

從《霍爾的移動城堡》探討 親職化女性自我整合的歷程

Exploring the Process of Self-Integration of Parentalized Women from "Howl's Moving Castle"

張秀娟¹、黃宗堅²

Hsiu-Chuan Chang¹, Tsung-Chain Huang²

摘要

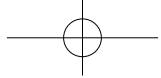
根據榮格的理論，個體的成長和完整，無法單純經由意識上的努力來達到，而是必須仰賴內在中心「本我」(self)的啟示與召喚。這種召喚是一種與生俱來的洞見，但容易受到文明的遮蔽，「自我」(ego)若能秉持真誠的態度並利用敏銳的洞察力，便能掙脫這層遮蔽，與本我連結，邁向自性化歷程(individuation process)，成為更完整、真實的自己(Stein, 2006/2012)。童話具有脫離特定場所及時間的特性，因而更容易接近內在現實(河合隼雄, 1977)，童話分析能夠跳脫現實的框架，提供多元的觀點與啟發，幫助個體更接近自己的潛意識，邁向更圓融完整的生命。據此，本文擬以《霍爾的移動城堡》為研究對象，根據榮格心理學的視框與童話分析的技巧，揭示親職化女性的特質與困境，剖析此片所呈現出的個體化歷程：(1)自性化的啟程；(2)淨化與滋養；(3)拯救與連結；(4)轉化與重生。透過童話分析探討其中的象徵，輔以榮格理論拓展解讀空間，彰顯故事裡原型所涵攝的豐富意義，並從認出束縛、敢於改變、善用資源與接納自己四個層面，具體討論個體面對自己的陰影、整合資源、突破困境，最終將內在衝突轉化為自我滋養的歷程，期能為親職化女性的自性化歷程，帶來觀點的補充與啟發。

關鍵詞：自性化、童話分析、榮格、霍爾的移動城堡、親職化

¹國立彰化師範大學輔導與諮商學系 博士生

²國立彰化師範大學輔導與諮商學系 教授兼教育學院院長

通訊作者：張秀娟，(500)彰化縣彰化市進德路一號 輔導與諮商學系，E-mail：igane1022@hotmail.com



壹、前言

榮格將人類本我的普遍性質的外顯形象稱之為原型（archetype），個體必須能夠辨識內在的情結、陰影、人格面具、阿尼瑪、阿尼姆斯等原型，將之意識化。探究其對個體的影響，需要時時與之角力，不讓潛意識的原型成為生活的支配者，個體才能接收到來自潛意識本我內核的啟發與召喚，讓原為潛意識所控制的主控權拿回來，從而提高對自我生活的掌控感（Renos et al., 2006/2019）。

生活中到處都是看不見的東西把我們呼來喚去，重要的是學會辨認它們（Hillman, 1996）。童話蘊含象徵語言，能表達人類長久下來所累積濃縮的心靈經驗（郭蕙寧、黃宗堅，2017）。在這個非寫實的世界裡，我們經由做白日夢、想像與遊戲的隱喻，面對潛意識的衝突，嘗試解決現實生活的困境（Cashdan, 1999/2001）。宮崎駿動畫所塑造的充滿魔法的魔幻世界，正是適合投射複雜、晦澀的心靈世界之溫床，透過童話的象徵隱喻，常能為陷入僵局的人們，開啟對生命的嶄新理解（黃宗堅等人，2021）。這正是童話分析最振奮人心的地方。

宮崎駿擅長透過克服困境，呈現少女成長的軌跡，例如：《魔法公主》、《神隱少女》等。故事中的少女或背負著保護族人的責任、或需賺錢養家、或努力拯救父母，可以說具備了親職化少女的特質。所謂親職化指的是在家庭互動模式中，兒童和青少年被指定負擔原先應當由父母所負擔的角色與責任。這之中的親職任務包含兩種形式：一種是工具性的親職任務，比如煮飯、清潔；另一種則是情緒性的親職任務，如：成

為父母情感依附的對象（吳嘉瑜，2005；Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973）。

親職化個案有許多正面的能力與特質，例如張虹雯與郭麗安（2000）的研究即顯示國小學齡孩童親職化程度愈高，問題行為程度反而愈低；而黃宗堅等人（2006）的研究則發現親職化程度愈高，反而對親密關係的建立與適應，產生正向的調節作用。但親職化個案往往不知道如何處理自己的負向情緒，或有時會過度在意他人看法、貶低自我價值，並且以符合他人期待為依歸。他們有照顧他人的能力，卻也漸漸失去真實的自我，並且過度敏感於他人的需求，努力滿足他人的期待，對於自己的困擾與需要，往往都是以壓抑或忽略的方式來面對（黃宗堅等人，2010）。

童話故事裡經常用「年老」的意象來象徵缺乏活力的狀態，也藉此作為個體開展轉化旅程的契機。童話裡經常出現國王老了、病了、沒有子嗣這類主題，可以被視為某些集體主流的價值，已經瀕臨汰舊換新的狀態，例如：年老的皇后，代表女性集體意識已經到了需要改變與轉化的時候（呂旭亞，2017）。據此脈絡，本文以《霍爾的移動城堡》為研究標的，結合榮格理論與童話分析，探討少女蘇菲因為荒野女巫的詛咒變成老太婆，所觸發的自我整合歷程，期能為親職化女性的自性化歷程，帶來觀點的補充與啟發。

貳、故事簡介與分析

《霍爾的移動城堡》（以下簡稱《霍》）原著名為《魔幻城堡》，本文將輔以原著的相關資訊補充說明。



一、故事簡介

在印格利國裡，魔法是存在的，而且這個國家相信，身為手足裡的長子或長女是一件非常倒楣的事，因為老大註定會沒有成就。女主角蘇菲是家裡的長女，父親開了一間帽子店維持生計，生母在其兩歲、妹妹一歲時去世，父親很快再娶了一位在帽子店工作的店員為妻，不久又生了一位女兒。蘇菲從小就身兼母職，父親離世後，更是一肩扛下養家的責任。

少女蘇菲因為遇見霍爾而被荒野女巫詛咒，變成老婆婆，蘇菲為了尋求解咒踏上旅途。旅程中，蘇菲意外拯救了稻草人，也在稻草人的幫助下住進了霍爾的城堡。城堡裡除了霍爾之外，還住著火焰惡魔卡西法及其徒弟馬魯克。蘇菲的到來為城堡增添了不少生氣，不但經常有熱騰騰的飯菜吃，原本髒亂不堪的環境也變得窗明几淨。

霍爾雖是厲害的魔法師，但對糾纏他的荒野女巫，以及徵召他參戰的國家，他都感到極度的厭惡與恐懼，只能不停逃避。蘇菲決定假扮為霍爾的母親，代替他正式地向莎莉曼夫人（王室的魔法師）拒絕國家的徵召。出發前，霍爾將一枚戒指戴在蘇菲的食指上，並承諾會暗中保護她。在路上，蘇菲遇見了一樣要去皇宮的荒野女巫，最終兩人一起進入宮殿，荒野女巫被莎莉曼夫人用計廢除魔法，變得十分蒼老。

莎莉曼夫人堅持讓霍爾參戰，這時蘇菲的外貌恢復成年輕的樣子生氣地據理力爭，氣氛劍拔弩張之際霍爾突然出現，驚險地救出蘇菲，荒野女巫與皇室的狗因因也一起坐上了逃生的飛機。

為了逃避政府的追緝，蘇菲果斷地放棄舊居並與夥伴胼手胝足的重建家園，卡西法吞食了蘇菲的頭髮後，獲得了強大的動力，讓城堡重新動起來，就在情況看似好轉之際，一場意外讓城堡瞬間失控地分崩離析，蘇菲也因此與大家分散。

魔化的霍爾奄奄一息，卡西法、稻草人幾經波折之下，也命懸一線，但蘇菲沒有放棄，在她的努力營救下，霍爾甦醒了，稻草人也解除了詛咒，變身為一位俊美少年。這時原本飛走的卡西法回來了：「我想跟大家在一起。」這次重建的城堡，不再笨重地行走在陸地上，而是在藍天白雲間飛翔。

二、故事分析

（一）荒野女巫的詛咒：自性化的啟程

根據原著，蘇菲出生於印格利國，這個國家相信：身為手足裡的長子或長女是一件非常倒楣的事，因為老大註定會沒有成就（Jones, 1986/2004）。在這樣的文化氛圍下，父親去世後妹妹們都離開家追尋各自的新生活，身為長女的蘇菲則繼承父業鎮日在店裡縫製帽子，蘇菲手藝很好，店裡的生意絡繹不絕，繼母卻沒有支付她薪水，從情節脈絡裡妹妹對蘇菲的擔憂與鼓勵中可以發現蘇菲認命的性格，這也許與所處文化裡的信念—長女注定沒有成就—有關。

榮格認為得到精神官能症的人，通常侷限於極為狹窄的精神生活範圍內，缺乏充實的生活內容和意義（Jung, 1962/2014）。父親離世，暗示了陽性力量的缺乏，加上母親早逝、繼母不顧家，照顧家庭與妹妹們的責任，自然而然地落在蘇菲身上。蘇菲消極地接受「生



命的安排」。長期親職化的結果，蘇菲的陰性特質過度發展，在家裡一直扮演涵容、滋養、連結的角色。為家庭付出的蘇菲看起來暮氣沉沉，外面煙硝四起的环境，肅殺、沉重的氛圍，彷彿呼應了她的內在世界，暗喻了即將失衡的可能。

在所有的童話故事中，與女巫的正面遭遇都是旅途的轉捩點（Cashdan, 1999/2001）。追尋生命完整的動力，經常始於一種特定的匱乏或困境。亦即，生命自性化的歷程，常是被一個需要解決的苦痛催逼出來的，而那個生命議題最終會推動她走上發展之路（呂旭亞，2017）。蘇菲的詛咒是雙重的，除了荒野女巫對她外表的詛咒之外，她一出生即承受著「身為長女就注定失敗」的信念框架，個人的自我認同難以超越時代與文化的耳濡目染。也許我們可以這麼假定：蘇菲的匱乏感不是來自物質，而是精神生活的蒼白。這從她縫製帽子時沒有一絲光彩與活力的神情，變老後反而積極行動、勇敢進取的情節，可以窺見端倪。「沒有什麼可以失去了」的處境，反而讓蘇菲找到破釜沉舟的力量。禍福相倚，荒野女巫的詛咒也許是一種祝福，解除了原來施加在蘇菲身上的「長女的詛咒」，讓她終於為自己採取行動，踏上自性化的征途。

（二）城堡裡的清潔婦：淨化與滋養

潛意識裡有陰影也有被壓抑的內在人格，榮格將之稱為「原型」（archetype）。作為心靈的外顯形象，來自潛意識的原型對個體有巨大的作用力，形成他的情緒、倫理和心理外貌，影響他跟別人的關係，也影響到他整個命運。原型為意識創造更寬闊的視野，指引著心靈整合與同化的方向（Jung, 1964/2013）。

童話裡的森林，經常代表人類的集體無意識（呂旭亞，2017）。荒野的意象似乎有類似的象徵作用：「啟程往荒野去」象徵著女主角開始了對潛意識的探索。自象徵的層次而言，城堡跟子宮有一個共通點：是一個具有涵容能力的空間；而且這個城堡不僅提供保護與滋養，還可以過渡到不同的時空。Cashdan認為城堡可以作為一個轉化的場域（transformative field），連結了意識的上層世界與無意識的下層世界，讓心靈的互動在此發生（Cashdan, 1999/2001）。由此可見，將城堡視為原型進行分析，有其適切性。

就像在隱喻蘇菲耗竭的狀態一樣，這個城堡剛開始的狀態非常不好。外觀上，像一堆破銅爛鐵在荒野中遲緩行走，縫隙中還會喘氣般地噴出水蒸氣來。城堡內，也是缺乏照料的景況：天花板布滿蜘蛛絲、水槽上堆著髒亂、缺角的碗盤，暖爐上滿是燃燒過後的灰燼，卡西法隨時可能熄滅。霍爾則是因為過度使用魔法，面臨著隨時可能魔化，變不回人類的命運。

心理分裂的能量會想辦法找到整合的出路，城堡可以拒絕外人進入，但它卻停下「腳步」讓無家可歸的蘇菲進來，這似乎是一種自救本能的驅使。若「髒亂」隱喻著內心的失序，那麼蘇菲以「清潔婦」的身分在城堡裡住下，可以視為一種想要整頓自己的努力。要真正和內在連結，必須建立秩序，「淨化」代表著原初物質的死亡及轉化歷程的開始，自我和潛意識都必須放棄原有的存在狀態，在淨化的歷程中體驗原有狀態的死亡、體驗「失控」，結合才有可能發生（Raff, 2000/2007）。蘇菲在城堡裡勤奮地進行大整頓：打掃、洗衣、煮飯



，這亦表示原有的存在狀態被放棄了，霍爾的魔法因此出現差錯，導致了幾近毀滅的嚴重後果。但這個差點引發「死亡經驗」的淨化行動，最終使得原本藏汙納垢的城堡，漸漸地變成適合居住的家。

「清潔」像是一種儀式，淨化自己蒙塵的心靈空間，照顧這個潛意識的空間，象徵著蘇菲終於能夠撥出能量照顧自己，透過煮飯、清洗這些日常且重複又繁瑣的行為，蘇菲的心靈彷彿也得到了「淨化」。

蘇菲雖是清潔婦，但更像是一位母親。除了維護環境的整潔，她也煮飯滋養大家。更重要的是，她不斷地對其他的成員付出關心與鼓勵，建立了互相信任的連結。蘇菲傾聽卡西法的煩惱與抱怨，也讓祂不再面臨隨時可能熄滅的危機；馬魯克就像是蘇菲自己的內在小孩——那個缺乏照顧、提早長大的孩子——他在蘇菲的照顧下，可以純粹當個懂得依賴的孩童，不再需要穿著讓他變老的魔法斗篷了。

（三）成為霍爾的母親：拯救與連結

霍爾厭惡戰爭，卻不敢拒絕國家的徵召，只好不停躲避；蘇菲則是受困於長女的身分，覺得自己未來不會有成就。面對環境的需索，無論是霍爾的逃避，還是蘇菲的認命，都不是為自己生命負責的方式。

蘇菲決定假扮成霍爾的母親，代替霍爾，親自到皇宮去拒絕國家的徵召。蘇菲無法為自己爭取該有的權利，但是面對無助的霍爾，她卻很清醒地認識到國家的要求是不合理的，並理所當然地認為霍爾有拒絕的權利。透過原型的現身，蘇菲終於展現了為生命負責的行動力，而一向害怕承諾的霍爾，也突破自

己，在蘇菲的食指上戴上了一枚戒指。

根據榮格的原型理論，阿尼姆斯（Animus）是女性個體潛意識裡的內在男人形象，有不同的發展階段：男孩、魔法師、英雄、父親、智慧老人等，魔法師和父親的原型對女性的人格轉化最為關鍵，魔法師能夠打破舊的律法規則，使個體得以自由，依循本能的渴望行事（呂旭亞，2017）。個體若跟自己的原型失去接觸，會變得沒有活力、創造力；相反地，個體若能提升自己的覺察力，將自己潛意識裡的原型盡可能地意識化，和自己的原型建立連結，個體將會迎來更完整的生命。

若將霍爾視為蘇菲內在阿尼姆斯的化身，當蘇菲決定為了內在的阿尼姆斯挺身而出，潛意識的原型也會給出同等的回饋。因此，霍爾在蘇菲的食指戴上了戒指，並承諾會暗中保護她。「戒指」象徵著對關係做出承諾，準備好在靈性上有所創新（Stein, 2006/2012）；「食指」則有指引的意思。透過互相拯救，蘇菲終於與潛意識建立了神聖的連結，一旦意識與潛意識之間的橋樑建立起來，個體就能逐漸脫離心靈貧瘠的狀態，也能從潛意識得到轉化所需的力量。根據故事脈絡，戒指的魔力不僅帶來指引，也突破了時空的限制，讓蘇菲與小時候的霍爾相遇，她終於領悟——原來她與潛意識的相遇是久別重逢，霍爾一直在等蘇菲。

（四）擁抱荒野女巫：轉化與重生

陰影不會憑空而生，它的出現經常與那些未被滿足的慾望、被壓抑的需求有關。榮格認為：兒童或原始人的眼光，會喚起成年人的某種憧憬，這種憧憬與人格中沒有獲得滿足的慾望跟需求有所聯繫。這些願望和需求為了已被接受



的人格面具（*persona*）被刪除，從完整的形象中被刪除（Jung, 1962/2014）。邪惡的出現，其實是帶著某種目的，如果這個目的被理解，我們就不會無知的墜入其中，反會發展出對於個人和集體的黑暗更深刻的理解（呂旭亞，2017）。女巫通常是個體內在陰暗面的原型象徵。荒野女巫惡名昭彰，既愛美又善妒，只為自己的慾望而活。在故事裡，女巫經常是一種心理力量的象徵，代表自己被壓抑、不想表現出來的特質（Cashdan, 1999/2001）。荒野女巫代表蘇菲心中所有無法對他人訴說、也不想承認的「壞」的部分，例如：愛美、自私、貪婪等，這些人性本具卻被排斥的慾望。

荒野女巫的出現可視為蘇菲人生的轉捩點，冒險的旅程為生命帶來嶄新的能量。隨著旅程的推展，蘇菲對荒野女巫的態度由原先的憤恨，漸漸轉變為接納，在女巫疲累時鼓勵她、失去魔法時照顧她、闖禍時擁抱她。得到接納的陰暗面也給予了回饋，成為蘇菲面對困境時的力量。

古老的社會裡，女巫也經常代表著有智慧的年長女性，他們生命經驗豐富、傳遞各種知識或訊息，又是女神的化身、守護者和代言人（呂旭亞，2017）。我們很難完全根除自我中壞的部分，硬要根除女巫還可能導致悲劇，願意改變女巫，可能對心靈成長大有助益（Cashdan, 1999/2001）。蘇菲對女巫的接納與照顧，象徵著對自己「壞」的部分予以認同。隨之而來的內在衝突的化解，不但消除了女巫對蘇菲的威脅性，更將她的力量轉化為對個體本身有助益的部分，個體因此得以成為更整合的自己。

參、親職化女性的自我整合之路

一、認出是什麼束縛自己

Fromm（1941/2015）將影響人類思想行為的權威分成外在權威與匿名權威（輿論、常識等），並認為匿名的權威比公開的權威更有影響力。因為清楚的知道誰給出命令就可以對抗；而匿名權威命令的內容跟下令的人都被隱形了，我們就好像被看不見的敵人攻擊，根本無從反抗。在動畫裡，用「不可言說」來表現這種隱形的力量，卡西法和蘇菲都是被「不能告訴別人」的詛咒束縛。

《霍》片的核心議題圍繞在「詛咒與契約的破除」上。無論是契約，還是被動承受的詛咒，都將束縛的重擔加諸在個體身上，影響個體的完整與發展。卡西法與霍爾訂下了契約，力量為霍爾所驅使，而卡西法則擁有霍爾的心臟。「心臟」是霍爾為他的力量所付出的代價；那麼，提早長大的蘇菲，她失去了什麼？她用什麼來交換這個「提早長大」？

根據研究，親職化分數與憂鬱分數有正相關，親職化特質的子女較常會呈現憂鬱、焦慮、壓力等心理狀態，並認為這是過度擔負照顧者角色所造成的結果（石芳萌，2007；Jones & Wells, 1996；Peris et al., 2008）。親職化現象與女兒的低自我認同有關（Earley & Cushway, 2002）。習慣自我否定的女性，無法相信自己，在面對正向訊息時，常常會視而不見，完全將之刪除在記憶之外（呂旭亞，2017）。（Hillman, 1996/2015）認為當個人的代蒙（天賦）與父母相處時，最難堪的氛圍就是父母對它全然不存幻



想，這種氛圍是一片真空，沒有任何東西在其中流動。這種忽視，具有強大的破壞性。身為長女的蘇菲，成長於對長女極度壓抑的文化裡，人格特質難免會受到特定的生活環境與生活方式的形塑。在匿名權威的影響下，蘇菲產生低自我認同。動畫利用意象的方式，以老態龍鍾的外表來具象化這種認同。

蘇菲一直覺得自己不漂亮，所以當霍爾讚美她漂亮、讓她意識到容貌這件事情時，她反而會迅速變老。比起繼母與妹妹的華麗打扮與精緻妝容，蘇菲的樸素簡直可以用毫無生氣來形容。荒野女巫的詛咒讓蘇菲變老，但她甚至連衣服都不用換，因為她一直穿著老氣的衣服。被詛咒後，她的外表與她對自我形象的認知反而一致了。

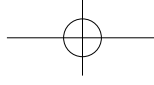
卡西法曾對蘇菲說：「只要看穿我和霍爾契約的秘密，這個詛咒就解開了。這麼一來，你的詛咒也可以解開。」何謂「看穿」？字典的解釋是：看透、識破。用心理學的語言，不正是「意識化」嗎？也就是說當蘇菲能夠意識到這個「不能告訴別人」的詛咒內容時，這個詛咒就會失效。荒野女巫將蘇菲潛意識裡的低自我認同拖出來，用魔法把它變成雞皮鶴髮的臭皮囊穿戴在蘇菲身上。這個將抽象自我認知具體化的結果，讓蘇菲不能再假裝沒有這回事的過活。她終於看到自己要處理的問題—負向的自我認知。要與負向的原型搏鬥，就必須先學會在生活中意識到它的存在（呂旭亞，2017）。透過荒野女巫的詛咒，負向的自我認知成為一個具體亟待解決的問題，終於讓蘇菲能夠直面自己的問題，進而展開行動尋求解決。

二、忍耐未知，敢於改變

美國心理學家Rollo May認為我們的不安全感、被放逐的恐懼與焦慮，以及缺乏冒險的勇氣，逼迫著我們順從，因為和大家一樣感覺安全多了，但是生命的藍圖就這樣被置諸腦後（May, 1981/2014）。榮格曾說過：置身在沒有出口的情境，是典型的個體化歷程的起點，無意識需要這個充滿無助感的衝突，把自己推向牆角（Franz, 1972/2016）。絕望產生動力，帶來有價值的改變；然而，想要掙脫現有的生活模式、解除痛苦、發展出新的意識，就需要一定程度的試煉與付出，例如：忍耐不安全感與不確定性。

許多故事以年老或患病的國王、沒有生育力等來象徵個體化過程的最初階段（Jung, 1964/2013）。蘇菲離家尋求解除咒語的方法。但要去哪裡？童話故事裡的主角經常是向著不確定奔去。長髮公主反正先跳下高塔再說；小美人魚根本不知道要如何讓王子愛上她，就上岸了；甚至有位王子只是跟著羽毛被風吹落的方向走……。蘇菲啟程是為了恢復本來面目，但她對於該如何解除詛咒毫無頭緒，只是憑著一種直覺，徒步往荒野走去。

這種放棄原來生活，且戰且走的行動，需要相當大的勇氣。更艱難的是：這是個循環反覆的過程，重複毀掉好不容易建立起來的東西。面對這樣的考驗，不僅需要一種洞見，還需要過人的膽識與冒險精神。不保證成功，但就像蝴蝶需要經過成蛹破繭的考驗一樣，是成長之路上無可迴避的挑戰，唯有如此，個體才能與自己的命運遭逢。



三、善用自己的特點，將以前的經歷化為有用的資源

轉化的過程建立在過去的經驗上，當個體想要轉化成更完整的自己，並不意味著對過往經驗的屏棄。希爾曼（Hillman）認為所謂的意外事故（包括所有的挫折）都是生命固有圖像的花色，有益於將圖像填滿，是圖像所必需。知名服裝設計師香奈兒（Chanel），母親早逝又被父親拋棄，在修道院的孤兒院長大。她設計的套裝簡單、樸素、對稱完美，愛用低調的黑、白、灰三色，成為二十世紀時尚界的重要人物。靈魂需要什麼，自會取來一用，對於不幸遭遇和意外事故，總能做有智慧的處理（Hillman, 1996/2015）。

親職化子女由於很早就需要擔負許多責任。這雖然抑制了自己整全均衡的發展，卻也經常為他們鍛鍊出過人的能力，例如：早熟、負責、善於察言觀色、關懷、被信任等。筆者在蒐集《霍》的相關資料時，發現許多人最喜愛的一幕，竟是蘇菲初到城堡，和霍爾一起煮早餐的片段。雞蛋和培根在煎鍋上滋滋作響，切好的麵包，再配上一杯熱騰騰的茶，喚起多少人的滋養記憶？沒錯，「滋養大家」就是蘇菲強大的力量，畢竟誰不想要身邊有一位擅長照顧他人的夥伴呢？

陰性的力量是涵容、連結的，蘇菲擅長的照顧、關懷、鼓舞等特質，成為她與其他角色建立關係的利器。卡西法從來不讓霍爾之外的人用火，但蘇菲軟硬兼施，一下子就將卡西法降服了。蘇菲知道進入皇宮對荒野女巫意義重大，就用激將法鼓勵，讓女巫成功爬完累死人的階梯。我們彷彿可以看見，身為大

姊的蘇菲眼神閃爍著洞察人心的智慧光芒，在處理妹妹爭執時所鍛鍊出來的霸氣與溝通技巧，這「一身武藝」讓她順利與大家建立了良好的互動與關係。

四、認清並接納全部的自己，恢復自己本真的面目

童話故事裡經常可以看到「變形」的主題，例如：〈美人魚〉、〈綠野仙蹤〉等，檢視《霍》片的內容架構，可以發現「變形」這個原型主題貫穿其中：少女蘇菲被化身為老婆婆；男主角霍爾魔化為一隻大黑鳥；稻草人原來是受到詛咒的鄰國王子；用魔法維持艷麗的荒野女巫，真實樣貌是超過一百歲的老太婆。隨著故事的推展，所有的人物逐漸恢復自己的本真面目，蘇菲的出發就是解除原來的負向自我認同，補償人格中被壓抑的部分，使自己在精神上成為一位更完整的人。

整個魔法世界是內心世界的投射，幫助我們往內辨識出方向，正視內心的需要與渴望。生命渴求整全的體現，被魔法控制的王子和公主也是精神世界裡的原型。魔法使他們變身為其他樣貌，與真實的自己失去接觸，他們需要出外冒險，累積足夠的付出與犧牲，才能變回原來的樣子。在這個故事中，他們恢復本來面目的代價是什麼？荒野女巫被消除了所有的魔法；蘇菲克服了種種考驗，找到自信；霍爾終於敢於承諾，並付出全部守護承諾；稻草人則在不斷的參與、付出與犧牲中，得到了蘇菲真心的一吻，解除了詛咒。這些內在的原型角色最後都變成「人」了，這意味著他們已經被意識化，個體迎來更整合、圓融的生命。



直面陰影所產生的衝突，最終必然導致一種結合或合體（coniunction）（Papadopoulos, 2006/2019）。榮格曾說：「一旦分析治療使『陰影』意識化了，就會造成分裂，使雙方處於緊張的狀態（Jung, 1962/2014）。」蘇菲與荒野女巫一開始的關係是劍拔弩張的，但這種緊張的對立關係，變成她面對生活挑戰的動力。積極投入新生活的回饋，使蘇菲與這個魔法世界建立了有血有肉的連結。也許因為如此，蘇菲再次見到荒野女巫時，只是抱怨幾句；後來，甚至將她當成家中的長輩來悉心照料。從動畫的敘事脈絡中，可以發現荒野女巫的威脅性與蘇菲對她的接納是反比的關係。透過蘇菲的接納，荒野女巫從壞母親轉化為好母親，最終願意將霍爾的心臟交出，成就霍爾的重生，也圓滿了自己與蘇菲的生命。

肆、綜合討論與結語

一、故事對實務工作的啟發

童話故事的意象與內容不但可以呈現人性的慾望，還可以幫助處理實際的問題，提供新鮮的觀點來看待內部的衝突（Cashdan, 1999/2001）。童話分析能夠幫助諮商心理師更加理解個案的內在狀態。在諮商的過程中，有時個案會透露自己深受感動或引發共鳴的作品，透過理解這些作品，經常可以找到能夠與個案溝通的共通語言。透過豐富的象徵性，創造具有療癒效果的深度對話。

榮格認為神話是潛意識和意識之間不可或缺的橋樑。潛意識比意識知道的多。但這是一種特殊、永恆的知識，不能用智慧的語言表達，只能讓相關的論

述自己放大，它才能進入我們的理解範圍（Jung, 1962/2014）。筆者就曾經在個案相當喜愛的童話中，發現與個案真實生活能夠呼應的平行關係，透過討論來「放大」相關論述，的確相當程度地擴大了個案對自己的了解。

由文獻探討可知，親職化子女有順服社會期許的特徵（侯季吟、蔡麗芳，2013），因此更容易認同主流文化的價值觀。亦有研究指出孝道的行為表現和親職化十分雷同，子女若傾心為家庭貢獻心力，會受到他人的讚許與肯定（吳冠欣，2019）。親職化對人格特質有很多正面影響，我們不難在生活中發現曾有親職化經歷的人，成為能幹又可靠的大人。但研究結果也顯示親職化現象與個體化程度有顯著的關係，愈不公平、承擔的責任愈多，則個體化程度就愈低（石芳萌等人，2010；陳慧珊、吳麗娟，2013）。親職化子女慣性忽略自己的需求或問題，因此被稱為「照顧者症候群」（caretaker syndrome）（吳嘉瑜，2005），通常具有依賴困難的現象（吳東彥，2013）。他們自我價值感偏低，經常為了他人局限自己的發展，缺乏接受關愛的能力，對生活中各種人際關係的互動方式與品質帶來不良的影響。

親職化個案如果在長期的壓抑與犧牲中，認同了奉獻是值得被愛的表現。那麼等同認同了將精力、資源放在自己的需求上是不值得被愛的表現，長此以往，個案的心理難免會失衡。「荒野女巫」象徵著被個體長期壓抑的部分。在成長的過程中，面對家庭、學校、社會的規範，加以各種媒體資訊的影響，人們難免或多或少地會將枷鎖套在身上，被束縛的天性渴望得到解脫。「荒野女巫」就是內在那個沒有活出來的自己，



渴望過得更開心、更放鬆。

生命中的經歷是有意義的，只有在各種經驗中，在衝突、矛盾和對立中，意識才有機會提升，因為「我不能夠超脫我不具備、我沒有做過和經驗過的一切」（Jung, 1962/2014）。每個人的人格面具，在形成的過程中，都必然付出了一些代價，這個「代價」能否成為讓個案超越自己的有價值的經驗，是心理諮商師的重要挑戰。在實務工作中，若能協助個案看見心中的「荒野女巫」，將個案內在的陰影意識化，不啻是個成長轉化的契機，了解潛意識的原型人物害怕什麼？需要什麼？如何幫助？能夠鬆動各種情結的束縛，對個案的自性化歷程大有助益。

二、結語

心理學的基礎是真實發生的心理體驗，這類體驗的基本模式不是言語，而是「形象」（image）。現代心理學最重要的成就就是發掘出這些自我形象、他者（陰影）形象和心理經驗模式，並藉由更豐富的形象來提升心靈（Jung, 1964/2013）。表面的話語、行為底下，隱藏著無限的理解脈絡，為了「抓到」個案的弦外之音，與個案共構高品質的溝通，諮商心理師不僅需要敏銳的觀察力、深度的理解力，還需要能夠跳脫框架思考的創意。這個創意，經常可以從非寫實的敘事與意象中得到啟發。

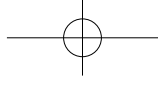
榮格曾自述其原型的概念與對鍊金術的理解，來自於對世界各國文學中的神話和童話的調查與研究（Jung, 1962/2014），因此筆者認為，若能對童話、神話還是其他藝術形式增加理解、進行分析，就能幫助我們更理解人類的

心靈，這就好像在創造與潛意識溝通的雷達或觸角，觸角愈多，連結的可能便愈大。

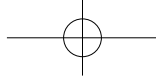
用虛構的故事來探討人類的心靈世界，最大的好處莫過於能夠把影響我們深鉅的潛意識表現出來。當我們將抽象的、不可名狀的潛意識透射在故事的具體形象上，我們彷彿找到了可以溝通的管道。無論是透過解讀童話、積極想像還是沙遊治療等方法，都希望能夠擴展解讀與連結的能力，藉此，盡可能地接近隱喻或象徵的豐富內涵。讓潛意識現身，在意識和潛意識之間建立起連結，產生超越的功能，消弭衝突，整合內在對立的能量，有助於身心靈的平衡與揚昇，使自我朝向更完整具足的自性邁進。

參考文獻

- 石芳萌、吳麗娟、林世華（2010）。高中職學生親職化、自我分化與身心健康之相關研究。《教育心理學報》，41（4），823-846。http://doi.org/10.6251/BEP.20130121
- 呂旭亞（2017）。公主走進黑森林：榮格取向的童話分析。心靈工坊。
- 吳東彥（2013）。親職化個體的「依賴困難」：Fairbairn的觀點。《輔導季刊》，49（3），45-52。http://doi.org/10.29742/GQ
- 吳東彥（2016）。從《綠野仙蹤》稻草人、錫樵夫與膽小獅子的隱喻反思失親兒的療癒象徵。《輔導季刊》，52（4），19-27。http://doi.org/10.29742/GQ
- 吳嘉瑜（2004）。叫「好孩子」太沉重？！幼年具親職化經驗之性罪犯的人際特色及處遇。《中華團體心理治療》，10（2），19-27。http://doi.org/10.30060/CGP



- 吳嘉瑜 (2005)。倒轉的親子位置—“親職化”兒童之相關文獻探討。輔導季刊, 41 (1), 21-28。http://doi.org/10.29742/GQ.200503.0003
- 吳冠欣 (2019)。親職化、孝道信念與工作同盟之相關探討。諮商與輔導, 408, 44-47。http://doi.org/10.29837/CG
- 河合隼雄 (2017)。童話心理學：從榮格心理學看格林童話裡的真實人性 (林仁惠, 譯)。遠流。(原著出版於1977年)
- 侯季吟、蔡麗芳 (2013)。親職化蘊涵著正向力量？弱勢家庭子女親職化與利社會行為之相關研究。輔導與諮商學報, 35 (2), 25-46。http://doi.org/10.7040/JGC
- 宮崎駿監督 (2005)。THE ART OF 霍爾的移動城堡。台灣東販。
- 郭蕙寧、黃宗堅 (2017)。“小美人魚”童話故事的隱喻及原型意義：榮格取向應用於情感困頓男同志諮商之案例研究。輔導季刊, 53 (1), 1-9。http://doi.org/10.29742/GQ
- 陳慧珊、吳麗娟 (2013)。大學生親職化現象、個體化程度與身心健康指標之相關研究。教育心理學報, 45 (1), 103-120。http://doi.org/10.6251/BEP
- 黃宗堅、李佳儒、張勻銘 (2010)。代間關係中親職化經驗之發展與自我轉化：以成年初期女性為例。本土心理學研究, 33, 59-106。http://doi.org/10.6254/2010.33.59
- 黃宗堅、海苔熊 (程威銓)、趙書賢、柯政華、周冠邑、吳東彥、蘇世修、蘇桂慧 (2021)。童話與夢境的療癒力量：心理師陪伴你從逆境中長出復原力的23個故事。張老師文化。
- 游佩芸 (2009)。宿命、使命下的生命力—宮崎駿動畫中的孩童與少年男女。兒童文學學刊, 19, 1-25。http://doi.org/10.6739/ttchl.200905_(19).0001
- Cashdan, S. (2001)。巫婆一定得死：童話如何形塑我們的性格 (李淑珺, 譯)。張老師。(原著出版於1999年)
- Earley, L., & Cushway, D. (2002). The parentified child. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 7(2), 163-178. http://doi.org/10.1177/1359104502007002005
- Franz, M. L. (2016)。解讀童話：從榮格觀點探索童話世界 (徐碧貞, 譯)。心靈工坊。(原著出版於1972年)
- Franz, M. L. (2018)。公主變成貓：從榮格觀點探索童話世界 (吳菲菲, 譯)。心靈工坊。(原著出版於1999年)
- Fromm, E. (2015)。逃避自由：透視現代人最深的孤獨與恐懼 (劉宗為, 譯)。木馬文化。(原著出版於1941年)
- Hillman, J. (2015)。靈魂密碼：活出個人天賦，實現生命藍圖 (薛綯, 譯)。心靈工坊。(原著出版於1996年)
- Jung, C. G. (2013)。人及其象徵：榮格思想精華 (龔卓軍, 譯)。立緒文化。(原著出版於1964年)
- Jung, C. G. (2014)。榮格自傳：回憶·夢·省思 (劉國彬、楊德友, 譯)。張老師。(原著出版於1962年)
- Jones, D. W. (2004)。魔幻城堡 (柯翠園, 譯)。尖端出版。(原著出版於1986年)
- Jones, R. A., & Wells, M. (1996). An empirical study of parentification and personality. *The American Journal of Family Therapy*, 24(2), 145-152. http://



doi.org/10.1080/01926189608251027
May, R. (2014)。自由與命運：羅洛·梅經典（龔卓軍、石世明，譯）。立緒文化。（原著出版於1981年）
Papadopoulos, R. K. (2019)。榮格心理學手冊（周黨偉、趙藝敏，譯）。中國人民大學。（原著出版於2006年）
Raff, J. (2007)。榮格與鍊金術（廖世德，譯）。人本自然。（原著出版於2000年）
Stein, M. (2012)。英雄之旅：個體化原

則概論（李燦如、康琇喬、黃璧惠、楊志賢、鄭文郁、賴明亮、劉姿君、魏宏晉，譯）。心靈工坊。（原著出版於2006年）
Sokolowski, R. (2004)。現象學十四講（李維倫，譯）。心靈工坊。（原著出版於2000年）
Tibaldi, M. (2017)。積極想像：與無意識對話，活得更自在（倪安宇，譯）。心靈工坊。（原著出版於2011年）