

The Couch And The Stage

躺椅和 舞台

心理治疗中的语言与行动

著者◎【美】罗伯特·兰迪 (Robert J. Landy)

译者◎彭勇文 邬锐 卞茜 叶赛

- 国内引进的首部戏剧治疗专著
- 介绍戏剧治疗的历史、原理和方法
- 整合美国戏剧治疗的三大流派



华东师范大学出版社

全国百佳图书出版单位

Psychology in China

躺椅和 舞台

心理治疗中的语言与行动

【德】海因里希·施泰因 著 李德林 译
陈永明 校



躺椅和 舞台

心理治疗中的语言与行动

著者◎【美】罗伯特·兰迪（Robert J. Landy）

译者◎彭勇文 邬锐 卞茜 叶赛



华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

躺椅和舞台: 心理治疗中的语言与行动/(美)兰迪(Landy, R. J.)著;彭勇文, 邬锐, 卞茜, 叶赛译. —上海: 华东师范大学出版社, 2012. 2

ISBN 978-7-5617-9325-1

I. ①躺… II. ①兰…②彭…③邬…④卞…⑤叶…
III. ①神疗法—研究 IV. ①R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 029741 号

躺椅和舞台:

心理治疗中的语言与行动

著 者 [美]罗伯特·兰迪
译 者 彭勇文 邬锐 卞茜 叶赛
策划组稿 周洁
责任编辑 周洁
责任校对 汤定
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 上海商务联西印刷有限公司
开 本 787×1092 16 开
印 张 16.75
字 数 291 千字
版 次 2012 年 4 月第 1 版
印 次 2012 年 4 月第 1 次
印 数 1—5100
书 号 ISBN 978-7-5617-9325-1/B·692
定 价 34.80 元

出 版 人 朱杰人

(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)

序一：戏剧就是人生

莎士比亚有两段关于戏剧的台词经常被人引用，但很多人还没有注意到，那两个说法其实有点矛盾。悲剧《哈姆雷特》里说：戏剧是人生的一面镜子。喜剧《皆大欢喜》里说：世界是一个大舞台，所有的男男女女不过是一些演员，都有下场的时候，也有上场的时候，一个人一生中扮演着好几个角色。前一段话是主人公哈姆雷特说出来的，人们引得最多，甚至被很多学者当成了戏剧甚至所有艺术的学术定义——“反映论”的重要源头。那么后一段话呢？说的是不是同一个意思呢？

不是。“镜子”固然可以精确地反映现实，但是有一个前提，必须和被反映的对象保持一定的距离，要是贴在一起就啥也反映不了了。戏剧往往就是这样的，演员在舞台上扮演着“镜子”里的虚拟形象，所以多数现代剧场里有一个“镜框式”舞台，像镜框一样的台口把演员扮演的角色和台下的观众一分为二。莎士比亚时代的舞台还是三面都有观众的，还没有单向的镜框，但高于平地的舞台毕竟还是把观众隔开了。如果说世界就是舞台，那么就不会有东西把它们隔开。

“戏剧是人生的镜子”只是一个比喻，但一直被等同于传统的艺术戏剧的理论；“戏剧就是人生”并不是比喻，它是社会表演、心理戏剧以及戏剧治疗等一系列走出剧场的戏剧的理论基点，也是纽约大学罗伯特·兰迪教授这本书贯穿的主题。也许因为那段话是喜剧里的小丑说的，人们并不是太看重；相比之下，了解莎士比亚这个观点的人比知道那句比喻的要少得多。所以，《躺椅和舞台》一书的翻译太有必要了。

戏剧并不只是外在于现实人生的“一面镜子”，而更经常地是人生中难以分割的有机组成部分。无论在什么文化中，最早的戏剧的雏形都是仪式，是集体的祈愿和疗治；现代的社会戏剧还是集体的，但戏剧治疗更多的是为个人的。在读这本书之前，我对戏剧治疗兴趣并不太大，因为二十多年前我在美国求学任教时就有过一些接触，了解

到戏剧治疗是一群人服务于一个患者——在这本书里译为更中性的“案主”，和传统戏剧的一个剧组为成百上千人演出成为鲜明的对比，所以觉得戏剧治疗太奢侈了，中国人学不起。但在读了兰迪的这本书以后，我有了两点新的认识。

这本书梳理了和戏剧治疗相关的各派理论，其中不少我原来略有所知，这次阅读中发觉最感兴趣的还是兰迪本人的角色理论。他在书中也提到，我曾经在交谈中告诉他，中国戏曲按生旦净丑给角色分类的做法和他的角色类型理论有诸多契合之处。尽管戏曲的行当常常被激进的“新文化”理论家抨击为落后文化的“遗形物”，这个我们曾想彻底抛弃的前现代传统在后现代社会里愈显出其独特的价值。当然，旧戏曲里角色的分布不很合理，过分突出帝王将相、才子佳人，平头百姓极难登上中心舞台；我们可以借鉴本书中介绍的心理戏剧创始人莫雷诺的“社会计量学”，在研究中国各类社会角色的基础上，对戏曲的行当系统进行改革，使之更为丰富全面，但绝不应简单地用现代戏剧的心理现实主义理论来否定戏曲的行当和程式。世界上确实没有两片同样的树叶，也找不到两个同样的人，但这绝不意味着不能用分类的方法来研究和再现植物和人类，而只可以考察每一个单独的对象。现实主义文学理论家最推崇的“典型”是个外来词，其词根就是“类型”——type。要是没有类型和分类的概念，一切有意义的研究都无从进行。和社会角色类型有关的社会计量学和角色光谱等理论完全可以用到当今各类社会表演的设计和培训中去，甚至传统的话剧创作也有可能从中得益。

既然人的心理类型和角色类型是对各种社会人进行分析研究的结果，由此而来的戏剧治疗也可以不限于解决个别“案主”的心理问题。虽然本书的三个核心案例都围绕着一个化名为德瑞克的单个“案主”展开，兰迪在那之后还是列举了好几个面向群体的介入式社会戏剧的案例。例如凡·德·考克策划指导的“都市即兴表演”项目，就是针对多位屡次遭受暴力伤害的小学生。他结合了伯奥的“论坛戏剧”的许多方法，先让有经验的演员——教师根据相关主题呈现一出暴力的戏，当高潮出现时，要演员定格，请学生参与进来，提出非暴力的解决方式，重新导演；此后就让学生分成小组来创作，展现他们在面对同样问题时的行动；最后全班同学一起来讨论这些行动的含义。兰迪本人受考克的影响，到纽约的小学去，引导目睹了9·11恐怖袭击的学生用故事表演来克服因此留下的心理创伤，那也是集体的治疗活动。

看完全书，应该说我还是没有否定以前的那个看法——用一群人来为一个“德瑞克”服务的戏剧治疗，对于仍属发展中国家的中国来说毕竟还是奢侈了点，这样的治疗师极难培养；我们目前急需的是成千上万的能把介入生活的教育戏剧推广到所有中小

学去的老师——兰迪本人也是从教育戏剧开始他的职业生涯的，后来美国从事教育戏剧的人越来越多，他就转向了戏剧治疗。希望这也是中国有志于社会戏剧的一部分同仁将来会走的路，等到中国的所有学校都有了像音乐美术课一样的戏剧课，国家普遍富裕起来了，我们也可以来为有心理需要的人进行单个的戏剧治疗。但这本书就是现在也非常有意义，兰迪的理论和实践经验对我们正在进行的论坛戏剧和其他社会表演的设计和培训都有很大的借鉴作用。兰迪十分了解在不同的社会和文化中，各种形式的戏剧所能产生的心理作用会不一样，也很希望和上海戏剧学院谢克纳人类表演学研究中心继续已经开始的合作，考察更多的案例，进一步丰富他的理论。我们翻译出版这本书，预示着我们的合作进入了一个新的阶段。

孙惠柱

上海戏剧学院教授、博士生导师、副院长

《戏剧艺术》主编，纽约《戏剧评论》(TDR)特约编辑

序二：戏剧治疗大师—罗伯特·兰迪与其《躺椅与舞台》给我的启示

罗伯特·兰迪教授(Prof. Robert J. Landy)是我在纽约大学攻读戏剧教育时的老师,也是我在教育职场与研究中的标杆、伙伴与好友,曾邀我参与过他所主持的世界性研究案:《我们如何看神》(How we see God,已出版)与《改变剧场》(Changing the theatre, 将于2012年出版)有关台湾部分的个案研究。这次《躺椅和舞台》(Couch and the Stage)的中译本出版了!能为老师的著述做专有名词校阅并写序推荐,真是我毕生的荣幸。

回想起1987年春,我赴美国纽约大学攻读“戏剧教育”(Educational Theatre)硕士学位时,我其实并不了解什么是“戏剧教育”(我大学是影剧系毕业,1972年),以为在大学或学院的戏剧与剧场教学工作就是戏剧教育。我入门的指导教授派勒斯川特(Stephen Palastrant)建议我从兰迪教授所开设的“中学戏剧性活动”(Dramatic activities in high school)开始进入戏剧教育学习领域。当时兰迪还是年轻的助理教授,一学期下来,就一个木讷个性的我而言,他教学的风范与他《教育性戏剧与剧场手册》深厚的论述让我心仪不已。他教学风格上的温和、耐心与关心使人倍感温暖与信任,在行事上他有随和、新潮的“雅皮”(Yuppie)之感,给人一种安全感、信任感而乐于见到他、接近他的人格特质。

在兰迪的课程与著述中,我了解“戏剧教育”原来是将戏剧应用到学校、小区、公益与各种特殊团体中的一个教育学科。原来戏剧的本质不仅是有趣的表演历程与展演,其方法步骤之应用更在教学、咨询、辅导等疗育上有实质的重大功能。兰迪给我开拓了一个新的认知,乐于学习并正式迈入到这个知识领域。于是我继续修习由兰迪教授主导的戏剧治疗学程(据兰迪称我是亚洲第一个学习戏剧治疗的人)。戏剧治疗的课程让我体认到兰迪所说的:戏剧治疗是非常具创造性的学科(Drama therapy is very

creative)。课程中,让我着迷于戏剧治疗的创造性、自发性的释放与疗育效果。我再钻研麦凯瑟琳(Nellie MaCaslin)的创造性戏剧(Creative Drama)就更证实了戏剧治疗师(Drama therapist)的基础能力要从多元、创意、即兴与融合的领导能力展开。

兰迪教授是一位成果丰硕的学者、学术领域的开创者,毕生贡献于戏剧教育与治疗领域,他获得了沙特纳(Gertrud Schattner)戏剧治疗卓越贡献奖、美国戏剧协会教育卓越贡献奖、傅尔布莱特(Fulbright)学术贡献奖、葛瑞夫斯(Daniel E. Griffiths)研究奖与纽约大学的教学卓越奖等许多奖项,实在令人钦佩。他的学术成就一直是我在戏剧疗育研究与工作上努力的指标。于是我写了《创造性戏剧教学原理与实作》(上海书店出版社出版)、《教育戏剧理论与发展》等书,其中都包含了一些戏剧治疗的基本概念。我在担任中华戏剧学会秘书长时,于1995年12月在台北举办了亚洲首次戏剧治疗工作坊活动,这是为期三周由兰迪教授主持的“戏剧治疗创作研习营—济公问症工作坊”。尔后,从1996年起,我在台湾艺术学院(现已改制为台湾艺术大学)任戏剧系主任时,首开“戏剧治疗”四学分的课程、2005年于硕士班开设“戏剧治疗理论与实务”迄今。2010年,我再度邀请兰迪教授作为期三天的戏剧治疗《躺椅和舞台》的演讲与工作坊,使我更深地认识他对个案的持续研究、推展与最新的疗育理论与解析。受此激励,我也计划出版下一本专书,它将以兰迪的理论与著述为基础,以我在台湾20余年来所做戏剧治疗教学与实务的个案分析,期望能有包容中西的戏剧治疗理论与实务的论述出版。

兰迪教授的新作《躺椅和舞台》,是他所主导的案例分析,其中包括发展多项戏剧治疗法闻名于世的最重要三种模式,即:角色法(Role Method)、心理剧(Psychodrama)与发展转化法(Developmental Transformations)之理论、案例分析与操作实务。一般认为戏剧治疗多以团体进行,而本书三个方法的案例却都是以德瑞克(Derek,化名)为案主,以个别一对一的方式治疗。角色法的治疗师由兰迪担任,心理剧是妮娜·葛西亚(Nina Garcia),而发展转化法是大卫·约翰逊(David Read Johnson)。通过对治疗师与德瑞克进行工作的完整纪录,让我们很清楚翔实地看到了治疗师是如何从暖身、主活动到完结式所进行的完整互动疗程。每一个治疗活动后的个案分析,都让我们了解到治疗要素中的关键问题,如:两极性的情绪与距离、虚构与真实、口语与非口语的表达、行动与反思、指导性与非指导性行动的响应、移情与反移情等治疗内涵的评估与疗效分析。相信读者很容易就能从历程与分析中掌握戏剧治疗三种模式的基础理论、程序、方法与评估。

我希望读者能从头至尾看完治疗师与案主的完整表演经过。因为表演的精髓在于“此时此地”(here and now)的人际互动力量。表演是如此的真实有影响力,让人能够不自觉地、自发性地去反思(reflect)、同化(assimilate)、调适(accommodate)与组织(organize),从而建构一个更满意、更能被接受的自我。我相信本书的内涵与知名学者孙惠柱教授大力倡导的“社会表演学”的重点是相同的,那就是“表演”从古自今一直对整个人类在社会、心理、道德、精神与美学上都具有重大的贡献。兰迪教授这位戏剧治疗大师在《躺椅和舞台》论述中所记录下的表演个案在戏剧疗育上的历程与分析,正是最好的案例印证。在此,我也特别感谢彭勇文博士的筹划与翻译小组各成员的精实翻译,因为他们的功力与不辞辛劳的付出,才使本书得以付梓。

台湾艺术大学戏剧系教授

2012年1月

序三：心理治疗的艺术性

我是一名长期从事精神分析治疗的精神科临床医生，精神分析所具有的独特的理解人类心理痛苦的视角，一直吸引、推动着我能在职业生涯中不断走到今天。然而，精神分析作为一种心理治疗方法，从创立开始一直到现在，就饱受各种挑战和质疑，精神分析是否科学？是否有循证的证据？是否有客观的疗效指标？是否有明确的操作步骤和治疗时间？等等。确实，作为一种需要被大家广泛接受的心理治疗方法，需要去回答这些质疑，但我更重视在本书中所说的，在理解一个案主心理痛苦感受的时候，治疗师个人就是一把尺度，会有主观性，因为我们面对的是各自有着独特经历和人生体验的人。因此，我认为心理治疗的实践是需要追求艺术性的，忽略了这一点，心理治疗将索然无味。

罗伯特·兰迪教授的《躺椅和舞台：心理治疗中的语言与行动》一书从一开始就深深地吸引了我。我看过很多精神分析发展史的书，也了解不少精神分析发展过程中的很多大师级人物的理论和实际，但我第一次看到，这本书是从弗洛伊德、奥托·兰克、荣格、欧内斯特·琼斯、费伦奇、威尔海姆·赖希、温尼科特等大师的个人性格命运和追求，来串起他们治疗方法以及风格是如何形成的，用身体表达和戏剧元素这一独特的视角，展现人类在摆脱心理困扰、发展生命能量和体验方面的不懈努力，的确很有启示。

作为一名心理治疗师，我特别认同以下这句话：治疗师就是案主的戏剧表演客体，治疗师在患者崎岖不平的发展性转变旅程中通过动作来欺哄、玩笑、游戏、刺激、挑衅、支持和提供反馈给案主。个别和团体治疗中出现的移情和反移情都是在戏剧的框架内被表演出来、并被转变的。当案主发展出一种更强的能力来自发地表演时，就能够对人格面具和作为人的治疗师有更亲近的感觉。罗伯特·兰迪教授在深入介绍戏剧

治疗的三种基本形式即心理剧、角色法和发展转化法的时候,采用三位戏剧治疗师和一位共同的案主德瑞克进行工作的形式,很像我们现在心理治疗学术会议时候喜欢搞的形式,即各大心理治疗流派 PK。能让大家感受和领略到各种方法的魅力和精髓,又体会出各种方法共同点多于不同点。

毋庸置疑,这本书的翻译团队是一个精妙的组合,最大限度地使这本书的学术准确性和可读性达到了完美的境界。期待这本书会带给中国在这一领域中感兴趣的朋友们很大的收获。

张海音

上海市心理咨询中心主任

上海交通大学医学院医学心理学教研室主任

上海市精神卫生中心临床心理科主任

译者序

我是从心理剧这扇“门”进入戏剧治疗领域的。2007年1月和2008年2月,我在上海两次参加了心理剧创始人之一莫雷诺夫人(Z. T. Moreno)的学生、美籍华人龚铎博士组织的心理剧培训工作坊。我作为辅角或替身参与到她工作坊中多位主角的心理剧中,配合导演帮助主角获得情绪宣泄、认知转化和个人成长。在这个过程中,我自己也产生很大的触动,感受到心理剧的真实作用,学习了心理剧的方法。

在随后的研究中我了解到,心理剧经过六十多年的发展,已经相当成熟和完善,它不仅应用在心理辅导和治疗上,还拓展至教育、培训、社区活动等多个领域,成为许多教师、培训师和社会工作者的一种有效工具,帮助人们舒解心理压力、缓和内心冲突、处理人际矛盾。于是,我尝试将心理剧应用于大学生的思想教育工作中,让学生们通过替身、辅角、角色互换等方法进入到他人的角色和行动中,或在一旁冷静观看和倾听自己内心多种声音之间的冲突和对话,从多个角度来观察、思考和解决他们现实生活中遇到的学业、情感、家庭等方面的问题。这些尝试获得了学生们的积极响应,产生了良好的效果。

2008年3月,我到纽约大学做访问学者,戏剧在心理治疗领域的应用是我研究的主要课题之一。在人类表演学大师谢克纳教授的引荐下,我认识了兰迪教授,他是纽约大学戏剧治疗系主任,“美国戏剧治疗师协会”的创始治疗师,国际期刊《艺术心理治疗》(*Arts in Psychotherapy*)的荣誉退休主编,出版了多部学术性著作,在国际教育戏剧界、戏剧治疗界享有很高的声名。他同时还是一位剧作家、演员、导演和作曲家,拥有丰富的艺术创作经验。他对中国文化也非常喜爱,早年学习过太极拳,数次到台湾讲学、开设戏剧治疗工作坊。我俩一见如故,他热情邀请我参加他和同事组织的戏剧治疗工作坊,让我了解到戏剧治疗在心理剧之外的其他形式,还把《躺椅和舞台》的原

版书赠送给我。

这本书凝聚了兰迪教授在戏剧治疗领域近 20 年研究、探索和实践中所获得的思想精华和宝贵经验,第一次捧起它,我就被深深吸引。从古老的萨满仪式开始,他比较了传统的心理治疗与弗洛伊德所开创的以精神分析为代表的心理治疗。在对精神分析理论的研究中,确立了行动性、戏剧性心理治疗的早期理论开拓者和实践者,如荣格、兰克、费伦齐和赖希等人。正如他在书中指出:“在冒险中,他们开辟了一条道路,让其他人能够公开宣布:通过头脑与身体、想象和心灵的通道所进行的宣泄性和创造性表达,是具有很强的治疗效果的。……这些创新者开辟出的道路,让后来者不久就在行动性、戏剧性的心理治疗中发挥了引领作用。”

随后,他对比了戏剧治疗的三种方法:莫雷诺开创的心理剧、兰迪本人创立的角色法和大卫·约翰逊创立的发展转化法。从情感和距离、虚构和现实、言语和非言语表达、行动和反思、指导性和非指导性行动,这些两极性或维度对每种方法进行了深入研究,清楚地阐述了每种方法的特色。他认为,这些方法之间的共性远胜于个性差异,其内核是一致的,有着共同的假设,持有一种整体治疗的观念,都以戏剧性行动、角色性表演作为治疗的基本手段,通过激发、释放和包容情绪来开展工作,最终的目标都是为了追求平衡和整合,实现案主内心的某些转化。正因为如此,这三种方法在实践中经常相互借用,从而形成一种通用的模式。

读完这本书之后,我立刻决定将其翻译、引进到国内,因为目前戏剧治疗的书籍绝大部分由香港或台湾翻译,兰迪的多部著作就是在台湾出版,在大陆传播并不多,影响面很有限。而国内包括戏剧治疗在内的艺术治疗正处在起步阶段,急需这样兼具理论性和实践性的专业著作。兰迪教授知道我的想法后,欣然应允由我牵头组成翻译团队着手此事。

本书的译者共有四位。邬锐是上海戏剧学院人类表演学专业的博士研究生,知识渊博,学养丰厚,曾翻译、审校过三本专著和多篇学术论文。他善于领会、把握比较艰深的理论,因此承担了本书第一、二、三章的翻译任务。我在国内多次参加并实践过心理剧,在美国期间也亲身体验和学习过戏剧治疗的角色法,因此,我负责本书第四、五章的翻译。第三位译者是上海精神卫生中心的卞茜副教授,她的研究方向是学校精神卫生服务、青少年心理行为问题心理治疗等。她不仅翻译了本书的第六章,而且对书中出现的有关心理学和心理治疗领域的问题提供专业咨询。第四位译者是叶赛,她毕业于北京大学艺术学院,获得艺术学、心理学双学士学位。2010 年,她经我推荐成为

中国大陆第一位到纽约大学跟随兰迪教授学习戏剧治疗的研究生。她对本书的第七、八、九章进行了初译,后由邬锐对其译稿进行了润色和完善。为保证全书专业术语和翻译风格的统一,尽可能确保翻译质量,在译者们相互审校的基础上,我对全部译稿进行了逐字逐句的最终校阅。上海大学外语学院的俞建村副教授也为本书疑难部分的审校付出了许多时间。

我们都是怀着推动国内戏剧治疗事业发展的宏愿,在繁忙的工作学习之余,挤出时间来翻译这本专业性很强的书。对书中可能出现的纰漏,我们恳请读者指正和原谅。

上海戏剧学院的孙惠柱教授、台湾艺术大学的张晓华教授和上海精神卫生中心的张海音教授在百忙之中为这本书写了推荐性的序言,从不同角度阐述本书的精要和出版的意义。对他们,以及所有为这本书的翻译、出版提供支持的朋友们,我们在此深表感谢!

彭勇文

上海戏剧学院谢克纳人类表演学研究中心

Pengyongwen@126.com

2012年2月

中文版前言

几年前,我与彭勇文博士有幸一见。当时,他作为上海戏剧学院的一名教师,来到纽约大学做访问学者,由于个人兴趣和专业的原因,他想更多地了解戏剧治疗。我们相谈甚欢,勇文读了我的一些书,还参加了我带领的几个戏剧治疗工作坊,亲身体验了戏剧治疗的实际操作。

勇文回国之前,邀请我去曼哈顿的中国城共进午餐。他领着我先去参观了一家传统的中草药店。在那里,我看到店员们小心翼翼地称量和混合大块的植物根、晒干的植物和动物组织时,我为那些奇特药物的气味与形状所深深吸引,它们与美式药店里零售的小药片和胶囊简直是千差万别。

勇文告诉我,他幼年生病时,家人会用植物的根为他熬制中药茶来治病(有时味道很难闻)。他对我说,我的戏剧治疗理论和中医的哲学原理很像。我逐渐意识到他是正确的,我对于表演作为治疗手段的理解真的受到了传统中医及其哲学的极大影响。

我的许多同事认为,戏剧治疗的目的是转化(transformation),但我的看法和他们不同,我认为其目的在于构建不同元素之间的平衡与和谐。事实上,通过建立角色的分类系统,我把人的行为归到六个不同的领域,分别是身体的、认知的、情感的、社会的、灵性的和审美的领域。这六个领域很大程度上可以对应中医的金、木、水、火、土。我还意识到,以上这两种模式都是为了解释动态的人类生态系统,它会努力让因自然和身体的能量而失衡的系统重新获得平衡。用西方的观点来看,假如我总是被郁闷的想法缠绕,我就需要一种治疗来激发热情。用东方的观点来看,我是被水的黑暗和冰冷所主导,因此我可能需要在火的温暖中找到平衡。

戏剧治疗的核心概念是,人生如戏,各种人物所追寻的目标常常超出他们的能力范围,当他们发现自己作为人类的局限性时,就需要一个向导来帮助他们走完人生的旅程。

这个向导可能是一个超自然的人物，如《西游记》里的佛或菩萨，也可能是一个巫师，如《绿野仙踪》里面的欧兹，还可能是一个朋友，如《哈姆雷特》里面的霍拉旭。在戏剧治疗过程中，这个向导就是治疗师，他会帮助案主引导他们自己。在我看来，戏剧治疗的目的就在于让案主能够生活在矛盾之中，生活在由英雄、目标、阻碍和向导构成的关系之中。

本书介绍了戏剧治疗的历史由来，将其置于萨满治疗实践的传统之中，也置于西方精神分析和各种行为及人文心理治疗形式的传统之中。本书译者有四位，其中一位是叶赛，她是第一位从中国大陆到纽约大学学习戏剧治疗的研究生。我要感谢她的母亲、我的朋友叶丹女士，是她资助了本书的出版，让它得以与中国读者相见。

中国已成为世界舞台上的经济大国，但高速的发展和变化无疑将带来一些心理问题。中国人将如何面对和解决这些问题？是向西方学习认知行为的谈话疗法和精神药理学？还是遵循中医的传统用一些细腻的方法来调理心理疾病？这个问题还有待回答。我的判断是他们将整合这两种文化，形成独特的方法。在保留中医理论和实践的基础上，专业人士可以考虑将戏剧治疗与其培训和实践结合在一起。戏剧治疗作为一种实践，最远可追溯到萨满，最近的则可见于各种创造性艺术在教育 and 治疗领域的专业应用，它必将为戏剧的社会应用带来一股新风。因为戏剧不只是一种娱乐的审美形式，它更是治疗和再创造的形式。

我的朋友、上海戏剧学院的孙惠柱教授，正致力于将戏剧引入公众教育，如今又开始将其引入心理治疗之中，他的方法是应用中国戏曲角色类型的古典形式。这些角色类型与我的角色分类法中的那些类型一样，提供了一种文化相关形式，可以被学习、被表演出来，帮助人们认识人性中的美与丑。

我将本书献给我的中国朋友、学生和同事们，他们处在运用表演艺术的超凡力量开展社会教育的第一线，不仅提供了娱乐，更提供了教育和治疗，推动社会的积极发展。本书的这些知识对中国人来说并非全新的，在中国数千年的文化中早有体现，如医学、戏曲、道家哲学、宗教和各门派武术，对此我倍感鼓舞。

罗伯特·兰迪

纽约大学戏剧治疗系主任
教育剧场及应用心理学教授