

心理劇中「替身經驗」現象的探究*

游淑瑜**

蔡瑋芸

臺北市立大學心理與諮商學系

員工協助服務中心

本文的目的在於以詮釋現象學的方法，嘗試揭露心理劇中替身經驗的結構內涵。本研究透過公開招募的方式，招募具有人際議題，並想透過心理劇替身技巧幫助其解決人際議題的成員5位，其中研究者會邀請5位受過250小時以上心理劇治療訓練的成員擔任替身5位，邀請5位受過三年以上心理劇治療訓練的成員擔任輔角。本文的臨床操作是在心理劇治療場境，透過替身場景進行暖身，促進主角與替身的對話。替身場景約進行約30-60分鐘。本研究於替身完後，即請替身撰寫替身經驗描述文，有關經驗描述文本的分析，則遵循著李維倫與賴憶嫻（2009）提出之現象學分析方法五步驟進行資料分析。本研究結果發現替身經驗普遍結構的二個行為向度：一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動。替身會傾聽主角、輔角互動的口語語言與非口語語言，引發身體感受，進入主角的經驗脈絡；二是縱向聯繫作用：話語—身體感受。替身在替身場景中，替身經驗到身體、心理的感受，進入主角經驗脈絡，理解主角的置身所在，因而說出替身話語。同時也發現自發性替身經驗歷程，替身卡住經驗歷程與替身脫卡經驗歷程。透過本研究，解明替身經驗的現象，藉以擴大並充實替身經驗的理論，並提供對同理能力訓練的參考。

關鍵詞：心理劇、身體經驗、替身、詮釋現象學。

* 本文作者感謝科技部提供補助經費，計畫編號NSC 102-2410-H-845-002。

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

DOI: 10.3966/172851862019010054006

壹、緒論

研究者近年來投身於心理劇治療的訓練，研究者認為，在諸多心理劇治療的概念中，替身能力的訓練是作為心理劇導演最基本也最重要的訓練（陳鏡如譯，2002/1998；Blanter, 1973）。再者，研究者也進行「諮商技巧」的訓練，研究者發現，替身能力的訓練，特別是透過身體姿態的模仿與體驗（游淑瑜、李維倫，2012；Darwin, 1872），常能深刻地同理個案的感受，且能幫助個案去覺察更多內在的經驗與感受。這也引發研究者去思考，如何透過替身能力的訓練，幫助學生增進其同理理解個案的能力。

「替身」（double）是心理劇治療中的重要技巧。很多的文獻提及替身的功能，如替身是作為主角的延伸，說出主角內在的聲音（Kipper, 2002），替身是主角與外在真實世界的橋樑，透過替身，主角能與外在真實世界連結（Moreno & Moreno, 1975）；也提及替身的技巧，如替身是能將自己的身體姿勢完全模仿主角的樣子（陳鏡如譯，2002/1998；張貴傑、林瑞華、蔡艾如譯，2004/2001）；也提及替身的種類，如中性的替身（胡嘉琪等人譯，2002/1996），認知性替身（Kipper, 2002）等，然而大部分的文獻都只能抽象地提及替身相關的概念。而這樣的說明中，對替身經驗的這個現象總是無法清楚描述。因此替身呈現為一個「概念」而非一個「現象」或「經驗」，無法讓人了解替身運作的經驗內涵，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把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。

為了揭示替身經驗歷程，本研究以詮釋現象學的方法進行研究，以心理劇治療中替身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「替身經驗現象」的結構內涵。其操作是透過現象學的方法，暫時先把心理劇治療替身的理論放入括弧內，把理論還原到現象場的觀察，以便於掌握替身所指稱的經驗。這個操作有助於研究者從替身的理論概念的框架中跳脫，透過現象學的協助來檢視替身經驗，亦即用現象學來照亮它，這是一個策略的運用，以避免替身的理論概念變成一種套套邏輯。如此的目的不在摧毀替身的理論概念，而是保有替身理論概念的意涵，並揭示此意涵的顯著性。

本研究意在了解，在心理劇治療中，替身經驗的歷程為何？替身經驗的結構內涵為何？本文擬對下列幾部分進行文獻探討，包括心理劇治療替身相關文獻、心理劇治療的現場性、身體感受經驗的運作與Gendlin的經驗性治療。本節除了閱覽心理劇替身重要文獻外，因替身是在心理劇治療現場中根據與主角的互動狀況而說出替身話語，因此在本節中，也針對心理劇治療現場性的概念進行探討。另外替身在心理劇治療現場中，會經驗到與主角、輔角互動的身體感受經驗，因此也針對身體感受經驗的運作與Gendlin的經驗性治療進行討論。

一、心理劇治療替身相關文獻

在本節中，擬針對替身的定義，替身的功能，替身的技巧，替身的種類，替身相關研究五部份進行文獻的閱覽。

（一）替身的定義

「替身」(double)是心理劇治療中的重要技巧，是在心理劇場中，會請主角選擇一個成員代替自己，站在主角的旁邊後面一點，代表主角心理上的另一個自我(Kipper, 2002; Toeman, 1946)，替身的身體姿勢要表現得如主角一般，並在適當時機幫助主角反應他的感受、經驗等。有很多學者提出對替身的看法，Kipper (2002)及Toeman (1946)都認為替身是作為主角心理上的另一個自我，是能夠具有生產性地說出主角內在不斷變化的「觀點」，及主角內在的「不同部分」。Moreno、Blomkvist與Rutzel (2000)認為替身代表我們內在很多的角色。也有學者認為替身可以是主角內在衝突的聲音(張貴傑等譯，2004/2001)。而Toeman (1946)認為替身是主角內在深層的經驗及影像，這些經驗及影像是主角獨自一人時，會跟自己說的話，是主角自己的隱私領域。所以綜上所述，替身是主角的另一個自我，因此舉凡作為個體的各種內在經驗、主角內在的觀點、不同部分、角色、各種衝突的聲音、內在經驗、影像等等，均是主角的替身。

（二）替身的功能

替身功能(陳珠璋、吳就君，1985；游麗嘉，1983；Kipper, 2002; Moreno et al., 2000; Moreno & Moreno, 1975; Toeman, 1946; Tomasulo, 1998)包括：(1)替身是作為主角的延伸：幫助主角能接觸內在深層的經驗及影像；幫助說出主角內在的聲音、感受與想法。(2)替身是作為導演的延伸：替身不斷提供導演有關主角內在感受與想法的各種線索與解釋，以確保這些訊息都能被聽見。(3)替身與主角的對話，能顯現主角與外在真實世界的關係，透過這個對話，替身須能幫助主角將內在沒有覺察，或不敢去面對的感受、經驗與想法帶到意識覺察的層次。(4)替身提供主角支持：替身提供安全信任的互動關係與支持，以幫助主角勇於冒險與更完全地互動。(5)替身是用來刺激劇中的互動，目的是要催化主角心理經驗。

（三）替身的技巧

很多學者提到替身技巧(胡萊玲譯，2004/1996；陳珠璋、吳就君，1985；陳鏡如譯，2002/1998；張貴傑等譯，2004/2001；游麗嘉，1983；Kipper, 2002; Kipper, 1986; Moreno et

al., 2000; Moreno & Moreno, 1975; Sachnoff, 1991; Toeman, 1946; Tomasulo, 1998), 研究者將這些替身技巧, 整理歸類為下列幾項: (1) 替身需能透過身體姿勢的模仿, 進入主角的位置: 替身採取與主角同樣的身體姿態, 模仿主角的動作、面部表情及與主角同步呼吸, 開放自己全心投入到主角的角色之中, 去接收主角所提供的姿態、音調、姿勢轉變、猶豫、嘆氣等每一個種類的線索, 並適當的呈現出來。當替身說話時, 必須使用「我」去描述主角的想法及感受。(2) 替身與主角的關係: 替身須能催化強烈的情緒, 在主角感到害怕及沮喪時, 替身須能尊重及支持主角。替身需非常注意主角所提供的線索, 試著幫助主角表達。(3) 替身能敏感地讀到主角與外在聲音互動間那些沒有被直接地表達出來的訊息。

(四) 替身的種類

很多學者提到替身與輔角互動方式的種類(林育民, 2009; 胡茉莉譯, 2004/1996; 胡嘉琪等人譯, 2002/1996; 張貴傑等譯, 2004/2001; Kipper, 2002; Toeman, 1946; Sachnoff, 1991), 研究者將這些替身的種類, 整理歸納為下列三大類型: (1) 身體、語言操作的替身: 說明替身如何透過身體或話語操作進行替身, 又包括(a)中性的替身: 能理解主角所說的; 能透過詢問, 提供主角去思考不同選擇的機會; 能注意到主角所處的狀況, 並給主角回饋; 能給予評論的話語, 促動主角的思考。(b) 譏諷的替身: 使用幽默感或適時使用諷刺、持相反意見, 或挑撥的方式, 企圖將主角的情緒與防衛帶到覺察狀態。(c) 激發情感的替身: 透過語言及身體誇張地表達強烈的情緒感受, 來讓主角看到自己情緒隱藏的方式, 去協助主角呈現表達困難的情感, 並且降低主角在自我揭露時的內在衝突。(d) 對照的替身: 面對主角所陳述的跟主角的自我系統是相反時, 替身會去面質主角所擁有但卻不承認的情感, 替身會站在相反的立場和主角爭辯, 幫助主角可以澄清內在經驗。(e) 身體的替身: 替身運用肢體去呈現主角的語言與身體所要表達的, 替身獲得主角身體語言的線索, 並幫助主角表達出來。另替身也將自己體驗到的身體語言線索, 將非語言的訊息語言化, 幫助主角覺察自己的身體狀態。(2) 包容支持的替身: 包括(a) 包容性替身: 替身會去關注主角任何身體所經驗到的知覺、感覺、想法, 當主角處於痛苦的狀態, 替身會提供安慰、支持的功能, 像是一個夠好的媽媽一樣提供主角支持與肯定。(b) 像諮商師的替身: 替身猶如諮商師, 能進行同理、探問等, 幫助主角可以探索自己。(3) 幫助反應主角個人狀態的替身: 包括(a) 認知性替身(cognitive double): 認知性替身主要是協助主角探討非理性信念與扭曲的思考, 並作相關的引導。(b) 解釋的替身: 替身會將主角與現在表達的事件與過去事件做一些關聯, 並反應出主角的模式; 或是替身會幫助主角反映出主角有把哪些感覺類化到其他情境。(c) 加強防衛: 替身將主角習慣性地防衛機轉(如: 否認、隔離、投射、

轉移等)說出來。然而以上三大類型的替身,說明替身運用的方式、替身的角色及替身可以反映的內容,然而這樣替身分類呈現為一種概念,無法幫助實務工作者進行替身的學習。

(五) 替身相關研究

有關替身研究,大部份研究結果的發現著重在幫助瞭解替身是在哪些層面幫助主角(林育民,2009;Goldstein,1967),及替身當時的感受、經驗、想法等(林育民,2009)。另Kipper和Ben-Ely(1979)提出替身訓練對同理心增進的效果。以下說明之。

林育民(2009)以諮商心理相關係所大學以上學歷,且參與心理劇100小時以上之研究對象,經主角確認為有助益之替身,方選取該替身為本研究之主要研究參與者。並在心理劇團體結束後針對替身內隱訊息進行訪談,訪談以人際歷程回憶進行訪談,並於訪談之後,邀請該劇主角對該替身內隱訊息進行內在相似程度檢核以獲得研究資料。所謂替身內隱訊息,是指替身在作為替身的感受、經驗、想法等。此研究以發現式取向的質性研究進行分析,研究結果發現:在高相似的替身內隱訊息(所謂高相似的替身內隱訊息,是指最有助益替身的內隱訊息),在身體層面,是替身能放掉自己的想法去模仿主角身體的狀況,替身能夠體會主角的身體狀況,能知覺並反應出主角身體狀況,增進主角的覺察;在情緒層面,是替身能與主角產生情緒上的心電感應(tele)(替身能與主角做情感層面的互動,替身經驗到與主角相似的情緒),替身會提取情感經驗催化主角進入情緒層面,替身透過扮演主角進而感受到主角內在情緒;在想法層面,替身觀察主角的語言與非語言訊息並知覺其想法或需求,替身透過扮演主角,並放掉對主角的想像與引導,替身會用相似經驗和主角產生經驗上的連結。

另有心理劇替身在心理治療與諮商訓練之應用研究。Goldstein(1967)在團體治療中,運用替身技術,協助嚴重沉默的住院或門診患者,在團體治療中表達其內在聲音,並在治療師的引導下,運用替身來幫助主角表達,幫助主角逐步地嘗試說出主角的感受。若主角仍舊無反應,治療師則會配合鏡觀、角色交換等技巧,幫助主角說出話語,並因此減少主角的偏離否認(acquiescence-denial)的典型反應,逐步提升患者(主角)增加對自己內在聲音的回應與表達。Kipper和Ben-Ely(1979)在同理心訓練研究上,採心理劇的替身方法,反思法,與講授法的三種來促進同理心能力,並配合不接受訓練的控制組,在訓練前與後,透過同理心量表進行測量,研究結果顯示,心理劇的替身方法在同理心中產生最大的改善。

上述文獻說明了替身定義、功能、技巧的概念以及研究發現,但這些定義、功能、技巧的概念及研究有幾個重點,是替身需能透過身體姿勢去模仿主角,替身需能說出主角的內在感受、經驗與想法,替身需能與主角互動,同時替身有不同種類話語的說出。然而這些重點

都呈現為一個「概念」而非一個「現象」或「經驗」，無法幫助心理劇研究者了解替身的改變機制為何，也無法幫助實務者掌握替身在心理劇治療場境中是如何運作的，因此本研究擬透過替身經驗的描述去了解替身經驗的內涵為何。

二、心理劇治療的現場性

心理劇的替身是在心理劇治療現場中，根據與現場互動的狀況，自發地表達話語，因此本節擬進一步探討心理劇治療現場的相關文獻。

在心理劇文獻中，Kipper（2002）及Toeman（1946）指出心理劇現場中替身與主角的互動狀況。Kipper（2002）認為替身就是讓自己投身於互動中，透過互動去體會主角的經驗。替身從與主角互動的行動中，體會某些經驗，而這些經驗可能就是主角問題的本質，而Toeman（1946）指出替身的歷程也許是主角與替身雙向地來回過程，替身與主角彼此是一種心電感應（tele）的互動關係，亦即雙方能進入彼此的心靈中，雙方的感受與想法彼此互相交織，影響著彼此。所以從Kipper（2002）及Toeman（1946）的經驗，替身是投身於互動中，且是與主角一種雙向來回的心電感應（tele）的互動關係。

而有關心理治療的現場性，李維倫（2007）認為心理治療現場包含治療者與受助者的「在現場」一個流動的、模糊的、複多的身體感受經驗，其中可能包含了治療者與個案兩者的相互覺知與相互引動，以及其他種種心思的湧動。而游淑瑜、李維倫（2012）以心理劇治療中具自發性的輔角為研究對象，發現輔角在心理劇場景中與主角的互動對應中，輔角內在會經驗到身體、心理的感受，或是想說出的話語。如輔角能據此身體感受對主角的語言及非語言行動加以回應，輔角感受到與主角的融通經驗，此即輔角的自發性。從李維倫（2007）及游淑瑜、李維倫（2012）的發現，可以瞭解在治療現場中，不論是治療者或受助者間，或是輔角與主角間，兩者間是相互覺知與相互引動，一方的語言及非語言的行動，均會引發另一方的身體與心理感受，且「在現場」，治療者與受助者都在經驗一個流動的、模糊的、複多的身體感受經驗。

綜合以上學者的看法，替身是投入與主角的互動過程中，且在心理劇治療現場中，替身與主角是一種相互覺知與引動的歷程，主角的語言與非語言行動，可能會引發替身經驗到一些流動的、模糊的、複多的身體感受經驗，同時替身對身體感受經驗的覺察及表達，是一個很重要的關鍵。

三、身體感受經驗的運作與Gendlin的經驗性治療

在前面文獻中提及，替身在心理劇場景中，替身與主角是互為主體，同時身體經驗的感受也是替身的重要關鍵。而在心理劇場中，有功能的替身會不斷跟著主角，當主角卡住時，替身會繼續深入探索主角的經驗，替身是處在一個經驗流動的歷程中，而Gendlin（1962, 1964, 1974）提及這樣的概念。因此在本節中，擬探討身體感受經驗運作及探討Gendlin（1974）的經驗性治療。

（一）身體感受經驗的運作

替身與主角是一個互為主體的歷程，在本節中擬去探討身體與他者的概念。Husserl（1973）從身體理念來闡述「主體際性」的概念，並用「移情」的現象來說明個體如何透過身體去理解他人。龔卓軍（2006）提出：「所謂移情的現象是我們的身體總是感覺的自身，總是當下地『在此』向我給出，因而我的身體構成了理解他人的一個軸心參考空間，是我們對『他者』想像的出發點。透過身體的相互類比效果，也透過他者的共現，不斷提供共現內容，通過連續顯現作用的結合及通過期望應用於這種顯現作用的聯想要求，一種前後一致的確認就成為可能（57頁）。」龔卓軍（2006）以胡賽爾對移情現象的分析，指出第一人的身體經驗與身體空間的想像構成了主體際性源起的必要條件，這些條件使我們不僅得以和別人同時分享著「共通的自然世界」，得以想像別人身體動作所帶有的意象，也使我能夠通向異文化。同時身體是作為一種意向的表達，身體本身即是一個存在的基本表達，不僅是我們與他者共存的基礎，也是我們通向他者意向的根本中介，而Merleau-Ponty（1962）則指出身體作為「採取態度」的恆常中介，建構出擬似當下，因而是我們與時間與空間建立聯繫的中介，換言之，透過意向性的原始運動，將身體投向世界，身體才活出了時間與空間的整體，以身體感的在場帶動了生活時間與空間的感受，而在與他者的關係中，我們也據此感受通向他者的意向，因此理解他人的置身。

從以上文獻的探討，個體之所以可以理解他人，是因首先我們能經驗自己的身體經驗與空間，同時身體在其處境中是一個存在的表達，也即，身體投向世界，作為一個中介，以此通向他人的意向，成為理解他人置身所在的基礎。

（二）Gendlin的經驗性治療

在經驗治療學派中，Gendlin（1962, 1964, 1974）強調歷程取向的觀點。他認為人是處在一個與週遭人事物遭逢互動的經驗流中，當個體與外在世界人事物的遭逢，特別是個體是以其肉身寓居於世的觀點（Merleau-Ponty, 1962），個體會經驗到身體心理的感受與經驗，如

果個體允許感受感覺可以形成，而個體可以與這個感受感覺在一起，並且個體以其身體的感受或對事件的知覺為基礎，個體有足夠的互動經驗的完成，個體即能與人事物互動產生一個具體清楚的意義。接著下一個語言與行動形成，然後個體再返回感受感覺的層次，持續循環這樣的歷程，個體即能發揮自發的有機體的功能。然而個體有時會缺乏重要的互動型式，或是個體沒有適當互動的機會，或是在互動的過程中，個體沒有形成完整的互動的反應，互動被阻礙，也因此產生內在的阻礙與干擾，因此讓個體無法在與人事物的遭逢中，持續其經驗流的流動，因此個體的自發能力即因此受阻。

從以上文獻的觀點，身體是一個在空間與時間的整體，個體會以其身體的感受或對事件的知覺為基礎，透過與周遭人事物的遭逢，持續其經驗之流。同時身體作為一個中介，通向他人的意向，成為理解他人置身所在的基礎。而作為替身，需以身體感受到的感覺（felt sense）為基礎，透過聚焦於個案具體的感受，幫助個案理解自己所處的處境。而透過本節的探討，研究者好奇究竟在心理劇場中，替身的身體感受經驗是如何運作，因此能促動主角的療癒，這也是本研究想進一步探究。而綜合以上有關替身的概念，本研究的研究問題如下：在心理劇場中，替身的經驗歷程為何？心理劇中替身經驗的結構內涵為何？

貳、研究方法

本研究以詮釋現象學的方法進行研究，因此在本節中，將先以下幾部分進行說明：詮釋現象學方法，研究對象，研究的場域與設計，資料收集與分析方法，資料分析的可靠性檢驗，本研究相關倫理議題思考與說明。

一、詮釋現象學方法

在本研究中，擬以心理劇中替身經驗歷程為研究標的，並嘗試去描述替身經驗的結構內涵。替身的過程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，我們可以把替身經驗歷程的檢證工作，從注重因果邏輯的實證科學研究，轉為發現事物關聯結構的詮釋現象學研究，亦即透過詮釋現象學的研究，我們可以去了解替身經驗的結構。然而我們也不否認，現象學的方法確實無法窮盡心理劇替身經驗的知識，不過不否認替身經驗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替身經驗相關聯的某個面向。而當把現象學引入時，我們暫時先把心理劇替身知識放入括弧內，意指我們暫時先把心理劇替身的理論、概念、信念先懸置起來，也就是當我們在進行替身經驗現的考察，先不受這些理論、概念、信念的侷限與影響，試著從替身的經驗描述文來考察替身經驗中，替身的經驗歷程為何？替身經驗現象結構內涵為何？透過對替身經驗描述文的考察，以現象學的態度進行考察，讓替身經驗能從隱晦不明之處能被照亮，而能真正獲取替身的經驗結構內涵，而不是受既有理論、概念、信念的侷限與影響。

在本研究中，研究者收集心理劇中替身的經驗描述文本，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，去揭露心理劇替身經驗是如何被活出來的形構作用，亦即抵達替身經驗的存在的可能性。

二、研究對象

本研究是要探究替身經驗的內涵，因此選取有受過250小時以上心理劇治療訓練的成員擔任替身，因為在心理劇治療實務訓練中，最初的250小時強調替身能力的訓練，而接受過250小時以上的心理劇治療訓練，表示在替身能力達到一定的標準，因此選取為本研究擔任主角的替身。研究者在替身擔任替身後，即請替身撰寫經驗描述文本，研究者並依此經驗描述文本進行資料分析。在本研究中，共選取五位研究對象，包括瑜、明、鈴、超、霖等五位替身。這五位替身均是心理師，且接受過250小時以上的心理劇治療訓練。

三、研究的場域與設計

本研究透過公開招募的方式，招募具有人際議題，並想透過心理劇替身技巧幫助其解決人際議題的主角5位，研究者並邀請5位受過250小時以上心理劇治療訓練的成員擔任替身，邀請5位受過三年以上心理劇治療訓練的成員擔任輔角。

每位主角排定2小時的時間，透過替身技巧幫助主角處理人際議題。因為本研究是要對替身經驗內涵進行探究，擬收集更多替身經驗歷程的資料，因此運用替身場景的方式進行替

身，並運用替身技巧幫助主角面對人際議題。所謂替身的場景，是指研究者會邀請主角選取一位輔角（由輔角群中選出）擔任主角人際議題的對方，可能是主角的媽媽、爸爸、朋友等。另請主角選取一位自己的替身（由替身群中選出）。而此時的場景，是輔角坐在主角的對面，而替身則坐在主角的旁邊，斜後方一點點，以確實能透過與主角的靠近，展現與主角同樣的身體姿勢，能進入主角的角色，體會主角內在的經驗感受。而在替身場景中，導演會先請主角扮演人際議題相對的一方，透過晤談輔角（此時由主角扮演），瞭解輔角這個人，及輔角與主角的關係，同時也問輔角想跟主角講什麼話，以開啟輔角與主角的對話。後導演會請主角回來當他自己，由輔角開始與主角對話，導演可以進行幾次的角色交換（亦即主角當輔角），後再回來當自己，一方面可以促動輔角與主角的對話，展開主角人際的議題，一方面幫忙暖身輔角，促動其作為一個具自發性的輔角。一旦輔角與主角的對話可以展開，主角的人際議題慢慢呈現，此時替身即坐在主角旁邊，幫助主角說出其內在經驗，在替身的場景約可進行30-60分鐘。在這過程中，如替身卡住，導演會協助替身，後即交由替身持續幫助主角。如果透過替身場景這個過程，主角可以因此走過此人際議題，則治療過程就停在這裡。如果在這個過程，主角仍卡在其人際議題，導演會以其他心理劇的治療介入技巧幫助主角。在五位主角中，有四位主角以替身場景幫助主角處理人際議題，一位主角另加入具象化的方式幫助主角。本研究以替身場景進行資料的收集，是因一般心理劇治療過程中，導演會交叉使用心理劇的各種技巧，因此無法有比較完整的替身經驗歷程，故以替身場景為本研究的場域，以進行替身經驗歷程的資料收集。

而本研究也邀請一位具有美國認可執照的心理劇導演，當替身卡住時，導演會協助替身進行替身的過程，替身透過導演的幫忙，會再回到替身的角色，繼續以替身技巧幫助主角。

研究者在本研究中的位置，主要是計畫、執行整個研究的過程，包括邀請主角及研究對象（替身），協助執行本研究的研究場域，請研究對象撰寫經驗描述文，進行資料的分析，及撰寫研究論文。

四、資料收集與分析方法

本研究的研究操作是，替身擔任完替身後，研究者即請替身撰寫經驗描述文，並獲得經驗描述文本。而經驗描述文本的收集說明如下：（1）研究者請替身進行「作為替身之經驗描述」主要針對以下幾個問題進行經驗描述，包括作為替身，坐在主角旁邊，自己作為替身的經驗為何？聽到主角與輔角的對話，自己作為替身的經驗為何？聽到輔角的話語，自己的經驗為何？是什麼讓你在這過程中，想講這些話？你內在的經驗為何？（2）請替身回去寫經驗描述文；（3）研究者針對經驗描述文，如有不清楚之處，針對經驗描述文，澄清不清

楚之處，並由研究者補充經驗描述文，後請擔任替身者檢核經驗描述文的正確性。替身核對後，其確實為其經驗描述，即成為本研究欲進行研究分析的經驗描述文本。

研究者並以李維倫與賴憶嫻（2009）提出之現象學分析方法六步驟針對經驗描述進行資料分析，也參考游淑瑜、李維倫（2012）資料的分析步驟進行分析，包括：（1）資料蒐集：蒐集替身的經驗描述文本；（2）沈浸閱讀：研究者不斷閱讀替身的經驗描述文，以對通篇描述文有整體的掌握；（3）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；（4）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。主題的選擇與安排著眼於經驗環節結構的考量，而進一步進行經驗結構的勾劃；（5）置身結構描述：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；（6）普遍結構的獲取：以五個研究對象的經驗置身結構描述，獲取替身經驗歷程的普遍結構。因為限於篇幅，具體資料分析過程的示例，無法詳細列明，但已提供充份的參考文獻，供讀者進一步瞭解所需。

五、資料分析的可靠性檢驗

有關資料分析可靠性的檢驗，本文依據李維倫與賴憶嫻（2009）提出現象學研究的信效度判準進行資料分析的可靠性檢驗，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，本研究符合這三個一致性，以下說明。所謂「內容與勾劃的一致性」是指，研究中的分析結果與自然描述是貼近的，並沒有來自自然描述之外的材料。本文採取李維倫與賴憶嫻（2009）現象學分析方法的六步驟分析法，從經驗描述文本、沉浸閱讀、意義單元的拆解與改寫、主題構成、置身結構描述、普遍結構的獲取等，整個分析過程均紮根於研究對象的生活經驗（即經驗描述文本），在經驗描述與結果分析有具體的聯繫，結果與資料之間有著一致性，因此具有內容勾劃的一致性。而所謂「與資料關聯的一致性」是指，因為我們的分析結果是採描述的方式，在經驗結構勾劃出來的同時，也呈現經驗環節間的一致性。特別本研究分析方法中，在第四步驟構成主題部分，因牽涉到不同主題的整併，而主題的選擇與安排著眼於經驗環節結構的考量，而進一步進行經驗結構的勾劃。因此具有資料關連的一致性。所謂「與生活現象關連的一致性」是指，我們不只從本文中認識替身的經驗歷程，同時透過本文的研究結果也能夠受啟發，對其他治療現象有進一步的思考與了解。

六、本研究相關的倫理議題思考與說明

(一) 知後同意與保密的倫理議題

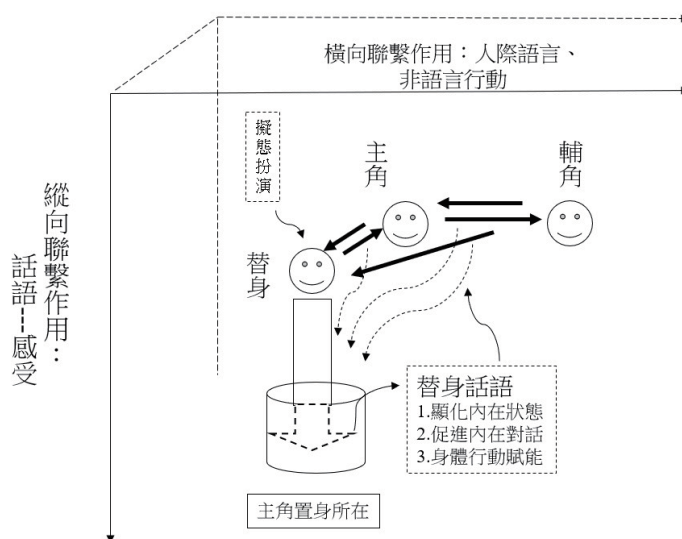
本研究在進行招募主角的過程中，即告知這是一有關替身經驗歷程的研究，整個主角、替身、輔角的對話過程均會錄影、錄音，對話過程會被謄為逐字稿並進行資料分析。但資料的分析與呈現過程均會遵守保密原則。並告知替身在擔任替身完後，需撰寫替身描述文及接受訪談。

(二) 主角受益權

本研究以替身場景的場域，並運用替身技巧幫助主角處理人際議題，有可能會引發主角一些深層的經驗，為保障主角的受益權，因此在替身過程中，如需進一步運用心理劇技巧，導演會視狀況適時介入與協助。

參、研究結果

在本研究中，研究者依據五位替身經驗描述文本進行資料分析，而獲得替身經驗的普遍結構（如圖一）。而從研究結果發現五位替身經驗的置身結構又呈現不同的經驗面向主題，以及發現自發性替身經驗現象與替身卡住經驗現象及脫卡經驗歷程，以下將一一說明。



圖一 替身經驗現象普遍結構圖

一、替身經驗現象的普遍結構圖

本研究依據瑜、明、鈴、超、霖等五位替身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替身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，而獲得替身經驗現象的普遍結構，如圖一所示。替身的經驗在替身場景中呈現出兩個行為的向度，一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動，是替身與主角、輔角互動的現象場，替身會傾聽主角的口語、非口語行為；輔角與主角的口語、非口語互動；或輔角的口語、非口語行為，引發身體感受，進入主角的經驗脈絡。一是縱向聯繫作用：話語一身體感受，這個向度說明了替身在替身場景中，替身透過擬態扮演，或是替身在替身場景中與主角、輔角的互動中，替身內在經驗到身體、心理的感受，進入主角經驗脈絡，理解主角的置身所在，因而說出替身話語。而替身即在替身場景中，不斷地進入主角、輔角互動現象場，引發身體感受、說出替身話語的循環動態歷程中。

二、替身經驗現象普遍結構不同經驗面向主題

以上依據五位替身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。本節以下將說明置身結構的各個經驗現象主題。

（一）替身透過擬態扮演進入替身角色、狀態

本研究中五位替身，在其作為替身的經驗中，均透過「擬態扮演」的方式嘗試進入替身的角色狀態，或進入主角的經驗脈絡，或體會主角的感受。所謂「擬態扮演」就是模仿主角的身體的姿勢與動作，透過擬態扮演，讓自己成為主角，幫助自己調整自己的狀態，進入替身的狀態或主角的狀態與感受。如明、超與瑜均提到「我需要不斷模仿主角的動作來調整自己的狀態，進入主角的狀態（1030308）（1030515）（1030122）」；鈴也提到「於是我試圖以身體的姿態跟隨著主角身體姿態的作法，幫助自己進到理解替身的位置中（1030418）」；霖與超提到透過模仿主角的姿勢動作，而感受到一些感受。

如霖提到「我坐在主角身後一點點，並嘗試從身體的動作進入……在跟著主角做這些動作時，身體的動作逐漸帶出一些內在焦躁感（1030607）」。超提到「這當中主角有一些手

上的姿勢，我盡可能的模仿主角的動作，在這個過程中，我覺得很煩（1030515）」。

（二）替身透過擬態扮演或替身傾聽主角、輔角的口語、非口語行為互動，引發身體感受，進入主角的經驗脈絡，進而說出替身話語，顯化主角的內在狀態的經驗主題

在這個經驗主題中，替身說出「關係中個人狀態」話語、「關係狀態」話語，顯化主角的內在狀態。說明如下：（以下標題會運用「--」及「（）」來表示，以顯示替身說出替身話語的脈絡性及順序性。在每個標題下，即會說明本標題概念之意義。）

1. 「擬態扮演—身體感受—替身話語（關係中個人狀態）」的經驗主題

在這個經驗主題，替身透過擬態扮演而感受到身體感受，替身並據此感受說出「關係中個人狀態」的替身話語，並幫助主角接觸自己的經驗。所謂「關係中個人狀態」的替身話語是指，替身透過擬態扮演，感受到主角在與輔角關係互動時的個人狀態，個人狀態是主角與輔角互動時，主角個人內在出現的感受、想法、觀點、渴望等。而「關係中個人狀態」的替身話語，可能包含同理的替身話語（替身幫助主角說出主角的感受）、觀點或想法的替身話語（幫助主角說出主角的觀點、想法）、渴望的替身話語（替身幫助主角說出主角的渴望）、接納自我的替身話語（替身幫助主角接觸及接納自己的感受）等。如替身霖透過與主角一起揮動出氣棒，而感受到主角對輔角的生氣及生氣的內涵，霖說出觀點或想法的替身話語「連心理師都不知道要評估，是白癡嗎（1030607）」，「你研究所白唸了（1030607）」，幫助主角表達出內在的想法，而透過霖的替身，幫助主角有機會接觸自己生氣的感受。替身超也透過身體姿勢的模仿，而感受到煩的心情，於是超說出同理的替身話語「我很煩（1030515）」，超的經驗為「我盡可能的模仿主角的動作，在這個過程中，我覺得很煩，所以我對主角說『我很煩』，……當我聽到主角說『對』時，我知道我的感覺是對的……接著主角談起自己無力再做什麼的困境（1030515）」。

2. 「傾聽理解主角口語行為（主角與輔角口語、非口語互動）—身體感受—替身話語（關係中個人狀態）」的經驗主題

在這個經驗主題，替身透過傾聽主角口語行為或主角與輔角口語、非口語互動而感受到身體感受，替身並據此感受說出「關係中個人狀態」的替身話語，並幫助主角接觸自己。對瑜來說，聽到主角說，主角面對與先生的關係，必須當潑婦，但又會被家人批評，對此，主角首先提到覺得不想管別人的批評，因他們不了解我，但表示自己會有受傷的感覺，瑜認為主角會感覺到受傷與難過是正常的，瑜同理主角的受傷與難過，同時瑜說出接納自我的替身話語「我可以難過嗎？（1030122）」，幫助主角可以接納自己難過的感受。對瑜來說，聽

到主角對先生說：「婚姻過程雖然很辛苦，但努力溝通還是有一點效果，平常我們的關係好像很好，但當你突然大聲罵我時，這個給我的感覺是更可怕的（1030122）」，聽到主角說的，先生聽了更生氣，瑜感覺主角面對先生的凶與大聲似乎說不出話來，且瑜也感受到先生這麼生氣，這不是主角想要的，主角想要的是與先生有不錯的關係，於是瑜幫助主角說出渴望的替身話語：「我們的關係其實……滿不錯的，我們有滿多的契合……其實我很想跟你維繫我跟你的關係，有更好的關係（1030122）」。主角跟著替身說出這些話語，主角更理解自己想要與先生的關係。

3. 「傾聽理解主角口語行為（輔角口語、非口語行為，主角與輔角的互動對話）一身體感受—替身話語（關係狀態）」的經驗主題

在這個經驗主題，替身透過傾聽主角口語行為或輔角口語、非口語行為或主角與輔角的互動對話而感受到身體感受，替身並據此感受說出「關係狀態」的替身話語。所謂「關係狀態」的替身話語是指，替身運用自己感受到的身體感受，替身說出替身話語，不僅反應出主角在關係中的狀態，同時也反映出主角與輔角目前關係卡住的樣態。如對明來說，看到輔角惡魔的形象（主角侄子生氣暴怒的樣子）被具象化出來，明也感到害怕與恐懼，同時當聽到主角的話語「我害怕，我沒有辦法（1030308）」，明就想到主角講到與姊夫相處的經驗（姐夫對姊姊有家暴的歷史），明覺得自己處在這個害怕中，明於是說出替身話語「我好害怕他變成那個樣子，變成前姊夫那樣，會威脅到我們的生命安全（1030308）」。鈴聽著主角與對角的對話，聽到輔角說：「你人太好，且你的伴對你不好，你在關係中付出較多（1030418）」，鈴忽然感覺到輔角的不願意放棄追求主角，於是鈴反應給主角「她是否很想要追我（1030418）」，主角表示同意，主角也進一步補充說輔角一直要證明她比自己現在的伴好。對超來說，與主角討論如何與輔角溝通時，聽見主角不斷重複同樣的話「他做計畫案還可以，怕他做個管（1030515）」時，超感受到「不舒服」的感覺，感受到被輔角威脅成功了，同時也感受到「不甘心」的感受，因而說出替身話語：「可是我又不甘心，這樣好像又被他威脅到（1030515）」，主角經驗到自己的不甘心。

（三）替身透過傾聽主角、輔角的口語、非口語行為互動，引發身體感受，進入主角的經驗脈絡，進而說出替身話語，促進主角的內在對話的經驗主題

在這個主題，替身說出「現實取向」話語、「探問」話語，「擴展新觀點」話語促進主角的內在對話，說明如下：

1. 「傾聽主角口語行為（主角與輔角非口語互動行為）—身體感受—替身話語（現實取向話語）」的經驗主題

在這個經驗主題，替身透過傾聽主角口語行為或主角與輔角的非口語互動行為，而感受到身體感受，替身並據此感受說出「現實取向」的替身話語。所謂「現實取向」替身話語是指，主角與輔角在現實環境中遇到關係卡住的狀態，替身幫助主角思考，在輔角的這個狀態下，主角可以處理的方向或可以面對的方式。如對超來說，超聽到主角說「對，不只煩、而且累……已經不想再做什麼了的感覺（1030515）」，讓超也感覺到無力且不知該怎麼辦，超於是依此感受採取詢問主角「我能怎麼辦？（1030515）」的替身話語，幫助主角不是陷在無奈的感受中，而去思考可以怎麼處理。對瑜來說，看到主角對先生說出自己會被嚇到，先生則不斷說是自己搞不清楚狀況，主角很無奈地在笑，瑜也感受到無奈的感受。瑜進一步詢問「我要怎麼辦？（1030122）」。

2. 「傾聽主角口語行為（主角與輔角口語、非口語互動行為）—身體感受—替身話語（探問）」的經驗主題

在這個經驗主題，替身透過傾聽主角口語行為或主角與輔角的非口語互動行為，而感受到身體感受，替身並據此感受說出「探問」的替身話語。所謂「探問」替身話語是指，主角傾聽主角的口語行為，或傾聽主角與輔角互動的非口語行為，替身感受到對主角狀態的疑惑，因此進一步詢問、探問主角的狀態。如對超來說，超聽到主角說「搞不好我會比輔角先離職」，超感覺到困惑，並向主角詢問「那為什麼今天我們要找輔角來談？（1030515）」，透過替身的回應，主角去澄清自己為甚麼想找輔角來談。瑜聽著主角與輔角的對話，及觀察主角的非口語語言（主角笑），瑜感覺到雖然主角心裡不舒服，嘴巴也說不同意，但心裡卻覺得蠻快樂的，瑜於是把這樣的感受與觀察反應給主角：「我覺得我跟我老公的關係，雖然我很想他改變，可是我其實跟他這樣辯，我好像也蠻高興的耶，有嗎？（1030122）」，透過這個探問，也幫助主角瞭解原來此時此刻與先生的互動並不是現實環境中先生表現的方式。

3. 「傾聽主角口語、非口語行為—替身話語（擴展新觀點）」的經驗主題

在這個經驗主題，與前面經驗主題不同之處是，替身透過一連串傾聽主角口語、非口語行為，輔角的口語、非口語行為或主角與輔角的互動對話，替身能理解主角在關係中的個人狀態，以及主角在關係中的狀態，但替身能提出新的觀點，幫助主角擴展原來的思維。如對瑜來說，主角面對自己與先生的關係，好像不得不當潑婦，主角覺得自己很沒氣質，聽到主

角的回答，瑜提出另一個觀點幫助主角思考，瑜對主角說「這是一個防衛性動作，任何人碰到這個狀態，都會是如此的（1030122）」。對明來說，聽到主角說「侄子有兩年是跟著前姊夫住，回到家裡他爸也蠻陰晴不定的，他就必須想很多策略來應付（1030308）」，明聽到主角的話語，即進一步運用擴展觀點的替身話語「他很辛苦，為了在爸爸身邊活下來，他就必須發展一些東西（1030308）」，幫助主角可以進一步理解輔角的狀態。

（四）替身傾聽輔角口語、非口語行為或主角非口語行為，透過身體行動，賦能主角

1. 「傾聽理解輔角口語、非口語行為（主角非口語行為）—身體感受—替身話語（支持、握手）」的經驗主題

在這個經驗主題，替身看到輔角的整個身體姿態以及非口語行為，同時傾聽、觀察主角的口語、非口語行為，替身運用替身行動，即握住主角的手，讓主角整個身心狀況可以緩和和平靜下來。如對明來說，當看到輔角姿勢調整好、重現惡狠狠瞪人的眼神時，明也感受到害怕與衝突，同時明也看到與聽到主角的顫抖語氣、乾笑、身體往後退的動作，明可以理解主角的害怕，明於是握住主角的手，以支持主角，主角因此整個身體及人慢慢緩和下來。而瑜聽到主角說：「覺得常被人誤解及被忽略的感受，而好像自己不得不面對這個處境，覺得很悲傷（1030122）」，瑜可以了解主角這種悲傷，瑜於是說出替身話語「也許那是我們可以一起共同走過的課題（1030122）」，讓主角感到很安慰，也感到有力量。

（五）替身會不斷持續自發性經驗歷程

替身說出替身話語，會再回到輔角與主角互動平面現象場，傾聽主角、輔角的互動，引發身體感受，理解主角置身，再進一步說出替身話語。替身會不斷持續這樣的自發性經驗歷程。

三、自發性替身經驗歷程

所謂「自發性替身經驗歷程」是指，替身能進入主角、輔角的互動脈絡，替身透過不斷傾聽主角口語、非口語行為或輔角的口語、非口語行為，或主角與輔角的互動對話，因此產生身體的感受，並因此說出替身話語，不斷幫助主角顯化內在的狀態，或幫助主角內在對話，主角可以更瞭解自己與輔角關係的狀態。替身歷程是一個連續的過程，不斷隨著主角的狀態而運用不同的替身話語。以下舉瑜的替身歷程，說明如下。在這個經驗歷程，是由三個小段連結而成，而替身的歷程也可以再繼續，但限於篇幅，在本研究中先以三個小段、連續的替身經驗來說明：

1. 「主角與輔角的對話—身體感受—替身話語（同理）--主角口語（主角同意）—替身話語（鼓勵對話）」的經驗歷程

對瑜來說，透過傾聽主角與對角的談話，主角談到與先生看電影很快樂，但先生突然大罵，主角表示自己當時沒防備，整個很放鬆，瑜感受到自己會被先生這樣的轉變嚇到，於是瑜替身說出「是否我這樣會被嚇到？（1030122）」，主角也同意，瑜鼓勵主角跟先生說。

2. 「輔角口語（主角非口語）--替身話語（探問）--主角口語—身體感受—替身話語（現實取向）」的經驗主題

當主角對先生說出自己會被嚇到，先生則不斷說是自己搞不清楚狀況，自己不是故意的，瑜看到主角在笑，瑜即進行探問「我在笑什麼？（1030122）」主角表示是苦笑，瑜可以理解主角卡住與無奈的感受。對此，瑜進一步詢問「面對先生這樣，我要怎麼辦？（1030122）」。

3. 「主角口語—身體感受—替身話語（探問）—主角澄清為何留在婚姻中」的經驗主題

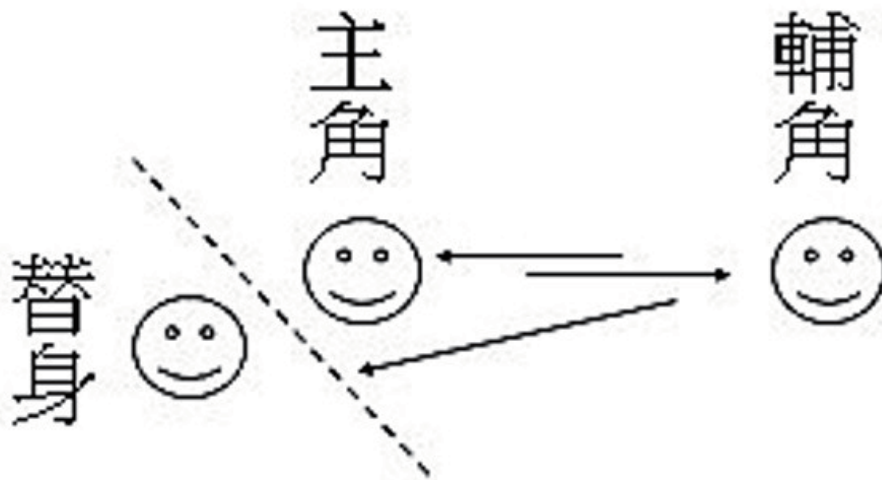
瑜聽到主角描述知道先生受原生家庭影響，自己也可以接受，但是面對與先生的相處，就是自己如果心情放鬆了，等下又不知如何應付先生，瑜感受到主角覺得無奈仍想跟先生在一起，於是瑜探問「既然是這樣，為什麼我還是繼續跟他維持這樣的關係？（1030122）」，主角表示自己與先生是重要的夥伴，包括帶孩子、興趣一致等，聽完主角描述，瑜理解自己是想跟先生在一起，但就是突然罵人這件事，自己無法接受，瑜說出替身話語「所以這點是我不能接受的（1030122）」，透過這個過程，主角較清楚自己為何仍留在婚姻中，及在婚姻中自己不能忍受的部分為何。

四、替身卡住經驗歷程及脫卡經驗歷程

相對於替身的自發性經驗歷程，替身在替身過程中也經驗卡住的經驗。本研究透過資料的分析，發現替身卡住經驗的二種置身所在及其不同經驗面向，以及替身的脫卡經驗。說明如下：

（一）替身處於與主角經驗隔絕的置身所在及其不同經驗面向

在這個替身卡住的經驗，替身處在自己的內在經驗狀態中，無法進入主角的經驗脈絡，呈現與主角經驗隔絕的置身所在，如圖二，並呈現出三個經驗面向：



圖二 替身、主角經驗阻絕置身結構圖

1. 「主角口語行為（導演與主角的對話）—不理解主角情緒狀態—卡住」的經驗主題

在這個經驗主題，替身傾聽主角口語行為或導演與主角的對話，替身無法理解主角情緒的立即轉變，或替身聽到主角陳述自己與輔角的關係，替身感覺主角的情緒很複雜，無法理解，於是替身就卡住了。如對鈴來說，聽導演與主角的對話，特別是主角陳述與輔角的關係，替身感受到主角與輔角間複雜的關係，如鈴覺得主角被逼迫，但主角又說不生氣，而是不舒服；如輔角會說一些讓主角不舒服的話（如主角人太好），但主角仍與輔角聯繫，這些複雜的感覺，讓鈴無法理解，也因此卡住。對霖來說，主角講述有關輔角安排個案的事件，霖感受到主角的生氣，因此也運用出氣棒幫助主角表達她的生氣，但主角突然停下來，並且笑了出來，主角突然情緒轉變，霖無法理解主角複雜的情緒狀態，霖處於與主角經驗隔絕的狀態。

2. 「主角口語行為（主角與輔角的對話）—身體感受—深陷情緒—卡住」的經驗主題

在這個經驗主題，替身傾聽主角口語行為或主角與輔角的對話，替身會產生身體的感受，但替身會陷在對輔角的情緒中。如對超來說，傾聽主角與輔角的對話，特別聽到輔角一些不願在心理師工作上努力的話語，如「個案應該由醫院的心理師談（1030515）」、「我做個管會搞得無法收拾……（1030515）」等，超感受生氣，又聽到主角不斷說服輔角，不

斷教輔角如何當心理師，及不斷同理輔角，超感到生氣、憤怒、心疼，無力，被威脅，超陷入於輔角的話語與行為的情緒中，超即卡住了。對霖來說，聽到主角描述輔角的狀態，如輔角以紙條告知主角個案晤談時間的安排，輔角讓主角被公司列入黑名單，輔角與主角的個案進行晤談等，霖感受到主角的憤怒與生氣，這讓霖感到「淹沒」在主角表達的生氣中，霖嘗試去替身說出主角的生氣，然而主角沒有回應，霖感到卡住。

3. 「替身卡住一對主角的主觀想法一卡住」的經驗主題

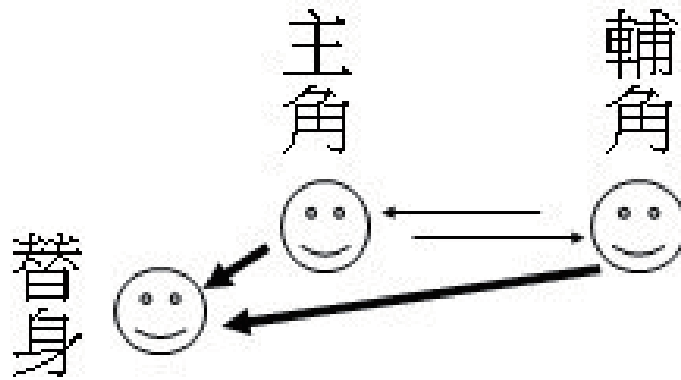
在這個經驗主題，替身透過傾聽主角口語語言，或主角與輔角的對話，或導演與主角的對話，替身可能深陷於輔角的口語與行為的情緒狀態，或替身可能鼓勵主角對輔角進行對話，輔角不斷否認，因此替身卡住了，此時替身會對主角產生一些主觀的想法，因此也無法繼續進行替身。如對鈴來說，鈴傾聽主角對輔角的描述，鈴認為輔角被慾望沖昏頭，也認為輔角是慾火焚身不知道自己想碰主角，主角同意，鈴鼓勵主角對輔角說自己的不舒服，而面對輔角的否認，鈴即卡住，鈴於是思考這是否是主角自己的幻想，鈴於是說：「到底是我的幻想還是他的幻想（1030418）」，主角未回應。對超來說，傾聽主角與輔角的對話，特別聽到輔角一些不願在心理師工作上努力的話語，超感受生氣，又聽到主角不斷說服輔角，不斷教輔角如何當心理師，及不斷同理輔角，超感到生氣、憤怒、心疼，無力，被威脅，超陷入於輔角的話語與行為的情緒中。超不認同主角同理輔角，超想照顧好主角，才能幫助主角。超認為主角太體諒輔角，輔角根本不會體諒主角，超依據這個想法，去替身主角「反正他都要走了，幹嘛還要他（1030515）」，主角並未回應。

（二）替身成為主角、輔角拒絕指向對象的置身所在及其不同經驗面向

在這個替身卡住經驗中，替身有進入主角與輔角的互動脈絡經驗中，替身理解主角的置身位置，也說出替身話語，然而當替身受到主角或輔角的拒絕，替身也感到被拒絕，替身在與主角、輔角互動中，成為一個拒絕指向的對象，替身即卡住，如圖三，說明如下：

1. 「主角口語行為—身體感受—替身話語（鼓勵對話）—主角卡住（無法對話）—替身卡住」的經驗主題

這個經驗主題，是當替身傾聽導演與主角的對話，替身會產生身體感受，替身依據這樣的身體感受，替身鼓勵主角對輔角表達，但主角不知如何與輔角說，而替身也因此卡住。如對鈴來說，聽到主角說，輔角聽到主角不跟輔角生孩子，輔角就變一個人，主角感到不舒服，鈴也感到不舒服，鈴鼓勵主角對輔角表達自己的不舒服，但主角怕會傷到輔角，主角表示不知如何表達自己的不舒服，主角卡住，替身也卡住。



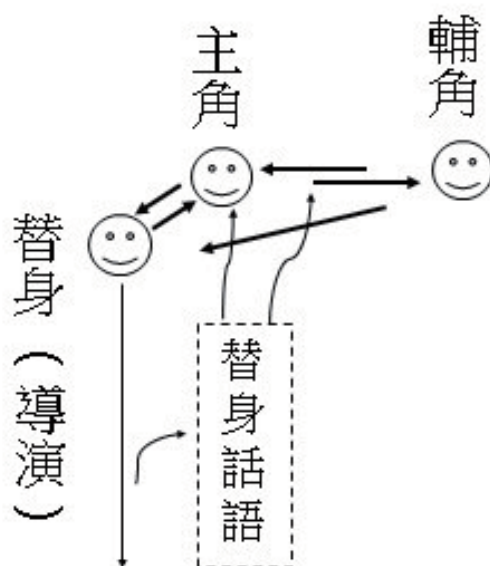
圖三 替身做為主角、輔角拒絕指向置身結構圖

2. 「主角口語語言一對輔角的想法—替身話語（鼓勵對輔角說）—替身卡住（輔角否認）」的經驗主題

在這個經驗主題，替身傾聽主角描述輔角的狀況，替身對輔角產生一些想法，主角也同意。替身鼓勵主角對輔角講出自己內在的不舒服，但面對輔角的否認，替身即卡住。如對鈴來說，聽到主角說：「當談到我跟我伴侶相處的部分，如果我沒有想聽，好朋友就應止住（1030418）」，讓鈴對輔角產生一些想法，鈴認為輔角被慾望沖昏頭，也認為輔角是慾火焚身不知道自己碰主角，主角同意，鈴鼓勵主角對輔角說：「你這樣一直要碰我，我感到很不舒服（1030418）」，聽到主角的話，輔角不斷否認，鈴即卡住。

(三) 替身脫卡經驗歷程

在本研究中，當替身卡住時，導演會以替身的角色進行替身的介入，後由替身接續替身的過程。而從以上導演進行替身介入的經驗歷程，可發現導演透過對置身所在的理解，會再回到主角、輔角的互動脈絡，導演會透過說出關係狀態的替身話語、個人關係狀態替身話語再去顯化主角的內在狀態；或導演會透過說出現實取向替身話語促進主角的內在對話，再持續替身的歷程。本研究整理出替身脫卡經驗置身結構圖，如圖四。



圖四 替身脫卡經驗置身結構圖

當面對替身不理解主角情緒，或替身深陷於對輔角的情緒，或替身對主角有主觀的想法，或是替身陷入作為一個主角、輔角拒絕指向的置身所在，替身（導演）即回到主角與輔角互動的脈絡，幫助主角顯化主角的內在狀態，如在超卡住之處，超陷入於對輔角的話語與行為的情緒中，導演以替身身份說出關係狀態替身話語「以一個作為人的角色，你是在威脅我（1030515）」時，讓超感覺被同理，也確認自己作為替身感受到「被威脅」的感受，這讓超的憤怒情緒消退，也重新以替身身份傾聽導演與主角的對話或替身會促進主角內在的自我對話，鈴鼓勵主角跟輔角講自己的感受，但輔角不斷否認，面對鈴卡住之處，導演詢問主角「面對輔角的持續否認該怎麼辦？（1030418）」，主角回應決定暫時不找她，這讓鈴感受到主角找到出路。

肆、討論與建議

本研究以詮釋現象學的方法進行研究，嘗試了解替身經驗現象的結構內涵，而發現替身經驗現象的普遍結構及不同的經驗面向，也發現替身的自發性經驗歷程，替身卡住經驗歷程與脫卡經驗歷程。在本節部分，針對本研究發現，進行討論如下：

一、替身發揮功效的關鍵

在文獻探討中提及替身的功能，替身的技巧，替身的種類及替身的研究等，發現替身在這些文獻中呈現為一個「概念」而不是一個「現象」，讓人無法掌握其具體的操作。而透過本研究，獲得替身經驗現象普遍結構圖（圖一），研究結果也說明了替身的具體操作內涵，以幫助瞭解替身如何幫助主角。以下針對此進行討論：

（一）替身需透過擬態扮演進入替身的位置

在本研究的發現中，替身需透過擬態扮演進入替身的位置，這也與文獻所提及的概念「替身需能透過身體姿勢的模仿，進入主角的位置」是相同的（Moreno et al., 2000; Moreno & Moreno, 1975）。

（二）替身需能進入與主角、輔角三方的互動脈絡

文獻提到替身的功能、技巧等，都只限於替身與主角的互動（陳鏡如譯，2002/1998；張貴傑等譯，2004/2001；Kipper, 2002; Toeman, 1946），然而在本研究的發現，替身在心理劇現場中，替身需能進入與主角、輔角三方互動的脈絡中，因而能夠進入替身角色，並因而產生身體感受，進一步說出替身話語。而所謂「進入脈絡」是指，替身需能開放整個人，替身需透過傾聽主角的口語、非口語行為，傾聽輔角的口語、非口語行為，或傾聽主角與輔角互動口語、非口語行為的互動進入互動脈絡，因為主角、輔角的口語、非口語行為的互動對話，就是一個重新演出（reenactment）的過程，這個演出的過程讓替身或治療師可以更理解事件發生的全貌，理解主角的故事內容，幫助替身或治療師可以投入主角整個身體、心理的感受（Nolte, 2014; Angus, Lewin, Bouffard, & Rotindi-Trevusan, 2004），替身透過對主角感受經驗的理解，因此理解主角與輔角所處的關係位置為何，進一步幫助主角說出替身話語。

（三）替身須能整個身體投向輔角、主角互動的現場，並以身體感的在場帶動在此互動現場的感受，理解主角的置身所在

就前所述，替身需能投入與主角、輔角的三方互動中，且替身須能「在現場」中進一步

說出替身話語，幫助主角持續經驗互動的歷程。而替身是如何說出替身話語，幫助主角持續經驗互動的歷程？Gendlin（1962）指出個體與他人互動時，互動之所以會卡住，通常是互動過程中沒有形成完整或重要的互動反應，因此替身即是要幫助形成完整或重要的互動。而Gendlin（1962）指出在與人事物互動時，個體會以其身體的感受或對事件的知覺為基礎，並透過這個知覺與經驗，個體有足夠的互動經驗的完成，個體能與人事物產生一個具體清楚的意義。而作為替身，進入主角、輔角、替身互動的脈絡中，替身要以其身體的感受或對事件的知覺為基礎，幫助主角形成完整或重要的互動。而替身如何以其身體的感受或對事件的知覺，幫助主角形成完整或重要的互動？龔卓軍（2006）指出身體本身即是一個存在的基本表達，是我們與他者共存的基礎，也是我們通向他者意向的根本中介，而Merleau-Ponty（1962）則指出將身體投向世界，身體才活出了時間與空間的整體，以身體感的在場帶動了生活時間與空間的感受，我們也據此感受通向他者的意向，因此理解他人的置身。以此觀點，替身須能整個身體投向輔角、主角互動的現場，在此現場中進行覺知與經驗（李維倫，2004；游淑瑜、李維倫，2012），活出在這個現場中空間與時間的整體，並以身體感的在場帶動在此互動現場的感受，替身是在這個主角、輔角互動的時間與空間的存在整體，因此替身能以其身體的感受或對事件的知覺，進一步說出替身話語，幫助主角形成完整的互動。而這也是自發性替身歷程的關鍵。而李維倫（2004）提出「置身所在」的概念，也是類似的概念。李維倫（2004）認為「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。而作為替身，在心理劇治療現場中，替身進入互動脈絡，整個身體投向主角、輔角互動現場，透過身體感受經驗的引動，替身因此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」，因此能說出替身話語。

（四）替身的具體操作內涵

過去文獻的閱覽，如替身的功能，替身的技巧，替身的種類，替身的研究中，均只是提出替身的概念與種類等，而透過本研究結果發現，替身透過理解主角的置身所在，進一步說出替身話語，發現替身是要同時關注於兩個層面，一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動，替身透過擬態扮演或替身傾聽主角、輔角的口語、非口語行為互動，引發身體感受，進入主角的經驗脈絡；二是縱向聯繫作用：話語—身體感受，替身透過擬態扮演，或是替身在替身場景中與主角、輔角的互動中，替身內在經驗到身體、心理的感受，進入主角經驗脈絡，理解主角的置身所在因此說出替身的話語。而替身在關注橫向聯繫作用及縱向聯繫作用下，替身說出替身話語，包括三類替身話語，顯化主角的內在狀態，替身促進主角的對話，

身體行動賦能。就替身幫助顯化主角的內在狀態，包括關係個人狀態話語（包括同理的替身話語，觀點或想法的替身話語，渴望的替身話語，接納自我的替身話語）及關係狀態話語。就替身促進與主角的對話，這部分也以了解主角的關係狀態為基礎，替身說出「現實取向替身話語」，「探問替身話語」，「擴展新觀點替身話語」幫助與主角對話或促進主角的思考。這樣的研究發現，幫助研究者及實務者可以更了解替身的具體操作內涵，而不只是對替身功能、種類的了解。

二、自發性替身經驗歷程的四個歷程

在本研究中瑜的自發性經驗歷程，發現瑜能進入輔角、主角、替身的互動脈絡，能透過傾聽主角與輔角的口語、非口語行為，及傾聽主角的口語、非口語行為，因此產生身體感受，並理解主角的置身所在，進而說出替身話語以幫助主角。從瑜的自發性替身經驗歷程，可以發現自發性替身經驗歷程牽涉到四個歷程，包括進入互動脈絡，替身的身體感受，理解置身所在，說出替身話語。接著再進入互動脈絡，進入另一個循環歷程。這個自發性替身經驗歷程也正說明Gendlin（1962, 1964, 1974）及Merleau-Ponty（1962）經驗循環歷程的概念。替身是處在一個與主角、輔角互動脈絡的脈絡中，而當主角卡住之時，替身透過引動自己身體的感受，理解主角的置身所在，並說出替身話語，替身說出替身話語，替身再返回與主角與輔角的遭逢互動中，持續幫助主角經驗流感受感覺的循環歷程。透過替身，替身可以幫助主角與輔角的互動確實地發生，主角的經驗就會慢慢往前流動，因此主角也慢慢對自己的狀態有明確的理解（Gendlin, 1964）。

三、替身卡住經驗歷程探討

從本研究中發現，替身卡住經驗歷程的二個置身所在包括替身處於與主角經驗隔絕的置身所在以及替身成為主角、輔角拒絕指向對象的置身所在。以下分別進行討論。

有關替身處於與主角經驗隔絕的置身所在一項，發現替身有在傾聽主角、輔角的口語行為與非口語行為，但替身不能理解主角的情緒內涵或情緒轉變，或替身直接對輔角產生情緒，或替身對主角有主觀的想法。研究者認為，替身在此時雖有聽到主角、輔角的對話，但替身無法理解主角在此情境中，與周遭人事物相關聯的狀態，也即不能理解主角的「置身所在」，因此替身也無法有效地進行替身。從替身卡住之處，本研究的發現也顯現出替身或治療者對個案的置身所在的理解是很重要的，有很多文獻也提及相同的概念（王璧華，2016；李維倫，2004；林耀盛、李弘毅，2016；洪雅琴、李維倫，2007）。有關替身成為主角、輔角拒絕指向對象的置身所在，研究發現替身可以進入主角、輔角互動的脈絡，替身也能投入

整個身體投向主角、輔角的互動，替身在這個互動現場中是一個整體的存在，因此能理解主角的置身所在，並說出替身話語，但研究發現，替身卡住在自己被拒絕的經驗，無法以其身體感受或對事件的知覺，再回到主角、輔角互動的現場，持續這個經驗歷程，因此也無法幫助主角。從這個研究結果中發現，替身個人議題的療癒與轉化也是一個重要關鍵。如果替身參與在與主角、輔角互動的現場，卻勾起自己個人的議題，也就無法再回到主角、輔角互動的現場，因此也無法幫助主角。

四、替身經驗現象的發現對心理諮商治療的啟發

就以上對替身經驗現象的發現，替身話語的說出事實上是一種深度同理的表達，而其重要關鍵就是替身要能投入現場，並能在此現場中具有整體的存在，能理解自己的置身，因此進一步理解主角的置身所在。而研究者回顧心理諮商治療中對同理的訓練，主要是以Rogers的同理心的概念進行教學，包括真實一致，無條件地接納，正確地同理（修慧蘭、鄭玄藏、余振民、王淳弘譯，2013/2013）並佐以諮商技巧的訓練（田秀蘭、陳美珠譯，2017/2014），這些訓練都比較是屬於概念性及個別技巧的學習。然而很多學者也注意到到理論學習與實務的差距（孫頌賢，2008；陳郁珊，2004）。本研究依據研究發現及整合其他學者的觀點，而提出對心理諮商師的培育的一些思考，說明如下：

（一）諮商師須能理解個案的置身所在

在本研究中發現，替身需能進入主角與輔角的互動脈絡，替身可以投入主角整個身體、心理的感受，理解主角與輔角所處的關係位置為何，進一步幫助主角說出替身話語。而作為諮商師，當在傾聽個案的故事內容，諮商師須能透過橫向聯繫作用（人際語言、非語言行動）及縱向聯繫作用（話語—身體感受），透過對個案的故事敘說的擴展與理解，諮商師才能進理解個案的經驗感受，並進一步理解其置身所在。

（二）諮商師對身體感受的覺知訓練是重要的

從本研究發現，替身能說出替身話語幫助主角持續其經驗流，主要是替身能整個身體投向輔角、主角互動的現場，並以身體感的在場帶動在此互動現場的感受，替身以其身體感受作一個中介通向主角的意向，以此作為理解主角置身所在的基礎，進一步說出替身話語。因此在諮商師的訓練中，諮商師能投入心理治療現場，覺知自己的身體感受經驗，並以其身體感受作一個中介通向個案的意向，理解個案的置身所在是一個重要的訓練。

(三) 諮商師個人議題的整理與轉化是重要的

在本研究發現，替身卡住的因素，包括與主角的經驗隔絕及成為主角、輔角拒絕指向的對象。替身卡住的因素，也值得作為諮商師訓練的借鏡，亦即在諮商的訓練中，諮商師個人議題的整理與轉化，以及理解主角的置身所在等都是很重要的訓練方向。

本研究透過現象學的分析，發現替身經驗歷程的二個行為向度：一是橫向聯繫作用：人際語言、非語言行動，一是縱向聯繫作用：話語一身體感受。同時也發現替身經驗普遍結構的五個經驗面向，自發性替身經驗歷程，替身卡住經驗歷程與脫卡經驗歷程。透過本研究，在替身理論與現象學的接合之處，理論與臨床實務的對話中，我們有機會從替身經驗歷程中解明替身經驗歷程現象，藉以擴大與充實替身的理論與實務，是為本研究貢獻之處。而本研究的限制是，因本研究所蒐集的資料是替身經驗描述文，主要針對替身的經驗歷程進行了解與分析，而對替身、主角、與輔角的互動歷程，替身如何透過替身話語推進主角經驗流的歷程，此方面的資料就付諸闕如，也是未來研究可進行的方向。

參考文獻

- 王璧華（2016）：女同性戀在基督教信仰中追求自我認同的經驗歷程—以心理劇歷程分析為例。台北市立大學心理與諮商學系碩士論文，未出版，台北。[Wang, B. H. (2016). *A study on the experience of a lesbian pursuing self-identity in Christian faith - A case study on the psychodrama process*. Unpublished thesis. University of Taipei, Taipei.]
- 田秀蘭、陳美珠譯（2017）：助人技巧—探索、洞察與行動的催化。台北：學富。Clara, E. H. (2014), *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action*. New York, NY: American Psychology Association. doi: 10.1037/14345-000
- 吳錦鳳、洪千惠、胡嘉琪、夏敏、程小蘋、鄒繼礎譯（2002）：心靈的演出—心理劇方法的實際應用。台北：學富。Blanter, A. (1996). *Acting-in: Practical application of psychodramatic methods*. New York, NY: Springer.
- 李維倫（2004）：以「置身所在」做為心理學研究的目標現象及其相關之方法論。應用心理研究，22，157-200。[Lee, W. L. (2004). Situatedness as a target phenomenon for psychological research and the related methodology. *Research in Applied Psychology*, 22, 157-200.]
- 李維倫（2007）：心理治療的倫理現場：說話作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」第三屆研習營研習，台北。[Lee,

- W. L. (2007). *The ethical psychotherapy on-site: The study of the speech as the technique of ethical care*. The 3rd Camp of indigenous psychology and humanistic healing studies. Taipei.]
- 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，25，275-321。[Lee, W. L., & Lai, Y. H. (2009). Phenomenological methodology as an existential move. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 25, 275-321. doi: 10.7082/CJGC.200903.0275]
- 林育民 (2009) : 心理劇中主角的替身之內隱訊息探究。中國文化大學心理輔導研究所碩士論文，未出版，台北。[Lin, Y. M. (2009). *An investigation of the covert messages of the double of the protagonist in psychodramas*. Unpublished thesis. Chinese Culture University, Taipei.]
- 林耀盛、李弘毅 (2016) : 朝向疾病的療癒：血液透析者心理經驗之詮釋。本土心理學研究，45，129-174。[Lin, Y. S., & Lee, H. I. (2016). Toward the healing process of chronic illness: Exploring the psychological experiences of hemodialysis Patients. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 45, 129-174. doi: 10.6254/2016.45.129]
- 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。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文，未出版，台北。[Hung, Y. C. (2005). *The study of hermenutic phenomenology of psychoanalytic psychotherapy with the probated juvenile delinquent*. Unpublished doctoral dissertation. National Taiwan Normal University, Taipei.]
- 洪雅琴、李維倫 (2007) : 一位犯罪少女的置身所在：家的錯落與回返。本土心理學研究，28，141-196。[Hung, Y. C., & Lee, W. L. (2007). The situatedness of a delinquent girl: Searching for Home. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 28, 141-196. doi: 10.6254/2007.28.141]
- 胡茉莉譯 (2004) : 心理劇創始人—莫雷諾。台北：生命潛能。Hare, P., & Hare, J. R. (1996). *J. L. Moreno*. London, England: Sage.
- 修慧蘭、鄭玄藏、余振民、王淳弘譯 (2013) : 諮商與心理治療—理論與實務。台北：雙葉書廊。Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Mason, OH: Cengage Learning.
- 孫頌賢 (2008) : 諮商師的成熟發展歷程～視框焦點的移動。輔導季刊，44 (1)，65-74。[Sun, S. H. (2008). Counselors' mature development process - The move of the perspectives. *Guidance Quarterly*, 44(1), 65-74. doi: 10.29742/GQ.200803.0007]
- 張貴傑、林瑞華、蔡艾如譯 (2004) : 心理劇臨床手冊。台北：心理。Leveton, E. (2001). *A Clinician's Guide to Psychodrama*. New York, NY: Springer.

- 陳郁珊（2004）：變遷社會諮商員專業能力建構之探索研究。暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，南投。[Chen Y. S. (2004). *A study of counselor's professional ability construction in changing society*. Unpublished thesis. National Chi Nan University, Nantou.]
- 陳珠璋、吳就君（1985）：由演劇到領悟—心理演劇方法之實際運用。台北：張老師。[Chen, C. C. & Wu, C. C. (1985). *From action to insight - the practical methods of psychodrama*. Taiwan, Taipei: Living Psychology Publisher.]
- 陳鏡如譯（2002）：心理劇入門手冊。台北：心理出版社。Karp, M., Holmes, P., & Tavon, K. B. (1998). *The handbook of psychodrama*. London, England: Routledge.
- 游淑瑜、李維倫（2012）。心理劇中的自發性：以輔角經驗為對象的定性研究。中華輔導與諮商學報，34，83-112。[You, S. Y., & Lee, W. L. (2012). Spontaneity in psychodrama: A phenomenological research of being auxiliary. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 34, 83-112. doi: 10.7082/CJGC.201212.0083]
- 游麗嘉（1983）：心理劇入門。台北：大洋。[You, L. J. (1983). *The handbook of psychodrama*. Twaiwan, Taipei: Dayng.]
- 龔卓軍（2006）：身體部署：梅洛龐蒂與現象學之後。台北：心靈工坊。[Zhuo-Jun Gong (2006). *Dispositif of body: Merleau-Ponty at the limits of phenomenology*. Taiwan, Taipei: PsyGarden Publishing Company.]
- Angus, L. E., Lewin, J., Bouffard, B., & Rotindi-Trevusan, D. (2004). What's the story? Working with narrative in experiential psychotherapy. In L. E. Angus & J. McLeod (Eds.), *The handbook of narrative and psychotherapy: Practice, theory, and research*. (pp. 87-101). Thousand oaks, CA: Sage publications, Inc. doi: 10.4135/9781412973496.d8
- Blanter, A. (1973). *Acting in*. New York, NY: Springer.
- Darwin, C. (1872). *The expression of the emotions in man and animals*. London, England: The University of Chicago Press. doi: 10.1037/10001-000
- Gendlin, E. T. (1962). *Experiencing and the reaction of meaning*. New York, NY: Free Press of Glencoe.
- Gendlin, E. T. (1964). A theory of personality change. In P. Worchel & D. Byrne (Eds.), *Personality change* (pp. 100-148). New York, NY: Wiley.
- Gendlin, E. T. (1974). Clients-centered and experiencing psychotherapy. In D. A. Wexler & L. N. Rice (Eds.), *Innovations in client-centered therapy* (pp. 211-257). New York, NY: Wiley.
- Goldstein, J. A. (1967). The effect of "doubling" on involvement in group psychotherapy as measured

- by number and duration of patient utterances (Electonoic version). *Psychotherapy: Theory, research, and practice*, 4, 57-60. doi: 10.1037/h0087940
- Heidegger, M. (1962). *Being and time* (Macquarrie, J. & Robinson, E. Trans.). New York, NY: Harper & Row.
- Husserl, E. (1973). *Cartesian meditations: An introduction to phenomenology*. Heidelberg, Germany: Springer Netherlands.
- Kipper, D. A., & Ben-Ely, Z. (1979). The effectiveness of the psychodramatic double method, the reflection method and lecturing in the training of empathy (Electonoic version). *Journal of Clinical Psychology*, 35(2), 370-375. doi: 10.1002/1097-4679 (197904)35:2<370::AID-JCLP2270350229>3.0.CO;2-Y
- Kipper, D. A. (1986). *Psychotherapy through clinical role playing*. Philadelphia, PA: Brunner/Mazel.
- Kipper, D. A. (2002). The Cognitive double: Integrating cognitive and action techniques. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 55(2), 93-106. doi: 10.3200/JGPP.55.2.93-106
- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of perception*. London: Routlege.
- Moreno, Z. T., Blomkvist, L. D. & Rutzel, T. (2000). *Psychodrama, surplus reality and the art of healing*. London: Routledge. doi: 10.4324/9780203770047
- Moreno, J. L., & Moreno, Z. T. (1975). *Psychodrama(III): Action therapy & principles of practice*. New York, NY: Beacon.
- Nolte, J. (2014). *The philosophy, theory, and methods of J. L. Moreno - The man who tried to become God*. New York, NY: Routledge.
- Sachnoff, E. A. (1991). Brief report: Why and when to use "hit and run" doubling. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 44(1), 41-43.
- Toeman, Z. (1946). Clinical psychodrama: Auxiliary ego double and mirror techniques. *Sociometry*, 9(2) 178-183. doi: 10.2307/2785002
- Tomasulo, D. J. (1998). *Action methods in group psychotherapy: Practical aspects*. Philadelphia, PA: Accelerated Development. doi: 10.4324/9781315783376

收件日期：106年3月3日
複審一日期：106年7月8日
複審二日期：107年5月6日
通過日期：107年9月6日

The Experience of Doubling in Psychodrama: A Phenomenological Research

Shu-Yu You *

Wei-Yun Tsai

University of Taipei

Employee Assistance Programs Center

This study aims at revealing the experiential structure of doubling in psychodrama using a phenomenological method. Five participants with the interpersonal issues were chosen and invited to be the protagonists. Five auxiliaries and five doubles were invited to attend the double-training workshop. In the workshop, the researcher designed a doubling scene to warm up the protagonists. The doubling scene included the protagonist, the auxiliary (who played the person and had interpersonal issue with the protagonist), and the double (who sat beside the protagonist). The director facilitated verbal dialogue between the protagonist, the auxiliary and the double. And the dialogue lasted for 30-60 minutes. The researcher collected the experience-describing of the doubles. Phenomenological analysis (Lee & Lai, 2009) was applied to the descriptions of experience. The experiential structure of doubling in psychodrama consisted of two dimensions of behaviors. One was the horizontal dimension, indicating the interpersonal verbal and nonverbal communication. The double listened to the verbal and nonverbal behavior of the protagonist and the auxiliary, listened to the interaction between the protagonist and he auxiliary. The double arouse bodily feelings and doubled for the protagonist. The other was the vertical dimension, indicating the words-bodily feelings connection. By role-playing or by interacting with the protagonist or the auxiliary, the double experienced the inner and bodily feelings, the double understood the protagonists' experience and was in the role of the double and doubled for the protagonist. There are five experiential themes in the experiential structure of doubling in psychodrama. The first experiential theme was that the double was in the role of the double by role-playing. The second experiential theme was that the double was to reveal the protagonist's inner experience. The double played the role of the protagonist, listened to the verbal and nonverbal behavior of the protagonist and the auxiliary, and listened to the interaction between the protagonist and the auxiliary. The double arouse bodily feelings and was in the role of the double, with an aim to

* **Corresponding author: Shu-Yu You, e-mail: yousy@utapei.edu.tw.
doi: 10.3966/172851862019010054006**

understand protagonists' experience. The double revealed the protagonist's inner experience. The third experiential theme was that the double facilitated the protagonist's inner dialogue. The double listened to the verbal and nonverbal behavior of the protagonist and the auxiliary, and listened to the interaction between the protagonist and the auxiliary. The double arouse bodily feelings and was in the role of the double and doubled the protagonists. The double facilitated the protagonist's inner dialogue. The fourth experiential theme was that the double empowered the protagonists by bodily movement. The double listened to the verbal and nonverbal behavior of the protagonist and the auxiliary, listened to the interaction between the protagonist and the auxiliary. The double empowered the protagonists by bodily movement. The last experiential theme was that the double kept the spontaneous doubling process. The spontaneous doubling experience was that the double listened to the verbal and nonverbal behavior of the protagonist and the auxiliary. The double listened to the interaction between the protagonist and the auxiliary. The double arouse bodily feelings and keep being in the role of the double and doubled the protagonists. The double revealed the protagonist's inner experience, facilitated the protagonist's inner dialogue, and empowered the protagonists by bodily movement. The spontaneous doubling process kept going. The researcher reveals the experiential process which the double is stuck and out of stuck. The researcher revealed two situatedness of the double. One situatedness was that the double was isolated with the protagonists' experience. The other situatedness was that the double was refused by the protagonist and the auxiliary. By being doubled by the director, the double was out of stuck and keep the process of doubling. Based on the results of the study, various significant features regarding the experience of doubling in psychodrama were clarified.

Keywords: Bodily feelings, doubling, hermeneutic phenomenology, psychodrama.