



严文华 著

透过心理图画
看中学生



严文华 著

透过心理图画 看中学生

图书在版编目(CIP)数据

透过心理图画看中学生/严文华著. —上海:华东师范大学出版社, 2019

ISBN 978-7-5675-8735-9

I. ①透… II. ①严… III. ①中学生—心理健康—健康教育—研究 IV. ①G444

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 046665 号

透过心理图画看中学生

著 者 严文华
策划编辑 彭呈军
审读编辑 张艺捷
责任校对 郭琳
装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 <http://hdsdcbs.tmall.com>

印 刷 者 上海昌鑫龙印务有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 15.25
字 数 221 千字
版 次 2019 年 5 月第 1 版
印 次 2019 年 5 月第 1 次
书 号 ISBN 978-7-5675-8735-9/B·1164
定 价 58.00 元

出 版 人 王 焰

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

序

蒋勋说过,在中国和世界文学宝库里,很少有描绘青春期少男少女的小说,而《红楼梦》是为数不多的描绘青春王国的小说。即使是这样一部小说,也常被人误解为是描述成人的小说,所以在戏剧舞台和电影中都是用成人和成人的方式演出的,而实际上,《红楼梦》中贾宝玉和林黛玉的年龄不过十三四岁和十一二岁,正是当代人上初中的年龄。

这种与青少年相关文学作品偏少以及青少年被误解为“成人”的现象并不是偶然的,因为在成人的眼睛里,很少能真正“看见”青少年,他们看见的,要么是更小的儿童,要么是被成人化的青年。青少年,也就是中学生所在的这个年龄群体,经常是不被看见的,不论是在思维方式上还是在行为方式上。

有一种方式能让青少年直观地“被看见”,那就是通过青少年自己画的图画。

荣格曾指出,艺术作品“用意义丰富的语言大声告诉我们,他们想表达的意义,远比他们已经说出来的更多,我们能立刻认出象征,但我们可能还无法令自己完全满意地解开它的意义。象征永远挑战着我们的思想和感情。这也许能够解释为什么一幅象征作品能那么令人兴奋,为什么那么强烈地吸引着我们,以及为什么它不单是带给我们审美的乐趣”。(Jung, 1969)

手更能画出一个人的内心。心不知道的答案,手知道。本书的主体就是由中学生及其家长的图画组成的。透过这些图画,读者可以看到,中学生眼睛里的世界是怎样的,他们如何看待与父母的关系,父母如何看待与孩子的关系。本书通过对图画的解读,力图还原中学生的内在世界。从某种意义上来说,书中的内容是中国中学生内在心理原生态的呈现。

本书内容分为两部分,第一部分是中学生自己的图画,大部分图画来自于我与《科学 Fans》和《高考金刊》两本杂志社的合作,杂志会提前刊登出我给定的主题,读者们自愿投稿以及编辑邀请作画,编辑会把收到的画稿交给我,由我来进行解读,其中大部分图画和解读都已在杂志上发表过。

这部分一共包含了 21 个图画主题、112 幅图画。这些主题是根据中学生的特点设计出来的,同时也是非常有意义的心理学议题。针对每个主题,我后会

给出心理学的解释,再呈现学生们的图画,方便读者先有总体的概念,再看到具体的图画。如果你是心理咨询师、中学心理教师或是面向中学生的心理健康教育工作者,你可以参考本书当中提到的主题,根据你的目标,为孩子们设计活动。如果你是家长,你可以透过这些图画,更多地了解和你的孩子同龄的那些中学生的内在世界是怎样的。

第二部分是中学生和他们家长共同画的图画,包括3次工作坊过程中的67幅图画。3次图画的主题分别是:“画出自己和父母/孩子”、“家庭动态图”及“家人在一起做事”。书中所使用的图画得到了参与者的书面知情同意。这些图画真实地记录了家长和孩子眼中的世界分别是怎样的。

在这一部分,我详细介绍了活动的背景、设计思路和实施过程,并且展现了具体的图画及解读。如果有对类似群体做活动的心理学工作者,可以参考书中的操作,根据具体目标设计活动。图画非常真实,如果对比第一次活动和第三次活动当中的图画,我们可以看到,参与者内在发生了变化,而这仅仅是3次干预,可以看到,图画治疗的力量是非常大的。

在这里,我有一个提醒,这本书里面的有些主题,还是会启动作画者的创伤体验,或者是重大的丧失感受,所以活动的带领者在运用这些主题设计活动的时候要进行充分的评估,在现场,如果作画者被激发起负面的感受和反应,带领者也要有足够的能力做处理。

除了传统的用眼睛阅读这本书,我还想邀请你通过自己的“手”来阅读这本书。你可以先准备空白的A4白纸、铅笔、橡皮,如果你愿意涂颜色的话,还可以准备水彩笔或油画棒。然后浏览目录页,挑选出你特别感兴趣的2—3个主题,翻到那个主题看一下我给出的指导语是什么。注意:你只需要阅读指导语部分,而不需要看我是如何做解读和分析的。根据指导语,你创作出自己的作品,并在图画的背面,写上自己的感受和联想。你可以把这些作品留着,等阅读到那个主题的时候,你再根据书中的文字和你自己当时写下的文字,对你的图画进行解读。这种体验式的阅读,会让你有更多的自我成长。

我的研究生张萌同学帮助做了本书前期的排版和整理工作。感谢她的帮助,让 179 幅图画和文字都在正确的位置上。

诚挚邀请你透过这些心理图画,看进中学生的心里面。

严文华

2018.11

目 录

序 / 1

引言 / 1

中学生图画的心理特点 / 2

第一部分 多个主题图画中的中学生 / 9

图画治疗的基本特点 / 10

图画治疗的独特性 / 10

图画与媒材 / 12

中学生的意象图画 / 14

第一篇 自然界 / 14

大自然当中的事物 / 14

蔷薇花 / 17

动物 / 23

树 / 31

山 / 37

水 / 43

第二篇 地下和其他的世界 / 51

井与井里的世界 / 51

黑洞 / 60

地下室 / 65

钥匙 / 69

成为小说或电影中的人物 / 75

	门 / 83
第三篇	宇宙 / 95
	多维空间 / 95
	天使与魔鬼 / 101
	外星人 / 107
	魔法师 / 113
	穿越 / 121
	身体里的小人国 / 130
第四篇	感觉 / 137
	愤怒的感觉 / 137
	痛苦的感觉 / 142
	分离的感觉 / 148

第二部分 中学生和父母共同作画 / 155

图画活动设计思路 and 具体操作 / 156

图画活动背景信息 / 156

设计思路 / 156

第一次图画工作坊:画出自己和父母/孩子 / 158

活动现场感受 / 158

强势的妈妈与弱势的儿子 / 159

包办和控制的父亲与想要平等的儿子 / 160

严谨的妈妈与随性的女儿 / 162

父亲的“儿童画”与儿子的“成人画” / 164

期待儿子像丈夫和“小小的”儿子 / 166
强势的妈妈和不付出努力的儿子 / 168
妈妈的幼稚画和女儿的潦草画 / 169
以儿子为中心的父母 / 171
母亲的好心情和儿子的阻抗情绪 / 173
默契的父子画 / 175
烦恼的妈妈和刻板的儿子 / 177
父亲的颤抖图画和儿子的擦拭图画 / 178
无奈的母亲和恶搞的儿子 / 180
母亲的回忆画和女儿的字符画 / 182

第二次图画工作坊:家庭动态图 / 185

活动现场感受 / 185
母亲缺席时父亲出现在孩子的画面中 / 185
父亲繁复的图画和儿子简单的图画 / 187
“为什么把我画得这么矮?” / 189
不自信的妈妈和自己的儿子 / 190
分隔开的母子与想要隐藏的儿子 / 192
和女儿很像的妈妈与漂浮的女儿 / 193
打电脑的儿子与背起妈妈的儿子 / 195
空眼人儿子与遛狗的儿子 / 197
一家三口全部出现在图画中 / 198
父亲和儿子一起做事情 / 201
看电影的母子与玩电脑的儿子 / 202
姐弟一起参与游戏 / 204

第三次图画工作坊:家人在一起做事 / 206

活动现场的观察 / 206

信任行 / 206

家庭共同作画活动 / 208

小剧场活动 / 209

姑侄共同创作的“海滩度假图” / 210

以父亲为主完成的“晚餐图” / 211

母子共同完成的“泳池图” / 212

母子共同完成的“九阳图” / 213

各自作画的母女 / 214

被认真画出的母亲 / 215

一家三口共同完成的“欢乐一家人” / 216

让儿子骄傲的父子共同创作 / 217

在图画中被反观的“母子 QQ 交流图” / 218

姐弟共同完成的“上台阶图” / 220

父子共同完成的“动物家庭图” / 221

“船撞冰山图” / 222

对图画和活动的总结 / 224

缺乏表达情绪的能力和共感能力 / 224

缺乏倾听能力 / 225

冲动性表达和冲动的行为 / 225

没有清晰的自我意识 / 226

参与者的进步 / 226

后记 / 228

参考文献 / 230

引言

中学生图画的心理特点

在图画心理方面,中学生及其图画有以下特点:

一是中学生的图画进入注重写实阶段。按照 Lowenfeld 和 Brittain(1987)的艺术发展阶段理论,个体会经历涂鸦阶段(scribbling stage)、前图式阶段(preschematic stage)、图式阶段(schematic stage)、党群一写实萌芽阶段(gang age-drawing realism)和决定阶段。经过长时间的涂鸦阶段、前图式阶段、图式阶段和党群一写实萌芽阶段,中学生的图画进入了拟似写实阶段,作品更接近实物,强调像和不像。图画创作过程也由无意识地自由表达,转到有意识、有控制地表达自己。他们尝试追求真实性,把忠实于自然、再现自然作为图画的最高标准,经常会把像或不像作为评价图画作品的准则。

二是中学生的注意力从关注创作过程逐渐转移到关注图画作品上。此前,儿童会专心致志地画画,画的过程比画什么更重要。即使完全没有美术基础的孩子,也有可能喜欢画画,不论画得多么糟糕,孩子都有可能和别人津津乐道地分享自己的图画,因为画画的过程让其特别满足,画画的过程是其无意识得到满足的过程。但随着青少年审美能力的提高,以及对环境和自我批判能力的发展,他们对自己的作品会有批判性,会忽略自己创作的过程,而用画得是否像、是否达到自己的标准来评判自己的图画,有时也会不太愿意与他人分享自己的图画。

三是更为直白,表达更直接,掩饰性更少,也会更深刻,因为直接、防御更少,有时甚至会入木三分。如图 1.87,是位女中学生画的,她直接说自己想穿越成为秦始皇。如果是成人画这样的图画,就会有很多的犹豫,也会有很多的预判,担心自己画出来之后和社会主流评判标准不吻合,而且自己是女的,穿越成一个男的是不是不好?会担心别人是否会产生不好的看法,但中学生不太会顾及这些;如图 1.11,作者用蝎子代表自己,表达出自己是一个孤单但有力量攻击和防御的女生,而且给蝎子设定的生活环境是在沙漠中。如果换一种动物和故

事设定,那种深刻的孤独和环境的险恶就会被淡化。

四是想象力更加丰富,富有意蕴,空间思维和抽象思考能力将帮助他们传神地表达出想象中的画面。中学生的想象力天马行空、精骛八极、心游万仞,虽然不是有意识地思接千载、观古今于须臾,但由于受到的束缚较成人少,再加上空间思维和抽象思考能力也趋近于成人,所以可以跨越时间和空间的限制,在一方小小的图画中展现过去、现在和未来的联结,此地和彼地的联结。如图 1.90,画的是对学校的感受,作画者把自己的愤怒、不满和担忧画了出来:“这就是不久后的未来学校的实景,只有学生傀儡和学习用品。”这还不是现实,作画者把它设定为未来。学生不仅是被线吊着、完全被动、没有思想,而且没有生命力,面目恐怖,很像骷髅。这种极具视觉冲击力的作品体现了中学生的想象力和思想性。

五是有天真幼稚和不成熟的部分。中学生处于从童年到青年转变的时期,既有青年的朝气蓬勃,又带有童年的天真烂漫,所以在他们身上也会体现出成熟与不成熟并存的矛盾性。如图 1.45,作画者对自己的图画有一段描述:“我成为死神之后,会把生人带向死界。生人是指我所厌恶的人。我会跟死神一样去杀人,但我同时还会救人。死神过着没有幸福、没有挫折、没有苦难的生活。我不想改写这种命运,我愿意享受世俗权力。”从画面中可以看出他用笔的老练,从文字描述当中,可以看出他对权力的渴望,这些是很像成人的部分。但他对死神的理想化,认为死神过着没有幸福、没有挫折、没有苦难的生活,同时他还把人分成自己厌恶的人和不厌恶的人,也就是我们俗称的好人和坏人,这些又体现了他不成熟的一面。

六是中学生倾向于夸张或者省略艺术作品当中最有意义的部分,其作品能够反映出作画者内在的世界。由于这种夸张或省略,中学生的图画有时候对比更强烈、冲突更剧烈,入木三分,视觉上十分具有冲击力。在画人物的时候,中学生有可能倾向于画出夸张的性别特征,女生的图画可能会突出胸部、细腰、苗条的身形,而男生的图画可能会突出肌肉、宽肩和强壮的身形,这表现出中学生对自己身体发育情况的不安、焦虑和期待。

七是绘画技能的自然发展在青少年时期就趋于停止,图画作品的个性化在

这个时期会更加明显。个体画画的能力有一个自然发展的过程,从完全随意的涂鸦,到能够有控制地、自主地画出线条,一直到空间概念建立,开始用写实的方式描画,能够自觉地用色彩表达自己。而到青少年时期,绘画技能的自然发展趋于停止,在迈向成熟的过程当中,个性化的差异就表现得更加突出。在此过程当中,社会文化、绘画训练、个人经历和天赋等会起作用。Feldman(1980)曾补充 Piaget 的儿童认知发展理论,提出了五个层面的发展框架:1.世界性的,即所有的人类均可达到的。2.文化性的,即在某一特定文化里的所有人都可以达到的。3.有训练基础的,即只有在某一特定文化里的少部分人经过训练可以达到的。4.特异的,即在某一特定文化里的极少数人可达到的。5.独特的,只有个别人可以达到的。有一点非常重要:没有经过专业的美术训练,并不等于创作者没有艺术性。

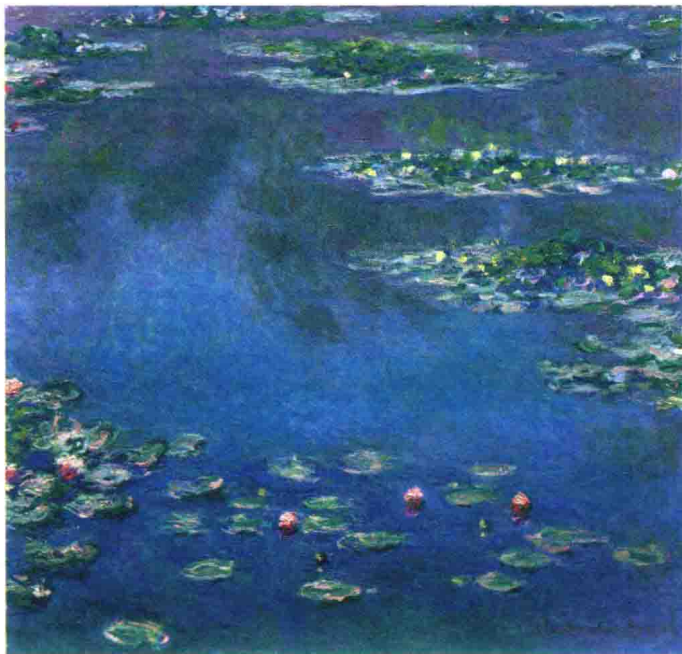
八是图画作品的类型从童年期偏重触觉型发展化分为视觉型(visual type)、触觉型(haptic type)和未定型(indefinite type)三种,或者已经有端倪。Lowenfeld(1939)提出,根据个体对外在环境不同知觉组织方法和内化的模式,图画作品可以分为三种类型:视觉型、触觉型和未定型。从图画作品中可以看出作者的类型。视觉型作者喜爱视觉刺激,关注光线照射下所产生的色彩变化和阴影。通过观察认识和熟悉环境,是一个观察者,通过眼睛描画自然。对于视觉型的人来说,物体的外表非常重要,他们是通过物体的外表去认知物体的,他们通常都是先看到物体的整体,然后才会注意到细节。他们会关注物体的外形是怎样受到光影、颜色、空气和距离的影响的。他们力图让自己的画面符合透视的原理,符合大自然当中光影的变化,追求图画与实物越像越好。

触觉型作者专注于自己的主观经验,对外在世界的感觉、对自己身体的感觉。触觉型的个体是一个参与者,在图画当中会表达自己的主观体验和情感。他们依赖肌肉的感觉和运动的经验,运用触觉、嗅觉、味觉、皮肤觉、动觉和平衡觉等感觉物体,感觉物体的质感、肌理、温度、大小和形状等。在其作品当中,作画者往往也成为画面的一部分。作画者的感受决定了线条、颜色和构图。能精准地表达一个人感受的图画才是好图画。触觉型的作画者也会采用透视的原

理来画画,但他们的透视更多是符合自己内在的感受,而不是现实当中客观的透视成像。

而未定型者则处于两种类型当中,没有明确的倾向性。他们在画画的时候缺乏明确的导向性,图画作品有拘束感。与即兴创作相比,他们更愿意临摹或模仿别人的画。

在世界艺术品瑰宝当中,我们也可以看到这两种类型的艺术品,比如米开朗基罗的雕像《大卫》、莫奈的《睡莲》、达芬奇的《蒙娜丽莎》等,都属于典型的视觉型,注重写实和逼真,注重光与影的关系,而蒙克的《呐喊》、梵高的《向日葵》、毕加索的《格尔尼卡》、康定斯基的《秋》等,属于典型的触觉型,注重表达自己内在的感受。这两种类型没有高下之分,只是认识这个世界的方式不同。



莫奈《睡莲》