瑞诺是在1919年第一次使用“心理剧”这个名称的。但是，早期的心理剧跟我们现在所使用的心理剧在方法上很不一样。心理剧整合了莫瑞诺个人与其专业生涯中不同的想法。心理剧本结合了莫瑞诺在维也纳的花园中跟孩子讲故事的经验，早期在麦特多夫探索的社会计量学，在布达佩斯当医生的经验，吸收了弗洛伊德、马克思的思想，以及他在维也纳参加的那些哲学讨论的体会。这些都在1922~1925年维也纳的“自发性剧场”中得到初步发挥。

可以说这个阶段的心理剧有一个十分明显的特征，即心理剧只是主角(当事人)将他想说的故事行动化，医生只是催化作品的产生。在创设剧场之初，主要目的是表演且娱乐观众，治疗过程是次要的。莫瑞诺的目标是，正式剧场中有剧本的排演缺少自发性，所以他发展即兴演出真实的人生经验的剧场。

2. 多学科的综合阶段

莫瑞诺发展心理剧，同时也发展了社会计量学、社会剧(socio-drama)，以及团体心理治疗，并进一步将这些方法整合到心理剧中，用来讨论社会以及个人的问题。莫瑞诺认为自己所发展的心理剧和团体心理治疗是两种不同的方法。在纽约，他使用社会计量的测验和探索，发展团体心理治疗。将社会计量学的观点加进心理剧，现代心理剧则变成了一种主要的团体心理治疗，比如说选主角，团体成员被要求选出他最认同的人。

心理剧可以用两个人或者是团体的方式进行。心理剧是从社会计量学发展而来的一种主动技巧，社会计量学使得团体动力可以被测量，这是与分析学派主要的不同。莫瑞诺认为团体心理治疗的主要目标就是社交的改变，而不只是分析个人的问题。所以我们可以这样理解，心理剧是一种可以使当事人的感情得以发泄从而达到治疗效果的戏剧。通过扮演某一角色，当事人可以体会角色的情感与思想，从而改变自己以前的行为习惯。在心理剧中，

当事人可以扮演自己家中的成员、老相识、陌生人或者治疗专家,剧情可以是一般的内容(离婚、母子冲突、家庭纠纷等),也可以是与当事人的实际情况相近似的内容。在舞台上,当事人所扮演的角色,其思想感情与平日的自己不同,他可以体验角色内心的酸甜苦辣,也可以成为当事人理想或幻觉的化身。心理专家可以在一旁指导,也可与当事人一道表演。观众则为当事人鼓掌助兴。

心理剧的目标是诱发当事人的自发行为,以便直接观察他的病情。有些心理学家或社会工作者也常安排一些带有强烈感情色彩或含有人格问题的剧情,以揭示当事人内心世界的秘密。这种办法特别适合于离婚者、吸毒者、轻生者及违法者。正由于心理剧可以揭示深藏在当事人内心的症结,在知情观众的协助下,当事人可以发泄或者控制自己的情感。随着剧情的发展,他们的情感行为最终可以得到抵制,并且去模仿一种正确的行为方式。

由于心理剧较好地体现了社会学以及社会心理学的理论,因此,在用来解决人际关系和交往能力方面的问题时非常有效果。如有的心理咨询师让有严重情绪障碍的青少年一起演即兴心理剧,他们每周演3次,共用了9周,经过观察和测试,发现他们的自控能力和为社会悦纳的能力都有了可喜的长进。有人特别害怕在众人面前讲话,把这些人聚集在一起,心理咨询师让他们与健谈的人一起表演心理剧,并设计一些特定的场面,随时对他们不敢大声说话、表情羞愧、动辄向人道歉等行为进行纠正,直到他们能理直气壮地大胆表达自己的感情为止。有的青少年与家人的关系处理不好,经常有冲突,并对家庭成员持有偏见,根据这种情况,心理咨询师让他们一家人一起表演心理剧,设计一些情节,让青少年把自己的坏毛病表现出来,随之给予指导,敌对情绪往往会通过表演缓和下来。

3. 成熟的发展阶段

这一阶段心理剧发展到了一个对外在的条件较为注重的阶

段。比如说,运用心理剧这一方法,还需要具备以下条件:

第一,提供必要的设备,包括圆形舞台、观众席和必要的道具;

第二,选择好表演者,当事人、工作人员、观众都可参加进来;

第三,心理专家和观众都要事先明确通过心理剧需要解决的问题;

第四,心理专家要大体勾画出剧情,鼓励当事人大胆表演,并及时引导剧情向目标方向发展。还要邀请观众进行评论,以加强取得的效果。

这种心理剧方法特别倚重于心理辅导老师。心理辅导老师必须经过专门训练,思路清晰,目光敏锐,并且具有很强的应变能力。特别值得注意的一点是,其他表演者或观众不能非难和攻击当事人,相反,应当热情地帮助他按照要求把心理剧演完,从而把问题解决好。否则,效果适得其反。

心理剧成熟的另一特征是社会剧的兴起。莫瑞诺认为,社会剧是一种特别的心理剧。莫瑞诺注意到,有更多的社会问题无法依赖人际关系找到解决的方法。莫瑞诺举了一个例子,有两个邻居正在为两家之间的篱笆而争吵,这个争吵的背后是种族间对于两个国家的界线纠纷。社会剧提供了一个架构探索族群间化解冲突的方法,利用一种与心理剧类似但是不一样的行动方法,对社会问题的解决有很好的促进作用。在社会剧中,整个团体都是主角;而在心理剧中,主角仅是当事人(个体)。社会剧将心理剧的发展带到了一个比较繁荣的、在全世界广为流传的新境界,为心理剧的发展提供了一个极为宽广的平台。

三、心理剧的理论基石——团体动力学

莫瑞诺认为,团体是由成员所组成的,成员彼此间的情感与互动关系将会影响团体的发展。社交测量理论重视团体成员的社交生活,特别是成员与成员之间情感性的社交活动。领导者在团体

中采用社交测验,监视成员与他人的人际关系:亲密性成员、排斥性成员、一般性成员等,进而掌握团体内部的心理结构的资料,促进团体动力性的发展。

莫瑞诺的团体动力思想受到了弗洛伊德的影响,心理剧在后来的发展中,把精神分析学派的理论运用于心理剧活动中,从而更加放大了心理剧的治疗效果。弗洛伊德认为,个体行为的发展是持续不断的,而且深受早期经验的影响,特别是幼童时期,个体任何行为和想法都是有原因的、有意义的,当事人意识虽然未必能觉察到,然而他的潜意识的因素却是影响人类行为的主要动力。同时,人有“生之内趋力”(性)与“死之内趋力”(攻击)的行为动机。这些观点影响个体在团体中的行为表现和团体动力的发展,所有心理剧工作者都应善于运用这样的理论来研究人的行为,来促发参与者的团体动力性的经验,以协助成员产生正向的行为改变与人格成长。这样的团体动力研究一般包含五大变量及其相互关系:成员的特性,团体情景,运作的过程,成员的改变,团体的发展。而团体动力理论在心理剧的具体运用中,则要注重下面三个方面的特性:

1. 重视心理剧中的自发性

莫瑞诺认为,人的自发性是人类的最大财富,他的所有的工作焦点,他所创办的自发性剧场都是充分利用人的自发性来帮助人成长。自发性常常在人们的实际交往中自然而然地发生,是人與人之间产生吸引力、厌恶感或冷漠等情绪的反应。莫瑞诺用心电感应形容人与人交往的自发性,而这种自发性表现在心理剧中又具体体现为移情和反移情。

移情描述的是一种感情与角色现象,人在潜意识中将某人的情感投射到另一个人身上去。它是一种焦虑的表现,困扰着所有面对压力的亲密关系,并可能造成焦虑,甚至淹没亲密关系。这种移情现象不仅发生在当事人身上,而且也会发生在心理剧心理辅

导老师(指导老师)身上。心理辅导老师有对心理剧参与者的移情和对当事人移情的反应,所以心理辅导老师要保持同理心、自发性和创造力的良好状态,需要被督导和接受咨询或治疗。这样,心理辅导老师才能更清楚地思考因为个案而搅扰了自己的哪些感觉,那可能不是一种移情,而是一种反移情的表达,才能够在心理剧的表演过程中沉着面对移情和反移情。移情和反移情是心理辅导老师指导心理剧的重要工具,可以用来提醒有关成员的潜意识过程,让人与人之间交往的心电感应得以恢复和正向延续。

2. 强调心理剧中的互动性

强调心理剧的互动性,是让心理剧充分体现人的自发性和创造力的关键,也是发挥心理剧团体教育效果的关键。在心理剧的编排过程中,在场的每个人都获得一个参与的机会,将自己的想像力发挥到心理剧中,可以练习和体验各种不同的生活经验,但决不会因为出了什么错而受到惩罚。在心理剧中,参与者逐渐对社会状况有清醒的认识,开始认清自己的角色,当他们在表达主题后得到情绪的释放或宣泄时,不仅自己的身心重负得到了解脱,更重要的是透过这样一个参与表演的过程还可以搜寻到超越个人的、普遍的真理。

在心理剧的三个阶段中,暖身、表演、分享每个阶段都是一个相互参与的过程,这会引起参与者的深层的情绪、困扰或激烈的思想冲突,真切体验到内在自我的挣扎。心理辅导老师的任务就是让主角、配角和在场的所有人的身心产生共鸣。心理辅导老师本身也是参与者,也与大家一起分享自己的生活经验,不过他需要更多的同理心和更多的投入。心理剧这样的互动效果能够进一步推动参与者的社会行动。

3. 注意心理剧的现场性

关系是心理剧的中心,从角色理论来看,人类从婴儿时期开始就有“自发性”的表演欲,并向外探索人生,尝试建立关系。心理剧

中主要运用的替身技巧、角色交换技巧和镜观技巧,都是属于现场再现各种关系,和再现建立这种关系的过程。在心理剧进行的过程中,当时的感受和领悟是最为重要的,无论是主角还是配角,或者是心理辅导老师都需要敏锐地感受到现场的人与人之间情感关系的矛盾和冲突,将不同情境、不同生活环境中的人们行为模式背后的潜意识揭示出来,让人们得到心理的健康成长。

心理剧要把这种人与人之间的错综复杂的关系呈现出来,就必须注意现场性,强调此时此地的情绪感受和冲突体验,这种体验和感受往往是通过非言语或言语表达出来的,心理辅导老师需要及时抓住一些重要的信息,予以放大或强化,再通过与大家分享,将潜意识里面的东西意识化,将隐私的东西公开化,将疏离和无力的部分与整体连接起来,从而达到心理剧的教育和治疗效果。

第二节 校园心理剧的出现

一、从心理剧到校园心理剧

心理剧已成为一个成熟的、并且被推崇的心理治疗方法,在许多国家得到承认和推广。现在欧美国家临床心理剧应用有三类:第一类,传统心理剧。这种心理剧在过程上已经很完整,根据莫瑞诺的角色理论发展而来,透过与有自发性的配角对话,并加上特定的技巧,用来协助童年时曾受到性伤害的幸存者得到抚慰。这样的发展基本上是追寻同一路线——莫瑞诺的哲学。第二类,精神分析的心理剧。这种心理剧是心理剧中加入不同的想法,特别是减少了肢体的接触以及心理辅导老师的分享,有的时候会花更多的时间,用精神分析的方法,而不是社会计量学的技巧,来分析团体的过程。第三类,个人中心的心理剧。这种心理剧团体引导比较少,鼓励团体自发性的互动、使用替身以及讨论。尽管逐渐有其

他的心理理论加入,但多数的心理剧仍然比较靠近传统的方式,或许会将传统的心理剧方法加入某些特别的理论中,或者加入某种个案的团体中。

在心理治疗的世界中,奠定心理剧的地位是很重要的,而将心理剧应用在非临床的领域,特别是教育界、工业界,以及其他临床工作以外的地方,也是很重要的。校园心理剧就是心理剧在非临床领域运用的最佳结果。

校园心理剧是由社会剧发展而来,有戏剧小品的特点,比一般心理剧具有更大的表演性。它在校园环境中,在老师的指导下,由学生自发地将生活经历再现出来,并探索解决问题的办法,随着校园心理剧的编排过程向前推进,参与的人在情节中不断地体验和感受各种角色的遭遇,尝试不同的解决办法,同时与同伴交流、分享,形成解决方案,校园心理剧最后形成一个相对稳定的表演剧,通过舞台表演,让更多的观众——同学从中感受体会,从而给更多的人以启发和教育。

在校园心理剧中,参与人员有他们自己称谓的话语体系:导演由心理辅导老师担当;主角为当事人;配角称为参与者;观众仍为观众。

校园心理剧是以行动表现的创造性心理健康活动,参与的角色能够在安全、宽松和弹性甚大的环境中,回到自己的过去或未来,在比较自然的状态中,重现失去的自我,发现事情的真实状况,并作出决定或采取新的行动。当事人(主角)通过心理剧的经验与自我的每一部分相会,也能够与那些分享他的心理冲突的人们会面,进而将此经验应用在上生活上,得到自我满意的生活。所以校园心理剧可以提高或发展个体或集体的自我觉察力、人际关系技巧水平、价值判断力、自发行为水平与想像力,从而使个人获得心理照顾和健康成长。

校园心理剧在 20 世纪 90 年代初开始进入港台地区,同时中