

心理劇中的自發性： 以輔角經驗為對象的定性研究

游淑瑜*

李維倫

台北市立教育大學
心理與諮商學系

國立東華大學
諮商與臨床心理學系

本文的目的在於以詮釋現象學的方法，嘗試揭露心理劇「自發性」的經驗結構。本文的臨床操作是在心理劇治療場境中選取具自發性經驗的輔角五位，在心理劇治療過後，請輔角對其作為輔角的經驗進行經驗描述，而獲得經驗描述文本，研究者並以李維倫與賴憶嫻（2009）提出之現象學分析方法針對經驗描述進行資料分析。本研究結果有二個發現，一是自發性經驗現象具有兩個行為向度，一是縱向聯繫作用：話語—身體感受，一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動。在心理劇場景中，輔角受到心理劇場景設置的效果，或透過擬態扮演，或是在心理劇場景中與主角的互動對應中，輔角內在會經驗到自身身體、心理的感受，或是有想說出的話語，而輔角如果能據此身體感受對主角以語言及非語言行動進行適當的回應，此即是自發的經驗歷程。二也發現自發性經驗現象中，身體感的生發與表達是輔角自發及創造的關鍵因素。透過本研究，我們有機會從心理劇輔角的經驗，解明自發性經驗的現象，藉以擴大並充實心理劇治療的理論。

關鍵詞：心理劇治療、自發性、身體感、詮釋現象學

壹、緒論

「自發性」(spontaneity) 是心理劇治療中重要且核心的概念 (Moreno, 1953; Kipper, 2007; Karp, 1994; Hollander, 1981)，整個心理劇治療的歷程中，導演、輔角、主角透過暖身而漸趨自發，這是導劇歷程中的重要關鍵。面對這麼重要的概念，大部分心理劇治療的文獻都只能抽象地提及自發性相關的概念，對這個現象卻總是無法清楚的描述 (Collins,

* 通訊作者：游淑瑜，台北市愛國西路一號台北市立教育大學心理與諮商學系，e-mail:yousy@tmue.edu.tw; 02-23113040 轉 4944。

Kumar, Treadwell, & Leach, 1997; Kipper, 2005, 2006b)。這也讓人覺得心理劇治療是一個神秘不可測的心理治療取向，令人震撼但說不出個所以然，有時也讓人為之卻步。

心理劇的創始者 Moreno (1953) 認為自發有兩個主要的成分，一是有能力去經驗個人內在存在或感受的狀態，能免除來自外在的阻礙及內在抑制的干擾。二是能真實地對現實的要求負責—即能對情境有立即性、理智地及創造性的回應，亦即能在「情境中充分反應」，「面對舊的情境有新的反應」，或「面對新的情境有創造性的反應」(陳鏡如譯，2002/1998)。此外，Moreno (1946) 也指出自發性會透過四種獨特的表達方式來呈現：一是自發性會刺激文化承傳 (cultural conserves) 跟社會刻板印象，讓它們活化起來；二是自發性會刺激創造新的互動機制，新形式的藝術，以及新的環境模式；三是自發性會幫助人可以自由的表達；四是自發性會幫助人新的情境中有適當的反應。

然而在這樣的說明裏，自發性被呈現為一個「概念」而非一個「現象」或「經驗」，無法讓人了解自發性運作的經驗內涵，不論對於想探究心理劇所促發的改變機制的研究者或是想掌握心理劇治療的實務者來說，這樣的說明都仍是不夠具體的。然而在心理劇實務場境中，研究者觀察到很多自發性現象，本研究擬進一步研究自發性經驗現象的內涵。

為了讓讀者有一個初步的認識，以下舉一個心理劇治療場景中輔角伶的經驗描述，來說明自發性行為：

有好幾次看到主角內心的不捨、情緒的激動，我聽到主角說：「生氣姐姐什麼事都不跟我說，一個人獨自承擔感情上的煎熬，氣姐姐什麼事都不願意和我分享，我可是你的親妹妹耶！我不捨姐姐一人獨自承受所有」，我都差點就把話說出來，我想說：「我不想讓你擔心啊，而且你也無能為力不是嗎？所有的痛就讓我獨自承受吧！就因為你是我最親愛的妹妹，所以我不想看到你難過，你知道嗎？所以你一定要堅強，別再為我難過流淚了！」我覺得自己彷彿我就是她的姐姐，我一點都不想看到她傷心、難過的樣子，我好想伸出手安慰她、抱抱她。當她在對我生氣，淚流滿面、無助又氣憤的情緒，我的眼淚也奪眶而出，我好想跟她說：「你盡情的發洩吧！把所有的情緒都發洩出來，姐姐不會生氣，姐姐都瞭解，哭完之後你會好一點！」，但我不能說，我覺得好痛苦、好無助，只能在旁邊默默的聽她說，我真的好想說。後來我又角色交換回來當主角的姐姐，當主角情緒比較緩和後，與在天上的姐姐對看時，此時的我就好像是她真正的姐姐一般，她說的每句話我都聽得清清楚楚，每一句話我都給予她眼神上的肯定，我會對她輕輕的點頭，嘴角微微上揚表示我肯定她的說法，我相信她是可以做到的，雖然我並不知道輔角是否可以做這些動作，但做了這些動作後我覺得在此時此刻我做到我該做的事了，因為我就是她姐姐呀！我

不能吝嗇到連一個回應都不給她。後來導演問主角想做什麼，主角說想抱我，於是我和主角緊緊的擁抱，抱著她我感覺好踏實，好溫暖，我輕輕拍著她的背希望她能不再傷心、難過。在劇結束之前，主角露出微笑看著我，我也看著她。

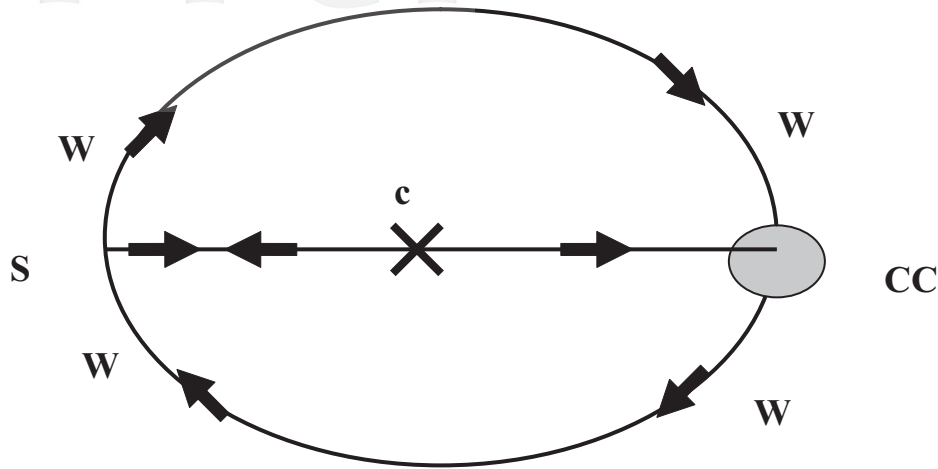
在此輔角的經驗中，輔角（伶，假名）聽到主角講的話及看到主角激動的情緒，會產生一些身體感受，如感到無助，並想伸手安慰及擁抱妹妹，但伶因為覺得自己不能說，經驗到痛苦、無助。後伶「自發地」給予主角眼神上的肯定，點頭，嘴角微微上揚表示肯定主角，並且後來伶去擁抱主角，伶覺得自己非常踏實及溫暖，主角也微笑著。從以上伶作為輔角的經驗描述中，我們看到了輔角自發地以自由的形式來表達，創造新的互動機制，而當進入自發性狀態時，輔角與主角間呈現出某種會心的關係。

在上述的觀察後，研究者擬進一步瞭解，在心理劇治療中，自發性經驗是如何被促動的？自發性經驗的結構內涵為何？為了對本研究問題進一步考察，本研究擬以心理劇的輔角為研究對象，針對具自發性的輔角，了解自發性的經驗現象。在心理劇治療中，所謂輔角是指在心理劇場景中，幫忙主角扮演真實或想像的角色，如扮演主角自己，或主角的父親、母親等等。本研究選擇以輔角為研究對象，是著眼於輔角通常是由主角當場在團體中選出，大多不了解主角的過去歷史，其反應也就不是來自原先的記憶或成見，而是源於心理劇現場的覺察感受，因此更能呈現出自發性現象。

本研究以詮釋現象學的方法進行研究，以具自發性的輔角的經驗描述為研究文本，期能透過詮釋現象學的描述與揭露，得以發現「自發性」的經驗結構。其操作是透過現象學的方法，暫時先把自發性理論放入括弧內，把理論還原到現象場的觀察，以便於掌握自發性所指稱的經驗，在現象場展開的歷程。這個操作有助於研究者從自發性理論的框架中跳脫，透過現象學的協助來檢視自發性，亦即用現象學來照亮它，這是一個策略的運用，以避免自發性理論變成一種套套邏輯。如此的目的不在摧毀自發性理論，而是保有自發性的意涵，並揭示此意涵的顯著性。

貳、心理劇中自發性的理論概念

本研究以自發性經驗現象為研究標的，想要了解自發性經驗現象是如何被促動的？自發性經驗現象的結構內涵為何？故在本節擬對心理劇中的自發性的理論概念進行探討。然而研究者固然對自發性理論概念進行探討，但在面對資料時，仍是把這些理論概念置於一旁，研究者還是直接面對描述資料中所呈現出的經驗現象。



圖一 創造力的規準 (Moreno, 1953, p. 18)

Moreno (1946) 認為心理劇治療的目標就是要幫助人成為一個具有自發性及創造力的人。Moreno (1953) 認為，自發性指的是：人們在「情境中充分反應」，「面對舊的情境有新的反應」，或「面對新的情境有創造性的反應」。所以心理劇治療是要幫助個體在每個情境中擁有足夠的敏感度與自主性，個體能依據不同情境的需求，充分覺察自己的內在狀態，也能角色交換至他人的立場，了解他人的狀態。因此，在此時此刻，個體與他人的互動關係是一種會心關係 (encounter relationship)，而不是移情、投射的關係，個體也才能選擇一個適合情境、滿足自己也照顧他人的方式去回應情境，此即自發與創造力的展現。

Moreno (1953) 進一步提出創造力的規準一圖，來說明自發、創造力、文化承傳、暖身的關係。圖一中，CC (culture conserve) 是指文化承傳，W (warm up) 是指暖身，S (spontaneity) 是指自發，C (creativity) 代表創造力。圖一中，文化承傳，意指任何創造行動的成果，像語言、法律、故事、藝術創作等都是文化承傳。文化承傳造就人類的文化與社會，提供某種一致性與穩定性，讓人可以預測未來。文化承傳也是引發自發、創造力的跳板，個體透過浸淫在文化承傳中，透過與文化承傳中早已具備的知識與經驗進行互動 (此即暖身的過程)，因此個體才能進一步加以省思，而激發自發性的產生，並進一步啟動具有用性、原創性及適當性的創造歷程。而一旦創造的行動產生，這些成品又成為文化承傳的一部分。這個創造力的規準說明了文化承傳、暖身、自發、創造力不斷循環的歷程。

Moreno 以創造力的規準說明了文化承傳、暖身、自發、創造力不斷循環的歷程，也指出自發性也可能在這個循環歷程中受到阻礙，致產生個體的問題。以下將進一步說明自

發與文化承傳、此時此刻、暖身、創造力的關係，及自發性如何受阻，致產生個體的問題。

一、自發與文化承傳

Moreno (1946) 認為固然文化承傳可以催化自發性的產生，促發產生創造的行為，然而文化承傳也可能讓人活在規則、僵化、遵守社會的標準與價值的世界中，讓人沒有創造與自發的能力。在社會文化中，其中一個重要的文化承傳就是角色。Moreno (1953) 認為個體出生後，透過與母親（照顧者）的互動關係，會慢慢透過內化、認同、模仿、投射及轉移等方式，學習到一些角色規範。這些角色規範定義了人與人間互動的關係，但卻也可能固著在某些文化承傳的觀念上，因此讓個體採取某一種僵化、不適應的角色關係型態與他人互動。因為沒有自發性與創造力，當個體與他人進行互動時，個體也因此產生不適應的人際問題，或是卡在某些認知上或未解決的情緒衝突中。

二、自發與此時此刻

Moreno (1953) 不斷強調此時此刻的重要性，並認為自發只存在在此時此刻。而面臨瞬息萬變的世界，當我們以僵化的角色規範與他人進行互動，或是卡在某些認知上或未解決的情緒衝突中，通常我們就會在「此時此刻」中經驗到一種「卡住」的狀態。而 Nolte (2008) 認為此時此刻牽涉到一個主觀的經驗，這個經驗是在這個情境中，發生了某種改變，而於此時此刻被經驗。這個改變可以藉由某個主題被觀察到及回應出來，同時這個改變也強調出一個特別的時刻，是不同於過去及未來的時刻。然而有時候我們並不會隨著此時此刻的狀態進行回應與改變，此時我們失去了我們的自發性，我們就「卡住」在某個此時此刻。然而這正是一個可以發揮自發性及創造力，走出僵局的時刻。然就心理劇來說，當主角被暖身到被卡住的時刻，即是心理劇治療介入的時刻，透過心理劇的過程，幫助人們發展自發性，因此主角可以對「當下的情境做充分反應」，「面對舊的情境有新的反應」，或「面對新的情境有創造性的反應」。

三、自發與暖身

暖身被定義成是自發性的操作性表現，是創造歷程中可以操控的層面 (Nolte, 2008)。暖身是一個過程而不只是一個技巧，暖身會貫穿整個做劇過程，因為在每個片刻跟每個地方，都需要主角暖身 (Goldman & Morrison, 1984)。Moreno 與 Moreno (1975) 提到暖身的概念為：導演會從比較表面的層次著手，讓病人的自我涉入帶領自己進入更深的層次，然後進入問題的核心。導演會幫助主角設立場景，選擇人物，協助主角不斷暖身，幫助主

角接觸其情緒，探索其角色關係型態，文化承傳的影響等，這些探索可以幫助主角看到自己的自發性與創造力如何被阻礙，並且透過心理劇，確認並改變這些因素，就可以幫助主角自發地回應情境（Nolte, 2008）。

四、自發與創造力

就前所述，Moreno（1953）認為自發性是在此時此刻運作，是一種能量，能讓人們「在情境中充分反應」，且這個反應是他們以前從未有過的反應，所以是一種創造行為。而自發性與創造力的關係是：自發性是創造力的燃煤，亦即自發性可以幫助人們對時機、情境具有敏感度，可以催化對於事件反應的適當性，因此產生創造的行為。然而，創造行為也需以自發性作為前提，即當一個人有創造性的想法，假如缺少了自發性，就無法視情境的狀況，將這些想法放入現實環境中，抒發表達出來，也無法對個體有所幫助。

五、自發的狀態

自發的狀態是指人處在高峰的經驗，在這種狀態中，人在情境中可以表現出具創造力及切合情境需求的行為。自發的狀態無法被直接觀察到，但是我們可以在他人的行動或他人處於自發的狀態而觀察到它的效果。Moreno（1946）指出，當一個人高度自發時，一個人可以自由地經驗他的情緒，而他的行動也與他的感受是一致的。在自發狀態時，一個人經驗一種合諧感，其情緒、思考及行動上是統整的，他可以感覺自己可以掌控自己，能夠將注意力與能量放在整個情境上，是一個有彈性的人，隨時準備去處理或經驗情境中所發生的事。而處在自發的當下，個人並不會覺察到，而是在之後的反思才感受到自己處在自發的狀態。在自發的狀態，個人也會失去時間感，也就是說，個人高度地投入此時此刻，似乎過去及未來都消失在此時此刻。自發狀態也是具有高能量及活動的特徵，但在內在卻可以非常安靜與自己在一起，很多人透過冥想及祈禱能達到這樣的狀態。

從以上對自發性理論的探討，我們了解到自發性、文化承傳、暖身、此時此刻、創造力的概念與關係，然而這些只是理論概念的呈現，究竟自發性運作的經驗內涵為何？究竟在心理劇場境中，自發性如何被促動？這都是在以前的文獻研究所缺乏，也是本文擬加以進行探討的現象。

參、研究方法

本研究從研究者的實務經驗出發，想了解在心理劇治療中，自發性是如何被促動的？

自發性經驗的結構內涵為何？為了對本研究問題進一步考察，本研究以詮釋現象學的方法進行研究，因此在本節中，將先說明本研究的研究取向及資料分析方法，並以伶為範例說明自發性經驗的描述與分析。

一、研究方法

(一) 詮釋現象學方法

在本研究中，擬以心理劇的自發性為研究標的，並嘗試去描述與揭露自發性的內涵。「自發性」是會隨著時間和治療經驗持續演進所獲得的知識，具有「實踐知識」的屬性，而有關現象學研究與心理治療實踐知識的關係，洪雅琴（2005）曾討論過心理分析實踐知識屬性與現象學知識的差異及以現象學來照亮心理分析實踐知識的可能性。洪雅琴認為心理分析理論屬於臨床的實踐知識性質，難以被科學的實證工作所檢驗，我們無法從臨床工作中得到屬於因果關係的命題知識。但是我們仍然可以從臨床資料中去發現事物之間如何互相關聯在一起的結構，亦即，從確然之真的證成，轉向顯露之真的直接示現。洪雅琴（2005）的研究思考路徑可以作為本研究的借鏡。

也就是說，我們可以把心理劇治療自發性的檢證工作，從注重因果邏輯的實證科學研究，轉向發現事物關聯的結構的詮釋現象學研究，亦即透過詮釋現象學的研究，我們可以去了解自發性相關聯的結構。然而我們也不否認，現象學的方法確實無法窮盡心理劇自發性的知識，不過不否認心理劇治療自發性還有很多面向無法在這邊被了解，但是它不妨礙研究者用現象學的方法照亮心理劇中自發性相關聯的某個面向。而當把現象學引入時，我們暫時先把心理劇治療自發性理論放入括弧內，把理論還原到現象場的觀察，以便於掌握到底這些理論所指稱的東西，在現象場是怎麼產生的？這個過程有助於研究者從心理劇治療自發性理論的框架中跳脫，透過現象學的角度來檢視自發性，以便作為一種重要的溝通。也就是說，研究者為了避免心理劇自發性變成一種套套邏輯，必須用另外一種東西來照亮它，這是一個策略上的運用，目的不在摧毀心理劇治療，而是保有心理劇自發性的意涵，使得其他學者也能夠看到這個意涵的顯著性。

在本研究中，研究者擬透過輔角描述其在心理劇場景空間的自發性經驗，並運用經驗描述文本進行分析。而有關經驗描述文本的分析，李維倫與賴憶嫻（2009）指出以個人敘說或經驗描述文本為對象的現象學分析方法將不得不地產生存在的轉向，進入存在處境的理解，其內涵也就相近於 Heidegger（1962）存在分析的詮釋現象學。因此本研究所要抵達的，是經由經驗描述的文本，透過詮釋現象學的分析，去揭露在心理劇治療作為一個自發性輔角的經驗是如何被活出來的形構作用，亦即抵達作為一個心理劇治療自發性輔角

經驗存在的可能性。

（二）研究對象

本研究擬從研究者帶領的心理劇治療團體中，選取具自發性經驗的輔角，在心理劇治療過後，請輔角對其作為輔角的經驗進行描述，而獲得經驗描述文本，研究者並依此經驗描述文本進行資料分析。而所謂「具自發性經驗的輔角」是：在心理劇治療場境中，輔角自發湧現的經驗、話語或行動，沒有遭到主角的阻止，且雙方能繼續進行互動，一方面這呈現為一種自發性經驗，一方面代表主角與輔角的經驗相合，因此也選取成為本研究的研究對象。而之所以選取輔角做為自發性的研究，是因輔角在心理劇治療場境中，並不知道這個主角的歷史脈絡，即不受到過去記憶或成見的影響，而是源於心理劇現場的覺察感受，因此更能呈現出自發性現象。在心理劇治療中，輔角有三層的功能，一是身為一個演員，雕塑出主角世界中所需要的角色，二是身為一個特別的調查員來引導主角，三是身為一個諮商員（陳鏡如譯，2002/1998）。就輔角身為一個特別的調查員而言，一方面透過重複述說主角的語言，一方面透過身體行動扮演這個主角，輔角可以漸漸進入主角的角色，深入理解主角個人內在的感覺、經驗與想法，並且將之表達出來，這樣一種「身歷其境」常常是幫助主角獲致洞察的重要關鍵。在本研究中，共選取五位研究對象，包括瑜、伶、翔、鳳、姿等五位輔角。在心理劇場景中，這五位輔角分別擔任主角的太太、姐姐、父親、母親、學生等。而自發性經驗是出現在輔角與主角對談的場境中。

（三）資料分析方法

本研究擬邀請具自發性的輔角於心理劇治療後進行經驗描述的撰寫，並獲得經驗描述文本，並以李維倫與賴憶嫻（2009）提出之現象學分析方法六步驟針對經驗描述進行資料分析，包括：1. 資料蒐集；2. 沈浸閱讀；3. 意義單元：拆解與改寫；4. 構成主題；5. 置身結構描述；6. 普遍結構的獲取。

（四）資料分析的可靠性檢驗

有關資料分析可靠性的檢驗，李維倫與賴憶嫻（2009）提出現象學研究的信效度判準，包括內容勾劃的一致性、與資料關聯的一致性、與生活現象關聯的一致性，而這三種一致性的具體呈現是：清晰且嚴謹的研究結果論述寫作，經驗描述到分析結果之間的具體連繫，以及對讀者思考相關現象的啟發性。本研究呈現清晰且嚴謹的研究結果論述寫作，在經驗描述與結果分析有具體的聯繫，也可以啟發讀者思考相關的現象。而有關研究者同時也是心理劇治療團體的帶領者，是否會造成資料分析淪於研究者主觀的陳述？因為本研究現象

學分析是面對輔角的經驗描述文本，而輔角的經驗描述文本，是輔角已離開心理劇治療的現場，而成為固定下來的文本，而現象學分析即是面對經驗描述文本（研究者的現場）通達存在樣態（某人活過某經驗的現場）的理解，即透過詮釋現象學的操作，對心理劇輔角自發性經驗寓居於世籌劃的解明（a project of Being-in-the-world）（李維倫，2004）。因此本研究所得到的理解，不再侷限於某個輔角的經驗，而是獲取心理劇輔角自發性經驗的本質結構。也就是說，本研究的研究現場是經驗描述文本，並不是心理劇治療的現場，而所要解明的也是心理劇輔角寓居於世的籌劃，因此研究者既是心理劇治療團體帶領者，並不會影響資料分析的可靠性。

二、伶作為輔角的自發性經驗描述與分析

在本節中，研究者依李維倫與賴憶嫻（2009）提出之現象學分析方法六步驟針對伶作為輔角的經驗描述進行資料分析。在本節中，擬進一步說明研究者如何透過經驗描述文本的分析進一步抵達置身結構的獲取。

（一）資料蒐集：蒐集自發性輔角的經驗描述文本，如伶的經驗描述文本：

當主角選我當輔角演出主角死去的姐姐時，我的內心有些掙扎，因為我害怕自己無法承受在劇中輔角的角色，但想了想，我覺得應該給自己一個機會嘗試看看。於是我披上粉紅色的布，成為主角的姐姐。當主角問：「為何什麼事都不跟她說？」，我好想直接跟她說：「我怕你擔心」，但我卻不能說，我只能把這些話隱藏在內心裏，等到主角擔任姐姐的角色，說出類似的話：「我怕你擔心，不希望你傷心」，我才能重複主角講的話，將內心想說的話表達出來。有好幾次看到主角內心的不捨、情緒的激動，我聽到主角說：「生氣姐姐什麼事都不跟我說，一個人獨自承擔感情上的煎熬，氣姐姐什麼事都不願意和我分享，我可是你的親妹妹耶！我不捨姐姐一人獨自承受所有」，我都差點就把話說出來，我想說：「我不想讓你擔心啊，而且你也無能為力不是嗎？所有的痛就讓我獨自承受吧！就因為你是我最親愛的妹妹，所以我不想看到你難過，你知道嗎？所以你一定要堅強，別再為我難過流淚了！」我覺得自己彷彿我就是她的姐姐，我一點都不想看到她傷心、難過的樣子，我好想伸出手安慰她、抱抱她。當她在對我生氣，淚流滿面、無助又氣憤的情緒，我的眼淚也奪眶而出，我好想跟她說：「你盡情的發洩吧！把所有的情緒都發洩出來，姐姐不會生氣，姐姐都瞭解，哭完之後你會好一點！」但我不能說，我覺得好痛苦、好無助，只能在旁邊默默的聽她說，我真的好想說。而奇妙的是一角色交換後，我原本是演出主角姐姐的角色，現在我變成主角，我複述主角剛剛說的話，我剛剛的情緒似乎

就不見了，不知道是不是因為我必須去記主角所說的話，以致於當我複述這些話時，我並沒有太大的情緒反應。後來我又角色交換回來當主角的姐姐，當主角情緒比較緩和後和在天上的姐姐對看時，此時的我就好像是她真正的姐姐一般，她說的每句話我都聽得清清楚楚，每一句話我都給予她眼神上的肯定，我會對她輕輕的點頭，嘴角微微上揚表示我肯定她的說法，我相信她是可以做到的，雖然我並不知道輔角是否可以做這些動作，但做了這些動作後我覺得在此時此刻我做到我該做的事了，因為我就是她姐姐呀！我不能吝嗇到連一個回應都不給她。導演問主角想做什麼，主角說想抱我，於是我和主角緊緊的擁抱，抱著她我感覺好踏實，好溫暖，我輕輕拍著她的背希望她能不再傷心、難過，在劇結束之前，主角露出微笑看著我，我也看著她，似乎時間就停留在這一刻，我感覺到她好多了，我便感覺安心許多，最後才慢慢的離開她的視線到另一個世界。

(二) 沉浸閱讀：

研究者不斷閱讀輔角的描述文，以對通篇描述文有整體的掌握。

(三) 意義單元：拆解與改寫

研究者將描述文從頭依序拆解為小段，進行意義單元的改寫。意義單元試圖呈現出某事物呈現為如此這般的脈絡面向，也透過研究者貼近經驗描述文本，放大關鍵的細節，因此語言文字中的潛藏意涵將有機會被揭露出來。如就伶的經驗描述文本，研究者做了以下的意義單元的拆解與改寫：

當主角選我當輔角演出主角死去的姐姐時，我的內心有些掙扎，因為我害怕自己會無法承受在劇中輔角的角色，但想了想，我覺得應該給自己一個機會嘗試看看。於是我披上粉紅色的布，成為主角的姐姐。

1. 對 S 來說，此次當輔角是由主角來選 S 當主角的姐姐，但 S 經驗到一些「掙扎」，S 考慮是否要「進入」扮演這個角色，因為 S 害怕自己無法承受劇中輔角的角色。但後來 S 「決定」給自己一個機會去嘗試，於是 S 披上粉紅色的布，「進入」扮演主角的姐姐。

當主角問：「為何什麼事都不跟她說？」，我好想直接跟她說：「我怕你擔心」，但我卻不能說，我只能把這些話隱藏在內心裏，等到主角擔任姐姐的角色，說出類似的話：「我怕你擔心，不希望你傷心」，我才能重複主角講的話，將內心想說的話表達出來。

2. 對 S 來說，作為主角的姐姐的角色，當主角問她「為何什麼事都不跟我說？」，S 經驗到「想要直接回應」主角說「我怕你擔心」，但是 S 覺得「不能說」，S 「隱藏」這些話

在心裡，直到主角擔任姐姐的角色，從口裡說出這些話，S 才重複主角講的話，將內心想說的話表達出來。

好幾次看到主角內心的不捨、情緒的激動，我聽到主角說：「生氣姐姐什麼事都不跟我說，一個人獨自承擔感情上的煎熬，氣姐姐什麼事都不願意和我分享，我可是你的親妹妹耶！我不捨姐姐一人獨自承受所有」，我都差點就把話說出來，我想說：「我不想讓你擔心啊，而且你也無能為力不是嗎？所有的痛就讓我獨自承受吧！就因為你是我最親愛的妹妹，所以我不想看到你難過，你知道嗎？所以你一定要堅強，別再為我難過流淚了！」我覺得自己彷彿我就是她的姐姐，我一點都不想看到她傷心、難過的樣子，我好想伸出手安慰她、抱抱她。

3. 對 S 來說，S 看到主角的不捨、情緒的激動，聽到主角講的話，S 經驗到自己想對主角講話「我不想讓你擔心啊，而且你也無能為力不是嗎？所有的痛就讓我獨自承受吧！就因為你是我最親愛的妹妹，所以我不想看到你難過，你知道嗎？所以你一定要堅強，別再為我難過流淚了！」，也想伸手安慰、抱抱主角。

當她在對我生氣，淚流滿面、無助又氣憤的情緒，我的眼淚也奪眶而出，我好想跟她說：「你盡情的發洩吧！把所有的情緒都發洩出來，姐姐不會生氣，姐姐都瞭解，哭完之後你會好一點！」但我不能說，我覺得好痛苦、好無助，只能在旁邊默默的聽她說，我真的好想說。

4. 對 S 來說，S 看到主角生氣、淚流滿面、無助、氣憤的情緒，S 也經驗到自己的眼淚奪眶而出，也想跟主角說「你盡情的發洩吧！把所有的情緒都發洩出來，姐姐不會生氣，姐姐都瞭解，哭完之後你會好一點！」。但 S 覺得「不能說」，而感到「痛苦」、「無助」。

而奇妙的是一角色交換後，我原本是演出主角姐姐的角色，現在我變成主角，我複述主角剛剛說的話，我剛剛的情緒似乎就不見了，不知道是不是因為我必須去記主角所說的話，以致於當我複述這些話時，我並沒有太大的情緒反應。

5. S 有一個奇妙的經驗，即當她與主角角色交換，S 變成主角時，S 剛剛在主角姐姐角色的情緒就「不見了」，S 自己推論是因為要複述及記住主角的話，所以自己沒有太大的情緒反應。

後來我又角色交換回來當主角的姐姐，當主角情緒比較緩和後和在天上的姐姐對看時，此時的我就好像是她真正的姐姐一般，她說的每句話我都聽得清清楚楚，每一句話我都給予她眼神上的肯定，我會對她輕輕的點頭，嘴角微微上揚表示我肯定她的說法，我相信她是可以做到的。

6. 此時 S 又角色交換回來擔任主角天上姐姐的角色，S 經驗到主角情緒比較和緩，S 感覺

自己就是姐姐，可以清楚聽到主角講的話也了解她的話，S 會用眼神、點頭、嘴角上揚等動作來肯定主角。

雖然我並不知道輔角是否可以做這些動作，但做了這些動作後我覺得在此時此刻我做到我該做的事了，因為我就是她姐姐呀！我不能吝嗇到連一個回應都不給她。

7. 對運用眼神、點頭、嘴角上揚等動作來肯定主角，S 會「懷疑」輔角可不可以做這樣的動作，但 S 認為在此時此刻，聽到妹妹講的話，這是「做自己該做的事」，S 不想吝嗇不給主角回應。

導演問主角想做什麼，主角說想抱我，於是我和主角緊緊的擁抱，抱著她我覺得好踏實，好溫暖，我輕輕拍著她的背希望她不再傷心、難過。

8. 對 S 來說，「作為姐姐」緊緊擁抱妹妹，透過拍主角的背來安慰主角，S 經驗到踏實與溫暖的感受。

在劇結束之前，主角露出微笑看著我，我也看著她，似乎時間就停留在這一刻，我感覺到她好多了，我便感覺安心許多，最後才慢慢的離開她的視線到另一個世界。

9. 在劇結束之前，S 與主角微笑對看，S 經驗到「時間就停留在這一刻」，也感受到妹妹好多了，所以 S 便感覺「安心」，最後才慢慢的離開她的視線到另一個世界。

(四) 構成主題

從以上意義單元的拆解與改寫，意義單元會有不同的要點，研究者就不同意義單元中重複出現的要點，或是就數個意義單元彼此連結呈現出的結構面向，整併構成主題，並根據主題加以進行描述。如在伶的經驗描述文分析中，即把意義單元併構成七個主題，七個主題的描述如下：

1. 主題一

意義單元 1 構成了一個「主角選擇—掙扎進入—決定進入」扮演另一個角色的經驗主題。對 S 來說，此次扮演這個角色的經驗開始於主角選擇 S 扮演這個角色，但 S 害怕自己無法承擔劇中輔角的角色，內心掙扎是否要「進入」扮演這個角色，最後 S「決定」進入扮演這個角色。

2. 主題二

意義單元 2 構成一個「他人人際語言行動—身體感受—隱藏人際語言回應」的經驗主題。對 S 來說，在姐姐的角色上，S 很想回應主角的話，但 S 覺得自己「不能說」，S 必須隱藏自己想講的話。

3. 主題三

意義單元 3、4 構成一個「他人人際非語言行動—身體感受」的經驗主題。對 S 來說，在姐姐的角色上，S 看到主角的不捨、情緒的激動，聽到主角講的話，S 很想回應主角的話，S 也經驗到自己的眼淚奪眶而出，也想伸手安慰、抱抱主角，但 S 覺得自己「不能說」，S 必須隱藏自己想講的話，也不能做任何動作，S 感到「痛苦」與「無助」。

4. 主題四

意義單元 5 構成一個角色交換後，情緒消失的經驗主題。對 S 來說，在姐姐的角色上，聽到主角的話及看到主角激動的情緒狀態，S 也有想對主角回應的話，及想安慰主角，但在角色交換後，S 發現自己的情緒「不見了」，所以 S 自己推論是因為要複述及記住主角的話，所以自己沒有太大的情緒反應。

5. 主題五

意義單元 6、8 構成一個「他人人際語言、非語言行動—進入角色—身體感投出一身體感受」的經驗主題。對 S 來說，在姐姐的角色，S 覺得自己就是姐姐，看到主角情緒比較和緩，可以清楚聽到主角講的話也了解她的話，S 會用眼神、點頭、嘴角上揚等動作來肯定主角，也緊緊擁抱妹妹，透過拍主角的背來安慰主角，S 心裡也覺得踏實與溫暖。

6. 主題六

意義單元 7 構成輔角「懷疑」自己是否可以作自己想做的動作，但輔角「選擇」作自己該做的事的經驗主題。對 S 來說，S 會「懷疑」輔角可不可以做這樣的動作，但 S 認為在此時此刻，聽到妹妹講的話，這是「做自己該做的事」，S 不想吝嗇不給主角回應。

7. 主題七

意義單元 9 構成一個對主角放心，因此可以離開主角視線的經驗主題。對 S 來說，在劇結束之前，S 做了覺得自己該做的事，S 感受到妹妹好多了，因此感到安心可以離開妹妹到另一個世界去。

(五) 置身結構

將每個構成主題的描述，綜合為一完整的經驗置身結構描述，如伶置身結構描述如下：

對 S 來說，此次扮演這個角色的經驗開始於主角選擇 S 扮演這個角色，但 S 害怕自己無法承擔劇中輔角的角色，內心掙扎是否要「進入」扮演這個角色，最後 S「決定」

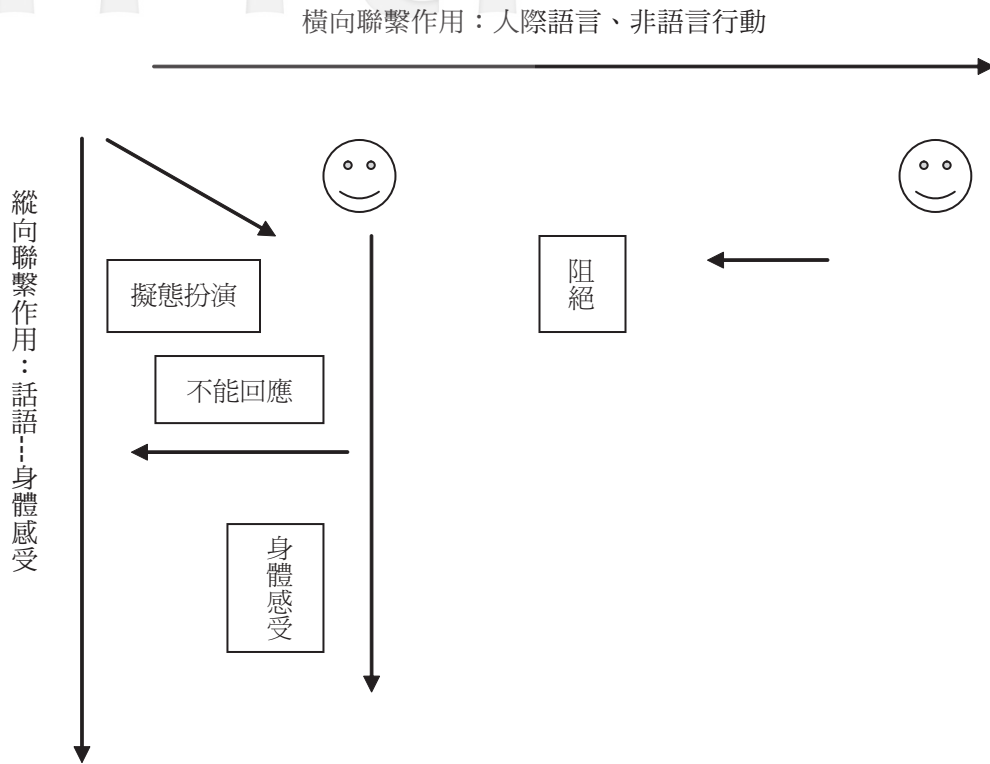
進入扮演這個角色。

對 S 來說，在姐姐的角色上，S 看到主角的不捨、情緒的激動，聽到主角講的話，S 很想回應主角的話，S 也經驗到自己的眼淚奪眶而出，也想伸手安慰、抱抱主角，但 S 覺得自己「不能說」，S 必須隱藏自己想講的話，也不能做任何動作，S 感到「痛苦」與「無助」。對 S 來說，在姐姐的角色上，聽到主角的話及看到主角激動的情緒狀態，S 也有想對主角回應的話，及想安慰主角，但在角色交換後，S 發現自己的情緒「不見了」，所以 S 自己推論是因為要複述及記住主角的話，所以自己沒有太大的情緒反應。而後再角色交換回來當姐姐，S 在姐姐的角色，S 覺得自己就是姐姐，看到主角情緒比較和緩，可以清楚聽到主角講的話也了解她的話，S 會用眼神、點頭、嘴角上揚等動作來肯定主角，也緊緊擁抱妹妹，透過拍主角的背來安慰主角，S 心裡也覺得踏實與溫暖。對 S 來說，S 會「懷疑」輔角可不可以做這樣的動作，但 S 認為在此時此刻，聽到妹妹講的話，這是「做自己該做的事」，S 不想吝嗇不給主角回應。在劇結束之前，S 做了覺得自己該做的事，S 感受到妹妹好多了，因此感到安心可以離開妹妹到另一個世界去。

在這個置身結構描述中，我們看到伶的輔角經驗核心結構為：在伶的自發性經驗現象中，呈現出兩個自發性行為的向度，一是縱向聯繫作用：話語一身體感受，這個向度說明了伶在心理劇場景中，透過擬態扮演，或是在心理劇場景中與主角的互動對應中，輔角內在所經驗到身體、心理的感受，或是想說出的話語。一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動，這個向度說明了伶在心理劇場景中，主角語言、非語言行動的回應引起輔角的身體感受，而當面對來自主角的互動對應中，伶無法將湧現的身體感受回應給主角，即產生人際阻絕經驗。根據以上的置身結構描述，以輔角伶的置身結構圖（圖二）來顯示。

肆、研究結果

在本研究中，研究者依據五位輔角經驗描述文本進行資料分析，並依據上述資料分析步驟完成每個輔角自發性經驗現象的置身結構描述，後從五位研究對象的置身結構描述進行資料分析，而獲得自發性經驗現象的普遍結構。而從研究結果，也發現五位輔角自發性經驗的置身結構又呈現不同的經驗面向主題，以及發現輔角的人際阻絕經驗與人際融通經驗的現象，以下將一一說明。



圖二 輔角伶的置身結構圖

一、輔角自發性經驗現象的普遍結構

本研究依據瑜、伶、翔、鳳、姿等五位輔角經驗描述文本進行資料分析，並依據上述資料分析步驟完成每個輔角自發性經驗現象的置身結構描述，後從五位研究對象的置身結構描述進行資料分析，而獲得自發性經驗現象的普遍結構。(如圖三所示)：輔角的自發性在心理劇場景中呈現出兩個自發性行為的向度，一是縱向聯繫作用：話語—身體感受，這個向度說明了輔角在心理劇場景中，輔角受到心理劇場景設置的效果，或透過擬態扮演，或是在心理劇場景中與主角的互動對應中，輔角內在所經驗到身體、心理的感受，或是想說出的話語。一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動，這個向度說明了輔角在心理劇場景中，主角語言、非語言行動的回應引起輔角的身體感受，輔角據此身體感受又對主角以語言及非語言行動加以回應的歷程。輔角自發性經驗普遍性結構說明了自發性現象經

驗是輔角內在話語—身體感受與輔角人際語言、非語言行動的兩個向度交互影響的動態歷程。

二、輔角自發性現象置身結構的不同經驗面向主題

以上依據五位輔角的經驗描述文本進行分析，而獲得自發性經驗現象的普遍結構。李維倫與賴憶嫻（2009）指出其做法是將所有的置身結構描述視為整體，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描述，因而獲得更進一步的普遍性。要注意的是，這個做法並非如同統計上的歸納，將出現在一兩個描述中的元素視為偶發、捨去，僅留下在所有描述中出現的元素。因為雖然個別置身結構受限於原始經驗的特定性，但經過現象學的改寫，這些特定性也獲得了本質性深度。因此對於某些結構元素沒有出現在所有的描述中，分析者可運用想像變異尋求其在不同結構中的位置，也即是在本節中所呈現的自發性經驗置身結構的不同經驗面向主題。如此一來，普遍結構有深化瞭解的作用。因此除了以上輔角自發性經驗現象的普遍結構，五位輔角自發性經驗的置身結構又呈現不同的經驗面向主題，因此本節中將依不同經驗主題詳細說明縱向、橫向聯繫之操作歷程。在圖三中，每個虛線圖是呈現某一經驗面向主題的說明。而向上的圓弧箭頭代表輔角透過擬態扮演或場景設置所引發身體的感受，而向下的圓弧箭頭代表來自主角的人際語言或非語言行動引發輔角身體的感受。以下茲一一說明。

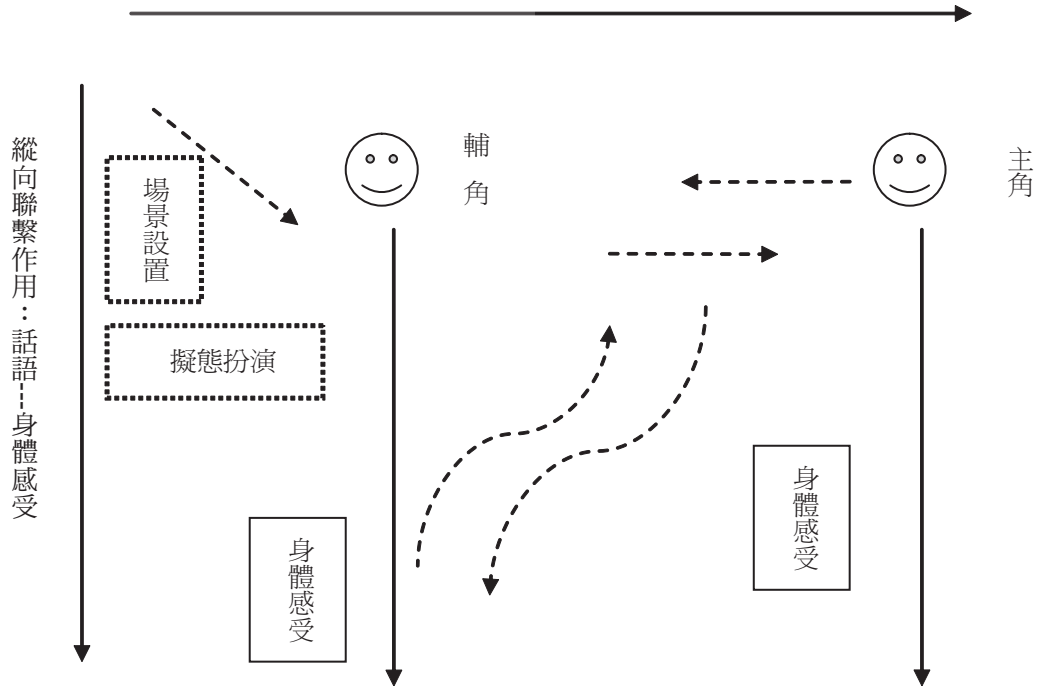
（一）「擬態扮演—身體感受」的經驗主題

做為一個輔角，瑜、翔、姿均透過「擬態扮演」而經驗到身體的感受。所謂「擬態扮演」是指：輔角讓自己的身體呈現出與主角在同一位置時所展現的姿態，或是輔角展現與主角相同的肢體動作。而透過擬態扮演，輔角經驗到在這個身體姿態或肢體展現中身體的感受。如瑜讓自己的身體呈現出主角在同一位置時所展現的姿態的經驗為：「在這樣的身體姿勢與坐姿中，我感覺到我身體有一半是麻的，頭也覺得很痛，似乎我處在一個焦慮的感覺中，我焦慮著一些事，我希望先生可以幫我的忙」，而翔展現出與主角相同的肢體動作，其經驗是：「我當時就是很投入的呈現出這樣的場景，丟東西、打媽媽、兇小孩，跟小孩顯示自己是爸爸，比較有權威，以及被小孩挑戰權威的慌張感，這個慌張感是來自於自己知道打老婆是不對的，但是基於面子問題又拉不下臉來，所以感到驚慌，不知道該怎麼辦」。

（二）「場景設置—身體感受」的經驗主題

在心理劇中，場景的設置（scene setting）是幫助主角進行暖身的重要技巧（Moreno

橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動



圖三 輔角自發性經驗現象普遍結構圖

& Moreno, 1975)。而在本研究輔角的經驗中，固然輔角事前並未了解主角的經驗與故事，但透過場景空間的設置，輔角卻能透過進入這個場景空間，覺得自己可以「置身」、「融入」、「身處」在這個場境中，如翹談到這樣的經驗：「後來因為當時的我受到了整體的場佈影響，讓我真的感覺置身於音樂會當中，當時我扮演爸爸的角色，我開始可以進入爸爸趕上台北看女兒表演這樣的狀況，10位輔角扮演主角一起上台表演的同學、舞台的設置、一架鋼琴與舞台微弱的燈光，都讓我覺得置身於音樂表演會當中」，「一開始的家中格局與傢俱位置，很能夠讓注重現實層面的我在這一個場景中馬上融入，導演擺設出家裡的範圍、門的位置、冰箱、沙發的位置，讓我不知不覺的身處於主角描繪的家中」。而鳳的經驗是，鳳作為主角的母親，當主角一邊拉一邊罵先生時，鳳作為輔角，在此場景空間觀看，鳳提到自己眼淚流下來，也想跟主角說話，抱抱主角，鳳的經驗為：「主角一邊拉一邊罵，當主角在指責我先生時，提到你知不知道我們不能失去媽媽時，我的眼淚流了下來」。

來，我很想抱著我的孩子並告訴他：『對不起，媽媽真的對不起你』。

（三）「人際語言、非語言行動—身體感」的經驗主題

做為一個輔角，在心理劇場景現場中，當輔角成為主角談話的對象，主角對輔角採取的人際語言及非語言行動均會引發輔角身體的感受。而主角對輔角採取的人際語言及非語言行動可能是責罵的語言，這樣責罵的語言讓輔角翔（為主角的爸爸）感受到「震撼」，翔的經驗如下：「主角對我說：『爸爸你可以用文明的方式，不要用暴力嗎？你這樣打媽媽，你忍心嗎？她會痛耶！』之類的話語，當時的我，其實是在這樣的角色當中受到震撼，就好像是我自己做錯事而被罵，雖然知道自己做錯，但是卻不能低頭」。而主角對輔角採取的人際語言及非語言行動也可能是一種出自關心的姿態，而這樣關心的姿態也讓姿經驗到某種壓力，如姿面對主角（即老師），一直想幫助他，聽到老師的擔心，看到老師的流淚，姿經驗到的是一種壓力，姿的描述：「當我聽到我的老師一直想幫助我，想幫我處理畢業的問題，也聽到老師對我的擔心，也看到老師流淚，雖然我覺得有些問題我自己能夠解決，可是老師這樣關心、關愛和擔心我，這讓我覺得有一種壓力」。而輔角伶（作為主角過世的姐姐），聽到主角對其抱怨的話語，及看到主角的非語言行為，如看到主角生氣、淚流滿面、無助、氣憤的情緒，伶很想回應主角的話，伶也經驗到自己的眼淚奪眶而出，也想伸手安慰、抱抱主角，伶的經驗如下：「有好幾次看到主角內心的不捨、情緒的激動，我聽到主角說：『生氣姐姐什麼事都不跟我說，一個人獨自承擔感情上的煎熬，氣姐姐什麼事都不願意和我分享，我可是你的親妹妹耶！我不捨姐姐一人獨自承受所有』，我都差點就把話說出來，…我覺得自己彷彿我就是她的姐姐，我一點都不想看到她傷心、難過的樣子，我好想伸出手安慰她、抱抱她」。

（四）「身體感受—發言說出一人際回應—（身體感）」的經驗主題

在心理劇治療現場中，當輔角將其位置、角色中所體驗到的身體感受運用人際語言說出，而這樣的發言說出，會引動相對對話主角的感受，並以人際語言行為回應輔角，而這樣的回應又會引發輔角的身體感受經驗。如瑜將自身的感受名之為「無力」而發言說出時，她所經驗到的人際場景中的回應卻是先生強烈的反應，似乎瑜發出的「無力」對「先生」是一種「要求」，而先生是針對此「要求」而回應，瑜的經驗為：「此時扮演主角的我，坐在主角的位置，在這樣的坐姿下，一邊聽先生對我的話語，我覺得我身體有一半是麻的，頭也覺得很痛，我覺得很無力，於是我把這樣的感覺告訴先生，先生（此時主角扮演先生的角色）突然有很大的反應，先生馬上說『我告訴你，你就是常常無力，常常無奈，到底要我怎麼做？』」。而姿把感受到的壓力告訴老師，老師恍然大悟地說「原來我這樣是

給你壓力」，姿感受到老師的了解與認同，姿經驗到可以與老師「自由」地對話，後來老師握著姿的手，或老師與姿擁抱，姿感到安心，也感受到老師的安心。姿的經驗為：「可是老師這樣關心、關愛和擔心我，讓我覺得有一種壓力。所以那時我就告訴我的老師：『老師，你不要這樣子，你這樣讓我覺得很有壓力』。我看到這個老師突然恍然大悟說：『原來我這樣也是給你壓力嗎？』後來我們兩個就很自由地對話，我回她說：『是，有時候覺得是，你就跟平常一樣，就是偶爾關心就好了，我知道你的關心就好』。老師說好，她會像平常一樣關心就好了。後來老師握著我的手，然後繼續講話，我覺得她握著我的手，讓我有種安心的感覺，我也覺得她比較安心」

(五)「身體感—他人人際語言同理—身體感轉化—人際語言、非語言行動」的經驗主題

身體經驗與人際語言、非語言行動互相生發的另一個動態歷程是，輔角在其位置、角色姿態所體驗到的身體感受，透過相對對話主角人際語言同理行為，會幫助輔角轉化其身體經驗，也因而改變輔角的人際、語言或非語言行動。所謂「人際語言同理行為」是指：來自相對對話主角的理解同理的話語或是關心、擔心的話語。如對翔（扮演主角的爸爸）而言，當呈現出肢體動作的展現、砸東西、說粗話，接受主角的訊問也回罵主角等行動後，翔感受到「頭痛」。但當主角講到之前翔所受到外公管教的經驗及翔內心的壓力，讓翔經驗到氣氛是好的，也讓翔感覺到壓力被同理，此時翔感受到自己的頭痛消失了。翔的經驗為：「主角對我演爸爸這一個角色說一些話時，當下的氣氛是好的，例如主角會說：『我想要跟你好好溝通，你可以不要用打媽媽的方式嗎？』，或是主角講到我之前所受到外公管教的經驗與我（爸爸）內心的壓力，我感覺自己所承受的壓力有被同理，而我也自發性的接了一些話，…那個時候的我演完打媽媽及與女兒爭辯的場景，演完之後的當下我的頭是痛的，然而在最後與女兒的這段對話，我感到氣氛是好的，我的頭痛消失了」。在鳳的經驗中，作為主角的媽媽與主角對話的場景，剛開始鳳經驗到「全身無力」，內心充滿「哀怨」，後來主角對鳳說：「媽媽你要好好照顧自己，你對我們來說很重要，我們不能沒有你啊，…很擔心媽媽死掉……」，鳳經驗到「悲傷」與「愧疚」，覺得自己「沒有價值」，感受到孩子「需要」自己，鳳對主角感到「抱歉」，答應要珍惜自己的生命，照顧自己也愛主角。把主角抱在懷裡，鳳覺得自己像一個「慈母」一樣安慰著兒子。鳳的經驗為：「我是媽媽，當主角在對我說話時，剛開始我的全身是沒力氣的，內心充滿了哀怨。主角跟我說『媽媽你要好好照顧自己，你對我們來說很重要，我們不能沒有你啊，你記不記得我三歲時曾經救過你一次，你知不知道我有多擔心…你記不記得我常摸你的脖子，因為我很擔心你死掉…』時，我內心感到很悲傷與愧疚。我覺得自己不是個好媽媽，我把我所有的注

意力都放在先生的身上，在他身上我看到自己是『沒價值的』而我一直以來也是如此的看待自己，直到我的孩子告訴我，我的重要性時，我才驚覺到我是有『價值的』，因為我的小孩需要我。…於是我把我的兒子抱在懷裡，一邊聽著心肝寶貝的音樂，我像一個慈母一樣安慰著我的兒子」

三、輔角的人際阻絕與融通之經驗

在本研究中，針對輔角自發性經驗進行觀察，並進一步揭露自發性經驗現象。而同時在心理劇場景中輔角與主角的互動對談中，也發現輔角的人際阻絕經驗與人際融通經驗的現象（李維倫，2004），而這個現象也是自發性經驗現象歷程中的重要現象，說明如下：

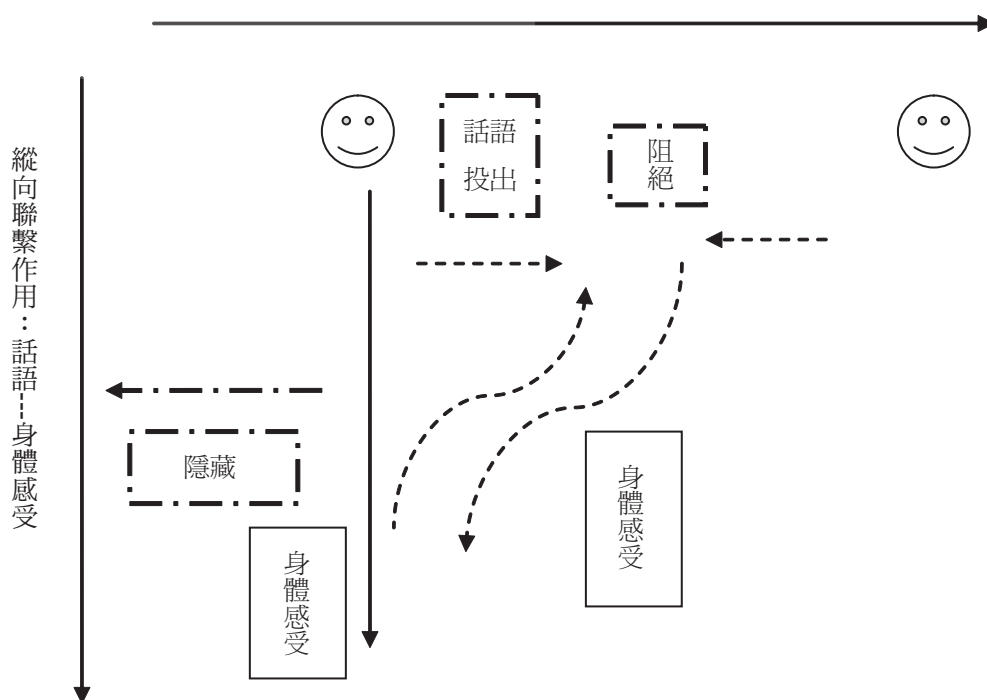
（一）輔角的人際阻絕經驗

所謂「阻絕經驗」是指：在心理劇場景中，輔角與主角的互動對談，輔角基於某些原因，無法自發地回應主角的人際語言行動或非語言行動，讓輔角感受到痛苦、無助、或身體不舒服等。這種阻絕經驗的產生，是當輔角透過擬態扮演的過程，或來自主角的人際語言、非語言行動所引發的身體感受，而這個身體感受無法投出時，即無法面對主角而加以表達，或是運用不適當話語投出的方式，輔角均會經驗到與相對對話主角的阻絕經驗。以下將詳細加以說明，並以圖四來表示輔角的阻絕經驗。而輔角阻絕經驗又可以分為兩種型式：

1. 「身體感受—隱藏人際語言、非語言的回應」的經驗主題

就這個阻絕經驗主題，輔角在其角色、位置或肢體展現中，感受到某種身體感受，而這種身體感受可能讓輔角覺得無力、痛苦、無助、壓力等或是想要伸手安慰抱抱主角，或用語言表達出自己的感受，但輔角覺得自己不能隨便表達，要配合導演，因此隱藏人際語言、非語言的回應，這也讓輔角與相對對話主角產生了阻絕關係。在鳳的經驗中，作為主角的媽媽，當主角將爸爸拉出舞台，主角一邊拉爸爸一邊指責爸爸時，鳳經驗到自己眼淚「流下來」，也想抱主角，也想告訴主角自己對不起主角的心情，但鳳沒講，鳳覺得應該配合導演來演出，不應該隨便自發。鳳經驗到「全身無力」，內心充滿「哀怨」。鳳的經驗為：「我當時沒能說出是因為我覺得我應該配合導演來演出，不應該隨便自發，但是卻覺得自己全身無力，心裏充滿哀怨」。而對伶來說，在姐姐的角色上，伶看到主角的不捨、情緒的激動，聽到主角講的話，伶很想回應主角的話，伶也經驗到自己的眼淚奪眶而出，也想伸手安慰、抱抱主角，但伶覺得自己「不能說」，伶必須隱藏自己想講的話，也不能做任何動作，伶感到「痛苦」與「無助」，伶的經驗為：「當她在對我生氣，淚流滿面、無助又

橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動



圖四 輔角阻絕經驗圖例

氣憤的情緒，我的眼淚也奪眶而出，我好想跟她說：『你盡情的發洩吧！把所有的情緒都發洩出來，姐姐不會生氣，姐姐都瞭解，哭完之後你會好一點！但我不能說，我覺得好痛苦、好無助，只能在旁邊默默的聽她說，我真的好想說』。

2. 「他人人際語言行動—身體感—話語投出」的經驗主題

在這個經驗主題中，輔角透過與主角的人際語言、非語言行動的對談引發身體的感受，輔角感到被責罵、不舒服，輔角直接將自己經驗到的不舒服以「話語投出」的方式回應給相對對談的主角，因此也造成與相對對談主角的阻絕經驗。這裡所謂的「話語投出」是指：輔角直接將自己經驗到的不舒服以「回罵」的方式回應給相對對談的主角，而這裡的「回罵」相對於「表達」，是一種直接將不舒服的感受回應給對方，因此也可能造成相對對方的壓力，而致造成阻絕關係。如輔角翔扮演一個會砸東西、說粗話、兇小孩、打媽

媽的爸爸，翔依據導演的要求，進行肢體動作的展現、砸東西、說粗話、兇小孩等，翔「很投入」這個場景的演出，在投入演出這個場景時，翔想要顯示自己是爸爸，是比較有權威的，而翔感受到「驚慌」、「慌張」。當翔作為爸爸的角色，當聽到主角「訊問式」的話語，翔感到生氣，覺得自己不能低頭，因此回罵主角，這也讓輔角與相對對談的主角產生阻絕的經驗。翔的經驗為：「主角說：『爸爸你可以用文明的方式，不要用暴力嗎？你這樣打媽媽，你忍心嗎？她會痛耶！』」之類的話語，當時的我，其實是在這樣的角色當中受到震撼，就好像是我自己做錯事而被罵，雖然知道自己做錯，但是卻不能低頭，而只好罵我女兒說：『你怎麼可以用這樣的口氣跟我說話，大人的事小孩不要管等話語』」。

（二）輔角的人際融通經驗

當輔角透過擬態扮演或接受來自主角的人際語言、非語言行動的對談所引發的身體心理感受，輔角可以將自己體會到的感受運用話語或肢體動作說出、表達出來，輔角會覺得安心、放心、舒服與溫暖，也感受到與相對對方關係的連結，輔角感受到與主角的融通經驗。以圖五表示如下。

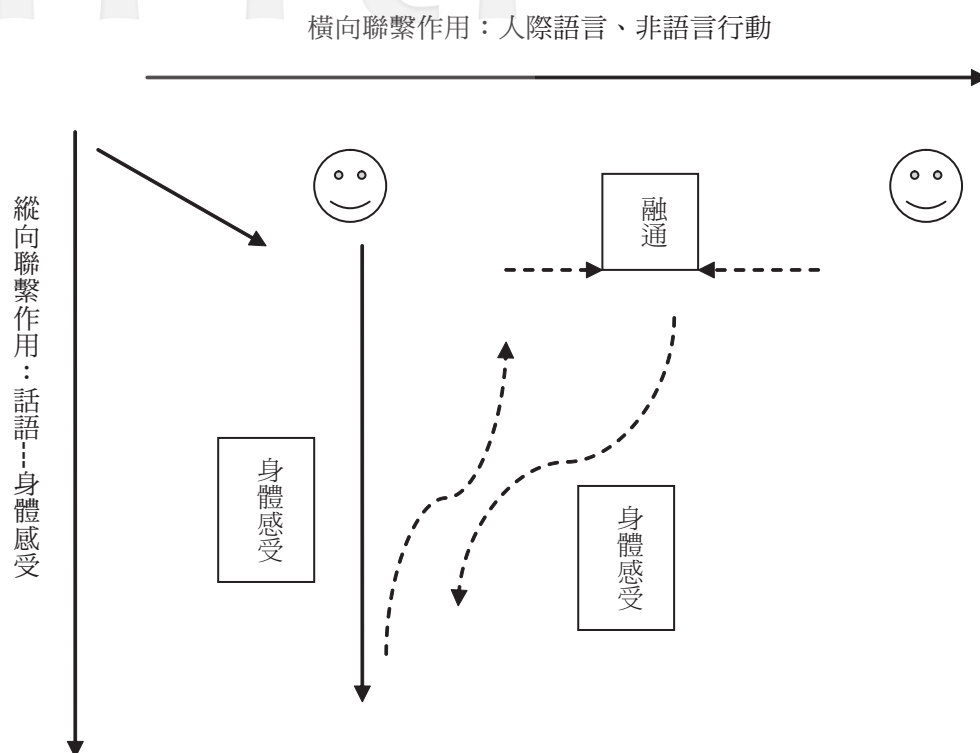
幾個輔角均經驗到融通經驗的現象如對鳳來說，在鳳與主角對話的場景中，剛開始鳳經驗到「全身無力」，內心充滿「哀怨」，後來主角對鳳說：「很擔心媽媽死掉…」，鳳經驗到「悲傷」與「愧疚」，覺得自己「沒有價值」，感受到孩子「需要」自己，鳳對主角感到「抱歉」，答應要珍惜自己的生命，照顧自己也愛主角。鳳把主角抱在懷裡，S覺得自己像一個「慈母」一樣安慰著兒子。

伶在姐姐的角色，伶覺得自己就是姐姐，看到主角情緒比較和緩，可以清楚聽到主角講的話也了解她的話，伶會用眼神、點頭、嘴角上揚等動作來肯定主角，也緊緊擁抱妹妹，透過拍主角的背來安慰主角，伶心裡也覺得踏實與溫暖。

姿把感受到的壓力告訴老師，姿看到老師的恍然大悟，感受到老師的了解與認同，姿經驗到可以與老師「自由」地對話，後來老師握著姿的手，或老師與姿擁抱，姿感到安心，也感受到老師的安心。對姿來說，當經驗到老師可以了解認同自己的壓力，姿也經驗到自己身體姿勢的改變，而感到比較沒有壓力。

伍、討論與建議

本研究以詮釋現象學的方法，並以自發性輔角經驗為研究標的，研究結果有二個發現，一為輔角自發性經驗現象，是由話語—身體感受及人際語言、非語言這兩個向度交互



圖五 輔角融通經驗圖例

影響的動態歷程。而所謂自發經驗是，做為輔角，在心理劇場景中，能將所經驗到的身體經驗與對談對方進行人際語言、非語言的回應，因此也產生人際關係中的融通經驗，但如果輔角無法自發地回應主角的人際語言行動或非語言行動，輔角也會經驗人際的阻絕經驗。二是從輔角自發性經驗置身結構不同經驗面向主題的探討，也發現身體感可謂是自發性經驗的重要元素。本研究依據研究結果的發現，擬針對自發性經驗現象的運作進行討論，而也發現身體感是自發性經驗的重要元素，因此也擬針對輔角身體感的生發與創造進行討論，茲討論如下。

一、自發性經驗現象及運作

在本研究中發現，自發性經驗現象具有兩個行為向度，一是縱向聯繫作用：話語—身體感受，一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動。在心理劇場景中，輔角受到心理劇

場景設置的效果，或透過擬態扮演，或是在心理劇場景中與主角的互動對應中，輔角內在會經驗到自身身體、心理的感受，或是有想說出的話語，而輔角如果能據此身體感受對主角以語言及非語言行動進行適當的回應，此即是自發的歷程。在自發性經驗歷程中，輔角首先須能去覺察在此場景空間中或人際互動歷程中，所引發的身體感，而輔角也須能在此時此刻透過這樣的覺察，選擇一個適當的回應方式，如果輔角選擇以「隱藏語言、非語言的回應方式」來回應，或以「話語投出」的方式進行回應，這都會讓輔角感受到人際關係的阻絕經驗。

從 Moreno (1953) 提出的創造力的規準一圖，Moreno (1953) 僅提到自發性是創造力的燃煤，而創造行為也需以自發性為前提。而 Kipper (2006a) 進一步發現低自發性通常與個人的焦慮感有關。然而個人的焦慮感怎樣影響自發性的歷程？Moreno (1953) 提到當個人受到「內在抑制」及「外在阻礙」的干擾，都會阻礙自發性的歷程的概念，而在本研究的發現中，「內在抑制」是指輔角壓抑自己內在的感受經驗，不去表達；「外在阻礙」是輔角因為感受到被責罵、不舒服的感受，隨即將這樣的不舒服以「回罵」的方式回應給對談對方。從本研究的發現，Moreno (1953)「內在抑制」及「外在阻礙」的概念更具體地呈現，同時本研究也說明了「內在抑制」及「外在阻礙」如何落實到輔角自身的經驗與感受，更擴充 Kipper (2006 a) 低自發性與個人焦慮感有關的概念。

而李維倫 (2004) 在人際間的互動格局與行動中，也提出「個化之我」的概念。所謂「個化之我」是指，一個感到自己遭受阻絕進而發展出種種應付行動的作為者。通常個化之我常會求取保全，並以防衛爭鬥的方式應付人情，因此也形成人際關係中阻絕抗立的關係形式。正如本研究中輔角以「回罵」的方式回應給對談對方，即是輔角「個化之我」的展現。然而在人際的互動格局中，個體也可以選擇以「本心之我」回應對方，所謂「本心之我」即指對原初觸動給予表達，也就是個人可以「有能力去經驗個人內在存在或感受的狀態，而不受來自外在的阻礙及內在抑制的干擾」，像輔角將自己體會到的身體感受運用話語或肢體動作說出、表達出來，輔角會覺得安心、放心、舒服與溫暖，也感受到與相對對方關係的連結，此時輔角與其本心之我締結，輔角在人際關係層面，也感受到與主角的融通經驗。而輔角從「內在抑制」及「外在阻礙」的狀態，到能接觸其「本心之我」，將自己體會到的身體感受運用話語或肢體動作說出、表達出來，這就是一個創造的歷程。也即是 Moreno (1946) 所提到真實地對現實的要求負責，即能對情境有立即性、理智地及創造性的回應。

二、自發性經驗中輔角身體感的生發與生成創造

而從輔角自發性經驗置身結構不同經驗面向主題的探討，可以發現身體感是一個重要的元素，身體感的生發與生成創造也是在本研究中所看的現象。在此部份，研究者擬從本研究發現的結果，佐以身體現象學的探討，將輔角自發性經驗身體感的生發與生成創造做一個詳細的討論。以下擬針對兩個部份加以討論，包括輔角身體感的生發，輔角身體感與創造行為。

(一) 輔角身體感的生發

本研究結果發現，在心理劇治療場境空間中，會透過兩個路徑引發身體感受，一是輔角透過擬態扮演引發身體感受，二是輔角透過心理劇中場景的設置，或是來自主角採取的人際語言及非語言行動，引發輔角身體的感受，茲說明如下：

1. 輔角透過擬態扮演引發身體的感受

本研究結果顯示，輔角透過擬態扮演，輔角會經驗到在這個身體姿態或肢體展現的身體感受。而這樣的研究結果，也揭示了我們身體的某種行動姿態與某種情緒感受具有相關聯的作用。胡塞爾提及被動綜合與身體記憶的概念，亦即透過身體感官體驗本身的動覺特質，構成了時空網絡，因此形成一種被動的意向性領域，源生出各種意義（龔卓軍，2006）。而在本研究的發現，更進一步說明身體行動的姿態與情緒的關連性。這樣的發現，與榮格提出心靈、身體、情緒相互作用的觀點是一致的。Jung（1921）認為情緒是一種心靈與身體相互互動的橋樑，也就是說情緒一方面在心靈上會表現某種感覺狀態，但在身體上也會有生理神經系統的反應。Darwin（1872）也提到情緒表達與神經系統的關聯，他認為人會藉由相同的動作來表達相同的情緒狀態，因此他整理了悲傷、喜悅、害怕等有關情緒，並說明在這些情緒狀態下，個體會擁有的身體姿態為何。而身體的某種行動姿態與某種情緒感受具有相關聯的作用，也正說明，當輔角透過身體行動扮演主角時，輔角乃是透過身體行動的扮演，而在此身體行動中，輔角連結到身體行動的情緒感受，因此也深入了解在此角色中的內在經驗與感受，這也說明了輔角成為一個調查員的功能。在心理劇場景中，輔角透過擬態扮演深入了解在此角色中的內在經驗與感受，也促動主角與此角色互動的真實性，而進一步幫助主角能獲致洞察。

2. 輔角透過場景空間及人際語言、非語言行動引發身體感受

本研究結果顯示，透過場景空間的設置及相對主角的人際回應互動，均會引發輔角身體的感受，而這樣的身體感受又會在心理劇場中與相對主角的人際回應互動而引發或轉化

成另一種身體感受。在場景設置部分，心理劇的場景設置，將燈光、空間位置、及場景空間中人物互動的演出等元素均包括進來，而在這些元素的作用下，輔角可以感受到「置身」、「融入」、「身處」在這個場境中，或是輔角經驗到想要流淚的感覺。而在人際語言、非語言的回應與行動中，相對對談主角的話語，無論是責罵或是關心的話語，或是非語言的行動，均會引發輔角身體感的出現，而身體感亦會隨著相對對談主角的人際語言的回應或同理而引發不同身體的感受，如輔角會覺得當受到相對對方的人際語言同理，輔角的頭痛隨即消失，會感受到不再那麼悲傷，而可以去擁抱主角等。這樣的研究結果揭示，做為輔角，在心理劇的場境中，輔角的身體與心理劇的場境空間具有交互主體的作用。而有關身體與空間的交互關係，梅洛龐帝指出「我的整個身體不是在空間並列的各個器官的組合，我在一種共有中擁有我的身體。我透過身體圖式得知我的每一肢體的位置，因為我的全部肢體都包含在身體圖式中」（引自楊大春，2003:141），而真正的身體圖式是一種「處境的空間」（Obert, 2005）。所謂「處境」是指，一個又屬於空間又屬於時間，而且是人存有過程上所發生之「具體、周圍局境」，此「局境」除了作為個人之存有最根本之「條件」外，它更含有個人在某時某地一切「感官知覺活動」，和一切「行為」之具體可能的意思，亦即表示著「將來」、「傾向」、「動機」、「動力脈絡」等意涵（Obert, 2005）。正如輔角在心理劇場景中，是透過其感官知覺，包括看、聽、皮膚去感覺整個場景空間，而在此場景空間中，場景中的燈光、空間位置、及場景空間中人物互動的演出，透過人際語言、非語言的回應與行動中，相對對談主角的話語，在此處境空間中，輔角的身體成為個人存有開展之場域，輔角在此時此地「感知」外在一切空間，及開展一切「行為」之具體可能，輔角透過此「行為」來開闢世界之意義。如輔角在此空間場景中，感到震撼、壓力、想流眼淚，或想抱主角等，因此決定以「隱藏語言、非語言的回應方式」來回應，或以「話語投出」的方式進行回應，到能將自己體會到的身體感受運用話語或肢體動作說出、表達出來，均是輔角藉由其身體開展其存有的方式。正如楊大春（2003）所說「我的目光被遠處一朵漂亮的花所吸引…，我的整個身體完全圍繞著這一新的任務而調整，這不是對於刺激的整體反應，也不需要理智的思考，這是本己身體實現的某種綜合」，做為一個輔角，整個身體完全圍繞著這一新的任務而調整，而輔角根據本己身體實現的某種綜合採取某種行為。

（二）輔角身體感與創造行為

從本研究的結果顯示，自發性的歷程是輔角首先能去覺察在此場景空間中或人際互動歷程中所引發的身體感，而輔角也須能在此時此刻透過這樣的覺察，選擇一個適當的回應方式，此即是創造性的行為。而輔角從「隱藏語言、非語言的回應方式」來回應，或以「話

語投出」的方式進行回應，轉而能將自己體會到的身體感受運用話語或肢體動作說出、表達出來，這個創造歷程是如何產生的？其關鍵為何？研究者擬從德勒茲所提出「無器官的身體」此概念來加以說明。

就身體現象學的看法，輔角係在此時此地「感知」一切外在局境，及一切「行為」之具體可能，輔角並透過此「行為」來開闢世界之意義。而輔角在此場境中感到無力、痛苦、無助、壓力、驚慌、慌張，想要伸手安慰主角，但卻不能的痛苦，從本研究的研究結果顯示，這是一個輔角存有的展現，是一個反面置身的經驗（李維倫，2007）。而這樣反面置身的經驗，係輔角在此場景空間中，或是與相對主角的人際行為的回應等引發輔角的身體感受，德勒茲稱之為「無器官身體」。德勒茲認為，「無器官的身體」是透過綜合多層感官知覺的整體作用，而使感官感受之間出現相互跨越的綜合，而使得整體的感受越過單獨感官而出現另一層感受性（余德慧，2010），無器官的身體是要尋求一種新的方式來表現身體自身的豐富的意義（韓桂玲，2010）。而正如梅洛龐蒂指出：「撞擊我們感官的是宇宙中普遍存在的不可見的力」（引自韓桂玲，2003:52），正是這不可見的力作用於個體的身體上，因此形成具有強度的身體，也即是無器官的身體。在心理劇場景空間中，作為輔角，對此場景空間中的感知，或是與相對主角的人際行為的回應，均形成一個看不到的力道引發輔角身體的感受，而面對這個力道的撞擊，輔角在此時正經驗著無器官的身體，也正在此時，輔角正在尋求一種新的方式來表達身體自身豐富的意義。據此觀點，德勒茲提出藝術創造歷程的看法，「藝術創作就在於一種身體感覺的暴力運動，這種狀態表現為一種緊張的狀態，一種構成身體的力與力的現有的關連和結構正有待於發生『爆發』與突變的瞬間激動與緊張。在這種情況下，身體感覺成為創作的源泉，整個身體都被一種強烈的運動穿過，而藝術家創造的宗旨就是把湧現的身體感受訴諸藝術的感性表現」（引自韓桂玲，2010:52）。而從以上德勒茲談藝術創作的精神，這樣的概念也可以用來理解輔角的創造經驗。輔角在場景空間中的感知，或是與相對主角的人際行為的回應，均是對輔角感官的一種力道的撞擊，而從本研究的結果顯示，輔角在心理劇的場境空間中，透過場景空間的設置或相對主角的人際回應互動或人際語言同理，輔角似可以遭逢到「無器官身體」。研究者認為，在「無器官身體」的經驗中，正如李維倫（2007）指出，如輔角能讓「個化之我」靜默，顯化「本心之我」，也就是對原初觸動給予表達，正如輔角接觸到自己無力、痛苦、無助、壓力、驚慌、慌張，想要伸手安慰主角，但卻不能的痛苦，輔角選擇不以「個化之我」的回應方式，而將原初觸動的感受表達出來，輔角自然引發創造人際互動新的形式，而經驗到人際關係的融通現象。

自發性是心理劇治療理論的重要概念，而在心理劇理論文獻的說明，自發性是一個

「概念」而非一個「現象」或「經驗」，因此也讓人很難掌握自發性經驗的內涵。本研究透過現象學的分析，發現自發性經驗現象的結構，包含兩個自發性行為的向度，一是縱向聯繫作用：話語—身體感受，一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行為向度，且這兩個向度具有交互影響的動態歷程。而自發性經驗現象中，身體感的生發與創造是一個重要的關鍵因素。透過本研究，在心理劇理論與現象學的眼光接合之處，在理論與臨床實務的對話中，我們有機會從心理劇輔角的經驗，解明自發性經驗的現象，藉以擴大並充實心理劇治療的理論，是為本研究的貢獻之處。

參考文獻

- 李維倫 (2004)。作為倫理行動的心理治療。《本土心理研究》，22，359-420。
- 李維倫 (2007)。心理治療的倫理現場：說話做為倫理照顧技術之探討。論文發表於中央研究院民族學研究所主辦之「本土心理與文化療癒研究」第三屆研習營，台北。
- 李維倫、賴憶嫻 (2009)。現象學方法論：存在行動的投入。《中華輔導學報》，47 (1)，112-143。
- 余德慧 (2010)。人文的身體怎麼說？從德勒茲的內在性談起。論文發表於慈濟大學人文臨床與療癒研究室所主辦之「2010 人文臨床與療癒研究發展研討會」，花蓮。
- 洪雅琴 (2005)。受保護管束犯罪少年心理分析治療的詮釋現象學研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文，未出版，台北。
- 楊大春 (2003)。梅洛龐蒂。台北：生智。
- 陳鏡如譯 (2002)。心理劇入門手冊。台北：心理。M. Karp, P. Holmes, & K. B. Tavon (1998). *The handbook of psychodrama*. London, England: Routledge.
- 韓桂玲 (2010)。吉爾·德勒茲身體創造學的一個視角。《理論月刊》，2，51-53。
- 龔卓軍 (2006)。身體部署：梅洛龐蒂與現象學之後。台北：心靈工坊。
- Obert, M. (2005)。生活世界、肉身與藝術——梅洛龐蒂、華登菲與當代現象學。《台大文史哲報》，63，225-250。
- Darwin, C. (1872). *The expression of the emotions in man and animals*. London, England: The University of Chicago Press.
- Collins, L. A., Kumar, V. K., Treadwell, T., & Leach, E. (1997). The personal attitude scale: A scale to measure spontaneity. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 49(4), 147-157.
- Goldman, E. E., & Morrison, D. S. (1984). *Psychodrama: Experience and process*. Dubuque, IA: Kendall

Hunt.

- Jung, C. G. (1921). *Psychological types*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). New York, NY: Harper & Row. (Original work published 1962)
- Hollander, S. L. (1981). Spontaneity, sociodrama and the warming-up process in family therapy. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 34, 44-53.
- Karp, M. (1994). The river of freedom. In P. Holmes, M. Karp & M. Watson (Eds.), *Psychodrama since Moreno* (pp. 39-60). New York, NY: Routledge.
- Kipper, D. A. (2005). The spontaneity assessment inventory: The relationship between spontaneity and nonspontaneity. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 58(3), 107-118.
- Kipper, D. A. (2006a). The spontaneity assessment inventory, anxiety, obsessive-compulsive tendency, and temporal orientation. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 59(1), 23-24.
- Kipper, D. A. (2006b). The canon of spontaneity-creativity revisited: The effect of empirical findings. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 59(30), 117-126.
- Kipper, D. A. (2007). The revised spontaneity assessment inventory (SAI-R); Spontaneity, well-being, and stress. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 59(3), 127-136.
- Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama, first volume*. New York, NY: Beacon House.
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive? : A new approach to the problem of human interrelations*. Washington, DC: Nervous & Mental Disease Publishing.
- Moreno, J. L., & Moreno, Z. T. (1975). *Psychodrama: Third Volume*. New York, NY: Beacon House.
- Nolte, J. (2008). *The psychodrama paper*. Hartford, CT: Encounter.

收件日期：100年3月23日
複審一日期：100年9月15日
複審二日期：100年10月9日
通過日期：100年10月10日

Spontaneity in Psychodrama: A Phenomenological Research of Being Auxiliary

Shu-Yu You

Taipei Municipal University of Education

Wei-Lun Lee

National Dong Hwa University

This study aims at revealing the experiential structure of spontaneity in psychodrama using a phenomenological method. Five participants with the experience of being spontaneous auxiliaries in psychodrama were chosen and invited to describe their experience. Phenomenological analysis (Lee & Lai, 2009) was applied to the descriptions of experience. Two main findings were obtained. 1. The experiential structure of spontaneity in psychodrama consisted of two dimensions of behaviors. One was the vertical dimension, indicating the words-bodily feelings connection, and the other was the horizontal dimension, indicating the interpersonal verbal and nonverbal communication. Through the scene-setting, playing the role, or interacting with the protagonist, the auxiliaries in psychodrama came to experience psychological or bodily feelings and they might also feel urgent to speak out the experience in interpersonal realms. The auxiliaries experience themselves as being spontaneous as they can express what they felt bodily and psychologically. 2. In the experiential structure of spontaneity, the experience and expression of bodily feelings were the key. Through this study, various significant features regarding spontaneity in psychodrama were clarified.

Keywords: bodily feelings, hermeneutic phenomenology, psychodrama, spontaneity