

中国心理学会推荐图书

现代
心理疗法

音乐治疗

理论与实践

Music Therapy in Context

【英】梅塞德斯·帕夫利切维奇 著 苏琳 译 郑日昌 审订



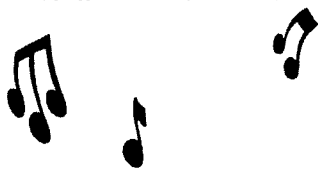
兴界图书出版公司

音乐治疗

理论与实践

Music Therapy in Context

【英】梅塞德斯·帕夫利切维奇 著 苏琳 译 郑日昌 审订



世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目(CIP)数据

音乐治疗/ (英) 帕夫利切维奇著; 苏琳译. 北京: 世界图书出版公司北京公司, 2006.1
ISBN 7-5062-7989-4

I.音... II.①帕... ②苏... III.心理学 IV.R454.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第148821号

Mercedes Pavlicevic

Music Therapy in Context. Music, Meaning and Relationship

ISBN:7-5062-7989-4/R · 117

Copyright: ©1997 Mercedes Pavlicevic

This edition arranged with Jessica Kingsley Publishers.

Simplified Chinese edition copyright: ©2006 BEIJING WORLD PUBLISHING CORPORATION.

All rights reserved.

音乐治疗——理论与实践

作 者: [英]梅塞德斯·帕夫利切维奇

译 者: 苏琳

审 订 者: 郑日昌

责任编辑: 李征 邹丹

装帧设计: 黑羽平面工作室

出 版: 世界图书出版公司北京公司

发 行: 世界图书出版公司北京公司

(地址: 北京朝内大街137号 邮编: 100010 电话: 64077922)

销 售: 各地新华书店

印 刷: 三河市国英印务有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 16

字 数: 192千

版 次: 2006年5月第1版 2006年5月第1次印刷

版权登记: 图字01-2006-0668

ISBN 7-5062-7989-4/R · 117

定价: 25.00元

版权所有 翻印必究

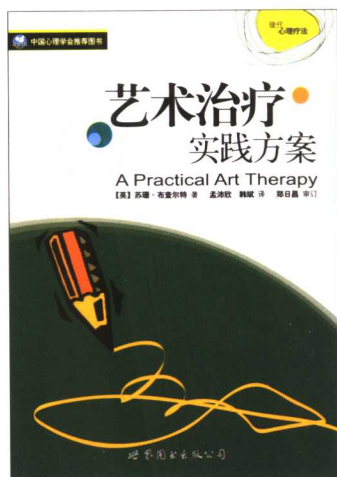
作者简介

梅塞德斯·帕夫利切维奇生活和工作在南非约翰内斯堡，是 Pretoria 大学音乐治疗计划的指导者。在那里，她从广阔的社会和文化背景下的音乐治疗实践中汲取灵感。同时，她也是伦敦诺尔多夫-罗宾斯(Nordoff-Robbins) 音乐治疗中心的学术督导者和研究员，并教授音乐治疗的硕士课程。

审订者简介

郑日昌，著名心理学家，北京师范大学心理学系教授，博士生导师。现任中国心理卫生协会常务理事、中国性学会常务理事、中国心理学会心理咨询专业委员会主任、教育部中小学心理健康教育咨询委员会副主任。主要研究领域：学生心理健康教育、心理辅导与治疗、人才选拔与职业指导、测谎与反测谎。

相关好书

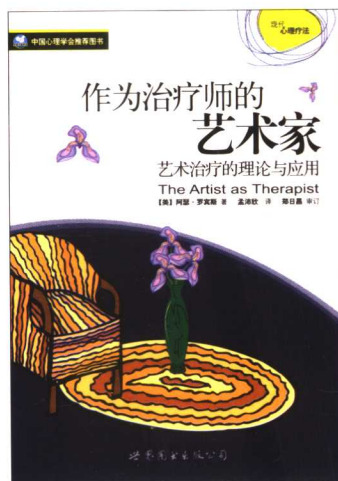


《艺术治疗实践方案》

作者：苏珊·布查尔特

定价：25元

出版日期：2006年1月



《作为治疗师的艺术家》

作者：阿瑟·罗宾斯

定价：25元

出版日期：2006年5月

邮购电话：010-64021602

网址：www.wpcbj.com.cn

试读结束：需要全本请在线购买：www.etongbook.com

Reader's Suggestion

读者意见卡

为了使我们能够向您提供更优质的服务，烦请您填写下表后寄回本公司。同时，您将可以定期收到所感兴趣的新书书讯。

您购买的书籍是：《音乐治疗——理论与实践》

您购买本书的方式是：书店 网上 报刊亭 商场 其他 _____

您从哪里获得本书信息：朋友推荐 报刊广告 网上 书店 其他 _____

您看过本书后，认为：

- 1、本书选题新颖程度：新颖 一般 不够新颖
- 2、本书译著者编译水平：好 一般 不好（原因是：_____）
- 3、本书封面及装帧设计：好 一般 不好（原因是：_____）
- 4、本书用纸及印刷质量：好 一般 不好（原因是：_____）

您感兴趣的图书类别有：

您是否希望收到我公司的定期书讯：是 否

您的建议：

您的姓名：_____ 年龄：_____ 职业：_____ 学历：_____

通讯地址及电话：_____

E-mail地址：_____

请寄往：北京朝内大街137号世界图书出版公司编辑部 邮编100010

世界图书出版公司

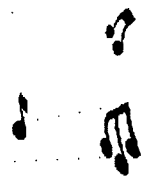
献给我的母亲
和记忆中的父亲

Iro Symeonides Pavlicevic
Milovan Trifo Pavlicevic

推荐序

音乐治疗是一门古老而又崭新的学科，它建立在众多学科的理论与实践基础之上，诸如音乐、美学、心理学、医学、精神病学、社会学、哲学和教育学等等。同时它又是一门临床应用性很强的实用学科，因此国外大量的音乐治疗学术书籍和文献资料大多注重临床技术、实验研究和案例研究方面的报告和介绍，而关于音乐治疗学科本身的理论基础研究和对于诸多学术概念的深入探讨则相对较少，这就造成了临床实用方法和疗效的研究蓬勃发展，而基础理论研究相对薄弱的现象。同时更多的研究者往往倾向于将音乐治疗的方法和实践嵌入现存的心理治疗或教育学的理论流派的框架之中，或运用这些理论流派的概念诠释音乐治疗的本质和临床实践中的各种现象。这种情况导致了音乐治疗学头重脚轻的现象，即更多地依赖其他学科的理论概念而缺乏自身的理论基础研究。甚至有些人一度认为音乐治疗没有，或不必要有自己独立的基础理论。

本书作者梅塞德斯·帕夫利切维奇从非常广阔的视野出发，从美学、哲学、医学、心理学、人类学、心理治疗学、音乐学、音乐心理学、语言学和神经生理学等不同的学科角度来分析，理解和探讨音乐治疗学的很多重要领域和学术观念，并进行了非常深刻的讨论。其涉及各种不同的学科领域之广，思辨和分析的程度之深，在音乐治疗学基础理论的领域中较为罕见。同时，作者又用大量生动的实例来注解和说明本来十分学术化，甚至难懂的理论概念，使本



书同时又让人读起来生动有趣，不那么枯燥和生涩难懂。该书在建立音乐治疗自身的理论基础方面做出了显著的贡献。

音乐治疗在欧美国家最早兴起，至今依然处于领先地位。但是美国与欧洲的音乐治疗发展道路和倾向并不十分相同。比如在美国，行为主义的音乐治疗观念占有绝对的优势，这影响到临床使用的方法大多倾向于聆听式和再创造式，而在欧洲许多国家的临床实践中，心理动力学派占有主导地位，而且更多地使用即兴演奏的方法。作者虽然大多数时间在南非工作，但是她的学术渊源背景却来自于英国，并且每年都在英国的著名Nordoff Robbins音乐治疗中心担任督导和研究者，因此该书更多地从即兴演奏的角度对音乐治疗进行诠释。在中国，很多圈内的人士更多地了解聆听式和再创造式音乐治疗方法，而对于即兴演奏式的音乐治疗方法较为陌生，因此该书有助于帮助中国的读者加深对即兴式音乐治疗的理解。

——高天

中央音乐学院音乐治疗学副教授

美国国家注册音乐治疗师

致谢

有几位同事——纽约的肯·艾根（Ken Aigen），约翰内斯堡的瓦内萨·理查德（Vanessa Richard），伦敦的加里·安斯德尔（Gary Ansdell），桑德拉·布朗（Sandra Brown），莎拉·凯尔德（Sarah Caird），简·戴维森（Jane Davidson），杰姬·罗巴茨（Jackie Robarts）和海伦·泰勒（Helen Tyler）花费了自己宝贵的时间和精力通读了我的原稿，并且给了我一些中肯的意见、批评和建议。我在此向他们表示诚挚的谢意。

创作这本书时，我还得到了其他一些人的支持，尽管不是那么直接，但却同样重要。在很久以前，每当天黑风冷的时候，朱利恩·卡特赖特（Julienne Cartwright）就为我掌灯。克洛因·特里沃森（Colwyn Trvarthen）告诉我怎样将思想形成语言，落于纸上。菲利普·克鲁格（Philippa Kruger）得忍受住山一样的文件和便条纸，还有我暴躁的脾气和进餐时古怪的自言自语。当我祖母索菲娅·卡扎明·塞缪尼德斯（Sophia Kazamin Symeonides）的幽灵在我身边徘徊不去，提醒我没有想象力的聪明才智只不过是无益的自我主义的时候，瑟巴尼·莉莲·米亚（Themban Lillian Miya）总是来安慰我。最后，约翰内斯堡的强盗和车匪帮助我意识到生命是很珍贵的：没有太多生命可供浪费。



前言

具有不同声音的治疗理论

音乐使我们感动，因为我们以音乐的方式活动——有节奏地、和谐地，按强度、重量和共鸣调整肢体动作。我们的有节奏的动作被依次连接起来，从而具有叙述性和旋律性。我们生来如此。经过训练，一位儿科神经学家能够通过评估婴儿肢体自发运动的节奏和优美程度来判断一个早产儿大脑是否健康。学习如何运动得更好，仅仅确认了我们头脑中的内部“领导者”的权威性。当我们去测量一位优秀的运动员在全面发挥时身体内的力量时，就会发现他或她的动作具有奇迹般的效率，几乎没有浪费任何能量或时间。身体各部位和大脑一起进行着优雅精确的舞蹈，用精巧的节奏来接触环境。

健康的情绪和躯体和我们的音乐性之间有着自然的连接，而不健康影响心理和躯体，干扰动作和姿态的一致性、活力和优美性。挪威音乐学家罗尔·布约克沃尔德（Jon-Roar Bjorkvold, 1992）提出，从我们运动的节奏可以估量出我们从出生到老年的各个生命阶段的健康状况。在社会中，多节奏、和谐和共鸣的活动显示了我们的活力和社交健康性。呆板、分裂和焦虑的行为方式则总是非音乐性的和不健康的。

总而言之，我们行为中切实、可见和可听音乐性往往是相通的。这就好

像我们被束缚在一个由声音组成的社会网络中，彼此之间通过连线的振动产生共鸣和同感。我们生来就有相同的运动时间生成器，拨动着相同音调的音叉，因此我们在相互传送能量的同时也伴随着即时的情感交流。所有人类都在同样的节奏范围内行走、呼吸、动作、说话。这些对我们的意识、记忆以及行动给予了时间的测度。冲动的各种变化形式表达了情绪，我们都对这些情绪很敏感。所有这些都和变化中的心情相合，而心情则通过变化的节拍和行为表达的和谐性表现出来。

这些事情明显是正确的。那么，为什么我们还要如此辛苦工作，来理解一个音乐描述能够如何探索我们心灵的疾病，而音乐治疗又是如何去治愈它们的呢？可能是因为我们变得对基本的动机不敏感吗？我们是否忽视了行为和疾病的部分原因？有没有一个针对某种新的音乐精神病治疗法的案例？

音乐治疗师梅塞德斯·帕夫利切维奇是一位训练有素的音乐家，她运用其在音乐形式和表现方面的知识和演奏技巧来帮助那些受到疾病和情绪困扰的人们，加强他们内部动机的协调。梅塞德斯有多年和那些丧失了音乐感、与他人不和谐、行为不协调的人们工作的经验。她知道经过协调的匹配和指导的音乐交流可以帮助个体更多地感到与他人的联系，更加快乐，帮助他或她在家庭和社会中更和谐、智慧地发挥作用。此外，她进行了一些独创性的研究，以确定在音乐治疗中实际上所发生的事，以及经过一系列的治疗所产生的改变。我有幸跟踪了这个工作的全过程。梅塞德斯运用她所受的音乐治疗的训练对来访者和她自己的演奏记录进行的精确而详细的分析，给我留下了深刻的印象。我注意到在她的示范中，这样的分析可以作为灵敏的诊断工具，用于区分各种情感疾病，并且跟踪治疗过程中的改善。

从这些研究中，我学到了一个有技巧的音乐治疗师所发现的关于人类表达的丰富现象。这对心理学的解释来说是一个极好的素材，而且它和语言研究，或认知功能和问题解决测试处在不同的水平上。在音乐治疗的演奏记录中，时间的安排、声音的质量、乐句和旋律的叙述形式，都清楚地呈现出了有

关演奏者内在动机的信息。记录下来的声音为大脑活动及其情感特征提供了丰富的证据。

最令人遗憾的是，在目前的心理学研究中，非言语交流的研究还仅仅是边缘性的。在那些被我们称为“会话分析”的研究中，研究人员对电影和录像进行了仔细的测量和统计学分析，证明了人类以极高的速度相互交流，并与交换的节奏同步。我们的躯体表达了意识的冲动，并且对彼此的表达做出即时的反应。音乐把这些变成直接诉诸于行为和情绪的内部感觉的声音。在这个意义的水平上语言可能是多余的。称它为“非言语的”交流还不够好，好像它仅仅是一种缺乏语言之光的黑暗。它应该有一个更好的名字。

但音乐的确是文化的产物，是训练和学习结构和解释规则的产物。因此，音乐治疗如何能够超越音乐文化的风格和传统，从而具有普遍的有效性呢？梅塞德斯以一种有趣的方法来处理这些问题。她知道音乐治疗训练能够强化意识和表达。归根结底，她的音乐素养对于她的工作来说是必须的，它给予她合理的控制、分析的工具和一套符号系统来保持详细的记录。然而，本质的音乐有它本身的能力，存在于后天培养的描述和执行技巧之下。完全没有经过训练的来访者，或公认很有技巧的听者，都可以加入到音乐创作中并表达他们自己。我们可以接受不同的“外来”音乐，甚至能够感知到它们特有的情绪或个性，就好像每一种文化的特征引导它去探索人类天性的一角。梅塞德斯在南非生活和工作过，那里的混合文化是多源的，且这些源头都具有高度的音乐性。她解释了一个音乐治疗师如何可以通过录音带随意聆听全世界的音乐，就像一个有着不同颜色的调色板一样，而这在以前是不可能的。他或她可以选择最适合于来访者目前表达和自我调节需要的曲调。

我认为意义的问题不可能是一个简单的问题。这里至少具有两个层次的意义。有一种是外在的象征性的意义，是语言可以掌握和解释的。另一种意义更直接和容易理解，更接近于行为和意识的动机。情感和情感的叙述构成了一幅画布，而对于我们的生活、我们的物质自我和我们的同伴关系的详细的记忆



就绘于其上。在治疗工作中，情感和情感的叙述将上述两层意义结合在一起。在语言化和理性化的心理分析从业者之间的斗争，以及他们和那些在动力上更直觉、更自发和个性化的，更接近于对音乐意义的积极感受的从业者之间的斗争，令人既困惑又沮丧。我们必须理解，只有将意识、对媒介的感觉和交流结合在一起，才是进入情感网络的合理途径。也就是说，我毫不怀疑音乐治疗能更直接地进入人类动机核心的关键过程，这个核心是语言永远不可能取代的。语言确实具有超越情感的力量，它是数学、辩论和理论的基本要素，是储存记忆的巨大仓库；但是在说话和思考的时候，语言只是被附加在了行为和体验的动态过程，以及与他人交谈时的感觉之上。语言中的诗意和韵律、语言的表达，处于动机和沟通能力的核心位置，而音乐可以直接地体现这一源泉。

在信息和社交庆典的音乐中，有一些东西是专属于人类的，动物不能分享。默林·唐纳德（Merlin Donald, 1991）发现在人类意识和文化的演化中有一个必要的初级阶段，这个阶段提供了通向语言、象征性思维和所有储存在文化产物中，处于意识之外的现代装备的途径。他称其为“模仿”（mimesis），意指通过身体或身体任何部分的运动，伴随着有表现力的节奏，描述非当时发生的事件和想象中的转变，用表演、跳舞或唱歌叙述出经验和感觉的能力。通过“模仿”，人类才有了将彼此的行为作为戏剧的或情节剧的信息来理解的能力。这必定就是对于现代人类而言，音乐总是承载着语言之外和语言之下的意义的原因。

我确信这是正确的理论，因为我已经在和婴儿的交流中看到了音乐的力量。妈妈的歌、动作游戏和舞蹈，以及器乐的和录制好的更普遍的“民间”音乐都对婴儿具有吸引力，能让他们高兴，让他们兴奋，使他们安静下来平静地入睡，这比语言要早好几个月。婴儿还能有技巧地参与音乐活动。他们聆听音乐并加入其中。我们生来就是有乐感的。这些音乐性是对情绪和自我调节的表达，婴儿和他们的同伴，无论是老是少，都可以分享。它会随着情感衰竭，婴儿克服了恐惧、悲伤或愤怒情绪而快速改变。

正如诺尔多夫（Nordoff）和罗宾斯（Robbins）发展出的方法所表明的，即兴演奏的音乐治疗是一种通过古老的、先天的和毕生的人类动机系统，帮助那些生活中失去了和谐一致性和同伴关系的人们的手段。它可以通过释放能量带来欢乐，这些能量很容易分享。它还可以控制愤怒和消除绝望，因此它值得发展，并在精神健康计划的各种治疗法中享有一块合理的中心位置。它值得我们进行创新的科学研究，使它的原则和程序更有效，使这些能够和其他卫生职业，特别是各种心理治疗、职业治疗、言语和交流治疗的原则和程序联系起来。对音乐治疗训练投入资金，可以节约那些花费在对动机混乱的病人不太有效的治疗上的金钱。这是对人类能力的一项令人着迷的应用，而对它是如何产生作用的，我们还了解得太少。

梅塞德斯是那些正在成长的，具有科学头脑和音乐热诚，并正在为上述问题做一些事的治疗师中的一位。她的愿望是给音乐治疗定位。我认为，在本书中她已经做了很好的工作来阐释她的愿望。

克洛因·特里沃森（Colwyn Trevarthen）

爱丁堡大学，儿童心理学和生理心理学退休教授

爱丁堡皇家协会会员

挪威科学与文化学会会员



引言

在哥白尼精神引导下

无论何时，当我走过伦敦诺尔多夫-罗宾斯（Nordoff-Robbins）音乐治疗中心一楼的走廊，看到一扇又一扇关着的门时，我就知道在那些关着的门后面正在发生一些事情：一些跟音乐有关的、私人的、自发的、对门那边的人们来说是独特的事情。

在这些关着的门所创造和定义的空间里，音乐治疗师和各种年龄、身份的人们一起，通过音乐协商、发展和维持一种治疗关系。尽管具有不同理论和实践背景的音乐治疗师对治疗中需优先考虑的事有自己独特的考虑，但是音乐是所有音乐治疗的核心。音乐是产生治疗关系的基础。它也是治疗之后，治疗师（和来访者）反省在治疗当中“发生了什么”和“意味着什么”的基础。

本书探索的是音乐治疗活动的意义。在这种情况下，音乐事件是从保罗·诺尔多夫（Paul Nordoff）和克莱夫·罗宾斯（Clive Robbins, 1971, 1977）的开拓性工作中吸取了灵感，他们俩的临床即兴演奏技术已经被广泛使用，以创造性音乐治疗为人所知。在此，通过治疗师和来访者自发的、共同的即兴演奏，运用各种有调性的和没有调性的乐器——包括鼓（drums）、钹（cymbals）、金属木琴（metallophone）、木琴（xylophone）、马林巴



(marimba)、吉他、钢琴、口风琴(melodica)、簧喇叭(reed horns)、箏(zither)和人声这一最为个人的和最基本的乐器——一个声音的世界开始成形并充实了演奏者(治疗师和来访者)的生命。通过自发的、共同的音乐行为,他们在彼此的关系中发展和延伸出独特的自我知觉。

尽管这种行为本身可能或多或少地被当成是某种音乐活动,但要为其下定义则是一个复杂、不确定,而且有时非常难以令人满意的行为,并且要冒限制、歪曲和错误地提高音乐事件重要性的风险。同时,当然了,意义可以丰富一个看似相当黯淡和没有活力的事件,使之更为多彩和微妙。

本书针对目前的一些有关音乐治疗意义的争论进行探讨,下面对它们进行概述。首先,在音乐治疗中语言是必需的吗?他们是增强了还是损害了音乐治疗活动,以及音乐作为治疗媒介的合理性?第二,由于创造性音乐治疗坚持在音乐中“固有”的治疗,并且音乐是一种艺术形式,我们能不能确信临床即兴演奏与“纯粹”的音乐即兴演奏是有区别的?第三,假如临床即兴演奏确实与音乐即兴演奏是有区别的,这些区别的本质是什么?第四,音乐治疗师怎样处理音乐中文化特殊性的细微差别?

在这里,通过在各种知识领域之间的反复循环思考,对音乐治疗的意义做出折衷,为了在这一研究中它们的潜在支持而对它们进行选择(第一章)。毫无疑问,音乐治疗是这一研究的核心,若读者想寻找有关音乐治疗专业更清楚的描述和信息,还需要参考现有的文献(Ansdell 1995; Bruscia 1987; Bunt 1994; Heal and Wigram 1991; Nordoff and Robbins 1971,1977; Priestley 1975)。

第一部分(第2章到第6章)涉及音乐理论和音乐心理学领域的知识,目的是探索音乐作为艺术形式的意义,和作为治疗的音乐形成对照。对音乐意义的关注在音乐理论家和处于各种不同位置的音乐治疗师之间产生了共鸣,范围从主张治疗完全发生在临床即兴演奏的音乐中,到主张在治疗上仅仅考虑“音乐”是不够的:为了发展音乐治疗意义的全部潜能,言语是非常重要的。第一