

# 心理劇導演治療理路經驗脈絡歷程之研究

丁 思 涵  
臺北市雙園國小

## 摘 要

本研究旨在了解導演治療理路脈絡的經驗以及置身結構。本研究之邀請對象採立意取樣的方式，邀請三位具有美國團體心理治療及心理劇學會之心理劇導演或訓練師資格者為研究受訪對象。研究者針對這三位導演的導劇歷程擬出訪談大綱並進行訪談，根據訪談內容，研究者撰寫導演導劇之經驗描述文，此為本研究之文本。本研究以詮釋現象學作為研究取向，資料分析方法則是以李維倫與賴憶嫻（2009）所提之現象學分析步驟，藉由文本進入這三位導演的經驗現象，進而形構出心理劇導演治療理路脈絡之置身結構。透過本研究，能從導演治療理路脈絡的經驗中，解明心理劇導演治療理路脈絡的經驗現象，藉本研究使得學習心理劇導演者可更了解導演導劇過程中其背後想法到介入的思考脈絡，有助於學習心理劇導演。

**關鍵詞：**心理劇、治療理路、置身所在、導演

## 緒論

研究者第一次成為主角的經驗，第一次成為主角是處理我與母親的議題，當時的體驗對我來說很重要也很深刻，尤其是導演使用具體化的技巧，用布清楚的呈現我與母親拉扯的互動狀態，將我與母親內在糾結的感覺具體化，在那場劇中，我才明白原來自己與母親的互動是如此糾結，也才意識到自己該走上自我分化的道路。這次經驗對我來說很重要的是我跨了第一步，成為主角對我來說不是那麼遙不可及的事情，再加上處理與母親議題的成功經驗，往後我也勇敢的在心理劇中處理了其他重要議題，包含親密關係、宗教信仰等議題。這些議題對我來說都是人生中重大的事情，每當我無能為力的時候，是心理劇陪伴我度過這些困境，這使我不僅對心理劇著迷，也開始好奇心理劇療效是如何發生，而導演是如何介入使得療效得以發生，也想了解導演介入背後的想法為何。

本研究將會聚焦於心理劇導演的治療理路脈絡，也就是心理劇導演導劇時背後的思考脈絡。Duke (1990) 指出一項專業的學習不僅包含外在事實知識的獲得，而也包含內在學習歷程，在其中能對新的事物有所了解或熟悉。范幸玲 (2006) 提及心理師對於該事件背後其個人主觀想法與感受會對於心理師造成影響。本研究依據 Duke (1990) 及范幸玲 (2006) 的觀點，將治療理路定義為心理師面對個案時所經歷的「外在經驗」與「內在歷程」，外在經驗指的是成為一位心理師過程中與人事物遭逢之經驗，而內在歷程指的是心理師如何知覺其與這些人事物遭逢之經驗並如何進一步進行治療介入的歷程。

研究者回顧心理劇相關文獻，並沒有治療理路脈絡相關的文獻，但相關文獻有導劇歷程的文獻 (趙如錦, 2000; Glodman & Morrison, 1984; Hollander, 2002)，導演介入技巧相關研究 (林明文, 1992; 趙如錦, 2000)。而在諮商領域方面，張明敏 (1994) 提及諮商師的原生家庭經驗對諮商關係、諮商理論與諮商技術有影響。范幸玲 (2006) 的研究結果可了解諮商師的關鍵事件對心理師有影響。以上的文獻說明導劇的流程及步驟，但對導演如何導劇治療介入及介入背後導演的想法為何，過去文獻均沒有提及。而張明敏 (1994) 及范幸玲 (2006) 也指出治療過程中，諮商師的家庭經驗、生命經驗、諮商理論會對諮商關係有影響，例如：諮商師在原生家或生命經驗中，經驗到與家人或他人坦誠與直接的溝通，使得諮商員與個案能直接溝通，對於諮商關係案例有很大的幫助。此外，不同的理論取向也會影響諮商關

係，如：關係取向的諮商員，會更重視諮商關係。家庭經驗、生經驗以及諮商理論雖會影響諮商關係，但文獻中未看見會如何影響治療介入。本研究基於研究者對心理劇導演導劇歷程的興趣，以及目前心理劇研究對導演治療理路研究的缺乏，本研究聚焦於了解導演其所經歷的外在經驗與內在歷程，對於其在做治療真實的影響為何，也就是去了解導演的「治療理路脈絡」，因而形成本研究的研究問題有二，一為心理劇導演其治療理路之經驗歷程為何？也就是心理劇導演與主角遭逢的經驗、導演如何覺知主角在心理劇現場中的經驗，以及導演進一步治療介入的歷程。二為心理劇導演其治療理路之置身所在為何？也就是進一步了解導演導劇的存在樣態。依據上述研究問題，研究者擬針對心理劇導演及治療理路相關文獻進行探討，研究者以下將分兩部分詳細論述，分別為心理劇導演導劇相關文獻以及諮商師治療理路。

## 文獻探討

### 一、心理劇導演導劇相關文獻

在心理劇導演導劇相關文獻中，研究者整理出三部分，分別為：導演導劇歷程、導演介入技巧、心理劇導演其他相關研究，以下將以這三部分詳細說明。

#### （一）導演導劇歷程

有關心理劇導演導劇的相關流程圖，Hollander（2002）的心理劇曲線圖為心理劇隨著時間的進展，從事實的部分推進情緒宣洩，然後進入角色訓練。主角的情緒先升後降，在演出的中期達到最高峰。Glodman 與 Morrison（1984）創造出心理劇歷程螺旋圖，螺旋圖最外圈是現在問題：可能是一種情況、一種感覺、一個問題、關係或任何主角想試驗的情況。設景連結主角過去、未來的生活過程，設景時，在時間上不一定按先後順序，主角由舞臺的外圍開始呈現問題，經過演出的過程逐漸往舞臺中心移動，探討問題的核心，最後又回到舞臺的外緣處理實際的問題。Schramski 的心理劇系統模式流程圖指出導演引導主角的過程為：確定主題事件、選擇主題事件、選擇發生事件的一個場景、對事件場景（時間、地點、人物）加以描述、進一步暖化場景（確定主角已被暖化）、演出事件經過（運用各種心理劇技巧轉化主角之情緒、行為、認知，並探索是否進一步演出）、進一步演出或演出超越現實、分享或引導角色訓練（引自林明文，1992）。Kipper（1986）的演劇階段內在結構模式說明導劇之間幕與幕之間如何發展的歷程。即心理劇進行時有暖身階

段、演劇階段及結束階段，且演劇階段中第一個景先是對主角現有問題的描述，接下來第二景是透過行動對問題的解釋與說明，而後連到第三景主角行為的改變。

國內林明文（1992）探討導演在整齣心理劇中的決策歷程、趙如錦（2000）心理劇發展歷程之研究，以及高琇鈴（2011）女性在夫妻衝突中受苦困局的展現與變動：以心理劇歷程分析為例，這三篇文獻中皆提及導演在導劇歷程中的想法與思考。林明文（1992）將心理劇的導劇歷程分為出現「第一個景」、「強化某一景」、「結束上一景並開啟下一景」以及「結束演出」，文獻中詳細說明了導演在設景、強化某景、開啟下一景或結束演出時其背後的評估與想法。趙如錦（2000）將心理劇導劇歷程分為六個步驟，分別為「演出前準備工作」、「問題呈現」、「從過去經驗尋找問題根源」、「挑戰矛盾」、「問題解決」與「結束」，在這六個步驟中，也同時可看見導演導劇時背後的想法。趙如錦研究中亦提到，導演介入的目的也是要協助主角從僵局當中跳脫出來，導演先是運用「過去與現在連結並呈」、「第三者智慧」或「面質主角的矛盾」，使得主角看見自己的僵局，用更理智的方式看待自己的問題，接著再以「角色扮演」的方式讓主角意識到無效的舊有模式，協助主角有力量想要脫困。高琇鈴（2011）研究指出導演會協助主角從「受困」的位置嘗試「脫困」，主角會在受困與脫困中來回穿梭，直到主角找到解決的方法。研究結果亦更清楚的指出主角在心理劇的歷程中，將經歷六個階段來脫困，亦即「現、浸、臨、受、生、解」。

由上述的文獻可知，過去的研究主要著重於導劇歷程的探討，在導劇歷程中探討導演在導劇時背後的想法，雖能看見導演的想法，但卻不清楚導演的想法、評估或假設是如何形成，這是本研究想加以探究的。

## （二）導演介入技巧

有關導演技巧，林明文（1992）與趙如錦（2000）提出相關的概念。林明文（1992）研究結果整理出導演在決策歷程中使用各種技術幫助主角時，導演背後的意圖與想法。研究結果顯示在各種技巧中，以自我表達技巧被導演使用為最多。導演使用各種技巧，除了蒐集資料及暖身之外，導演背後的意圖還包含：擴大主角意識範圍、修正主角不合理的觀念、增加主角對問題的了解、宣洩情緒、辨識自身與他人的感受、行為演練、透過行動化完成經驗、擴大角色目錄以及角色統整。由以上導演的意圖，可更了解導演導劇時其思考脈絡。趙如錦（2000）指出導演的「介入方式」是以導演最想要達到的效果為主要目的，因而在技巧的使用上可能同時多個技巧同

時使用。舉例來說，導演的介入方式為「第三者的智慧」，此介入方式包含了鏡觀、主角拯救替身、以專家身分發言及面質等技巧合併使用。導演在技巧的使用，即是導演會根據心中已假設欲達成的效果，進而選擇介入技巧。

綜上所述，過去文獻多數在說明技巧如何達到導演心中的目標、效果，但較少提及介入技巧對導演而言是否會因著個人不同的成長背景、受訓過程、生命經驗等隱含著不同的意義。

### （三）心理劇導演相關文獻

有關心理劇導演相關文獻，有提及導演的人格特質、生命議題、理論取向、哲學觀對導演導劇都有影響，說明如下。

Moreno 指出導演的人格就是技巧。他們認為好的導演的特質包含：要能鼓勵、有想像力、不粗暴、幽默感、彈性、謙虛、耐心、好奇、尊重主角的空間、能夠全然為主角說話、聽到沒有被說出來的話等特質（陳鏡如譯，2005）。林明文（1992）及黃創華（2005）認為導演的生命議題對導劇的深度與成效也有影響。林明文（1992）指出導演需要對自己經驗有所整理，因導演有機會深入主角人格深層去看主角問題，有些問題會觸動到導演本身，若這些經驗是導演未處理過的，導演可能會陷入情緒中，對於主角可能造成傷害。黃創華（2005）指出導演需要面對並轉化個人的生命議題，因為心理劇即是要帶領主角邁向本真的狀態以及全人的發展，因而導演本身的狀態需要是本真的，對於自身的議題也需要去處理。

吳錦鳳、洪千惠、胡嘉琪、夏敏、程小蘋、鄒繼礎譯（2002）指出心理劇工作者需要學習與心理劇相關的治療取向，如聯合家族治療、人本與存在取向、認知治療、創意性藝術治療、完形治療、身體治療。導演對於人的生命歷程與發展有一定程度的知識基礎，以及精神病理學的相關知識，如此更能增進對於主角狀態的理解。另外，心理劇治療亦是一種團體治療，因此導演須擁有團體動力的敏銳度。導演也需要瞭解基本心理治療的原則以及遵守倫理與道德，如此能夠保障整個心理劇團體的最大權益。

黃創華（2005）研究結果認為導演的哲學觀對導劇也有很大的影響，該研究的受訪者因受到道家及禪宗哲學的影響，而其導劇理念偏向隨緣、放空與無為，因而認為心理劇的本質是自然無為的。然而對於心理劇的本質有了自然無為的認定之後，該研究更進一步指出導演在導劇時必須是自然、自在的態度，強調導演需要放下預設，全神貫注在團體和主角身上，去理解主角被障礙或遮蔽而無法自由自在之

所在，導演的功能在於看見主角被遮蔽之所在，並予以去除。由此可見，導演的哲學觀對於導演這個人會有相當程度上的影響，進而影響其對於心理劇本質的看法，也影響其導劇的態度與風格。

綜合上述文獻，在過去導劇歷程的文獻中，只能很概略性的瞭解導演在整齣心理劇中出現的想法，卻無法很細緻的了解導演想法產出的過程。此外，在導演介入技巧方面，雖在介入技巧背後的思考脈絡有較多且清楚的論述，但是在導演心中對於主角的假設與評估方面論述較少，也就是較無法看見導演背後的想法，也不了解導演的想法受到哪些因素影響，而研究者更好奇的是導演在導劇時其心中對主角的假設，以及每個決策歷程或不同階段的評估是如何去思考，而其思考背後是受到哪些因素影響，也就是本研究與探討導演的治療理路脈絡。後續研究也顯示導演的個人特質、自身議題的處理、學習經驗、哲學觀皆會影響導演的導劇歷程，但文獻中並未具體呈現這些因素對導演在導劇時所造成的影響為何，因而研究者想透過本研究，在實際的心理劇場境中，透過導劇真實的歷程來訪談導演其人格特質、自身議題處理的經驗、學習經驗等背景脈絡如何影響導演。此外，更進一步了解導演自身背景脈絡經驗對技巧選擇上的影響，欲求能更完整的看見導演治療理路脈絡。

## 二、諮商師治療理路

根據本研究的目的與問題，研究者回顧與心理劇相關之文獻，並未找到有文獻談及「治療理路」一詞。而研究者在過去文獻只能了解諮商理論、諮商關係、或諮商技巧對諮商療效的影響，但卻無法了解心理劇導演在介入時看見什麼？受哪些經驗或理論影響其介入方式，但本研究想完整了解心理劇導演導劇的整個思考理路。因此，研究者根據本研究對「治療理路」一詞之定義，蒐集與治療理路相關之文獻。綜覽與治療理路相關之研究發現：少數研究以諮商師原生家庭經驗或依附關係等早期經驗探究諮商師與個案的諮商關係（范幸玲，2006；張明敏，1994），另一方面則在探討諮商師理論取向的形成歷程（吳翠鳳，2000；范幸玲，2006；張明敏，1994）；其他少數研究亦提及影響諮商師諮商理念形成的因素（李花環，2000；范幸玲，2006）。上述研究所探討的諮商關係、理論取向形成歷程與諮商理念形成因素，屬於本研究欲探討之治療理路的一部分。研究者參閱上述相關文獻之研究結果，整理出三個面向來論述諮商師的治療理路，分別為：諮商師的原生家庭經驗對諮商關係之影響、諮商理論取向形成因素探討、諮商理念形成因素探討。

### （一）諮商師的原生家庭經驗對諮商關係之影響

范幸玲（2006）探討諮商師早期經驗對諮商師與當事人諮商關係之影響。研究結果發現，諮商師的原生家庭系統結構、諮商師於童年在家中所扮演的角色以及諮商師與父母的依附關係會影響到諮商師與個案間的治療關係。張明敏（1994）以二十位與諮商相關實務工作者為研究對象，探討其原生家庭經驗對其諮商專業的影響，作者採用深度訪談法，以半結構方式訪談。研究指出無論諮商師在原生家庭中所經歷到的正向或負向經驗，皆可能會對諮商關係產生利或不利的影響。

綜合上述文獻可知，諮商師的原生家庭系統、童年在家中所扮演的角色以及與父母的依附關係，會影響到諮商師人際互動模式的形成，而諮商師與個案也是種人際互動模式，因而諮商師會將過去早期經驗所形成的人際互動模式帶入諮商關係中，進而影響諮商關係。

### （二）諮商理念的形成因素探討

李花環（2000）研究指出，諮商師個人生活事件與生命中的危機事件，將影響其諮商理念。在個人生活事件方面，研究結果顯示諮商員會因為個人的婚姻與家庭生活經驗，而促使個人有較多機會去理解理論的意涵，反而能促使其在專業上的提升。在危機事件方面，諮商員專業發展過程中，如家人生病、親人死亡、工作上的人際問題及婚姻問題等，促使諮商員有機會去了解諮商對人的幫助，而也更能體會案主的心情。范幸玲（2006）研究結果發現，生命中關鍵事件將會對諮商師的諮商理念造成影響，例如研究中的一位受訪者生了一場大病後，她發現生命既脆弱且無法掌控，因而她開始承認自己的限制，此關鍵事件使其諮商理念從「非我不可」的權力掌控者，轉變成鼓勵與欣賞當事人能力的陪伴者。

由上述可知，諮商師的諮商理念會受到個人生活事件、生命中危機事件與關鍵事件之影響，而諮商理念也是治療理路脈絡的一部份，因而研究者也欲了解心理劇導演諮商理念的形成歷程。

綜合上述文獻可知，諮商師早期經驗、諮商經驗、諮商師父母的管教態度與特質、原生家庭的情緒經驗、父母的觀念與做法、諮商理論的學習、實務經驗、生活經驗、諮商師個人生活事件與生命中的危機事件等，皆會對諮商關係、諮商理論與諮商理念造成一定程度的影響。而諮商關係、諮商理論與諮商理念也是導演治療理路的一部分，因而也想更進一步了解，這些背景脈絡是否也同樣影響著心理劇導演。

從以上文獻所述，可了解目前有關諮商或心理劇導劇的文獻，會各別提出導劇歷程，導劇的想法，或會探討個人生命經驗、理論取向、哲學觀等對諮商或導劇的影響，但對於導劇的治療理路並未有文獻的探究。且上述文獻皆是以受訪者回顧過去晤談的方式進行蒐集資料，為了與實際現場更為貼近，研究者欲透過導演在心理劇現場的導劇經驗，並在導完心理劇後，對導演進行訪談，了解「導演的治療理路之經驗歷程」。

## 研究方法

本研究主要在探討心理劇導演治療理路的經驗脈絡，藉由本節說明本研究採取之研究取向、研究對象、資料收集與分析方法、質性研究之判準與研究倫理，以作為研究可行性之依據。

### 一、研究取向

本研究旨在瞭解心理劇導演治療理路脈絡之經驗，所採用的是李維倫（2004）年提出以置身所在之概念作為探討人類存在樣態之詮釋現象研究取向。資料分析的步驟與方法則是依循李維倫和賴憶嫻（2009）提出的以經驗描述為分析對象的現象學方法，進而揭露存在處境的置身結構以達本研究之目的。

#### （一）詮釋現象學與置身所在

詮釋現象學的代表人物為海德格，海德格認為要理解人的存在必須透過詮釋的過程，去關注人與世界、人與人之間的互動是怎麼給出及如何被看見的，如其所是的去揭露與發現，藉此對人類的經驗以及人類所建構的意義做互為主體的了解（高淑清，2001）。而詮釋現象學的研究既不是在捕捉「事實」，也不是意在建構普遍的實徵性理論，而是要適切的把握人類現象的「意義」。意義指的是在人們行事中，事物被理解的基礎，而不是認定後的內容或標籤（李維倫，2004）。

李維倫（2004）認為事物為人所遭逢而具有了意義，並將這種人與事物相涉遭逢的涉入狀態命名為「置身所在」。置身所在指的是某一個生活的涉入狀態，關涉了人們在具體生活場境中如何感受、理解、行動，因此置身所在是人心生活的「理路」（the "logos" of psyche），其本質為生活行事中事物的意義來源，因著這樣的本質，置身所在應該被當作一種現象學的現象。

置身所在正有著這種使事物在其中而得以被理解但又隱匿於我們覺察之外的特質，詮釋現象學研究所要解明的即是這個隱而未現的地基，因此，欲揭露具有「伴隨著事物給出但又隱匿自身」特質的對象，根據海德格所指出的「對已顯事物」做詮釋分析，來將隱匿者帶入明亮之中，置身所在的解明有賴於對人們具體行動與交談所做的詮釋性解讀（李維倫，2004）。

## （二）以置身所在為研究方法

心理劇治療在於先理解人在關係中的處境，進而運用心理劇的技術使主角對於處境有所覺察與頓悟（游明麟，2006），心理劇治療焦點與海德格提及「人與事物之間的理解關係」還原考察將會得到「人在關係中之理解」的結論相呼應，而心理劇治療透過暖身、演出等歷程其目的在揭露主角於平日生活中的置身所在，主角在關係中的位置，以及如何與人事物遭逢、互動，這也與李維倫（2004）提出「置身所在」的詮釋現象取向之精神符合，皆是對人與事物相關連的涉入狀態進行理解。本研究欲探討的現象為在心理劇中導演治療理路脈絡之經驗，故本研究採取置身所在的詮釋分析以還原導演如此理解主角、介入與行動的處境，形構出導演所存在的置身經驗結構，進而揭露顯而易見而又隱匿於我們覺察之外的現象。

## 二、研究對象

本研究受訪者採立意取樣的方式，邀請三位具有美國團體心理治療及心理劇學會之心理劇導演或訓練師資格為研究受訪對象，以利研究者了解心理劇導演在導劇時的思考脈絡，與了解其治療理路。

## 三、資料收集與分析方法

本研究依循李維倫與賴憶嫻（2009）所發展出來的詮釋現象學心理學分析方法，根據此分析方法的步驟所完成的經驗文本分析能實踐出「存在處境的揭露」，而非只是經驗對象的還原與描述。透過研究者落身於遭逢的現場，進入與導演的共在關係，以文本所開放出導演的存在樣態，揭露導演的置身所在。以下分別說明此分析方法的步驟：

### （一）資料搜集（data collection）

現象學分析的資料是某一處境下的經驗描述，因此，可由研究參與者依照其參與當下的經驗展開順序書寫成經驗描述文，或是由研究者透過訪談錄音，並將之謄為逐字稿的方式獲得經驗描述文（李維倫、賴憶嫻，2009）。本研究先是將心理劇

導劇歷程以錄音錄影的方式完整記錄下來，接著，研究者在心理劇逐字稿中，對於較感興趣的片段，也就是好奇導演為何會如此介入的部分，擬出訪談大綱，進行導演的訪談，最後研究者再將訪談導演的逐字稿進行謄寫，並以導演在導劇歷程中的經驗為開展順序來謄寫，此為本研究之經驗描述文本，此文本會再給予受訪者審視，確認符合其經驗後，始可作為本研究分析之文本。

#### (二) 沈浸閱讀 (empathic immersement)

研究者在獲得訪談及心理劇的經驗描述文後，將仔細閱讀數變，以便對通篇描述有整體的掌握。閱讀時不再只是閱讀平面文字或明白其語意，而是透過「想像」立體化文字敘述，恢復話語中所承載的事物，跟著導演進入主角遭逢的現場，去經驗與感受事物被主角這般經驗的生活脈絡，透過如此的閱讀方式，試圖跟隨著導演導劇的治療理路脈絡。

#### (三) 意義單元分析 (meaning units) -拆寫與改寫

意義單元指的即是每個單元將包含著某一突出的意義，因而劃分的標準是以「意義」來分割，不同意義屬於不同單元，而單元劃分的重點在於意義的移轉，也就是藉由單元分析來突顯出意義。

意義單元的拆解操作有助於研究者貼近主角的經驗描述，並放大關鍵的細節，此時有機會從導演的語言中揭露出潛藏的意涵，使本研究能接觸到導演的經驗中的脈絡。且導演的描述是在自然態度下完成的，研究者要做的是現象學描述，描述形構出人之寓居於世的脈絡結構，所謂的結構表示導演的經驗是可區分而非雜亂無章的，因而透過意義單元的拆解了解導演的脈絡結構。

#### (四) 構成主題 (constituent themes)

在此階段研究者接著要進行「整併」的工作，把拆開來的理解扣回成一個完整的經驗描述結構。在現象學的觀點下，經驗是一個整體，即使我們能因著語言的協助而針對部分來考察，但這些部分仍彼此關聯在一起，因而在抵達完整的描述之前，研究者需將不同意義單元中重複出現的要點，或就數個意義單元彼此連結呈現出的結構面向，整併出構成主題。

構成主題的特色是已打破原本依著經驗展開的線性順序，主題呈現的重點在於導演的經驗結構環節與寓居於世之存在結構，而非原始經驗發生的過程。此外，構成主題的階段是再次以整體的眼光來涵蓋所有意義單元，跳脫前一步驟只侷限在個別意義單元的細部考察。研究者在本階段可運用「想像變異」來獲得主題的突顯，

以不同的側面考量其意涵，除去不合適的意涵，以獲得與其他單元接合的突出之點。

#### （五）置身結構（situated structure）

現象學分析指向的是人寓居於世的存在處境，而非只是呈現被還原的經驗對象，因此研究者整理前階段的構成主題並將之合成一完整的經驗置身結構的描述，而此置身結構即是導演寓居於世的存在處境。需特別說明的部分是，本研究導演的置身所在仍會分別列點呈現，且在敘述導演的置身結構之前會先以一段文字敘述心理劇中的概況，再輔以心理劇逐字稿呈現，讓讀者對於劇中的歷程更為了解，最後再描述導演在劇中的置身所在。

#### （六）普遍結構（general structure）

研究者將本研究的導演得置身結構做比較與歸納，在對照比較中讓某些部分的意涵深化而成為能夠涵蓋所有置身結構的描述，而獲得更進一步的普遍結構與概念。置身結構已是完整的分析，不依賴普遍置身結構作為分析的終點（李維倫、賴憶嫻，2009）。

由於心理劇具有在現場的特徵，所謂的在現場的特徵指的是導演在心理劇中聽主的話語、看見主角的處境、感受主角的狀態，透過訪談使得在現場的經驗得以被描述出來，再依照詮釋現象學六步驟的分析方法，分析訪談文本，分析結果能讓在現場的經驗更浮現，超越原有的現象經驗，此過程所得之資料為本研究之現象學在現場的經驗。

### 四、信效度之判準

本研究以李維倫與賴憶嫻（2009）提出的現象學分析方法中之判準方法加以說明：（一）**勾畫的一致性**：勾畫的一致性是指在分析結果採用描述的方式，當研究者勾畫出研究受訪者的經驗結構時，同時也顯現出經驗環節間的一致性。研究者透過對研究受訪者資料文本的沈浸閱讀，在撰寫分析與置身所在之描述時，將保持相同的態度與熟悉度，力求研究過程中的一致性。（二）**與描述資料的一致性**：研究者所分析的結果將貼近於原研究受訪者的自然描述內容，研究內容中並無來自自然描述之外的材料，意即研究者的分析結果與研究受訪者提供之資料間具有一致性。資料關聯一致性將呈現在研究者自經驗描述到分析結果之間的具體聯繫。分析後，研究者亦會將置身所在文本與研究受訪者分享與核對，經得研究受訪者的同意。（三）**與生活經驗的一致性**：讀者閱讀研究者分析之內容結果，研究者除了能了解本文中

的特定現象以外，進而能在自身的生活經驗上有些省思與理解，便代表分析結果所陳述的與我的生活是一致的，生活經驗上的一致性將呈現在讀者們閱讀研究結果後對相關現象的思考與啟發上。

## 五、研究倫理

在質性研究的過程中，研究者將進入研究受訪者的現象場，介入其生活經驗之中，因此，研究者應該遵循研究倫理，以避免造成研究受訪者的傷害。在研究之前應與研究受訪者以及心理劇團體中之主角有充分的溝通，使研究受訪者與心理劇團體的主角了解本研究之目的、進行方式以及所得之文本將如何被運用，並需徵得研究受訪者與心理劇團體的主角同意後才能使用。同時，研究者也會讓受訪者與心理劇團體的主角了解，本研究將會遵守匿名與保密原則。最後分析的結果也需忠於研究受訪者所提之原始資料，不得因研究者本身的想法而與資料不一致。此外，研究者與研究受訪者互動時，須明確定位自己的位置，並以謙虛的態度展現自己的專業，使彼此能有信任的關係，如此，研究受訪者也才會呈現自己真實的經驗與感受。

## 研究結果

本研究以詮釋現象學方法，對三個資深導演進行訪談，而獲取三位導演治療理路的共通結構內涵。而本研究結果分為兩部分進行，一為導演導劇歷程脈絡，二為心理劇導演治療理路經驗脈絡的普遍結構。說明如下。

### 一、導演導劇歷程脈絡

#### (一) S 導演的導劇脈絡

主角 A 在剛開始有些緊張不知道從哪裡開始說起，先是提到有時候不太想聽父親說話，主角舉了一個和父親談去佛堂輔導國中生的例子，接著，S 要主角直接設景，擺出當天和父親談國中生事情的景。S 藉由角色交換技巧了解主角與對角的關係狀態以及主角的處境位置，發現主角很想去佛堂，可是卻不敢和父親直接說，因此與父親談去佛堂輔導國中生的事，此外，也發現主角的父親希望和主角當朋友、希望主角凡事都和他說，在 S 的評估之下，S 認為主角和父親的關係是奇怪的，因此，S 決定以自我分化的概念介入，透過具象化以及鏡觀技巧，協助 S 能順利自我分化，走向個體化。過程中，主角因為無法順利掙脫，S 認為主角因為還是需要能

尊重他與支持他的爸爸存在，因此，S 將心理劇角色理論應用於劇中，邀請主角將兩種父親區分開來，一為支持、尊重的父親，另一為凡事都要和他報備的父親，將兩種父親分開之後，主角掙脫的為後者的父親，順利掙脫之後，主角和支持、尊重他的父親對話，主角也從父親那邊得到確認，確認無論她怎麼決定父親都還是會愛她和認同她，結束演出。

## (二) Y 導演的導劇脈絡

主角在暖身時頭痛，Y 請主角到舞台上來，主角剛開始感覺有東西要吐出來，但是想吐吐不出來，Y 從主角想吐吐不出來的的身體反應切入，詢問主角想到了什麼？主角表示想到大約六、七歲的時候父母吵架扭打的畫面。Y 請主角選出父親與母親的輔角，並請輔角們開始演出吵架的畫面，而主角因為想吐且對於父母吵架感到很害怕，因此趴在地上不敢看台上的父母。

Y 因為看到主角相當逃避和退縮，因此 Y 運用激將法以及心理劇壯膽功 Y` 技巧，促使主角可以面對父母吵架的畫面。透過團體的力量和主角一起喊：「一二三 Y`，我不怕你」，主角內心的恐懼漸漸消除，慢慢開始可以正視父母吵架的畫面。Y 感覺到主角心中的憤怒，因此藉由壯膽功 Y` 以及撕報紙，讓主角宣洩內在對於父母的憤怒。

主角的憤怒宣洩出來後，在 Y 的評估下，Y 認為主角主要生氣的對象是母親，Y 邀請主角先跟母親對話，主角嘗試和母親表達希望母親不要一直嘮叨，因為嘮叨那麼久任誰都會受不了，父親也是因為受不了才會動手打人。接著，Y 引導主角在母親的位置，體會母親嘮叨背後是渴望愛與連結，因此主角感受到母親需要愛與安慰，主角也就沒有那麼生母親的氣，且可以諒解母親當時嘮叨的行為，最後也與母親擁抱和解。

主角可以面對母親的嘮叨後，Y 請主角的老婆進到劇中，用和母親一樣嘮叨的方式對待主角，讓主角練習處理嘮叨，主角也擁抱老婆，讓老婆停止嘮叨。再來是處理主角和父親的部分，此時，主角已經能勇敢且直接的向父親說：「母親再怎麼嘮叨，父親也不該動手打人，可以稍微離開緩一緩情緒」，Y 也透過詢問主角是否想要和父親擁抱來測試主角是否願意和父親和解，而主角的反應是很願意和父親擁抱，Y 評估主角已諒解父親。

最後，Y 請主角出來跟自己對話，首先 Y 讓主角表達對自己的感謝，主角謝謝自己很努力想要讓整個家都很幸福快樂。在處理主角小時候創傷的畫面後，主角身

體不舒服的症狀消失了，此外，主角和自己對話後內心感到更加的平和，也知道該如何避免讓憂鬱症的症狀復發，結束演出。

### （三）G 導演的導劇脈絡

主角表示：「想要探索自己跟家人的關係」，G 聽到之後向主角確認是否有特定對象或全家人，主角表示是現在住在一起的人，包含爸爸、阿嬤、弟弟，而雖然媽媽已經沒有住一起，但也算在今天想探索的對象中。G 聽到主角說要探索和人們的關係，G 就想到心裡劇的社會原子圖，因此 G 請主角選出爸爸、媽媽、阿嬤、弟弟的輔角，並呈現出主角的社會原子圖。

在社會原子圖中，阿嬤的話語是：「靠近我一點」、爸爸的話語是：「妳（主角）讓我很放心」、媽媽的話語是：「妳（主角）不用擔心我」、弟弟的話語：「妳（主角）可以常回家嗎？」。G 請主角在她的社會原子中感受一下，聽一下每個角色想對主角講的話。主角表示：「我想要關心每個人，可是我好像做不到，我覺得無能為力。」此時，G 請主角出來鏡觀，主角鏡觀後表示有生氣的感覺，因此，G 邀請主角回到社會原子中去表達她生氣的感覺。主角剛開始回到劇中，想要把弟弟帶走，而 G 感覺到主角無法表達感受，G 鼓勵主角可以在劇中多表達過去未曾表達出來的感受，並引導主角去感受生氣的對象是對誰。

主角第一個選擇先處理對父親的情緒，主角對父親說：「你應該要解決你跟阿嬤的衝突，而不是帶著那個衝突然後跟媽媽吵架，你應該要負全部的責任，然後你才不是最無辜的。」雖然主角有表達對父親的生氣，但是 G 感覺主角沒有把真正氣父親的話表達出來，G 請主角的替身幫主角說出她真正的氣是父親「沒有做到一個當父親的責任」，當父親聽到主角的這句話之後，G 請主角到父親的位置回應女兒，但是主角表示無法回應，此時 G 想到主角可能受制於平時父親的角色，因此，G 請主角成為父親的替身，說出父親心裡面想回應女兒的話，主角在父親替身的位置表示：「我覺得對你很抱歉，我不知道會讓妳這麼生氣跟難過。我也會希望可以多聽到你的聲音可是，我沒有辦法回應你。但不代表我不在乎你。」主角聽到父親的回應後，也表示比較沒有那麼生氣父親了。

接著，主角想要處理的對象是阿嬤，主角對阿嬤的感覺很矛盾，因為主角小時候是阿嬤帶大的，但主角父母的分開有一部分也是因為阿嬤，所以雖然主角知道阿嬤很想要主角靠近她，但主角做不到。G 感受到主角對阿嬤有愛的部分也有生氣的部分，因此 G 請主角將兩個阿嬤分開，用枕頭來代表兩個阿嬤，G 先請主角對讓她

感到生氣的阿嬤做宣洩，主角用出氣棒宣洩她對阿嬤的生氣，宣洩後，主角才能感謝過去曾經很照顧她的阿嬤。

再來，主角想要處理的對象是媽媽，主角跟媽媽說：「我想要讓你更認識我一些」，而母親的回應是：「我覺得很心疼你，然後媽媽永遠都在這邊，所以不要覺得我不在意你」。此外，G 也感覺到主角想要跟母親更靠近，因而詢問主角是否想要跟母親擁抱，主角也表示會渴望和母親擁抱。

最後則是弟弟的部分，主角在劇中有表達對弟弟的擔心，主角擔心弟弟會想不開。此時，G 請主角再次出來鏡觀，並探問主角要照顧每個人、讓每個人開心，這是否全屬於主角的責任？主角也認為不是她自己的責任，所以 G 請主角回到劇中去和自己對話，讓主角告訴自己該如何卸除多餘的責任。經過主角和自己的一番對話後，G 詢問主角的社會原子是否有哪些變化，主角認為自己和母親更親近了，而主角也表示自己的心情有比較放鬆，有想要回家了。

## 二、心理劇導演治療理路經驗脈絡的普遍結構

本研究根據李維倫與賴憶嫻（2009）經驗描述的分析方法，對三位心理劇導演之經驗描述文本進行分析，經由分析呈現出三位導演治療理路經驗脈絡之置身結構，揭露導演治療理路經驗脈絡的存在樣貌。研究者整理出心理劇導演治療理路經驗脈絡中共同的普遍結構，如第二部分中圖 1 所示。從普遍結構發現，導演會先由現場中聽主角的話語、看主角的處境、感受主角的狀態、聽對角的話語，而導演就能理解或評估主角的狀態、理解主角與對角的關係以及了解主角的需要，接著導演再根據過去的生命經驗、理論學派、等形成介入的想法，進而選出合適介入技巧，此過程為導演的治療理路脈絡。在圖 1 中，將導演內在經驗歷程放在圖上方，表示導演是有時要抽離現場與導演位置，經過個人內在經驗，但又需進入現場與導演位置的位置。以下以五個經驗主題呈現導演的治療理路經驗脈絡。

### （一）「聽主角的話語—導演內在經驗歷程—導演位置（理解主角狀態）—技巧」

#### 經驗主題

導演導劇時在現場會特別聽主角的話語，透過主角的話語理解主角的狀態，接著導演會根據心理劇技巧、生命經驗、研究經驗、理論、故事脈絡等形成介入的想法，進而決定用何種介入技巧。以下分別舉 S、G 兩位導演各一個例子為例。

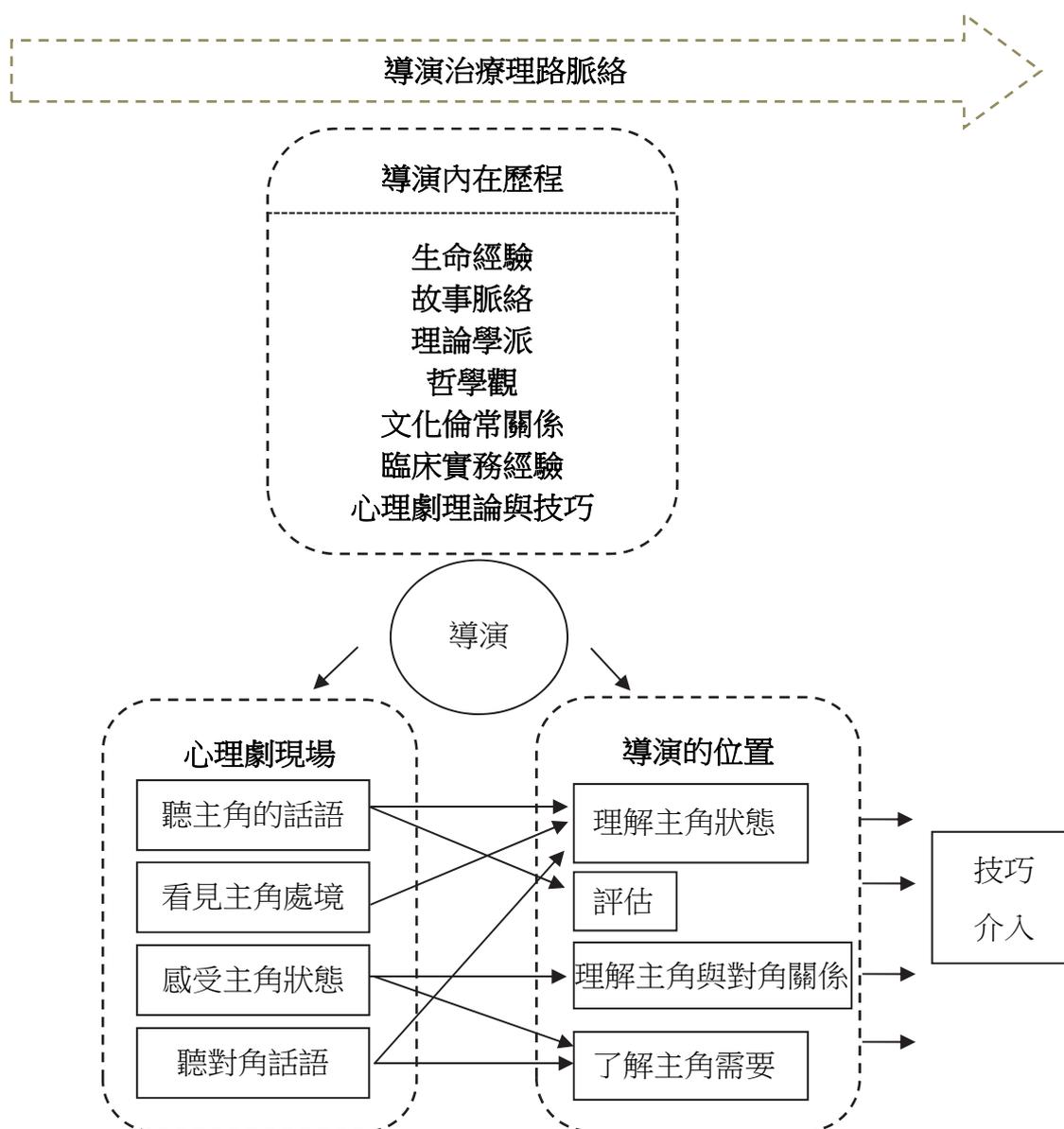


圖 1 心理劇導演治療理路經驗脈絡普遍結構圖

1. 聽主角的話語（不敢講才讓我爸難過）－導演內在歷程（生命經驗）--理解主角的狀態（停留於認知層面）－技巧（具象化）

S 的經驗是，S 聽到主角所說的話，S 依據自己的生命經驗，S 進一步理解主角的狀態，S 也據此形成治療介入的想法與技巧

◆ 導劇脈絡：主角不敢和父親直接說去佛堂的事，主角父親希望主角任何事都跟他說，S 要主角鏡觀她和父親的對話，在鏡觀時，主角說：「我想到的是因為我不敢講，反而讓爸爸難過」，S 認為主角回到認知思考，需要再次去經驗。

在劇中，當讓主角鏡觀主角與父親的對話，S 聽見主角說：「我想到的是因為我不敢講，反而讓爸爸難過」這段話，聽到這段話，S 感覺到主角在為父親的難過找理由，因為父女的互動狀態已在具象化中清楚呈現（父親拉著女兒），而主角只在腦中想著父親難過的原因，並未看見自己的困境。

對 S 而言，S 從自己的生命經驗體會到：「如果有任何的情緒，都需要實際再次去經驗一次才過得去，例如難過就去難過、想生氣就去生氣、想哭就哭，通常像是說理或說服的認知方式對 S 來說都是沒有用的」。

S 以自己的生命經驗及經驗性的理念去聽主角所說的話，S 感受到主角仍是用認知的方式去思考，並非此時此刻去經驗自己的困境。因此 S 再次邀請主角回到與父親糾結的場景中，幫助主角再去經驗與被父親拉住的感受，幫助主角體會自己與父親糾結的困境。

## 2. 聽主角的話語（語言脈絡）－導演內在歷程（故事脈絡）--理解主角狀態（未把氣表達出來）－技巧（替身技巧）

G 的經驗是，G 聽到主角說的話，G 根據自己過去成為一位助人者受訓的經驗以及導劇經驗，特別重視故事脈絡與心理劇第一幕所提供的訊息，G 得以更了解主角的狀態，了解主角狀態後，G 運用替身技巧協助主角。

◆導劇脈絡：主角在社會原子圖中對父親說：「你把自己講的很可憐，把錯推給媽媽，什麼事情都要找弟弟講，我真的很氣你」，雖然主角有說：「我很氣你」，但是 G 覺得主角沒有將內心真正的生氣表達出來，G 請替身幫忙主角說：「我氣你沒負起當父親的責任」。

在劇中，G 聽到主角說：「你不要每次都表現得很無辜很無奈，我真的很氣你，還要我弟弟和我幫忙你去跟媽媽還有阿嬤舅舅之間的事情，你把自己變得好無辜，可是最無辜的不是你，我真的很氣你，我好氣你做這樣的事情，我好氣你。」這句話，對 G 來說，G 覺得就是在說父親都沒有負起責任，把責任都推給母親或主角或弟弟，所以 G 能感受到主角就是在氣父親「不負責任」，因而在劇中，G 才會請替身幫主角說出「我氣你沒有負起當父親的責任」。

對 G 來說，G 依據過去的實務經驗，G 認為：「助人很重要的部分是 read between the lines，意思是在聽主角敘述的過程要聽文字裡面很隱微的部分，並不是用文字堆積出來表面的意思去理解主角，而是文字當中所傳遞出來的感受或氛圍去理解主角，這是成為一位助人者所受的訓練」，所以對 G 來說，G 在聽主角講話時，G 是

從主角「故事脈絡」當中去感受主角對父親的生氣，進而理解主角的狀態。對 G 來說，G 想到主角的第一幕，主角說：「我想要照顧每一個人」，這句話延伸下去就是照顧每個人是我的「責任」，G 的經驗是：「心理劇的第一幕可以提供重要的訊息，這讓 G 意識到主角有「責任」的議題，他把所有責任扛在自己的肩上，這也代表著在這個家庭當中，每個人沒有負起該負起的責任」。

G 聽到主角對父親所講的話時，G 根據自己在成為一位助人者的訓練的經驗及導劇經驗，G 能了解到主角沒有將真正想講的話跟父親說，G 在劇中才會運用替身技巧，請替身幫助主角說出「我氣你沒有負起當父親的責任」，透過替身技巧說出主角內在可能最生氣父親的原因，希望能幫忙主角宣洩對父親的憤怒。

## (二)「聽主角的話語—導演內在歷程--導演的位置(評估)—技巧」經驗主題

導演導劇時在現場會特別聽主角的話語，透過主角的話語對主角進行評估，接著導演會根據理論、研究經驗、實習經驗等形成介入的想法，進而決定用何種介入技巧。以下分別舉 Y、G 為例。

### 1. 聽主角的話語(想吐吐不出來)—導演內在歷程(臨床經驗、身心合一的概念) --評估(主角有話要說)—技巧(從身體切入、探問)

Y 的經驗是，Y 聽到主角講的話，Y 根據過去的憂鬱症個案工作的經驗，Y 評估主角的身體症狀是因為心裡有話要說，因而進一步以此身體訊息進一步探問。

◆導劇脈絡：主角在劇的剛開始趴在地上，主角表示：「感覺好像有東西快要吐出來，想吐，吐不出來」，Y 評估主角有話想說卻說不出，由此身體反應切入暖身，透過探問技巧詢問想吐想到了什麼。

對 Y 來說，Y 運用身心合一的概念來看主角，也就是我們內在有很多壓力轉變成身體症狀，比如說胸口悶、胃痛或肩膀痠痛等，所以 Y 認為既然這些症狀是從心理到身體，Y 在做劇的時候就會從身體喚起主角心裡的事件。

對 Y 來說，Y 處理過很多憂鬱症個案，發現心理劇治療憂鬱症特別有效。伴隨著許多臨床經驗、臨床研究以及心理劇處理憂鬱症個案的經驗，Y 認為：「很多憂鬱症患者都是來自於內在因素，有個未竟事務牽導著他，因而 Y 歸納出憂鬱症被誘發會有遠因、近因和起因，遠因指的是憂鬱症者通常會有個未竟事務或重大生命事件，而近因指的是使得主角憂鬱症狀持續出現的事件，起因指的是促使主角憂鬱症狀開始出現的事件」。

Y 聽見主角說：「感覺好像有東西快要吐出來，想吐，吐不出來」，Y 根據身心合一的概念及過去憂鬱症的臨床經驗，Y 評估主角是心裡有話要說但說不出來，因而 Y 就以探問的技巧，Y 問主角：「你想吐什麼？」、「想吐想到了什麼？」，在 Y 的探問後，主角腦中便浮現小時候父母吵架的畫面。

## 2. 聽主角的話語（主角和爸爸的對話）－導演內在歷程（實務經驗）--評估（結束對話）

G 的經驗是，G 聽見主角與父親的對話後，G 根據過去做劇的經驗，理解到主角在角色交換後的狀態，因而評估主角與父親的對話可以先告一段落。

◆**導劇脈絡：**在社會原子圖中，主角和父親角色交換後，G 認為可以處理主角跟其他社會原子的關係，沒有請主角繼續和父親進行角色交換。

在劇中，主角和父親角色交換後，G 認為：「主角已有表達對父親的憤怒，主角也聽到父親對他的抱歉」，所以 G 評估主角對父親的部分就可以先到一個段落，可以處理主角與社會原子圖中的其他家庭成員」。

對 G 來說，G 能夠理解在治療介入後主角的狀態，G 的經驗是：「主角已有表達對父親的憤怒，主角也聽到父親對他的抱歉，表示主角的情緒有獲得宣洩，也聽到對角善意的回應，也就是在情緒上有獲得一些紓解以及得到一些安慰，對主角來說是正面的東西」。

G 聽見主角與父親的對話後，G 根據過去做劇的經驗，理解到主角在角色交換後已有充分的表達，情緒也有所宣洩，評估主角與父親的對話可以先告一段落。

## （三）「看見主角處境－導演內在歷程--導演位置（理解主角狀態）－技巧」經驗主題

導演導劇時在現場能夠看見主角的處境，進而理解主角的狀態，接著導演會根據理論、學習背景、倫常關係與文化脈絡、心理劇概念等形成介入的想法，進而決定用何種介入技巧。以下分別舉 Y、G 三位導演各一個例子為例。

### 1. 看見主角處境－導演內在歷程（易經理論、自發性理論）--理解主角狀態（退縮、害怕）－技巧（探問技巧）

Y 的經驗是，Y 看見主角不敢面對父母親吵架的畫面，Y 根據心理劇自發性理論、易經理論，Y 理解到主角退縮害怕的處境，因而 Y 再根據上述理論，運用探問技巧、心理劇壯膽功 Y 技巧、激將法協助主角面對父母吵架的畫面。

◆導劇脈絡：主角面對父母吵架的畫面時是不敢面對、不敢談、不敢說，想要躲起來。Y 了解主角的處境使得主角很害怕，Y 運用探問技巧試圖將主角帶入現實，並協助主角自發。此外，Y 運用心理劇壯膽功廠 Y` 技巧與激將法協助主角勇敢面對父母吵架畫面。

而對 Y 來說，Y 認為主角對於父母吵架的事件，內在有許多情緒，Y 認為可以運用心理劇壯膽功廠 Y` 技巧與激將法協助主角。關於心理劇壯膽功廠 Y` 技巧，Y 的經驗是：「Y 研讀了黃帝內經、儒門四千和中醫以及和龔毓老師學習，Y 結合了心理劇廠 Y` 壯膽功的方法以及易經裡面的同聲相應，同氣相求的概念，Y 大聲地引導主角喊廠 Y`，當大家一起喊時，主角內心的感受和聲音會被共鳴，藉此幫助主角把氣引出，發出內在力量，降低害怕的感覺。」此外，Y 因為受過社工的訓練，在做劇時比較不一樣之處在於對待人的方法以及借用社會資源，Y 的經驗是：「社工的訓練使得 Y 善用社會資源，因而對 Y 來說，Y 在做劇的時候會借用團體裡面的資源，運用團體的力量給予主角一個支持系統。對 Y 來說，Y 感覺到主角的害怕，所以 Y 就請大家一起和主角廠 Y`，主角就不會害怕」。Y 的經驗是：「Y 認為激將法也是在導主角的氣，讓主角可以從退縮狀態出來，所以 Y 會讓主角用打的、掙脫、躺著敲或廠 Y` 等各種方法都是在導主角的氣」。

Y 也用心理劇自發理論去理解主角，Y 為了讓主角能「自發」，Y 認為要讓主角能回到現實，因而 Y 就會問主角：「你現在幾歲？你叫什麼名字？我是誰？」，希望引導主角回到現實，幫助主角有更多的自發。此外，Y 也用心理劇壯膽功廠 Y` 技巧與激將法協助主角降低害怕，能勇於面對父母吵架的畫面。

2.看到主角的處境（壓抑無法表達）—導演內在歷程（文化倫常、宣洩）--理解主角狀態（壓抑無法表達）—技巧（鼓勵）

G 的經驗是，G 看見主角壓抑無法表達的處境，G 根據他對倫常關係以及文化脈絡的了解，G 了解主角處於長期壓抑的狀態，而 G 也以心理劇宣洩概念，評估主角需要宣洩，透過鼓勵技巧協助主角宣洩長期壓抑的情緒。

◆導劇脈絡：G 看到主角與其社會原子圖的互動後，G 認為主角面對長輩的憤怒似乎是長期都無法表達。

在劇中，G 看到主角對父親有憤怒，但卻沒有完全的表達出來，而對 G 來說，G 認為主角需要這樣長期的壓抑憤怒，可能是基於「倫常關係」或在這「文化脈絡」下，需長期壓抑對長輩的情緒。

對 G 來說，G 認為：「主角需要這樣長期的壓抑憤怒，可能是基於「倫常關係」，主角認為不能對長輩表達憤怒，所以也只能用壓抑的方式。此外，對 G 來說，G 認為在有些「文化脈絡」下，對長輩總是有忌諱，尤其對於一些要講負面的話，有時候根深柢固的觀念，怕會不尊重長輩，所以總是有些話不敢講，或覺得不應該講」。

G 看到主角對父親有憤怒，但卻沒有完全的表達出來，對 G 來說，G 認為這樣的憤怒需要被處理，因為主角在真實生活裡壓抑太多的憤怒，使他在外顯行為上顯得很無力，進而影響到他的生活。因此，G 透過鼓勵的技巧協助主角宣洩語表達，G 對主角說：「就是可以不用避諱，也不用隱藏」。

#### (四) 「感受主角狀態－導演內在歷程--導演位置（理解主角與對角關係/了解主角需要）－技巧」經驗主題

導演導劇時會特別去感受主角當下的狀態，進而理解主角和對角的關係或了解主角的需要，接著導演會根據詮釋現象學、研究經驗、中醫理論等形成介入的想法，進而決定用何種介入技巧。以下分別舉 S、Y 為例。

##### 1. 感受主角的狀態（主角的擔心）－導演內在歷程（替身訓練、詮釋現象學）－理解主角與對角的關係（主角用迂迴的方式表達）－技巧（角色交換）

S 的經驗是，S 感受到主角的擔心，S 根據詮釋現象學置身所在的學習，以及心理劇替身能力的訓練，S 理解主角和對角的關係，S 基於此了解，運用角色交換協助主角表達，了解父親的看法。

◆**導劇脈絡：**主角擔心父親不接受他去佛堂，因此主角無法向父親直接表達，S 感受到主角的擔心，也感受到主角與對角（父親）的狀態，因此 S 使用角色交換技巧協助主角表達，並聆聽父親的看法。

在劇中，S 看見主角和父親的溝通樣態，主角本想跟父親說去佛堂的事，但卻跟父親分享國中生的故事，對 S 來說，S 看見主角和父親溝通時內在的擔心，S 根據詮釋現象的學習及心理劇替身的訓練，理解主角和父親的關係，並運用角色交換技巧，試圖讓主角看見更多其父親的想法。

對 S 來說，S 也因受到「詮釋現象學置身所在」影響，使得 S 能夠到主角的位置去體會主角和他人的關係狀態。S 認為：「當一個人接收到話語後，會有一些感覺進來，並且對主角產生一些影響，因此，S 很重視當一個人聽到一些話之後的感覺，藉由這些感覺了解主角的置身所在，進而了解主角與對角的關係狀態。對 S 而言，這個「感覺」在劇中是相當重要的，是啟動整齣劇的引擎」。此外，對 S 來說，

S 發現是「替身的能力」讓她更能去體會主角的感覺，並看見主角和對角的關係狀態。S 認為：「替身的重點就是進入主角的脈絡中，能幫助 S 對關係狀態的理解，而關係狀態的意思是要理解這個人與這個人到底是在什麼關係狀態中、到底卡在哪裡」。

所以 S 就了解到主角的置身處境以及主角與父親關係狀態。此外，S 因為擁有替身的能力，S 進到主角的脈絡中去理解她，也理解主角和其父親的關係狀態，主角想讓父親接受他去佛堂，但她只講國中生的事情，卻沒有直接說想去佛堂，用迂迴的方式表達。基於 S 對於他們關係狀態的理解，所以 S 就在 interview 的時候幫主角問對角對佛堂的想法，S 問主角：「你知不知道你女兒去佛堂？」「你有什麼看法？」，在 S 的探問後，主角能夠理解父親的想法。

2. 感受主角狀態（對母親憤怒）－導演內在歷程（中醫理論）--了解主角需要（宣洩）－技巧（撕報紙）

Y 的經驗是，Y 感受到主角的狀態是對母親有憤怒，Y 根據中醫理論認為有憤怒就需要宣洩，了解主角有宣洩的需要，Y 再結合心理劇壯膽功技巧以及運用撕報紙，協助主角宣洩怒氣。

◆導劇脈絡：主角對於母親內在有許多憤怒，Y 認為需要先宣洩，因此，Y 請團體成員和主角一起「Y」，Y 也請主角邊撕報紙邊把氣說出來。

在劇中，當主角的母親一直對主角的父親嘮叨著時，主角說：「別說了，別說了」，主角還去鳴住母親的嘴，Y 感受到主角對母親的嘮叨很憤怒，因此，Y 認為要先協助主角把氣宣洩出來。

對 Y 來說，在這場劇中，Y 感受到主角對母親的憤怒，Y 認為要先宣洩主角內在的氣，Y 的經驗為：「在中醫理論裡面有「相生相剋」的概念，相生的部分例如木生火、火生土、土生金、金生水；相剋的部分木剋土、水剋火。用相剋的概念來說，憤怒屬木，思考屬土，因為木剋土，所以當一個人有很大的憤怒時就無法思考，要宣洩了之後才能平心靜氣的思考。對 Y 來說，Y 覺得很多人在認知上知道要孝順爸媽，可是回去做不到是因為內在的氣還在，所以對 Y 來說，應該要把氣先宣洩出去」。此外，Y 協助主角宣洩的方法也結合了心理劇技巧與中醫理論，Y 的經驗是：「在中醫理論中認為人的內在很多氣時，氣堵住血就瘀，五臟六腑就會生病，因而第一步就是要通氣。因而 Y 在做治療時有時會透過「引氣」、「導氣」、「調氣」和「平氣」過程幫助主角宣洩內在的氣。「引氣」是引發，很多人內在的生氣都不

敢說、不敢談，所以 Y 就會去幫忙主角把氣引出來。而對 Y 來說，「導氣」就是讓主角內在更多的氣可以出來，導氣的方式有時候是用「Y` 或撕報紙，或是讓主角用打的，打出內在更多的氣」。

對 Y 來說，Y 請主角「Y` 或撕報紙」也是在「導」主角的氣，讓主角的氣可以更多的宣洩出來。Y 讓主角憤怒發出來，氣發出來後主角才可以心平氣和的思考，在認知上才可以看到自己的模式，所以對 Y 來說，Y 的概念是情緒調整了之後，認知功能也會跟著調整，認知調整行為也會跟著改變，所以 Y 讓主角把氣發出後，主角後來就敢去跟媽媽說出心裡話，主角對母親說：「我希望以後如果你想跟爸爸吵架的時候，你把話說清楚就行了，你嘮叨的時間太長了，你如果說的時間太長了，他就他就會動手打你了。」

#### (五)「聽對角話語－導演內在歷程--導演位置（了解主角需要/理解主角狀態）－技巧」經驗主題

導演導劇時會去聽對角的話語，透過對角的話語去了解主角的需要或理解主角的狀態，接著導演會根據理論、生命經驗、被做劇經驗、心理劇概念等形成介入的想法，進而決定用何種介入技巧。以下分別舉 S 的兩個例子為例。

#### 1. 聽對角的話語（凡事都可跟我說）－導演內在歷程（結構家族治療理論、個人生命經驗）--了解主角的需要－技巧（角色交換、鏡觀）

S 的經驗是，S 聽到主角父親對主角說的話，S 根據結構家族治療理論及個人生命經驗，S 了解主角有自我分化的需求，因而 S 運用心理劇角色交換技巧與鏡觀協助主角自我分化。

◆**導劇脈絡：**主角與父親正透過角色交換的方法對話時，父親對主角說：「希望妳凡事都跟我說」，S 請主角鏡觀，試圖讓主角看見他與父親的關係。

在劇中，S 聽到主角的父親跟主角說：「希望你凡事都跟我說」，聽到這段話，S 認為此階段 S 應有自己獨立的想法，因而，S 了解到主角有自我分化的需求，S 運用角色交換與鏡觀協助主角自我分化。

對 S 來說，S 因為受到「結構家族治療」影響，S 認為：「主角此階段應該會有很多自己的想法、開始發展屬於自己的支持系統，沒有每件事都和父親說是正常的，且 S 認為父母和子女應有各自的次系統。S 受了十年家族治療的訓練以及其他理論的學習，都有學到關於自我分化的概念，因而，S 的「學習經驗」讓 S 意識到自我分化的重要性」。

對 S 來說，S 的「生命經驗」也走過自我分化的歷程，S 的體會是：「S 很認同發展到某個階段走自我分化的歷程是必然的，因為在成長的過程中不可能每件事都得到父母親的認同。雖然 S 也了解在走自我認同的過程必定會有不被父母理解的感受、會有很多的擔心與害怕，但對 S 而言，她認為那就是自我分化過程可能需經歷的。就像 S 的經驗，當時她想要成為基督徒，但是 S 的母親很反對，對 S 來說，她覺得那是她很想依靠的信仰，因此她還是為自己的決定努力堅持下去，所以也因為這個過程，讓 S 認同自我分化，也清楚自我分化的歷程」。所以對 S 來說，當 S 看見主角也想擁有自己的信仰，以及看見父親希望主角每件事都和他說，這時，對 S 來講，S 認為可用「自我分化的概念」介入處理。

S 以自己受家族治療的學習經驗以及自身的生命經驗去聽主角父親對主角所說的話，S 認為主角和對角的關係狀態並不正常，因而 S 先是透過心理劇中角色交換技巧去收集一些資訊，例如主角和對角的關係，以及他們各自的內在狀態。接著，藉由心理劇中「鏡觀技巧」來讓主角看見自己與父親的狀態，才能有機會使得主角個體化。

2. 聽對角的話語（想和你成為無話不談的朋友）— 導演內在歷程（生命經驗）-- 理解主角狀態（被父親話語拉住）— 技巧（具象化）

S 的經驗是，S 聽到主角父親對主角說的話，S 根據被做劇的經驗以及自身的生命經驗，S 理解主角的狀態是被父親的話拉住了，因而 S 運用心理劇具象化技巧協助主角自發。

◆ 導劇脈絡：主角的父親和主角說：「想要和你成為無話不談的朋友」，S 看見主角被這句話拉住，S 認為可以運用身體能量掙脫，不被這句話束縛住。

在劇中，S 聽到主角的父親對主角說：「想要和你成為無話不談的朋友」，S 感受到這段話形成一股拉住主角的力量，這段話讓主角不知道如何跟父親互動。因而 S 根據被做劇的經驗以及自身的生命經驗，S 運用心理劇具象化技巧協助主角自發。

對 S 來說，S 從自己被做劇的經驗體會到：「S 覺得具象化可以大量運用身體，而身體可以幫助主角自發，將困在體內的東西透過身體掙脫出來。對 S 來說，S 很相信「身體能量」，就像完形學派也說當個案被能量卡住時，用誇大的方法協助個案表達，而在心理劇裡面就是透過身體的掙脫，將卡在身體內的能量釋放出來，對 S 來說，S 覺得當人有表達、有說出，也變得較能自發」。

對 S 來說，S 從自身的「生命經驗」中發現，有很多事情因為自發就會有不一樣。S 的經驗是：「S 想到他過去在高中教書與教務主任的一段經驗以及在學輔中心辦活動與主任的一段經驗，對 S 來說，S 認為有感覺就是要去處理，像是這兩次的生氣，若悶在心裡面，身、心靈都會卡住，感受性的東西要出去，出去了之後才可以自發，和對方的相處可以變得比較自然，不被生氣卡住，否則就容易做出像翻桌、怒罵等失控的事。對 S 來說，S 認為當一個人被拉住或困住時會沒有辦法自發，無法自發就容易讓主角卡住，所以在心理劇中，S 會幫助主角去掙脫，讓主角得以自發」。

S 聽到主角父親對主角說想成為無話不談的朋友時，S 感受到主角被此句話綁住，因而能量卡住的感覺，S 根據自己被做劇的經驗以及生命經驗，S 認為主角應掙脫卡住的能量才能自發，也才能和父親有更多對話的可能，因而 S 運用心理劇具象化技巧，將布綁在主角身上，請主角掙脫。對 S 來說，S 覺得主角掙脫之後，不被情緒卡住，和父親互動時變得自發，主角就能清楚的表達自己的需求，而父親也能清楚接收到主角的需要，反而能帶動出好爸爸，因此，對 S 來說，S 認為主角的自發可以使得父女產生良性的互動。

## 討論與建議

本研究依據詮釋現象學的方法，研究者整理出心理劇導演治療理路經驗脈絡中共同的普遍結構，包括心理劇現場，導演內在經驗歷程，導演位置，技巧介入等。研究者也依據以上結果，進行討論：

### 一、心理劇導演導劇的治療理路

本研究的研究結果，說明了導演導劇的治療理路，而這個研究結果對心理劇學習者有所幫助，同時也擴展過去心理劇研究文獻的不足。以下說明如下：

#### （一）治療理路提供心理劇學習者的學習地圖

本研究的結果說明了導演導劇的治療理路為，導演會在心理劇的現場，會聽主角話語，看見主角的處境，感受主角的狀態，及聽對角話語。導演並根據這些現場的資訊，導演會依據其內在歷程，包括導演的生命經驗，導演的理論取向等，並進一步形成導演的位置，包括理解主角狀態，評估主角的狀態，理解主角與對角的關

係，了解主角的需要等，接著導演進行技巧的介入。而這樣的研究結果，對於心理劇的學習者，可謂提供了一個學習的地圖，幫助心理劇的學習者對導劇的歷程及理路有所掌握。

## （二）本研究結果擴充了心理劇歷程研究的不足

在過去心理劇的文獻中，有一些學者提出心理劇的流程（Hollander, 2002; Goldman & Morrison, 1984）；有一些學者整理出導劇的步驟（張莉莉, 2002；趙如錦, 2000）。心理劇的流程的文獻抽象地描述心理劇的大概歷程，而有關於導劇步驟的文獻，則以導演的作為為視框去整理導劇的經驗，而對於導演的在治療現場中的經驗脈絡（即治療理路）並沒有進一步的研究。國內王行（1990）有系統地探討心理劇的流程，也發現心理劇導演「此時此地」精神的重要性，但導演為何作如此的解析（即詮釋）並沒有交代。林明文（1992）研究指出導演在決策歷程中使用各種技術幫助主角時，導演背後的意圖，但卻無法了解導演在形成這些介入意圖時其背後的想法與評估。而本研究的研究結果，從導演在心理劇的現場，導演的內在經驗、導演的的位置到導演的治療介入，都清楚說明導演背後的想法與評估是如何形成導演的介入意圖，這樣的研究結果擴展了過去心理劇歷程研究的不足。

## 二、心理劇導演治療理路具有一個「在現場」的特徵

本研究結果發現，心理劇導演是在一個心理劇的現場，心理劇導演會在現場中，會聽主角話語，看見主角的處境，感受主角的狀態，及聽對角話語。同時透過這個現場的「看」、「聽」、「感受」，心理劇導演會有一個內在經驗歷程，包括導演的生命經驗及理論取向等，導演依據這些現的經驗及內在經驗歷程，會形成導演觀看的位置，如「理解」主角，「評估」主角，「了解」主角，「理解」互動脈絡等，導演也據此進行技巧介入。而導演在「現場」的這個概念，與李維倫（2010）提出的概念有一致的看法。李維倫（2010）認為心理治療現場中，治療師的治療介入行動，牽涉到治療現場中，治療師如何與主角對談，進行線索的抓取，特別是聽從各種條件的給出，包括種種的意念、體感等，再進一步加以評估，接著進入治療介入的行動。正如李維倫的看法，心理劇導演是在治療現場中，透過與主角、輔角的對談，進行線索的抓取，同時導演會有自己的內在經驗歷程，並在心理劇治療現場中進一步加以評估，並進行治療介入。

### 三、心理劇治療師需具有理論的視框，以幫助進行理解與評估，進一步進行治療介入

在本研究中，發現三個導演在進行導劇時，均具有理論的視框去看主角的問題，如 S 會以結構家族治療理論，Y 會運用 Satir 家族治療理論及中醫理論，G 會以認知治療的概念去看主角與家人的相處，這些理論幫助導演可以去評估主角與對角的關係，因此給予導演進行治療介入的方向。這樣的一個研究發現指出，作為一個心理劇導演需具備有人際關係理論的基礎，再者，導演須依據理論及主角在心理劇中與對角的關係，去感受到主角在此人際關係的處境狀態及其困境，因此能進一步進行治療介入，對主角處境的理解，是一個很重要的關鍵。這也與李維倫（2004）提出「置身所在」的概念是一致的。「置身所在」展現了人與周遭人事物相關聯的涉入狀態，人置身於世界中，在其中，人們說話、感受、理解、行動，事物被朝著某些特定的方向來理解，人們並且依此而採取某些特定的行動。也即是，主角之所以如此說話、行動，是主角「置身所在」的呈現，也即是主角的處境或所處的困境，而導演依據人際理論，在心理劇現場中去體會主角與周遭人事物相關聯的涉入狀態，替身理解主角的「置身所在」，此外，心理劇導演同時也融合了心理劇理論於心理劇中，例如：具象化、鏡觀、角色交換等加以介入。

### 四、心理劇導演的治療理路會受個人生命經驗、學習經驗及生活經驗等影響，因此發展出不同的導劇風格

在本研究中，研究者以詮釋現象學研究方法研究三位導演的治療理路，而發現三位導演共通的治療理路結構內涵。然而即使有共同的治療理路結構內涵，三位導演在進行導劇仍呈現不同的風格，本研究發現三位導演的介入方式會受到導劇經驗、理論假設、學習經驗、生命經驗、研究經驗、哲學觀、倫常與文化以及對人性的了解影響，進而形成個人導劇獨特的特色。由上述可知導演的導劇特色與導演自身息息相關，此概念與郭怡君（2011）及楊明磊（2000）的研究相呼應。

郭怡君（2011）探討諮商師諮商風格發展，研究結果顯示真正能形成個人的諮商風格還是會回到諮商師本身的個人特質及經驗，也如同楊明磊（2000）指出諮商風格的發展歷程富含自我追尋的意義。從本研究的結果發現，本研究的三位導演各有其獨特的導劇特色與風格，而其風格也與個人經驗、特質及自我追尋有關，如導演 S 的介入方式多數與自身生命當中的「經驗」有關使得 S 很重視此時此刻的經驗，

介入方式也重視當下去「經驗」，S 導劇特色為「經驗取向」。Y 則身受理論及學習經驗所影響，Y 大部分是以「理論」來理解主角的狀態，Y 導劇特色為「理論取向」。而從 G 的導劇歷程中，可以發現 G 較獨特之處是對於人性的掌握以及理解人在倫常關係中以及文化脈絡下的處境，G 導劇特色為「人性取向」。

## 五、對導演養成訓練的建議

在本研究中可看見導演完整的思考脈絡，此有助於新手導演的學習。因此，建議在訓練一位心理劇導演的過程，訓練師可多與學習者分享導劇時的背後想法、為什麼會有這些想法、這些想法如何影響導演對主角的理解與評估以及技巧的選擇，教導學習者的是完整的思考脈絡，有如本研究所指的導演的治療理路經驗脈絡，能使得學習者對於導演導劇擁有完整的學習經驗。

在本研究的討論與建議中可見導演將有其獨特的導劇風格，導劇風格會受到導演過去的生命經驗、學習經驗、導劇經驗、哲學觀、研究經驗等影響，這些影響也都是成為一位導演的養分。因此，研究者建議在導演的實務訓練時，不僅是學習資深導演如何導劇，也可以一邊整理自己過去的經驗，讓所有經歷過的經驗或學習成為滋養自己的靈糧，發展屬於自己的導劇風格。

本研究透過詮釋現象學的分析，發現導演治療理路的共通結構，包括導演需在心理劇現場，透過現場的感受、看與聽，導演會有自己內在經驗歷程，並形成導演的位，進一步技巧介入。透過本研究，我們有機會了解導演導劇的治療理路脈絡，解明導演導劇治療理論的經驗現象，藉以擴大並充實心理劇治療的理論與實務，是為本研究的貢獻之處。

## 參考文獻

- 王行（1990）。心裡劇治療分析模式的建立—以一場心理劇的流程為例。東吳政治學報，14，547-568。
- 李花環（2000）。諮商員專業發展歷程之質性研究。國立彰化師範大學輔導系博士論文，未出版，彰化。
- 吳翠鳳（2000）。「個人諮商理論」的建構。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，臺北。

- 李維倫 (2004)。以「置身所在」作為心理學研究的目標現象及其相關之方法論。  
**應用心理學研究**, 22, 157-200。
- 李維倫 (2010)。面對面遭逢的藝術過程：心理治療處境能力的探究。2010 人文與  
臨床療癒研究發展研討會手冊。
- 李維倫、賴憶嫻 (2009)。現象學方法論：存在行動的投入。**中華輔導與諮商報**,  
25, 275-321。
- 林明文 (1992)。心理劇的導演決策歷程與主角的改變——一個心理劇團體的個案研  
究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，臺北。
- 范幸玲 (2006)。諮商師於諮商經驗中關鍵事件的研究——詮釋學的觀點。國立高雄  
師範大學輔導與諮商研究所博士論文，未出版，高雄。
- 高淑清 (2001)。在美華人留學生太太的生活世界：詮釋與反思。**本土心理學研究**,  
16, 225-285。
- 高琇鈴 (2011)。女性在夫妻衝突中受苦困局的展現與變動：以心理劇歷程分析為  
例。國立高雄師範大學輔導與諮商研究所博士論文，未出版，高雄。
- 張明敏 (1994)。諮商員的原生家庭經驗對其諮商專業影響之研究。國立彰化師範  
大學輔導研究所碩士論文，未出版，彰化。
- 張莉莉 (2002)。性侵害倖存少女心理劇治療歷程與結果之個案研究。國立臺灣師  
範大學教育心理與輔導研究所博士論文，未出版，臺北。
- 陳鏡如 (譯) (2002)。(Karp、Holmes 與 Tavon 著)。心理劇入門手冊。臺北：  
心理。
- 郭怡君 (2011)。諮商師發展諮商風格經驗之探究。國立暨南國際大學輔導與諮商  
研究所碩士論文，未出版，南投。
- 吳錦鳳、洪千惠、胡嘉琪、夏敏、程小蘋、鄒繼礎譯 (2002)。(Blanter 著)。心  
靈的演出——心理劇方法的實際應用。臺北：學富。
- 黃創華 (2005)。心理劇導劇歷程之詮釋研究。國立高雄師範大學輔導研究所博士  
論文，未出版，高雄。
- 游明麟 (2006)。心理劇對情緒失落成人轉化學習之研究。國立臺灣師範大學社會  
教育學系博士論文，未出版，臺北。
- 楊明磊 (2000)。資深專業工作者的專業發展——詮釋學觀點。國立彰化師範大學輔  
導與諮商系博士論文，未出版，彰化。

- 趙如錦 (2000)。心理劇發展歷程之研究-以三齣心理劇的過程研究為例。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，臺北。
- Duke, D. L. (1990). Setting goals for professional development. *Education Leadership*, 47(8), 71-76.
- Goldman, E. E. & Morrison, D. S. (1984). *Psychodrama: Experience and process*. IA: Kendall Hunt.
- Hollander, C. E. (2002). A process for psychodrama training: The Hollander psychodrama curve. *International Journal of action methods*, 54(4), 147-157.
- Kipper, D. A. (1986). *Psychotherapy through clinical role playing*. New York: Brunner/Mazel.
- Moreno, J. L., & Moreno, Z. T. (1975). *Psychodrama: Third Volume*. New York: Beacon House.

# A Experiential Study of Director's Therapeutic Thinking Context in Psychodrama

Sz Hang Ding

Shuang Yuan Primary School

## ABSTRACT

This study was aimed to understand the experience of the directors' therapeutic thinking context and their situated structure in psychodrama. Three directors were invited by purposive sampling. They are certified by the American Group Psychotherapy Association and the Taiwanese Association of Psychodrama. All of them have more than fifteen years of experience practicing psychodrama therapy. The three directors were interviewed based on a researcher-developed interview guide. Using the interview contents, the researcher prepared a transcript based on the directors' experiences of leading psychodrama. This study took a phenomenological orientation and used analysis methods based on the steps proposed by Li and Lai (2009). By looking through the lens of the three directors, the researcher constituted the directors' therapeutic thinking context and their situated structure in psychodrama. Through this study, we can better understand the directors' phenomenological experiences when doing psychodrama, which can help future psychodrama directors' training.

**Key words: psychodrama director, situatedness, therapeutic thinking**

