



Drama as Therapy
Theatre as Living

戲劇治療

Phil Jones/著

洪素珍、楊大和

徐繼忠、郭玟伶/譯

戲劇治療

洪素珍

高雄師大性別教育所助理教授

楊大和

臺北市市立療養院臨床心理師

徐繼忠

臺灣大學外文研究所碩士

郭玟伶

中部各社福機構特約心理治療師

合譯

五南圖書出版公司 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

戲劇治療／洪素珍等譯。

--初版。--臺北市：五南，2002 [民91]

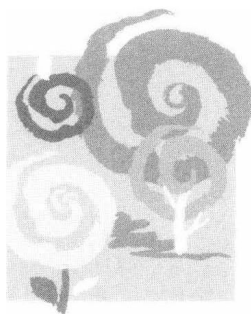
面：公分

ISBN 978-957-11-2981-5 (平裝)

1. 戲劇治療

418.986

91014234



1BN6

戲劇治療

譯者 — 洪素珍 楊大和 徐繼忠 郭玟伶

發行人 — 楊榮川

總編輯 — 龐君豪

主編 — 陳念祖

編輯 — 徐慧如

出版者 — 五南圖書出版股份有限公司

地址：106台北市大安區和平東路二段339號4樓

電話：(02)2705-5066 傳真：(02)2706-6100

網址：<http://www.wunan.com.tw>

電子郵件：wunan@wunan.com.tw

劃撥帳號：01068953

戶名：五南圖書出版股份有限公司

台中市駐區辦公室/台中市中區中山路6號

電話：(04)2223-0891 傳真：(04)2223-3549

高雄市駐區辦公室/高雄市新興區中山一路290號

電話：(07)2358-702 傳真：(07)2350-236

法律顧問 得力商務律師事務所 張澤平律師

出版日期 2002年12月初版一刷

2007年10月初版二刷

定價 新臺幣440元

Drama as Therapy: Theatre as Living

Phil Jones

Drama as Therapy: Theatre as Living

Originally Published by Routledge

© 1996 Phil Jones

All rights reserved. No part of this book may be reprinted or reproduced or utilised in any form or by any electronic, mechanical, or other means, now known or hereafter invented, including photocopying and recording, or in any information storage or retrieval system, without permission in writing from the publishers.

譯序

在助人的心理諮商界工作近二十年，我接觸過的個案從二歲到六十歲都有，其中令我最感到挫敗的是十多歲的青少年（女）族群，他們的行為模式快速直接，但是思考和更深層的心理運作模式則複雜多變，與其工作時，常讓人有不知如何著手的焦慮？我需要不斷地思索——針對他們的需要，我可以做些什麼？我該用什麼方式靠近，比較能被他們接受，也就是到底我——一個所謂專業諮商師的定位到底在哪裡？

不少孩子在諮商室告訴我，這是個安全的地方，所以他們可以哭。我非常感謝這些孩子在被背叛後，願意嘗試相信我這樣一個「陌生人」，如果沒有他們的勇氣「信任」，我就永遠沒有機會靠近。但是在被信任的同時，我也時時警惕自己，除了被信任以及陪伴哭泣，我能否做得更多。只是早些時候的我卻不知如何著手，直到偶然間與「戲劇治療」結緣，這些挫敗與困惑方才豁然解開。

帶困惑以及疲憊的身心，1997年，我再度回到英國重拾未完成的博士學業。那時，我得知了「戲劇治療」這樣一門對我來說是很新鮮的學門，於是在好奇心驅使下，報名了 Northern Trust Dramatherapy 和 Manchester 大學合開的三年戲劇治療執照課程。在和已逝英國重要的創始者之一 Gordon Wiseman 的入學面談中，他所說的一句話讓我知道戲劇治療就是我所尋求解困答惑的關鍵，並將成為一生的重要職志之一。他說：「當我們有能力陪個案一起哭之前，我們先要有能力陪他們一起笑。」是的，這解開了我長期以來的迷惑，原來我用盡力氣陪孩子們悲傷，卻忘了陪他們笑，還讓自己陷入情境悲傷中。今後，我不只能陪孩子們一起哭，我也有能力陪他們一起笑，戲劇治療給我這個神奇的力量。

本書簡介

戲劇如治療：劇場如人生

本書結合戲劇治療的理論與實務，將重點放在戲劇治療如何以及為何能夠提供機會給予被治療者進行改變。作者在書中除了描述實務操作原則，並輔以臨床案例及理論，充分證明戲劇治療能夠協助廣泛案型之個案，並滿足他們個別的需要。

本書核心為戲劇治療的九大治療元素，作者據以討論引申，給予治療師實務操作上的建議，及可使用的工作方法。而案例研討部分則給予讀者思考及模擬演練的練習，譬如，演出自編的「被關在高塔中的王子」，以處理自閉症的青年的困境的案型；使用面具表演曾受到身體與性虐待的女人的故事，以可以觸及相關生命難題的解決問題。

作者在書中亦對戲劇治療的歷史作一完整的回顧，訪談了數位對戲劇治療有貢獻的治療師，側寫了包括 Evreinov 及 Iljine 等創始者，並訪談了 Peter Slade、Sue Jennings 及 Billy Lindkvist 等在這個領域裡有相當成就的人士。作為一本入門書籍，《戲劇治療》深入淺出，實例與理論兼備，對有興趣的學生及相關專業人士而言，是很容易閱讀，並可引起興趣的專業精彩之作。

Phil Jones 是英國 Hertfordshire 大學的教授，並負責戲劇治療的碩士及課程，亦為 British Association of Dramatherapy 的學刊《Dramatherapy》的主編。

前言

唐吉軻德與行動的神奇

「情況並沒有那麼糟，先生」。桑科說：「天邊的那些東西並非龐然大物，只是風車罷了；你所幻想的手臂只不過是他們的風帆……」。

「這是一個訊號！」唐吉軻德呼喊：「你只是初出茅蘆！我說他們是龐然大物；如果你害怕的話，站到一邊去……因為我已經決定要和他們所有人進行一場駭人的、不公平的戰鬥。」

賽凡提斯，《唐吉軻德的歷史》（*Cervantes, The History of Don Quixote*）

賽凡提斯喜歡混淆客觀與主觀，讀者的世界與書本的世界。

博吉斯，《唐吉軻德的部分神奇》（*Borges, Partial Magic in the Quixote*）

在賽凡提斯所描寫的唐吉軻德的旅行與冒險中，他用幻想填滿現實。他自己所創造出來的世界，與其他人所經驗與生存的世界混淆在一起。在治療情境中，劇場使用戲劇性的型態與虛構的作品，同樣也鼓動了這種沒有助益的混淆。參與戲劇活動一直被人們視為脫離現實的一種行為——從存在與他人和世界的聯繫之中逃離。

有些人認為劇場與生活是相互分離的。如果戲劇與生活會發生關聯的話，只有在劇場的嚴格限制當中才有可能，因為演出區與觀眾區之間有正式的界限。

在精神分析的傳統中，一直採用懷疑的觀點來看待所謂的「演出」（enactment）。Fenichel（1945）在他所寫的《精神官能症式的行動化》（*Neurotic Acting Out*）反映了這樣的看法。在討論到個案在治療中潛意識地迴避材料的種種方式時，他提到一些個案有「戲劇化的傾向」（1945, 198）。Fenichel 對於透過戲劇化的方式迴避材料的主要想法，和「唐吉軻

德」存在的方式有些相關——透過幻想滿足現實世界中無法處理的需求。他認為個案「在潛意識中很相信行動的神奇效果」，而這正是他們的困難所在（1945, 99）。其中有爭議的地方在於：成年人的戲劇化是一種退化，試圖返回兒時的遊戲經驗。兒童相信他們可以透過演出（play）創造出一種演出的真實，對於世界產生神奇的影響。

這本書將駁斥以下兩個觀點：一、行動式的或者戲劇化的真實在治療中是沒有幫助的；二、生活與劇場基本上是互相分離的。我認為戲劇與生活根本是相關的，將戲劇當作一種治療方式的人們認為人類需要演出與劇場。如同 Evreinov（1927）所寫：劇場是健康生活所必須的一種人類衝動。戲劇治療認為這類的需要與衝動有一部分可以運用於健康維護，處理情緒方面與心理方面的問題。所以，我們不一定只能把創造出虛擬世界、演出狀態以及創造歷程本身看成從現實中退卻而毫無幫助。行動所具有的演出式的神奇力量，不一定會產生像唐吉軻德那樣與現實世界的斷絕，我們反而可以將之看做存活於世界上的一個重要部分。

Muller-Thalheim 曾經提到過創造力所具有的這種療癒的、肯定生命的面向：「我們知道幻想式與藝術式的白日夢有助於克服存在的痛苦限制，將演出帶到藝術的境界。它們也可以幫助我們管理我們的基本衝突。」（1975, 166）。

我們現在已經有關於戲劇治療的理論知識與各種特定的實務技術。這本書將討論一些特定的技術，這些技術在二十世紀發展出來，具有相當的理論基礎，可以將戲劇、劇場與治療連貫起來。這本書在討論戲劇治療的同時，也會說明為何它會有效果，而此效果又是如何產生的。戲劇治療之所以會有效的一個重要原因，是因為創造性與虛構性對於生活與健康都是很重要的。

如何使用本書

《戲劇治療》這本書分為四個部分：

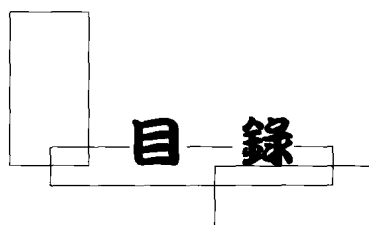
第一部分，概述戲劇治療的定義，並且回顧戲劇治療的主要形式或格式。這個部分包括一個導引，說明戲劇治療歷程與治療時段的結構。

第二部分，說明戲劇治療的歷史。

第三部分，界定使戲劇治療產生效果的核心歷程。

第四部分，討論理論與實務的主要領域。

每個領域自成篇章，包括理論背景、臨床案例以及該領域的摘要或界定。



譯 序

本書簡介——戲劇如治療：劇場如人生

前言——唐吉軻德與行動的神奇

如何使用本書

第一部分..... 1

第 1 章 導論：什麼是戲劇治療？ 3

第 2 章 戲劇治療實務的形式與格式 21

第二部分..... 49

第 3 章 從圓形劇場到醫院劇場 51

第 4 章 戲劇治療的興起 79

第三部分..... 107

第 5 章 戲劇治療的治療性因子——九個核心過程 109

第四部分..... 139

第 6 章 戲劇性投射 141

第 7 章 戲劇化的身體 163

第 8 章 戲劇與扮演 185

第9章	角色	217
第10章	象徵及隱喻	247
第11章	戲劇治療和儀式	273
第12章	戲劇治療中的評估、紀錄與評量	293

參考書目／ 325

索引／ 343

第一 部 分



第 1 章

導論：什麼是戲劇治療？

戲劇是一種模擬的行動，這個行動模仿或者象徵人類的行為。

艾斯林，《戲劇解剖》（*Esslin, An Anatomy of Drama*）

這本書有兩個核心的認知。第一個認知是：戲劇與劇場是積極主動參與世界的方式，而不只是模仿世界的樣子。第二個認知是：在戲劇當中存在著強而有力的療癒潛能。

「戲劇治療」（*dramatherapy*）將戲劇當做一種治療形式。二十世紀許多不同領域的發展（例如：實驗劇場與心理學），使人們對於戲劇與劇場何以能夠有效地帶動人們產生情緒、政治和靈性方面的改變，有了新的洞察。戲劇治療與戲劇歷程和劇場歷程的關聯很特別。「兩個面具」可以說明像「面具」這樣的劇場形式運用在戲劇治療中，會產生怎樣的變化。

案例研討 1.1

兩個面具

Noh 面具（圖 1.1）是一個劇場作品。它的用途與目的源自於演出的傳統；當演員戴著它的時候，會用一種特殊的方式移動。人物的刻劃和劇本有關，而劇本的目的是為了取悅觀眾。演員付費演出；面具是熟練的專業工匠所製作。

第二個面具（圖 1.2）也是戴在臉上的，類似第一個面具，但是它是治療用的。製作這個面具的主要目的不是為了演出劇本以娛樂觀眾，當然，它不是熟練的工匠所製作的。

它是參加戲劇治療團體的一個個案所製作的。它試圖同時處理她和父親以及她和自己的某個面向間的關係。面具是她部分自我的一個意象，這個部分自我困在父親謊言的網絡之中。她小時候曾經遭到身體虐待與性虐待。對她而言，面具代表一種內在角色：這是她揮之不去的部分，她一直保密著。她說網絡的中心在她的嘴上面，要她停止說話。

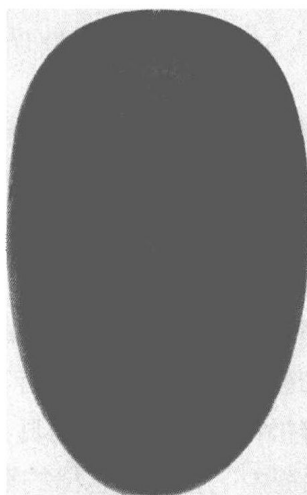


圖 1.1 Noh 面具的意象

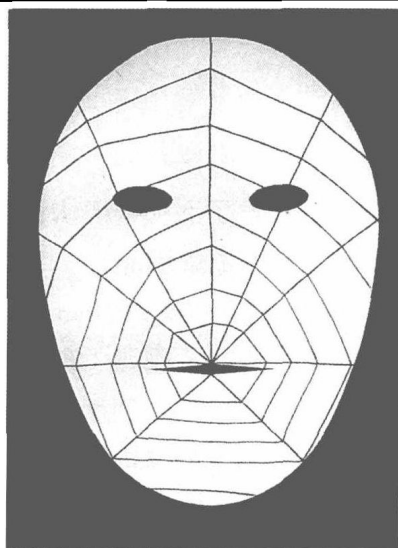


圖 1.2 個案的網絡面具意象

版權：英國博物館

這個面具之所以重要，可以從三方面來說：

1. 製作面具是一種有力的方式，可以向人溝通她身上所發生的事，具體地將她內在的感受置放在外界。置放在外界以後，這些感受才可以處理，而不會一直鎖在內在之中。所以，面具提供了一種新的語言，讓她可以處理問題與創傷。
2. 以前，纏繞著她的網絡感覺是「黏滯的」與「束縛的」。她說：「我無法拿掉它。」面具反映出這樣的特性，黏在她的臉上。但是和網絡不同的是，面具是可以摘掉的。這意味著她在表達出被網絡面具捆綁的感受以後，經驗到將面具拿掉的感受——從網絡當中解脫。透過面具進行身體方面的表達，改變了她內在角色的經驗。她可以用戲劇的方式處理面具，利用它發現自己和創傷間的新關係。
3. 處理面具使個案對於她自己的感受產生了改變，也使她在治療外的生命有了新的行動。她開始思考在自己的生命當中應該如何脫掉