

艺术治疗入门丛书

心理剧

【英】 Paul Wilkins 著 柳凤心 译

Psychodrama

 中国轻工业出版社

ISBN 7-309-04811-2

心理剧

王德林 著

中国社会科学出版社

艺术治疗入门丛书

心理剧

Psychodrama

【英】Paul Wilkins 著

柳岚心 译

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心理剧 / (英) 威尔金斯 (Wilkins, P.) 著; 柳岚
心译. —北京: 中国轻工业出版社, 2009.10
(艺术治疗入门丛书)
ISBN 978-7-5019-7299-9

I. 心… II. ①威…②柳… III. 艺术—应
用—精神疗法 IV. R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第135095号

版权声明

PSYCHODRAMA by Paul Wilkins

Copyright © 1999 by Sage Publications Ltd.

Sage Publications Ltd. 是原书的出版者, 其位于美国、伦敦和新德里。
本书由Sage Publications Ltd. 授权翻译出版。

总策划: 石 铁

策划编辑: 高小菁

责任终审: 杜文勇

责任编辑: 戴 婕 高小菁

责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2009年10月第1版第1次印刷

开 本: 660×980 1/16 印张: 12.00

字 数: 100千字

书 号: ISBN 978-7-5019-7299-9 定价: 25.00元

著作权合同登记 图字: 01-2008-5447

咨询电话: 010-65125990 65595090

读者服务部邮购热线电话: 010-65595091 65241695 传真: 85111730

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanjianbook@163.com

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换
81288J6X101ZYW

了解自己 了解生活

生活自助



《涂鸦日记》
Ganim B.等著
定价：28.00



《和失眠说再见》
Peter Hauri等著
定价：28.00



《悦食悦己》
Karen R. Koenig著
定价：18.00



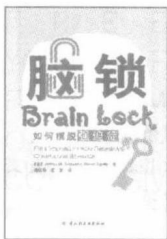
《我抑郁?》(绘本)
四四 绘著
定价：19.80



《萨提亚冥想》
约翰·贝曼 著
定价：16.00



《我好—你好》
Thomas A. Harris著
定价：25.00



《脑锁》
J. M. Schwartz等著
定价：30.00



《走出强迫症》
东振明 著
定价：36.00



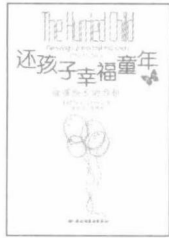
《身心灵全人健康模式》
陈丽云 等著
定价：40.00



《抑郁情绪调节手册》
David D. Burns著
定价：38.00



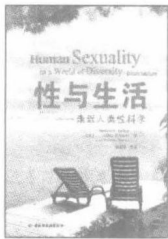
《儿童游戏》
W. G. Scarlett等著
定价：30.00



《还孩子幸福童年》
Elkind D.著
定价：21.00



《职业心理学》
A. J. Dubrin著
定价：58.00



《性与生活》
Spencer A. Rathus等著
定价：59.00



《和自己的梦在一起》
李骥 著
定价：32.00

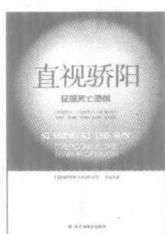


《和自己的心在一起》
严文华 著
定价：32.00

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com



《心理学与个人成长》
Gerald Corey 等著
定价：42.00



《直视骄阳》
Irvin D. Yalom 著
定价：19.80



《日益亲近》
Irvin D. Yalom 等著
定价：36.00



《改变的理由》
W. Dryden 著
定价：26.00



《由心咨询》
米杉 著
定价：36.00



《催眠入门》
William W. Hewitt 著
定价：18.00



《自我催眠》
Dirk Revenstorf 等著
定价：15.00



《追寻记忆的痕迹》
Eric R. Kandel 著
定价：35.00



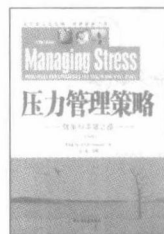
《说谎心理学》
Aldert Vrij 著
定价：18.00



《自白的心理学》
浜田寿美男 著
定价：12.00



《性格铸造历史》
岳晓东 著
定价：28.00



《压力管理策略》
B. L. Seaward 著
定价：52.00



《儿童绘画心理学》
Claire Golomb 著
定价：50.00



《人间游戏》
Eric Berne, M. D. 著
定价：25.00



《情绪》
Kalat J. W. 等著
定价：38.00



《别把烦恼带回家》
J. C. Norcross 等著
定价：32.00



不同于谈话心理治疗,西方音乐治疗、美术治疗、舞动治疗、心理剧等表达性艺术心理治疗拥有相对独特的治疗逻辑与技术。从尝试到推广,从辅助到独立,从边缘到主体,西方艺术心理治疗经过五六十年的孕育与成长,逐渐发展壮大并最终在西方心理治疗和医疗保险体制中赢得了自己的一席之地。

近年来,尤其是“5·12”汶川震难以来,表达性艺术心理治疗在国内心理咨询界受到广泛关注,各类学习者踊跃参与。然而,在引进国外的培训和相关研究成果时,由于对表达性艺术心理治疗尚缺乏全面、透彻的理解和把握,学习者往往急于学习一些“实用”招数,而忽略了一位艺术治疗师心理咨询功底与艺术功底的长期培养,这样不利于掌握这些疗法的精髓并有效帮助来访者。因此,我们迫切需要引进各类表达性艺术治疗的专业概述性书籍,以促进学习者对表达性艺术治疗的深入学习与应用。

“艺术治疗入门”丛书,正是国内首次引入的一套实践与理论并重,生动与严谨兼备的表达性艺术疗法专业级入门书籍。本丛书由多位英国资深艺术心理治疗师新近写作和编辑,是一套优秀的、



II 心理剧

西方艺术心理疗法学习者正在使用中的推荐级入门教材。丛书的整体写作风格专业、务实——以清晰的笔触驾驭复杂的宏观与微观材料：在细致介绍各疗法理论渊源、发展历程、治疗理念、核心技术以及艺术治疗师职业化道路的同时，更是通过丰富的案例资料以及翔实的笔触，展现了诸多治疗理念、治疗技术在真实案例中的具体应用。

当我们徜徉在世界文化艺术殿堂之时，可曾思索过艺术源自何方，又将归向何处？笔者以为，事实上，艺术既源自人与自然相融与共，也回归于此太初合一之境，亦即所谓的“艺术最高境界”。艺术伴随“文明”的进程，不断克服后者对人性异化的自“文明”发端，舞蹈、音乐、美术、戏剧等就相继登场，且被用于一些民俗治疗；中国传统文化高度重视“琴棋书画”等自我修养方法，也是充分了解与应用了艺术的身心灵治疗潜力。无可否认，艺术本身就具有显著的身心灵治疗作用——换言之，这就叫“（具有）治疗性（的）艺术”。

然而，发端于20世纪前中叶（特别是第二次世界大战以后）的西方表达性艺术心理治疗，在反对主流谈话疗法、高扬人道主义旗帜的同时，深受西方精神分析心理学思想的影响，或多或少采纳后者的理念和治疗框架，并将潜意识投射与象征性隐喻作为共通性的治疗因子。同时，作为“心理治疗”之一类，同样拥有跨疗法的心理疗效普遍因子。由此，“治疗性艺术”与“艺术治疗”这两个名词，其内涵呈现出显著差异。

艺术，可谓是无需言语的人类沟通。然而，在“治疗性艺术”层面，固然有着审美情趣上的文化差异，在“艺术治疗”层面，更是存在着引进“西方谈话心理治疗”时同样的课题——文化差异问题，

或谓本土化课题。事实上，西方艺术治疗虽已逐渐脱离谈话疗法的辅助地位而成为独立的心理治疗方法，仍坦言其起效机理研究尚未完善，尚有相当大的实践和研究空间。因此，我们在认真学习西方实践经验和专业态度的同时，不妨也留存几分批判性的眼光，保有自发的独立思考。

综上所述，本丛书适合作为专业艺术治疗师入门课程教材和心理咨询师艺术类受训参考资料；也适合国内的心理学工作者、教育工作者、艺术工作者及心理学爱好者学习参考；有助于读者真实了解和认识西方艺术治疗专业与艺术治疗师的工作，学习借鉴到来自西方文化底蕴的艺术治疗与心理治疗思想。

本丛书由柳岚心（柳菁）担任主译并负责统稿，缪青、梅晓菁、肖颖、巩丽群担任多本书籍的初译工作。各位译者均具有心理学和医学专业背景，且对表达性艺术心理治疗具有浓厚兴趣，对所译表达性心理治疗有所涉猎和积累。衷心希望通过我们的合作与努力，最终能让更多的人学会心理帮助，让更多的人接受心理帮助，让更多的人自助助人，让更多的人获得疗愈。

岚心 谨识

2009年夏



原著序

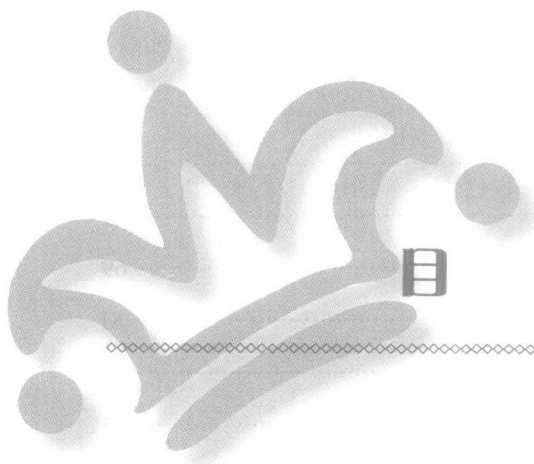
心理剧作为一种行动性的心理治疗方法，拥有它独特的术语和富于个性色彩的结构。笔者在讲述这一方法时，采用了心理剧的术语和结构来构筑整本书的架构。本书中各章节的标题与组织形式大致上反映了心理剧的思路和实际操作方式。概括地说，（除了第一章和最后一章分别讨论了构成心理剧的基石和对心理剧的批判性评估以外）各章的标题复现了一个典型的心理剧工作坊的过程。正因为心理剧开始前演出地点必须先行确定，所以第二章（设置舞台）探讨了心理剧实践的基本理念与技术。第三章命名为“热身”：即心理剧中行动之前的先行环节，同样地，第三章探讨了心理剧导演在实践之前必须做的准备工作。第四章命名为“布景”：即心理剧中主角（或主要演出者）与导演一起工作，采用道具或是真人布置心理剧“舞台”，使得舞台上的物理环境切合剧情。这一章探讨的正是用什么方式在一个团体中引入心理剧。

经典心理剧至少由三幕组成。因此，第五章、第六章、第七章分别题名为“第一幕”、“第二幕”、“第三幕”。第五章探讨会心的过程，心理剧热身和选出主角与导演的方式，它还同时展现主角和



导演如何布景以及团体成员如何在演出进程中扮演角色。第六章探讨心理剧演出如何通过几幕的剧情发展直至达到某种终点。第七章探讨那些使得心理剧工作坊完整的因素,包括“分享”(这一过程通过团体成员与主角分享感受与体验将主角与团体重新联结起来)和结束。

第八章题名为“分享”,在此我“分享”了我所了解的心理剧专业背景,描述了这一方法的理论基础,如何接受培训,走上心理剧导演的职业化道路,参加心理剧团体,以及如何学习更多有关心理剧的知识。如前所述,第九章提供了对心理剧的批判性评估。标题“审视”是一个类比,正如心理剧工作坊的最后一个环节是正在学习成为导演的学员接受来自培训师和同学们的批判性评估。在这最后一章里,探讨了心理剧的相关研究以及对心理剧的批评。



目 录

第一章	心理剧的诞生：起源、母体与初生态	1
	说明	1
	个案资料	1
	什么是心理剧	4
	雅各布·列维·莫雷诺	7
	莫雷诺的核心概念	11
	心理剧的应用	15
	社会剧与社会计量：心理剧的社会原子	21
第二章	设置舞台：心理剧的工具与技巧	25
	心理剧的环境	25
	基本元素	27
	心理剧的阶段	35
	心理剧的技术	40
	发现心理剧治疗师和心理剧形式	43
第三章	热身：奠定心理剧实践基础	47
	培训的重要性	47



VIII 心理剧

第四章	布景：演出开始	61
	首次团体会面	61
	第二次团体会面	69
第五章	第一幕：进入行动	81
	“会心”和团体进程的重要性	81
	热身	83
	识别主角	90
	选择导演	94
	行动演出开始	94
	辅角和替身	98
第六章	第二幕：行动演出	105
	导演的灵感	105
	从一幕到另一幕	106
	运用角色交换	109
	替身	112
	镜照	113
	附加现实	113
	一出心理剧	114
第七章	第三幕：演出完成	123
	观众的作用	123
	分享	125
	终止	130
第八章	分享：心理剧的大背景	139
	心理剧背后的理论框架	139
	心理剧培训	143

作为一位心理剧导演开展工作	146
加入心理剧团体	147
发现更多有关心理剧的资讯	148
第九章 审视：批判性地看待心理剧	151
“有效性”及评估：心理剧与研究	151
对心理剧的阻抗	155
对心理剧的批评	159
附录 1 心理剧专业术语表	165
附录 2 进阶学习指南	169
莫雷诺 (J. L. Moreno及其合著者) 著作精选	169
关于莫雷诺的书籍	170
英语心理剧书籍精选	170
参考文献	173



第一章

心理剧的诞生：起源、 母体与初生态

说明

心理剧的术语中包括很多不寻常的专用名词。采用这些术语并非想让初学者感到困惑，而是为了做到恰当表述。其中一些术语反映出心理剧源于戏剧，另一些被发明出来表达现有词汇无法准确表述的意义，还有一些源自于心理剧创始人J.L.莫雷诺的教育与生活背景。这些术语在本书的正文中都有定义（在它们第一次出现时，不论是否必需），读者也可以在书后附录1中看到一份对学习者的心理剧专用名词词汇表，这份词汇表中的专用名词在本书中第一次出现时，会用黑体字标出。

个案资料

我写作本书时的目标之一，就是要遵循心理剧的教诲——不要只是讲给人们听，而是要演示给他们看——因此在整本书中，你都



可以看到来自实践中的例子和解释说明。虽然它们都是来自于真实的实践，但是这些例子中的“个案背景”都经过了某些程度的改装或虚构。姓名、地点、细节和内容与实际情况有所出入，但其中发生的过程完全符合真实情况。

心理剧中舞台场景的演出，无论是来自于过去、现在和未来，无论是真实的抑或是来自于想像，都能够促进个体的疗愈与成长。

(摘自某心理剧团体宣传资料)

本书讲述的是心理剧这种强有力的心理治疗方法的故事。心理剧的故事也是那些遍布世界各地、为心理剧的创造、发展和持续传播而共同努力的人群的故事。他们中的第一人就是雅各布·列维·莫雷诺 (Jacob Levy Moreno, 1889—1974)，他依据自身丰富多彩的人生经验、按照非正统的步骤发展出了心理剧及其相关的训练方法。也许，用心理剧的术语来说，莫雷诺就是故事中的**主角**，但其他许多人也在这个剧中扮演了角色——他们每一个人都是故事中的**配角** (当然，也是他们自己的分支故事中的主角)。

哲卡·莫雷诺 (Zerka Moreno) 是莫雷诺稍后岁月中的人生伴侣，她与莫雷诺合作创造出一些经典心理剧的主题。她直到90岁高龄仍在为心理剧理论与实践做出积极贡献。亚当·布莱特纳 (Adam Blatner) 也是一位重要的美国心理剧导演，他写作了多本有重大影响的心理剧教科书 (例如, Blatner, 1971, 1997 以及 Blatner & Blatner, 1988)。安妮·斯库茨伯格 (Anne Schutzenberger, 1991: 203-244) 将她从莫雷诺那里学到的心理剧带回法国，将之与精神分析流派的某些



观点相结合，运用于针对癌症患者的治疗工作。

即便之前其他人有过一些尝试 (Dean 和 Doreen Elephery 曾每年举办 2 到 3 次工作坊，莫雷诺本人也在 1940 年在茅德斯雷医院开过一次公开课)，对于把心理剧及其训练方法带到英国，马休·卡璞 (Marcia Karp) 功不可没。马克斯·克雷顿 (Max Clayton, 1988: 66) 称赞西泽·麦克雷恩 (Heather McLean) 对心理剧在澳大利亚和新西兰的发展做出了很大贡献，他还使得这一地区成为了社会剧大本营。南美洲在心理剧舞台上也表现突出 (巴西以拥有最多的心理剧导演而知名)，在其中，达米若·布斯托斯 (Dalmiro Bustos) 和莫尼卡·祖瑞提 (Monica Zuretti, 两位都来自阿根廷) 做出了重大贡献。在以色列，琼·海尔夫妇 (June Hare, 1988: 51-58) 发表了心理剧著作。彼得·菲利克斯·科勒曼 (Peter Felix Kellerman) 则是另一个重要人物，他在 1996 年耶路撒冷国际心理剧大会上扮演了重要的幕后角色。而在欧洲大陆，瑞典的戴格·布洛门维斯特 (Dag Blomkvist) 和芬兰的玛提·林德维斯特 (Martti Lindqvist) 可称是资深人士。

另一些心理剧导演将莫雷诺的理念和实践与来自其他心理治疗领域的理念和实践相结合。保罗·霍尔姆斯 (Paul Holmes, 1992) 写作了客体关系理论与心理剧，阿罗森 (Aronson, 1991: 199-203) 将心理剧与精神分析团体心理治疗相整合。安东尼·威廉姆斯 (Anthony Williams, 1991) 写了将戏剧行动与系统理论相结合的书，吉妮·班卡迪 (Jenny Biancardi) 则致力于从以当事人为中心的心理治疗取向来推动心理剧的实践 (见 Wilkins, 1994a, 1994b)。

以上所有这些人 (还有本书未提及的那些人) 都曾经并仍然在为心理剧的发展做着贡献。心理剧的故事是他们这些人的故事，