

■ 实用临床心理学书系

拼贴画 心理疗法

コラージュ療法実践の手引き

[日] 森谷寛之 / 著 吉沅洪 / 等译



重庆出版集团 重庆出版社

■ 实用临床心理学书系

拼贴画

コラージュ療法実践の手引き

心理療法

[日] 森谷宽之 / 著 吉沅洪 / 等译

COLLAGE RYOHOU JISSEN NO TEBIKI

Copyright © 2012 Hiroyuki Moritani

Chinese translation rights in simplified characters arranged with KONGO SHUPPAN
through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo

本书中文简体字版由日本金剛出版株式會社獨家授權重慶出版社
在中國大陸地區出版發行。

版貿核渝字(2016)第062号

图书在版编目(CIP)数据

拼贴画心理疗法 / (日) 森谷宽之著; 吉沅洪等译.
—重庆: 重庆出版社, 2017.9

ISBN 978-7-229-12427-4

I. ①拼… II. ①森… ②吉… III. ①精神疗法
IV. ①R493

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第161676号

拼贴画心理疗法

PINTIEHUA XINLI LIAOFA

[日] 森谷宽之 著 吉沅洪 等译

责任编辑: 刘 喆

责任校对: 刘小燕

装帧设计: 卢晓鸣



重庆出版集团 出版
重 庆 出 版 社

重庆市南岸区南滨路162号1幢 邮编: 400061 <http://www.cqph.com>

重庆出版社艺术设计有限公司制版

重庆市国丰印务有限责任公司印制

重庆出版集团图书发行有限公司发行

全国新华书店经销

开本: 710mm×1000mm 1/16 印张: 14.25 字数: 260千 彩插: 8

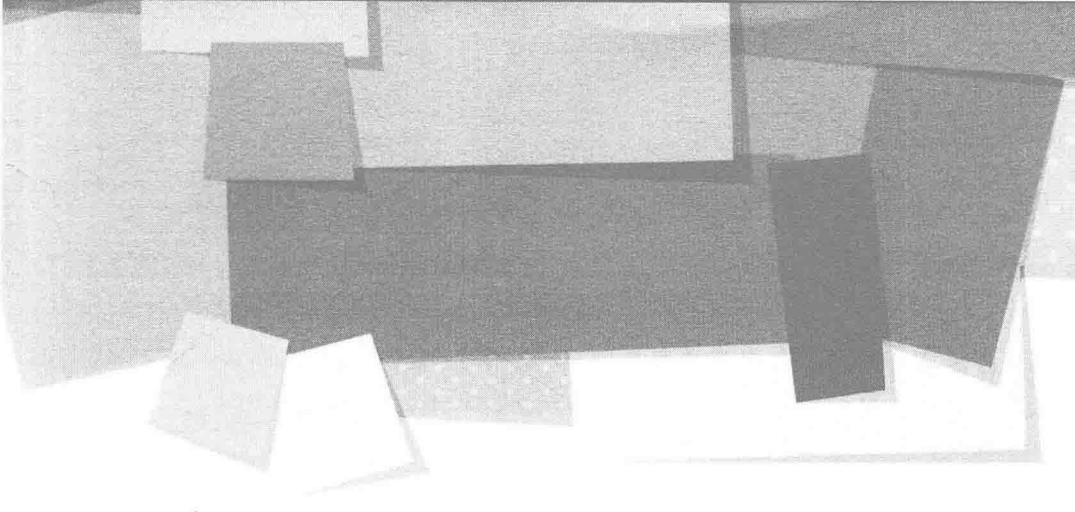
2017年9月第1版 2017年9月第1次印刷

ISBN 978-7-229-12427-4

定价: 42.00元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-61520678

版权所有 侵权必究



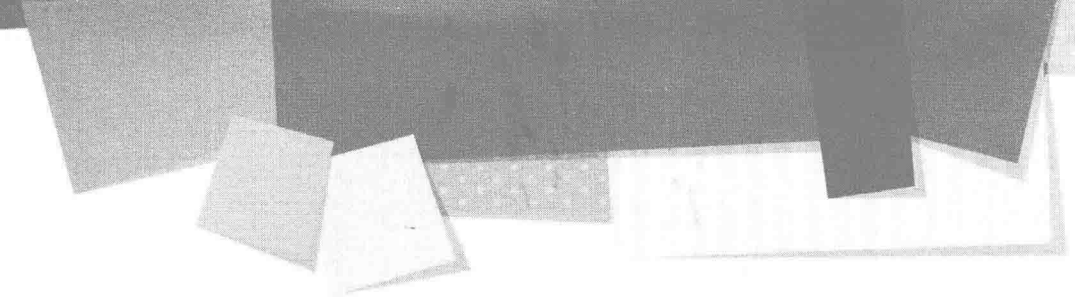
中文版序

这次能够将我写的有关“拼贴画心理疗法”的专业图书，介绍给中国的各位同仁，我感到非常高兴、非常荣幸。

拼贴画心理疗法是1987年5月，我一边思考“如何能在缺少箱庭道具的地方，正常实施箱庭疗法”，一边和朋友交谈时，突然想出、命名和提倡的一种方法。拼贴画心理疗法只需剪下图画、照片或文字，粘贴到底纸上。它是一种非常简单的方法，但是适用范围非常广泛。

拼贴画心理疗法，大体具有如下特征。

1. 只需“剪下，粘贴”。操作简单明了，不需要特别的技巧。
2. 对不擅长语言表达、不擅长绘画的人也适用。
3. 不需要任何费用。可以用一些废弃的旧杂志等物品作道具。
4. 不限场所，不限国籍。即使是在狭窄的屋子里，也可以实施。
5. 从小孩到老人，适用于任何年龄段的人。
6. 从精神疾病、神经症患者，到健康人群，都可以使用拼贴画心理疗法。适用范围广泛。
7. 每次（面谈）都可以重复使用。
8. 不仅适用于个人面谈，也适用于团体辅导。
9. 被认为是一种非常安全的技巧。因为使用的道具是日常生活中常见的素材，且来访者有中途停止创作、拒绝创作的自由。
10. 创作出来的拼贴画作品，可以用来进行心理测试、心理评估。另外，一段时间以后回顾拼贴画作品，可以分析心理治疗的进展情况。



11.在“剪下，粘贴”的拼贴画心理疗法中，来访者创作出的作品，表现形式非常多样。

以上就是拼贴画心理疗法的一些基本特征。

这次能将我的这本书介绍到中国，都是托了吉沅洪老师的福。日本京都文教大学于1996年建校，吉老师就在那里就职。1998年的时候，我也到了京都文教大学和吉老师一起任教。由于有了这样的缘分，在第一届表达艺术心理疗法国际学会（苏州，2007年8月）的工作坊中，我对自创的“九分割统合绘画法”“拼贴画心理疗法”这两种方法，进行了详细的介绍和讲解。吉老师当时帮我做了全程翻译。另外，当时也得到了苏州大学陶新华教授的很多支持。2009年的时候，由于桑志芹教授的关照，我能够在南京大学举行研修会。我真心地感谢这些中国同行。

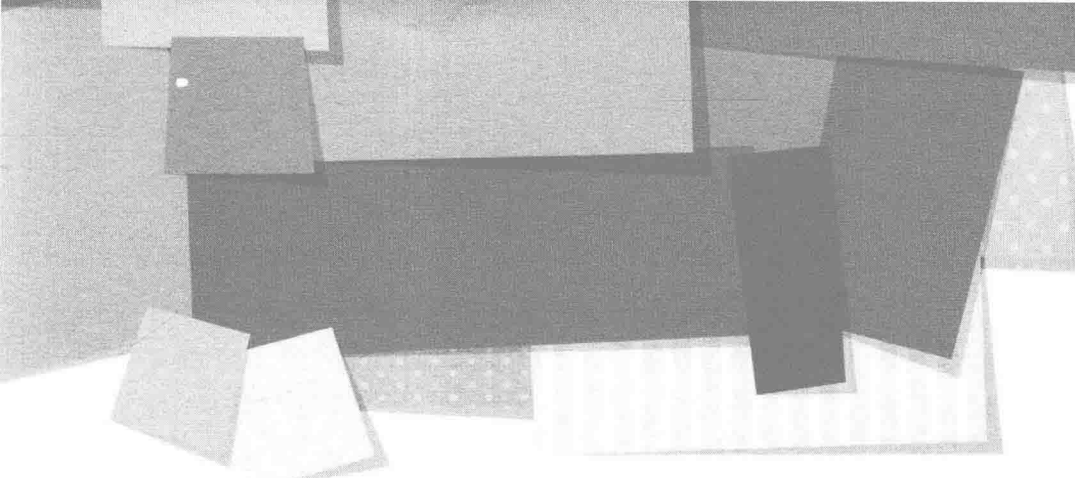
在此，向以吉沅洪老师为首的，担任本次翻译工作的唐妍老师、汪为老师、陈婷婷老师、祝心怡老师、马珊珊老师，致以衷心的感谢。另外，也衷心感谢在中国为我做口译的许英美老师。

这次能为中国心理健康事业的发展做一些事情，我感到非常高兴。

衷心希望今后能够相互交流、共同发展。

森谷宽之

2016年4月18日



序

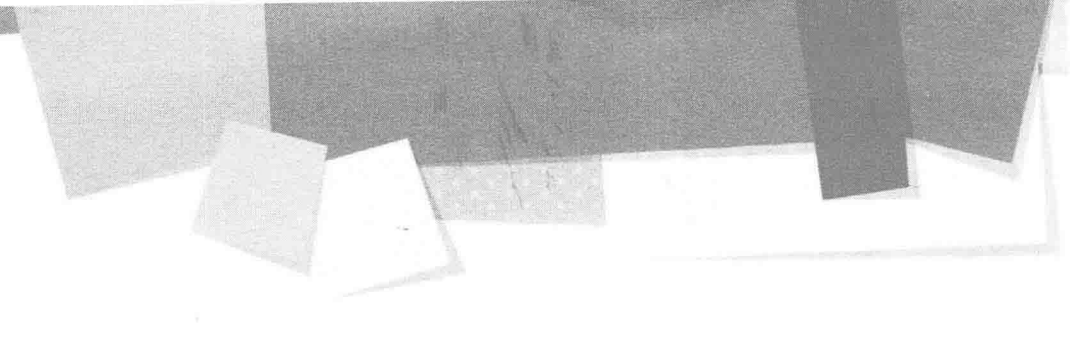
拼贴画心理疗法，是笔者在1987年尝试扩展箱庭疗法的适用范围时无意中创造出来的一种心理治疗的方法。也可以说，这是一个结合了毕加索的美术拼贴画的艺术价值和箱庭疗法的经验的再发现。

拼贴画心理疗法只要使用一些废弃的杂志或宣传册等，用剪刀剪下上面的图画、照片或文字，再在底纸上进行拼贴后用胶水粘上即可。如此简单明了的方法，不仅适用范围极其广泛，同时也具有深刻的内涵。从精神病或神经症患者到普通健康的人群，从幼儿至老人，几乎适用所有的年龄段和不同的病症。可以说这是艺术疗法之中适用范围最广的一种疗法。

近年，想从基础开始学习拼贴画心理疗法的心理咨询专业人员开始逐年增加。但事实上，能够应用于实践的基础性教材至今仍然处于摸索阶段。至2006年出版的一系列“拼贴画心理疗法”的相关图书，由于内容有误等各种原因当下几乎都已经绝版了。因此，伴随着推进教育研究的发展，出版基础类参考书已是大势所趋。笔者也认为，拼贴画心理疗法作为艺术疗法之一，必须在正确记载其历史事实的同时流传下去。

本书以笔者于过去20多年里，在日本心理临床学会、日本临床心理士会、日本箱庭疗法学会、日本游戏疗法学会，以及其他各类“拼贴画心理疗法研究会”中所使用的讲义内容为基础编写。随着笔者拼贴画心理疗法经验的深化，把这20多年来相关研究在学界中的发展等内容都充实贯彻于其中。

本书分成第一卷和第二卷两个部分。第一卷主要叙述了拼贴画心理疗

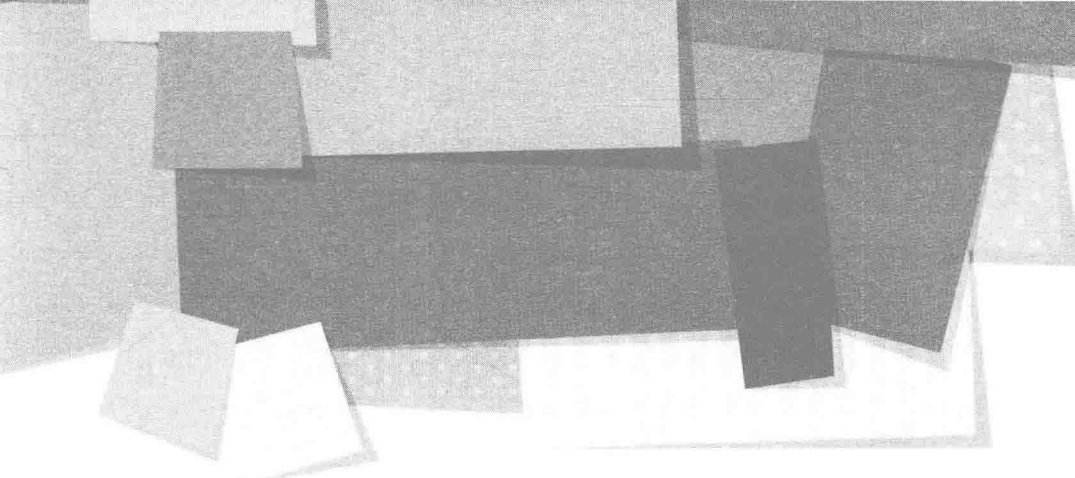


法的构思历程和理论背景，又溯本求源，回顾了日本20多年的拼贴画心理疗法历史。在第二卷里，则记述了拼贴画心理疗法的实践方法。有不少读者喜欢直接从第二卷开始读起，其实也无伤大雅。但是请切记，如果对拼贴画心理疗法的基础理论一无所知而只是实践“剪贴”的话，发生危险的可能性是非常大的。此外，如果认为疗法实在是过于简单，因而不自觉忽略了背景知识的话，很容易产生一些认知上的误解。因此笔者想要劝诫读者们，一些单纯的方法论背后的基础性理论学习是十分必要的，本书的特色之一也正是作为此类基础性教材而著。就像笔者在第一卷里所说的那样，迄今为止已经出版的拼贴画心理疗法相关论文或书籍中几乎都省略了这部分内容。并且不少文献也没有明确记载拼贴画心理疗法的相关由来、先行研究甚至一些典故出处。这类违反研究原则的行为是需要防微杜渐的。

最后，无论是拼贴画心理疗法初学者从基础开始学习拼贴画，还是有过拼贴画心理疗法实践经验的读者再次考察和确认至今为止的经验和基础理论，请务必阅读此书。谢谢。

森谷宽之

2012年3月



目 录

中文版序 / 1

序 / 1

第一卷 拼贴画心理疗法的由来

第一章 拼贴画心理疗法的开发过程 / 3

第一节 研究开发的制作动机——需要是发明之母 / 3

第二节 构思,假说,突破 / 5

第三节 面向心理临床实践出现的各种技术性难题 / 10

第四节 确认效果——心理临床实践能力的必要性 / 12

第五节 理论化 / 12

第六节 最初的公开报告 / 12

第二章 拼贴画心理疗法的构想及其理论背景 / 18

第一节 卡尔夫的《卡尔夫沙盘疗法》 / 19

第二节 《箱庭疗法入门》中的“箱庭疗法” / 21

第三节 《托普斯的知》中的“箱庭疗法” / 22

第四节 森谷的“构想”——“现成品(Ready-Made)的组合”的意义 / 25



第五节 从艺术到艺术疗法(心理疗法) / 26

第六节 所谓“疗法” / 46

第七节 来访者创造的拼贴画 / 50

第八节 总结——拼贴画的复数坐标轴 / 52

第三章 拼贴画心理疗法的发展历程 / 56

第一节 箱庭疗法和拼贴画心理疗法的历史年表 / 56

第二节 研究背景——拼贴画心理疗法的前期研究 / 65

第三节 日本拼贴画心理疗法的初期文献 / 67

第四节 海外的初期文献 / 68

第五节 《杂志·照片·拼贴画》(Magazine Photo Collage) / 73

第六节 解题——MPC法和拼贴画心理疗法 / 74

第七节 拼贴画心理疗法研究的发展 / 80

第二卷 拼贴画心理疗法的应用

第四章 拼贴画心理疗法的应用方法 / 87

第一节 制作步骤 / 87

第二节 制作前的准备 / 89

第三节 裁剪素材的准备方法 / 91

第四节 收集剪切素材的方法 / 94

第五节 应该收集哪些素材 / 95

第六节 拼贴画制作中的态度 / 102

第七节 拼贴画制作后 / 105

第八节 团体中的制作实习 / 105

第九节 各种各样的研究 / 108

第五章 拼贴画心理疗法的评估 / 111

第一节 箱庭疗法的评估及其思考 / 112

- 第二节 评估的基本思路 / 114
- 第三节 作品的评估——各种各样的判断标准 / 121
- 第四节 有关判断标准的意义 / 123
- 第五节 根据主题的评估 / 131
- 第六节 症状的评估 / 131

第六章 拼贴画作品以及心理发展课题的主题 / 132

- 第一节 埃里克森的社会心理发展理论概要 / 132
- 第二节 拼贴画作品的发展变化——从统计调查的数据来看 / 138
- 第三节 小学生的拼贴画作品 / 142
- 第四节 青春期——中学生的拼贴画作品 / 149
- 第五节 成年早期——20岁组的拼贴画作品 / 155
- 第六节 壮年期——成人期的拼贴画作品 / 159
- 第七节 老年人的拼贴画作品 / 162
- 第八节 总结:贯穿拼贴画作品中的“旅行”主题 / 163

第七章 拼贴画心理疗法的实践 / 165

- 第一节 不登校学生的拼贴画心理疗法个案 / 166
- 第二节 抑郁性神经症来访者的拼贴画心理疗法个案 / 176
- 第三节 总结 / 185

译者注 关于“不登校”的日本文化概念 / 186

参考文献 / 190

后 记 / 214

译后记 / 216

第一卷 拼贴画心理疗法的由来



第一章 拼贴画心理疗法的开发过程

2009年8月份，笔者在日本拼贴画心理疗法学会设立的主题演讲中，将研究分8个探索阶段进行说明，即：1.制作动机；2.构思，假说，突破；3.实践——技术性困难的克服；4.确认效果——心理临床实践能力的必要性；5.理论化——知识的积累；6.公开报告——与先行研究的关系；7.来自其他研究者的重复实验，验证，批判；8.普及——研究会，学会（森谷·西村，2010）。本书第一卷在这些内容的基础上，叙述关于笔者的拼贴画心理疗法开发的各个阶段。第一章是上述的1—6阶段，换言之，叙述到公开报告为止的这段路程。理论化的详细过程在第二章中叙述。报告后的关于普遍推广的经过（上述7、8两阶段）则在第三章中叙述。

第一节 研究开发的制作动机——需要是发明之母

关于拼贴画心理疗法开发的详细经纬，笔者最初写在《拼贴画心理疗法入门》（1993）的“简介”里面。首先想表达歉意的是，这里会出现一些重复的内容。

所有的研究都是开始于动机。如果没有动机的话，任何事都无法开始进行。所以说“需要是发明之母”。

心理疗法的原则是以交谈的形式展开，但很多来访者不擅长交谈。几乎所有的来访者都无法将自己的心中所想很好地传达给对方（心理咨询师）。所以，为了让来访者把自己的想法以某种形式表达出来，这是心理



咨询师需要下功夫的地方。不同的咨询师为此想了各种各样的办法。比如，罗杰斯的心理咨询的基本原则，就是促进来访者内心表达的重要方法之一。在笔者看来，表达不单只有对话，还有讲述做过的梦，或是把语言用画的形式表达出来。但是，梦也没做过，画也不擅长的人有很多。所以这个时候有箱庭设备的话那就帮大忙了。但是，在1980年代，要想进行箱庭疗法，得有万事俱备的好环境，可是那样的机会却不多。即便是到了今日，咨询师和咨询机构已经尽可能地完善箱庭的环境，但是状况却没有太大改变。例如，大震灾中进行心理援助的时候，能够使用的方法就很受局限。在这种情况下，笔者开始思考，难道就不能有可以和箱庭疗法所匹敌的技术吗？

1985年，笔者当时在爱知医科大学附属医院工作，受在小儿科任职的藤本孟男教授的委托，给孩子进行心理咨询。那里没有任何能够实施游戏疗法等的设备。当然，箱庭疗法的设备也没有。在什么设备都没有的地方却必须给幼小的孩子进行咨询。笔者下定决心，在这种什么都没有的情况下，不管怎样都要试试看。迫于需要说不定就会想出什么好点子。

笔者自认为正因为自己没有什么艺术才能，才开发了供那些即使没有艺术才能、不擅长绘画的人也可以运用的艺术疗法。对没有艺术才能的人进行艺术疗法正是笔者的一贯做法。这让笔者想到了“九分割统合绘画法”疗法（森谷，1986；1987）。这个疗法是笔者在研究“画框法”（中井，1974）的途中，也就是1983年春天的时候，在翻阅金刚界（指佛教密宗，译者注）曼陀罗图典时受到的启发。这是一种在A4纸上画出边框，再把画面分成3×3的9个小方格，然后在这些方格里绘画的方法。由于分割后的画面变得比较小，即使不擅长绘画的人也能够很容易掌握。单格绘画面积虽然变小了，但因为能够画9小幅画儿，信息量反而增加了，这与一般的绘画法相比更加有效了。在这里重点要说的是，虽然笔者将此称为绘画法，但与其说是单纯的画画儿，不如说是把浮现于来访者脑中的画面记录下来，比起“绘画法”更侧重于“联想法”。这也是笔者一直在研究言语联想法的原因。这个方法促进了绘画（也可以说是联想）的完成。这个成果请大家去阅览拙著《抽动症（Tics）的心理疗法》（金刚出版，

1990)《儿童艺术治疗——箱庭·绘画·拼贴画》(金刚出版,1995)这两本书。但是,在这样的绘画法上再怎么下功夫,我觉得也比不过箱庭疗法。如果把九分割统合绘画法和箱庭疗法单纯地进行比较的话,九分割统合绘画法最基本的就是呈现出9幅画,但是箱庭疗法中放在沙箱上的迷你玩具有9个以上。单纯从信息量上做比较的话还是箱庭疗法更好一些。当然,九分割统合绘画法也有它独特的作用,直接这样比较效果还是有些难度的,而且在当时,涂鸦法也是经常使用的临床咨询方法。虽然如此说,箱庭疗法的确更具有优势。于是,从那时起,笔者就有了一个初步的想法:想要一个便携式的箱庭。

在这里重点要说的是,笔者用自己的方法探究了绘画法,其结果是箱庭疗法治疗技术更卓越超凡。根据这一认识,这两种技术难分优劣的说法,就不成立了。绘画法和箱庭疗法要是能对等的话,就不会想要开发拼贴画心理疗法了。

第二节 构思,假说,突破

一、奇妙的契机

拼贴画心理疗法的构思是从奇妙的契机开始的。

1986年12月4日,笔者大学时代的后辈,当时在金沢(金泽)美术工艺大学的小林哲朗氏寄过来一封信。那个时候,笔者在爱知县。彼时,笔者与他并没有频繁的联系,却突然收到了他的一封来信。好像是他的学生的毕业作品是制作小型箱庭,想向笔者寻求参考。原文是这样的“听说森谷您制作出了迷你箱庭,是用了一些什么样的方法呀”。这真是不可思议的一封信。笔者实际上根本就没有做过迷你箱庭,也没想过要做它。但是,迷你箱庭这件事可能是在什么地方提起过。笔者回复道“这个传闻虽然有误,不过还是希望有一个迷你箱庭,等东西都准备好了的话好像可以试着使用一下”。当时,笔者集中精力忙着撰写有关抽动症(Tics)的博士论文,随后把这件事忘得一干二净了。



二、《拼贴画论》的登场

1987年2月，池田满寿夫所著的《拼贴画论》出版。“拼贴（collage）”这个词笔者在很久以前就知道了。但是，这个词一般不作褒义使用，例如“这篇论文拼贴（复制粘贴）的东西过多”。

笔者是在报纸的广告上发现这本书的，也不知道为什么就是对这本书非常感兴趣，故而特意下了订单把书买来。在报纸广告上看见并特意去订购图书，也不是很稀奇的一件事。这本书既总结了拼贴画，还讲解了拼贴画的由来。

《新潮世界美术辞典》介绍的拼贴（collage，拼贴画）是“用糨糊进行粘贴的意思。这个字从立体主义的贴纸图案（papier colle）发展而来，意指将本来毫无关系的各种图像，以与最初的表达目的完全不同的方法结合在一起，将别样的美、幽默和浪漫风格导入到绘画里……”笔者认为这是本引人深思的书。

但是，笔者当时并没有产生开发拼贴画心理疗法的想法。又有多少人能在读过这本书之后就想出“拼贴画心理疗法”呢？笔者也没有在读完该书后，立马将拼贴画和箱庭疗法联系到一起。如果读者是想了解拼贴画的历史起源，那么推荐读该书。同时，笔者也希望读者可以借此发现，从这些书中没有办法衍生出拼贴画心理疗法。这是因为“美术的拼贴画”和“疗法的拼贴画”是完全不同的两种东西，希望读者可以确认两者“方向性的差异”。很多关于“拼贴画心理疗法”的讲解中，大多写着“毕加索的拼贴画→拼贴画心理疗法”，笔者会直截了当地指出这是错误的。笔者在这里再次说明，读了这些书后，确实并没有产生开发拼贴画心理疗法的想法。该问题将在第二章进行详细的讲解。

笔者确实饶有兴趣地阅读了此书，可能也在心中留下了某种印迹，但可能也就仅此而已。

补充阅读

胶原蛋白（collagen）

拼贴画是用糨糊粘贴之意。

日语的“糰糊”一词是“米”字旁，暗指其成分是淀粉。曾经日本人要是需要黏合剂的话，就碾碎饭粒。但是拼贴画的黏合剂，不是淀粉，而是动物结缔组织——蛋白质胶。用藤本（1994）的话说，胶原蛋白一词来源于拉丁语，取自“制胶的基本”之意，这也就是胶原蛋白（collagen）的由来。

其特征是，1. “细胞之外”的东西，2. “纤维状”。依靠胶原蛋白，细胞和细胞才被黏合在一起，从而组成更大的生物体。如果细胞和细胞之间没有胶原蛋白连接的话，那这个生物就是单细胞，不可能再变大了。胶原蛋白在肌肤、骨骼、软骨、肌腱、血管壁、牙齿等地方大量存在，约占高等动物体内蛋白质的30%。从牛和猪的皮等地方可以提取大量的胶原蛋白。

人体皮肤真皮层的90%是胶原蛋白，它能够改善皮肤的肌理，增加弹性，锁住水分。随着身体老化，干燥的时候皮肤就会变得干巴巴的。

胶原蛋白用在黏合剂（胶）、人工血管、皮肤抗皱、隐形眼镜、烫伤贴的材料、化妆品（保湿剂）和明胶的制作上。

三、突破——便携式的箱庭疗法

1987年4月初，笔者向京都大学提交了博士论文《关于抽动以及图雷特氏综合征的临床心理学研究》（*Gilles de la Tourette*）。具体内容就是将抽动症状在箱庭、梦境、绘画中所表现出的特征进行了理论化（拙著《抽动症（Tics）的心理疗法》，金刚出版，1990）。这项久拖成心病的课题终告一段落，笔者觉得可以松一口气，打心底觉得轻松了不少，但接下来要研究什么还没有考虑清楚。

在论文提交一个多月之后，也就是5月中旬，笔者在精神病医院兼职，每天在结束与所负责的各病号楼的来访者们的面谈后，傍晚5点之前回到药房，在那里与同事们畅所欲言地聊着天，到了下班时间就回家，像这样过着普通的生活。

这时，笔者突然想起貌似有一位想要开发迷你箱庭的学生，的确，要是有的话会很方便。到底箱庭疗法的本质是什么？笔者一边思考一边把“便携式箱庭”的构思说出来。听了这个构思的朋友江口升勇说，如果把使用在箱庭上的人偶等迷你玩具用画在纸上的画儿来代替会怎么样。他的