

心理劇核心技術之在地應用與療效機轉探討

吳士弘

國立彰化師範大學復健諮商研究所

壹、研究目的與目標

一、研究目的：

本研究旨在探討心理劇（Psychodrama）的核心行動技術，在臺灣團體工作實務中如何進行在地化應用，並嘗試整合這些技術與團體成員療效因子知覺之間的關聯性（Blatner, 2004）。

二、研究目標：

- 探討心理劇核心技術在臺灣特定實務群體及在地家庭議題中的應用方式與特色。
- 歸納心理劇中「行動」與「角色互動」促進團體療效之共同處。

參、研究發現

- 心理劇的行動性與具象化技術在臺灣實務中展現出適應性。例如，角色交換技術能有效處理在地家庭與人際關係的困境（張秀娟，2024），而行動原則則幫助高敏感群體繞過語言防衛，處理情緒與經驗（賴志超、蘇倫慧，2023）。
- 自發性（Spontaneity）是心理劇促成團體成員心理改變的核心共同特性（Moreno, 1953）。透過行動所激發的自發性，能幫助成員打破僵化角色（游淑瑜、李維倫，2012），是療效達成的關鍵。
- 心理劇的療效是透過主角、輔角、觀眾三種角色的互動達成（張哲恩，2022）。這種三層次作用機制與普同感等療效因子的產生具有密切關聯，深化團體動力與療效機轉（曾正奇，2016）。

貳、研究設計

本研究採用文獻分析法（Literature Analysis），進行系統性的文獻回顧與主題整合（Karp et al., 2002）。研究樣本涵蓋二十篇以上的中文學術期刊、碩博士論文及相關書籍。選取文獻主題多為以下相關：心理劇在臺灣團體輔導或治療的實證研究、核心技術的療效機制分析，以及自發性、角色理論等核心概念。資料分析過程採主題萃取、比較與歸納，旨在將心理劇的理論原則與臺灣的實務發現進行整合，釐清行動技術在地轉化的特色與療效機制之間的關聯（Moreno, 1953）。

肆、結論

心理劇的核心行動技術在臺灣團體工作中具備的在地轉化特色，並成功整合了行動技術與療效因子之間的關聯性。心理劇的行動原則能有效促進團體成員的自發性和角色彈性，對在地實務發展具有重要啟示（賴志超、蘇倫慧，2023）。未來研究可進一步結合質性訪談或實證方法，以探究不同文化脈絡下心理劇行動技術的療效機制（Blatner, 2004），深化心理劇在地化理論與實務之發展。

關鍵詞：心理劇、團體工作、療效因子、自發性