

戲劇——自古以來，人們一直把它當作團體傾洩之儀式；亦視之為表達情感與意象的最好媒介。如今，戲劇更成為探討心理癥結、重新學習以及自我領悟之重要治療工具。

其實，每個人參與生活，必須學習、調適所扮演的各種角色，而心理演劇正可為日常的情緒紛擾，提供了良好的解決之道。

本書寫來深入淺出，筆調嚴謹却不失生動，詳盡的介紹了心理演劇的發展、治療概況、使用技巧以及實際應用。希望讀者能透過解說和一幕幕的演劇實例，而進入心理演劇治療的殿堂、一探人類心靈的奧妙！

ISBN 957-9486-83-2



9 789579 486835

由演劇到領悟

心理演劇方法之實際應用

編著：陳珠璋 吳就君等



心理推理系列 T7

由演劇到領悟——心理演劇方法之實際應用

編 著 → 陳珠璋 吳就君

責任編輯 → 王祿容

封面設計 → 葉文苓

發行人 → 李鍾柱

總經理 → 金克剛

出版者 → 張老師文化事業股份有限公司 Living Psychology Publishers

郵撥帳號：18395080

10647 台北市大安區羅斯福路三段325號地下一樓

電話：(02) 2369-7959 傳真：(02) 2363-7110

E-mail：service@lppc.com.tw

讀者服務：23141 台北縣新店市中正路538巷5號2樓

電話：(02)2218-8811 傳真：(02)2218-0805

E-mail：sales@lppc.com.tw

網址：<http://www.lppc.com.tw> (讀家心聞)

登記證 → 局版北市業字第 1514 號

初版 1 刷 → 1983 年 12 月

初版 10 刷 → 2007 年 1 月

ISBN/957-9486-83-2

定 價 → 200 元

法律顧問 → 林廷隆律師

排版、製版 → 龍虎電腦排版股份有限公司

印刷、裝訂 → 日盛印製廠股份有限公司

* 如有缺頁、破損、倒裝，請寄回更換 * 版權所有，翻印必究 Printed in Taiwan

陳 序

台灣地區的精神科治療領域中，個別心理治療自民國四十年正式應用於門診臨床至今，已經有卅二年的歷史。另一方面，對精神科住院患者採用團體心理治療，亦可追溯至民國四十六年；約廿六年前。雖然已知心理治療中，不能忽略治療者與患者雙方面的非口語性表現，但初期的個別及團體心理治療仍以會談方式為主。

以往的觀點認為，如果精神科醫師使用非口語性的遊戲、活動為媒介進行心理治療，會感覺有點不自在，好像已跨越傳統的專業範圍似的。但出生在羅馬尼亞，成長在奧地利的 Jacob Levy Moreno（莫雷諾）（1898－1974）於1917年自維也納大學醫學院畢業後，加入精神科醫師之陣容，即創倡 Psychodrama（演劇心理治療），以對照於當時在歐洲所流行的 Psychoanalysis（精神分析），且於1932年正式應用為團體心理治療的術語。第二次世界大戰結束後，莫雷諾的影響，除在臨床上對家族治療、治療性社區及完形治療等外，對社會心理學、心理學及哲學等方面亦有相當的貢獻，尤其以人類潛能運動（human potential movement）之先驅者的身份，著實鼓動了會心團體及訓練團體之發展。

在本人的心理治療之生涯中，莫雷諾的演劇心理治療帶給我的三大啓示是：①接受心理治療之患者生活中，非口語部份居多。雖然正

統派的心理治療仍以口語性會談為中心，但本身為精神科醫師的莫雷諾認為，應強調統合性、整體性的心理治療，即應包括非口語方面的溝通；②演劇心理治療所應用的層面是支持性（角色扮演）、關係性（社會劇）及領悟性（內心劇）等各方面的整合，可視治療當時的情形，採取適當的有效方法。因此，無論在個別或團體的心理治療中，可隨機應變，故處理患者之問題上，極為方便；③為使演劇心理治療能夠達到預期的效果，須仰賴主角、導演、輔角、觀眾等有關人員的配合，包含醫療人員團隊合作的精神及接受治療對象的盡力參與等，故建立由團體中所有人員協同組成的綜合性治療陣容是相當重要的。且其實際應用對整個團體中的社會關係之調整比其他任何治療更具切實感。

基於上述考慮，在民國五十年代，角色扮演已以零星式的形態被採用於精神科各種心理治療，但在台灣地區的心理治療工作中，有系統地探討演劇心理治療之方法論是民國六十三年，並於民國六十四年四月廿八日，心理演劇首次在台大醫院成人精神復健中心正式開幕，用於治療精神疾病患者。爾後在台灣南北各地逐漸擴大使用演劇心理治療。因同道人的結合方能達成斯道的成長，在民國七十年代由有志的精神科專業人員（包括精神科醫師、心理衛生社會工作師、職能治療師、臨床心理師以及精神科護士）共同組成「演劇心理治療研討會」，經二年來的努力，已由原來的五個單位，推展到現有的十個單位。而由於參與同仁的努力，其獲致的成果亦即將成熟。將同仁的精神科臨床經驗撰寫成冊——（本書第一部），並將布拉得納（H. A. Blatner）醫師所著的關於「心理演劇方法之實際應用（Acting - In）」一書翻譯為中文（本書第二部），以供國內同道的學習、認識、瞭解及吸收「演劇心理治療」方法之參考。吾等並將以此冊作為

我國演劇心理治療的里程碑，再逐漸尋找較適合我國社會文化背景的演劇理論及實際方法。

研討會成立將近兩年時，此冊得以問世，相信對出版付出心力的同仁必甚感欣慰。此書中我們祇不過提供一些介紹性的參考資料而已。要成為真正的演劇心理治療師，則尚需經歷實際的經驗及訓練，方能將此法應用於臨床上。於此建議讀者不可操之過急，未經過適當訓練前，不應冒險以心理演劇方式實施心理輔導或心理治療工作，以免流於濫用，而確立心理輔導者及心理治療師應有的基本資格。另外，關於閱讀本書內容之順序，茲建議讀者依照自己的學習背景及實際經驗不同，應有適當的變動。對於「演劇心理治療」已有認識者，可按照本書前後順序閱讀，再以複習的態度參考第二部；祇對「角色扮演」有經驗者，可先唸第一部第壹章及第二部，以瞭解心理演劇的概要，爾後再閱讀第一部第貳章之後的各章；對「演劇心理治療」完全陌生者，可先閱讀第二部，方唸第一部較為適合。

最後在此列出有關單位名稱及對本冊有貢獻者姓名，以共享此冊之發行：

①國立台灣大學醫學院精神科（以下簡稱台大）；②台北市立療養院（以下簡稱市療）；③榮民總醫院精神病部（以下簡稱榮總）；④彰化基督教醫院精神科（以下簡稱彰基）；以及⑤高雄醫學院精神科（以下簡稱高醫）等五個單位之廿二位同仁（以姓氏筆劃順序）：
王淑嫻（市療、護士）；王興耀（台大、醫師）；吳就君（師大（榮總）、社工）；林秀華（榮總、護士）；林秀鳳（高醫、護士）；柯少華（台大、社工）；洪慧娟（彰基、心理）；徐志誠（榮總、職能）；馬淑榮（榮總、社工）；陳金柱（高雄市立民生醫院（高醫）、

醫師)；陳珠璋(台大、醫師)；陳淑卿(彰基、護士)；游文治(彰基——高醫、醫師)；黃梅羹(台大、社工)；黃碧娥(彰基、護士)；黃碧珠(彰基、社工)；楊乾雄(高醫、心理)；萬心蕊(榮總、社工)；褚增輝(市療——台大、職能)；劉惠珠(彰基、護士)；黎曉鶯(市療、職能)；鄭春梅(彰基、社工)等。

陳 珠 璋 謹誌
於民國 72 年 10 月 31 日

吳 序

想像你在大庭廣眾下受到一次侮辱，也許是一杯喝過的酒“涮”往你臉上灑過來……。

無論什麼時候想起這件事都會引起雙頰通紅……

內在的創傷是這麼地深刻，它如吸墨紙把事件的細枝末節都沾上來了。

又有一些不太顯明的東西即刻悄悄地復活……那是情緒，它會再一度雙重暴力地襲擊你。

你直燒到脖子，耳根……或者轉而蒼白……

你的心被擊碎了。

如果你擁有這些銳利且容易激起的情緒資料，那麼你很容易將它轉換到舞台上，扮演真實生活中令你心碎的事件，你不需要任何技巧，你會扮演，因為自然會幫助你。（摘譯自Constantin Stanislavski, *An Actor Prepares*, New York: Theater Arts Books 1969 P. 176）

斯坦塞拉夫斯基訓練演員着重自動自發與即興。心理劇治療法也是根據於自動自發與即興，但是二個的差異在於前者是為訓練戲劇的角色，後者是促進生活中的角色。也許有人會懷疑生活是角色扮演嗎？

我的看法是：每一個人參與生活必須學習扮演。白日過去，夜晚

到來，將寢就寢時，這種扮演感尤其真實——我不過是演出我的動機、態度和姿勢，但它不同於舞台上的扮演，而是每個人有他自己的生活舞台，每個人在他感覺的舞台上有不少多樣性的角色演出。

「心理劇治療法」引起我們想探索中國人的自動自發性，必要時從什麼地方引發？用什麼方法引發？如何有效地運用？

我們好奇、探索、尋求、嘗試。

於是我們一塊兒寫下這本書「由演劇到領悟」。

相信有興趣的人會繼續好奇、探索、尋求、嘗試。並寫出第二本、第三本……。

吳就君記札出版前

於民國72年12月1日

目 錄

陳序	序 1
吳序	序 5
第一部 國內心理演劇之經驗	1
第壹章 台灣精神科醫療機構心理劇之發展與治療概況	3
第貳章 心理劇訓練團體之成長歷程	13
第參章 走向導演之路	23
第肆章 心理演劇技巧之實例	27
第伍章 心理劇導演指引	55
第陸章 演劇心理治療於中國社會文化之應用	73
第二部 心理演劇方法之實際應用	81
緒論	83
第一章 心理劇的基本要素	87
第二章 輔角	97
第三章 雙重角	107
第四章 暖化	119
第五章 演出	135
第六章 開通過程：行爲練習、分享和閉幕	161
第七章 原則與陷阱	173
第八章 心理劇方法的應用	181

第九章 心理劇方法使用的理論基礎	195
第十章 心理劇治療者的訓練	205
心理劇簡史——J. L. 莫雷諾的傳記	215
參考書目	221
參考文獻	227
中文索引	249
英文索引	259
英文人名索引	269

第一部

國內心理演劇之經驗

第壹章

台灣精神科醫療機構心理劇 之發展與治療概況

褚增輝

前 言

演劇心理治療（簡稱心理劇）是團體心理治療的一種；它不需要任何劇本，也沒有華麗的佈景與服裝，只需要在一個小型的舞台或是一個空間及簡單的道具之下；治療者利用當時情境，特殊的演劇技巧，敏感性與創意，掌握著病人的自發性與治療方向，引導出一幕幕的即興劇。病人透過劇情的演練，而獲得心理治療及成長。這種治療方式自民國 63 年 11 月開始在國內的精神科醫療機構裏萌芽成長；至今已九年多的歷史了。著者參與了大部份的成長歷程，回顧這段日子，腦海裏浮現出「無數幕的治療劇情，許多病人真摯的投入心理劇。」、「治療者熱心及好奇的投入心理劇、部份成員能夠突破自我，而獲得成長。亦有部份成員無法渡過困惑而退却。」、「吳教授就君不斷尋找真誠的心理劇；至今日的成就。」「陳教授璋璋以永不衰竭的精神毅力；支持著心理劇向前發展。」……本文將記述這九年來台灣精神科醫療機構心理劇發展的情形及治療概況，以提供愛好心理劇者參考。

台灣精神科醫療機構心理劇發展過程

台灣精神科醫療機構的心理劇發展過程，大致可分為三個時期，

分述如下：

第一時期：

由民國 63 年 11 月至 69 年 7 月，約 5 年多時間。當年台大醫院精神科（以下簡稱台大）在陳教授璋璋與職能治療師徐小嬌小姐等推動下，由十餘位科內臨床工作人員組成國內第一個心理劇學習團體。成員開始研讀一些有關心理劇的文獻，並運用角色扮演技巧來訓練自我。這些活動引起台北市立療養院（以下簡稱市療）的臨床工作人員對心理劇發生興趣，於是在民國 64 年初「市療」亦由職能治療師田雨慧小姐與沈晟醫師等八人組成心理劇學習團體，並與「台大」心理劇團體一齊研讀文獻；彼此切磋心理劇技巧。這種活動每星期舉行一次，進行的相當熱烈。成員對這種新鮮而可發展的治療活動都深感興趣，經過五個月的學習後，於民國 64 年 4 月 28 日「台大」首先在日間留院部嘗試運用心理劇來治療精神病人。同年 5 月初「市療」亦對院內的住院精神病人施行心理劇治療。每星期舉行一次，經過五個月的實驗後，「台大」與「市療」將其研究心得分別在神經精神醫學會 64 年度學術研討會中發表「應用心理劇研究報告」。內容大致說明精神病人對心理劇的接受性、參與之情緒反應、治療意義及未來心理劇發展等等。由於實驗結果尚稱滿意，使心理劇得以繼續成長。

在心理劇的成長過程中，訓練活動是不可缺少的。「台大」從民國 63 年 11 月開始至 68 年 6 月對成員進行了 160 次訓練；內容包括文獻閱讀、角色扮演、心理劇技巧演練、導演培養、同理心技巧、敏感性訓練及培養團體凝聚力。訓練分為數個階段進行，每階段約有十名成員參與，先後共 20 餘人。由陳教授璋璋主持，同期「市療」亦舉行百餘次訓練活動，內容大致與「台大」相似。但由於院內有很多工作同仁希望接受訓練，因此團體中大部份成員輪流參加，只有少部份