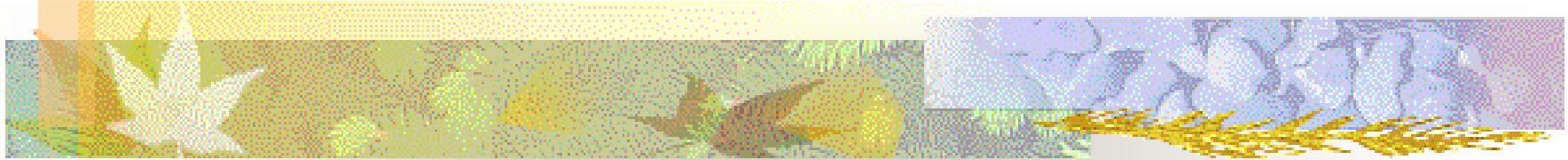


心理劇專家導演導劇歷程經驗研究： 以即時督導為場境



游淑瑜、葉麒
臺北市立大學



一個心理劇中經驗現象的研究

- **嘗試以現象學研究方法，對心理劇專家導演導劇經驗進行研究**

心理劇治療師的學習



我的置身位置

- **心理劇治療師、諮商心理師**
- **心理劇治療師的訓練者**
- **督導的場境**

**當新手導演導劇卡住時，專家導演進行
即時督導**



我的位置

- **對心理劇治療實務行動能力的好奇
心理劇專家導演導劇經驗為何？**



心理劇

- 心理劇治療係透過行動的演出，表達個人未曾表達的內在深層的渴望、需求、想法等，並透過心理劇治療常用的技巧，幫助主角面對、處理、解決內在的衝突與矛盾，幫助主角看到自己置身處境的狀態，用身體行動掙脫自己的處境狀態，重新獲得自發的能力（游淑瑜、游明麟，2009）。
- 具象化內在的的渴望、需求、想法，並演出



心理劇技巧

- 舞台
- 設景
- 角色交換
- 替身
- 宣洩
- 具象化



心理劇

- 主角想處理自己在工作場合中的問題
- 主角覺得自己在工作中很累找出主角與輔角（主角）。輔角（實習）對主角說：「你要適應環境又要做很多事，辛苦了」，主角（哭泣）說：「你真是辛苦了」。導演：「所以心理的累，你剛說了做很多事，沒有休息，除了沒有休息，還有什麼？」，後主角說機構適應文化的累，主角說出與機構專任諮商師的關係



治療實務行動能力

- 李維倫(2011)指出理論知識的學習與實務行動的學習是不同的路徑



治療實務行動能力

- 李維倫(2011)及Luntley(2005)認為學習行為是一種洞察，其實是一個有所涉入(an engaged person)的人，亦即是置身於處境中的人，有能力把自己與環境關連一起，而這個關聯形式本身就是行為的理由與合法基礎。而洞察的學習就是讓行動者能夠以單一指向的注視能夠總括條件與行動的關係。



治療實務行動能力

- 而Horn & Wilburn(2005)認為學習是一「在形成中」(in-formation)的過程，包含了確定與變化兩種特徵。所謂的確定期即概念化之普遍性知識的獲得；而相對於形成後的确定認識，變化期即是「進入....」、「在...之中」的狀態，是一種落身之知(embodied knowing)的學習，是了解知識與學習的本質的重要關鍵。



新手導演卡住經驗

實習(主角扮演)跟自己說「你~你要適應~適應你的學校~就是新的環境,然後又要忙那麼多事情,你真是辛苦了」,後來主角回到自己的角色,跟「實習」的角色說,你真的蠻辛苦的,我就卡住了。我覺得我好像沒有透過角色交換獲得更多訊息,沒有更了解主角的狀況是什麼,只是知道主角很辛苦,學校實習很辛苦。



專家導演導劇經驗

新手導演想要探詢在實習這個角色上內涵及辛苦，後由主角在實習角色的這個位置，對主角說：「你要適應環境又要忙很多事，你真是辛苦了」，而主角回到自己的位置對輔角(扮演實習這個角色)說：「你真是辛苦了」，此時實習導演即卡住了。在此段落中，個人的經驗是，我看到主角在實習的位置，不斷地哭泣，可以感受到主角的疲累，而主角說辦了很多的活動，雖然很匆促，但主角說也都ok，我聽到主角講這些話，



專家導演導劇經驗

可以理解主角辦活動的辛苦與累，而主角也說ok，但主角仍是不斷地掉淚，感覺那個累似乎是蠻大的，不只主角所說的辦活動的累，我心中存著這個好奇。...所以我問主角「所以心理的累你剛說的很多事件，就是沒有休息對不對？除了沒有休息，還有沒有其他的累？」...後來主角說：「適應機構文化的累」。請主角多講一些，主角才講到與三個專任心理師的關係



研究目的

- 本研究欲了解心理劇專家導劇置身 (situatedness) 結構經驗內涵
 - 1、新手導演卡住的經驗為何？
 - 2、當新手導演卡住，專家導演導劇介入經驗為何？

研究場境一

心理劇治療工作坊

- 新手導演導劇
- 當新手導演導劇卡住，專家導演介入督導或進行導劇



研究資料與分析

- 研究者收集專家導演導劇經驗描述文
(當新手導演卡住，你介入督導或導劇的
經驗歷程為何?)

.



研究資料與分析

- 李維倫、賴憶嫻 (2009)現象學分析法
收集心理劇專家導演導劇經驗描述文進行
分析



研究參與者

- 邀請五個心理劇新手導演，皆接受心理劇訓練250小時以上（N、V、A、G、W）
- 邀請一個專家導演，具有美國ASGPP認證心理劇訓練師



心理劇現場的治療技巧(主角的抗拒)

- S看到主角狀態→S身體感受→抗拒的想法(核對主角抗拒的狀態)→即時督導

S看到主角講到拜別父母的畫面時，感覺很難過，可是又聽到主角講說想讓自己先不要感覺那麼強烈，想要忽略那些強烈的感覺，可是S看到主角現在講到拜別父母的畫面又有難過的感覺，此時新手導演求助，新手導演的經驗：
「我看到主角難過但又不想去感覺，我就卡住了」



心理劇現場中治療技巧的運用—抗拒的處理

- S看到主角狀態→S身體感受→抗拒的想法(核對主角抗拒的狀態)→即時督導

S感受到主角的矛盾，S心中有個關於抗拒的想法，S想核對主角抗拒的狀態。

心理劇現場治療技巧的運用—抗拒的處理

- S看到主角狀態→S身體感受→抗拒的想法(核對主角抗拒的狀態)→即時督導

S的經驗是：「對S來說，S覺得在這個地方，主角好像有點怕自己碰拜別父母這個部分，可是主角現在講到拜別父母的畫面又很難過，S不知道主角現在準備好要進去了沒有」，S就請新手導演詢問主角現在的感覺，再和主角核對一次，看主角現在狀態怎麼樣，主角表示自己很難過，專家導演鼓勵主角經驗看看。

心理劇現場中治療技巧的運用—透過身體行動經驗自己

- S看到主角狀態→S身體感受→抗拒的想法(核對主角抗拒的狀態)→即時督導

在新手導演W導劇的過程，S看到主角問「害怕」在怕甚麼，角色交換後，「害怕」也問主角在怕甚麼，主角就卡住了，此時新手導演求助，新手導演經驗：「主角（替身）也跟自己說害怕，我不知道如何幫助主角」。S認為幫助主角經驗這個卡住的部分很重要。S督導介入，請新手導演透過身體行動(五個句子、聲音、動作)協助主角經驗的想法，

心理劇現場中治療技巧的運用—透過身體行動經驗自己

- S看到主角狀態→S身體感受→抗拒的想法(核對主角抗拒的狀態)→即時督導

S的經驗是：「對S來說，S想到經驗主題，就是讓主角到害怕裡面去經驗，讓主角直接變成那個害怕」。S就介入督導告訴新手導演讓主角直接變成害怕，讓主角用布把自己蓋起來去體會那個害怕的那種感覺，用經驗的東西幫主角進去，然後問害怕有什麼肢體動作，搭配那五個句子，「我覺得...」，「我需要...」，「我怕...」，「不要以為我...」，「我悄悄地渴望...」，「請主角完成句子，進入經驗」

心理劇現場中人際理論的運用—自發性理論

- S看到主角狀態以及新手導演狀態→S身體感受→S有個關於理論層次的想法(導演引導主角把感受表達出來)→即時督導

S看到主角鏡觀拜別父母的畫面，主角很捨不得(V)，S感受到主角的不捨，新手導演卡住。新手導演的經驗：「主角感受不捨，我卡住了，我不知再如何幫助主角」。S心中有個讓主角表達自己感受的想法，

心理劇現場中人際理論的運用- 自發性理論

- S看到主角狀態以及新手導演狀態→S身體感受→S有個關於理論層次的想法(導演引導主角把感受表達出來)→即時督導

S的經驗是：「對S來說，主角受苦的地方就是有捨不得但不能說，因為在一般婚姻裡面，在我們的家庭裡面，我們不會跟父母講這些話，可是就是覺得自己結婚要離開家，可是有些東西不能講，這就會讓主角覺得很難過很受苦，S覺得心理劇就是提供一個非現實的場合，讓主角有機會可以去跟他的父母親講，把裡面的事去去去表達出來，這樣我們去去去不會被窒住

心理劇現場中人際理論的運用- 自發性理論

- S看到主角狀態以及新手導演狀態→S身體感受→S有個關於理論層次的想法(導演引導主角把感受表達出來)→即時督導

S就鼓勵主角把這種難過不捨的感覺直接跟父母說



心理劇現場中哲學觀的運用

- S看到主角狀態、主角與輔角間狀態→有關關哲學觀的想法(具象化主角置身處境)→即時督導

S看到主角陷入父女糾結狀態(爸爸很擔心主角，希望主角甚麼事都告訴他，但主角不想凡事都跟爸爸說，但又怕爸爸擔心)，新手導演卡住，S心中有個讓主角看見自己狀態的想法，



心理劇現場中哲學觀的運用

- S看到主角狀態、主角與輔角間狀態→有關關哲學觀的想法(具象化主角置身處境)→即時督導

S的經驗是：「對S來說，S看到主角不管是在爸爸的位置或在主角的位置都陷在角色裡面，同時也覺得父女的互動狀態已經很清楚地呈現，S有個讓主角看見自己的受苦狀態的想法」，S就告訴新手導演此時可以請主角鏡觀，協助主角看見他與爸爸的互動關係，之後S進一步把主角與爸爸的互動狀態具象化成身體經驗。



心理劇現場中哲學觀的運用

- S看到主角狀態、主角與輔角間狀態→有關關哲學觀的想法(具象化主角置身處境)→即時督導

之後S進一步把主角與爸爸的互動狀態具象化成身體經驗。(爸爸用布拉著女兒，女兒也用布拉著爸爸)



心理劇現場中哲學觀的運用

- S看到主角狀態、主角與輔角間狀態→有關關哲學觀的想法(具象化主角置身處境)→即時督導

後來S看到主角狀態，主角在具象化的父女糾結狀態中掙扎，爸爸(輔角)一直拉著主角，S看到主角在爸爸的拉扯中掙扎，



心理劇現場中哲學觀的運用

- S看到主角狀態、主角與輔角間狀態→有關關哲學觀的想法(具象化主角置身處境)→即時督導

S心中有個哲學觀，S的經驗是：「對S來說，S理解主角在一個很掙扎的狀態，想從受苦的狀態要掙脫出來是需要力量的，這個時候導演要協助主角激發力量，就要更強調主角主角受苦的部份，例如"你要這樣跟爸爸當無話不談的朋友嘛？，如果是這樣的話，他永遠拉著你喔，那你永遠要這樣喔"，主角就能有力量可以掙脫出來



心理劇現場中哲學觀的運用

- S看到主角狀態、主角與輔角間狀態→有關關哲學觀的想法(具象化主角置身處境)→即時督導

S就介入請主角把眼睛閉起來經驗這個受苦的狀態，並再次強調主角受苦的部份，激發主角力量，並在一旁協助、鼓勵主角掙脫拉著他的爸爸。



研究發現

■實務行動能力的內涵


在本研究結果中，發現專家導演在心理劇場中，專家導演會看到、聽到主角的狀態、輔角的狀態、舞台的狀態、新手導演的狀態，主角與輔導互動的狀態、主角與新手導演的互動狀態，專家導演置身於舞台這個場境，專家導演也許會從技巧督導介入，也許會從治療理論督導介入，或從哲學觀督導介入，



研究發現

■ 實務行動能力的內涵

專家導演以這些為基礎，專家在每一個步驟的導劇中，均有一個目標即是幫助主角更深地經驗自己，及看到自己置身所在。這樣的研究結果與李維倫(2010)提出心理治療的現場性及李維倫(2011)、Luntley(2005)提出實務行動能力學習的概念是一致的






研究發現

■實務行動能力的內涵

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。





研究發現

- 實務行動能力的學習—落身之知學習的重要性
Horn & Wilburn(2005)提出而落身之知
(embodied knowing)的學習概念。落身之知
(embodied knowing)成了了解知識與學習的本
質的重要關鍵。而落身之知的概念是一個在處
境中的學習，置身於處境中，有能力把自己與
環境關連一起，並以這個關聯形式本身作為行
為的理由與合法基礎(李維倫，2011)。



研究發現

- 在本研究中，專家導演處於心理劇舞台中，能依據其對主角、輔角、舞台狀況及線索的掌握，專家導演也置身於這個場景中，可能對主角有一些感受或理解，因此運用技巧的介入、或以理論觀點或哲學觀點為基底的治療介入，這都植基於專家導演置身於此處境的感知，因此進行治療介入。

|



研究發現

- 實務行動能力的學習—落身之知學習的重要性
Horn & Wilburn(2005)提出而落身之知
而這樣的研究發現，也讓我們了解，心理治療實務能力的培養，固然理論知識是重要的，但培養實務行動能力，落身之知的學習是很重要的



THE END !