



# The Dancing Dialogue:

Using the Communicative Power of  
Movement with Young Children

## 动作的 沟通力量

——与孩子的舞动对话



[美] 苏济·托尔托拉 著  
廖彬彬 译



厦门大学出版社 国家一级出版社  
XIAMEN UNIVERSITY PRESS 全国百佳图书出版单位

集美大学学科建设经费资助出版

# The Dancing Dialogue:

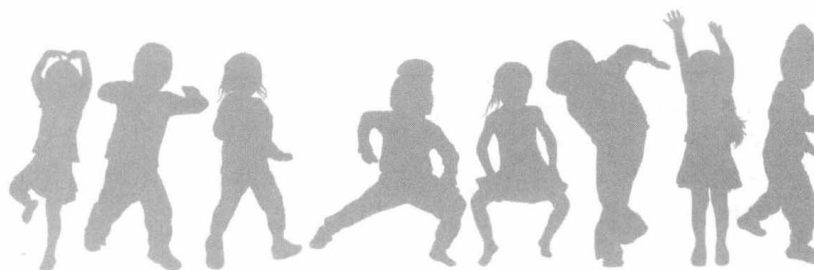
Using the Communicative Power of  
Movement with Young Children

## 动作的 沟通力量

——与孩子的舞动对话

[美] 苏济·托尔托拉 著

廖彬彬 译



厦门大学出版社  
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

## 图书在版编目(CIP)数据

动作的沟通力量:与孩子的舞动对话/(美)苏济·托尔托拉著;廖彬彬译. —厦门:厦门大学出版社,2018.6

ISBN 978-7-5615-6999-3

I. ①动… II. ①苏… ②廖… III. ①精神疗法 IV. ①R493

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 193047 号

Originally published in the United States of America by Paul H. Brookes Publishing Co., Inc. Copyright © 2006 by Paul H. Brookes Publishing Co., Inc.

---

**出版人** 郑文礼  
**责任编辑** 王扬帆 高奕欢  
**封面设计** 蒋卓群  
**技术编辑** 许克华

---

**出版发行** 厦门大学出版社  
**社 址** 厦门市软件园二期望海路 39 号  
**邮政编码** 361008  
**总 编 办** 0592-2182177 0592-2181406(传真)  
**营销中心** 0592-2184458 0592-2181365  
**网 址** <http://www.xmupress.com>  
**邮 箱** [xmup@xmupress.com](mailto:xmup@xmupress.com)  
**印 刷** 厦门集大印刷厂

---

**开本** 720 mm×1 000 mm 1/16  
**印张** 25.75  
**字数** 460 千字  
**印数** 1~1 500 册  
**版次** 2018 年 6 月第 1 版  
**印次** 2018 年 6 月第 1 次印刷  
**定价** 98.00 元

---

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换



厦门大学出版社  
微信二维码



厦门大学出版社  
微博二维码

## 致家人(那些与我共舞的人)

我的母亲 Lucille,  
最先将我带入舞蹈领域。  
我的父亲 Antonio,  
他支持我跳舞,  
从他还根本不知道什么是舞蹈的时候。  
我的儿子 Bryce,  
我很荣幸能与他共舞母子之情。  
Michele,  
与她,我们共舞姐妹之情。  
而 Paul,  
我的丈夫,是最最亲密的舞伴。

## 作者简介

苏济·托尔托拉,教育学博士,美国舞动治疗协会高级治疗师、拉班动作分析研究院注册动作分析师。

苏济·托尔托拉在纽约市和纽约上城区的哈德逊河谷地区各有一个舞动治疗临床中心。她在哥伦比亚大学教师学院获得博士学位,专注于婴儿研究;在纽约大学获得舞动治疗硕士学位;在塔夫茨大学埃利奥特·皮尔逊学院获学士学位,专业是儿童发展、心理学和特殊儿童早期以及小学教育(持教师资格证书)。她从小就参与舞蹈、体操、田径运动。托尔托拉博士一直以来都在探索各种方法,使身体、运动、动作冥想、瑜伽和舞蹈可以成为非言语表达和个体发展的工具。她的工作理念是运用动作和舞蹈来激发每个人的创造力、自我表达能力和自我的成长,同时发展身体、社会、情绪、人际、认知技能。她拥有20多年的临床经验,为从幼儿到老人各年龄阶段的人群设计预防性或者治疗性的心理治疗方案,促进人们的身心健康。

托尔托拉博士在纽约市纪念斯隆·凯特琳癌症中心为儿科患者综合医疗服务开发的舞动治疗项目,受到安德里亚·里佐基金会的赞助。在该项目中,她创造出多感官技术,为正在承受治疗痛苦的婴儿和儿童进行疼痛管理。托尔托拉博士训练专职人员,并在国内和国际的学术会议及高校里多次发表关于如何与儿童和家庭进行舞动治疗的演讲。她同时服务于纽约犹太家庭儿童服务委员会的亲子研究中心和普拉特学院的舞动治疗硕士项目。她多次接受美国广播公司《早安美国》节目的专访,两次被《零到三岁》杂志聘为客座编辑。

托尔托拉博士的项目适用于所有年龄阶段,需要接受心理健康、心理预防、创造性自我表达等心理治疗,包括面临身心健康问题、创伤恢复,或慢性疾病的人群。在儿童方面的问题包括儿童孤独症、儿童发育迟滞、收养儿童问题、普通亲子关系和儿童行为问题。托尔托拉博士的成人工作对象包括焦虑、抑郁、饮食障碍、关节炎、慢性疲劳、纤维肌痛、偏头痛、肩颈背部慢性疼痛以及其他慢性疼痛的患者。

## 对本书的赞誉

本书极富创意,具有独特力量。它清楚地展示了如何解读细微的动作和非言语表达,对动作评估和治疗干预具有指导性意义。本书的亮点在于创造性地观察。我向从事早期儿童发展和早期干预领域工作的专业人士大力推荐此书。

——G. Gordon Williamson 博士,  
哥伦比亚大学医院作业治疗专业助理临床教授

动作对话通常来说是一个神秘的过程,此书呈现的绝对是最全面和最清晰的阐释。它展示了如何在舞蹈的学习、舞蹈的互动、舞蹈的表达、舞蹈的治疗以及和人性的舞蹈中进行观察和干预。苏济·托尔托拉的这本著作是任何一个研究人类如何成长和学习的人必读之书。

——Karen Bradley,马里兰大学帕克校区,舞蹈学院研究生项目主管

对每一个关心儿童健康和福祉的人来说,这本书具有独特的吸引力。苏济·托尔托拉博士以不同寻常的技巧将学术和专业的概念以通俗易懂的方式呈现出来。她与孩子及家长一起开展实际工作时的描述、照片及她所使用的工具贯穿全书,完整并权威地展示了动作在促进亲子沟通和儿童成长方面具有的强大力量。《舞动的对话》是一个巨大的成就,必将能成为关心儿童福祉的舞动治疗师、教育工作者、临床医生和父母的经典读本。

——Robyn Flaum Cruz 博士,莱斯莉大学,美国舞动治疗协会高级治疗师;  
《心理治疗的艺术》主编,美国舞动治疗协会副主席

我以前从未接触过如此宝贵的关于非言语交流观察和评估的解读。托尔托拉将基于动作的人际沟通理论与一种全新的“看的方式”交织在一起,为不同学科的专业人士提供了跨越常用评估工具限制的有效策略。书中关于孩子

们的鲜活故事，显示了她深厚的专业知识及其身体力行进行实践的理念，也使阅读本书的过程非常愉悦。

——Susan L. Recchia 博士，副教授  
哥伦比亚大学教师教育学院丽塔戈尔德儿童早期教育中心副主任  
早期儿童特殊教育项目副教授、副主任

本书中，苏济·托尔托拉博士创造性地解读了儿童非言语沟通方式，将切实可行的指导与最新的跨学科儿童发展人际理论研究融合在一起，极大地提高治疗师、教师、儿童养育者和父母们对“完整的儿童”的理解。丰富的儿童临床案例很好地诠释了托尔托拉的整合模型，让我们逐渐了解动作是如何成为与儿童沟通与交流的切入点。本书的每一章都包含丰富实用的信息。

——Susan Loman, 硕士，美国舞动治疗协会高级治疗师，国家级心理咨询师，  
新英格兰安提俄克大学研究生院应用心理学系教授、副主任，  
舞动治疗系硕士项目负责人

所有同幼儿打交道，尤其是从事与发展困难儿童相关工作的人士都十分需要本书所提供的信息。在多数情况下，非言语线索是孩子与人沟通中最丰富的表现形式。本书对如何接近和回应孩子的非言语线索提供了相当丰富的信息。它将各种案例融入理论的观点和具体的策略，读起来愉悦轻松。我愿意向我认识的每一个人推荐此书！

——Isaura Barrera 博士，新墨西哥大学特殊教育系副教授

本书非常了不起，苏济·托尔托拉通过实例和系统描述“看的方式”技法，向我们展示了如何接近、理解，并与孩子在一个语言无法达到的层面进行沟通。这种全新的“看的方式”具有重要的治疗意义，她的描述十分清晰，兼具想象力和实用性。

——Myron A. Hofer, 医学博士，  
哥伦比亚大学精神病学系萨克勒发展心理生物学研究所教授

本书堪称一件杰作……令人瞩目的是，非言语、经验和动作层面上的“知晓”，就是托尔托拉所说的“生命的舞蹈”……它们已经从这厚重但令人兴奋的书卷中跳入想象的空间。本书是一名基于动作来研究婴儿和儿童关系的舞动

治疗先行者和创新者的独特叙述,内容详尽、布局合理,激发着我们去领会她如何思考、理解她所探究的方式,也让我们敢于在工作和生活中舞动自己。

——Rebecca Shahmoon Shanok, 临床社会工作者, 博士,  
犹太家庭和儿童服务委员会, 婴儿、儿童和家庭工作学院



# 中文版序

我满怀感激之情，向在中国相遇的同行、朋友，以及与我一起工作的所有家庭表示感谢。我很高兴有机会来到美丽的中国，结识了许多致力于学习舞动治疗来帮助儿童及其家庭的学生、专业人士和各个家庭，与他们一起共度美好时光。感谢廖彬彬女士将我的著作翻译成中文，使我的梦想得以实现。我为她翻译此书并促成译作出版的热情和决心表示深深的感谢和敬意。感谢厦门大学出版社、出版社原工作人员孟令娟女士及本书的编辑高奕欢女士为译作出版提供的协助和支持。感谢阿波罗教育创办人李微笑女士，她是第一位带我来到中国的专业人士。李微笑女士坚定有力，一直以来给来自世界各国的舞动治疗师、创造性艺术治疗师提供帮助。我还要感谢我的学生，“看的方式”国际培训项目毕业生苏静，当我在西安 A 索教育机构进行舞动分享时，苏静热情地支持我，分担我的工作。最后，我还要感谢有幸与之工作的所有中国家庭，我向你们表达最衷心的感谢。

苏济·托尔托拉

2018 年 4 月

# 前言

21世纪以来,开放、共享、融合和跨领域学习成为早期儿童发展和干预研究的重要趋势。这些领域的界限本因学科不同而彼此分离。作为一名参与其中的舞动治疗师来说,这样的描述使我看见了一个关于身体的清晰意象。在这个意象中,我看到一个个舞者。每名舞者都有着高矮胖瘦不同的身体形态、不同的性别和不同的种族。他们一个接一个登上舞台开始独自舞蹈。每一名舞者的每一支舞蹈都是独特而迷人的。他们独自舞蹈着,与其他舞者保持分离的状态。每名舞者都有他或她自己的风格、节奏和快慢。每名舞者都在舞台空间创作着独特的轨迹,形成奇异的地面图案。开始的时候,独舞者意识到他们与其他舞者共享整个舞台,但他们没有意识到自己与他人进行舞动的对话。相反,他们保持着自己舞蹈的质感,彰显自己的个性。然而,舞者慢慢地发觉,在同一个舞台上跳舞,自己很难不受其他舞者的吸引而分心。

一个一个地,舞者被他人舞蹈的某方面所吸引。一名舞者听到一个强烈的节拍,这使她几乎不由自主地用上更多的力量。另一名舞者正在直线式行进,却不知不觉地看到其他舞者纵横交错的滑行。当他看到时,自己的轨迹也开始摇摆。当一名舞者与另一名舞者相遇,他们发出会心的一笑。当另两名舞者相遇时,他们则以力量对抗。舞蹈继续,独舞开始变双人舞,再变成集体舞,直到舞台上的舞者融合成一个大团体。开放、共享、融合、互相学习的经验使每位舞者扩大自己的动作库,为发现探索、练习与整合自我与他人的新方法提供了可能。

21世纪的早期儿童发展和治疗干预经历了一个类似于上述舞蹈意象的过程。婴儿发展理论、脑科学研究、临床实践和政策制定的激增创造出跨学科通道,每个学科的独特性和专业知识都能支持其他学科或给予更多的启发。原先由于各自分离独立的实践使跨领域对话、共享、融合显得相当困难,现在却变得拥有巨大的潜在空间。这对儿童、他们的家庭,以及同儿童打交道的人们来说,是一个激动人心的时刻,因为它带来更加美好的前景。

之前描述的舞蹈意象也形象地说明了与残疾儿童和他们的家庭在一起工

作的临床方法。本书中提出的许多想法都来自于我作为舞动治疗师与个人、群体、儿童、家庭一起工作 20 多年的临床实践。本书目的之一就是介绍舞动治疗和非言语观察(通过拉班动作分析理论),展示它们如何能促进儿童早期干预,有效补充特殊教育领域的传统方法。在临床实践中,我曾多次目睹将舞动治疗引进传统心理干预方法和特殊教育方法所产生的积极效果,尤其是当某些案例中治疗几乎停滞不前的时候。

过去数年,我开发出一种“看的方式”的操作技法。它包括一个完整的干预过程,从观察/评估到干预再到教育。这种技法包括上述两种非言语干预过程,即舞动治疗理论及拉班动作分析理论。“看的方式”在我的探索中逐渐发展成为一种系统化的方法,是组织和规范舞动治疗、心理学和儿童发展等领域中最具价值的理论核心和技术工具。

过去 20 年的实践中,我同大量不同背景的家庭和孩子一起工作过。孩子们的年龄差距很大,包括从出生几个月的婴儿到青春期的少年。他们的疾病诊断各不相同,包括发育迟缓、广泛性发育障碍、自闭症、多动症、沟通不良、雷特综合征、胼胝体发育不全、身心创伤、收养问题、身体残疾、焦虑、感觉统合失调、调节功能障碍和依恋障碍等。我同孕妇、产妇工作,与母亲和孩子共同工作。亲子工作包括促进父母和孩子两方面的契合度,这会影响他们之间情感联结的发展,以及养育问题。

我发现家庭来寻求干预的最主要原因是父母认为孩子正在接受的心理治疗忽视了其状态的某些方面,而且父母觉得需要探索与孩子工作的其他方法。通常孩子们都去看过各式各样专业人士,如儿科医生、作业治疗师、物理治疗师、特殊教育专家、早期干预专家、精神病学家和神经学家,他们被诊断为具有特殊困难,但又不能轻易确诊为何种病症。孩子在情感联结上常表现出某些特定的做法或看似问题的症状,他们的父母通常感到被拒绝,不能充分地理解他们的需要。

在最初访谈时,我首先专注于自己与孩子们在一起的经验,然后才收集来自外部的信息。孩子们经常显得生气和不安。他们似乎极力想要控制和调节环境。有时候他们也会关闭与环境的联结,或者通过极端的烦躁把注意力重新聚焦到自己身上。我经常想,这些行为是否有可能是因为儿童不被理解,他们的情感需要没有被满足,或者是被要求表现出超过他们的能力或舒适范围而造成的呢?他们的行为是否代表他们其实是在努力地让别人了解他们的需要呢?我常为这些孩子极端的努力感到惊讶和震惊。尽管他们的运动、交际、认知、社会和情感能力受到限制,他们似乎仍然在努力保持自己。

从这个角度看,我的首要任务是通过非言语、动作对话和孩子建立融洽的关系。我的目标是以某种方式如非言语动作或表达看到并认可孩子的努力,进入他们的世界。从建立关系和交流出发,当孩子感受到自己被倾听而不是被要求去做什么时,他们看起来轻松了很多。一旦这种关系通过持续的舞动建立起来,我就将舞动技能发展到如何建立人际间的联结。通过这样的工作,儿童能够展示他们能力的发展,与自己联结,且更好地表达自己。

当我开始同孩子一起工作时,我会密切关注她和家人的最初反应。当每一个家庭第一次走进我办公室的时候,每一次我都能感受到父母和孩子之间相互深深的愤懑和悲伤。有时问题很复杂。孩子会不安、生气,父母对孩子似乎没有进展的情况感到担心和沮丧。他们对能为孩子做些什么已失去了信心。

工作的初始阶段,孩子似乎跳着独特的单人舞。她是如此特别,以至于大家会怀疑她是否能与他人建立起关系。通过观察她的非言语动作风格,密切关注她的非言语表达的特殊质感,我还是可以通过跟随她的线索进入她的世界,创造出一段舞动的对话。通过亲自尝试孩子的节奏、快慢,甚至她身体里的静止时刻,我会特别留意她动作库的精确质感。即使孩子存在沟通障碍,专注于动作质感仍然为我们开启了一扇窗。这样,舞蹈连接起孩子、家庭和我。在这一过程中,通过使用动作、音乐、身体意识和触摸,孩子的体验从独舞到双人舞,再到一个完整的组合,这鼓励她去探索周围世界并且表达自己。

本书始终强调,“看的方式”舞动治疗案例中的所有活动,无论是用来加强身体觉察,促进情感表达,或者技能训练,都发生在相关人际交往背景下。这种联结类似于舞者与舞伴跳舞的经验。这种相互的舞蹈对话强调身体的触摸、扶持,平衡整个身体或者身体的某一部分,使伙伴处于一个稳定或移动的容器中,转换身体的姿势和重量,觉察身体的起伏和张力,用力量、轻抚或者相互凝视,朝向或者远离对方,感觉对方的能量水平和节奏并与之嬉戏,把动作的交流视为持续沟通的言语。

尽管本书中讨论的原则适用于任何人群,但重点仍是儿童的早期发展和早期干预。这是因为在儿童最初几年的各方面发展中非言语沟通具有至关重要的作用。本书的主要受众可以是儿科医生、理疗师、作业治疗师、儿童养育者、教育工作者、特殊教育工作者、护士、社工、心理治疗师、创造性艺术治疗师、学生,以及其他从事早期儿童教育与早期干预的工作人群。

# 目 录

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 第一部分 历史基础和理论来源             | 1   |
| 第一章 引 言                    | 3   |
| 第二章 非言语沟通:儿童早期发展和干预        | 22  |
| 第三章 “看的方式”:动作发展、表达和身体觉察    | 46  |
| 第四章 动作语言——从功能失调到创造性表达      | 74  |
| 第二部分 观察和干预                 | 107 |
| 第五章 动作观察的元素                | 109 |
| 第六章 情境中的非言语观察              | 138 |
| 第七章 见证、动觉看到和动觉共情           | 163 |
| 第八章 “看的方式”技法               | 191 |
| 第九章 动作和基于舞蹈的工具             | 217 |
| 第三部分 动作作为跨领域的工具            | 243 |
| 第十章 与父母工作                  | 245 |
| 第十一章 聚焦儿童:从非言语评估到治疗干预和教育方案 | 280 |
| 第十二章 非言语和动作观察在学校教育中的运用     | 311 |
| 结 语                        | 351 |
| 参考文献                       | 356 |
| 附录 A 动作特征印象清单(MSI 清单)      | 367 |
| 附录 B 推荐参考资料                | 377 |
| 附录 C 术语表                   | 384 |
| 致 谢                        | 393 |



第  
一  
部  
分

# 历史基础 和理论来源



# 第一章 引言

Lisa 第一次进入工作室时,眼神空洞地看了我一眼。“Lisa,你可以脱下鞋子吗?”我说。“鞋子。”她说话的时候声音很轻,但有些刺耳。“你喜欢跳舞吗?”“跳舞。”她回答道,仍然是声音柔软却没有在真正地表达,她的眼睛似乎穿透我看往某个地方。我伸出手,她轻轻触碰到它。我温柔且热情地回应着。我不想失去与她的连接,便不急着去放音乐,直接与她牵着手以简单、缓慢的步伐开始我们的舞蹈。我们在房间里来回地走。“我们在走。”我说。“我们在走。”她回答道。我能觉察她的速度略有增加吗?我试着加快我们步子的节奏。她跟随着。很快我们就手牵手在房间里快速穿梭起来。她感觉到轻风拂过脸颊,偶尔看我一眼。或许,我看到一丝快速闪过的兴奋。她步态轻盈,轻握我的手。这鼓舞了我,带着她来了一个小跳。我知道这个动作要求更高的协调性,但我想尝试一下。她一步也没落下,跟着我跳了起来。我感觉到我伸出的手掌里似乎有一只温柔颤动着的蝴蝶。“跳。”我说。“跳。”她重复着。这一次,我在她脸上看到微笑闪过,还有一声细微的感叹。现在,她的蓝眼睛一直盯着我看了,同时脸上带着僵硬的笑容。我们试着像骑马一样奔驰,滑步,侧步,昂首阔步。她鹦鹉学舌似的跟我说话,重复着我所有的动作。我们开始试着葡萄藤似的交叉,右腿往前,左腿并到旁边,右腿再穿到后面,左腿再并过去,然后再重复。起初她把这与前后交叉弄混淆了,但随着一点点的指导,她很快就掌握了。事实上,她很擅长跟随、重复和模仿。但是除了这些,还可能发生什么呢?她感觉如何?她在想什么呢?当我与 Lisa 进行经验互动时,这些念头在我的脑海里闪过。

在舞动治疗中,“经验”是一个关键词。本书中会详细讨论舞动治疗这种治疗性方法。“经验”意味着当你和一个婴儿或儿童工作时,通过跟随她<sup>①</sup>的引领,真正做她的动作,从而让你获得她对自己的感知。“经验”还包括关注对

① 本书中描述儿童时为了保持对性别公平的尊重,会轮流使用不同的代词。



你自己的反应和参与这个过程所产生的问题。舞动治疗可以被定义为治疗性地运用动作、身体觉察、舞蹈、放松技巧,来促进心智的发展,如社会性、情感、身体、认知和交际水平的提升。与这些技巧一样重要的是,治疗的初始目标就是要与孩子一起创建社会—情感关系。这是一个基本的原则。只有这样,才让进一步的成长成为可能。

在过去 60 年里,运用舞蹈和动作进行心理治疗已经发展为专业化的实践。舞动治疗的概念和方法可以适用于各种各样与婴儿、儿童、家庭、父母一起工作的专业人士。在这种情况下,舞蹈和动作的主要用途是来鼓励自我表达和理解非言语沟通,而不是为了熟悉正式的舞蹈技巧。各种动作,包括爬、跑、旋转,甚至是静止的站立,由于它们都具有交际的功能,因而都包括在舞动的范畴内。大多数父母、教师、治疗师及其他专业人士,都会努力识别和回应婴儿或儿童行为中的非言语线索。因此,可能在不知情的情况下,他们已经运用了舞动治疗性的概念。所有动作都具有潜在的交流功能,不管最初它们是如何以松散或怪异的方式表现的。动作和对动作的观察是治疗过程中最主要的工具,即使对最难以接近的孩子也能奏效。

舞蹈、编舞、创造力、自发性和游戏等这些概念,将在后面的章节中做详细解释。对于不熟悉舞蹈的读者来说,这会带来新的认识,身体作为社会—情感表达的中介所具有的力量和普遍性。本书中的讨论和案例主要来自作者的临床实践。儿童早期发展、心理学、非言语沟通和脑科学等方面的最新研究可以帮助理解舞动治疗技术是如何在治疗情境中达到治疗性干预效果的。本书具有双重目标,一是展示舞动治疗是一种颇有价值的干预或教育的方式,二是让同婴儿和儿童一起工作的教育工作者认识到,非言语沟通以及以动作为基础的活动可以在他们与儿童工作时成为颇有价值的工具。

## 第一节 艺术和科学之间的对话

儿童早期发展理论以及相关心理研究都十分重视非言语表达和非言语互动,如本书第二章及本书中的其他部分所述。虽然基于舞动的心理治疗能对儿童发展和心理起到的治疗效果可能不是那么显而易见,但来自艺术领域、动作领域和其他科学领域的研究者一直在这关乎人类情感的工作中保持长期的交流,相互支持彼此的发展。本书参考文献包含 19 世纪的和谐音乐教育体系