



谢嘉幸 刘 沛主编

TRANSLATED
SERIES OF
HIGHER MUSICAL EDUCATION

高等音乐教育
新视野
译丛

音乐治疗和 心理剧

——演出你内心的音乐

[美] 约瑟夫·莫雷诺 著

张鸿懿 邓旭阳 王月明 译

欧阳韡 王月明 校

 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.SH.CN

谢嘉幸 刘 沛主编

TRANSLATED
SERIES OF HIGHER MUSICAL EDUCATION
高等音乐教育
新视野
译丛

音乐治疗和 心理剧

——演出你内心的音乐

[美] 约瑟夫·莫雷诺 著

张鸿懿 邓旭阳 王月明 译

欧阳韞 王月明 校

上海音乐出版社

图书在版编目(CIP)数据

音乐治疗和心理剧：演出你内心的音乐 / [美] 约瑟夫·英雷诺著，
谢嘉幸 刘沛主编，张鸿懿 邓旭阳 王月明译，欧阳韞 王月明校—上海：
上海音乐出版社，2008.4

ISBN 978-7-80751-212-7

I. 音… II. ①约…②谢…③刘…④张…⑤邓…⑥王…⑦欧…⑧王…
III. 艺术—应用—精神疗法 IV. R459.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 042518 号

音乐治疗和心理剧——演出你内心的音乐

[美] 约瑟夫·莫雷诺 著

谢嘉幸 刘 沛 主编

张鸿懿 邓旭阳 王月明 译

欧阳韞 王月明 校

出品人：费维耀

责任编辑：王亚平

封面设计：陆震伟

上海音乐出版社出版、发行

地址：上海市绍兴路 74 号 邮编：200020

上海文艺出版总社网址：www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址：www.smph.sh.cn

营销部电子信箱：market@smph.sh.cn

编辑部电子信箱：editor@smph.sh.cn

印刷：上海文艺大一印刷有限公司

开本：787 × 1092 1/18 印张：10 $\frac{2}{3}$ 字数：100,000

2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

印数：1-3,000 册

ISBN 978-7-80751-212-7/J·181

定价：24.00 元

告读者：如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系
电 话：021-64511411

高等音乐教育新视野译丛编委会

主 编:谢嘉幸 刘 沛

编 委:(按姓氏拼音字母顺序)

曹 理 陈玉丹 戴定澄 费维耀 管建华 关继文 高建进
金亚文 廖家骅 李姐娜 李方元 林能杰 梁宝华 梁信慕
罗艺峰 赖达富 马 达 马东风 缪裴言 宋 谨 吴 斌
吴跃跃 王耀华 王安国 王懿颖 徐绪标 徐沛然 许卓娅
修海林 尹 红 尹爱青 余丹红 郁正民 杨瑞敏 杨立梅
杨燕谊 袁善琦 雍敦全 郑 莉 周世斌 朱咏北 张 援
张鸿懿 张荫尧 张翁伟仪

国际编委:

C. Victor Fung, University of South Florida
David Elliott, New York University
Gary McPherson, University of Illinois—Urbana-Champaign
Graham Welch, University of London
Hakan Lundström, Lund University
Jane Davidson, University of Sheffield
John V. Gilbert New York University
Liane Hentschke, Federal University of Rio Grande do Sul-UFRGS-
Porto Alegre
Lily Chen-Hafteck, Kean University
Lawrence Ferrara New York University
Magne Espeland, Stord/Haugesund University College
Patricia Campbell, University of Washington
Pamela Burnard, Cambridge University
Tadahiro Murao, Aichi University of Education

总 序

在一个资讯高度发达的时代，一个学科的建设离不开与国际接轨，离不开引进与译介该学科国际领域中重要经典文献与最新学术成果，离不开拥有一个宽广的国际视野。对于音乐教育学这样一个在我国还很年轻的学科来说，尤为如此。应该说，我国的学者，从20世纪80年代以来，就为音乐教育学科积极开展国际交流，翻译了不少文献、著述，做出了很多的努力和贡献。

然而，随着我国该学科的迅速发展，目前的这种了解水平，显然还是不能够适应形势的，尤其在音乐教育的理论与实践研究领域。仅以牛津大学出版、理查·考威尔 (Richard Colwell) 编的《新音乐教学研究手册》(*The New Handbook of Research on Music Teaching and Learning*) 为例，该书所涉及的领域包含政策与哲学、教育的语境与课程、音乐的发展与学习、音乐的认知与发展、社会文化语境、音乐教师教育、音乐教育的学科综

合、神经系统科学、医学和音乐、普通教育的成果、音乐教育中的研究设计与批评等诸多范畴，内涵了音乐教育哲学、美学、心理学、社会学、人类学、课程理论、研究方法等诸多学科。又如，国际音乐教育学会在过去的五十五年里举办过共 27 届世界的音乐教育大会。这些会议在不同领域(包含其所属的学校音乐与教师教育；专业音乐家教育；研究；特殊音乐教育、音乐治疗与音乐医学；早期儿童音乐教育；社区音乐活动；文化、教育与大众传媒音乐政策等领域)中，所取得的大量学术成果及其出版的文献亦是浩瀚的。与之相比，目前我国所翻译的有关著述的确非常有限。因此，才有了本译丛的最初创意。

本译丛计划有步骤、有选择地翻译音乐教育领域有代表性的经典文献，以及前沿的学术成果，力求为我国的音乐教育学科课程建设及其文献研究做一点基础性的工作。这些译著包含音乐教育基础理论，如音乐教育哲学、美学、心理学、社会学以及课程理论等，也包含音乐教育研究的最新成果，还包含音乐教育的各学科领域，比如音乐治疗学、早期儿童音乐教育等等。

当然，一个学科的发展，不仅仅是引进，还应该在我国和学校音乐教育改革浪潮中，从当下的音乐教育实践中去总结经验，从自身的文化历史中去汲取养分，确

立自己的根基和体系。因此，新世纪的学科建设的国际交流，以及文献翻译，当然要有新眼光、新视野。这些“新”之处大概可以包含以下两个方面：

首先，新世纪的学科接轨，应该力求做到真正的零距离。所谓学科接轨的零距离，即是指开展无语言障碍的学术交流、对话，与科研和教学协作。用这种眼光来看，文献翻译就是这个领域非常必要，却又并不充分的工作。对于没有更多时间学习外语的音乐教育者而言，译著能够使他们更便捷地了解世界音乐教育，提供初步了解和启发，这无疑是非常必要的。但这种了解却不是零距离。因为无论如何，我们的翻译工作总是挂一漏万的，并不可能给我们带来国际音乐教育学的全貌。所以，本译丛的翻译工作采取了“有所为，有所不为”的原则。对于书中的“相关阅读资源”和“注释”部分我们保留了原文，以便研究者更容易查找到真正的出处。另外，语言的转换必然会使不同语言的表述产生或多或少的偏离，再完美的翻译，也无法代替我们对原著的阅读，这是我们在开展这项工作时所必须认识到的。因此，我们鼓励有一定英语基础的读者尽可能去读原著。2003年以来，我国该领域的学者和研究生，就开始积极而且是勇敢地进入了音乐教育的国际学术领域，每年都参加各类音乐教育学的国际学术会议并发表论文。他们

克服困难，认真阅读原著，能够用英文在国际会议上宣读自己的论文，和世界各国的学者进行研讨和交流，甚至直接攻读世界各国的高等音乐教育院校。从这个角度来看，翻译文献应该是他们学习的一种方式。可喜的是，目前越来越多的高等院校在用多种形式鼓励开设双语课程、采用外文教材、让研究生和青年教师直接阅读外文原著，鼓励他们参与翻译等等。这些做法不仅是一种很好的锻炼和提高语言能力的办法，更是我们争取实现无障碍的学科国际交流的有效保障。

其次，学科交流要有自己的根基。这里，比较教育学的观点是值得借鉴的。笔者曾指出，比较音乐教育学的根本目的之一，是了解外国音乐教育、音乐教学经验与规律，并有选择地运用于我们自身的教育改革实践。然而这种运用绝不是照抄照搬，而是要根据国情，有创造性地进行，更重要的是通过对别人的学习来认识自己，认识自己的音乐文化传统和音乐教育制度。美国著名的比较教育家贝雷迪(G. Z. F. Bereday)也说：“从认识别人而得到自我认识，是比较教育学所能提供的最有价值的教育。”很显然，这些对比较音乐教育学目标的本质概括，也是我们在引进世界音乐教育著述时所必须考虑的。因此，通过翻译，思考并构建自己的学术体系，并掌握将自己的学术成果翻译成外语、向国际传播

的能力。一个多世纪以来，我国科学人文各学科的译著，已经不在少数，根据北京大学王岳川教授的统计，上个世纪我国翻译西学的书有十万零六千余种，但西方国家翻译的中国文献还不到一千种，这种学术交流的极度逆差，时刻提醒我们意识到，以自身文化为根基开创自己的学术空间，构建自己学术体系的必要性和紧迫性。雷默 1998 年来我国参加第七届国民音乐教育研讨会，当时和他交谈到中国的学科建设问题时，我就表达了这样的一个观点，“在新的世纪到来时，我们学习西方，应该有新的视角和意识，1998 不是 1898”，这不一样在哪里？我想就在，我们必须有文化的自觉意识和构建具有自身特色的体系。

当然，这种立场和观点，丝毫不能影响我们在翻译过程中所必须具备的严谨治学态度，也丝毫不能遮掩这套丛书必然存在的诸多问题和缺漏。

真诚地欢迎各位学者、老师、同学，对本译丛所存在的不足和缺陷提出批评，以利我们的改进。

编 者

北京德外丝竹园

2008 年 3 月 10 日

献给我亲爱的父母

——威廉和安妮，他们给予我无尽的爱。

中文版序言

只有你自己了解你的内心。

——津巴布韦肖那族(*Shona*)歌曲

我从 20 世纪 70 年代中期开始涉足心理剧和音乐实践相结合的研究。早在 20 世纪 60 年代, J. L. 莫雷诺^{〔1〕} (J. L. Moreno, 作者的伯父——译者注)就和我讨论过这些想法, 而且他是非常愿意接受创新的可能性的。他一点也不认为自己的工作成就应当原封不动地永远流传, 而是非常欢迎创造性的思维, 积极支持新思路、新方法和心理剧的新应用。我一向认为心理剧很重要, 远不止是一种处理疑难问题的心理治疗方法。它是通向更有创造性生活的途径, 所有的人都能从中受益。

心理剧的根本目标是启发人的自发性和创造性。遭受重大感情问题困扰往往会削弱人的自发性和创造性, 使人变得退缩。具有讽刺意味的是, 人在遭遇重大问题

〔1〕 J. L. 莫雷诺是心理剧 (psychodrama) 治疗方法的创始人。

时最需要自发性和创造性的愈合作用，而恰是此时这种潜力很少被利用。在这种情况下，心理剧正好可以帮助我们充分利用这些潜力。

此外，没有什么人的自发性和创造性功能总是处在与他们最相适宜的水平上。因此，任何时候以任何程度参与心理剧，无论作为主角(protagonist)还是辅角(auxiliary)，甚至只是作为了解主角体验的观众，都可以在他们生活的任何问题上有所受益。如果需要给出一个为什么把音乐和其他艺术形式结合到心理剧之内的基本理由，那应该是：这些添加的要素能够加强心理剧体验的作用，能够最大限度地激发参与者的自发性和创造性。

做一个行动者

下面的故事(不是杜撰的)很好地说明了心理剧的自发性和创造性的基本原理：

许多年前的一个除夕，在纽约一家拥挤的饭店里，有一批客人，包括 J.L. 莫雷诺，我的父亲威廉·莫雷诺(William Moreno, J.L. 莫雷诺的弟弟)，一位早年参与心理剧研究的演员沃尔特·克拉文(Wralter Klavun)以及其他一些人。因为工作人员太忙，没人理睬他们，大家等得越来越不耐烦。桌上什么吃的都没有，大家都饿了，可是又点不了菜。

演员克拉文很善于协调，他找了一个服务员，一面悄悄地塞给服务员一张百元钞票，一面开始跟他商量如何赶快给大家上菜。他不停地说着，但大家还是没吃没喝。这时我父亲一句话也没说就起身进了厨房，装了一大盘食物，拿给这群饥肠辘辘的人。

J.L.莫雷诺的反应是大叫：“区别就在这儿。克拉文是一个演员，而威廉是个行动者！”

这件事告诉我们，在生活中我们应该做“行动者”。也就是说，不花费过多的时间商谈或推理，而是去做，去行动，能做多好做多好。在生活中做一个行动者，也许不能保证结果永远如愿，但它意味着你会完整地体验生活，对每时每刻做出真诚的反应，并且符合《圣经》的金科玉律（“你想人怎样待你，你就怎样待人”——译者注），《圣经》的教导督促我们以主动的心态“待”别人，就是说不只是空想，要采取积极的行动。

我指导的一次值得记忆的心理剧活动可以作为以下概念的例证，就是：在心理剧中，通过“做”获得的领悟往往能帮助我们得到比内心设想而没有付诸行动所获得的领悟要深刻得多。

在一次心理剧活动中，主角是一位正在恋爱而且非常满足的年轻女士。她体验中的唯一缺陷是对将来的担心，因为她的男朋友不能清楚地承诺与她同享未来。

我们首先研究她恋爱关系中的一些有代表性的场面：她和她的男朋友（由一个辅角扮演）为这个关键问题争吵，扮演男朋友的辅角演得非常好，比如他会说：“不过——为什么这么着急结婚呢？为什么不能不想别的，只享受我们现在的生活？你怎么啦？”

这一场景反映的正是问题的关键，女主角确认他俩之间的情况就是这样，与她想要的正相反。实际上，她最想要的是一个稳定的婚姻。

在表演下一个场景之前，我把演男朋友的辅角拉到一边，告诉他重演与女主角的争执，但这一次答应她的一切要求。演出开始，男朋友变了一个人。他说：“我一直在考虑我们的事，我真是个十足的傻瓜。你是我最大的幸福，我不想失去你。我们别再拖下去，我愿意和你结婚，马上就结。也许咱们明天就可以结婚！”

让人意想不到的，女主角对此的反应不是兴高采烈，倒像是完全不知所措了。她羞红了脸，回答说：“明天？那是不是有点太快了？为什么这么匆忙？”

在这个场景中，她得到了她自认为想要的一切。最后她只好承认，她那么希望得到的东西其实根本不是她想要的。一直以来，她很容易把自己对恋爱关系的矛盾态度推到男朋友身上。而且，她选择一个不能与她结婚的男人恋爱，正是为了方便自己逃避在爱情领域的问

题。心理剧是一种受到保护的现实场景，在那里什么事情都可以发生。在心理剧的魔力下她通过演出能够体验到她的希望。通过经历和去“做”这件事，她清楚地领悟了，问题不在于男友，而出在她自己身上。没有这次体验她会一直把自己骗下去。心理剧能够揭示出她以前的心理治疗没有揭示的东西。

心理剧是一种独特的整体治疗方法，它具有几乎是无限的潜力，可以结合所有的艺术形式——戏剧、音乐、美术和舞蹈。虽然人们最容易把它看作主要以言语的交互作用为中心的表演并这样实践，但这一点不是它固有的局限，当然更不是心理剧创作者的意图。事实正相反，J.L.莫雷诺高瞻远瞩，永远对扩大心理剧作用的新途径感兴趣并不停地进行试验。他自己定名为“心理音乐”的早期实验(J. L. Moreno)(1964)是大家熟知的，他与开创舞蹈治疗的玛丽安·蔡斯(Marian Chace)的合作同样为人熟悉。从那以后，其他人发展了各种把艺术融进心理剧的技术，例如宾厄姆(Bingham)(1970)，所有这些技术都反映出把创造性艺术与心理剧方法相结合的丰富可能性。此外，本书将会证明，在心理剧中各种艺术可以同时运用，并组成不同的组合。当然，所有这一切都增加了对这项工作参与者在治疗方面的可能性。

这本书中展示的方法是为广泛的应用而计划设计

的。这些方法能以不同方式被音乐治疗师、心理剧治疗师、美术治疗师、舞蹈治疗师、心理学家、精神科护士、心理问题顾问和其他参与集体治疗工作的人使用。

如果音乐治疗师没有接受过心理剧的训练，就不应该进行心理剧治疗的临床治疗活动。但不能阻止他们在本书描述的多种音乐心理剧技术中选择一些用在他们的音乐治疗活动中。例如音乐角色转换(或互换)、音乐投射、音乐示范，以及运用音乐心理剧基本要素的其他方法，都非常容易借用。这些方法能使音乐治疗师为他们的工作增加新维度，又不至于越界进入心理剧治疗师的专业领域。

同理，心理剧治疗师若没有接受过音乐或音乐治疗训练，也不能从事音乐治疗的临床治疗活动。然而，他们仍然可以使用音乐心理剧的许多手段，作为有效的辅助方法加强心理剧指导的主要工作。本书描述的许多音乐技术都以即兴创作作为基础，不那么依赖正规的音乐背景，而是通过特定类型的音乐开发感性的认识。以即兴创作为手段是音乐治疗和心理剧共有的关键因素，也是统一二者的因素。

演奏作曲家创作的音乐和在剧院表演一部戏剧的性质是一样的。在这两种情况下，表演者无论是音乐家还是演员，也不管上演的是莫扎特还是莎士比亚的作品，

所面对的挑战首先是演绎并实现原创者的设想。因此，演绎的任务虽然肯定会在一定程度上利用表演者内心世界的积累，但这一类表演实质上不是对表演者个人内心的揭示。

与此相反，使用在音乐心理剧中的音乐即兴创作全部是有揭示性的、深刻的个人表达，与心理剧中的角色扮演具有同样的个性化。音乐治疗和心理剧的这一共同因素——个人化的即兴表达——使这两者能够奇妙地结合起来，使参与者可以真正地演出他们内心的音乐。

正如卡罗琳·肯纳(Carolyn Kenny) (1976)在论述她的儿童治疗工作时雄辩地阐明，要想理解在投射的音乐即兴创作中表达的音乐，需要用一种“不同的方式倾听音乐”。“在一种特殊的情况下，那种音乐比我听过的任何著名作曲家的音乐都更美妙，更能打动我。这是因为我已经与孩子们建立了一种关系，我听得懂这音乐在说什么，它在告诉我什么。”“对一个音乐治疗师来说，每一个声音意味着某些事情，每一次沉默也意味着某些事情。”

美术治疗师可以运用一些本书中描述的音乐技术，以新的方式激发他们的治疗对象，舞蹈治疗师也具有相同的可能性，还有许多潜在的应用方式可提供给其他致力于团体治疗工作的人。