

# 在他人故事看見自己：自傳劇觀眾經驗之研究

張志豪<sup>1</sup>、曾秀雲<sup>2</sup>、陳大山<sup>3</sup>

自傳劇是戲劇治療中重要的一環，強調由當事人自主選擇戲劇媒材與形式，在舞臺上重新演繹過往生命重要回憶。現有自傳劇文獻多探討戲劇治療師與演出者的角色與作用，從觀眾角度出發的研究明顯較少。本研究旨在探討觀眾觀看自傳劇時的內在經驗，進而從個人自身經驗出發，探究觀眾與演出者情感連結的內在經驗及自我對話。本研究採主題分析法，深入分析 3 名觀眾觀看 4 部自傳劇的經驗。研究結果發現：觀眾的觀劇期待易抱持「預期為真」的觀劇心理，進入與回應演出者的生活世界，藉由類比生活經驗產生的情感連結，帶來重回過往經驗的心理效應。而觀眾個人生命經驗與演出者作品的連結與對話，在相似經驗中，觀眾較容易在劇情共鳴中，同步上演內心戲，甚至將自我置身於演出者角色，呈現宛若他者的狀態。至於相異經驗中，觀眾會透過積極的想像力疼惜演出者的苦難；面對超出理解範圍的表演手法與劇情，則會選擇截斷自身的情感連結。在觀看自傳劇後，觀眾也會針對自傳劇的演出，產生自我對話與意義生成。最後，本研究提出幾點建議，有助於戲劇治療師深化議題討論，增進觀眾在自傳劇中生命經驗的探索與交流。

**關鍵詞：**觀眾、自傳劇、戲劇治療、生命經驗、演出者

---

<sup>1</sup> 實踐大學家庭研究與兒童發展學系

<sup>2</sup> 實踐大學社會工作學系

<sup>3</sup> 臺灣戲劇復原力協會

**通訊作者：**曾秀雲，實踐大學社會工作學系，[shelley.tw@gmail.com](mailto:shelley.tw@gmail.com)。

本研究初稿曾於臺灣諮商心理學會 2022 年會暨學術研討會進行口頭發表，本文重新歸納統整修改。研究者特別感謝《教育心理學報》審查人與編委會提供寶貴的修改意見，以及參與自傳劇協助調查的朋友，在此謹表謝意。

「戲劇治療」是一門結合「戲劇」與「心理治療」的專業助人方法（Jones, 1996）。多年來，戲劇治療蓬勃發展，協助不同年齡階層與社會處境的服務對象，面對多元的生活挑戰與生命議題，健全個人身心的成長，改善人我的關係，並促進社會的適應（洪素珍等人，2009；張志豪、張文怡，2023；黃彥宜、楊瑾雯，2004；詹潤芝，2011；Berghs et al., 2022; Butler, 2013）。Emunah（1994）也表示，戲劇治療能協助當事人經由物件投射、戲劇性遊戲、角色扮演與即興創作等方法，讓當事人在身歷其境的戲劇舞臺上，喚醒感官的知覺，統整身心的訊息，透過行動洞察（action insight），探索生活新的可能性。

在戲劇治療豐富且多元的方法中，自傳劇（autobiographical therapeutic performance）特別重視演出者與觀眾間互為主體的關係與影響（Jacques, 2016）。當事人透過演出者（performer）的位置，能經由角色的扮演與創作，「演出」也「演活」自己的生命劇本；此外，當事人透過觀眾（audience）的位置，「觀看」也「關照」自我生活的經驗。戲劇治療觀眾效應的相關研究即指出，除了演出者能透過觀眾的參與及回應獲得見證效果（張志豪，2019；Emunah, 2015），觀眾也能藉由演出者的創作與呈現，反思自我生活中僵化的角色與劇本，進而內化他者的生命智慧（Landy, 1996）。

由於「自傳劇」即由當事人以自主方式選擇戲劇媒材與演出方法，讓當事人能聚焦於自我生命的創造歷程，達到治療與轉化的效果（Emunah, 1994; Pendzik, 2016）。因此，陸續有研究者將自傳劇運用於參與整理邊緣者的生命經驗，進而重新建構自我認同與主體性（張志豪，2019，2021；Gale & Gardner, 2004）。近年來，也有研究將自傳劇運用於促進失智症高齡者生命敘說與自我整合（Harel, 2016），及幫助倖存者降低心理創傷對生活功能的影響（Ray & Pendzik, 2021）。國內則有王行（2013，頁44）主張「真實生命故事為基礎的戲劇展演，可視為一種形式的社會變革行動」，可以看出戲劇不僅是娛樂或美感的體驗，當事人演出自我生命故事的同時，即是將私有經驗公眾化的歷程，讓自我特殊的生命境遇，成為社會的公共財，使演出者得以與觀眾進行「相互參看」，讓彼此因著生命故事的共同性與差異性，產生情感的交流與連結。

對此，研究者進一步檢閱自傳劇中演出者與觀眾的討論發現，自傳劇研究多集中於帶領者的實踐知識與方法，以及演出者的經驗（Emunah, 1994; Pendzik, 2016; Sajani, 2016; Zehavi, 2016），對於觀眾經驗著墨甚少。雖然Emunah（2016）在研究中注意到觀眾角色的重要性，強調觀眾有助於演出者轉化其痛苦經驗，是促成演出者獲得治療的重要條件，但其論述仍以自傳劇演出者為主體，未從觀眾的主體經驗出發，進一步說明觀眾會以何種方式參與自傳劇。即便Emunah認為，當演出者在舞臺上演出受苦經驗時，觀眾會被深深打動，但因演出內容已經透過藝術化的修飾，觀眾較少會感受到承擔演出者的痛苦，亦較少覺得自己需要在情緒上照顧演出者，因此觀眾往往會隱約覺得自己與演出者的故事相互關聯，產生情感的連結，但可惜Emunah未針對此情感的連結的發展機制作進一步說明，使得觀眾主體的內在經驗如何與演出者產生連結，並形成共鳴，甚或弄假成真，缺乏進一步的延伸。Ray與Pendzik（2021）的研究雖指出自傳劇不僅有助於演出者的創傷修復與自我功能提升，同時自傳劇觀眾也會因為身歷其境，見證演出者的真實生命故事，對於演出者產生同理與憐惜，但其研究設計仍以自傳劇演出者為主體，觀眾角色只涉及演出後，觀眾與演出者透過一同看待與討論演出的原始素材，增加自我反思的機會，並非針對參與自傳劇的觀眾，進行主體經驗的觀察與訪問。國內自傳劇相關研究，也僅針對青少年工作及青年培力之實踐經驗作探討（張志豪，2019，2021；張敬宜，2013），缺乏觀眾參與經驗實徵資料的累積。

研究者反思多年實務經驗發現，觀眾在參與自傳劇的過程中，其內在經驗有其複雜性與差異性，並非每一位觀眾在自傳劇與演出者產生情感連結，皆為正向支持與修復經驗；換言之，部份觀眾也可能在參與自傳劇後產生負向情緒經驗。例如，部分觀眾於青少年自傳劇演出後，回饋到：「直接在舞臺上演出遭受家庭暴力的歷程與獨白，實在有些殘忍」。研究者的實踐經驗與文獻描述的觀眾經驗似乎有所差異，這使研究者對於自傳劇的觀眾經驗產生好奇，是否觀眾觀看自傳劇經驗會涉及個體對演出內容有著不同的詮釋與解讀？基於上述問題意識，形成本研究的主要動機。因此，本研究欲以自傳劇觀眾為主體，透過觀看自傳劇的實踐經驗，檢視自傳劇觀眾個人內在經驗，包括在觀看自傳劇所產生情緒、感受、與想法的變化，進而從個人自身經驗出發，探究個人與演出者情感連結的內在經驗及自我對話，期盼藉此豐厚自傳劇治療歷程中對於觀眾經驗的認識，進而有助於自傳劇治療有更為全面性的認識與理解。

## （一）自傳劇的定義

「劇場」是一種允許創造力、形成自發性的特殊空間，演出者與觀眾共同在劇場空間裡，透過想像、象徵、隱喻等表現手法，將內在經驗轉化為戲劇創作，並體會戲劇故事中的情緒與感受、及角色之間的關係與衝突，協助當事人帶來轉化與改變的可能（Jennings, 1997; Jones, 1996; Karp et al., 1998/2002）。Jones（1996）指出戲劇治療最早發展大致可以回溯至 1910 年代的英國，以協助精神障礙者、智能障礙者，提供身心障礙者增進生活品質之用。隨時間推演，戲劇治療已發展出多元的工作方法。戲劇治療有助於演出者透過角色、劇情或互動對話等方法，將內在心理議題予以表徵化及具象化，使觀眾能貼近演出者所處的情境，讓觀眾得以在舞臺上與演出者的生命經驗遭逢（Blanter, 1996）。

所謂「自傳劇」是戲劇治療重要方法之一。關於「自傳劇」的濫觴，相關文獻雖未有明確記載，但最早可以查到 Emunah 與 Johnson（1983）曾提出「自剖劇」（self-revelatory performance）的工作方法，鼓勵演出者探索目前的困擾議題，強調「在觀眾面前演出自己真實生命故事」（Emunah, 1994, p. 289）。Mitchell（1994）將自剖劇這類的戲劇治療方法稱為「自我表達劇場」（self-expression theatre），並幫助曾經住院，且經歷機構化的病人進行自我探索與表達。同年，Emunah（1994）對於個人在他人面前演出自己真實的生命故事，進一步釐清「自剖劇」與「自傳劇」之差異，即主張自剖劇較強調演出者目前生活所遭逢的挑戰與議題，較容易牽動演出者的情緒，而自傳劇則是演出個人過去生命經驗，不強調對於特定困擾議題的洞察或針對僵化生活模式的改變。

事實上，「自剖劇」與「自傳劇」有著高度的相似性。Emunah（2015）進一步表示，不論是「自剖劇」或「自傳劇」，兩者重點都在於演出者藉由自身真實故事的呈現，以探索內在經驗，觀眾則有機會透過近距離的參與及見證，獲得內在情感的昇華。近期 Ray 與 Pendzik（2021）發表的自傳劇團體方案研究成果顯示，自傳劇採以個人經驗的敘說，將敘說的故事以具體行動體現於現場演出，進而在觀眾面前表演，並藉由觀眾的目睹與見證達到治療的效果，有助於創傷議題的修復。該方案鼓勵當事人將自己的生命故事塑造造成自傳劇進行演出，同時也協助當事人修復創傷議題，改善自我功能。由此可知，「自剖劇」與「自傳劇」均透過個人生活經驗的敘說、演出與觀眾的見證，達到治療的效果。而 Sajani（2016）進一步主張「自剖劇」與「自傳劇」都是以個人故事（personal story）為基礎的工作方法，可以視為近似的戲劇治療取向，進行相關概念及技法的整合。對此，研究者綜合考量前述學者說法，本研究將「自剖劇」與「自傳劇」視為近似概念，二者都是演出者在戲劇舞臺上於觀眾面前演出，演出內容以自身真實的生命經驗為材料，使得演出者將過去生命事件與當前議題建構成有意義的連結，故本研究統一以「自傳劇」來描述個人在觀眾面前演出真實生命故事的戲劇治療方法。

從自傳劇演出的目的來看，按工作目的不同，Pendzik（2016）將自傳劇劃分為「自傳體形式」（autobiographical forms）與「自我民族誌形式」（autoethnographic forms）。「自傳體形式」演出目的從微觀的視角，強調自傳劇應連結個人的生命故事，透過戲劇中的場景與角色重回過往生活的重要事件，促使個人重整與反思自我的生命經驗，並在觀眾的回饋與見證之下，促使演出者獲得治療性（therapeutic），如 Ray 與 Pendzik（2021）所推動的自傳劇即強調創傷後自我功能的修復。而「自我民族誌形式」演出雖同樣以個人生命故事為創作與演出的基礎材料，但演出的目的從鉅觀的視角，呈現更多關於種族、階級、性別的社會文化經驗，透過自我生命經驗的呈現，促使觀眾增進對社會非主流族群生命經驗的了解，具有較多社會倡議（advocacy）的意涵，如 Omasta 等人（2020）透過戲劇民族誌（ethnodrama），將成年憂鬱症患者的生命故事搬上舞臺，讓觀眾能更加理解憂鬱帶給演出者的影響，以及認識憂鬱症狀背後隱藏的生活際遇與經驗。另外，林雯玲（2023）引導新住民演出在臺生活遭遇歧視、被主流社會排除在外的真實生命故事，同樣具有社會倡議意涵，協助觀眾明白他們的生活艱難之處，達到社會教育的目的。

從自傳劇演出歷程來看，多數自傳劇將演出歷程區分初始、準備與演出三個主要階段。初始階段聚焦於協助演出者敘說與反思生命中的重要記憶。接著，準備階段由戲劇治療師和演出者針對自傳劇演出的內容與方式，進行籌備、討論與創作，將故事轉化為表演。最後為演出階段，演出者和觀眾能針對演出的情節與過程產生情感的連結，並針對彼此引發的想法與感受進行互動與交流（Johnson & Emunah, 2021; Zehavi, 2016）。但 Harel（2016）曾針對失智高齡者，將三階段的演

出歷程擴充為五階段。如，懷舊與生命故事敘說（*reminiscence and life stories elaboration*）類似初始階段，嘗試喚起廣泛的生活故事，並放大正向情感經驗，提供建設性的選擇；故事選擇（*story selection*）進入準備階段，協助失智高齡者選擇欲表演的故事；排練（*rehearsals*）即為準備階段，將籌備的故事融入音樂進行表演排練；演出（*performance*）邀請失智高齡者站在舞臺在觀眾面前進行演出；最後，增加閉幕及演出後追蹤（*closure and follow-up*）分享與反思表演經歷，避免演出後的失落、憂鬱等負向影響。其中 Harel 針對失智高齡者的特殊性，強調故事敘說可放大故事中的正向情感經驗，有助於失智高齡者強化內在資源；加上，高齡者多不具備戲劇的專業訓練背景，將排演納入音樂、聲音等多元的戲劇治療技法，有助於長期記憶細節的浮現，增加自傳劇的治療效益，由此可知，戲劇治療師會視服務對象與場域調整自傳劇的歷程與工作焦點。

綜上所述，不論自剖劇、自傳劇，抑或自傳劇中自傳體與自我民族誌的形式演出，其核心精神與內容取材都是強調「以真實自我故事為基礎的演出」，在自傳劇的歷程中，除了「演出者」分享、交流生命經驗外，「觀眾」的參與及見證能使演出者的生命經驗獲得肯定，也藉由觀眾的回饋有助於演出者個人生命經驗產生轉化，達到社會倡議目的。

## （二）自傳劇的組成要素

在自傳劇中，戲劇治療師（*drama therapist*）、演出者與觀眾是重要的組成要素，透過戲劇治療師的催化，演出者透過自傳劇將生命經驗傳遞給觀眾，演出者與觀眾之間建立「關係美學」（*relation aesthetics*），產生情感連結（Sajnani, 2012）；同時，透過觀眾給予演出者的回饋，也增進演出者自我探索與轉化的可能（Emunah, 2015; Johnson, 2016）。研究者歸納三個角色功能如下：

### 1. 戲劇治療師

在自傳劇中，戲劇治療師擔任催化成員的角色，是碰觸成員內心世界的團體帶領者，也是提供戲劇情節編排意見的導演，更是調度不同演出角色，建構合理的場景與演出順序的製作人。在自傳劇創作歷程中，戲劇治療師有義務營造安全且涵容的情境，引導演出者敘說、整理生命中的重要記憶，並帶領演出者重現記憶中的時空場景，使演出者產生身歷其境的感受，藉以「體現」（*embody*）、接觸過往內在長期壓抑的情感經驗，進而協助演出者將過往重要的生活事件轉化為自傳劇（Emunah, 2015; Johnson & Emunah, 2021）。此外，戲劇治療師也需要催化觀眾對於演出作品的共鳴與回饋（Pendzik, 2008），使演出者與觀眾能參照彼此生命經驗的差異，並在情感的連結與新舊生命經驗的融合中，促使自我對過往重要回憶事件產生新的洞察。

另一方面，Wood（2018）認為戲劇治療師需要在作品的真實性與技巧之間取得平衡，使觀眾能跟戲劇作品產生情感連結。Medina-Junge 與 Pendzik（2024）將自傳劇的呈現視為具有一定時間長度的「創造性歷程」（*creative process*），戲劇治療師除了在團體歷程協助演出者逐漸碰觸自我生命議題外，也需透過藝術化與戲劇化的方式將生命經驗轉化為自傳劇。同時，Emunah（2016）認為自傳劇呈現後，戲劇治療師應帶領演出者與觀眾進行「演後對話」（*post-performance dialogue*），避免演出者在演出過程經歷強烈的自我揭露，經歷到深刻的情緒衝擊後，卻因為無人對話，而陷入「演後的憂鬱」（*post-performance depression*）。綜上所述，可以看出戲劇治療師在自傳劇歷程中扮演重要的角色，不僅要協助演出者平衡「故事的真」與「作品的美」，更要促使「演出者」與「觀眾」能相互交流，達成情感的同理與交流。

### 2. 演出者

自傳劇的演出者顧名思義是演出故事的人，是以自身真實生命經驗為素材，進行故事敘說、創作與展演的創作者（張志豪，2019）。對演出者而言，自傳劇既是一場藝術之旅，也是一場心理治療之旅。演出者藉由生命故事的自我敘說，以及故事的創作與建構，採以多重感官重建自己的樣貌，不局限於口語表達，意即演出者可以自主決定在舞臺上使用象徵或寫實的手法，表達他對於自己生命的各種想法、情感、願望，甚至是對自己的疑惑；例如，演出者可以透過舞臺獨白講述真實感受；可以繪製一棵樹，透過樹枝與樹葉代表他的族譜與家庭成員；也可以播放一首老歌代表自己

父母所身處的年代；或在某一幕時，使用舞蹈或強烈的動作表達，來呈現自己內心的衝突（Pendzik, 2016）。當演出者將真實生命經驗轉化為戲劇作品時，演出者能藉此機會重返自我關注的重要生命時刻，獲得深化情感體會，以及增進理性思考的機會（馬一波、鍾華，2006）。同時，演出者主觀挑選真實的生命片段，化為戲劇作品呈現在觀眾面前，彰顯出該生命片段對演出者的重要性與意義（Jones, 1996）。

李文玖與丁興祥（2008）認為個體的生命故事往往再現了集體的社會處境，在敘說的過程中不僅呈現個人的情感與認知，更是社會的情感與認知。自傳劇中題材源自於演出者的真實生命經驗，可能包含過往受苦經驗，演出者的創作與展演行動，可以視為將「私密我」的經驗予以「公眾化」的歷程，使演出者有機會得以與身處在不同社會處境與際遇的觀眾，進行生命經驗的參看、對話、與交流，發揮自傳劇社會教育的功能（張志豪，2019，2021）。

### 3. 觀眾

自傳劇的觀眾主要扮演觀賞自傳劇的角色，是自傳劇中主要的治療目擊者與見證者。Emunah（2015）認為觀眾能為自傳劇提供重要的「治療性見證」（*empathic witnesses*）功能。當演出者有機會在舞臺上揭露自身的受苦經驗，且被一群富有同情及關愛的觀眾看見，使演出者的經驗獲得認可，此與解決個人問題具有同等的重要性。Johnson（2016）也發現，觀眾是自傳劇演出者獲得「他者性」（*otherness*）的主要來源，由於自傳劇場中受邀的觀眾常是演出者的家人或朋友，透過小型劇場的演出情境，演出者很容易在舞臺上看見觀眾的反應，而改變自身演出的狀態與感覺。然而，Emunah 與 Johnson（1983）雖曾對觀眾角色進行觀察與討論，但研究者認為此觀察視角仍以演出者作為研究觀察的主體，著重於觀眾的他者性，如何對演出者產生的效益與影響，忽略觀眾個人生命經驗的主體性與複雜性，未能進一步從觀眾參與自傳劇的視角，了解觀眾在參與自傳劇歷程中，個人情緒、感受與想法的變化過程。

#### （三）觀眾的能動性：在演出故事看見自己

近年來，受到後現代觀點的影響，開始有學者注意到觀眾不再只是劇中的他者，被動地觀看與見證演出者的修復過程，進而將觀眾視為「積極的共同創造者」（Jacques, 2020; Radosavljević, 2013, p. 180），扮演正向積極生產者的角色，有其主體能動性。對於觀眾參與戲劇治療歷程，強調戲劇治療不論是真實或虛擬的戲劇作品，皆提供豐富的角色性格、鮮活的對話、以及角色互動的過程，使觀眾透過想像力的運作貼近演出者的情感經驗，在潛意識中將戲劇的敘事看成自我的某一部分，形成「戲劇性投射」（*dramatic projection*）的歷程，並對演出者的生命故事產生「戲劇性共鳴」（*dramatic resonance*）（Landy, 1996; Pendzik, 2008; Sajjani, 2016）。即從觀眾的角度，透過觀眾的觀察、參與及對於演出者戲劇作品的回應與詮釋，能協助演出者轉化自身看待問題的角度，對自身議題產生新的洞察，促進認知的改變與移動（Jones, 1996; Landy, 1996）。然而，個人對於經驗現象的詮釋脫離不了個人的歷史經驗，對於自傳劇的觀眾而言，透過演出者的作品連結個人的生命經驗，亦是重新審視與回顧自己生命故事的機會。換言之，自傳劇觀眾帶著個人自身的經驗來觀看自傳劇演出，其扮演的角色不再只是目睹與見證，而是進一步藉由欣賞、參與、投入、回應，甚至投射自己的經驗，藉此進一步積極的創造出新的自我對話意涵。

國內戲劇學者林雯玲（2023）也注意到，觀眾並非被動的參與者，而有其獨特性、主體性與行動性，觀眾透過「觀看」進行自我與他者之間的經驗揉雜混和，「每個觀眾都是在演出故事中看見自己」是觀眾經驗中相當重要，但又容易被忽略的一環。王行（2013）也曾表示，在劇場中演出者以「自我」進行展演，觀眾則以迥異於演出者「自我」的「他者」參與其中，產生人我之間的差異性與多元性，彼此參與對話的可能性，也使觀眾產生「自我宛若他者」的人際連結之感。

相對於戲劇治療對於觀眾視角討論的豐富性，研究者檢閱自傳劇現有之文獻發現，自傳劇中觀眾參與經驗的相關研究顯得較為缺乏，相關討論多以戲劇治療師及演出者角度進行探究與分析（張志豪，2019，2021；Emunah, 1994, 2016; Harel, 2016; Johnson, 2016; Ray & Pendzik, 2021; Sajjani, 2012）。雖然 Emunah（2015）與 Johnson（2016）曾提出對觀眾角色進行觀察與討論，但仍著重於

觀眾對演出者產生的效益與影響，為使戲劇治療的學術與實務界能對自傳劇有更加全面的理解，本研究擬從觀眾角度出發，藉由觀看自傳劇的實踐經驗，探討觀眾在參與自傳劇歷程中，個人在觀看自傳劇所產生情緒、感受、與想法的變化過程，進而從個人自身經驗出發，探究個人內在經驗與演出者的情感連結及自我對話。

## 方法

### （一）研究取向

Giorgi (1970, 1976) 強調現象學心理學承自 Husserl 的觀點，認為採現象學的角度進行觀察與描述，可以幫助研究者密切關注受訪者的生活經驗，暫時拋開既有判斷、信念或理所當然的假設，放入括弧，存而不論，從而接近受訪者，優先考慮受訪者的聲音，關注受訪者的經驗如何在多重的角色與經驗中被賦予意義。然而，本研究旨在以觀眾為主體，進行自傳劇觀眾內在經驗的探究。由於自傳劇強調演出者的故事真實性，涉及自傳劇當下觀眾個人情緒、感受、想法與對於自傳劇的觀察與理解，以及觀眾個人生命經驗的體驗，那麼研究者須意識到觀眾個人歷史經驗可能帶來的影響，如何透過觀眾自身的角度與脈絡理解演出者的故事，進而延伸觀眾個人經驗與演出者作品的連結顯得極為重要。因此，本研究採用質性研究現象學的取向，從自傳劇觀眾的角度來看自傳劇演出的經驗現象，深入瞭解觀眾參與、觀看自傳劇過程中，所感知到的內在經驗，進而關注其參與自傳劇的經驗本身，以及對其個人日常生活的主觀意義，而不是透過各種科學理論的觀點進行客觀分析。

現象學取徑的質性研究雖著重在描述現象、解釋現象、詮釋現象或敘事現象等，但在資料整理多以主題分析法為主。此外，由於資料編碼與歸納整理即為經驗建構的過程，如何透過置入括弧，達到現象學的現象還原著實不易；對此，Parse (2001, p. 79) 將其描述為「了解參與者所描述現象的過程」，Langdrige (2017) 則認為需要在整個分析過程中不斷努力。故，本研究在資料分析的過程中，三位研究者藉由不斷反覆閱讀與檢視訪談記錄與逐字稿，嘗試理解與呈現自傳劇觀眾的內在經驗。Braun 與 Clarke (2022) 表示主題分析法在資料分析上具有彈性，廣泛應用於質性心理學研究，高淑清 (2008) 則認為主題分析法是將訪談資料或文本資料進行系統性的分析，藉由反覆閱讀逐字稿，看見個人經驗的情境脈絡視框，進而分析與建構其內在經驗的意義，梳理出蘊含於文本的共同主題，進行歸納與整理。綜上所述，本研究以現象學取向，資料分析採以主題分析法，藉由論述、分析、訪談資料並陳之方式，一方面貼近參與自傳劇的觀眾經驗，二方面從觀眾的角度，檢視觀眾個人生命經驗與演出者作品情感連結，進而反思個人生活經驗，使自傳劇觀眾觀看經驗的意義性得以顯現。

### （二）研究設計

本研究程序區分為公演與訪談二階段。第一階段由第一研究者籌備並規劃自傳劇的公演，研究者依據 Emunah (1994) 提出之自傳劇工作方法，由雙北某協會於疫情期間進行公開招募，並說明需參與自傳劇工作坊培訓與公演，最後邀請自願演出者 4 名。由第一研究者向演出者說明自傳劇的定義與操作歷程，由演出者自行決定以何種形式與內容在舞臺上呈現自我的故事。4 位自願參加的演出者皆對於自傳劇的創作與展演，以及整理自我生命經驗，具有學習的意願與興趣；同時，演出者亦存在不同成長的脈絡與經驗。因此，在本次自傳劇演出，演出者具有較高自我揭露的意願，使觀眾在劇情中感受到情感的張力與深度，並因其多元的成長背景，產生自我不同經驗的呼應與連結。為協助演出者自傳劇之創作與呈現，第一研究者透過團體工作坊帶領演出者進行自我生命歷程探索，其歷程共計進行 5 次，每次歷時約 6 小時，共 30 小時，其工作坊主要訓練重點涵蓋：團體成員認識與肢體開發、以物件投射整理生命重要事件、角色扮演探索生命重要他人，以及設景與肢體雕塑梳理生命核心議題。其中第 5 次團體工作坊，由演出者彼此合作進行個別自傳劇的劇本創作與排練，演出者亦可視劇情需求邀請友人擔任演員，協助自傳劇之排練與演出。在 5 次團體工作坊結束後，隨即安排自傳劇公演工作坊，6 小時公演工作坊的前 3 小時由演出者與演員進行自傳劇技術排練，後 3 小時由研究者邀請觀眾加入參與自傳劇公演。自傳劇公演工作坊最後擬定公演的主題、

演出時間長度、演出呈現方式詳見表 1，4 部自傳劇的演出僅有自傳劇 3 採獨幕劇的方式，投影背景，主角以獨白的方式進行。至於其他自傳劇 1、自傳劇 2、自傳劇 4 演出均以寫實的手法，利用分幕呈現記憶中過往的經驗，演出者除了主角之外，均有其他演員聯合演出。

自傳劇進行公演時，由研究者向觀眾說明自傳劇之定義，以及本次自傳劇工作坊培訓的歷程，提醒演出過程採取全程錄音錄影，並取得所有研究參與者（包含演員與觀眾）之同意。由於第 1 研究者為團體與公演工作坊的帶領人，為避免觀眾擔心個人觀察未符合演出者期待，訪談資料蒐集，由第 3 研究者在 4 部自傳劇演出完畢後，進行訪談說明與介紹，取得告知後同意，才進行半結構式深度訪談，蒐集觀眾在觀看自傳劇之後的內在經驗。訪談內容首先邀請受訪觀眾分享觀看自傳劇公演的想法與感受，聚焦於澄清個人的觀看歷程經驗所產生情緒、感受、與想法的變化，進而探討觀眾個人生命經驗與演出者的作品情感的連結與意涵。自傳劇演出結束一年多以後，研究者採 Harel（2016）演出後追蹤的方式，持續蒐集資料，由第 3 位研究者再次邀請觀眾分享其觀劇後的經驗，以及劇場外日常生活經驗的影響。

表 1

自傳劇公演工作坊：演出者、演劇標題及演出內容說明

代號	性別	標題	演出時間	演出手法	演出內容
自傳劇 1	男	灰色爸爸	10 分 30 秒	以寫實手法，分幕呈現童年「用餐禮儀不佳」、「學校人際衝突」、「做作業」與「與家人聚會」遭受父親的打罵畫面。劇末無意聽聞父親受祖父打罵，最後選擇原諒。	童年遭受父親無故打罵，造成心理的痛苦與創傷，及長大後試圖理解父親的心境，嘗試拉近與父親的距離。
自傳劇 2	女	親愛的阿嬤	13 分 30 秒	透過投影過往與外祖母共同生活的照片，演出與外祖母一起逛市場、做菜、拜訪親友及出遊的快樂場景。劇末音樂旋律切換，主角呈現在加護病房外送別的失落與悲傷。	描述演出者由外祖母帶大，因外地求學離家，直到外祖母離開人世。演出者無法停止深切的思念，並表達「妳陪我那麼多年，而我卻只能在加護病房外守著你這麼幾天」的遺憾。
自傳劇 3	男	失根	11 分 00 秒	以獨幕劇的形式，演出者在舞臺上，透過不斷重覆「坐」、「凝視遠方」、「站立」、「行走」等肢體動作，輔以快速投影遠鏡頭的海邊、街景、樹林、校園等照片為背景，並以獨白貫穿全劇。	描述演出者每日穿梭於不同生活情境，卻無法提取對生活的熱情，過著與人、與環境疏離的失根狀態，以說明自己面對如機械、自動化生活的無力感。
自傳劇 4	女	想你也不想你	09 分 30 秒	以說書人的角色，敘說媽媽為兒女放棄工作，並以分幕呈現媽媽在爸爸面前自殘、對祖父母咆哮，及無緣由地跪在親人面前哭泣的情緒。劇末演出者走向舞臺上在媽媽身旁不離不棄的自己，給予溫柔的注視。	描述演出者在童年時候雖然無法理解媽媽情緒不穩定以及行為失序的緣由，卻仍選擇讓自己成為默默守護媽媽的「拯救者」，但隨著年紀與知識的增長，演出者體會除了要學習如何與媽媽互動，更要學習成為自己生活中的「照顧者」。

觀眾邀請主要由協會進行公開招募，或由演出者進行個人邀請。其中受訪觀眾的條件有二：首先，在 4 部自傳劇演出後，研究者說明本研究之程序，自願參與本研究之觀眾；其次，對戲劇治療自傳劇工作方法具有基本概念，明白自傳劇可能呈現演出者的重要生命議題，且能給予演出者同理且溫和的回饋，最後共訪問 3 位觀眾（基本資料如表 2）。

表 2  
研究參與者基本資料

代號	性別	年齡	訪談次數	累計訪談時間	基本資料概述
A	女	28	3	1 小時 51 分	家庭教育相關科系畢業，大學期間多次參與青少年自傳劇團體、兒童戲劇治療團體，目前就讀心理諮商研究所碩二。
B	女	24	3	1 小時 37 分	心理諮商相關科系畢業，從高中起就參與多起兒童青少年服務營隊，參與服務營隊的經歷超過 7 年，目前就讀心理諮商研究所碩一。
C	女	26	3	1 小時 30 分	戲劇相關系所畢業，大學期間有多次參與青少年自傳劇彩排及團體帶領的經驗，曾經擔任全職劇團演員，目前就讀心理諮商研究所碩一。

### (三) 資料的蒐集與分析方法

在自傳劇公演結束，研究者依據高淑清（2008）對於主題分析法的建議，進行資料分析。首先，在訪談結束後隨即將錄音檔謄寫逐字稿，每位受訪者訪談 3 次，共完成 9 份自傳劇觀眾受訪逐字稿，交付共同作者共同閱讀文本。其次，將 9 份逐字稿中出現的概念進行開放編碼，並予以命名，藉由好奇提問與反思，先暫時擱置研究者對於自傳劇的主觀認知，盡可能對原始資料保持開放，以捕捉文獻資料未曾提及的概念。隨後，由 3 位研究者討論將相似的編碼完成歸類，形成具有意義的主題，並藉由自傳劇相關文獻的檢閱，重新修正主題，確認清楚每個主題之間範圍、意義和目的，當歸納出的主題不相似時，3 位研究者進一步區分相似的生命經驗連結與相異生命經驗對話，以確認每個主題都有確切原始資料支持主題的論述，周延對應的論述，最後才將研究撰寫成學術報告，供學術同僚檢驗及閱讀。

訪談資料的編碼說明如下：訪談資料共有 3 碼之編碼，第一碼為英文字母，用以代表 3 位自傳劇觀眾，分別是 A、B、C。第二碼則為研究參與者接受訪談的次數，如「01」代表第 1 次接受訪談。第三碼則為該次訪談過程中的第幾句話，如「043」代表訪談者所說的第 43 句話。3 個編碼之間用連接符號串連。因此，若編碼為「B-02-011」即代表「研究參與者 B 在第 2 次訪談所說的第 11 句話」，依此類推。

此外，在研究資料的蒐集與分析期間，礙於研究者身分間的流動性可能會影響研究結果，本研究為確保研究嚴謹性，由第 1 研究者指導自傳劇演出，第 3 研究者負責訪談，第 2 研究者協同分析資料，藉由 3 位研究者反覆閱讀訪談文本，針對文本中傳遞的研究資料的語意、脈絡進行討論，相互確認受訪者語意的確實性，嘗試貼近與理解自傳劇觀眾的內在經驗。一方面，3 位研究者反覆閱讀訪談文本，來回檢核研究設計概念的連貫性，以期周延論述；二方面，藉由 3 位研究者不同專長討論，有助於釐清研究視角是否落入理所當然的窠臼，提高研究者反身性思考，避免分析盲點。最後，本研究完成資料分析初稿後，透過電子郵件的方式將研究初稿寄送給受訪者，透過研究參與者複核研究結果，確認本研究之分析及其結果符合自傳劇 3 位觀眾的個人經驗。

## 結果

### (一) 觀眾觀看演劇題材的經驗

#### 1. 觀眾觀劇的心理期待

自傳劇演出內容是演出者用戲劇的方式，編排與演出個人生命經驗，是觀眾認識演出者生命經驗的重要路徑。觀眾觀看自傳劇演出時，由於對演出者生命經驗缺乏認識，故演出者在舞臺上突然高度揭露個人生命經驗時，觀眾易感受到真實性，形成不同於過往觀看舞臺劇或電視劇的經驗，其心境也較容易產生預期為「真實」的觀劇心理。就像受訪者 A 所說的，自傳劇會有許多的想像空間，



即便演出有虛實，但演劇題材都是經由演出者的編排與設計，對於自傳劇觀眾的感知來說，當觀眾預期舞臺上呈現的都是真實經驗，那麼觀眾在自傳劇觀看的過程便會預備自身的心境，意味著自己即將進入到演出者的真實經驗當中，進而集中注意力，「很認真去看每一個人的故事。」（A-01-067）

「不管是故事性的陳述、或是抽象的演出，這些東西都是真實發生過的。他很真實的呈現在你面前，這會讓我在看的時候心境很不同。」（A-01-023）

「對我來說，就是一部很……很真誠的，真心實意的戲劇演出。」（A-02-023）

受訪者 B 將觀看自傳劇與一般影視戲劇的經驗進行比較，兩者觀看經驗相似之處在於演出者的肢體動作、演出技巧、情感表達，以及故事內容是否與觀眾自身生活經驗相似，均會帶動觀眾的情緒。而兩者相異之處則是在自傳劇的演出中，觀眾會預期演出者不是刻意營造故事的角色形象，或按著劇本進行角色演出，而是真誠地流露自己真實的情緒來感動觀眾。此「預期為真」的觀劇心理，有助於觀眾從演出者作品連結個人的情感與生命經驗。

「就像是看電影或聽音樂，有一些你很自己的東西就會被勾起。」（B-01-066）

「自傳劇就是拿出你很真實的情緒，他就是一個感動，才能串起那麼多觀眾的連結。」（B-01-068）

受訪者 C 亦提到觀看自傳劇的經驗，秉持著「預期為真」的觀劇心理，「你好像已經準備好要去看這個故事」（C-01-055），伴隨著音樂，甚至是轉場的狀態，做好準備換到另外一個時空的感覺；加上舞臺效果，彷彿進入了演出者在舞臺上呈現出的故事氛圍與時空當中，「只要有一點點相似的地方，我就感覺自己好像瞬間被拉進去那個空間。」（C-01-055）

## 2. 進入與回應演出者的生活世界

觀眾觀看自傳劇時容易秉持著「預期為真」的心理期待，除了幫助觀眾預備個人參與自傳劇的心境外，同時也影響觀眾觀劇經驗，猶如受訪者 A 的形容一般，觀賞自傳劇就像進到別人生命經驗裡面，使自己跟演出者形成了「我」與「你」的關係連結，拉近了彼此的距離。對觀眾而言，自傳劇是演出者真實的故事，無論是口述或是演出，都是演出者對觀眾的敞開，讓觀眾有機會進入演出者的生活世界，而積極的回應便是對演出者最大的見證與鼓勵。

「我會把自傳劇理解成它想要傳達給我的訊息，然後我也是需要回應它。」（A-02-21）

「我會想要讓他們知道，我有在關心你的故事，我有認真在聽到你要傳給我的資訊。」（A-02-29）

然而，對於受訪者 B 而言，「看見」具象化的畫面是進入演出者生命經驗的入口，「生命經驗能夠在我眼前被演繹出來，對我來說滿重要的，就是能夠被放在眼前，能夠看得見，這件事情會讓我比較容易進去」（B-02-033）。在觀賞自傳劇的過程，強調即便自己對於自傳劇的結尾有不同的看法，觀看的過程雖能尊重演出者的安排，但仍用「我」與「你」來形容自己跟演出者的關係，且強調「我這觀眾，我不需要跟著劇情，趕快去同理那些傷害你的人，因為我覺得既然是自傳劇，我自己會有一種想要好好看你的故事」（B-02-066），試圖想要透過自傳劇進入、認識與同理演出者的經驗，也會因為個人感受與演出者作品演繹步調不同，而感到惆悵，就像受訪者 B 所說的「我都還不夠清楚，或者我說都還沒足夠了解你……〔我無法理解〕你還好嗎？」（B-02-070）

### 3. 類比自我生活經驗

(1) 相似經驗，產生普同感。當觀眾預期觀看自傳劇是演出者的真實故事時，相對應地進入與回應演出者的作品。倘若自傳劇的演劇題材與觀眾自身的生活經驗有相似之處，或是在生活互動中有相同的情緒感受，觀眾較容易在觀賞的過程投射情感，產生共鳴，將自身生活經驗或情緒感受類比至自傳劇劇情當中。如受訪者 A 和受訪者 C 提到自己在觀看自傳劇 2 時產生的觸動，因著劇情內容產生很大的好奇與興趣，促使受訪者 A 想藉由觀看自傳劇以參照自己隔代教養的生命經驗。

「這個故事最能觸動到我。因為我小時候雖然不是全都由阿公阿嬤帶大，但是因為我爸爸媽媽在我小時候需要工作，所以大部份時間還是阿嬤照顧我們長大。」(A-01-045)

「如果我跟這齣劇有共鳴的部分，眼睛就會打開來，特別專注想要看看這個人跟家人之間有著什麼樣的故事。」(A-01-066)

受訪者 C 則是在觀看自傳劇 2 時，因為自身與演出者的成長經驗極為相似，成長過程有許多與家中長輩緊密互動的經驗，故在看演出者作品時，不斷地在意識流裡提取過往跟長輩的互動畫面，歷歷在目，觸動了受訪者 C 深刻的情感反應。

「因為它馬上會勾起你過去種種的畫面，……尤其是親情類的我那個開關就會馬上就打開了。」(C-02-022)

「那齣劇會那麼深刻，是因為……自己跟爺爺奶奶的感情很好，就感觸會特別深。」(C-01-022)

至於受訪者 B 則強調即便故事情節與人物不同，但只要有相似的情緒感受，便容易在個人的經驗中回憶起當時的情境與感受。特別是在觀看自傳劇 4 過程中發現，自己與演出者的相似性，兩人都有過高度情緒化的親子互動經驗，了解其特定情境的感受，較能把自己放在故事中，在相似的經驗中產生普同感受。

「我在看這齣劇的時候最能夠進入狀況。這齣劇裡面有一些片段很像是我小時候跟媽媽之間的關係，我的心情就跟這個演出者很像，會覺得好痛苦，要承受這麼多情緒壓力。」(B-02-112)

換言之，自傳劇的演劇題材雖然來自演出者的生命經驗，但觀眾若有相似的生命經驗時，容易產生經驗的普同感。一方面，有助於自傳劇觀眾創造出「我跟你一樣」的內在連結，在「我們一樣」的氛圍中，感覺自己與演出者靠近。二方面，有助於將個人的情感反應與感受「正常化」，讓觀眾有機會看見並理解人類經驗現象的共通性。

(2) 相異經驗，擴增理解力。倘若演劇題材與觀眾的生活經驗無關，觀眾因對演出者生活經驗缺乏認識的基礎，而進入不同的內在經驗路徑。在認知層次上，對於演出者產生較深層的認識與理解，轉向透過自傳劇「認識」演出者生命經驗的目的。如受訪者 A 提到的，觀看自傳劇可視為一種他者重要資訊的傳遞，可藉由演出者主動提供生命故事的資訊傳遞，在對話中擴增對於演出者的認識與理解。

「我覺得看一個人的自傳劇，就好像是一種我在了解他、認識他的過程；有可能我跟他認識，也有可能我跟他不認識，但不管我認識或不認識他，我都可以藉由自傳劇更加了解他。」(A-01-082)

另外，受訪者 C 提到透過自傳劇傳遞的資訊與平常人際社交傳遞的資訊不同，演出者將自我生

命經驗中較深刻，不輕易揭露的部分透過舞臺呈現，而觀眾能藉此機會擴增對演出者不同面向且深刻的認識與理解。

「因為我覺得他們每個人講的故事，可能都是他們心裡很深的秘密，或是很深的一個東西……我覺得這些都是他們（演出者）想帶給我們（觀眾）的，讓我們更認識他比較深層的部分。」（C-02-045）

## （二）觀眾與演出者的連結與對話

觀眾在觀看自傳劇的過程，同時也是個人帶著過去的生命經驗，認識與理解演出者作品的過程，個人透過觀看進而與演出者作品產生內在連結，包含了相似或相異生命經驗連結。就像受訪者 B 和受訪者 C 所說的：

「我覺得會帶著我，再去看我以前經驗，再去看我過去的故事跟經驗的感覺。」（B-02-011）

「每一個人拿出的故事都是他們自己的，這些故事不是觀眾的，可是觀眾卻可以在看自傳劇的那個引導，去想很多自己的故事。」（C-02-012）

### 1. 相似生命經驗的連結

（1）戲劇共鳴，上演內心戲。當觀眾感知到自傳劇舞臺上所呈現的演劇主題與自身的生活經驗符合後，觀眾會選擇是否將自我經驗帶入到戲劇情節中。受訪者 B 提到在觀看自傳劇時，發現自傳劇演出者跟自己人際經驗明顯相符，因此有意識地把自我經驗帶入自傳劇劇情當中，可以看出受訪者 B 在觀賞及投射情感的主動性。

「我很快就發現舞臺上的（演出），跟我自己過去生命是很有關的，我會把自己投射到舞臺上。我覺得這是因為我自己允許將自己投射到演出者身上。」（B-01-021）

將自我帶入自傳劇情後，觀眾會藉著自傳劇所呈現的劇情與故事，由演劇內容逐漸碰觸、浮現內心深處隱藏的議題。如受訪者 C 在觀看自傳劇 2 時，被勾動內心深處祖父過世的悲慟與哀傷，當時的無法訴說，只能放在自己心裡面，落下難過的眼淚。除了因為心疼演出者的受苦經驗之外，更多的是在重新審視與回觀自己生命故事時，想到自己沒來得及消化的悲慟感受。

「看這齣自傳劇讓我最難過的是，演出者在與自己的外祖母告別的那幕。這幕讓我聯想到我的祖父也曾躺在病床邊，當他快要離開人世的時候，我也跟演出者一樣，在病床旁陪祖父說最後一句話、看著他離開。」（C-01-072）

「在爺爺離開的那段時間，我沒有辦法好好的去面對這件事情，因為當初面對爺爺離世的過程太快了，包含誦經、習俗的流程等等，所以我根本沒有時間好好去感受自己的難過。」（C-01-074）

在受訪者 C 的觀眾經驗中可以看到，透過自傳劇展演，觸動內心的議題，不僅類比個人自身的情感經驗，更藉由自傳劇的觀看，再次重演內心經驗與過往議題，宣洩內心深處的哀傷與情感。換言之，當演出者以「再現」的方式演出觀眾過往類似的境遇時，同時也促使觀眾重回過往經驗，再次經歷未修通的心理議題。

(2) 自我置身，宛若他者。當觀眾個人生命經驗與演出者相似時，容易產生彼此生命交融的感受，觀眾有時會產生心理位移，將自我宛若置身於演出者呈現的劇中角色內，進入「宛若他者」(as if)的互融狀態。例如：受訪者 A 提到在觀看自傳劇 2，演出者將自己與外祖母的合照透過舞臺放大，並且搭配外祖母的聲音，使得受訪者 A 投入到自己與外祖母間的親情連結，藉由演出者的演劇題材中，帶入真實生活中的素材（例如：外祖母的照片與聲音），觀眾經驗真實的力度也就越強烈。即便舞臺上外祖母的臉龐與聲音不是觀眾的外祖母，但是受訪者 A 仍會感覺到彷彿是自己的外祖母（或祖母）對自己說話，使觀眾經驗到自我宛若他者的角色互融狀態。

「演出者透過投射螢幕，螢幕上阿嬤的臉越放越大，並撥放阿嬤親口留言給他的一段話，看到這裡，我感覺好像是自己的阿嬤在跟我講話。」(A-02-082)

## 2. 相異生命經驗的對話

(1) 疼惜演出者的苦難。除了在認知層次上理解演出者生命的遭遇，亦有觀眾能辨識出演出者難以言說的深層情緒，給予情感的支持，以及在演出過程中，演出者未特別強調自己的悲傷與難過，觀眾的眼淚代替了演出者的口語表達，形成了同理性的情緒連結。

「在阿嬤的那個故事裡，我聽到之後流下了眼淚，我覺得難過與眼淚就是我給他的一個回應。因為演出者可能會在這個事件裡面很難過，可是他不會表現出給我們看。但我看了立刻覺得『他可能很難過』。所以我的難過就會回應到演出者的難過。」(A-01-066)

演出者在舞臺上揭露真實的受苦經驗，觀眾雖然沒有近似的經驗，但在身歷其境的舞臺中仍會透過積極的想像力，假設自己遇到舞臺上所遇到的痛苦，進一步感同身受。如受訪者 C 提到的：

「我覺得我本能性的就會進入到自傳劇的橋段當中。我很自然就會去想，現在他在舞臺上講的這句話對他而言的感受可能是什麼？那如果在我身上會怎麼樣？如果有些劇情很強烈，我也會很心疼他這樣受苦。」(C-01-047)

(2) 截斷自身的情感連結。倘若演劇主題與觀眾的生活經驗太過遙遠，或演出者太過專注以自我為中心的表現方式時，如：過長的獨白，較為空泛而無故事情節起伏與轉折的對話，觀眾會對演出者及劇情產生疏離的感覺，而無法投入到演出者的生命經驗當中。以受訪者 C 在觀看自傳劇 3 的經驗為例，演出者呈現對生活日復一日、失去生活熱情的議題，受訪者 C 認為演出者的經驗與他的生活經驗太過遙遠。

「這齣劇他可能想要表達他生活得很沒有靈魂，但是我在看的時候也覺得很沒有靈魂。」(C-01-078)

「有一些自傳劇方式都是自己講話的，我必須要坦誠那種自己講話、獨白式的（演出），我看得會比較辛苦，我沒有辦法那麼容易進入狀況……沒有什麼情緒起伏，會讓我沒有辦法鑽進去。」(C-02-021)

「獨白」是自傳劇多樣化呈現手法之一，演出者透過口語充分陳述過往壓抑內心的想法與感受。然而，過多的獨白會流於演出者內在的意識觀點，較難提供演出者置身的時間、空間、及人我互動等多元訊息，容易削弱戲劇的張力與故事的焦點。但從受訪者 C 的經驗來看，過長的獨白確實喪失了角色互動、劇情起伏與場情景轉換，犧牲了自傳劇的豐富性，造成觀眾無法投入到演出者的世界當中。另外，當自傳劇主題與觀眾生命經驗的差異性過大，可能會造成觀眾對演出者的疏離，如受訪者 A 提到自己觀看自傳劇 1、自傳劇 4 的感受，較難對其產生共鳴。

「其他齣演的可能是跟爸爸，或者跟媽媽有關的故事，這些劇可能現階段跟我生命比較沒有關聯，我比較沒有共鳴感。」（A-01-033）

當演出內容的劇情發展與觀眾的經驗相違背時，也可能會出現觀眾生命經驗與演出者作品無關的連結斷裂現象。比方說，受訪者 B 提到在觀看自傳劇 1 過程中，覺察到自己與演出者之間隱微的內在情感連結，因此對於演出者遭到父母管教產生情緒壓力時，雖會對於演出者產生置身相同處境的普同感，但隨著劇情的發展，故事情節逐漸導向演出者回頭檢視父親的原生家庭經驗，演出者在結尾時選擇諒解父親當年對他莫名的管教與責打，受訪者 B 便感覺自己無法理解演出者對父親的同理與諒解。

「有一些片段很類似我跟我媽媽的關係，所以我在裡面產生的感受，比較是我能夠有點共感，然後我自己也覺得，哇！很鼓勵的感覺，這些感覺會跑出來。」（B-01-084）

「片尾的時候，演出者開始同理自己的爸爸的處境，他說爸爸童年時候被爺爺責打長大，所以爸爸才會這樣打自己。看到這裡我會覺得有點壓力。好像我也得跟著演出者一起去同理當初打你的人，可是我還沒有充分的同理你。」（B-01-098）

受訪者 B 感到的疑惑與不解，顯示由於劇情走向與觀眾所設想的結果明顯不同，觀眾對於演出者的情感連結過程中產生斷裂，受訪者 B 推測：「最後的結尾可能對他來說有某種意義，這是我目前不知道的。我覺得演出者有可能是透過最後這幕在緩衝他自己」（B-01-101）。在受訪者 B 的想法裡，演出者不該那麼快就進入到「與加害者和解」的結論，讓演出者從受苦經驗的敘事，突兀地轉折至關係和解的敘事，由於二個敘事軸線的轉化，缺乏情節的鋪陳與連接，使 B 在劇情演進過程中，藉由中斷自己情感的涉入，回到認知層面去進行理解與推測：「我覺得演出者可能還有一些心裡的感受是還沒說完的，至少我會有這種感覺」（B-01-109）。觀眾適時對於部分劇情進行情感的疏離與截斷，使自我能與演出者保有彼此對話的空間。

### （三）觀眾觀劇後的自我反思

#### 1. 劇場內的自我對話與意義生成

觀眾在觀看自傳劇的過程及結束時，不論面對與自身相似或相異的情節，觀眾皆會不斷與演出者進行生命經驗的相互對照，嘗試在自我對話中將自身放置於演出者的角色觀點，形成「如果我是他……」的換位思考，進而對自我生命進行提問。如同受訪者 A 和受訪者 B 一般，在自傳劇的演出過程中，演出者可能說了什麼臺詞，而聯想到個人的經驗，透過自我對話「如果是我，我會怎麼辦？」、「那個情境下我的感受是什麼樣子」，好奇自己是否會想要經歷與演出者相似的故事結尾。

「我立刻想到，如果是自己的阿嬤過世該怎麼辦？」（A-01-089）

「可是我現在有了這個（看自傳劇）經驗之後，我回到我的真實生活，看著我與自己阿嬤之間的互動，我會想說有沒有別的可能？別的互動的方式？」（A-01-095）

「雖然這齣劇情內容是，因為阿嬤捨不得看到演出者難過，所以阿嬤選擇在演出者沒有留意的時候離開了人世。可是反過來我會想，如果是將來我自己發生這種狀況的話，我還是要會想要見她最後一面。」（A-01-110）

「我就會去想說，現在這句話對他而言的感受可能是什麼，那如果在我身上會怎麼樣？」（B-01-059）

對受訪者 A 而言，藉由反思與提問，彷彿在心理經歷了一段自問自答的自我對話過程，一旦觀眾能對於自我的提問給予滿意的答案時，其實觀眾也經歷了認知的移動，如同觀看自傳劇 2，受訪者 A 更加肯定自己與外祖母的關係，並知覺自己需要做出改變，這個自問自答的過程有助於觀眾提升與擴展生活中的能動性。

對受訪者 B 而言，在觀看自傳劇 1 雖然出現情感涉入的斷裂，但在訪談的過程中，受訪者 B 亦在反思與提問的自我對話的過程中，不斷地對照個人與演出者的經驗，「欸真的嗎？就這樣嗎？」（B-01-067），並多次向研究者表達「我也覺得可能這是我的抗拒」（B-01-089），「也許是我抗拒，抗拒去同理傷害你的人。」（B-01-094）

## 2. 劇場外的意義生成

結束自傳劇演出後一年多的時間，藉由再次訪談，研究者發現在劇場外較容易延伸其正向支持與修復經驗，持續以具體的行動實踐與回應觀劇經驗。如同受訪者 A 一般，自己印象最深刻是自傳劇 2 的觀看經驗，在自傳劇演出後，當身邊出現一些跟阿嬤互動機會時，自己會傾向主動開啟日常生活經驗的實踐性作為。

「這個是比較有實踐性的一個作為啦！……我就會跟她講說，我學校有功課要做，要跟阿嬤一起完成學習單，她就會比較願意……去一起來完成。」（A-03-040）

對於受訪者 B 而言，觀看自傳劇 1 和自傳劇 4 是當時感受最深刻的二部戲，在劇場之外，隨著從宿舍搬回家中居住，個人生命經驗的移動，觀看父母的視角也開啟了新的契機，出現了些許的改變。

「真的也有幾次我也差一點暴走……當我開始真的都住在家裡的時候，我覺得我已經沒有辦法這麼囂張地覺得我媽都是錯的，因為我也開始有情緒會要到極致的時候。」（B-03-093）

「我也開始比較能夠理解，就是他們的情緒真的也都很需要出口，但是他們確實沒辦法。」（B-03-095）

對於受訪者 C 而言，雖然在自傳劇演出後，在訪談中沒有分享個人觀劇當下及結束的自我對話與意義生成歷程，但過了一年多之後的追蹤調查經驗中，受訪者 C 表示，自傳劇 2 的觀劇經驗就好像撒種一般，過去生命經驗中可能曾經很重視的事情，因為時間的推移，慢慢地忘記了，但在自傳劇中，被提醒出來，然後慢慢醞釀，在觀劇後的某一天，冒出「想跟阿嬤講講話」的想法，也提醒著自己，阿嬤還在，自己要把握可以跟她講話的時間，便在 Line 上描述著「想跟阿嬤講講話」，並以具體的行動回應阿嬤。

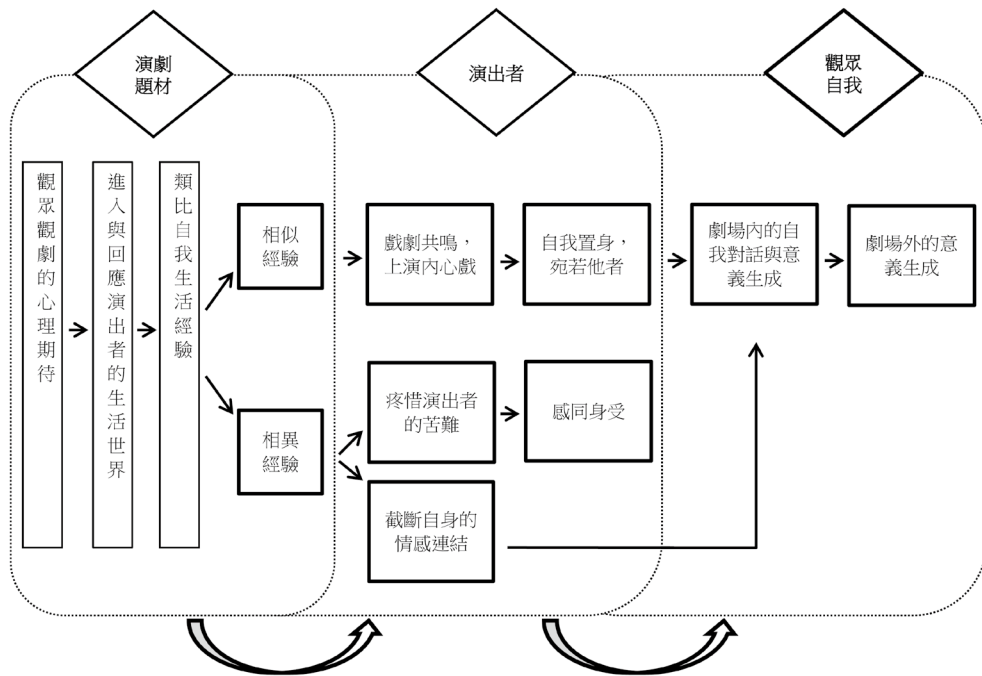
「無意間撒下去的那個種子是什麼，……不會去預測說看完這一齣會……去做什麼事情。……就是很自然而然地覺得，好想跟阿嬤講講話哦！就是不知道阿嬤最近在做什麼。」（C-03-040）

「因為看到戲裡面對阿嬤的思念啊！跟他們敘述彼此感情的那些狀況，……那我自己的阿嬤呢？我跟我自己的阿嬤感情也很好啊！會回想到小時候跟阿嬤一起鬥嘴啊！或者是住在一起的那些回憶，然後也會想到，哇！我好像很久沒有跟阿嬤說說話了，就是也很久都沒有陪她一起吃頓飯啦！」（C-03-050）

「除了打電話之外，我也會強迫自己……只要阿嬤在群組裡面發什麼話，我就會逼自己，我一定要回。」（C-03-058）

綜觀上述，研究者嘗試參考盧怡任（2022）及盧怡任與劉淑慧（2014）將受苦之學習經驗繪製結構圖的方式，本研究亦以視覺化統整研究發現，整理出觀眾之內在經驗結構圖。如圖 1 所示，當觀眾對自傳劇產生「預期為真」的觀劇心理，易與演出者產生「我」與「你」的夥伴關係，進而在無預期的劇情發展與生命議題的開展中，觀眾主動地開始調度、類比自己的成長經驗；加上，演出者與觀眾之間的經驗不會完全相同，觀眾透過演出者的作品重新跟自己的生命經驗作連結，在相似與差異經驗的反思中產生自我對話。換言之，研究者認為自傳劇演出者與觀眾二者在相似與相異經驗之間的辯證性歷程中，觀眾在自傳劇演出的反思與意義生成有助於自我經驗獲得轉化或擴充，甚至在自傳劇演出後，由於外在環境的轉變與日常生活的契機，開啟實踐與行動的可能性。倘若觀劇經驗超越個人的經驗範疇與理解範圍，易產生情感疏離與截斷的狀態，雖然觀眾仍會在差異中對照個人與演出者的經驗，進而反思與自我對話，但離開劇場後，時間久了就較難以維持回應劇場觀劇經驗。

圖 1  
觀眾之內在經驗結構圖



## 結論與建議

### （一）研究結論

#### 1. 「預期為真」的觀劇心理與主動回應的心理效應

過去研究提及自傳劇創作之題材與內容皆來自演出者真實的生命經驗（張志豪，2019，2021；Emunah, 2016）。然而，自傳劇演出內容是觀眾認識演出者生命經驗的重要路徑，觀眾觀看自傳劇的觀劇經驗易抱持「預期為真」的心理，帶來重回過往經驗的心理效應，促使個人積極主動進入與回應演出者的生活世界，甚至模糊自我與他者、過去與現在的界線，類比個人生活經驗，在意識流裡調度其內在經驗，尋找、提取相似或相異的經驗，開啟出個人與演出者的內在連結，此時觀眾看到的「演出者」，不是純粹「他者」的角色，而是進一步形成了「我」與「你」的關係連結。

此外，本研究也發現當觀眾成為自傳劇觀察與研究的對象時，觀眾在自傳劇中不再只是被動接納故事情節的觀看者，被動地接受演出者傳遞的生命故事，而是主動進入與回應演出者，包含了主動類比與調度個人內在經驗。也就是說，當觀眾辨識演出者作品與個人經驗相似時，較能創造普同感受。當觀眾辨識演出者作品與個人經驗相異時，得以增加不同生命經驗的對話機會，擴增對演出者生命經驗的認識。

## 2. 相似經驗的內在連結與自我置身，進入宛若他者的狀態

Medina-Junge 與 Pendzik (2024) 指出，當自傳劇的呈現植根於生活經驗的內容時，演出者和觀眾之間會形成一種特殊的聯繫。本研究亦有相似的研究發現，即觀眾在自傳劇的觀看過程中，觀眾個人生命經驗與演出者作品的內在經驗極為豐富。雖然觀眾在戲劇敘事中會形成「戲劇性投射」的歷程，產生「戲劇性共鳴」(Landy, 1996; Pendzik, 2008; Sajnani, 2016)，但研究者則認為其關鍵在於觀眾個人生命經驗與演出者作品是否有相似經驗的內在連結。當觀眾在觀看演出者與自身相似的生命經驗時，較容易產生情感的連結，如受訪者提到自己會「瞬間被拉進去那個空間」(C-01-055)，即透過演出者自傳演出，調度出觀眾的過往回憶，有意識地將自我經驗帶入自傳劇的劇情當中，伴隨著演出者作品與自我重新開啟生命記憶的旅程，進而在部分劇情中，觀眾得以重回過往經驗，修通內在議題，宣洩內心深處的哀傷與情感。當觀眾與演出者達到情感高度的共鳴時，會產生心理位移，將自我浸潤於演出者的角色中，進入了「宛若他者」(as if) 的交互融狀態。

在自傳劇的展演過程中，演出者與觀眾之間看似主體、客體二分，實質上觀眾「藉由他者經驗，重回自我經驗」，即透過重回過往經驗，再次經歷未修通的心理議題。對此，研究者認為本研究結果進一步擴充了 Jacques (2016) 所說的自傳劇演出者與觀眾互為主體性之概念，因為觀眾透過觀看自傳劇產生宛若他者的狀態，使得觀眾得以深刻同理演出者的情緒經驗，不只是在語言層次上理解演出者的受苦，更因為與演出者生命經驗的相似性，進而與演出者作品產生內在連結。

## 3. 相異經驗的苦難疼惜，也可能出現情感疏離與截斷

當觀眾在自傳劇中面對與自身相異經驗時，除了在認知層次上擴充對演出者生命經驗的理解，在個人與演出者情感的關係連結，也會因為在自傳劇的演出中身歷其境，透過積極的想像力貼近演出者的情感經驗，產生同理及心疼的情緒反應。一旦自傳劇的劇情或舞臺呈現方法超越個人的經驗範疇與理解範圍，觀眾在過程中容易感到疏離，無法專注投入參與歷程，或中斷自己情感的連結，回到認知層面去進行理解與推測，以填補自傳劇敘事情節鋪陳的不足，及與自我預期劇情結果的差異。

相較於 Emunah (2016) 認為自傳劇演出過程，觀眾會透過觀劇過程的美學體驗而獲得滿足，同時觀眾會隱約感覺到自己與演出者故事相互關聯，本研究則發現，當劇情超出理解範圍，觀眾可能因為無法投入，而產生情感疏離與截斷的狀態。因此，研究者認為 Emunah 所說「自傳劇帶給觀眾的美學體驗」是一種理想狀態，但在實務工作上，觀眾並非總是從自傳劇過程獲得滿足，當自傳劇的劇情或舞臺呈現方法超越觀眾的經驗範疇與理解範圍，觀眾可能產生情緒截斷或疏離。

## 4. 「進劇場」也是「來治療」的反思與意義生成

觀眾在參與自傳劇的過程中，並非單純的訊息接收者，也是主動的訊息處理者與回應者。不同於以往自傳劇研究純粹將觀眾視為「見證者」與「回饋者」的附屬角色，預設觀眾參與「劇場」具有選擇的自由意志，可以「想看就看」、「看不懂就休息一下」。對此，研究者認為觀眾與演出者可視為互為主體的關係，觀眾一方面會透過觀看自傳劇來認識演出者的生命經驗；另一方面，觀眾也會在自傳劇演出中，及演出結束後，主動地與演出者進行生命經驗的交互參看，換位思考，並對自我生命經驗進行反思與提問，甚至獲得生命的意義，完成自傳劇中的自我療癒之旅。



## (二) 研究限制與建議

根據研究結果顯示，觀眾在參與自傳劇的歷程中會有豐富的心理感知，觀眾並非被動的訊息接收者，也是主動探索生命經驗的參與者，觀眾其實是經歷一段不斷進出與提取個人不同生命階段角色記憶的動態歷程，而對於自我生命經驗產生换位思考與經驗反思的過程。因此，本研究針對自傳劇研究設計與戲劇治療實務工作提出幾點研究限制與建議。

### 1. 針對自傳劇研究設計

在研究設計上，本研究由於調查期間爆發 COVID-19 疫情，參與者可能對於封閉空間有所顧慮，使得演員與觀眾招募較為侷限，影響演出後演出者與觀眾互動與對話，以及後續追蹤調查；加上，參與觀眾對自傳劇工作方法具有基本概念，限縮觀眾觀劇經驗的多樣性。對此，研究者針對未來研究提出建議：

(1) 擴展觀眾觀劇經驗的異質性。研究者建議研究對象取樣可增加沒有參與自傳劇經驗之普通觀眾，以擴展觀眾觀劇經驗的認識類群。

(2) 演出者與觀眾經驗的相互影響。研究者建議將自傳劇視為演出者與觀眾互為主體的關係與歷程，檢視劇場中彼此共構的互動經驗，透過演出後的對話機會，交流彼此生命經驗，有助於釐清自傳劇中演出者與觀眾的相互影響，以及劇場外個人生命經驗的反思。

### 2. 針對戲劇治療實務工作

(1) 強化自傳劇藝術化的過程，減少相異經驗帶給觀眾的疏離感。自傳劇參與歷程中，觀眾會因為生命經驗與演出者相似，而對演出者產生情感連結。當觀眾的生命經驗與演出者相異時，產生擴增對演出者的理解，疼惜演出者的苦難或產生情緒截斷。因此，研究者認為戲劇治療師應具備足夠的敏感度，一則可透過演出前工作坊階段大量觀看不同自傳劇的展演，增加演出的多元表現形式；二則邀請演出者與觀眾於自傳劇演出後進行彼此生命經驗的交流與對話，以彌補自傳劇創作歷程中藝術化的不足，同時強化自傳劇的治療性。

如同 Emunah (2016) 所說的，透過創造性歷程，協助將演出者生命經驗予以藝術化，形成自傳劇作品；透過自傳劇作品的藝術化，觀眾較少會感受到承擔演出者的痛苦，觀眾並能隱約覺得自己與演出者的故事相互關聯。故，研究者建議戲劇治療師可強化自傳劇的藝術化的過程，使觀眾有機會因著與演出者生命經驗的相異，仍然能透過欣賞自傳劇作品體驗到美感經驗 (Medina-Junge & Pendzik, 2024)，同時亦能產生出更多的對話空間。

(2) 自傳劇是「進劇場」？還是「來治療」？強化觀眾「治療性」效果。本研究結果發現自傳劇的觀眾經驗，不同於一般進入劇場的參與經驗，觀眾的主動性豐富了參與自傳劇的內在歷程，但可惜演出者的生命經驗觸及觀眾深刻的生命經驗與反思，顯少被放置在「治療性」的視框中進行檢視。因此，研究者建議戲劇治療師在操作自傳劇的過程中，應關注觀眾的內在歷程與反應，並視其為戲劇治療框架中的一部分，有助於演出者與觀眾生命經驗的交流與統整。Emunah (2016) 亦曾強調戲劇治療師有義務帶領演出者與觀眾進行自傳劇演出後的對話，使觀眾更能投入到演出者的經驗中；故，研究者建議戲劇治療師可在自傳劇演出後安排演出者與觀眾對話的機會，藉此過程強化演出者與觀眾二者共有經驗，建立普同感與情感的支持，並針對彼此的差異經驗進行理解，深化觀眾梳理自我生命經驗的「治療性」效果。一方面，有助於演出者與觀眾經驗的交流；二方面可減少觀眾在觀看經驗中疏離的反應，增加自我對話的意義生成；三方面，藉由自傳劇演出後的交流與對話，有助於演出者獲得接納與理解，減少演出後產生失落與憂鬱狀況。

## 參考文獻

- Karp, M., Holmes, P., & Tavon, K. B. (2002) :《心理劇入門手冊》(陳鏡如譯)。心理出版社。(原著出版年:1998) [Karp, M., Holmes, P., & Tavon, K. B. (2002). *The handbook of psychodrama* (C.-G. Chen, Trans.). Psychological Publishing. (Original work published 1998)]
- 王行 (2013) :〈單親爸爸劇本創作中再現之男性意識及其生活處境〉。《台灣人權學刊》, 2 (2), 41-68。[Wang, S. (2013). The representation of male consciousness and life situation from the scripts created by single fathers. *Taiwan Human Rights Journal*, 2(2), 41-68.]
- 李文玫、丁興祥 (2008) :〈剪斷肚臍帶, 要做大人樣: 一位客家女性生命處境中的「困」與「尋」〉。《應用心理研究》, 39, 121-164。[Li, W.-M., & Ting, S.-S. (2008). Trapped v.s. finding way out: The life story of a Hakka woman. *Research in Applied Psychology*, 39, 121-164.]
- 林雯玲 (2023) :〈東南亞移民說、演生命故事: 民眾戲劇《看·見·我·們》、《窮人的呼聲》與《我有一個夢》的情動空間與政治〉。《戲劇研究》, 31, 131-168。[Lin, W.-L. (2023). Migrant workers and marriage immigrants from southeastern Asia narrating and performing their life stories: The affective space and politics in people's theatre, look at us, the cry of the poor, and I have a dream. *Journal of Theater Studies*, 31, 131-168.] [https://doi.org/10.6257/JOTS.202301\\_\(31\).131](https://doi.org/10.6257/JOTS.202301_(31).131)
- 洪素珍、呂旭亞、黃宗堅 (2009) :〈台籍前慰安婦戲劇治療團體在情緒創傷處理之初探〉。《台灣藝術治療學刊》, 1 (2), 59-77。[Hung, S.-C., Liuh, S.-Y., & Huang, T.-C. (2009). Explore emotional trauma recovery process of the former Taiwanese comfort women in drama therapy group. *Journal of Taiwan Art Therapy*, 1(2), 59-77.] <https://doi.org/10.29761/JTAT.200908.0005>
- 馬一波、鍾華 (2006) :《敘事心理學》。上海教育出版社。[Ma, Y., & Zhong, H. (2006). *Narrative psychology*. Shanghai Education Publishing House.]
- 高淑清 (2008) :《質性研究的18堂課: 首航初探之旅》。麗文文化。[Kao, S.-C. (2008). *Zhixing yanjiu de 18 tang ke: Shouhang chutan zhi lu*. Liwen Publishing Group.]
- 張志豪 (2019) :〈自傳劇應用於青年培力工作之經驗分析〉。《生命敘說與心理傳記學》, 7, 233-261。[Chang, C.-H. (2019). An analysis of the experience of empowering teenagers through the application of autobiography. *Life Narrative and Psychobiography*, 7, 233-261.] [https://doi.org/10.6512/lnp.201912\\_\(7\).0010](https://doi.org/10.6512/lnp.201912_(7).0010)
- 張志豪 (2021) :〈戲劇治療方案在提升高風險家庭青少年復原力之經驗研究〉。《生命敘說與心理傳記學》, 8, 185-222。[Chang, C.-H. (2021). Application and reflection upon a dramatherapy project on enhancing the resilience of teenagers from high-risk families. *Life Narrative and Psychobiography*, 8, 185-222.]
- 張志豪、張文怡 (2023) :〈來一劑「虛擬疫苗」: 戲劇治療線上團體之工作者實務經驗探究〉。《教育心理學報》, 54, 563-582。[Chang, C.-H., & Chang, W.-Y. (2023). Virtual vaccine: Practical experiences of online dramatherapy. *Bulletin of Educational Psychology*, 54, 563-582.] [https://doi.org/10.6251/BEP.202303\\_54\(3\).0003](https://doi.org/10.6251/BEP.202303_54(3).0003)
- 張敬宜 (2013) :〈高風險少年的另類陪伴: 青少年自傳劇營隊之參與觀察經驗〉。《諮商與輔

- 導》, 331, 7–10。[Chang, C.-Y. (2013). Gaofengxian shaonian de linglei peiban: Qingshaonian zizhuanju yingdui zhi canyu guancha jingyan. *Counseling & Guidance*, 331, 7–10.]
- 黃彥宜、楊瑾雯 (2004) : 〈戲劇方案運用於社區婦女成長團體之初探〉。《臺大社會工作學刊》, 9, 1–38。[Huang, Y.-Y., & Yang, G.-W. (2004). Growth with body expression: The application of theatre programmes to a growth group for women. *NTU Social Work Review*, 9, 1–38.] <https://doi.org/10.6171/ntuswr2004.09.01>
- 詹潤芝 (2011) : 《運用戲劇治療在降低長期照護機構老人孤寂感之研究：以雲林縣安生醫院附設護理之家為例》(未出版碩士論文), 國立臺灣藝術大學。[Chan, J.-C. (2011). *A study of reducing loneliness in the institute for elderly with drama therapy methods: Taking ann-san hospital nursing home in Yunlin County for example* (Unpublished master's thesis). National Taiwan University of Arts.]
- 盧怡任 (2022) : 〈受苦、轉化與療癒：從日常心理改變過程談「處境結構」取向的治療觀點與架構〉。《教育心理學報》, 54, 85–105。[Lu, Y.-J. (2022). Suffering, transformation, and healing: A situational structure-based therapeutic approach developed based on daily psychological change. *Bulletin of Educational Psychology*, 54, 85–105.] [https://doi.org/10.6251/BEP.202209\\_54\(1\).0004](https://doi.org/10.6251/BEP.202209_54(1).0004)
- 盧怡任、劉淑慧 (2014) : 〈受苦轉變經驗之存在現象學探究：存在現象學和諮商與心理治療理論的對話〉。《教育心理學報》, 45, 413–433。[Lu, Y.-J., & Liu, S.-H. (2014). An existential-phenomenological study on the transitional experience of suffering: Dialogues between existential phenomenology and theories of counseling and psychotherapy. *Bulletin of Educational Psychology*, 45, 413–433.] <https://doi.org/10.6251/BEP.20130711.2>
- Berghs M., Prick, A.-E. J. C., Vissers, C., & van Hooren, S. (2022). Drama therapy for children and adolescents with psychosocial problems: A systematic review on effects, means, therapeutic attitude, and supposed mechanisms of change. *Children*, 9(9), Article 1358. <https://doi.org/10.3390/children9091358>
- Blanter, A. (1996). *Acting-in: Practical applications of psychodrama methods*. Springer Publishing Company.
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). Conceptual and design thinking for thematic analysis. *Qualitative Psychology*, 9(1), 3–26. <https://doi.org/10.1037/qup0000196>
- Butler, C. (2013). ‘The Song is You’: How music works in Sesame therapy for clients with dementia. *Journal of Applied Arts & Health*, 3(3), 321–336. [https://doi.org/10.1386/jaah.3.3.321\\_1](https://doi.org/10.1386/jaah.3.3.321_1)
- Emunah, R. (1994). *Acting for real: Drama therapy process, technique, and performance*. Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203765784>
- Emunah, R. (2015). Self-revelatory performance: A form of drama therapy and theater. *Drama Therapy Review*, 1(1), 71–85. [https://doi.org/10.1386/dtr.1.1.71\\_1](https://doi.org/10.1386/dtr.1.1.71_1)
- Emunah, R. (2016). From behind the scenes to facing an audience in self-revelatory performance. In S. Pendzik, R. Emunah, & D. Johnson (Eds.), *The self in performance* (pp. 37–53). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1\\_3](https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1_3)

- Emunah, R., & Johnson, D. (1983). The impact of theatrical performance on the self-images of psychiatric patients. *The Arts in Psychotherapy*, 10(4), 233–239. [https://doi.org/10.1016/0197-4556\(83\)90024-2](https://doi.org/10.1016/0197-4556(83)90024-2)
- Gale, M. B. B., & Gardner, V. (Eds.). (2004). *Auto/biography and identity: Women, theatre and performance*. Manchester University Press.
- Giorgi, A. (1970). *Psychology as a human science*. Harper & Row.
- Giorgi, A. (1976). Phenomenology and the foundations of psychology. In J. K. Cole, & W. J. Arnold (Eds.), *Nebraska symposium on motivation 1975: Conceptual foundations of psychology* (pp. 281–348). University of Nebraska Press.
- Harel, D. (2016). Autobiographical therapeutic theatre with older people with dementia. In S. Pendzik, R. Emunah, & D. Johnson (Eds.), *The self in performance* (pp. 213–226). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1\\_15](https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1_15)
- Jacques, J. F. (2020). Investigation into the production of meaning in autobiographical performance in dramatherapy. *The Arts in Psychotherapy*, 69, Article 101659. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101659>
- Jacques, J.-F. (2016). Intersubjectivity in Autobiographical performance in dramatherapy. In S. Pendzik, R. Emunah, & D. Johnson (Eds.), *The self in performance* (pp. 97–111). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1\\_7](https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1_7)
- Jennings, S. (Ed.) (1997). *Dramatherapy: Theory and practice*, (1st. ed., Vol.3). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315812571>
- Johnson, D. (2016). Surprise and otherness in self-revelatory performance. In S. Pendzik., R. Emunah, & D. Johnson (Eds.), *The self in performance* (pp. 71–84). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1\\_5](https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1_5)
- Johnson, D. R., & Emunah, R. (2021). *Current approaches in drama therapy* (3rd ed.). Charles C Thomas Publisher.
- Jones. P. (1996). *Drama as therapy: Theatre as living*. Routledge.
- Landy, R. (1996). *Persona and performance: The meaning of role in drama therapy and everyday of life*. The Guilford Press.
- Langdrige, D. (2017). Phenomenology. In B. Gough (Ed.), *The Palgrave handbook of critical social psychology* (pp. 165–183). Palgrave Macmillan/Springer Nature. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-51018-1\\_9](https://doi.org/10.1057/978-1-137-51018-1_9)
- Medina-Junge, M., & Pendzik, S. (2024). Therapeutic aspects in the autobiographical / autoethnographic performance of three women addressing their experience of communal sleeping as children in the kibbutz. *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and Performance*, 29(1), 148–168. <https://doi.org/10.1080/13569783.2023.2220652>
- Mitchell, S. (1994). The theatre of self-expression: A ‘therapeutic theatre’ model of drama therapy. In S. Jennings, A. Cattanach, S. Mitchell, A. Chesner, & B. Meldrum (Eds.), *The handbook of drama therapy* (pp. 41–57). Routledge.

- Omasta, M., Landroche, A., & the Facing Depression Project Team. (2020). Pedagogical discoveries through participation in a devised ethnodrama about depression. *Journal for Learning through the Arts*, 16(1), 1–22. <https://doi.org/10.21977/D916145217>
- Parse, R. R. (2001). *Qualitative inquiry: The path of sciencing*. Jones & Bartlett Learning.
- Pendzik, S. (2008). Dramatic resonances: A technique of intervention in drama therapy, supervision, and training. *The Arts in Psychotherapy*, 35(3), 217–223. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2008.02.004>
- Pendzik, S. (2016). The dramaturgy of autobiographical therapeutic performance. In S. Pendzik, R. Emunah, & D. Johnson (Eds.), *The self in performance* (pp. 55–59). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1\\_4](https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1_4)
- Radosavljević, D. (2013). *Theatre-making: Interplay between text and performance in the 21st century*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/9781137367884>
- Ray, P., & Pendzik, S. (2021). Autobiographical therapeutic performance as a means of improving executive functioning in traumatized adults. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 599914. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.599914>
- Sajnani, N. (2012). The implicated witness: Towards a relational aesthetic in dramatherapy. *Dramatherapy*, 34(1), 6–21. <https://doi.org/10.1080/02630672.2012.657944>
- Sajnani, N. (2016). Relational Aesthetics in the performance of personal story. In S. Pendzik, R. Emunah, & D. Johnson (Eds.), *The self in performance* (pp. 85–96). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1\\_6](https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1_6)
- Wood, S. M. (2018). Transforming families using performance: Witnessing performed lived experience. *Drama Therapy Review*, 4(1), 23–37. [https://doi.org/10.1386/dtr.4.1.23\\_1](https://doi.org/10.1386/dtr.4.1.23_1)
- Zehavi, G. (2016). The performative: Life-Changing moments in autobiographical performance. In S. Pendzik, R. Emunah, & D. Johnson (Eds.), *The self in performance* (pp. 155–168). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1\\_11](https://doi.org/10.1057/978-1-137-53593-1_11)

收稿日期：2024 年 04 月 01 日

一稿修訂日期：2024 年 05 月 25 日

二稿修訂日期：2024 年 06 月 06 日

三稿修訂日期：2024 年 06 月 16 日

四稿修訂日期：2024 年 07 月 22 日

五稿修訂日期：2024 年 07 月 24 日

接受刊登日期：2024 年 07 月 29 日

Bulletin of Educational Psychology, 2024, 56(2), 429–452  
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

# Seeing Oneself in Others' Stories: A Study on Audience Experience in Autobiographical Therapeutic Performance

Chih-Hao Chang<sup>1</sup>, Hsiu-Yun Tseng<sup>2</sup>, and Ta-Shan Chen<sup>3</sup>

Autobiographical therapeutic performance (ATP) is a key aspect of drama therapy that combines self-exploration, drama, and psychotherapy. ATP involves participants choosing dramatic content and forms to reenact significant past memories, aiming for therapeutic and transformative outcomes. Drama therapists, performers, and audience members are essential components of ATP. Drama therapists help performers convey their life experiences to audience members through autobiographical plays. This approach creates a “relational aesthetic” between performers and audience members, which in turn facilitates self-exploration and transformation for performers. Most of the literature on autobiographical drama focuses on the roles and functions of drama therapists and performers, emphasizing facilitators’ practical knowledge and methods and performers’ experiences. Few studies have explored audience members’ perspectives.

Recent studies have indicated a shift in how humans perceive audience roles. Audience members are no longer viewed as passive observers in the theatrical experience, who simply witness performers’ transformative healing processes. Instead, audience members can reflect upon their own life roles through the performers’ creations and presentations. Audience members are increasingly acknowledged as active cocreators, integral to the performance. Research has started exploring the audience members’ participation in drama therapy. This study specifically examined the audience members’ perspective, exploring the rich inner experiences that unfold within audience members as they engage with ATP. It also investigated the emotional connections between audience members and performers, the self-dialog within spectators’ minds, and the long-lasting meanings that theatrical encounters impart.

This study employed a phenomenological qualitative approach divided into two stages: performance and interviews with audience members. In the first stage, the primary researcher prepared and planned a public ATP. In group workshops, four volunteer performers were invited to explore their life journeys and identify core life issues. Subsequently, they engaged in script creation and rehearsals for their individual ATPs. In the second stage, semistructured in-depth interviews were conducted after the performances. A thematic analysis was used to examine the experiences of three audience members who watched four ATPs. After more than a year, a follow-up survey was conducted, in which audience members were invited to share their postviewing experiences and the effects of the ATPs on their daily lives outside the theater.

According to the research findings, ATPs enable performers to arrange and present their personal life experiences through drama, providing a pathway for audience members to understand these experiences. While watching a theatrical performance, the audience prepares mentally, setting psychological expectations regarding their engagement with the performer’s actual

<sup>1</sup> Department of Family Studies and Child Development, Shih Chien University

<sup>2</sup> Department of Social Work, Shih Chien University

<sup>3</sup> Taiwan Drama Resilience Association

**Corresponding author(s):**

Hsiu-Yun Tseng, Department of Social Work, Shih Chien University. Email: shelly.tw@gmail.com

experiences, thereby focusing their attention.

When audience members watch ATPs, they typically expect the performances to authentically reflect the performer's real-life experiences. This expectation helps them form a "you and I" connection with the performer, which immerses them in the performer's world. By establishing a relationship between the performance and their own life experiences, audience members create emotional connections that can lead to revisiting past experiences.

When the experiences of audience members are similar to those in the performance, their emotional projections tend to generate resonance and establish shared feelings. However, if the performance's content is unrelated to the audience members' life experiences, the audience members tend to select different internal experience pathways because of their unfamiliarity with the performer's life experiences. In dissimilar experiences, understanding is enhanced as audience members create connections and dialogs between their own life experiences and the performer's work.

In similar experiences, audience members tend to resonate with the plot, internally enacting their own drama and even imagining themselves in the performer's role. This approach enables them to re-experience unresolved psychological issues. By contrast, in dissimilar experiences, audience members tend to use their imagination to empathize with the performer's suffering. When presented with unfamiliar performance techniques or plot elements, audience members may experience emotional detachment or choose to disconnect emotionally.

After watching an ATP, audience members tend to engage in self-dialog, reflecting upon the performer's perspective. This process increases their sense of agency and affects their daily lives. Even more than a year later, audience members continue to relate their own experiences with those of the performer, thereby offering support and reparative experiences. They also tend to respond to their viewing experiences with concrete actions that reflect ongoing engagement and personal growth, and they tend to find meaning in life and complete their journey of self-healing within the ATP.

This study visualizes and integrates various findings to create a structural diagram of the audience members' internal experiences, demonstrating how proactive engagement enriches their interaction with ATPs. The findings highlight how audience members' experiences in ATPs differ from those in conventional theaters. Recommendations are offered to inform future research methodologies and drama therapy practices, specifically for ATPs. These recommendations enhance the artistic process of ATPs. They also mitigate potential alienation due to disparate life experiences and foster meaningful therapeutic effects for audience members, thereby promoting personal growth and self-reflection while encouraging discussions on societal and personal issues raised by ATPs. Ultimately, these recommendations aim to link audience experiences with the therapeutic process, optimizing the transformative potential of ATPs.

Further research is required to increase the diversity of audience experiences and analyze the nuanced interactions between performers and audience members in real time. Additional research is also required to explore how these shared experiences influence and shape life experiences inside and outside the theater. As a dynamic and evolving field, drama therapy should refine the artistic process of ATPs by reducing alienation and focusing on the audience members' psychological processes, emotions, and cognitive responses as an integral component of the drama therapy framework. This approach would enhance the exchange and integration of life experiences between performers and audience members in a profound and transformative manner.

*Keywords:* audience, autobiographical therapeutic performance, drama therapy, life experiences, performer

