

# 文化心理劇：「景觀人，人觀景」用於變遷中的華人家庭關係議題

李御儂 賴念華\*

國立台北教育大學心理與諮商學系

本研究探究華人心理劇工作模式「景觀人，人觀景」處理當代華人家庭關係議題的歷程與果效。本模式聚焦於華人關係主義與西方個人主義並存的「雙文化現象／困境」：案主在諮商目標上，擺盪於「追求獨立自主」與「維持（家庭）關係和諧」兩端；在諮商歷程上，拉扯於自我肯認／表達和謹守華人人際原則（保有面子）之間。本研究將「景觀人，人觀景」模式運用於台北、中國華北、華中、西南地區等九個華人家庭心理劇單元，以任務分析法形成歷程闡述文本，再以雙向主題分析法頗析團體歷程與主角半結構深度訪談稿，以探究模式的歷程與果效。研究發現：（1）治療歷程上，景有助於（a）主角「安全地」自我揭露與宣洩情緒、（b）主角「有面子」地自我賦能、（c）「廣角」照見主角所處的社會系統與文化脈絡、（d）「具體真實」遷移治療中的矯治性經驗；（2）家庭關係上，景令主角（a）意識「華人社會文化」對家內關係的影響、（b）接受對角「人在脈絡中」的限制而轉化關係、（c）與「其他家人」關係不再受對角關係影響。根據以上結果與發現，本研究建議將諮商心理學「發展—脈絡觀」融入心理劇的「創造力準則」，俾使關係座落的地景生態得以在治療情境中現顯，以利評估，並以「景觀人，人觀景」為治療工具，暖化主角的自發性與創造力，突破本土諮商的雙文化困境，帶出對家庭關係的理解與轉化。

**關鍵詞：**心理劇、景中物、創造力準則、諮商本土化、雙文化現象／困境。

\* 通訊作者：賴念華，地址：台北市大安區和平東路二段134號國立臺北教育大學心理與諮商學系，  
email: annielai2009@gmail.com。

DOI: 10.3966/172851862019010054005

## 壹、緒論

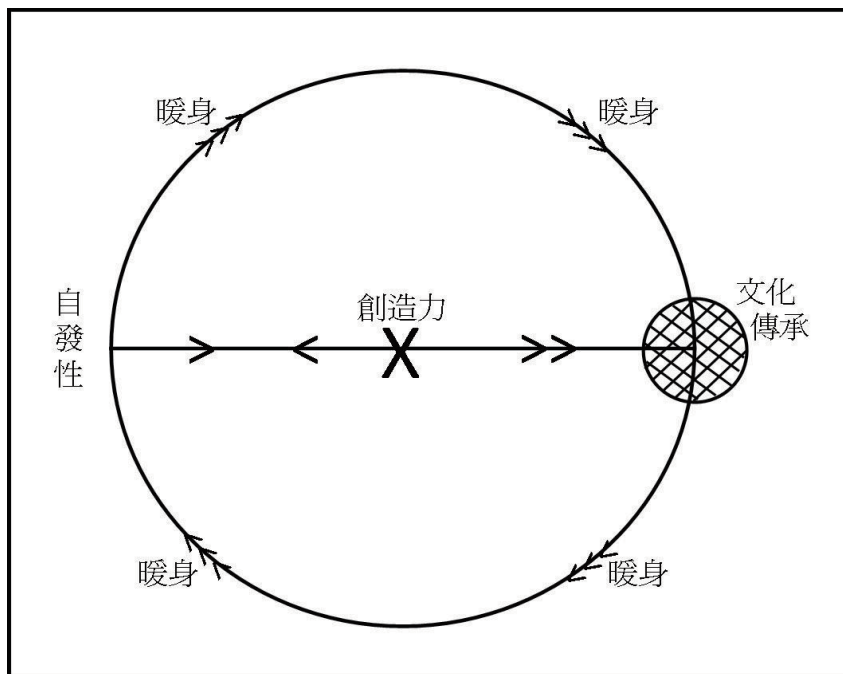
心理治療探究的現象乃鑲嵌於 (embedded in) 人們所處的時空脈絡之中，治療室內的陳詞、活動與現象都與治療室外的「歷史／社會／文化」動態脈絡緊密交織 (Gergen, 2009; McNamee & Gergen, 1992)。研究者受心理劇的「空間概念」與「設景」啟發，設計出「景觀人，人觀景」工作方法，將案主的「動態生活脈絡」呈現於諮商情境中，藉以探究及呼應華人諮商心理學本土化運動強調的「脈絡化」(contextualization) (楊中芳, 2001b; Leung & Chen, 2009)。以下，研究者從心理劇「創造力準則」(Canon of Creativity) 文化發展觀出發，在本土心理學深耕有成的「自我」與「家庭」論述基壤上重思當代華人家庭關係議題；接著回顧本土諮商與心理治療實踐的經驗成果與發展性挑戰，由此聚焦回諮商情境中常見的東西文化並存現象，最後從「景觀人，人觀景」回應諮商心理學本土化的願景。後續介紹九個「景觀人，人觀景」心理劇案例歷程，說明該模式如何因應華人心理劇歷程中常見的雙文化困境，並帶出家庭關係議題上的理解與轉化。

### 一、心理劇的理論基礎與「景」的使用

#### (一) 「創造力準則」與「關係療癒」

心理劇是精神科醫師莫雷諾 (Jacob Levy Moreno; 1889-1974) 所創的團體工作方法，其一生所貫徹的治療理念與改變哲學乃「創造力準則」(圖一)。莫雷諾認為人與生俱來的「自發性」(spontaneity) 與「創造力」(creativity) 是人類續存與文明推進的兩大動力，人們從過往行動經驗中累積封存的暫存品稱為「文化傳承」(culture conserve) (Nolte, 2014)，傳承並非閹割自發或限制創意的醬缸糟粕；反之，只要充分「暖身」(warm-up) 就能使這些「暫存品」成為啟發與創造的沃壤 (Moreno, Blomkvist, & Ruetzel, 2000)。因此，心理劇視人們能否自由如實地發揮「自發性」為健康與適應的標誌，它認為，人們的困境源於企圖完美無懈地恪守承襲自「文化傳承」的角色規範和互動方式，於是壓抑了內在的自發性 (Hale, 1981)，最終演變為「行動飢渴」(act hunger) 和不合時宜的病態自發 (Blatner, 2000; Moreno & Fox, 1987)。因此，心理劇的改變觀便是透過「暖身」協助人們覺察「文化傳承」的存在與影響力，刺激及啟動人們的自發性，對「此時此刻」的情境產生適切的反應、或用新穎、有創意的方式，回應僵滯的故舊情境 (Hale, 1981)。另外，莫雷諾曾說「人類最小的基數為二」，他相信「自我」(self) 是從角色與角色之間所形構的「關係」中浮現出來的，一個人的「身份認同」(identity) 皆因著「對角」和「關係脈絡」而生

(Moreno, 2006)。因此，心理劇要改造與整合的不僅是人們內在心靈系統（intra-psychic system），更要帶出「關係」中的理解與共創（Moreno et al., 2000）。基於上述信念，莫雷諾渴望療癒的不僅僅是受苦的個人，更是集體的文化改革與社群再造（Moreno, 1993）。



圖一 創造力準則圖

資料來源：引自Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and sociodrama*. Beacon, NY: Beacon House.

## （二）心理劇的基本元素與重要技術

莫雷諾認為一個人的角色行為與人際關係皆與過往的行動經驗有關，他發展出由「暖身」（warm-up）、「演出」（enactment）、「分享」（sharing）三部分所構成的「行動方法」（action method），並以「舞台」（stage）、「導演」（director）、「主角」（protagonist）、「輔角」（auxiliary ego）、「觀眾」（audience）為五大基本元素（Nolte, 2014）。「導演」是一齣心理劇的製作人、治療師及分析師，觀察與搜集線索，刺激和催化洞察與改變；「主角」是接受治療的當事人，在舞台上以行動呈現他的生活樣貌與心理世界；「輔角」是參與演出的其他人，包含主角的替身（double）、對角（關係中的相對人）

等，其任務是外化、強化主角的經驗，展現其感受和想法，因此演出內容對輔角的個人成長也有助益；「觀眾」是心理劇中觀賞舞台展演，雖未直接參與但也能間接受益的一群（王行、鄭玉英，1993）。「暖身」是透過一些活動和行動式的探索來培養成員對團體和導演的信任、安全、凝聚力、普同、相互關懷等；「演出」是集眾人之力將主角的個人議題在舞台上搬演、擴大主角與成員們的經驗與視角；「分享」是演出結束後，成員在「不分析、不建議、不批判」的原則下，公開回饋、強化團體共鳴的歷程（Moreno & Fox, 1987）。

心理劇將人類生活視為一齣齣「角色扮演」（role play），「角色交換」有助於主角跳脫固有視框，用不同人、事、物的位置和眼光看待所處的關係與事件，藉此擴充經驗廣度、深化同理心、對關係有更全面的看見，並發展出有創意的因應方式（Dayton, 2005; Moreno, 2006）。在心理劇中，導演常令主角置換到局外人、旁觀者的位置，客觀、抽離地審視替身、對角、輔角之間的對話與互動，此即所謂「鏡觀」。「鏡觀」就像看見鏡中的自己與有關自己的一切（Karp, Holmes, & Bradshaw-Tauvon, 1998），可以讓主角跳脫複雜的關係和糾葛的情緒，回到理智面，清晰照見自己的面貌、他人的處境，將當下的情境脈絡盡收眼底（賴念華，2008）。由上可知，心理劇療癒是讓主角有機會帶著對系統脈絡的理解來重看關係中的困境、並據以發展策略以解決困境的歷程。

### （三）心理劇中「景」的意義與運用

心理劇首倡以「空間」（space）為療癒因子（Moreno & Fox, 1987），莫雷諾認為「舞臺」是個具有治療性的空間（therapeutic space）（Moreno, 1953），乘載主角所有重要生命事件，將過去、現代、與未來都整合進「此時此刻」的行動展演當中（Moreno & Fox, 1987）。導演、觀眾、與成員的包容提供主角一個安全、信任的處所，得以揭露內在真實（Moreno, 2006），而這個療癒性空間首靠「設景」（scene setting）而孵生：導演藉提問引導主角將內在衝突與情結具象化呈現於舞台；主角透過選擇與界定「時空場景」、擺設物件、描繪形容、安排人物等，使場景生動、感官激活，喚醒徘徊在意識邊緣的記憶碎片，釋放源源不絕的想像，主角的自發性一旦被觸發，此時此地的演出便得以穿越古今、通向未來（Sprague, 1994）。

「設景」在心理劇中有多重功能：（1）暖化主角自發性與創造力，連結跨時空的身心經驗、擴充想像力；（2）過程中導演不斷與主角互動、對話，因此可從其語言和非語言信息中搜集與重要關係有關的資料、深入探索其主觀世界，作為評估的基礎；（3）景的構成與呈現傳達出的張力能感染全場，不僅有助於輔角與替身融入角色，也能邀引在場觀眾宣洩領悟（王行、鄭玉英，1993）；（4）心理劇的空間與景不受線性時間與物理空間框限，能

夠延伸遷移，巧妙融合主角的主觀與客觀成為超現實經驗（surplus experience）（Blatner, 2000）。因此，研究者相信心理劇「設景」有別於其他治療方法的獨到之處在於：透過穿越時空、具象而多維度的景，讓那些被排擠在意識邊境、逸出語言符號系統的情感經驗與關係脈絡（relational contexts），重新活躍於主角的感官與意識前線。

## 二、變遷中的華人家庭與自我

儒家關係主義下，華人社會的基本結構位元為「家」（Ho, 1998; Hwang, 2009），家庭運作以「父子軸」為主幹（楊國樞，1994），文化中的個體參照情境與關係而動態調整言語行止、乃至情思，以「維繫和諧」為人際往復的準則，稱之為「相依我」（interdependent self）或「關係中的個人」（individual in relations）（Ho, 1998）。而西方個人主義社會則強調完整、自主、自足（self-contained），且不受他人或情境干預的「獨立我」（independent self）（Yang, 2003; Markus & Kitayama, 1991），重視個體與家庭的分離個體化（separation-individuation），追尋自我實踐與需求滿足。然而，二十世紀現代化浪潮下，華人的「家庭」與「我」歷經多次價值解組、衝突、交融、整合、與重構（陸洛、楊國樞，2005；楊中芳，2001a），在意識型態、社會關係、家庭系統、到自我概念上，呈現出中—西雜揉、傳統—現代並存的「雙文化現象」（陸洛，2003；楊中芳，1999；Yang, 2006）。家庭層次上，工商社會的生產模式和公民教育傳遞的民主思維，挑戰與鬆動了華人父權社會的角色規範（陸洛，2003）：葉光輝（1997）以「孝道困境」形容華人子女面對家長期待與個人需求之間的拉扯；楊國樞及後人（周玉慧，2015；高旭繁、陸洛，2006；楊國樞，1994）以「混合式家庭」來描述當代華人兼具中國傳統「父子軸」與西方現代「夫妻軸」特徵的家庭風貌。個人層次上，華人吸納現代性價值觀，同時又深受傳統影響，擺盪在家庭角色義務和個人需求實踐之間（利翠珊、蕭英玲，2008），體現出個人主義與關係主義色彩混搭的「雙文化我」（bicultural self）（Lu & Yang, 2006）。

上述變遷對個人價值觀與適應的影響，是當代心理學懸而未決的課題（高旭繁，2008；楊國樞，1994）。Yang（2003）與高旭繁（2008）針對華人傳統性與現代性的混合狀態從事研究，發現略有以下三種型態：（1）「並存／輪替型」，個體同時擁有兩套系統，互不干涉、獨立存在，依情境取捨有利者為之的；（2）「混合／置換型」，個體同時擁有兩套系統，互不相斥但此消彼長，楊國樞又依消長態勢細分出「前進式」（個人主義化）與「後退式」（回歸傳統）二亞型，高旭繁則認為個體會因情境判斷如何厚此薄彼、調整比例；（3）「統合／統整型」，個體長期發揮創意統合兩者，最終創造一個平衡、整合、且超越原有分類方式的新系統，Yang（2003）認為此類型已不在混合之列，最具創意與適應性。陸

洛（2003）從文化互動論觀點提出「折衷自我」（composite self）（陸洛，2011），提倡因情境彈性取捨「個人主義」（獨立我）與「關係主義」（相依我）的價值信念，用智慧與創意去協調二者交會碰撞出的個體內在與人際間衝突，在適應環境和堅持自我之間找到平衡。承上所述，為協助「情境中的人」（human in context/situation）因應日新月異的生活挑戰，諮商心理學的在地化運動理當致驚於開創貼近文化脈絡與當代社會疑難的策略，以協助個體人適應生活。

### 三、諮商與心理治療的在地觀察與思考

#### （一）從多元文化諮商到本土化諮商

近二十年來，發軔於北美的「多元文化諮商」（multicultural counseling）（Sue, Ivey, & Pedersen, 2007）遍及國際諮商學界，在社會正義（social justice）的基礎上挑戰西方主流心理學對自我（self）與成熟（maturity）的觀點、質疑傳統／西方心理學（traditional/Western psychology）對心理健康和適應的預設（assumptions）實際上隱含了「歐美社會／白種人／中產階級／男性／及個人主義傳統」等多重偏見（Dwairy & Van Sickle, 1996）。華人學者梁湘明和陳秉華（Leung & Chen, 2009）爬梳美國多元文化諮商論述的發展徑路後指出，華人社群有發展本土諮商心理學之必要；黃光國（Hwang, 2009）和王智弘（2013）等人亦力推含攝華人文化的諮商實務與研究。十數年來，華人諮商學者逐漸凝聚出一共識：當代華人案主經歷的心理社會失衡與人際衝突，與他們處於「維護和諧的華人關係主義」與「獨立自主的西方個人主義」兩股勢力交會下（雙文化現象）難脫干係（陳秉華，2001；Chen, 2009；Leung & Chen, 2009；Kwan, 2009）。陳秉華（Chen, 2001）參考楊國樞（1994）的傳統性與現代性理論提出「自我協調」（self-coordination），建議將諮商目標放在：協助案主找到追尋個人目標和維持社會關係之間的平衡；又提出「人我關係協調」（self-relation coordination）伴侶關係諮商架構（陳秉華，2001），以三步驟：（1）增加案主對自我行為、感受、想法、期待、目標、內在需求的覺察；（2）增加案主對關係中的他者的互動關係，和對方的內在感受、想法、期待、目標、需要的了解；（3）透過溝通、表達、衝突因應、第三者調停等在自我與對方的需要和目標中作出協調，使雙方的目標與需要得以兼顧——來緩解內在衝突、提升人際和諧（陳秉華、李素芬、林美珣，2009；Chen, 2009）。而黃光國（Hwang, 2009）則從儒家關係主義與西方個人主義雜揉並存的現況出發，對華人諮商心理學本土化提出以下展望：（1）帶著文化敏感度研究本地的人際衝突案例；（2）概念化這些衝突案例，建構能理解在地現象的本土理論；（3）發展可以評估與測量在地現象的工具；（4）從本土

文化資產中取材，發明新治療方法。

## (二) 本土心理劇治療情境中常見的雙文化困境

研究者從心理劇實務現場出發，發現誠如陳秉華等人（陳秉華，2001；Leung & Chen, 2009）所言，華人案主確實常同時挾帶著「個人主義」與「關係主義」的雙重需求、目標、特質、與行為。而這種中西價值並存與衝突的現象，不僅是構成案主人際／家庭困擾的原由（陳秉華，2001；Chen, 2009），也是治療歷程經常卡關的癥結（以下將治療情境裡的中、西價值衝突稱為「雙文化困境」）。心理劇作為一種表達性強、情緒張力高、行動取向的團體工作方法，在處理關係議題上一直成效斐然，惟實踐上需考量到華人的文化性格與變遷中的「人我」與「家庭」觀，才能使治療室內的心理工作更貼近治療室外的生活經驗。以下，研究者整合實務經驗與文獻，提出心理劇現場常見的幾項「雙文化困境」：

(1) 孝悌傳家、重生知命（人我生命觀）：華人重視家族續存，孟子「不孝有三，無後為大」、曾子「慎終追遠，民德歸厚」，分別從生和死的立場來說明儒家的道德基礎—孝道（袁信愛，2002）。家族主義之下，集體利益優先於自我需求（Ho, 1998），角色義務凌駕於自我實踐之上（陸洛、楊國樞，2005）。研究者發現，華人案主所遭遇的家庭關係困境，確實反映了我們東西混雜、新舊交融的「自我」與「家庭」界定，案主一方面渴望「分離一個體化」和自我實踐（個人主義價值），同時又深受延伸家庭與傳統觀念的羈絆（關係主義價值）（Cheung & Chan, 2002）。西方心理劇中常見的一請案主直接面質父母、表達憤怒或不滿、剪斷臍帶單飛、令父母向子女道歉等場景—等於挑戰「天下無不是父母」與「維護和諧關係」的華人傳統（陳秉華，2001；Cheung, 2013），容易引發案主焦慮與自責，也稍嫌失真（Kwan, 2000; Lai, 2011）。反之，文獻記載（Lai & Tsai, 2014），讓主角鏡觀「世代傳遞」歷程有助其理解與接納父母作為（如：令兒女難以釋懷的嚴格教養）的其來有自；然而，華人深受關係主義與社會角色期待（Ho, 1998; Hwang, 2009）影響，即使在「鏡觀」技巧下，仍不易跳脫（社會性）角色乘載之「應然」（如：天下無不是父母），故較難「客觀」描述對角關係，或常見案主吐露真情後懊悔失言。

(2) 以和為貴，惜面如金（人際原則）：華人崇尚人際和諧（陸洛，2008）、重視個人與家族的「臉面」，不論門裡門外，隱忍規避、妥協退讓都是常見的解決之道（黃光國，2009）。所謂「家醜不外揚」、「家和萬事興」，對許多案主而言，借助外人來處理「家務事」不僅是自曝其短、丟人現眼，更可能演變為背叛家人（Kuo, Hsu, & Lai, 2011），因此，家人間的扞格與衝突常「不為外人所道」（黃曬莉，2001）。在心理劇情境中，時見華人主角在進入衝突場景或對角（親人）跟前變得遲疑猶豫、心口不一、顧左右而言他、甚至合理

化對方的言行等，治療師難以探知案主真實的想法、感受、與家庭動力（Lai & Tsai, 2014）。許多心理治療研究均指出，與華人案主和案家工作時要有意識地維護其面子（尤其權威）（曾文星，2002；Ma, 2011）、在「維護和諧」的基礎上發展治療目標與策略（Chen, 2009; Cheung & Chan, 2002）。少數幾篇心理劇研究更主張「正向開場」（先呈現關係中的正向）能幫助案主更放心地探索負向家庭經驗（Lai, 2011）；治療師的自我揭露可以降低案主防衛、增加普同感、有利關係同盟的建立（Kuo et al., 2011）；「轉背」技術在華人揭露隱私、挑戰常規、打破禁忌時，特別適用（Lai & Tsai, 2014）。

（3）壓抑情緒、間接溝通（表達風格）：華人強調自我克制、顧全大局，壓抑個體性，以求人境交融（陸洛，2008）。人際往復（溝通）上，要間接內斂、喜怒不形於色、最好心照不宣（楊中芳，1999）；情感運作上，慣用認知思考去轉化直觀感受，崇尚實際的行動及物質更勝情感交流（曾文星，2002；Chan, 1997; Lai, 2011）；自我實踐上，講究自我砥礪而非自我接納（陸洛、楊國樞，2005）。研究者發現，華人案主在自我揭露（事件或情緒）時常有「欲迎還拒」的傾向——既渴望表達與做自己（個人主義需求），又無法掙脫社會與世俗的框架（關係主義期待）。在華人心理劇或一般團體治療情境中，漫長的「沈默」與「觀望」並不稀奇，也不應被視之為「抗拒」（Chan, 1997; Kuo et al., 2011）；反而是過於直白外露的自我表達，可能被視為輕率、魯莽、張揚、自我中心，而引發其他成員的不適或尷尬（Kuo et al., 2011; Sue et al., 2007）。有鑑於此，賴念華等人（賴念華，2016；Lai, 2011; Lai & Tsai, 2014）建議在帶領華人心理劇團體時，可以延長暖身時間（慢熱）、加強討論部分（重認知）、善用媒材道具來象徵情感（間接）、透過互相稱讚來肯定自我（謙遜、給面子）。

#### 四、研究者的立場：文化假設與工作模式

研究者秉持心理劇「創造力準則」文化發展觀，視文化為隨時序推演而動態生成的有機體（organism）（楊中芳，2001b；Moreno, 1953），上一刻的「創新」是此刻的「傳承」，而此刻的「創新」到了下個時間點又變成「傳承」。因此，本研究脈絡下的「文化傳承」<sup>1</sup>指涉的不僅是以儒家關係主義為基調的華人文化傳統（Ho, 1998; Hwang, 2009），亦包含本土心理學者在探究華人社會現代化進程中揭櫫的「雙文化現象」。為澄清本研究的立場與關懷，我們在此區辨定義文中將不斷出現的「雙文化現象」與「雙文化困境」：前者（現象）意指生活世界中常見的中、西文化價值觀的「多態」並存，誠如本土與諮商心理學前輩所言

<sup>1</sup> 莫雷諾眼中的「文化傳承」非固狀物，而是不斷變動生成的有機體，而本土心理學者提出的「雙文化現象」亦隨著時間推進，不斷演變、雜揉、交融出不同姿態與樣貌。

(陸洛, 2003; Chen, 2009; Kwan, 2009; Yang, 2003), 此乃構成當代華人人際困擾的驅力之一, 也是諮商心理學本土化應關注的議題; 而後者(困境)則指案主在治療情境中常呈現的中、西混合價值系統、人際風格、溝通姿態等, 此矛盾有待疏通, 方有利治療推展。以下, 研究者將帶著對華人文化與「雙文化現象」的敏感視框來理解心理劇中浮現的家庭關係樣貌, 並融合心理劇獨有的「時間」與「空間」概念, 透過「設景」與「具象化」技術, 添入「角色交換」、「鏡觀」、「角色訓練」等方法, 發展出「景觀人, 人觀景」工作模式, 用來突破治療現場的「雙文化困境」, 帶領案主看見關係座落的文化地景, 進而鬆動嵌卡的「雙文化現象」。本模式具體操作步驟雛形如下:

### 1. 選主題與設景

導演領主角繞舞臺走動暖身, 訪談主角今日欲工作之「關係」主題(從治療問題到治療目標), 帶出該主題的時間、地點(空間)、人物等訊息, 請主角以「設景」行動來重現與該關係時間空間有關的場景。

### 2. 確認關鍵物件

導演請主角邊設景邊說出景中的物件擺設名稱, 並在「景」中找到對主角當下最關注、最具意義的物件。

### 3. 主角飾演景受訪

導演邀請主角「角色交換」到該物件/景, 以擬人化的方式來描述出:(1)物件/景本身的特質: 你在這的時間有多久? 誰把你買入、放置於此?(2)物件/景所看見這個「關係議題」的外圍系統: 最常進出這個場景的有誰? 他們通常做什麼? 這個系統中與主角的位置、關係? 周邊系統如何互動?(3)從物件/景看見關係中的「主角」與「對角」的互動: 他們最快樂的時候在幹啥? 他們通常在做什麼? 他們什麼時候衝突? 怎麼衝突?(4)物件/景與主角產生正向連結: 當主角與對角衝突關係時, 你最想對主角說的是什麼? 你會如何鼓勵他?

### 4. 景/物件賦能主角

主角先選出物件/景的輔角後, 從物件/景交換回自己, 重新聆聽物件/景給自己的話, 以暖化主角開展今天的關係議題(物件/景看見主角所處的關係與系統, 提醒他/她所處的情境為何?), 在物件的支持與情感召喚下, 主角得以將壓抑或難言的情緒傾瀉而出, 並得到賦能, 使之有勇氣面對對角與關係。

## 5. 反覆與對角交換角色

透過「角色交換」讓主角與對角展開對話，主角陷入情緒膠著或麻木時，物件／景要以最重要的語句提醒主角；主角出現負向意念時，物件／景將鼓勵主角的話語重現。在此過程中，不斷運用物件／景的提醒與召喚將主角定錨於「此時此刻」的現實情境中，使之在「有意識」的情況下與對角展開衝突和對話。

## 6. 具象化社會文化訊息

在主角與對角衝突、對話的歷程中，將「社會文化訊息」用具象化（藉由道具或布巾）、擬人化（藉由單一、多重輔角、觀眾）、社會劇（集眾人之力演繹出特定時空脈絡下的一般性與文化性角色）等心理劇方法，呈現出來。使主角更清楚地看見自己與他人如何受到環境與社會文化的影響，而發展出目前令彼此受苦挫折的人際與情緒因應模式，從而對自身與對角有更深入的理解。

## 7. 將主角拉到物件／景位置「鏡觀」

主角在物件的位置看見、聽聞到系統中不同角色的互動與對話，即心理劇中鏡觀的技巧，但當主角融入的是物件／景中而不是自己，將可以拋開文化中的禁忌與束縛，而更自由客觀的去述說所見所聞，包括所處的大／小、直／間接關係網絡，如何受到社會文化、意識形態、價值觀念等鉅觀系統影響，促成關係中的差異、對立、與衝突，方能更全面地思考、發展貼近脈絡的解決或因應。

## 8. 具體行動演出新策略

透過步驟7的理解與發現，當主角再次回到糾結的關係中，將步驟7中發想的策略透過實際的行動「做」出來。沒有任何策略可一次到位，主角得透過幾番數次「角色交換」、甚或「角色訓練」，去釐清、明辨何種策略在此情此景中與關係互動會有用，最後定錨於此。過程中，物件／景仍可不斷提醒、鼓勵主角，使之有勇氣去冒險、探索這個新的人際關係因應模式。

## 9. 矯治性經驗定錨與遷移

讓主角停留在這個已經鬆動的新關係中，為了避免治療中開啟的新經驗回到生活中立刻弱化或消失，因此，加入生活中物件／景的善意提醒，讓主角把在這個較自由、自發的關係中，所見聞、碰觸、經驗到的各種訊息、感受與心情、觀點與思維，全都「定錨」下來，期待主角回到家中見到物件／景之時猶如「睹物思情」般喚起這些感官知覺、情意思維，以加

強主角改變與實踐的動力。

## 10. 心象銘印

最後，請主角用心中的照相機（心象法）或實體智慧手機，拍下這個關係場景，作為信物，日後可一遍遍喚醒此次的矯治性經驗與所習獲的因應模式。

## 五、研究目的與問題

本研究意在探究「景觀人，人觀景」模式用於處理當代華人家庭關係議題的歷程與效果，研究目的與問題有二：（1）交集治療師專家知識、團體歷程分析、成員經驗訪談等三種資料來源，探究「景觀人、人觀景」在「治療歷程」上如何突破本土治療現場的雙文化困境？（2）理解「景觀人、人觀景」為變遷中的華人家庭關係帶出什麼理解與轉化。以期研究所得能作為未來實務與研究擴充的基礎。

# 貳、研究方法

## 一、研究程序

本研究以團隊協作方式進行，研究團隊成員與職掌如下：所有團體皆由一名資深心理劇訓練師（本文通訊作者）全程帶領；每場團體依人數安排一～二位專業輔角以催化團體歷程；全部團體由兩名觀察員全程紀錄，力求內容擴充互補；團體結束後，由三位具心理諮商與質性研究背景的訪談員，執行研究訪談。研究程序分為兩部分：（1）團體實施、觀察、與討論：研究團隊於民國105年至106年八月期間於台灣與中國大陸地區舉行「華人家庭關係療癒」心理劇團體，過程中研究團隊不斷進行討論，辨識團體中浮現的文化關係議題，檢核導演的介入意圖與成員的反應回饋。（2）團體後主角訪談：本研究邀請每位主角，接受兩次一對一半結構深度訪談，每次訪談約1～2小時。第一次於團體結束一週內施行，探索主角在「治療歷程」的當下，所經驗、知覺到本模式的各項介入為她們帶來的影響；第二次於團體結束一個月後追訪，聚焦於主角回到現實生活中後，所體驗到本模式為她們關係議題帶來的「治療效果」。

## 二、研究參與者

研究計畫進行期間，團隊總共於台灣台北、中國華北、華中、西南地區等四所大專院校（高校）招募了四梯次為期三天兩夜的心理劇工作坊，每梯次人數約30人上下，參與者皆為

對家庭關係主題與心理劇方法感興趣的大學院校教職員生及相關領域專業工作者。研究期間共蒐集十六場劇（台北三場、華北四場、華中四場、西南五場），主題涉及（或同時包含）家庭關係、團體內人際關係、職場關係、與生涯抉擇等。團體進行中，導演時時以社會計量探索成員間（過去、現在、未來）的連結、瞭解其選擇背後之緣由、並評估成員之間的異同與團體動力，來決定團體主軸與走向，故每梯次工作坊所需的暖身與選角時間、正式導劇次數、每場劇的規模長短、處理的議題、採納的心理劇介入方法等，均得視團體當下的最大利益而定。允此之故，本研究採立意取樣搜集治療師與團體成員的雙方資料，依據（1）是否運用到「景觀人，人觀景」工作模式、（2）是否涉及本研究所欲探究的「變遷中的華人家庭關係」主題、（3）該劇的完整性與資料豐富性（informational richness）等三項判准，從十六場劇中選擇性保留九場為研究對象。研究參與者資料如下：（1）團體成員：研究團隊共訪問女性主角九位，年齡介於29至55歲之間，過半數成員從事心理衛生相關工作。（2）治療師：本研究主要治療師為一名現場工作30年以上的資深心理劇訓練師，具創傷治療、危機處遇、藝術治療、多元文化諮商等專業背景。

表一 主角背景與主題一覽表

主角	性別	年齡	伴侶狀態	區域	場景	物件	關係議題	社會文化主題
F	女	35	已婚	西南	客廳	書櫃	夫妻／姑嫂衝突	混合式家庭 婆媳之爭
M	女	30	單身	華中	臥室	書桌 大地之母	親子衝突	未婚生子禁忌 雙文化我 女性角色變遷
W	女	29	將婚	西南	家門口	門	母女衝突	雙文化我 孝道困境
J	女	32	離婚	華中	臥房	鋼琴	母女衝突	雙文化我 孝道困境
L	女	40	已婚	台北	客廳	鋼琴／曲	夫妻疏離	雙文化我 孝道困境
Q	女	35	已婚	西南	客廳	電視	夫妻／繼母子	第三者禁忌 女性角色變遷
T	女	52	已婚	華北	父臥室	蘭花 太陽	父女失落	事死如生 孝道
X	女	55	已婚	華北	父母臥室	綠植	母女失落	重男輕女 孝道
Y	女	34	已婚	華北	夫妻臥室	電腦	夫妻／婆媳	混合式家庭 媳婦熬成婆 女性角色

### 三、研究工具與資料分析方法

#### (一) 研究者

本研究秉持「以研究者為人性化工具」之質性研究精神，將研究團隊納為研究工具之一，以本文通訊作者為首召集對華人文化關係主題、及心理劇與表達性治療感興趣的學術工作者、實務工作者、及學生共組研究團隊，成員背景如下：諮商心理學博士候選人一名、碩士級諮商心理師兩名、碩士級諮商研究生二名，此五人皆接受過質性研究訓練，嫻熟於個別訪談方法及質性資料分析法，三名碩、博士級心理師均有獨立執行質性研究並完成碩士學位論文的經驗。此外，博士候選人與兩位碩士級諮商心理師分別具有七／三／二年的諮商實務經驗，兩名碩士班學生已完成全職實習正在進行碩士論文研究，此五人從資深到資淺，分別具有1500／400／250／150／120小時的心理劇訓練背景及團體工作經驗。

#### (二) 訪談大綱與訪談前預備

本研究計畫開展前半年始，本文通訊作者即召集研究團隊成員，召開兩週一次之研究籌備讀書會，請成員齊力搜集並詳盡閱讀與本研究主題有關之理論與實務文獻，並展開知識與實踐的對話。於此過程中，研究團隊按研究目的設計出兩份訪談綱要，一以導演的任務行動為基礎，瞭解主角對各介入步驟的經驗與反應（如：「導演在…讓「景」…對您…有幫助嗎？怎樣的幫助？」）；另一邀請主角開放式分享治療後的（無）效果與（沒）改變。本研究之三位訪談員，在研究開展前皆應邀於讀書會中與其它成員切磋交流，以期提升對華人文化特性與關係議題的敏感度，於訪談過程中邀引出更細緻的文化訊息與深刻思考。

#### (三) 團體歷程紀錄及專家討論紀錄

團體進行中，由一位碩士級諮商心理師以將團體歷程做詳實而全面的文字與圖象紀錄，另由博士候選人從心理劇理論視框觀察團體中的語言和非語言訊息，兩位觀察員皆被允許在記錄之外自由摘錄個人主觀評論。團體後，研究團隊以兩份歷程紀錄與觀察札記為基礎，一同回顧該劇歷程、劇中浮現的文化與關係性主題、導演的觀察評估與介入意圖、及「景觀人，人觀景」在劇中發揮的作用。研究團隊交集原始團體歷程紀錄與觀察員札記，接著請導演分享其評估與概念化，再納入其他研究者的觀察與反饋，來回對話辯證，以確認導演意圖與成員反應之間的一致性，形成另一份代表治療師與研究者團隊觀點的「專家討論紀錄」。

#### (四) 資料分析法

本研究蒐集資料來源有三：團體歷程紀錄、專家討論紀錄、及成員訪談錄音檔，分別代

表團體本身、專家、與成員三方觀點，以求更全面了解本工作模式之效果。首先，研究者受任務分析法 (Pascual-Leone, Greenberg, & Pascual-Leone, 2009) 啟發，交互比對每場劇的「團體歷程紀錄」與「專家討論紀錄」內容，從中擷取每場劇發展歷程中的重要介入與關鍵（轉折）事件，同時描述每次介入所對應的主角變化（效果），形成九份案例闡述（含模式操作）文本；同時，研究者將成員訪談內容轉錄為逐字稿斷句摘要，寄予受訪者檢核原意後為受訪者文本。最後，採主題分析法 (thematic analysis) 中的雙向編碼原則 (Braun & Clarke, 2012) 分析兩份文本，先以心理劇核心概念與本土心理學熟成之構念為分析參考架構，進行「上而下」演繹式分析，快速辨識出資料之間的共性，再以資料導向的「下而上」歸納法，保留資料個別殊異性，雙軌並進，形成每場劇的治療歷程與介入效果分析。此外，主責分析者與協同分析者來回審視分析結果與研究發現，並交予成員和治療師檢核，以求提升信、效度。

#### 四、研究倫理

每次工作坊招募階段，研究者以電子郵件寄送正式研究邀請函，載明本研究目的、團隊成員與負責人、進行方式與程序、保密與匿名原則、參與者權益等，歡迎有興趣者聯繫；每梯工作坊開展時，研究者皆於團體中重新公開說明上述相關事項，並取得在場所有成員的正式知情同意（簽名）。研究團隊並於整個研究歷程中，仔細關注成員的身心狀態，並主動探詢其意願，如有任何成員表達出擔憂與遲疑，即捨棄該場次 (session) 的資料，以確保參與者的利益得到最大保障。

### 參、研究結果

研究結果分為二部分。第一部分回應研究問題一（治療歷程）：（1）帶著本土心理學「雙文化現象」的視框分析九場劇的主軸議題，並舉例闡述處遇歷程（含模式操作）；（2）以四大主題說明景的運用如何疏通本土實務現場的「雙文化困境」；第二部分回應研究問題二（治療果效），以三大主題說明本模式為主角帶來的療癒性轉化。

#### 一、「景觀人，人觀景」為雙文化困境帶來的轉化

##### （一）案例分析與處遇歷程

以下以「雙文化現象」為理論視框，闡述九個案例之家庭關係議題，並一一簡述「景物」在劇中的作用；因篇幅有限，本文僅就F、M、W三劇深描導劇歷程。另請讀者留意：

「景中物」的使用不限一種（L、M、T劇皆用到二景）、也不一定是實體物件（「樂曲」本身乃主角之感官經驗）；十項步驟應視每位成員狀態（身心條件、準備度等）、議題性質、劇情發展等，彈性取捨（#4、10非每場皆有，見表二）、調整次序、或重覆加強。

表二 各場劇所使用步驟一覽表

劇（主角）	F	J	L	M	Q	T	W	X	Y
1.選主題與設景	V	V	V	V	V	V	V	V	V
2.確認關鍵物件	V	V	V	V	V	V	V	V	V
3.主角飾演景受訪	V	V	V	V	V	V	V	V	V
4.藉景賦能主角	V		V	V	V	V	V	V	V
5.反覆交換角色	V	V	V	V	V	V	V	V	V
6.具象化社會文化	V	V	V	V	V	V	V	V	V
7.在景「鏡觀」	V	V	V	V	V	V	V	V	V
8.具體演出新策略	V	V	V	V	V	V	V	V	V
9.定錨與遷移	V	V	V	V	V	V	V	V	V
10.心象銘印	V	V		V	V	V	V	V	V

（1）F，心理諮詢師，家中掌上明珠，與夫家生活在同一屋簷下，形成「夫妻軸」與「父子軸」並存的「混合式家庭」。公公幾經戰亂，生活清簡，看不慣F的洋派飲食；夫有長姐如「母」，呵護而控制，不滿弟弟未徵得她的同意就與「書讀得多但不持家」（F-S-10608-11）<sup>2</sup>的F訂結連理。身為么子的丈夫夾在大、小家庭之間，只好以「不變」應萬變。然夫家的一切，在崇尚個人主義「獨立我」價值的F眼裡，都成了「未分化」、「沒界限」（F-F-10608-09）的病態症狀。

本劇以家中的老書櫃為景，老書櫃上原來收著公公包羅萬象的藏書，隨著F嫁入現在已全部擺上她的西方心理學叢書，F認為老書櫃「既在家中就屬於我的」（F-F-10608-05），以此象徵她独立自主的現代女性認同，也因此備受夫家排擠。F在「書櫃」的角度看見夫家血濃於水、自己（替身）孤立在外，娓娓道出她的委屈寂寞、柔聲寬慰（這些年，妳一個人在這個家，真的很不容易）（F-C-10608-09）。接著，導演先令F交換成公婆、夫姊，再換回自己位置鏡觀三代同堂、和樂融融的夫家「團圓」雕塑，以一片褐色布將F由上而下罩

<sup>2</sup>團體歷程紀錄稿編碼方式為「主角代號—劇中角色代號—年月—斷句」。以下編碼方式皆相同。

住，具象化她壓抑、隱忍、卑微、與委屈的心情，在書櫃反覆傾訴聲中，F 潸然淚下。導演又令F與夫姐交換對話，運用多重輔角具象化「婆婆的聲音」（我的地位被她取代了、弟弟快被她搶走了、我們原本的家因為她都要四分五裂了）（F-PC-10608-01），飾演夫姐的F不由地指著「團圓」雕塑道：「因為妳（F），我們家的傳統動搖了！」（F-S-10608-11）。導演再拿三條色巾（各自代表一組關係），將丈夫（F）繫在替身（黃：夫妻）、家人（藍：家與我）、與夫姐（白：姐弟／母子）之間，伴隨著「街坊鄰居」的聲音（怕老婆的男人沒出息；不孝子；媽只有一個，妻子可以再娶）（F-N-10608-04），使F體驗到丈夫在忠孝之間的「拉扯」，脫口道：「真希望妳可以成為我的家人，這樣我就輕鬆多了」（F-H-10608-15）。其後，導演拿著代表「西方心理學的家庭與自我觀」的綠色布巾披掛於替身身上，令F時而在「書櫃」處鏡觀「被三條布拉扯、又被一群街坊鄰居包圍數落的丈夫」的雕塑，時而走近丈夫身邊體驗千夫所指的滋味。F於是理解到丈夫的為難（我其實很想靠近妳，但我一動就會被發現，他們就會指責妳，我好希望妳能靠過來）（F-H-10608-24），此時導演輕輕舉起象徵夫妻連結的黃布巾，在「書櫃」的提醒聲中，請F牢牢記住「每當妳看到我（書櫃）時，就要想起目前他（丈夫）的不動是出於保護妳及一份愛」（F-C-10608-37），F頓時領悟到，自己要先挪移，與夫家的關係才會有轉圜，劇終定錨於夫妻二人決定步入婚姻時那份愛的雕塑。

（2）M，未婚即懷上前男友的孩子，被父母視為家醜、胞弟斥為不孝。家人百般勸阻、威逼利誘，要M拿掉胎兒重新做人。M不顧家人堅持生下孩子，她的「獨立自主」不僅挑戰了華人社會禁忌，也衝擊了傳統小家庭的和諧秩序。

本劇設景於臥房，「書桌」望見身懷六甲、含淚臥床、忍受家人數落的M，表達同理肯定（看到妳這樣我好心疼，我覺得你很勇敢，好辛苦，像做錯事的孩子）（M-T-10608-08）。M將壓抑已久的委屈、失落、憤怒傾瀉而出（你們是我最親的人，怎麼可以用這麼惡毒的話來說我！）（M-P-10608-13），令桌子承接，也道出內心的渴望（我不想失去一條生命、我渴望家人的支持）（M-P-10608-17）。此刻，導演召喚觀眾為多重輔角上前環繞著M，成為代表「大地之母」（這世上有一種母親叫「大地之母」，無論孩子不符合她或社會的期待，她都能接納包容）（M-D-10608-20）的附加真實（surplus reality）景。導演一面溫柔提醒M吸納來自大地之母的愛與養份，一面引領她走回現實有缺憾的人生，走進母親——上個世代的女人——的世界。在母親的位置上，M看見家裏的丈夫淡漠失格、又聽見屋外鄰人指指點點（怎麼教的，這麼不檢點；沒人要啦！）（M-N-10608-12），泣聲道出她身為人母的不忍與憂心（我擔心妳會不幸福）（M-M-10608-28）。此時，導演請M將象徵嬰孩的黃色布巾揣在腹前，回到臥室床上，開始和母親對話。為了重現母親被文化秩序衝擊而潰不成

形的愛，導演拿了一條黑布蓋住「街坊鄰居」將之「消音」，沒了那些「閒言閒語」的母親（M）溫柔對女兒說「我會煮飯給妳補身體、幫妳照顧寶寶」（M-M-10608-43），同時也坦承自己的軟弱與限制（我真的好愛妳，但我真的好害怕外面的聲音，我沒臉見她們）（M-M-10608-49），更對女兒的勇氣表達敬佩與欣賞（我比妳膽小多了，但妳也不要妳的標準來要求我）（M-M-10608-56）。此時，導演再次請M回到書桌處鏡觀，清楚理解到母親的不接納來自外界的評價，更看見母親對自己的諸多不捨與愛。劇末，導演請M、母、弟、及「大地之母」環抱新生兒組成一幅「幸福景」，象徵「愛」與力量得以超越文化的限制和擠壓，使M成為比其母更自由、大無畏的母親。

（3）W，六歲半時父母離異，還在學校上學的W被臨時來訪的法院官員告知，她得在父母之間做出選擇，她無甚思量便走向父親，這一步卻成了她與媽媽之間的樑刺。W母親深陷失婚陰影，恐懼再失去女兒，母女關係緊密而裂隙叢生。年近三十的W瞞著母親與男友交往，卻因母親百般阻撓威嚇、自己心懷愧疚，而裹足不婚，卡在「成家獨立」與「守在母親身邊」之間，走不開也放不下。

本劇設景於「家門口」，導演藉由無聲佇立十數載的「門」窺知這家不為人道的秘密——母親常嚇唬女兒婚姻如虎豹豺狼、母女二方各執一詞、繼父無奈沈默以對。導演令W在門上鏡觀「母親指責、女兒轉身不理／母女對峙、繼父一旁噤聲」的家庭雕塑，門（W）嘆道：「年紀不小早該嫁人，哎！在這家的女人都不快樂」（W-D-10608-07），接著又讓W與門反覆角色交換，體驗自己內在兩股矛盾的聲音（想嫁 vs. 不敢嫁）、用褐色布巾（W選）繫在母女之間象徵W心中的牽絆，再讓W鏡觀「門、替身、母親」三人對話，從而意識到自己原來「離不開媽媽」。此時，導演喚出W六歲半時的抉擇景，起用「多重替身」表達小W無助的心情（選誰都不對、大人怎麼了？我兩個都想要、我不要選、我想離開這兒好可怕）（W-P-10608-30），讓W在綠布（父親）與橘布（母親）之間體驗被拉扯的感受，另請多重替身替她說出跟父親走後她的內疚不安（我背叛了媽媽、她好可憐、我以後沒有媽媽的）（W-CD-10608-21）。其後，導演邀請團體扮演「失婚的母親」（我的世界也一片漆黑，讓我看不見妳，讓妳受傷，我心裡很過不去）（W-CM-10625-13）與「父母離異的孩子」（我兩個都愛，不想選邊站）（W-CC-10608-15）齊力演出一場社會劇，W反覆交換於兩陣營之間，體會各自心情。接著，導演在W身上披上一條褐色布巾，告訴她「每次看到媽媽的眼淚，妳就覺得是自己的錯」（W-D-10608-46），然後取下布巾請W聽見母親的心聲「這（褐色布）是我的眼淚，不是妳的問題，是我太痛苦而選擇結束這場婚姻，不是妳的錯，對不起」（W-M-10608-35），罷了，導演引導W將「母親的痛苦」（褐色布）交回至母親手上（我愛妳，但這是妳的眼淚，不是我的責任）（W-P-10608-51）。接著讓觀眾集體演出第二場社會

劇中，W在「收回眼淚的媽媽」（我曾經失去過一段婚姻，我只是害怕再次分離，但我很愛妳，希望妳不要碰到任何坎坷）（W-CM-10608-27）與「交出眼淚的孩子」（因為你是我媽，不論我選誰，我都愛你）（W-CC-10608-29）之間反覆交換、體會與表達。尾聲，導演請門化作「智慧老人」祝福29歲的W勇敢飛翔，請「婚姻老手」多重輔角大聲為她的「出嫁」做見證（婚姻沒有那麼可怕、有拉扯衝突也有支持、婚姻可以孕育新生命）（W-CM-10608-30）。最後，W走向「家門口」，在門的加油打氣下練習與母親話別，當替身說出「無論我到哪裡，我都愛妳，妳永遠都是我媽」（W-WD-10608-37）母親（W）突然破涕為笑，W領悟到原來母親並非不讓自己幸福，而是需要一份安撫，她隨即走上前去擁抱替身，聽到女兒擔保的母親（W）安心道「妳安心去吧，不用擔心我，家裡還有三條狗和妳爸爸可以陪我，記得帶先生回來看我」（W-M-10608-58）。W帶著「智慧的門」的祝福聲，在「幸福婚姻」輔角揮手迎接下，步出家門，邁向新生活。劇末定錨在W在「幸福婚姻」輔角群環簇下遙望「門內」的母親與老狗，並拍照留念。

（4）Q，諮詢師，丈夫發跡前與前妻育有一子，現由祖父母照養著。Q因學了心理學專業，總是擔心繼子會因父母離異而「變成個案」，因此一直勉力要扮演一位好後母，但繼子的存在也總是提醒著她曾經「破壞人家家庭」的不堪事實，加上丈夫漠然無問的態度，更令她感到孤軍奮戰、心情矛盾。本劇以一台放在客廳的「電視」為景，日日播放著人間百態的電視將小家庭的喜怒哀樂盡收鏡中，看見Q的誠惶誠恐，善意提醒她（妳不是個壞女人、無需當個完美的後媽）（Q-T-10608-10），也看到丈夫的心中的為難（我還無法看著這孩子，因為他令我想起我的黑歷史）（Q-H-10608-12）和說不出口的感謝（我從不敢要求妳善待這個孩子，而妳卻做了我做不到的事）（Q-H-10608-15），因此善意提醒Q，大人恩怨無涉孩子、她恐懼的不是單純無知的孩子，而是社會的眼光。最後，在電視的支持下，Q走近父子之間，成為連結丈夫與孩子的「橋樑」。

（5）J，與前夫有一女，離婚後交由前夫撫養，J搬回原生家庭繼續受父母照料。母親的保護令J舒適依賴，卻也窒息歉疚，她渴望獨立自主，活出不同於母親的新時代女性人生，同事卻也害怕背叛失根。本劇處理J與母親的關係、兩代之間不同的婚姻觀、及主角在孝順與做自己之間的「雙文化我」困境。本劇設景於J臥房，以父母贈與她的大學紀念禮物「鋼琴」為景，琴上佈滿凌亂的衣物，象徵離婚後的J混亂失序的內在。「鋼琴」看見母親畏懼社會的眼光（離了婚的女人沒身價）（J-S-10512-29）、也看見母女之間緊密依存、互相需要，J於是理解到自己何以坎卡在這段關係中、難以自拔。最後，導演讓象徵J內在力量的琴聲如泉源般湧現，劇末定錨於母女在鋼琴間並肩而坐、四手聯彈，意味著母女關係繫一首和而不同的聯彈曲，可以互相連結、錯落交響，但不必掣肘羈絆。

(6) L，醫師，婚前有段刻苦銘心的戀情，因原生家庭反對而告吹，L在父母的期待下（維護家庭榮譽與和諧關係）（L-P-10608-32），嫁給了家世體面、學經歷優的丈夫，丈夫出身工科，心思簡單且頗具孩子氣，無法呼應L細膩精微的精神世界，亦沒有L理想中的男子氣概，L欲求不滿，卻礙於社會角色與母職（給女兒幸福美滿的家）（L-P-10608-45），不敢直面自己的需求，只好「撫琴」以慰寂寥。本劇設景於客廳，以「鋼琴」和悠揚的「樂曲」《Until the Last Moment》為景，鋼琴看見在貌似祥和的小家庭裡老覺自己「對牛（夫）彈琴」的L，「樂曲」道出她心中的孤單落寞，導演用社會劇召喚出社會對「女人」（賢慧、溫柔）（L-CW-10608-48）與「男人」（大氣、果決、有擔當）（L-CM-10608-50）的期待，並以綠色絲巾象徵橫阻在夫妻之間的「理想男人」形象，最後令L在鋼琴與樂曲的陪伴下，宣洩情感，進而找回內在力量。

(7) T，養父學界大儒，父對她關愛倚重並視如己出，T亦奉父為楷模，二人情深意篤，父臨終前喚T於左右，襄助整理未出版的為學筆記。父去世後多年，家中無人敢言死亡，T也始終不接受私人已逝，終日抑鬱寡歡，蓬頭垢面，任家務散亂破敗，屢屢念及要與父親一同歸去，本劇處理T的失落，設景於父親臨終前七日的病房，以一盆T專從海南買來，臨窗而立的「蘭花」和探窗而入的「太陽」為景，蘭花見證老先生抱著病軀依舊筆耕不輟的意志，太陽照見他樂觀健朗的生命力。在「蘭花」的肯定（這一對父女好特別、好有愛）（T-O-10512-37）、「太陽」的見證下，T聽見父親對自己生命的期許（妳是爸爸最得力的女兒，妳得愛惜身體、好好生活）（T-S-10612-17），從否認抗拒到打起精神、整頓家務，將父親的典範傳承下去。

(8) X，幼時家中貧困、兒女眾多，母親將「最乖的二女兒X」交給祖母照養。而今父母雙雙老邁，母親外柔內剛，生活不假手他人，更X不捨。本劇處理X對母親將死的恐懼，她以「盡孝」為由隨侍在側、不分晴雨，不僅是怕「子欲養而親不在」，更是為了彌補自己兒時對母愛的匱乏。本劇設景於父母臥室，藉窗邊「綠植」之口道出對X的肯定與心疼（妳挺不容易，睡不好覺也來，真孝順，其實妳可以休息的）（X-G-10612-17）。導演運用社會劇呈現「舊時代母親」的無奈（希望妳過得好點才把妳送走、我要替奶奶生個孫子顧不上妳）（X-OM-10612-24）、以童年歡快的「農家樂」景賦能X去承迎山雨欲來的失落。最後，在綠植溫情低語中，X帶著感恩與母親道別，因著母親的珍重祝福，無懼死亡，化失落為傳承。

(9) Y，職業婦女，與婆家三代同堂。婚前受母親叮囑要孝敬公婆、為娘家爭光，婚後戰戰兢兢、如履薄冰以維護夫家的「父子軸」家庭，然而Y夫其實渴望與Y一同經營單純的「夫妻軸」小生活，看妻子忙進忙出侍奉公婆，只好躲在房間裡與電腦面面相覷。Y不滿

丈夫既未協助家務、又對她與公婆間的磨合不聞不問。本劇表面上從「夫妻軸」關係出發，實則處理了當代華人「混合式家庭」下，Y、Y母、婆婆共同經歷的「婆—子—媳三角關係」。本劇從夫妻臥房出發，以丈夫心愛的玩伴「電腦」為景，看見受限於華人角色義務、渴望親密卻無法靠近的夫妻二人，道出Y的委屈不易。導演借用多重軸角具象化令Y感到窒息的「社會文化訊息」（做媳婦要孝敬公婆、忍讓、不能給娘家丟臉）（Y-S-10512-31），以社會劇方式讓跨世代的「文化性角色」（婆—媳；夫—妻；母—女）現身對話，並讓Y在「電腦」上鏡觀。最後，在「電腦」的鼓勵與召喚下，夫妻無聲相擁於夜深人靜。

## （二）雙向主題分析揭示四大主題，說明本模式各步驟如何突破雙文化困境

### 1. 景能催化主角「安全地」自我揭露與宣洩情緒

華人愛面子，重視內外有別，傾向壓抑情緒（尤其負面）及避談個人「隱私」。景有助於華人在團體情境中自我揭露與宣洩情緒，首先，主角所挑選的物件通常是她們印象鮮明、連結深刻、且乘載著特殊記憶與意義的，物件現身能挑動主角的感官覺，使她們衝破理性的高牆，快速融入劇中的角色關係與情境脈絡之中，有助於情感流動與表達，化解華人對情緒的「欲迎還拒」，「選曲是神來之筆…我坐在鋼琴前彈奏，瞬間就帶出許多情緒…在音樂催化下，情緒流淌真實順暢，幫助我看到自己壓抑多年渴望宣洩（L-P-11）」。接著，讓主角置換成景的等於褪去社會角色的束縛，能夠「置身於外」地將原本壓抑的想法、感受、偏見、秘密等全一吐為快（#3-2、3-3），「書桌旁觀者的身份讓我更加自由不設防談論一些原本身處其中不便直接說出口的狀況（M-P-13）」、「在電腦的位置上，我沒有原來妻子或媳婦身份的壓力，談論起來更放鬆、自然、沒有負擔（Y-P-09）」。而對導演而言，這些自我揭露正是理解主角的家庭樣貌、評估家庭結構與動力的基礎。另外，華人案主因平日過度壓抑，情緒一但開啟常難以自拔、如巨流傾洩，事後又懊惱「失態」（丟臉），景的適時現身能將被情緒淹沒的案主拉回現實，T：「如果當時我順著自己的情緒…應該不會真的有幫助，蘭花出現阻斷了我的溜車狀態，有一部分感知、理性的回歸，讓我可以思考（T-P-14）」，使主角安全、體面地度過「情關」。

### 2. 景讓主角「有面子」地自我涵融與賦能

華人常說「滿招損，謙受益」，獲得他人認可（會做人）遠比自我接納／肯定（做自己）來的重要，案主多半難言對自己的欣賞，「吾日三省吾身」倒是常見。本模式中，主角因藉景中物之口同理與肯定自己（#3-4），而無須感到難為情，「我角色交換為書桌所說出的那些話（你不忍拿掉孩子、想做一個負責任的母親）…讓我可以同理自己的感受、支持自

己 (M-P-24) 」；景對她們信心喊話或溫柔撫慰 (#4、5、8)。景不僅有情感涵融 (emotional containment) 之功，更啟了賦能之效，使主角有力量去面對糾結的關係與社會評價，「『妳不是壞女人，沒有滿分，盡力就好』電視這翻話對我是一種認可…反復出現幫助我平復情緒，讓我認可自己 (Q-P-17)」、「書桌對我說『看到妳這樣我好心疼，妳好勇敢，也很辛苦，不容易』正是我最需要的 (M-P-19)」、「大地之母說『無論妳做什麼，妳都是我的孩子，我都愛妳，我永遠支持妳』，我感覺被愛和呵護著，也被支持和信任著，很溫暖…讓我能勇敢去面對任何事情，包括接下來可能發生的衝突…她的力量來自『附加現實』，外在現實撼動不了 (M-P-25)」。承上，景的出現 (無論主角飾演景或景對主角說話) 有助主角從自己的角色中抽身，與內化的社會價值、固著的情緒經驗、僵滯而失功能的互動模式等產生適度分化，因此能較自由地貼近、表達、甚至行動演出自己的需要。

### 3. 景的「廣角」照見關係所處的系統與文化脈絡

「景」提供一個「廣闊的視角」將人、關係、家庭、系統、乃至社會文化都收入它的鏡頭。它既是主角的「第三隻眼」，帶領她們看見家庭的整體樣貌 (#3-2)，再慢慢聚焦回對角關係 (#3-3)，讓「剪不斷、理還亂」的關係逐漸明朗，「當我在電視的角度描繪家庭時，好像能更客觀的看到這個家的關係和互動，是我以前沒有察覺的部分 (Q-P-15)」；也是主角「鏡觀」 (#7) 全局的瞭望台，登高遠眺「具象化的社會文化訊息」 (#6) 對自己、對角、和關係的影響，「鏡觀很好幫助我去理解我在家裡的困境，(看見丈夫被三種顏色的布巾拉扯) 很視覺，感覺很衝擊，很形象的再現了我們的困境 (F-P-26)」、「跳出來對我觸動最大的場景是，我婆婆面對著『婆婆的婆婆』的指責、眼光、以及整個社會對女人的期待 (女人就是忍著……孝順公婆天經地義……)，讓我對公公 (懦弱) 的觀點也突然變了，婆婆可以在家幸福是因為身邊有一個默默支持她的『老公』 (Y2-P-9)」。

### 4. 景的「具體真實」有助主角延續矯治性經驗

景中物取自主角生活中真實存在的物件或感官經驗，除了清晰印象外，有的還具備聲音、氣味、觸感等多重官覺，既鮮明又不受主角情緒波動、時間流變影響，乘載著主角在劇中被涵融、賦能、演練出的新 (矯治性) 經驗。「景是我現實生活的再現，我回家後第一件事就是把鋼琴上的雜物清理乾淨……每次看到鋼琴、聽到音樂，我都會自內心深處產生一種積極的力量……等於找到了開啟生命力量 (我 (鋼琴) 陪了你這麼久，最懂你，只要打開你就會有動力的) 的金鑰匙，隨時隨地補給 (J-P-23)」、「電視是活動場景中一個不變的物件，對我而言意味著見證，當劇結束後，仍然和生活有連結的作用，延續劇的影響，現在

我看到它時，對我都是一種提醒，讓我在生活中多一些時間在那個場景和先生在一起（Q-P-26）。簡言之，景就像一個具體可感知的穩定客體，時時喚起治療中的療癒與學習，並燃起動能，呼應華人重視實用的性格。

## 二、「景觀人，人觀景」為華人家庭關係帶出的理解與轉化

「景觀人，人觀景」一共為主角的家庭關係帶來三個層次的轉化，從個人洞察、改變對角關係、到調整與其他家人的互動：

### （一）意識「華人社會文化」對家內關係的影響

主角們藉由「景」的廣角與鏡映，意識到她們在關係中的困頓，與社會文化的牽制有關。M理解「父母在面對街坊鄰居的指指點點（沒結婚就生孩子真丟人，父母怎麼教的？…丟死人）時『背脊發涼』的不容易（M-E-08）」；Q發現「看見他（繼子）就像提示我自己（破壞別人家怎是好女人？繼母一定沒好貨……）不是個『好人』，覺得我的人生有污點一樣，使我不願接受他真正存在（Q-E-11）」；Y意識到「是那個劇中反復呈現的『社會的聲音』（要孝敬公婆、要給娘家爭光、不能讓人家說閒話等等）讓我無法輕鬆自在面對婆婆，更難和丈夫親密」；F看見丈夫在「人夫、人子、與人弟間的角色衝突（Y-E-15）」而理解到在華文化中兒子不孝會招致千夫所指的悲戚。橫亙在M母女、Q與繼子、Y婆子媳、F夫婦姑嫂之間的是和華人社會對「家庭與婚姻」（和諧、完整、忠誠）與「女性角色」（好媳婦、好太太、好媽媽）的期待。主角與對角們，無論買單（M母、Q、Y、Y婆、Y夫、F姐）、挑戰傳統禁忌（M、F、F夫），或平白受累（Q繼子），都深受自己成長的時空脈絡與價值觀所影響，關係中的矛盾、衝突、缺憾於是而生。

### （二）接受對角「人在脈絡中」的限制，轉化與改善關係

透過不斷與對角换位、具象化呈現社會文化等暖身，主角逐漸能接受「人在江湖、身不由己」，因而在認知、心態、與行動上有所轉化：（1）鬆動想法：F看見丈夫被各個關係與角色拉扯後「對先生的不易多些理解和包容，我也少了許多不滿（F-E-17）」；（2）改變態度：M發現母親並非不愛自己，而是她的愛被傳統觀念與社會壓力扭曲，「（看見媽媽要我拿掉孩子，是無法抵擋來自社會的眼光和壓力）自己心態變化了，面對我媽的態度自然也有不同（M-E-15）」、X理解舊時代的貧困與重男輕女令母親忍痛將她送走，但母愛不減，故能「（知道在那個時代的苦，每家都如此需把孩子送走）比較平靜地接受媽媽會離開的事實，不再抗拒，不再有執念（X-E-20）」；（3）調整關係中的互動方式：Y覺察是「好媳婦」的魔咒緊緊框住自己、且將丈夫阻擋在外時，反而「不再有那麼多的束縛和自我限制，

這種輕鬆反而促進了婆媳關係，感覺不僅我，婆婆也更順暢了！（Y-E-19）」，更「（看到婆婆的不容易，也看見老公的需要）將劇中學習到的新的行為（主動找老公，陪他看電影、打遊戲）用到生活中，我柔軟了，老公就會看到我、同理我，我們真的更近了！（Y-E-20）」、M明白父母是用上個世代的方式在保護自己，「因為相信父母對我的祝福，在相處過程中即使有衝突矛盾，也能比較和緩地去應對」。

### （三）明白對角關係的情境特殊性，解放與「其他家人」的關係

主角有時會讓對角關係的負向經驗渲染了她們所有的關係，宏觀的「景」有助於主角分辨對角關係與其他關係、此一時彼一時。X盡孝以彌補對母愛的匱乏，擴散到在所有人際關係中的討好犧牲，然對如今的母親而言「貼心的女兒才值錢」，因此她「學會力所能及地照顧自己，安心接受其他家人對我的給予和照顧（X-E-12）」；W母對女兒的控制來自一個「失婚女人」一無所有的恐懼，無關乎婚姻本質，因此當W「理解她（母親）阻撓控制背後是沒安全感、怕我離開，但沒有用正確的方式表達對我的感情和期望，我沒有這麼恐懼結婚了，而且，我已經決定結婚了！（W-E-29）」；T對養父深情難了，因而擔心自己和女兒之間也會因為親密太過而最終難分難捨，當蘭花與太陽將有限的生命化「無限的祝福」時，「我再沒這樣的想法，與女兒的關係依然親近，而且不再有這方面的擔心（T-E-27）」。上述例子中，重男輕女的貧困社會、失婚婦女的惶恐、養父女的舐犢情深是令主角受苦的情境，當主角因為景而拉寬視野、意識到今非昔比，便比較能從對角關係中重獲自由，追求可欲的其他人際關係。

## 肆、討論與建議

本研究藉黃光國（2009）提出的諮商心理學本土化四大目標，分別從個案研究、理論概念化、評估工具、和治療方法來探討「景觀人，人觀景」的呼應與推進，另就研究限制提出建議。

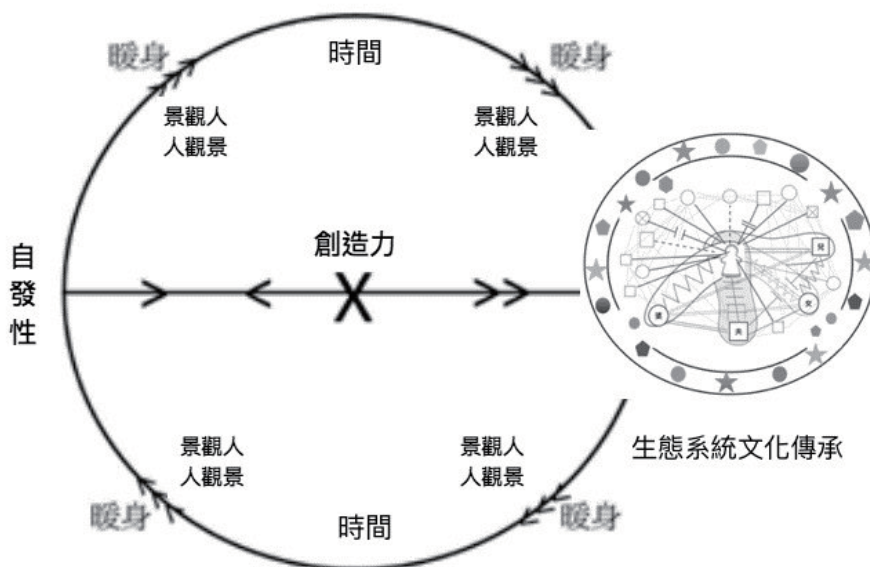
### 一、帶著文化敏感度研究本地的人際衝突案例

本研究從華人文化脈絡立場（Hwang, 2009）出發，探究華人心理劇中浮現的關係困境，發現九個案例若依是否反映「雙文化現象」，略分為二：（1）受華人傳統文化禁錮：年過半百的T和X，深受「父母在，不遠遊」、「事死如生」等傳統孝道觀影響（袁信愛，2002），難以接受父親斯人已去、母親大限將至的必然；為了轉化僵固的文化傳承（以「守

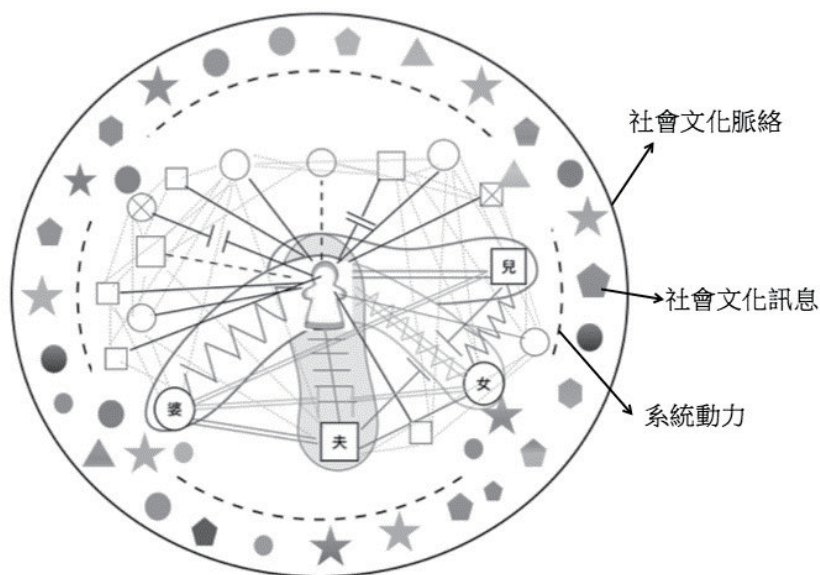
在父母身邊」來盡孝），導演藉景之口賦予孝道符合當下情境（現代生活）的新意—「照顧好自己」、「接受祝福」、「傳承父母精神」，使案主不必在「忠於傳統」中自苦。（2）變遷中的雙文化衝突：另七位案主年介而立與不惑之間，其主訴議題皆直接、間接涉及傳統與現代交會、中西擦撞的「雙文化現象」，又以「雙文化我」（陸洛，2003）與「混合式家庭」（楊國樞，1994）所引起的個人內在與人際困擾，首當其衝。F和Y為三代同堂大家庭的媳婦，無法平衡「父子軸」期待和「夫妻軸」需求，而迸發婆媳與夫妻衝突；J、L、M、W皆在結婚、生子、成家的人生大事上，卡在究竟要「瀟灑做自己」（獨立我）還是「乖乖聽爸媽話」（相依我）之間，而面臨「孝道困境」；M、Q不安於傳統父權社會對女性的角色規範，冒險挑戰社會禁忌。導演透過具象化將文化傳承立體呈現於劇中，深化主角對自己、他人、關係、環境的理解，進而產生接納與超越之道。然而，每個心理劇案例皆有其獨特而複雜的生成脈絡，本研究所關注的「雙文化現象」或可作為治療師評估介入的有利視框，用以洞悉現象背後的文化性驅力，但無法概括之。

## 二、從本土案例概念化建構能理解在地現象的本土理論

從研究結果二之三大主題可知，心理治療的效果（目的）不僅在於「協調」個體內與人際間的衝突以求取心理社會平衡（陳秉華，2001），更需引領案主看見所處的關係與情境脈絡，才能發展出適合當下「人我」與「人境」間的互動策略。因此，研究者建議本土心理劇工作者在運用心理劇「創造力準則」（Moreno, 1953）時，納入諮商的「發展—脈絡觀」（Walsh, Galassi, Murphy, & Park-Taylor, 2002）（見圖二），看見「文化傳承」下包覆的動態社會文化變遷（如「雙文化現象」）、個體與環境大小系統之間的互動性（見圖三），並視人與環境皆為主動的「施為者」（agent），能互相導引改變，此即「創造力準則」的真義：「自發」指能關注脈絡（境）的存在與作用，「創造」是為了在適應中保有自由（和諧做自己），「文化傳承」（慣性）既是「成品」亦是「起點」，而「景觀人，人觀景」則是這個動態過程中，治療師和案主用來「暖化」（理解）自我與他人、明辨情境的評估工具，以及打破慣性、創新適應的治療方法。



圖二 生態系統創造力準則



圖三 放大版生態系統文化傳承圖（補充）

註：中間人型：主角；粗方圓型：家人；細方圓型：外人；灰色實心不規則圖形：對角關係（主訴）；其它不規則空心圖形：主角與其他家人關係；淺灰實線：家人關係動力；粗黑線：主角家外關係；淺灰虛線：其他人之間關係。

### 三、發展可以評估與測量在地現象的工具

「景觀人，人觀景」作為評估工具，能將主角在治療室外的大小空間系統、過去—現在—未來的時間系統，盡現於「此時此地」（治療情境）。步驟1-3（設景與選題、辨識關鍵物件、主角飾演景受訪）即為治療評估。研究結果「景的『廣角』照見主角所處的系統與文化脈絡」及「主角意識到『華人社會文化』對家內關係的影響」說明本模式有助於將多層次生態系統納入評估範疇；研究結果「景讓主角安全地自我揭露，幫助導演理解家庭動力」是在尊重華人重視和諧（Cheung & Chan, 2002; Cheung, 2013）、人情面子（Hwang, 2009）、克制迂迴（曾文星，2002）等文化前提之下，以退為進，突破心理劇現場的雙文化困境，貼近田野、見樹見林。

### 四、從本土文化資產中取材，發明新治療方法

「景觀人，人觀景」是促進自發性、開啟創造力的「暖身」工具（見圖二）。步驟4-10為具本土特色的治療方法：步驟4-7（藉景賦能主角、反覆與對角交換角色、具象化社會文化訊息、讓主角在景物位置「鏡觀」），為了突破「雙文化困境」，活用心理劇技術，協助主角對自己與對方的行為、感受、想法、期待、目標、需求等，產生認知、情感、與行動上的洞察（action insight）（Moreno, 2006），不僅達到Chen（2009）「人我關係協調」模式中主張的「增加自我覺察」與「增加對他人的理解」，更提升主角對彼此「周遭情境與文化系統」特質的理解。步驟8（行動演出新策略）以角色交換與具象化等技術協助主角和對角溝通、表達、衝突、妥協、甚至放下，並由「景」扮演穩定的涵融性客體鼓勵或提醒案主，使其發展新的互動方式，呼應Chen（2009）「人我關係協調」主張的「透過溝通、表達、衝突因應、第三者調停等方式協調與兼顧雙方需求、緩解內在衝突、提升人際和諧」。不同的是，在「景觀人，人觀景」中，案主可同時演練多種不同因應策略、融合或取捨，是謂「角色訓練」；景的功能不僅為「調停」，更有「同理」、「架新框」、「賦能」等多重意義；治療目標並不限於「兼顧雙方需求」圓滿收場，而在於彈性發展有助當下「人境適應」的人我因應之道，即使需涉險於未知（賴念華，2015）。

本模式許多創意巧思皆來自導演對華人民族性的理解，「以吾之矛，攻吾之盾」貼近華人限制以超越其限制，即莫雷諾（1953）「改變文化傳承」與楊中芳（2001a）「以本土化為現代化」。具體方式有二：（1）舊酒裝新瓶：主角藉景物之口同理讚美自己、說出不堪的秘密、吐露難為情的真心話，是貼著華人「愛面子」的心理機轉來疏通「被面子卡住」的

自我與人我關係，讓華人可以「體面地不要臉」；（2）舊瓶裝新酒：賦予「孝道」符合現代人生活的「新意涵」，令案主用有建設性而非自壞的方式來「盡孝道」；用「具體」的景物表徵抽象情感、去承載稍縱即逝的矯治性經驗，都是運用華人對「物質」的熟悉與安全感，去接觸期待又怕受傷害的情緒、或把無常的改變動機牢牢鑲在穩固長存的實體物件中。整體而言，本研究所展現的治療現場雙文化困境破解之道，接近楊國樞（Yang, 2003）與高旭繁（2008）的創新適應「統合／統整」型態，治療目標在於協助案主發展出因時因地、智慧創意的「折衷自我」（陸洛，2003；2011）。

## 五、研究限制與建議

（1）研究設計：本研究為一試探性研究，提出一工作模式雛形，探究治療歷程與介入後效。未來建議採多元研究方法深究本模式特定面向，以完熟模式建構：如以「個案分析法」深入了解「景觀人，人觀景」在特定華人家庭議題或其他關係主題上的作用；執行完整「任務分析」，標定待處理的具體「難題」、題解後案主的表現、辨認具代表性的效果變項與衡量工具，以建構完整任務細項；以「紮根理論」探究更多變異性高的案例改變歷程，奠定理論模式基石。加入輔角、替身、觀眾等其他團體成員觀點，或以其他量性或混合設計研究多向度探究模式果效。

（2）研究對象：本研究主角在人口學向度上有以下偏態：全為女性、受高等教育、心理相關專業背景、都會區，志願者，可推測其治療準備度（readiness）、心理意識<sup>3</sup>（psychological mindedness）、與改變動機皆高於一般案主，故本次研究結果不可類推至其它背景案主；另外，研究地點為台灣與中國大陸幾處，僅反映當地社會的發展現況，但華人文化區幅員廣大、各區發展歧異度大、異質性高，故研究結果僅供參考，無法呈現其他華人地區社會的雙文化衝突。未來研究宜延展至其他華人社群所在地、廣納不同族群，特別是非專業工作者、中低教育程度、非志願案主、及其他心理弱勢族群等，以使工作模式兼具通則與殊性、豐富完善。另外，本研究導演資深且深具文化視框，未來宜納入不同資歷與派點的治療師操作，以釐清人為變項對模式歷程與效果的影響。

（3）研究結果：本模式操作不易且變異性高。首先，模式十項步驟是由心理劇的「角色交換」、「具象化」、「鏡觀」、「角色訓練」等諸多元素構成，缺乏對心理劇概念與技

<sup>3</sup>心理意識（psychological mindedness）意指一個人自我檢視（self-examination）、自我反思（self-reflection）、內省性（introspection）、和洞察力（insight）上的能力。在心理治療中，心理意識越強的案主，所反應及回應的治療效果越好，詳見Appelbaum, SA. (1973). Psychological-mindedness: Word, concept and essence. *The International Journal of Psycho-analysis*, 54(1), 35-46. doi: PMID 4724251.

巧的嫻熟掌握，難以成事，而其中「具象化」更是令隱性無形的文化得以彰顯，進入主角感官意識、帶出理解與轉化的關鍵，其作用與「景」相輔相成，相得益彰，然受限於篇幅，本研究僅聚焦於「景」的操作與果效，建議未來研究以「具象化」為主體續探之。再來，導演的經驗智慧與文化敏銳度，是他得以因地制宜、對症下藥的基礎，易言之，本研究所闡示的案例與介入效果雖具參考與啟發性，但模式操作過程實難手冊化或複製，除技術之外更仰賴治療者的人性哲學和對社會文化脈動的敏銳度，因此，建議諮商心理學本土化要務之一乃培養專業人員對環境脈絡與文化變遷的洞勢。最後，本研究以本土心理學深耕熟成的「雙文化現象」為基本立場和主要視框，來理解華人心理劇田野開展出來的家庭關係議題與導劇歷程，期待未來研究能從更多元的理論視框來關照華人家庭的千絲萬縷，以使華人心理劇與家族治療相關研究更加豐饒。

### 參考文獻

- 王行、鄭玉英（1994）：心靈舞台—心理劇的本土經驗。台北：張老師。[Wang, H., & Cheng, Y. Y. (1994). *The psychodrama stage: Indigenous experiences of psychodrama practices*. Taipei: Living Psychology Publisher.]
- 王智弘（2013）：從文化理解到含攝文化理論之建構：從助人專業倫理雙元模型到研究倫理雙元模型。台灣心理諮商季刊，5（4），vi-xii。[Wang, C. H. (2013). From culture understanding to culture-inclusive theory construction: The construction of duality model. *Taiwan Counseling Quarterly*, 5(4), vi-xii.]
- 利翠珊、蕭英玲（2008）：華人婚姻品質的維繫：衝突與忍讓的中介效果。本土心理學研究，29，77-116。[Li, T. S., & Hsiao, Y. L. (2008). Maintaining quality of marriage: The mediating effect of conflict and Ren (tolerance) for Taiwanese married couples. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 29, 77-116. doi: 10.6254/2008.29.77]
- 周玉慧（2015，9月）：婚姻家庭觀與夫妻互動。「跨·文化學術研討會」發表之論文，台北。[Chou, Y. H. (2015, September). *The spousal interactions and Chinese views on couples and families*. Paper presented at the Cross-Cultural Academic Conference. Institute of Ethnology, Taipei, Taiwan.]
- 袁信愛（2002）：儒、道兩家的生死智慧。載於郭朝順（主編），第六次儒佛會通論文集（173-188頁）。台北：正港資訊。[Yuan, H. A. (2002). *The Confucian and Taoist perspectives toward life and death*. In C. S. Kuo (Eds.), *The sixth volume of the Confucianism*

- and Buddhism theses collection (pp. 173-188). Taipei: The Authentic Information.]
- 高旭繁（2008）：華人在傳統與現代生活情境中的傳統與現代行為：人境互動論的觀點。國立台灣大學心理學系碩士論文，未出版，台北。[Kao, S. F. (2008). *Traditional and modern behaviors in traditional and modern life situations among the Chinese: The person-situation interactive perspective*. Unpublished master's thesis. National Taiwan University, Taipei. doi: 10.6342/NTU.2008.01248]
- 高旭繁、陸洛（2006）：夫妻傳統性／現代性的契合與婚姻適應之關聯。本土心理學研究，**25**，47-100。[Kao, S. F., & Lu, L. (2006). The relationship of congruence in psychological traditionality/modernity to marital adjustment. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies, 25*, 47-100. doi: 10.6254/2006.25.47]
- 陳秉華（2001）：華人「人我關係協調」之諮商工作架構。測驗與輔導，**167**，3511-3515。[Chen, P. H. (2001). The counseling working model of Chinese self-other coordination. *Measurement and Guidance, 167*, 3511-3515.]
- 陳秉華、林美珣、李素芬（2009）：人我關係協調之伴侶諮商研究。教育心理學報，**40**（3），463-488。[Chen, P. H., Lin, M. H., & Lee, S. F. (2009). Research on self-relation coordination in couple counseling. *Bulletin of Educational Psychology, 40* (3), 463-488. doi: 10.6251/BEP.20080910]
- 陸洛（2003）：人我關係之界定—「折衷自我」的現身。本土心理學研究，**20**，139-207。[Lu, L. (2003). Defining the self-other relation: The emergence of composite self. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies, 20*, 139-207. doi: 10.6254/2003.20.139]
- 陸洛（2008）：未來華人自我研究的瞻望。載於楊國樞、陸洛（主編），中國人的自我：心理學的分析（697-702頁）。台北：臺大出版中心。[Lu, L. (2008). The future perspective of research on the Chinese self, In K. K. Yang & L. Lu (Eds.), *The Chinese self: A psychological analysis* (pp. 697-702). Taipei: National Taiwan University Press.]
- 陸洛（2011）：現代華人的雙文化自我與雙重陷落。本土心理學研究，**36**，155-168。[Lu, L. (2011). The bicultural self and double losses of modern time Chinese people. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies, 36*, 155-168. doi: 10.6254/2011.36.155]
- 陸洛、楊國樞（2005）：社會取向與個人取向的自我實現觀：概念分析與實徵初探。本土心理學研究，**23**，3-69。[Lu, L., & Yang, K. S. (2005). Social- and individual-oriented views of self-actualization: Conceptual analysis and preliminary empirical exploration. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies, 23*, 3-69.]

- 曾文星（2004）：文化與心理治療。香港：中文大學出版社。[Tseng, W. H. (2002). *Culture and psychotherapy*. Hong Kong: The Chinese University Press.]
- 黃光國（2009）：儒家關係主義：哲學反思、理論建構與實徵研究。台北：心理出版社。[Hwang, K. K. (2009). *The Confucian relationalism: Philosophical reflection, theory construction, and empirical studies*. Taipei: Psychological Publishing Co., Ltd.]
- 黃曬莉（2001）：身心違常：女性自我在父權結構網中的“迷”途。本土心理學研究，**15**，3-62。[Hwang, L. L. (1993). Psychosomatic disorder: The straying of a woman's self within the patriarchal structure. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, *15*, 3-62. doi: 10.6254/2001.15.3]
- 楊中芳（1999）：人際關係與人際情感的構念化。本土心理學研究，**12**，105-179。[Yang, C. F. (1999). How to make Chinese interpersonal relations and interpersonal affections into constructs. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, *12*, 105-179. doi: 10.6254/1999.12.105]
- 楊中芳（2001a）：現代化、全球化、是與本土化對立的嗎？載於楊中芳（主編），如何理解中國人：文化與個人論文集（215-248頁）。台北：遠流。[Yang, C. F. (2001a). Is indigenization against modernization and globalization? In C. F. Yang (Eds.), *How to understand Chinese people: A collection of personal essays on culture* (pp. 215-248). Taipei: Yuan-Liou Publishing Co., Ltd.]
- 楊中芳（2001b）：「婆」與「媳」都是「自己人」帶來的麻煩？載於楊中芳（主編），如何理解中國人：文化與個人論文集（463-477頁）。台北：遠流。[Yang, C. F. (2001b). The trouble of being triangulated between mom and wife. In C. F. Yang (Eds.), *How to understand Chinese people: A collection of personal essays on culture* (pp. 463-477). Taipei: Yuan-Liou Publishing Co., Ltd.]
- 楊國樞（1992）：傳統價值觀與現代價值觀能否同時並存。載於楊國樞（主編），中國人的價值觀—社會科學觀點（65-119頁）。臺北：桂冠圖書公司。[Yang, K. S. (1992). Can they coexist, the traditional and the modern values? In K. S. Yang (Eds.), *The Chinese worldview: A social science perspective* (pp. 65-119). Taipei: Kuei-Kuan Publisher.]
- 葉光輝（1997）：親子互動的困境與衝突及其因應方式：孝道觀點的探討。中央研究院民族學研究所集刊，**82**，65-114。[Yeh, K. H. (1997). Struggles, conflicts, and coping between Chinese parents and children: A filial piety perspective. *Thesis Collection of the Institute of Ethnology, Academia Sinica*, *82*, 65-114.]

- 賴念華 (2008) : Dorothy Satten 四張椅子之心理劇導劇歷程。中華團體心理治療, 14 (2), 9-21。[Lai, N. H. (2008). The psychodrama directing process of "four chairs" by Dorothy Satten. *Chinese Group Psychotherapy*, 14(2), 9-21. doi: 10.30060/CGP.200806.0002]
- 賴念華 (2015) : 社會劇在華人文化人際議題中的運用。T&D 飛訊, 206, 1-21。[Lai, N. H. (2015). Applying sociodrama in interpersonal issues in Chinese culture. *T&D Fashion*, 206, 1-21.]
- 賴念華 (2016) : 畫說災難—藝術減壓安心模式。載於陶新華、吉沅洪 (主編), 心理創傷治療技術解析 (116-131頁)。中國重慶: 重慶出版社。[Lai, N. H. (2015). Drawing to healing: An artistic model in crisis debriefing. In S. H. Tao & Y. H. Jih (Eds.), *Psychotherapeutic technique illustration in trauma* (pp. 116–131). China: Chongqing Publishing.]
- Appelbaum, S. A. (1973). Psychological-mindedness: Word, concept and essence. *The International Journal of Psycho-analysis*, 54(1), 35-46. doi: PMID 4724251.
- Blatner, A. (2000). *Foundation of psychodrama: History, theory, and practice*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- Braun, V., & Clarke, V. (2012). Thematic analysis. In H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, & K. J. Sher (Eds.), *APA handbook of research methods in psychology, research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (Vol. 2, pp. 57-71). Washington, DC: American Psychological Association. doi: 10.1037/13620-004
- Chan, P. S. (1997). Inpatient group psychotherapy in Chinese patients. *Singapore Medical Journal*, 38(1), 19-21.
- Chen, P. H. (2009). A counseling model for self-relation coordination for Chinese clients with interpersonal conflicts. *Counseling Psychologist*, 37(7), 987-1009. doi: 10.1177/0011000009339975
- Cheung, G., & Chan, C. (2002). The Satir model and cultural sensitivity: A Hong Kong reflection. *Contemporary Family Therapy*, 24, 199-215. doi: 10.1023/A:1014338025464
- Cheung, Y. K. (2013). From the Satir model to the I Tao: Reconstructing family rules in a Hong Kong cultural context. *The Satir Journal: Transformational Systemic Therapy*, 1, 349–393.
- Dayton, T. (2005). *The living stage: A step-by-step guide to psychodrama, sociometry, and experiential group therapy*. Deerfield Beach, FL: Health Communications, Inc.
- Dwairy, M., & Van Sickle, T. D. (1996). Western psychotherapy in traditional Arabicsocieties. *Clinical Psychology Review*, 16(3), 231-249. doi: 10.1016/S0272-7358(96)00011-6

- Gergen, K. J. (2009). *Relational being: beyond self and community*. New York, NY: Oxford University Press.
- Hale, A. E., (1981). *Conducting clinical sociometric explorations: A manual for psychodramatists and sociometrists*. Illinois, IL: Royal Publishing Company.
- Hwang, K. K. (2009). The development of indigenous counseling in contemporary Confucian communities. *Counseling Psychologist, 37*(7), 930-943. doi: 10.1177/0011000009336241
- Karp, M., Holmes, P., & Bradshaw-Tauvon, K. (1998). *The Handbook of Psychodrama*. London, England & New York, NY: Routledge. doi: 10.4324/9780203977767
- Kuo, B. C. H., Hsu, W. S., & Lai, N. H. (2011). Indigenous Crisis Counseling in Taiwan: An Exploratory, Qualitative Case Study of an Expert Therapist. *International Journal for the Advancement of Counselling, 33*(1), 1-21.
- Kwan, K. L. K. (2009). Collectivistic conflict of Chinese in counseling: Conceptualization and therapeutic directions. *The Counseling Psychologist, 37*, 967-986. doi: 10.1177/0011000009339974
- Kwan, K. L. K. (2000). Counseling Chinese peoples: Perspectives of filial piety. *Asian Journal of Counseling, 7*(1), 23-41.
- Lai, N. H. (2011). Expressive Arts Therapy for Mother-Child Relationship (EAT-MCR): A novel model for intervening domestic violence survivors in Chinese culture. *The Arts in Psychotherapy, 38*(5), 305-311. doi: 10.1016/j.aip.2011.08.001
- Lai, N. H., & Tsai, H. H. (2014). Practicing psychodrama in Chinese culture. *The Arts in Psychotherapy, 41*, 386-390. doi: 10.1016/j.aip.2014.06.005
- Leung, S. A., & Chen, P. H. (2009). Counseling psychology in Chinese communities in Asia: Indigenous, multicultural, and cross-cultural considerations. *The Counseling Psychologist, 37*, 944-966. doi: 10.1177/0011000009339973
- Ma, J. L. C. (2011). *Anorexia nervosa and family therapy in a Chinese context*. Hong Kong: Chinese University Press.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review, 98*, 224-253.
- McNamee, S., & Gergen, K. J. (1992). *Therapy as social construction*. London, England: Sage Publications.
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and*

- sociodrama*. Beacon, NY: Beacon House.
- Moreno, J. L., & Fox, J. (1987). *The essential Moreno: Writings on psychodrama, group method and spontaneity*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- Moreno, Z. T. (2006). *The quintessential Zerka: Writing by Zerka Toeman Moreno of psychodrama, sociometry and group psychotherapy*. New York, NY: Routledge.
- Moreno, Z., Blomkvist, L. D., & Ruetzel, T. (2000). *Psychodrama, Surplus reality and the art of healing*. London, England: Routledge. doi: 10.4324/9780203770047
- Nolte, J. (2014). *The philosophy, theory and methods of J. L. Moreno: The man who tried to become God*. New York, NY: Routledge.
- Pascual-Leone, A., Greenberg, L. S., & Pascual-Leone, J. (2009). Developments in task analysis: New methods to study change. *Psychotherapy Research, 19*(4-5), 527-542. doi: 10.1080/10503300902897797
- Sprague, K. (1994). Stepping into the cosmos with our feet on the ground. In P. Holmes, M. Karp, & M. Watson (Eds.), *Psychodrama since Moreno: Innovations in theory and practice*. London, England: Routledge.
- Sue, D. W., Ivey, A. E., & Pedersen, P. (2009). *A theory of multicultural counseling & therapy*. Mason, OH: Cengage Learning.
- Walsh, M. E., Galassi, J. P., Murphy, J. A., & Park-Taylor, J. (2002). A conceptual framework for counseling psychologists in schools. *The Counseling Psychologist, 5*, 682-704. doi: 10.1177/0011000002305002
- Yang, K. S. (2003). Methodological and theoretical issues on psychological traditionality and modernity research in an Asian society: In response to Kwang-Kuo Hwang and beyond. *Asian Journal of Social Psychology, 6*, 263-285. doi: 10.1046/j.1467-839X.2003.00126.x
- Yang, K. S. (2006). Indigenized conceptual and empirical analyses of selected Chinese psychological characteristics. *International Journal of Psychology, 41*, 298-303. doi: 10.1080/00207590544000086

收件日期：107年2月7日  
複審一日期：107年5月6日  
通過日期：107年6月30日

## **"Seeing from the Scenes" : A Psychodramatic Model for Resolving Familial Relational Conflicts in Contemporary Chinese Societies**

Yunung Lee

Nien-Hwa Lai\*

National Taipei University of Education

This study aimed to investigate the group process and effects of a Chinese indigenous psychodramatic model titled, "Seeing from The Scenes; Seeing from The Person". This model was invented to address and resolve relational issues within families arising from the Western-Chinese bi-cultural phenomena/conflicts in contemporary Chinese societies. The bi-cultural phenomena refer to clients' struggles between pursuing individual independence and autonomy (modernity) and maintaining relational harmony (traditionality), resulting in their attempts to seek counseling and psychotherapy. Meanwhile, the bi-cultural conflicts emerge in the counseling process from clients' contradictory needs for self-disclosure and self-affirmation (individualism-oriented) and simultaneously to save face for selves and others (collectivism-oriented). Inspired by the "cannon of creativity" in psychodramatic theory, researchers developed a ten-step working model based on psychodrama's unique perspectives on time and space. The ten steps include theme choosing and scene setting, identifying the critical object in the scene (OIS), interviewing the protagonist who reversed to the OIS, having the OIS empower the protagonist, repetitive role reversals between the protagonist and the opposite party in the troubled relationship, concretizing the sociocultural messages, mirror, enacting new strategies, consolidating the corrective experiences, imprinting the new experiences in mind through pictures or mental images. The model was implemented in nine psychodramatic groups themed around family issues. Participants were recruited from faculty members and graduate students at four academic institutes across Taipei, central China, southwest China, and north China. An expert-researcher group was formed and consisted of the director of psychodrama, the observers, and the researcher teams to identify critical interventions and turning points of each psychodrama session in order to construct preliminary group process notes using analytical procedures based on task analysis. Two semi-structured in-depth interviews were conducted with each protagonist first to collect their experiences

---

\* Corresponding author: Nien-Hwa Lai, email: [annielai2009@gmail.com](mailto:annielai2009@gmail.com).

doi: 10.3966/172851862019010054005

during the psychodrama process, and second to understand the perceived effects of the working model on family relationships one month afterward. Two-way thematic analysis was conducted with the group process notes and interview transcripts, which then revealed four themes on therapeutic process and three themes on the therapeutic outcomes in terms of bi-cultural conflict resolutions. The study found four therapeutic mechanisms emerging from the group process: (1) the OIS facilitated self-disclosure and emotional catharsis in a face-saving way; (2) the OIS contains and empowers the protagonists while protecting their faces/public-images; (3) the OIS offered a panoramic view to the systemic contexts protagonists were embedded in; (4) the OIS served as a concrete reminder that carried the corrective experiences from therapy to real lives. As for the therapeutic effects, the study revealed three respects of transformations perceived by the protagonists in relation to their family relationships: (1) the protagonists gained awareness of the impacts of the Chinese sociocultural forces impinging on their familial relationships; (2) the protagonists accepted that the specified family members were shaped and restricted by their socio-historical and cultural contexts and thereby took initiatives to change the interactive patterns; (3) the protagonists understood the distinctive conditions/contextes that gave rise to the current relational difficulties and became able to create new possibilities in their other relationships. Based on the research findings, the current study suggested Chinese psychodramatists incorporate the "development-contextual perspective" into the "cannon of creativity" to developed a more comprehensive, systemic model for case conceptualization, assessments and interventions formation which involves the client's person, relationships, and environment. Meanwhile, the current model served as a therapeutic tool to warm-up the spontaneity and creativity within the protagonists so that they can generate deeper understandings regarding familial relationships and develop adaptive strategies in resolving interpersonal conflicts resulted from the Chinese-Western cultural/value clash/confrontation.

**Keywords: Bi-cultural phenomena/conflicts, cannon of creativity, indigenization of counseling psychology, object in the scene (OIS), psychodrama.**

