



A Clinician's Guide
to Psychodrama

心理劇 臨床手冊

Eva Leveton ©著

張貴傑 ©總校閱

張貴傑、林瑞華、蔡艾如 ©譯



心理出版社

A Clinician's Guide to Psychodrama

心理劇 臨床手冊

Eva Leveton◎著

張貴傑◎總校閱

張貴傑、林瑞華、蔡艾如◎譯

psychodrama therapy

心理劇臨床手冊 / Eva Leveton 作：張貴傑、
林瑞華、蔡艾如譯.-- 初版.-- 臺北市：
心理, 2004 (民 93)

面：公分.-- (心理治療；61)

參考書目：面

含索引

譯自：A clinician's guide to psychodrama

ISBN 978-957-702-758-0(平裝)

1. 藝術療法

418.986

93024042

心理治療 61 心理劇臨床手冊

作 者：Eva Leveton

譯 者：張貴傑、林瑞華、蔡艾如

總 編 輯：林敬堯

發 行 人：洪有義

出 版 者：心理出版社股份有限公司

社 址：台北市和平東路一段 180 號 7 樓

總 機：(02) 23671490 傳 真：(02) 23671457

郵 撥：19293172 心理出版社股份有限公司

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

網 址：www.psy.com.tw

駐美代表：Lisa Wu Tel: 973 546-5845 Fax: 973 546-7651

登 記 證：局版北市業字第 1372 號

電腦排版：辰皓國際出版製作有限公司

印 刷 者：翔盛彩色印刷有限公司

初版一刷：2004 年 12 月

初版二刷：2008 年 9 月

本書獲有原出版者全球中文版發行獨家授權，請勿翻印
Copyright © 2004 by Psychological Publishing Co., Ltd.

定價：新台幣 300 元 ■有著作權·侵害必究■

ISBN 978-957-702-758-0

A Clinician's Guide to Psychodrama

by Eva Leveton

Copyright © 2001 by Springer Publishing Company, Inc., New York 10012, All rights reserved.

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior permission of Springer Publishing Company, Inc.

譯者簡介

張貴傑（總校閱）

學歷：國立彰化師範大學輔導與諮商博士

經歷：實踐大學社工系、玄奘大學社福系所兼任助理教授

國際哲卡馬任諾學院助理導演

台北市開平高級中學副校長

現職：玄奘大學社會福利系專任助理教授

諮商心理師（92特考及格）

林瑞華

學歷：國立東華大學民族發展研究所碩士

現職：台北市大安社區大學主任

佛光大學人類學系兼任講師

玄奘大學社會福利系兼任講師

蔡艾如

學歷：國立台灣師範大學教育心理與輔導學系碩士

經歷：中華大學學生輔導中心輔導員

元培科技大學學生輔導中心輔導員

國際哲卡馬任諾學院助理導演

現職：諮商心理師（諮心字第 000947 號）

主要工作地點於竹苗地區之大專、高中及社區機構




總校閱序

學習心理劇的時間持續下來也將近十餘年了，這幾年來除了自己的實務工作外，在大學的心理劇教學工作也未曾間斷，也一直想找到更多的中文書給學生及學習者參考。因國內被引介翻譯的心理劇書籍愈來愈多，國際知名的心理劇大師 Zerka Moreno 以及她唯一的華人女弟子龔鈺博士、眾所皆知的 Dorothy 等大師，也陸續到台灣來開設講座或工作坊，國內的學習者愈眾。在許多研習及會議場合裡，也知道有許多同好已經將心理劇放置於實務工作中。是時由心理出版社引進心理劇的專業書籍，筆者便邀集學習心理劇的同好——AGG（心理劇導演自發性練習團體）成員一同參與翻譯工作，而另一本 Adam Blatner 博士的書已經在校閱中，期望這樣努力能夠幫助華人世界學習心理劇的同好有較為充足的參考專業書籍。

Leveton 女士這本書最大的長處是提供心理劇的臨床工作者一些可以參考的方向，尤其書中出現導演的內心自白更是一絕，所有在實務工作上的導演都有類似的心情與掙扎。正如作者所說的，每個導演要找到自己的風格才能在帶領心理劇團體時，有更多的自發及自由進出的創造力。

國內心理劇的前輩工作者吳就君老師、鄭玉英老師及王行老師都努力找尋本土心理劇的運用典範，期望這一系列書籍的出版能夠讓國內的實務工作者從本土的工作經驗中反思，找到適於自己風格也適於華人文化的治療模式。



這本書中文版已經比原先預期的進度延遲許多，這真要感謝心理出版社的許總經理及同仁的寬容。其中除了幾位翻譯者的努力之外，我的學生黃人佳協助整理、修飾潤稿亦功不可沒。翻譯是一項專業，幾位翻譯者及校閱者在翻譯這件事情上都還算是新手，如果有任何疏漏的地方應該是校閱者本身的問題，還不吝先學前輩給予指教。


張貴傑

序幕（開場白）

我首次參加心理劇團體是帶著許多疑惑開始的，因為我從未特別受過Moreno心理劇的技術訓練，而且過去也略帶成見地將這種技術貼上「花招」的標籤；我不確定自己會不會用它，即使會，也不確定自己是否想要。但是透過團體成員使用戲劇手法的動人場景，卻是令人無法抗拒的。歷經許多笨拙的開始，我懷著好奇與興奮的學習心情，持續地慢慢前行。

一九六〇年代早期，在開始受到鼓勵積極改革治療方式影響的舊金山、位於Palo Alto的心理研究機構（Mental Research Institute）正在訓練家族治療師。Eric Berne's（譯者註：溝通分析學派的創始人）的研討會吸引了許多年輕人，我們成群聚集觀摩一位名叫Fritz Perls的人示範完形技術。夾雜著膽怯和興奮，我們聆聽像是舞蹈治療、藝術治療、身體覺醒的表達形式，而我們的爭論也一如加州 Esalen 溫泉的蒸氣，從未間斷。這是一段充滿實驗精神、充滿許多學習，卻很少有人夠資格被稱為專家的時期。

那時一家位於舊金山稍具規模的日間照護中心想要開始心理劇治療團體，一時間找不到適合的人來帶領，便有朋友建議我去試試。她認識我夠久，也知道我的能耐；除了在 U.C. 醫療中心當心理學家外，我也在劇場參與表演、擔任導演、教戲，算是十分活躍。她知道我有興趣學習更多關於團體治療的種種；我非常感興趣，但卻很害怕，因此盡量閱讀一切資訊，還



飛到紐約 Moreno 學院去參加速成課程，但我清楚自己並不能從這樣急進的方式裡得到什麼有用的幫助。我無法快速學習而必須從已經知道和能夠做的開始著手，即使只是明確的陳述問題或困擾，也能有所幫助。我決定把這想成是一個實驗去試試看；另一方面該機構也同意，除非此行動經驗有不錯成效，否則前六個月我不打算支薪。

我記得坐在一個頗大的體育館舞台上，面對卅餘位大多看來緊繃、焦慮和難以親近的成員。通常我會坐在舞台樂隊池邊，懸著腳晃來晃去地掩飾自己的怯場情緒。過去在教戲劇時，如果有需要我常會跳到示範的部分，但這次不行了。因此我對成員提及一些關於此團體的實驗性質，這樣至少從此刻開始，我不一定要成為「心理劇導演（家）」。

我教了一堂關於行動演出的課，那是源自 Stanislavsky 簡單的感官記憶練習。一個當事人用默劇的方式呈現她是如何清理房間，以及如何準備餐點。我很滿意於這些用行動方式呈現任務的過程，雖然當事人把表演的想法視為威脅，他還是從治療師那得到獎勵。我要

求他們進行一場，當團體結束，回到家裡之後的默劇表演：爬上樓梯、笨拙地拿出鑰匙、拋掉大衣、抓一瓶飲料、帶著茫然的表情坐下。那裡沒有住著其他人，即使有，見了面也讓人覺得尷尬與難為情。在每一個人都參與之後，我們談了一些關於這次團體的感覺。大家共同分享了空洞、寂寞的感受。有人落淚，有的面容看起來更柔和。我知道我將會繼續使用心理劇。

接下來，中心的工作人員帶領了幾個時期舞台工作的團體，讓我有機會去學習有關團體治療、以及評量自己使用技術的成果。我也開始狼吞虎嚥地閱讀Moreno的著作。我真切地認為，他及妻子 Zerka 的傑出著作是內容詳盡，無所不包。（『心理劇，卷 1, 2, 及 3, Beacon, N.Y.:Beacon House,1946, 修訂版 1964』卷冊）。我也閱讀任何能得到的小冊子、章節、文選；並參加由 Moreno 夫婦嫡傳治療師，包括 Richard Korn 博士所帶領的工作坊。同時，我正巧趕上了治療界使用包括會心、藝術及運動等行動技術的高峰期。

我是屬於折衷學派的，當我期待自己成為一個「大人物」—心理劇導演（家）、會心的催化者、行動或藝術治療師的時候，我的膽怯也隨之增加。我抗拒被貼標籤，也抗拒盲目使用其他人的語彙，不想要假裝或承諾無法實現的事情。我同意在劇場中使用技術去幫助精神疾病方面的困擾，所以，心理劇似乎仍然是最適合的名字。如果不是相信Moreno所發展的志業這麼有力量，我知道自己將無法繼續做下去，更不能保證去導出一個「古典」Moreno式的心理劇。

這本書也算是我的實驗之一。過去十年來，我依舊在日間



照護中心或醫療病房帶領著至少兩個每週一次的心理劇團體，使用心理劇技術開設工作坊及教課，並且發展臨床實務的輔助以便可以使用於個人、家庭以及團體。我的目標是盡可能讓讀者知道我在使用這些技術的經驗：包括我的躊躇猶豫、我的疑惑、我的衝突。為讓讀者更加擁有自己的選擇性，我希望這本書能協助你認識我在帶領心理劇團體時的風格。

當寫到這裡時，我愈來愈難理解來自良心深處的聲音：你不能這樣做啊，Eva。如果你稱它為心理劇，就要像 Moreno 所教的一模一樣啊！你不可以像是自行取用小菜般的，隨意取用他們的相關知識。而且你不能只是描述你所做的啊！你必須有理論架構。你必須檢驗 Moreno 志業的理論背景，把它和 Freud 進行比較，提供 Lewin 的場域理論，帶領他們透過團體治療、而且用融合希臘式宣洩及會心團體的經驗來扭轉他們。否則他們不接受你，Eva。他們不會尊重你！如果我能找到方法來忽視這些告誡，我會覺得輕鬆些；當然，我做不到。關於寫這本書我是羞怯的，我怕所有的評論，但我想要冒個險；

我希望能把創立理論應用的部分暫時留給其他人去完成。我瘋狂地夢想著 Moreno 會說：「做得好，Eva。我很高興你能使用我這麼多的概念，並且你能認同我的志業而發展它。歡迎你使用適合你風格的技術，不要擔心其他的部分。」。希望和夢想不一定實現－這就是風險。


本書中所描繪的技術多半是 Moreno 所創，也有部分是由我開始使用的。我的目的是提供讀者心理劇技術通俗簡要的概述，並稍加詳細的描繪我在應用這些技術時的風格。

Eva Leveton

1997.2

有時候事情發展得比預期好。在書出版後，Zerka Moreno 寫信給我，彼此展開了頻繁的通信，這也造成了現在修訂版的一些改變。我覺得和她相識是有些特權的，甚至在後來她把這本書也特別獻給 J. L. Moreno，收錄於他在 Harvard 集結的論文裡。總而言之，是一種得到合法認可的愉快過程。

自一九七七年開始，我不但繼續在團體及家庭治療裡使用心理劇技術，也使用於個別當事人中。而 Milton Erikson 所使用的催眠、故事及隱喻也大量地影響了我的臨床實務工作；我驚訝地找到催眠和心理劇的相似點，這在本書中會進一步地深入討論。我也花時間在美國西南部學習有關美洲印地安原住民的儀式；對工作及儀式的著迷增強了我堅信心理劇基礎所提及的：人們需要有個能夠在團體支持氛圍下展現感覺及夢想的舞台。



透過這樣的書寫，這領域發生了新的發展：戲劇治療，一個比我所做還多的領域，把劇場技術用於心理成長上。有些新的暖身活動，以及一些臨床的例子，都是來自我在舊金山加州整合學院戲劇治療系的心理劇課程中所教導的學生發展出來的。

Eva Leveton

1999.1

Moreno 的書被翻譯成許多的語言，也因此風行於世界。對於繼續發展 Moreno 的志業，我是與有榮焉的。

過去十四年來，我在加州整合學院教學心理劇及個案研討會，當我成為戲劇治療計劃的核心成員時，我仍然繼續發展其他的課程。

隨著本身技術的日益成熟，我愈來愈關心一些與導演有關的重要觀點；我將討論導演在準備接受主角線索時所需的放空歷程（emptying process）。Zerka Moreno 近來所強調的、劇場及心理劇所期待的附加現實（surplus reality）也引起我的興趣。當我年輕時，劇場是一個庇護所；而現在

我相信附加現實為使用者這些技術的人所帶來的力量，更提供了舒適感及指導。現今，一些有興趣的心理劇導演拓展替身（double）成為主角的助手；必要時可以讓行動減速，並且讓主角有更安全的感受。現在的修訂將討論這些新的發展，並加上有關心理劇及戲劇治療相似與相異的一些想法。

Eva Leveton

2001.3

關於（人稱）代名詞的註腳：自從本書首次出版以來，時代已經有所變遷；長期以來，以男性為普遍代名詞的使用已不太為大眾接受。我覺得使用「他/她」這樣的詞彙干擾了表達的流暢，因此選擇了認為適合使用的男性或女性代名詞，雖然不一定成功，但希望達到公平的平衡。

Contents 目錄

序幕（開場白）

1 由誰主導？ ◆◆001

2 座位的安排 ◆◆021

3 暖身 ◆◆027

4 替身 ◆◆063

5 角色交換 ◆◆095

6 社會關係圖 ◆◆103

7 空椅法 ◆◆111

8 人格中的六種性格 ◆◆119

9 設景 ◆◆131

10 神奇商店 ◆◆139

11 面具 ◆◆155

12 允許自發 ◆◆165

13 抗拒及處理的方式 ◆◆169

14 催眠及心理劇 ◆◆183

15 心理劇或戲劇治療 ◆◆189

16 收場 ◆◆197

17 心理劇技術的運用：三個實例◆◆205

跋 ◆◆229

詞彙表 ◆◆235

參考書目 ◆◆243

索引◆◆247



1

由誰主導？

由誰主導？這個議題在各種治療取向裡存在著強烈的差異。這段時間是屬於治療師還是當事人？如果責任是由彼此分擔的，要如何區分？在光譜的最左端是厭倦使用談話治療的族群，在這一端治療師被形塑成優雅被動的角色，只會傾聽他的當事人。因為相信經驗會教導當事人一些事情，這勝過只是空談想法，因此，這個族群的治療師會積極尋求能幫助當事人經驗的活動，導演在光譜左端會出現負責協調團體活動的有力形象。在光譜的極右端，是屹立不搖、堅決忠於 Freud 學院訓練及精神分析的族群，堅持只有洞察能產生改變，並且相信透過當事人與治療師一對一的關係，從當事人過去及現在環境裡情

1