

■ 郑淑超◎著

风景构成法

在中国的应用初探



吉林出版集团股份有限公司 | 全国百佳图书出版单位

本书由人文在线出版基金资助出版

■ 郑淑超 © 著

风景构成法

在中国的应用初探



吉林出版集团股份有限公司 | 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

风景构成法在中国的应用初探 / 郑淑超著. —长春:
吉林出版集团股份有限公司, 2017. 5

ISBN 978 - 7 - 5581 - 2451 - 8

I. ①风… II. ①郑… III. ①绘画-应用-精神疗法
-研究-中国 IV. ①R749. 055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 109445 号

风景构成法在中国的应用初探

FENGJINGGOUCHENGFA ZAI ZHONGGUO DE YINGYONG CHUTAN

出 版 人 吴文阁

作 者 郑淑超

责任编辑 王 芳

封面设计 人文在线

开 本 710mm×1000mm 1/16

字 数 256 千字

印 张 14.5

版 次 2018 年 1 月第 1 版

印 次 2018 年 1 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团股份有限公司 (长春市人民大街 4646 号)

发 行 吉林音像出版社有限责任公司

吉林北方卡通漫画有限责任公司

地 址 长春市泰来街 1825 号 邮 编: 130062

电 话 总编办: 0431 - 86012893 发行科: 0431 - 86012770

印 刷 北京市金星印务有限公司

ISBN 978 - 7 - 5581 - 2451 - 8

定价: 49.80 元

郑淑超是我 2010—2013 年咨询与应用心理学方向的研究生。北师大心理系毕业的她在心理学理论知识和心理统计上有扎实的基础，研究生期间主要培养她的实操能力，参与我多个课题与工作坊。

她在学术研究上，严谨、务实；在知识应用上，踏实、肯干；还兼任了汕大心理咨询室咨询师，表现突出。可以说，郑淑超已具备一名心理研究者与心理咨询师的基本素养要求。

得知她的《风景构成法在中国的应用初探》出版的消息，我非常欣慰，这是她辛勤科研的结果，为中国风景构成法的研究描绘下慎重的一笔。愿我亲爱的学生越来越好，愿风景构成法发展得越来越好。

赖小林 教授

汕头大学医学院、高等教育研究所教授

医学人文社会科学研究中心主任

汕头市社会心理学副会长

研究专长：社会心理学、医学心理学、做中学等

序

对心理咨询师来说，熟练并灵活地运用多种临床心理测试进行诊断和评估是一项十分重要的工作。对于许多不善言谈的来访者而言，表达艺术疗法提供了有效的非语言表达和沟通的机会，而且还可以促进叙述。表达艺术疗法和投射心理测试都是我的专业所擅长，我的专著《罗夏墨迹测验》《树木人格投射测验》《实用罗夏墨迹投射测验》《图片物语——心理分析的世界》，以及译书《风景构成法》都是有关投射心理测试，2017年8月出版的译书《拼贴画心理疗法》则属于表达艺术疗法的范畴。

风景构成法不仅是投射心理测试，同样也可以作为表达艺术疗法来活用。它要求绘画者在有框的A4纸上先后绘画“河、山、田、路、房、树、人、花、动物、岩石及任何想添加的东西”这11个项目，并使之构成一幅风景，最后涂上颜色；咨询师通过来访者的作品，以及和来访者的对话来加深对来访者的理解，建立稳定的信任关系，最终达到评估和咨询的效果。

风景构成法由日本的精神科医生、中井久夫先生于1969年创立以来，经过众多学者和心理临床工作者多年的研究与临床实践的积累，引起了各国学者的关注。尤其是近年来更是得到了极大发展，现在它和罗夏墨迹测验、树木人格测验一样，在日本被广泛应用于心理、教育、灾后援助等各领域的心理咨询中。

风景构成法很快被中国心理学工作者接受。在2008年，皆藤章教授在北京第五届国际心理疗法学术研讨会上亲自主持了风景构成法工作坊。2011年，由本人翻译的《风景构成法——一种独特的绘画心理疗法》由中国轻工业出版社出版。近年，我也多次受邀参加国内表达艺术疗法的学术研讨会和论坛，也讲授过风景构成法。我真诚期待着风景构成法在中国生根发芽、发扬光大。

去年春天的一个下午我接到本书作者的跨洋电话时，我还不认识她。她告诉我她关于“风景构成法”的书要出版了，但书的体例是学习了我翻译的《风景构成法》，希望得到我的许可。事实上，因为分析项目良多，所以风景构成法的研究并非易事，我持怀疑态度。之后，我便收到了本书初稿的电子版，以及作者的

简历。仔细翻阅后觉得在北京师范大学的理论学习，汕头大学的实用训练，以及工作中的教学实践让作者有一定的写作基础，即将出版的本书在数据收集与统计也有比较丰富的结论，并对比了中、日两国在部分研究结果上的异同。

几经删改，郑淑超的《风景构成法在中国的应用初探》将于今年在国内出版。为表示祝贺，我欣然答应写序。想起皆藤章先生说：“中国自古就是一个非常亲近风景的国家，我深信风景构成法在中国一定能够得到广泛运用和发展”。我真心期待将来风景构成法在中国迎来繁荣。

吉沅洪 博士、博导

日本立命馆大学应用人间科学研究科教授

日本临床心理士



前言

问题提出

荣格认为：“绘画时，患者会发生退行，他们的思路会跟着潜意识走”“从患者自发的绘画作品中，我们可以发现他们的原型”。根据投射理论，“绘画”可以绕过创作者的心理防御机制，使得个体不自觉地将自己的态度、愿望和情绪等投射到作品中，从中可以看出创作者表达在作品中的潜意识（无意识）；从大脑偏侧化理论来看，由于大脑左右半球的优势分工，绘画的形式尤其是在应对以情绪困扰为主要症状的心理问题中，特别有效。

风景构成法（Landscape Montage Technique, LMT）是1969年由中井久夫（日本）先生发明，并于1970年正式学术公开；它既是一种投射技术，更是一种绘画疗法，它天然的是表达自我的工具——用非语言的象征性工具表达自我潜意识的内容，通过创作，绘画者不知不觉地将潜意识内压抑的感情与冲突显示出来，同时在绘画的过程中获得纾解与满足，而咨询师可以通过作品解读绘画者的心灵密码——包括创作者“心理空间”的两个方面内容（“投射空间”和“构成空间”），透析深度困扰绘画者的“症结”，从而达到诊断与治疗的良好效果。

鉴于LMT同时兼具“投射性”和“构成性”，它在日本的心理测验与咨询、治疗中应用非常多，尤其是在精神病人的治疗过程中发挥了很大作用，在各个年龄阶段正常人群的应用功效也被逐渐证实；在韩国、美国等地也得到研究者的重视；在中国，LMT的研究只见于台湾和香港，而在中国大陆地区却没有引起研究者们应有的兴趣，仍处于零研究状态，即使LMT也曾以工作坊的形式被介绍到大陆。

在经济飞速发展、人们生活节奏日益加快的中国，个体所承受的压力空前地大，出现心理困扰、心理问题和疾病的概率大大增加，并时有自伤或他伤的事件发生；中国也是一个含蓄的民族；所以，LMT的引入是必要而值得关注的。

研究意义

本书目的在于首次将风景构成法（Landscape Montage Technique, LMT）



技术引入中国，在理论上丰富、完善国内的心理咨询和治疗理论，并期望能为 LMT 的实践运用提供应用心得。在这个层面上，本书意义重大：

（一）理论意义：

1. 丰富和完善艺术疗法、投射技术，填补国内在 LMT 研究上的空白；
2. 探究风景构成法在中国的适用与本土化。

（二）实践意义：

将风景构成法这一心理治疗技术引入国内，并作为一种可行的心理咨询、治疗技术供各类咨询机构面向各类人群的心理咨询与治疗使用。

借用皆藤章先生的一句话：“在日本的心理援助工作中，风景构成法……做出了非常巨大的贡献……随着人们物质生活水平的不断提高，同时也出现了许多心理方面的问题……此时心理疗法受到广泛关注，具有非常深刻的意义……中国自古就是一个非常亲近风景的国家，我深信风景构成法在中国一定能够得到广泛运用和发展”。

研究内容

本书可分为以下两部分：第一部分为理论研究，包括对投射技术、艺术疗法的简介，以及即是投射技术又是艺术疗法的风景构成绘画疗法的概述，并引入对风景构成法的介绍，包括以下几个内容：

- ①LMT 的历史发展。
- ②LMT 内涵及其理论基础。
- ③已有 LMT 研究结果与解释系统的初步尝试性构建。
- ④尝试用本土化的景观建筑论、山水画技法等解释 LMT。

第二部分为实证研究，将 LMT 应用于实践中，将之与 Y—G 测验相对照寻找可能的解释线索，并将之应用于团体辅导中，也尝试了在个体咨询中的应用。包括以下三个主要方面：

①测验调查：

方法：分别对精神病患者和大学生进行风景构成法测试，同时辅以 Y—G 测验的对照测试。

目的：探究风景构成项目中的精神病性指标，分析风景构成各项目与心理状态的归因关系，发现在中国文化背景下，各风景检测指标的解释线索与意义，并与已有的日本文化背景下的解释线索与意义相比对。

②成长小组：

方法：LMT 成长小组的体验与分享。（之所以叫成长小组，是因为笔者在对风景构成法有解释、辅导能力上的限制，只能停留在体验和分享阶段。）

目的：因为 LMT 尚未形成系统的解释体系，但是已经具有治疗作用，所以，本成长小组的目的在于让某一固定问题群体通过 LMT 绘画而达到自愈或提升的体验；最终目的在为国内团体中运用风景构成提供参考与借鉴。

③个案：

方法：LMT 个案研究。呈现 1—2 个中间辅以风景构成作品解析的笔者的咨询个案。

目的：探究 LMT 在咨询中的运用，并提供借鉴。

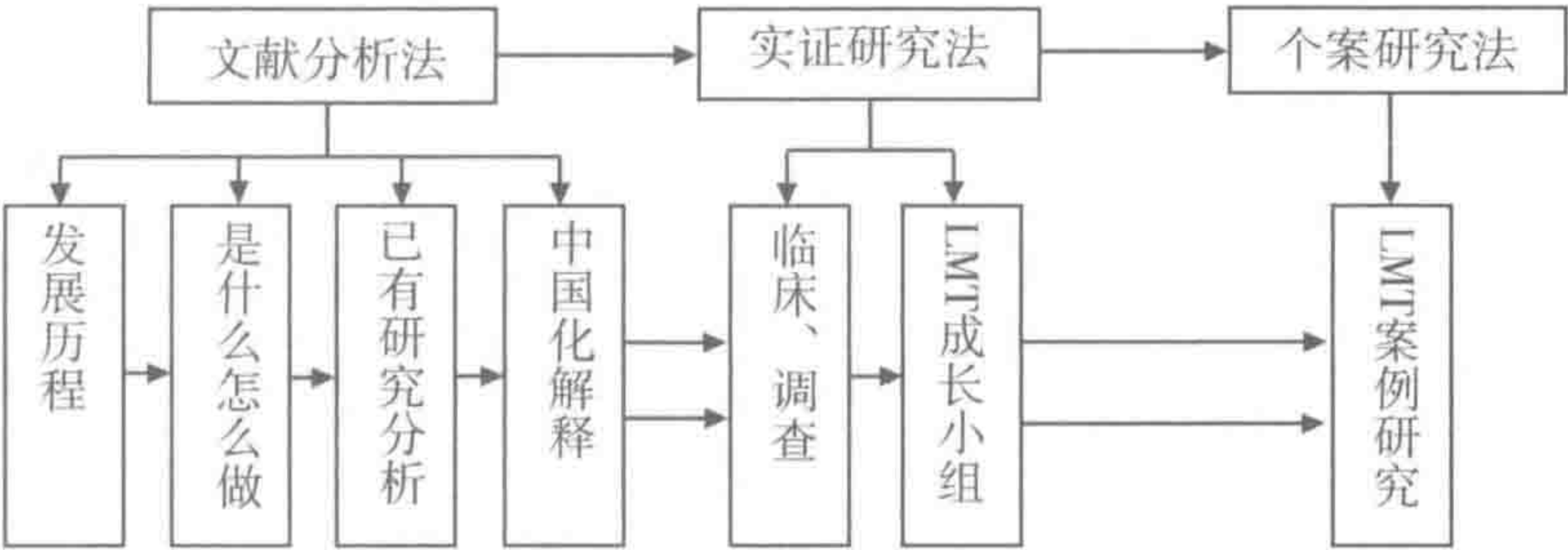


图 1 研究结构图

目 录

前 言	1
问题提出	1
研究意义	1
研究内容	2

第一编 理论研究

第一章 风景构成法的发展	2
第一节 风景构成法作为投射技术的发展	3
一、投射技术概述	4
二、投射技术特点	4
三、投射技术分类	6
四、作为投射技术的风景构成法	7
第二节 风景构成法作为绘画艺术疗法的发展	12
一、绘画艺术疗法概述	13
二、绘画艺术疗法的特点	14
三、绘画艺术疗法的分类	16
四、作为绘画艺术疗法的风景构成法	17
第二章 风景构成法理论基础	20
第一节 风景构成法的理论背景	20
一、投射原理	20
二、大脑偏侧化理论	22
三、表达性	23
四、意象	24



第二节 风景构成法的研究	25
一、背景与主要研究者	25
二、相关研究概览	29
第三章 风景构成法的解释系统	35
第一节 “风景构成”绘画疗法的普适性解释系统	35
第二节 风景构成法的投射空间内容解读	38
第三节 风景构成法的构成空间内容解读	45
第四章 中国文化的风景解读	52
第一节 中日风景文化同源	53
一、风景的自然观	53
二、山水骨架风景体型	54
第二节 中日园林景观文化的不同	55
一、中国儒型与日本佛型	55
二、中日景观构成的不同	58
第三节 景观的心理效应	61
一、景观哲思	61
二、景观心理	61

第二编 实践研究

第五章 风景构成法与 Y—G 人格测验	64
第一节 研究过程与方法	65
一、研究目的	65
二、研究工具	66
三、研究过程	70
第二节 结果分析与讨论	76
一、Y—G 人格测验与风景构成法中的临床性差异比较	76
二、Y—G 人格测验与风景构成法的相关、差异检验与回归检验 ...	93
第三节 不同人格指标因子与人格类型的风景构成特点	123

一、各人格因子的风景构成特点	123
二、各人格类型的风景构成特点	134
第四节 结论	138
一、风景构成法中的临床特性指标	138
二、风景构成法中可预测人格特质的指标	140
三、风景构成法中可以预测人格特质、人格类型的构成特点	143
第六章 风景构成法团体辅导	146
第一节 研究过程与方法	148
一、研究目的	148
二、团体辅导方案	149
第二节 数据与统计	157
一、Rosenberg 自尊量表	157
二、安全感量表	159
三、团体辅导效果反馈表	161
三、结果与讨论	162
第七章 风景构成法个案	163
第一节 自我体验的成长过程	163
一、风景构成法与房树人的对比	163
二、风景构成图的扩大版	165
三、风景构成图的自疗作用	166
第二节 风景构成法在大学生个体咨询的应用	168
一、坐着潜艇去拯救“小花”	168
二、沉重	171
第三节 总结	173
第八章 总结与建议	175
第一节 风景构成法的理论研究结果总结	175
第二节 风景构成法的实证研究结果总结	175
第三节 创新与不足、建议与展望	177



参考文献	179
附录 1：风景构成检核指标表	195
附录 2：团体辅导活动组员手册	206
附录 3：典型的临床被试风景构成作品	214
致 谢	215

第一编 理论研究

风景 (landscape): natural or imaginary scenery, as seen in a broad view. Or a picture representing this, the genre of landscape painting^①. 即天然或假想的一个视野内的所有景象, 或一幅画^②, 是一定地域内由山水、花草、树木、建筑物以及某些自然现象 (如雨、雪) 形成的可供人观赏的景象^③。

构成 (montage): The technique of producing a new composite whole from fragments of pictures, words, music, etc. a composition produced in this way^④. 即“蒙太奇”^⑤: 将许多图片予以重叠、拼凑, 以产生一种连续整体的效果。

从这个意义上, 风景构成法 (Landscape Montage Technique, LMT) 就可以简单解释为“构成风景画”: 在画好边框的画纸上要求绘画者按照顺序绘画“河、山、田、路、房、树、人、花、动物、岩石及任何想添加的东西”这 11 个项目, 并使之构成一幅风景, 最后涂上颜色完成^⑥, 有时还要求绘画者看着图画编一个故事^⑦或者是给图画起个名字 (见图 2)。

在第一编理论研究中, 主要分为三章: 第一章为风景构成法的发展, 内容包括作为投射技术的风景构成法的发展和作为艺术疗法的风景构成法的发展, 以及风景构成法产生的背景。其中简要介绍了其余较广泛运用的类似技术, 以对比来宏观显示风景构成法的独特性和优势, 也能让读者对这一新技术有个全貌理解。

第二章为风景构成法理论基础, 内容包括投射技术、大脑偏侧化理论和已有的风景构成法的研究文献综述, 并不综述所有的具体内容, 国外在这方面研究已

① 《牛津简明英语词典》。北京: 外语教学与研究出版社·牛津大学出版社, 2000 年 2 月版, 764。

② 《新时代英英—英汉双解大辞典》。上海: 上海外语教育出版社, 2008 年 1 月版, 847。

③ 《辞海》。北京: 中国书籍出版社, 2008 年 3 月版, 302。

④ 《牛津简明英语词典》。北京: 外语教学与研究出版社·牛津大学出版社, 2000 年 2 月版, 881。

⑤ 《新时代英英—英汉双解大辞典》。上海: 上海外语教育出版社, 2008 年 1 月版, 978。

⑥ 山中康裕, 饭森真喜雄, 德田良仁等. 《艺术疗法》[M]. 南京: 江苏教育出版社, 2010 年 3 月版, 102。

⑦ 同上, 50。

经四十多年，内容繁杂，故本书的综述并不赘述只给出研究的方向和概况。

第三章为风景构成法的解释系统，包括 11 个项目的投射性解读和构成空间解读。

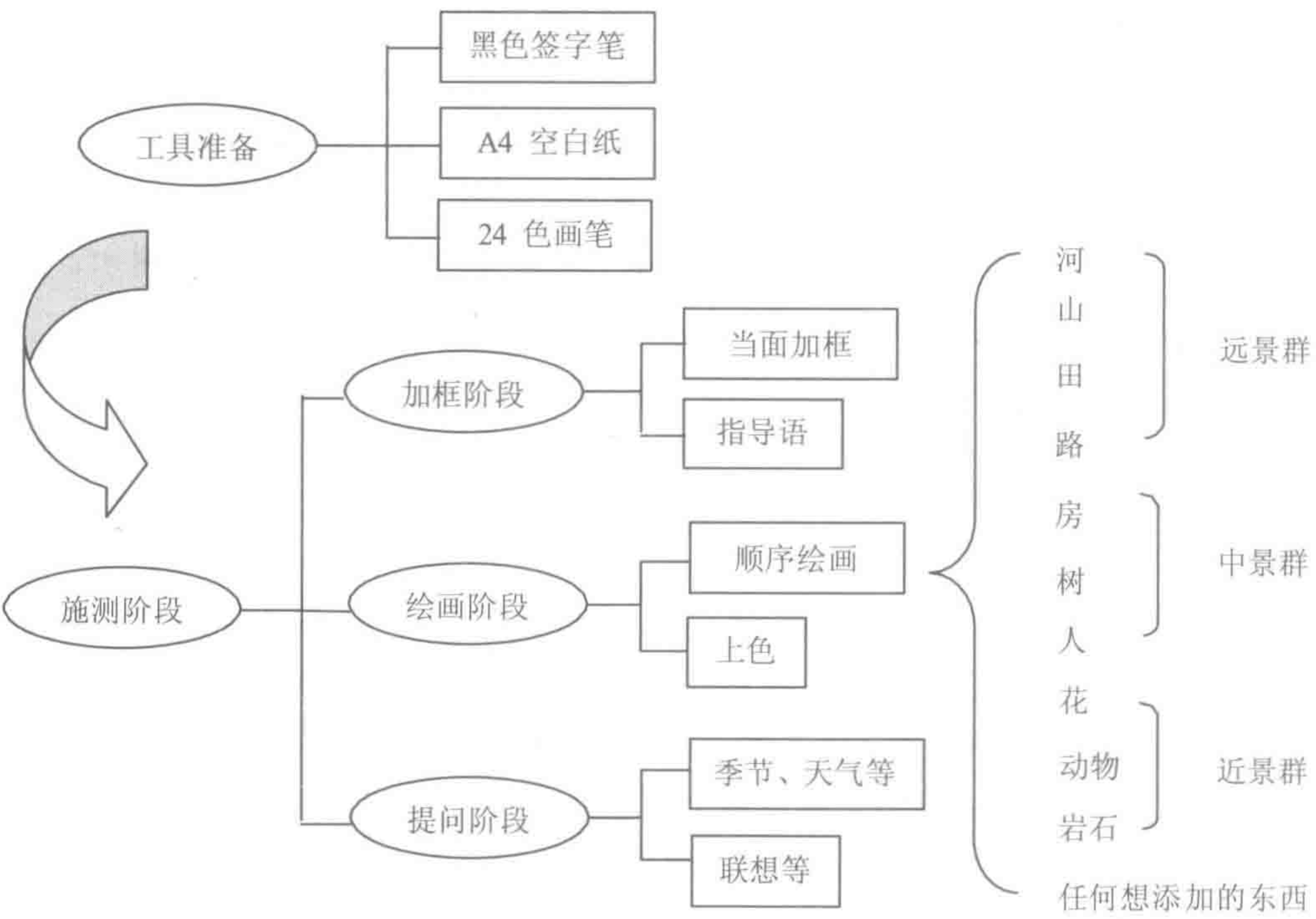


图 2 风景构成法的实施

第一章 风景构成法的发展

日本学者一般这么描述风景构成法（Landscape Montage Technique, LMT）的发明：“因为咨询师中井久夫先生的灵光一闪，风景构成法诞生了”。^①

事实上，风景构成法是作为沙盘疗法的一种预备测试而被发明的^②：中井久夫一直致力于研究精神分裂症患者，他使用最多的就是绘画疗法，尤其是涂鸦

① 皆藤章著，吉沅洪，陶新华，张磊，黄正国，郝玲燕，金开宇译.《风景构成法——一种独具特色的绘画心理疗法》[M]. 北京：中国轻工业出版社. 2011 年 5 月版. 前言.

② 同上. 3~7.

法。1965年河合隼雄将“沙盘疗法”引进日本，并于1969年第一届日本艺术疗法研究学会上，做了关于沙盘疗法的演讲，中井先生关于“精神分裂症患者绘画时有个特点，那就是依赖环境，某些特定治疗场景下，他们会画出整合度较高的作品”的论断有了出口，在有围栏的沙盘的启发下，中井先生想到了“加框法”，风景构成法就这样在“沙盘疗法”的启发下诞生了。

开始，风景构成法还只是作为沙盘疗法预备测试的一种绘画技术，是在正式进行沙盘疗法之前，让来访者在画纸上做的“沙盘疗法”，以用来判断来访者是否适合进行“沙盘疗法”。甚至风景构成法一开始的对象是精神分裂症患者^①，目的在更好地治疗精神分裂症患者，而不是正常人。直到此后的研究发现它不仅有效，更有效果，才成为一种独立的疗法。

如今，风景构成法已经成为在日本、美国、韩国、中国的台湾和香港广泛使用于心理援助、心理咨询与心理治疗中的一种以投射技术为依托的绘画艺术疗法，并在尤其是各类心理援助中做出了非常巨大的贡献。

事实上，要追溯风景构成法的发展历史，最早甚至可以到远古时期的壁画、弗洛伊德的投射、荣格的原型、卡尔夫的沙盘、贝克的房树人等等，风景构成法看似与这些无关，实则同脉同源，更是直接源于沙盘。

本章，我们将依次简要介绍风景构成法赖以产生与萌芽的投射技术、绘画艺术疗法的发展，以及风景构成法的创造背景。

第一节 风景构成法作为投射技术的发展

投射 (projective): mentally projecting or projected (a projective imagination). attribute (an emotion etc.) to an external object or person, esp. unconsciously. Project (oneself) into another's feelings, the future, etc.^② 即无意识地将自己的感情转给外部的物体或人。而投射作为动词的这一意思在《辞海》以及《新华大字典》中都找不到，可见作为这个意思的“投射”是外来词。但并不表示中国没有“投射”，“感时花溅泪，恨别鸟惊心”就是最典型、最为我们熟悉的“投射”之一。

① 皆藤章著，吉沅洪等译，《风景构成法——一种独具特色的绘画心理疗法》[M]，北京：中国轻工业出版社，2011年5月版，14~18。

② 《牛津简明英语词典》[Z]，北京：外语教学与研究出版社，牛津大学出版社，2000年2月版，1094。



一、投射技术概述

在心理学中,投射(projection)这一概念最早由弗洛伊德(S. Freud)提出,是一种心理防御机制,指否认自己有不可接受的愿望,反而责怪他人有此类动机或把自己不能接受的冲动、欲望或思想转移到他人身上,以此来减少自己的焦虑;像那些不能宽恕自己内心敌意的神经症和精神分裂症病人,就常常以迫害妄想的方式将自己的敌意转嫁给别人。

而最早提出“投射方法”的人是弗兰克(L. K. Frank),他认为投射可用于研究人格,即使用一些刺激情境,使被试做出反应,从中获得被试本身独特的人格组织投射在刺激情境的信息(L. K. Frank, 1938)。

作为测量术语的“投射技术/投射测验”则是主题统觉测验编制者默里(Murray, 1938)在他的《人格探索》一书提出的。1939年,弗兰克也在他的论文《人格研究的投射技术》中明确阐述了投射技术的内涵、重要性。

但真正意义上的投射技术是从罗夏(H. Rorschach, 1911)的墨迹测验开始的^①。爱克斯纳的综合系统的发展更使得罗夏墨迹测验成为一种无异于客观测验的投射技术^②。之后,默里(Murray, 1938)发展了主题统觉测验(Thematic Apperception Test, TAT)。

以罗夏墨迹测验为代表的投射技术在20世纪四十到六十年代盛极一时。几乎成了当时临床心理学的同义语,直到1970年以前,罗夏墨迹测验为代表的投射技术在西方应用都非常广泛,尤其是罗夏墨迹测验使用频率达到93%^③。

20世纪70年代开始,由于行为主义的兴起,以及临床心理学转向重视治疗的模式,投射技术风势大减,应用渐少。

二、投射技术特点

投射技术(Projective Technique)是与问卷技术、情境测验技术齐名的三大

① 童辉杰.《投射技术——对适合中国人文化的心理测评技术的探索》[M]. 哈尔滨:黑龙江人民出版社, 2004年1月版. 24.

② 郭庆科, 孟庆茂.《罗夏墨迹测验在西方的发展历史与研究现状》[J]. 心理科学进展, 2003, (3).

③ Weiner. I. B. The future of psychodiagnosis revisited [J]. Journal of Personality Assessment, 47, 451~459.