

“一人一故事剧场”参与经历对高职大学生心理特质的影响研究

刘 晓 石宇宁 赵山霞

四川工商职业技术学院，都江堰

摘 要 | 探索“一人一故事剧场”项目参与经历对大学生人际信任、心理边界和共情能力的影响程度与影响路径。选取三项标准化心理测量表对参与者进行前—后测并分析数据，研究结果显示参与“一人一故事剧场”的经历作为一种保护因素可以维持大学生群体人际信任水平。在参与“一人一故事剧场”训练过程中，高职大学生的认知共情越强烈，心理边界越清晰，但情感共情能力在短时间内无法显著提升。所以，在训练中应加强对参与“一人一故事剧场”表演的高职大学生情感共情能力的培养，柔化其心理边界，从而增强其对故事讲述者和在场观众的人际信任。

关键词 | “一人一故事剧场”；人际信任；心理边界；基本共情

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



“一人一故事剧场”（Playback Theater）亦称“回放剧场”或“重演剧场”，由美国学者乔纳森·福克斯（Jonathan Fox）及其同僚在心理剧的启发下于1975年创立，经由我国香港传入内陆，汉语译名也通行至今^[1]。学校和居民社区是其主要应用场景，以心理课程教学方法（如班会课和普通心理健康课堂）、心理干预手段（缓解学生学业问题、提升教师胜任力、疫情背景下的支持性社群）、社区营造途径以及社区养老辅助方式作为主要应用途径^[2-4]。整体而言，我国大陆地区对“一人一故事剧场”的研究仍处于初级阶段，研究方法多为文献梳理和经验总结，采取个案研究法的论文仅有1篇^[5]。

“一人一故事剧场”的重要设置之一是在演出的全过程创设使人放松并感到安全的氛围，所有产生的疗愈性效果均建立在表演者对讲述者的故事和情感经历共情的基础上，这对表演者的共情能力和心理边界的弹性都提出了一定的要求。已有研究显示^[6]，人际信任是个体心理边界和共情能力的重要影响

基金项目：本研究系“四川省教育厅四川高校心理健康教育培训基地研究课题（2021SXJP031）”研究成果。

通讯作者：石宇宁，四川工商职业技术学院助教，研究方向：心理健康教育、咨询心理学，E-mail: 1030737444@qq.com。

文章引用：刘晓，石宇宁，赵山霞. “一人一故事剧场”参与经历对高职大学生心理特质的影响研究 [J]. 中国心理学前沿, 2023, 5 (5): 511-516.

<https://doi.org/10.35534/pc.0505059>

因素之一,对情感的感受性更强、认知方式更开放易变的个体在与环境互动的过程中将产生更多卷入行为,也许预示着心理边界更薄的个体,其共情能力也更强。因此,探究“一人一故事剧场”的训练和演出经历对高职大学生的人际信任、心理边界和共情能力产生影响的程度便成为强化参与者以上三项心理特质的研究切入点。

1 研究对象

本研究于2021年10月至次年6月通过招募对“一人一故事剧场”感兴趣的高职大学生作为实验组被试,请每位实验组被试邀请一位与自己相似的朋友作为对照组被试,所有被试均知情后同意参与本研究。实际收集配对问卷25对,共50份,保留有效问卷20对,共40份,有效回收率为80%。实验组男性9人,女性11人;对照组男性7人,女性13人。

2 研究工具

2.1 人际信任量表(ITS)

人际信任量表(ITS)由罗特(Rotter J B)编制^[7],共三个维度、25个项目,分为政治信任、父辈信任和陌生人信任,测量被试在不同社会情境下对不同社会角色的信任程度。该量表在本研究中的Cronbach's $\alpha=0.791$,符合数据分析要求。

2.2 心理边界量表(简版)

简版心理边界量表由昆曾杜尔夫(Kunzendorf R.G)等学者编制,本研究选取了肖筱^[6]的中文修订版。该量表为单维量表,共18个项目,采用1至5级计分法,最后算出总分。该量表在本研究中的Cronbach's $\alpha=0.691$,符合数据分析要求。

2.3 基本共情量表

该量表由乔莱恩(Jolliffe)编制,李晨枫等学者修订为中文版^[8]。量表包含两个维度,即情感共情和认知共情,共有16个项目,采用1至5级计分法,最后算出总分。该量表在本研究中的Cronbach's $\alpha=0.797$,符合数据分析要求。

3 研究结果

3.1 人际信任、心理边界与基本共情的被试内前一后测差异分析

考虑到本研究样本量较低($N<30$),不能假设数据呈正态分布,因而采用配对样本Wilcoxon方法检验被试内前一后测差异,探究参与“一人一故事剧场”训练和演出经历是否对高职大学生的人际信任、心理边界、基本共情等三项心理特质产生显著影响。

由表1可知,对照组被试的后测数据在人际信任总分($Z=-2.07, p<0.05$)、父辈信任维度分($Z=-2.21, p<0.05$)和陌生人信任维度分($Z=-2.33, p<0.05$)等方面均显著低于前测。表明随着对大学生活的适应,高职大学生社会化程度不断提高,交往过程中的人际距离变远,因而人际信任程度显著降低。

表1 对照组人际信任、心理边界与基本共情的配对样本 Wilcoxon 检验 (N = 20)

Table 1 Paired sample Wilcoxon test of interpersonal trust, psychological boundary and basic empathy in the control group (N=20)

	人际信任 (前-后)	政治信任 (前-后)	父辈信任 (前-后)	陌生人信任 (前-后)	基本共情 (前-后)	情感共情 (前-后)	认知共情 (前-后)	心理边界 (前-后)
Z	-2.37 ^d	-1.36 ^d	-2.21 ^d	-2.33 ^d	-0.78 ^c	-0.69 ^c	-1.45 ^c	0.00 ^b
渐进显著性(双尾)	0.018 [*]	0.175	0.027 [*]	0.02 [*]	0.436	0.491	0.147	1.000

注: a. Wilcoxon 符号等级检验; b. 根据正等级; c. 根据负等级。

由表2可知,参与“一人一故事剧场”训练的高职大学生的前一后测差异均不显著,即学生的人际信任程度没有明显的变化。

表2 实验组人际信任、心理边界与基本共情的配对样本 Wilcoxon 检验 (N = 20)

Table 2 Paired sample Wilcoxon test of interpersonal trust, psychological boundary and basic empathy in the experimental group (N=20)

	人际信任 (前-后)	政治信任 (前-后)	父辈信任 (前-后)	陌生人信任 (前-后)	基本共情 (前-后)	情感共情 (前-后)	认知共情 (前-后)	心理边界 (前-后)
Z	-1.016 ^c	-1.392 ^c	-0.180 ^b	-1.191 ^c	-0.256 ^b	-0.360 ^b	-0.071 ^c	-1.260 ^b
渐进显著性(双尾)	0.310	0.164	0.857	0.234	0.798	0.719	0.943	0.208

注: a. Wilcoxon 符号等级检验; b. 根据正等级; c. 根据负等级。

结合表1和表2的结果可推知,虽然参与本项目未能显著提升参与训练的高职大学生的三项心理特质水平,但却有助于维持人际信任水平。

3.2 心理边界在基本共情和父辈信任间的中介效应分析

将基本共情总分作为自变量、心理边界总分作为中介变量、父辈信任维度分和陌生人信任维度分代入 Process 3.4 程序的模型 4 中进行中介模型检验,发现当陌生人信任维度分作为自变量时,直接效应、中介效应和总效应均不显著,当父辈信任维度分作为自变量时,直接效应和总效应均不显著,但中介效应显著。前后两段中介路径均达到显著水平,该模型的中介效应为 $a*b=-0.144$,表明实验组被试在接受“一人一故事剧场”的训练和演出后,其基本共情正向预测心理边界,心理边界负向预测父辈信任,心理边界在基本共情和父辈信任之间起到完全中介作用,结果如图1所示。

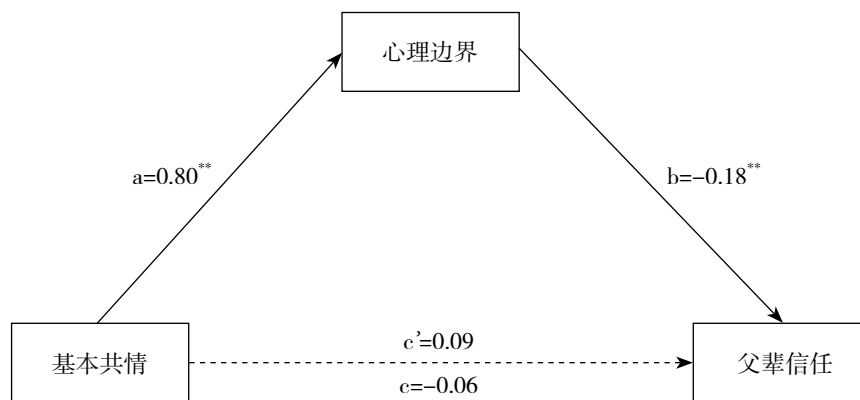


图1 心理边界在基本共情和父辈信任间的中介效应检验（实验组后测数据）

Figure 1 A test of the mediating effect of psychological boundaries between basic empathy and parental trust (post-test data of the experimental group)

4 讨论

4.1 参与“一人一故事剧场”经历是高职大学生人际信任水平的保护因素

被试内和被试间差异分析显示，相比于没有参与该训练的高职大学生，参与“一人一故事剧场”训练的高职大学生的人际信任水平并未显著下降，因而“一人一故事剧场”的参与经历可被视为“维持人际信任不显著下降”的保护因素。这也许与参与“一人一故事剧场”对表演者的核心要求有关，即表演者需要进入故事讲述者的内在世界，这就要求参与的高职大学生首先需要信任讲述者，其次需要不断提升自身共情能力^[9, 2]。

4.2 参与“一人一故事剧场”经历对高职大学生的心理边界在其基本共情与父辈信任间起完全中介作用

心理边界具有个体差异性，主要体现在不同个体的认知能力和认知倾向方面，同时也受环境因素的影响，对自身认知倾向越了解的个体，其心理边界可能越清晰^[10]。本研究的参训高职大学生虽然接受了近10个月的“一人一故事剧场”训练，但每周两次、每次一小时左右的训练仍然无法使被试群体拥有与专业助人者一致的共情能力，更多地强化了参与高职大学生识别并理解他人情绪情感的能力（即认知共情能力），但体验与他人相似的情绪情感的能力（即情绪共情能力）并未明显提升，因而表现出“认知共情能力越强，心理边界越清晰”的结果。这一结果要求在之后的训练中需加强对“一人一故事剧场”表演者情感共情能力的培养。

社会认同理论认为，个体通过社会分类、社会比较，以及积极区分等手段调整自身心理边界，得出自己是否属于某一群体的主观判断^[10]。若判断结果为“是”，则个体对内的心理边界更柔化、对群体内成员更倾向于保持信任与友善，反之则保持警惕。本研究中参训高职大学生的受训和参演经历较少涉及社会与政治议题，主要聚焦于故事讲述者的情绪、想法与行为，在表演时强调“共创”，其前提是表

演者和故事讲述者在心理上被纳入同一群体范畴,因而参训高职大学生的心理边界显著负向预测其陌生人信任水平,但无法显著预测其政治信任水平。同时,在训练过程中,训练师作为被试群体理论知识和实践技能的传授者,受到被试群体尊敬、信任,在心理上将训练师纳入同一群体的范畴,如一个成员所说,“老师对我们要求很高,挺严的,但收获很大,心底里还是挺喜欢她”,因而参训高职大学生被试的心理边界显著负向预测其父辈信任水平。

5 研究结论

(1) 大学校园的氛围趋近于小型社会,高职大学生在交往过程中,人际距离逐渐变远,人际信任程度不断降低。参与“一人一故事剧场”的经历作为一种保护因素可以有效维持大学生群体人际信任水平,使其不随个体社会化程度不断提高发生显著下降。

(2) 在“一人一故事剧场”的训练和表演的过程中,训练老师不断引导参演的高职大学生深化对观众情绪和想法的理解,在内心深处更能辨析自我与他人的区别,因而高职大学生的认知共情越强烈,心理边界就越清晰,这得益于正规且持续的训练。

(3) 同时,因为培养专业“一人一故事剧场”演员需要培训双方均付出大量的时间和精力,即使近一年的训练时间,参训高职大学生情感共情能力也很难显著提升,这一结果不利于在心理上将他人纳入自身群体认同范畴,在整体上会降低参与者人际信任水平。所以在之后的训练中需加强对“一人一故事剧场”表演的高职大学生情感共情能力的培养,柔化其心理边界,从而增强其对故事讲述者和在场观众的人际信任。

6 不足与改进

(1) 在之后的研究中需扩大样本量、提升问卷有效率,防止被试流失造成对研究结果的影响。

(2) 将研究方法由“前—后测试”改为“前—中—后测试”,追踪和记录“一人一故事剧场”参与经历对高职大学生心理特质的影响曲线。

(3) 在研究结果分析中纳入其他相关影响因素,进行多因素方差分析,例如参与项目的时间、不同区域和不同层级的学校的高职大学生等。

参考文献

- [1] Salas J. 即兴真实人生 [M]. 屠彬,译. 武汉:华中科技大学出版社,2017:14-15.
- [2] 张群智. 创新心理课堂:一人一故事元素和学生人生故事的浸入 [J]. 华夏教师,2020(4):82.
- [3] 李慧. 一人一故事:校园心理健康教育的有效方法 [J]. 课程教育研究,2017(12):225-226.
- [4] 黎燕. 不同团体心理辅导形式在心理课堂中的运用 [J]. 中小学心理健康教育,2019(8):24-26.
- [5] 夏颖新. “一人一故事剧场”课程对小学学业不良学生心理调适的个案研究 [J]. 新课程(上),2016(8):8-9.
- [6] 肖筱. 个体心理边界与梦体验的关系研究 [D]. 成都:电子科技大学,2020.
- [7] 戴晓阳. 常用心理评估量表手册:第1版 [M]. 北京:人民军医出版社,2010.

- [8] 韩静. 父母情感温暖、共情与儿童攻击性行为的关系 [D]. 青岛: 青岛大学, 2020.
- [9] 贾红分. 应用戏剧在高校戏剧类课程中的运用探析 [J]. 当代戏剧, 2018 (4): 65-67.
- [10] 白晓君. 心理边界的理论问题研究 [C] //Proceedings of International Conference on Engineering and Business Management. Chengdu: Scientific Research Publishing, USA, 2010: 1282-1285.

One Study on the Influence of Playback Theatre Participation Experience on Psychological Trait to Troupe Members

Liu Xiao Shi Yuning Zhao Shanxia

Sichuan Technology & Business College, Dujiangyan

Abstract: To explore the degree and path of influence of Playback Theater participation on interpersonal trust, psychological boundary and empathy ability of college students. Three standardized psychological test scales were selected for pre-post-test and data analysis. The research results showed that the experience of participating in playback theater as a protective factor can maintain the interpersonal trust level of college students. In the process of playback theater training, the stronger the cognitive empathy of vocational college students, the clearer the psychological boundary, but the ability of emotional empathy can not be significantly improved in a short time. Therefore, in the training, we should strengthen the cultivation of emotional empathy ability of vocational college students who participate in playback theater performance, soften their psychological boundary, so as to enhance their interpersonal trust in storytellers and audience.

Key words: Playback theater; Interpersonal trust; Psychological boundary; Basic empathy