

表達性 藝術治療概論

Foundations of Expressive Arts Therapy :
Theoretical and Clinical Perspectives



Stephen K. Levine、Ellen G. Levine 主編
蘇湘婷、陳雅麗、林開誠 譯



心理出版社

表達性藝術治療概論

Stephen K. Levine & Ellen G. Levine 主編

蘇湘婷、陳雅麗、林開誠 譯

*Foundations of
Expressive Arts
Therapy:
Theoretical and Clinical
Perspectives*

Stephen K. Levine & Ellen G. Levine

©Jessica Kingsley Publishers 1999

This translation of *Foundations of Expressive Arts Therapy* is published by arrangement with Jessica Kingsley Publishers Ltd.

國家圖書館出版品預行編目資料

表達性藝術治療概論 / Stephen K. Levine, Ellen G. Levine

主編；蘇湘婷、陳雅麗、林開誠譯.--初版.--

臺北市：心理, 2007.09

面；公分.--(心理治療；86)

含參考書目

譯自：Foundations of expressive arts therapy: theoretical and clinical perspectives

ISBN 978-986-191-067-3 (平裝)

1.藝術治療 2.心理治療

418.98

96016970

心理治療 86

表達性藝術治療概論

主編者：Stephen K. Levine、Ellen G. Levine

譯者：蘇湘婷、陳雅麗、林開誠

執行編輯：李晶

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：龍虎電腦排版股份有限公司

印刷者：翔盛印刷有限公司

初版一刷：2007年9月

本書獲有原出版者全球中文版出版發行獨家授權，請勿翻印

Copyright © 2007 by Psychological Publishing Co., Ltd.

定價：新台幣400元 ■有著作權·侵害必究■

ISBN 978-986-191-067-3

編者簡介

史第分·理文 (Stephen K. Levine, PhD, DSSc) 是多倫多約克大學社會科學、社會與政治思想的副教授；同時也是個演員、詩人和小丑，他是多倫多 ISIS-Canada (國際多元學習學校) 的共同指導者，著有《製作：心理學及靈魂的語言》 (*Poiesis: The Language of Psychology and the Speech of the Soul*, Jessica Kingsley Publishers)。更是瑞士歐洲研究學校 (European Graduate School) 的副院長，和表達藝術治療博士班課程的主任。

艾倫·理文 (Ellen G. Levine, MSW, PhD) 是兒童心理治療師，也是表達藝術治療師，並於 1988 年起任職兒童心智健康中心的資深社工至今。她是一位視覺藝術家，常在個人工作室或臨床治療時，與孩童和成人共同創作。她是多倫多 ISIS-Canada 的共同指導者，著有 *Tending the Fire: Studies in Art, Therapy and Creativity* (Palmerston Press)。也是瑞士歐洲研究學校的 North American Liaison 主任。



作者介紹

安尼蒂·碧德拉第（Annette Brederode）是一位藝術家、表達藝術治療師以及完形心理治療師。她具有豐富的成人心理治療、社區治療和門診治療經驗。目前擔任表達與創作藝術治療中心（Center for Expressive and Creative Arts Therapy）主任（由她於1985年成立於阿姆斯特丹），至今仍然在阿姆斯特丹執業。她同時在芬蘭的赫爾辛基，指導一個表達藝術治療的訓練計畫。於1986年，安尼蒂更成立了國際網絡表達藝術治療訓練中心（International Network of Expressive Arts Therapy Training Centers）。

馬歌·福斯（Margo Fuchs, PhD）在瑞士的歐洲研究學校，擔任表達藝術治療計畫的計畫總監。她是一位詩人、督導和心理治療師，同時也在歐洲與美國從事教學與出版工作。著有 *Seasoning Life*（Palmerston Press），並且與人合著 *Minstrels of Soul*（Palmerston Press）一書。

達莉雅·哈普琳（Daria Halprin, MA）是位受過專業訓練的舞者與表演藝術家，在擔任心理治療師以前，曾經於大銀幕（電影）發展。她是加州 Tamalpa Institute 的共同創始者，著有 *Coming Alive: The Creative Expression Method*（Tamalpa Institute）。目前擔任跨國教師與訓練家的角色，是歐洲研究學校的教師。

麥金凱·雅各比 (Majken Jacoby, MA) 原是一個藝術教師與畫家，在 Danish 公共服務電視與廣播電台擔任製作人和電視、廣播節目導演。身為一個視覺藝術家，曾參與出版、戲劇和傀儡劇製作等活動。同時是 ISIS-Denmark 的創辦人，也是瑞士歐洲研究學校的教師。

裴洛·尼爾 (Paolo J. Knill, PhD) 是麻州萊思禮大學研究所 (Lesley College Graduate School) 的榮譽教授，和瑞士歐州研究學校的院長，同時也是一個表演藝術家、教師、督導和心理治療師。他是國際網絡表達藝術治療中心的創始人，著有 *Ausdruckstherapie* 和 *Medien in Therapie und Erziehung* (Eres Edition Lilienthal)。與人合著 *Minstrels of Soul* (Palmerston Press)。

艾倫·理文 見編者簡介。

史第分·理文 見編者簡介。

依麗莎白·高登·馬吉姆 (Elizabeth Gordon McKim) 是詩人和詩歌教師。她在麻州萊思禮大學教授表達藝術治療和創意藝術學習學科。她出版四部詩集，並與 Judith Steinbergh (詩人與教師) 共同著作教學手冊，和音樂與詩歌的錄影帶 (*To Stay Alive*)。

尚·麥立夫 (Shaun McNiff, PhD) 是麻州 Endicott College 的教務長。他是麻州萊思禮大學表達藝術課程的創辦人，著有 *The*



Arts in Psychotherapy (Charles C. Thomas) 、*Arts as Medicine* (Shambhala) 、*Depth psychology of Art* (Charles C. Thomas) 、*Art-Based Research* (Jessica Kingsley Publishers) 四本表達藝術治療專書。

瑪琳達·艾許·梅耶 (Melinda Ashley Meyer, MA) 是心理劇治療師與生物能量治療師。她是 Norwegian Institute for Expressive Arts Therapy 的創辦人和共同領導者。也是歐洲聯邦心理劇訓練組織 (Federation of European Psychodrama Training Organizations) 的創辦會員和諮詢委員。

葉卡·諾耳 (Yaacov Naor, MA) 是心理劇治療師及表達藝術治療師。他擔任治療師期間，常與精神病患、孩童和成人一起創作，並在他的藝術工作中，擔任劇場演員和導演。他是 Inner Theater 心理劇訓練中心和 ISIS-Israel 的創辦人與指導者。

保羅·紐姆 (Paul Newham) 是治療師、教師和作家。他居住在英國倫敦，擔任 The London Voice Centre 的指導者，負責聲音動作治療的專業訓練，也是國際聲音運動治療組織 (International Association for Voice Movement Therapy) 的創辦者與指導者。著有 *Therapeutic Voicework* (Jessica Kingsley Publishers) ，並在歐洲和美國教授聲音治療課程。

娜塔莉·羅吉斯 (Natalie Rogers, PhD) 是作家、藝術家以及心理治療師，同時是加州聖塔羅莎 Person-Centered Expressive Ther-

apy Institute 的創辦人。她在歐洲、俄羅斯、日本、拉丁美洲和美國等地演講與推廣工作坊，著有 *Emerging Woman: A Decade of Mid-life Transitions* (Personal Press) 以及 *Creative Connection: Expressive Arts as Healing* (Science and Behavior Books)。

瑪格麗塔·汪嘉 (Margareta Wärja, MA) 是音樂心理治療師和 Guided Imagery and Music 的會員。她目前正在斯德哥爾摩、瑞典等地執業，並擔任瑞典表達藝術治療訓練機構 (Swedish Expressive Arts Therapy Training Institute) 的訓練主任。



譯者簡介

蘇湘婷（第 1 至 3 章、5 至 6 章）

現任杏語心靈診所表達藝術治療中心主任，並具聖地牙哥整合學習大學表達藝術治療證照。曾任美國聖地牙哥安寧醫院（San Diego Hospice）悲傷輔導員，國內義務幼獅張老師督導等職。近年來投入靈性、藝術、能量治療與心理治療的學習，希望藉由擴展自我覺知來達到身心靈整合、發揮個人最高善的目的。

陳雅麗（第 10 至 14 章）

具多年的國小教學經驗，畢業於國立屏東教育大學教育心理與輔導研究所。目前於杜耳學習發展中心擔任教育諮詢顧問，並應邀至學校、研討會、電視台或廣播電台擔任講師或來賓。著作有《沒大沒小天才班》（圓神出版社）。譯著有《兒童遊戲治療活動》（心理出版社；合譯）。多篇教育散文見各大報。

林開誠（第 4 章、7 至 9 章）

於中國上海復旦大學新聞學院取得碩士學位。曾任廣電人市場研究公司副研究員，具有多年的市場與媒體研究經驗，目前從事研究相關工作。

譯者序

從第一堂表達藝術治療課開始

美國聖地牙哥表達藝術機構（Expressive Arts Institute of San Diego）治療師茱蒂（Judith Greer Essex）在 2000 年的一篇簡短演講，是我與表達藝術治療的第一次接觸。在一個小時的介紹中，茱蒂要大家在圖畫紙上畫出現在想身在何處，然後展示給全體夥伴。我怯怯地拿著自己不怎麼樣的作品，一邊在心中和他人的圖畫做比較，一邊滿腹疑惑。很驚訝地，沒有人談論繪畫技巧的優劣。茱蒂問了大家幾個問題讓我們專注在自己的圖畫上：你是誰？你在哪裡？在這個地方有什麼感覺？是什麼阻止你來到這個地方？

雖然只是幾個簡單的問題，卻讓我覺察到身在異地的自己有多想家。那時到聖地牙哥已一段時間，平時只把想家的心情當作一個概念，一個應該存在卻又遙遠的想法。當看到這樣的心情被置於圖畫紙上、看到圖中的自己放鬆微笑的表情，我才真正感受到想念與糾結的心情。彷彿一面鏡子映照出內心真實的樣貌，不帶任何批評，只是靜靜接受我所讓它映照出的樣子。這個經驗所帶來直覺的感動以及陪伴的感受，讓我一頭栽入表達藝術治療的領域。

以後的日子裡，繪畫成為承載我一切情緒的最好容器。慢慢



地也在學習的過程中加入了音樂、肢體動作與詩歌等其他媒介。這是一種豐富的感覺，是一種被了解、被包容、被重視的感覺。身體的各個部位，以及心智和靈魂，彷彿有了對話的平台，可以交流，可以相互支持。許多次流下難以理解的淚水，卻成為靈魂的最佳安慰，彷彿在藝術中他們是認識彼此、熟悉彼此的。愈是深入表達藝術治療的領域，愈是領悟到：相信過程，一切都是最好的安排。

在表達藝術治療的學習過程中，經驗成為一個重要的關鍵。實際從事藝術創作的過程有著不同層面的意義。在個人層面上可以擴展對自我的覺知，透過不同媒材的運用探索與整合散亂各處的自我。這些體驗則同時成為專業層面上最好的參考架構，以支持並協助個案進行屬於他們個別的創作過程。

理論架構則為表達藝術治療帶來廣闊與深入的視野。始自人類存在之初，經過了文明的演化，在古希臘時期建立了現代哲學觀的基礎，進而連結了美學與療癒間的關係。當我們從整個歷史角度來觀察這一發展，就會發現表達藝術對生命的意義及治療本已存在。而理論似乎是將已存在的事實做一系統化的整理，讓我們有一方向性，避免落入個人執著的觀點中。

然而正如同本書編者所言，我們在閱讀本書時會發現無法從單一理論經驗來詮釋表達藝術治療。就我所知，表達藝術治療被使用在心理治療、職能治療、復健、新時代（New Age）追尋、靈性諮商和能量治療等等方向上。可想而知在這些不同的領域中，



表達藝術治療的使用與目的都有極大的差異。也許對一些人而言，這些差異性增加了學習的難度，卻也豐富了各種可能性。或許，表達藝術治療正如生命一般，也在體驗其存在的可能性。

從第一堂表達藝術治療課至今，我愈來愈信任藝術創作過程本身，它即是生命的表達、內在智慧的外化。在創作的過程中，療癒就在發生。

蘇湘婷

杏語心靈診所表達藝術治療中心主任

目 錄

編者簡介	iii
作者介紹	iv
譯者簡介	viii
譯者序	ix
前言	1

【第一部】哲學與理論觀點

第 1 章	製作與後現代主義： 表達藝術治療基本原則的探索	13
第 2 章	心靈滋養： 創造力的綜合性語言	35
第 3 章	形式的必要性： 洛士特著作中的表達藝術治療	55
第 4 章	藝術的探詢： 表達藝術治療的研究	73



【第二部】臨床觀點

- 第 5 章 聲音治療：
歌唱與聲音在心理和身體治療上之藝術性的運用 .. 101
- 第 6 章 創造性連結：
一個全面性的表達藝術過程 129
- 第 7 章 活在藝術中：
動作即是整合的過程 155
- 第 8 章 一層覆蓋一層：
藝術工作室的治療經驗 177
- 第 9 章 音樂的母性：
以表達與接納方式發揮音樂的母性功能 203
- 第 10 章 在幻想與信念之間：
詩歌治療法 235
- 第 11 章 口語傳統下的詩歌：
認真的文字遊戲 259
- 第 12 章 心理劇：
關於受納粹迫害者 277
- 第 13 章 流亡於身體之外：
在等待室創造一個遊戲室 303
- 第 14 章 遊戲：
兒童心理治療與表達藝術治療 323

前言

史第分·理文 (Stephen K. Levine)

艾倫·理文 (Ellen G. Levine)

本書集結了反映表達藝術治療此時狀態的多元觀點。本書也概覽了表達藝術治療多元的理論觀點及其不同的實務方法。對於本書所有的作者而言，本領域的多元性正如同作者群的專業一樣，正處於不斷的發展中。致力於表達藝術治療的本書所有作者及非著作本書的其他專家，皆可視為由各自的工作來形塑本領域的藝術家。

表達藝術治療已被視為專業的獨特領域，然而事實上它是近代才開始發展的。它起源於1970年代早期，由尚·麥立夫 (Shaun McNiff)、裴洛·尼爾 (Paolo J. Knill)、諾瑪·肯那 (Norma Canner) 等人於麻州康橋的萊思禮大學研究所創立了表達藝術治療方案。相對於今日其他著重於藝術治療的訓練方案，本方案的哲學觀納入藝術治療的多元取向。同時該方案也連結了傳統固有的治療系統，例如薩滿 (McNiff 1981)，並結合現代哲學發展，例如現象學、解釋學、以及當代的解構學。



萊思禮方案至今已在表達藝術治療領域中訓練超過一千位學生。其中許多人繼續在臨床領域中擔任治療師一職，也在機構或是其他訓練方案中任教。1980 年代後期，裴洛·尼爾在萊思禮大學的支持下開始在歐洲及北美洲發展訓練計畫。以國際多元學習學校（International School of Interdisciplinary Studies，簡稱 ISIS）為名義的訓練計畫在瑞士、加拿大、丹麥和德國建立。這些訓練計畫的特色在於以創造學習社群為架構下的多元表達藝術治療。

隨後，ISIS 計畫與歐洲其他類似取向的訓練計畫被整合為表達性治療訓練中心之歐洲網絡（European Network of Expressive Therapy Training Center）。這些訓練計畫結合之後開始贊助復活節研討會（Easter Symposium），即一年一度的密集訓練週，同時歡慶藝術。每年復活節前後這個活動會選定一歐洲國家舉辦。復活節研討會及北美網絡拓展的成功促使了 1995 年年度豐收研討會的開幕。此時歐洲網絡在表達藝術治療訓練中心的國際網絡中更為擴展。本文撰寫時新的 ISIS 計畫正在以色列、美國西南部和加州發展中。

在訓練計畫激增的同時，新的學術方案也孕育而生。位於瑞士的歐洲研究所（European Graduate School）開始授與表達藝術治療碩士學位及進階領導訓練。1996 年進階研究學習轉變為博士學位。加州整合學習機構（California Institute of Integral Studies）於同年開始其碩士階段研究訓練。

本領域中的治療師與訓練者亦共同創立了一個專業機構——國際表達藝術治療學會（International Expressive Arts Therapy Association，簡稱 IEATA）。創立於 1994 年的 IEATA 視其計畫為專業藝術治療機構的另一選擇，它不僅具有多元特質，同時鼓勵教