



舞台见真情 剧场即心田

——走近“蝶羽”青少年心理健康促进行动

心里话没人听无人懂，内心有许多困扰，怎么办？如果可以走上舞台，不仅去体验一回“戏中人生”，同时也更明白了自己的内心、烦恼得到舒缓，你愿意吗？

青少年心理健康问题是当今社会各界瞩目、关系民族未来的焦点问题。上海青少年心理健康“情景参与体验”研究，即“蝶羽”青少年心理健康促进行动，采用互动心理情景剧的呈现方式，让青少年不仅走进剧场，还能走上舞台，进入剧情，让心理健康的关键点融入每个人的内心。



一场独特的 互动心理情景剧

中科院心理研究所曾在全国 21 个省（直辖市）开展调研，14798 份问卷显示：16-18 岁的青少年的心理健康水平处于最低谷，而处于这个年龄的最主要人群是高中生。当下，创新心理健康教育方式的理念和实践，成为现实需要。

在这样的背景下，复旦大学健康传播研究所受上海市教委委托，开展上海青少年心理健康“情景参与体验”研究，即“蝶羽”青少年心理健康促进行动，旨在通过心理情景剧的创新形式，关注青少年心理健康问题、提升青少年心理健康水平。

据介绍，项目之所以取名为“蝶羽”，一方面，蝴蝶的翅膀是蝴蝶身上最美丽的部分，是最精彩的形象，寓意这个行动将带给青少年如蝶羽般美丽的人生；另一方面，蝴蝶破茧而出、羽化成长，与青少年心理问题的自我演绎、自我探索、自我教育一样，都充满了改变和突破。同时，“蝶羽”也寓意着项目能引起整个社会对青少年心理健康的广泛关注，造成重要的改变，达到“蝴蝶效应”。

“蝶羽”心理情景剧聚焦于高中生的心理健康，通过前期调研，确定细化为“学业压力”和“人际关系”两个最为凸显的维度。与传统舞台剧不同的是，观众不再是只坐在台下观看，还能走上舞台与剧中人物即兴互动，体验和表达自己真实的感受和思考。因为互动环节的存在，每一场演出都是真正“独一无二”的。

截至 2017 年 12 月，“蝶羽”项目原创了 2 部心理情景剧《创可贴》和《合唱团》，在覆盖全上海近十个区的学校、社区、医院等各类场所完成了 19 场正式演出，现场观众超过 6000 人次。

同年龄志愿者 演绎真实故事

项目的首部心理情景剧《创可贴》为人们讲述了以高中生学业压力为主题的故事。严厉的班主任、新来的心理老师、众人眼中的尖子、不想高考只想当演员的学生、神经高度紧张的高中生家长……他们聚到一起会是怎样一台戏？而且，当台下的观众走上舞台和剧中人对话，在帮助解开剧中人心里的疙瘩的同时，他们自身的心理困扰也得到了疏解。

《创可贴》试图给出的心理答案，对演员本身来说同样具有意义。《创可贴》的演员团队来自上海各个高校的大学生志愿者，由于年龄相仿，这样的团队对高中生的演出效果更好。同时，大学生也属于青少年范围，演员在演和教的过程中，本身得到了心理健康教育，也为“蝶羽”项目将来在高校的延伸做了铺垫。

剧中的高中女生扮演者，现实中的上海财经大学大三学生张炜佳说，自己以前也演过不少话剧，参与过戏剧的创作过程，但这是第一次，在排练的演后谈环节上就情绪激动得说不出话来。张炜佳回忆起自己在青春期的时候，也和妈妈经历过如剧中人物一样的挣扎和矛盾，所以在最后，当一切说开的时候，就会很自然想到自己的母亲，想到两人之间的点点滴滴。

为了把这部戏制作好，从原创剧本开始，在近半年的时间里，“蝶羽”制作团队调研了许多高中，聘请专注教育戏剧的讲师来给团队培训，通过在高中的小范围试演收集问题和反馈，与一线的心理老师不断反复商榷探讨改善互动和剧本。

教育戏剧 用温度点燃热度

随着《创可贴》影响力的扩大，

“蝶羽”项目组不久又推出了第二部心理情景剧《合唱团》。故事讲述了某所高中的学生合唱团即将参加市里的比赛，可是关键的钢琴伴奏于川却突然消失了。于川平时就喜欢沉浸在网络世界里，为了找到他，学校里的老师和同学们开始尝试探究他的内心世界。

关于这部剧的意义，剧中的男主角“于川”扮演者，现实中的上海政法学院大三学生林则东说：“永远不要忽视身边那些需要帮助的人，每个人都需要被关爱。可能你只是举手之劳，只是简单的一个问候，但在别人心里却是意味着整个世界的温度。”

演出的几个互动环节中，随机挑选的观众被请上舞台，坐在剧中主角那把椅子上，亲身感受纠结与挣扎；观众还可以像剧中主角一样，在舞台上这个“超越现实”的空间，去完成现实生活中压在心底已久而未能做到的“未尽事宜”，达成与自我的和解。许多观众表示，这样的环节有直达内心的力量。

据悉，在 2017 年全年的时间里，除了原创两部心理情景剧之外，“蝶羽”还在剧目生产的基础上开发对应课程，包括文字形式的指导手册和多媒体形式的“慕课”。

“蝶羽”的剧目在表现形式上，既是心理情景剧，也是一种教育戏剧（Theater in Education）。项目组将课程和教育戏剧的方式推广到各个学校，让老师带着学生，自编自导自演属于他们自己的心理情景剧。这样的过程和最后呈现的成果，都将为孩子们心理健康提供实际的帮助。

同时，围绕上述环节，“蝶羽”开展了一系列线上线下的传播活动，让青少年心理健康成为全社会关注的话题，以凝聚更多力量，共同达到促进青少年心理健康的目的。