

## 從「漩渦鳴人」隱喻解析自性化歷程：

### 榮格理論的觀點與應用

林倩如\* 李佳儒

#### 摘要

「火影忍者」為連載多年之卡漫故事，在日本、大陸、香港、台灣等地區深受歡迎。而劇中主角「漩渦鳴人」與諮商實務中，可能遇到的青少年個案有著相似的狀況；然而，隨著故事發展，他從莽撞、闖禍、學業表現不佳等特質，轉變為照顧夥伴、融合內在負面力量與修鍊內在心理議題，也成了故鄉的英雄。因此本文試圖以榮格分析心理學的角度來理解漩渦鳴人的自性化歷程與此角色背後的意識形態，並探討在青少年諮商實務上的助益與可能運用方式。

**關鍵詞：**自性化歷程、漩渦鳴人、青少年諮商

---

林倩如\* 國立彰化師範大學輔導與諮商學系 (cjlin1202@hotmail.com)

李佳儒 新生醫護管理專科學校通識教育中心

## 壹、前言

「火影忍者」是一部在日本、華人、甚至歐美地區深受兒童和青少年歡迎的日本漫畫作品，從 1999 年開始連載至今已十多年，而劇中主角「漩渦鳴人（簡稱：鳴人）」更入選為 2006 年《NEWSWEEK》日文版特集中「全世界最尊敬的 100 位日本人」之一員（維基百科，2014a；維基百科，2014b）。藉由漫畫連載十多年，且主角被票選為最受尊敬日本人之一，可見此漫畫作品對兒童和青少年族群之影響力。

由於筆者與兒童青少年個案工作之故，開始接觸此漫畫並深受吸引，劇中主角從原先一個衝動、魯莽、讓師長傷透腦筋的闖禍兒童，以防衛的姿態追尋存在的價值，在經歷內外種的種種挑戰後，逐漸獲得重要他人的認同，轉而能夠關心、同理他人，並肯定自己存在的意義。主角的心路歷程、行為特徵和轉變過程，都近似於筆者於實務工作裡陪伴青少年兒童個案的歷程。

在心理治療的發展過程，童話故事、隱喻和卡通很早就被使用為與個案連結、溝通的媒材（O'Brien, Johnson, & Miller, 1978）。此外，引導個案閱讀特定的小說或書籍，透過觀覽與討論和自身相似的故事角色性格與情節衝突，以協助個案多元性的理解和因應其自身的困境，此方式已被長期發展並視為有效的治療策略之一（Gregory, Canning, Lee, & Wise, 2004; Newton, 1995）。然而，隨著時代的變遷，影像作品與觀覽成為社群意圖和概念傳達的重要媒介之一，以電影或動畫為溝通素材的治療模式開始得到重視。影像治療（cinematherapy or videotherapy）是指，以電影或動畫作品作為隱喻的素材，在個案較為舒服和安全的狀態下，有距離地觀察、體驗與自己遭遇相近的議題，進而連結、比較和個案生活經驗的相同處與差異點（Hesley, 2000）；而個案藉由指認、貼近與細究和故事主角於性格、意圖、需求、渴望和困頓等的共鳴處，促使其潛在的複雜情緒和內在衝突得以清楚地被個案認知和表達出來，進而能對舊有的議題開展新的認識與解決策略（Sharp, Smith, & Cole, 2002）。

對正在發展抽象思考能力的青少年來說，以具體、可操作素材為核心的遊戲治療，對其情感的吸引力逐漸降低，但青少年又尚未能完全精熟地使用語言來表達和探索抽象的內在困境。此時，可視覺化和具有想像力圖像、音樂和劇情的電影、短片或動畫，或許能貼近青少年個案的需要，作為助人工作者和青少年工作時的選擇之一（Pehrsson, Allen, Folger, McMillen, & Lowe, 2007）。再者，學者認為，電影和動畫又是少數能提供豐富的關於青少年圖像、情感、關注和行為特性的作品媒材之一（Stern, 2005），更容易得到青少年的注意和認可。例如日本的「新世紀福音戰士」、「神隱少女」等動畫，都是以青少年為主體，探討追求個人的慾望的本質、人的限制、意義與認同的漫長旅程，影片中包含了豐富的科幻想像與日本歷史文化元素，題材包括：戰爭與和平、生與死、愛與恨、認同與迷失等，也引發許多關於哲學議題和心理分析的討論（Drazen, 2005; Miller, 2012），顯示日本動畫的創作不僅具娛樂功能，而具有某些神話和童話的功能，反應現在

世代的集體情結、潛意識與心靈結構。

此外，榮格理論對於視覺化隱喻的看重更甚於抽象的語言，其協助個體透過視覺化的隱喻，有意義的連結內在的世界與外界的真實（Green, Drewes, & Kominski, 2013），這與青少年的發展特性和需求是一致的。

是以，本文試圖整理榮格理論與影像治療於青少年諮商實務上的觀點和運用，呈現並分析「漩渦鳴人」隱喻，並以榮格理論的自性化觀點和歷程加以理解，進而探討在青少年諮商實務上的助益與可能運用的策略。

## 貳、研究方法

本研究採用文獻回顧法，使用 Jungian（榮格）、cenematherapy or videotherapy（影像治療）、adolescent counseling（青少年諮商）、metaphor（隱喻）、art therapy（藝術治療）等關鍵字，於 EBSCOhost--ASP、SDOS、SDOL、PsycINFO、PsycARTICLES、ProQuest Digital Dissertation Consortium、CEPS 中文期刊電子期刊等資料庫，閱讀與整理榮格理論、影像治療於青少年諮商的相關文獻與重要觀點；並納入筆者的實務經驗，藉由呈現和分析「漩渦鳴人」隱喻和榮格理論的自性化觀點和歷程，探討此動漫作品在青少年諮商實務上的運用。

## 參、榮格理論、自性化歷程與青少年心理危機

就人格發展來說，青少年期是個體發展自我認同的時期（Erikson, 1968）。榮格認為，青少年期是快速發展人格面具（persona）的時期（Eisendrath & Albert Hall, 1991）。根據 Hall（1983）人格面具乃是個體順應社會期待與自我要求所發展而出的一組角色，位於意識表層並在生活中持續地被運用，有別於內在真實的經驗，功能在於作為外在世界與自我（ego）的中介和調停者，用於適應和回應外在世界的要求。人格面具的發展，來自於在幼年和兒童時期裡，個體與他人的互動、重大的挫折或創傷事件、對父母和手足的認同，以及朋友和社會角色的期待等形塑而成（Eisendrath & Albert Hall, 1991）。在這個過程中，與人格面具牴觸的感受、想法或情緒，不斷地從意識中被分離出去，在無意識裡聚集成人格的陰影。由於個體對這部分自我雖有認同但難以接受的矛盾，引發對陰影強烈的焦慮、恐懼、羞恥和難以面對的情緒。而游離在意識層面外的陰影，在不受意識層面的掌控下，在無意識中持續發揮負面的力量。人格面具有積極性的社會適應功能，然而，若過度發展、發展不全或過度認同，則會造成自我的混淆、迷失與失調（Hall, 1983）。因此，能否發展和適當運用各種人格面具與整合陰影的力量是青少年心理健康適應的重要課題。

此外，青少年期也是性別發展的重要時期，而在這個過程裡，個體內在於性別認同過程裡不被認同的特質，會被排除於意識之外而聚集成新的性別相異形象（contrasexual），在男性內在形成女性原型的象徵意象，稱之為阿尼瑪（anima）；

而在女性內在形成男性原型，稱之為阿尼瑪斯（animus）（Jung, 1927），意味著粗糙、模糊、尚未充分發展和平衡的部分。有別於人格面具，阿尼瑪和阿尼瑪斯會引導個體向內面對心靈世界，其連結自我和本我（self）的意像與經驗的心靈結構，幫助個人適應挑戰自我的直觀思想、情感、意像以及情緒（Stein, 1998）。阿尼瑪和阿尼瑪斯奠基於親子的互動關係上，個體於發展過程裡認同、內化和區分其父母的特質而形成，在青春期，開始投射到其他的異性對象，引發個體感受到強烈的情慾吸引和性衝動，而個體藉由補償作用得到個人的整合（Feldman, 1996）。

承襲上述榮格的心理結構和重要觀點，進一步探討青少年於自我認同發展的內在危機與外顯行為。在由兒童轉換到成人的過程期時，個體會因身處於致力追求分離以認同自我，以及退回被安全守護的關係之間的強烈衝突而引發嚴重的焦慮、罪惡和痛苦的感受。由於這些負向情緒過於痛苦以致於個體需要採用許多防衛機制以避免意識到它。行動化（acting out）和投射（projection）是青少年最常採用的防衛機制，前者意指以行為來展現其無法意識和承擔的心理能量，例如混亂、粗魯、防衛和違反規定的行為；後者意指將個人所不想承認的想法、感受或特質加諸於他人身上，進而對該對象有強烈的情緒反應，例如：權威對抗或英雄崇拜（Campbell, 2007）。

榮格認為，人類的基本處境就是種種心靈對立面的衝突，那麼人類在心靈探索的道路上，所需面對的挑戰便是如何在對立衝突的表層下，尋覓到共通的靈性基礎，並依此進行無盡的動態整合，以成就生命的全體（wholeness）。在榮格理論中，心理發展的定義為：成為一個統合而獨特的個人，一個不可分割的整合個人，這也是「自性化（individuation）」歷程（Stein, 1998/1999）。而這需要經歷打破原始人格面具與持續面對與整合陰影、阿尼瑪/阿尼瑪斯的過程。

在治療關係上，治療師在個案探討內在對立面、經驗衝突和整合的過程裡，作為一個關照者與見證人，透過提供安全和具保護性的空間，跟隨、促進和支持個人本我的追尋與平衡渴望（Kalff, 1980），而非引導或指示晤談的方向（Green et al., 2013）。

#### 肆、榮格理論、隱喻與影像治療

心理治療的發展史上，首先在治療中運用童話故事應屬佛洛伊德的「狼人」案例（Freud, 1918/2006）。個案透過夢境加以自由聯想，而治療者則視童話為了解個案潛意識的路徑，並對此加以詮釋和連結，以擴展個案對潛意識之理解，使之得以意識化。童話故事為瞭解個案之素材，就如同自由聯想之內容。然而，不同於佛洛伊德，榮格學派則對於童話有較積極之想法。

榮格學派之分析師瑪莉－路易斯更進一步指出，童話不但是原型最簡單，也是最赤裸、最簡潔的表達形式……對集體潛意識的心理過程來說，是屬於最純粹與最簡單的表現，因此它們的價值對於無意識的科學探究來說，就超越其他所有

的素材，她也認為童話能呈現個體自性化的歷程（Kast, 1986/2004），亦即人格的發展過程。榮格也主張神話乃顯示文化之集體潛意識，而英雄式神話之根本作用在於發展個體的自我意識（Jung, 1964/1989; Jung, 1964/1999）。在回顧諸多神話之後，Campbell（1949/1997）亦歸結出英雄神話乃反應人類集體潛意識中，對於成為一個獨一無二的人之內在心靈渴望，即使是在東方意象中，英雄的冒險也遵循著一定的核心模式，亦即與俗世隔離、穿透到達某種能量來源，然後是滋養生命的回歸，而這樣的英雄原型與集體潛意識是跨時代、跨文化、跨地區所共同存在的。

榮格理論關注於文化傳承下來的童話或神話，其背後所富含的意涵，包含個人內在心靈層面、抑或集體潛意識層面，並認為其中將蘊含著集體潛意識與原型意象於其中；此外，榮格理論也以發展性、歷程性的觀點，理解故事中主角發展出自我意識的自性化歷程。

在科技的發展和演變下，當代的電影、影像開始成為童話故事和神話傳奇的載具，以動態性、歷程性的圖像故事取代文字或口語的形式，提供另一種多元且豐富的隱喻。影片就是隱喻的呈現，就像故事、神話、玩笑、傳說和治療裡的對話，都可在治療裡被使用（Hesley & Hesley, 2001）。觀影行為的本身，提供了個案一種解離的經驗，個案進入半夢半醒的狀態，防衛不自覺地減弱，而想像力與渴望則開始鬆綁，逐漸地與故事主角共同奔馳與活動於劇情裡（Konigsberg, 1996），外在現實暫時被懸置（suspended），個案的內在世界被影片的劇情、角色所環繞，而透過個案對主角的認同，個體投射自身困境於劇情裡（Wedding & Boyd, 1997）；因而，個案得以在保持某種心理距離和掌控感的狀況下，帶著某種的放鬆與安全的感受，觀照其難以面對或恐懼的情感（Gramaglia et al., 2011），主角在此時與個案產生情感層次的連結（Mangin, 1999），有時可以超越意識的層次（Hesley & Hesley, 2001; Sharp et al., 2002），而治療師與個案間，也藉由納入影片劇情和主角性格為主題，得以就影片故事裡的隱喻作開展、延伸和調整，在象徵的層次，開展更深入的對話與歷程（Gafner & Benson, 2003; Marsick, 2010），促進個案的自我覺達和表達（Frisch, Franko, & Herzog, 2006），進而有效提昇個體的自尊、降低其困擾情緒和行為（Gramaglia et al., 2011; Marsick, 2010; Powell, Newgent, & Lee, 2006）。

以下筆者以「漩渦鳴人」隱喻為例，奠基於榮格理論的自性化觀點，探討故事裡的多重隱喻內涵與青少年自性化的歷程。

## 伍、故事與理論之交織~「漩渦鳴人」隱喻為例

### 一、故事之始~「惡作劇精靈」時期的鳴人

#### （一）不祥、被排擠的鳴人

某年，九尾妖狐（以下簡稱：九尾）襲擊忍者村—木葉村，在九尾的強大襲

擊之下，造成諸多傷亡，第四代火影為降服九尾而犧牲，但也將其封印在當時剛出生的兒子—鳴人身上。

然而，木葉村的村民對於鳴人身世一無所知，只知道鳴人身上存在著具毀滅性且邪惡力量的九尾，對於九尾之恐懼與厭惡，也轉移到鳴人身上。鳴人在父母雙亡，又備受村民所排擠之環境下成長，多半是單獨行動。受到排擠、忽略的經驗之餘，鳴人在忍者學校表現也不佳，雖然鳴人自詡要成為火影，成為村子裡的英雄，但他上課打瞌睡、蹺課，也經常惡作劇、搗蛋，藉以獲得他人的注目。

在忍者學校畢業的前夕，中忍水木唆使鳴人偷取秘笈（封印之書）再將之搶奪過來時，狠狠地點出鳴人在村中的處境：因為鳴人是個孤兒，所以才要利用他，而且大家都討厭他，看不起他.....。那一刻，鳴人覺察到自己一直被忽略、被排擠，而搗蛋、闖禍，都是為了扭轉這種被忽略的感覺。

## （二）理論解析

鳴人此時的狀態近似於「惡作劇精靈」週期，也就是行為受制於生理需求，心智狀態與兒童相似，不斷尋找搞鬼、惡作劇的對象（Jung, 1964/1989; Jung, 1964/1999）。而這是一個故事的開端。

依據分析心理學的觀點，潛意識的初步接觸會在個體年輕時期會逐漸覺醒，慢慢地認識到世界與自己。而潛意識的接觸，通常是以人格受到傷害，並伴隨而來的痛苦為其開端（Jung, 1964/1989; Jung, 1964/1999）。例如兒童到了學齡時期，開始建立自我（ego）以適應外在的世界，但這將伴隨不少痛苦的衝擊，例如：世界的不完美、個人內在或外在的邪惡，都會逐漸地被兒童的意識所認知到，進而企圖應付那些內在衝動與外在環境的要求。

這段時間，鳴人對於自己的處境感到痛苦，但多是漠視內心的孤單與寂寞，而鳴人以為師長們都覺得自己是製造麻煩的人，這部分也投射出鳴人對自己的看法：對自己能力的不確定，與討厭自己。他經常以行動化、衝動，甚至誇大的方式來呈現自己，這也反應其內在的躁式防衛（manic defense），藉由外顯、誇大、自戀似的行為，來因應內在的自卑與不確定，並加以隱藏。

直到被引誘偷取封印之書，鳴人才明顯地感受到內心的孤單與自卑，需求也更為明朗化；雖仍不完全理解自己的潛意識狀態，但是這種痛苦的感受逐漸浮現，也引領他邁向自性化之路。

## 二、阿尼瑪（anima）力量的連結與運用

### （一）在孤立中摸索學習、建立人我連結

雖立志要當上火影，但是鳴人的忍術很差勁，他的體力充沛，卻無法成功地施展忍術，第一個能夠施展的忍術，也是鳴人所自創之「色誘之術」，這是變身為一身材曼妙裸體少女，可愛的臉蛋，卻是誘人的身材，通常此術一現，嚴肅之人也無法抵抗，鳴人或可因此而有逃脫機會。「色誘之術」的進階版「後宮之術」

則是同時變身為多個裸體少女，藉此突破對方心防，而獲得攻擊之契機。

## (二) 理論解析

「色誘之術」與「後宮之術」可視為鳴人潛意識中阿尼瑪（anima）的表徵化。阿尼瑪是男人潛意識的女性形象，陰性心理傾向的化身，可幫助男人的心思與其內在價值相調和，例如：對非理性事物的敏感、對自然界的情感，以及意識與潛意識的溝通等。

色誘之術，呈現鳴人內在的阿尼瑪處於以夏娃為代表之第一階段，屬自性化歷程之起步，也展現他對於女性之理解和期待，著重於裸體、身材曼妙、年輕等身體的外在特徵；可能也呈現鳴人對母性的依戀和母親角色的缺乏。

雖然鳴人已經懂得運用阿尼瑪的優勢來幫助自己度過難關，以形象具體化的方式呈現，但就其內在心理狀態，鳴人仍處於衝動、企圖展現能力的陽性狀態，尚未將其阿尼瑪特質融入之中。

## 三、修鍊之路之一

### (一) 人格陰影的反撲與引誘

鳴人由忍術學校勉強畢業後，鳴人與佐助、小櫻組成第七班小隊，並在隊長卡卡西老師帶領之下共同完成任務。因為過去形單影隻的鳴人，終於有了同伴，這些夥伴成為鳴人相當重視的人；而鳴人的熱情、單純、重義氣，以及想保護夥伴的初衷，也讓他逐漸被夥伴們所接受和肯定。

這時候，鳴人開始嶄露頭角，從之前的搗蛋鬼，逐漸展現機智、堅毅、重視夥伴等特質，獲得許多人的肯定，也減少使用後宮之術。此外，鳴人也瞭解內在的查克拉性質（天賦），練習適合自我特質之忍術並學習更精進之忍術。學習的過程中，鳴人發現原來體內存在著九尾妖狐，因而擁有高度的活力以及受傷之後可快速療癒的能力。然而，這股不易馴服的力量蘊含著高度的破壞性和失控性，鳴人也屢次在九尾引誘之下，為換取更強大力量而解除封印。在某次戰役裡，讓鳴人失去意識和判斷力，嚴重地傷及夥伴和自己。

### (二) 理論解析

這個階段，鳴人對內在/潛意識有更多的瞭解，包含內在正面力量與負面力量的存在。在過程中，九尾妖狐就如同鳴人的陰影。

陰影代表著未知或所知甚少的人格，這些人格是個體所否認的特質，或是超我（內化的父母權威）所厭惡鄙夷的部分，例如消極、懶惰、衝動、邪惡等面貌，因此一般人都傾向否認這些特質，但經常在不知不覺地情況下，向外投射到他人身上；典型的自性化過程中，需要讓陰影擺脫意識無所知的局外人位置，進入意識層次，並促使人格之完整化（Jung, 1964/1989; Jung, 1964/1999）。

就隱喻的觀點，狐狸是雜食性的動物，適應力很強、行動敏捷，警惕性高，

通常傍晚外出覓食，天亮才回歸。平常多單獨行動，僅在生殖期才會群聚而生，棲息地廣泛。而狐狸通常象徵著智慧、詭詐、欺騙（Fontana, 1994/2003），中世紀教會以狐狸象徵邪惡、敵意，與虛偽的欺騙（Tresidder, 2003/2009）。在童話故事中狐狸的形象經常是聰明、狡猾、自我中心、自私，但也有機智、助人的一面；對日本人而言，狐狸是神秘帶有妖魔怪力的動物，被視作「稻荷神」的使者，稻荷神是掌管豐收、財富的神明；但傳說中，牠會將人們弄丟的東西偷偷運走；對狐狸而言，「重要的東西」與「不需要的東西」是一樣的（棄寶之島：遙與魔法鏡，2010）。

整合上述並連結火影忍者故事，九尾的意涵在於提醒了鳴人內在的豐沛的資源與力量，包含正向與負向的力量。狐狸的特殊生活作息與單獨行動，如同鳴人的處境一般；狐狸的智慧、敏銳等，可說是鳴人的內在力量；而狐狸的自私、狡猾、邪惡等特質，或可說是鳴人的陰影，也是鳴人努力對抗、壓制的敵人，它喚醒對於內在心理狀態的覺察，呈現其潛意識的面貌。但在這個時期，陰影的存在與展現，如同卡通中的九尾一般，是被主角視為另一個角色、另一個敵人，而非自我內在的另一個面貌。就榮格理論的觀點，陰影可以是朋友也可以是敵人，陰影的負面力量以外，也有正面力量，其蘊含的強大能量，可能是最有價值、舉足輕重的力量（Jung, 1964/1989; Jung, 1964/1999）。

#### 四、修鍊之路之二

##### （一）學習運用正向與負向力量

重傷後，鳴人體會到過度使用九尾力量的慘痛代價，因此鳴人痛下決心減少對九尾力量的依賴，轉而向蛤蟆仙人學習仙人模式之忍術，試著修鍊自身能量與控制意識，準備迎戰敵人（培因）。然而，在仙人模式的修鍊過程，既是需要展現內在查克拉力量，藉此獲得自然界的能量，卻也要在這些能量流動之間，微妙地運轉而不至於過度或失控，在這樣的練習之中，鳴人對於其內在能量的運作，轉為一種更柔韌的方式展現。

##### （二）理論解析

在更深入地瞭解潛意識後，鳴人試著用不同方式運用這些能量，不同於過往的強力、直接、猛衝的因應，來掌握內在的資源，他學習採用更細緻、更柔性的方式，擴展意識的層面進入潛意識層面。

就隱喻的觀點，蛤蟆是兩棲動物，可以在水中生存，也可以在路上生存，皮膚佈有顆粒狀的毒腺；在農田中可以控制害蟲，因此可以增加農作物收成而帶來財富，亦可提煉毒素為治療之藥物。長久以來，從古埃及到日本，蟾蜍的象徵意義包羅萬象，大部分是關於繁衍及魔法，因為質變的生命週期連結了月亮和水的象徵意義，更聯想到誕生、死亡、復活與變化多端卻不朽的樣貌

（Archive for Research in Archetypal Symbolism , 2010; Miranda & Philip,



2008/2009)。在歐洲，蟾蜍分泌的毒液連結了魔鬼的意象，是死亡的標誌，也代表聽從女巫差遣的妖精；在中國，蟾蜍會帶來雨水，象徵好運氣，也會為人咬來錢財，象徵財富（Miranda & Philip, 2008/2009）。蛤蟆也象徵著傷害與治療，與邪惡、黑暗、淫慾及貪念有關（Tresidder, 2003/2009）。

在這個階段，蛤蟆仙術以輔助的姿態，協助鳴人彈性運用多元的資源。而蛤蟆的兩棲特質、對於傷害與治療的象徵、以及生命週期的變化，也象徵著鳴人的適應性、內在的自我療愈力量，以及成長過程中的重大轉變與收穫，並且從修鍊仙人模式之中，對內在的瞭解與掌握能力的提昇，也意謂鳴人不僅能善用內在的資源，也能夠從自然萬物之中，獲得外在能量而加以施展，得以發揮出更大的力量來面對外在挑戰。然而，如同上述蛤蟆的象徵意涵，是存在著兩極對立的能量，既是仙術，但若修鍊過度也會變成石頭模樣的蛤蟆－石蛙化。

## 五、對生命脆弱本質的深度理解

### （一）故事內容

當鳴人結束修鍊回到木葉村時，敵人（培因）已毀掉木葉村，造成村民嚴重之死傷，鳴人以蛤蟆仙術對決的過程中，再度失去意識、欲解除封印並釋放九尾時，第四代火影（鳴人已故的父親）現身提醒鳴人堅持最初的信念，向內尋求力量，不要因憎恨而被利用。因而鳴人再度回到意識層面。轉而理解敵人（培因）何以想毀掉木葉村，當鳴人聽到培因的經歷之後，諒解了對方。而敵人（培因）深受鳴人所理解與感動，以耗盡能量、犧牲生命的方式，讓木葉村的村民復活。

### （二）理論解析

在這個階段，當鳴人對培因的理解經驗，不僅表示鳴人對內在憎恨情緒的馴服與轉化，也象徵著鳴人看到與理解過去自己從小到大的痛楚，重新擁抱和接納這些經驗作為他自己的一部分。這時候的鳴人，陽性特質與陰性特質的融合，不僅僅是陽剛氣概，也有著堅毅、同理、柔軟的心；其陽性特質也不再只是追求身體力量的發揮與呈現。

這個時期的鳴人，近似於神話中英雄演進第三階段的「紅角」週期：具有超人的能力，需憑著超凡力量或守護神相助，而確保人類戰勝造成困擾的邪惡力量（Jung, 1964/1989; Jung, 1964/1999）。但是這個英雄並非屠龍成功的英雄，而是個兼具生理上與心靈上的能量，既是在生理層面打敗培因，卻也在心理層面同理對方的苦楚；此外，也接近阿尼瑪斯發展的第四階段，陽性特質轉變為「意義」（meaning）的化身，透過它，生命獲得新的意義，是充滿靈感與創造的形象，以赫爾米斯（Hermes）為代表（申荷永，2004；Jung, 1964/1989; Jung, 1964/1999）。

從故事的整體發展，可以看到最初鳴人是在追求身體力量的展現，但故事至此，鳴人已然展現其赫爾米斯（Hermes）的面貌，詮釋、理解、細膩的一面，因為鳴人的同理與瞭解，培因的憎恨與殺戮有了改變，對世界和平有不同的做

法，也為生命賦予新的意義。

## 陸、榮格理論於青少年諮商應用

本文以榮格分析心理學的角度來理解漩渦鳴人的自性化歷程與此角色背後的意識形態，是以發展的角度與脈絡來解析青少年的成長過程，理解其生理與心理的狀態、潛意識的覺醒、轉化的力量等，並透過隱喻的方式，來呈現內在可能的狀態，特別是陰影面向，而非僅以一種當下、橫斷式的方式來評斷個案的狀態。這樣的理解將有助於面對青少年個案時，除瞭解個案當下的痛苦與困擾，並延伸瞭解過去個案的成長脈絡、內在的陰影，並涵括隱喻象徵的方式，是兼具深度與廣度的理解與接納，並且在「自性化」歷程的概念中，也提醒成長過程中所追求成為一個獨特而不凡的人的自我期許，是以除了幫助實務工作者思考較完整性且貼近個案的問題概念化之外，也可能有助於我們預想個案未來與發展狀況。

在實務運用面，筆者試圖將分析心理學的觀點和理論彈性結合下列各個策略，以貼近青少年的生活經驗與發展議題，因應青少年個案當下所呈現的議題。

### 一、貼近青少年的語言和生活

助人工作者與青少年建立關係時，首重於「以他們的生活經驗與脈絡」為背景，運用青少年流行的事物為助人工作者與個案共通的語言，擴大兩者的交會與相知（許智傑，2010）。相較於其他的素材，動畫或電影的優勢在於，其有著豐富的情緒變化、高度的娛樂性、貼近青少年生活煩惱的題材（例如人際關係或家庭關係，對青少年有著高度的興趣和吸引力（Hesley, 2001），促進青少年個案對於諮商關係的認同與投入，更有意願與助人工作者討論其喜愛的事物，進而建立同盟的關係。

筆者曾在工作中，聽聞個案提到「我愛羅」、「好色仙人」，這兩個角色皆為「火影忍者」卡通中之重要人物，而「漩渦鳴人」乃青少年生活中普遍之卡通，當助人工作者對於此卡通有較多瞭解時，在與青少年個案進行諮商工作時，將有更多共通的語言，而得以與個案有更多交會，助人工作者或可運用卡通中的用詞，或當個案提及某些特殊用詞時，可較容易理解個案所表達之意涵，以減少對於細節澄清所造成時間與耐性上的耗損；當個案發現助人工作者瞭解其所表達的特殊卡通用詞時，也有助於個案感受到助人工作者的親近與關心，有助於諮商關係的建立。而青少年個案也能透過這樣的歷程，發展在語言層次和象徵層次的情緒和行為表達（Fleming & Bohnel, 2009）。藉由指認與自身生活經驗的相似的主角和劇情，描繪其主角內在的感受、動機和行為特性，進而精緻化對自己感受和行為的口語表達，例如：鳴人惡作劇、搗蛋行為之下的孤單和自厭情緒；此外，青少年個案或可在特定的情節裡，在象徵層次，視覺化其內在的衝突與掙扎，例如：鳴人為換取更強大力量而解除封印，嚴重地傷及夥伴和自己，彰顯其在個人

權力與自我證明，與其同儕忠誠、內在聲音議題之對立拉扯。可增進助人工作者和青少年個案對自己狀態的理解，重新正視和整合內在的感受與需要，思考其他選擇的可能性，進而催化個案的改變。

## 二、善用青少年自我認同與實現的需求

漩渦鳴人與實務工作上所接觸的青少年個案狀況相近，有著明顯的外化行為問題，而且在父母雙亡的成長過程，多半是孤單、被歧視、自卑等心理狀態。在家庭支持極少的狀態之下，鳴人是如何尋求內在力量、運用外在資源，並加以整合而成為一獨特、整合的人，此過程可成為青少年個案的仿效對象，並引發改變動機。

對於英雄的崇拜展現個體內在需求的投射，當我們看到「人」具有那樣超凡的能力時，會有一種作為同類的滿足，因此英雄崇拜的積極意義在於召喚我們朝向更高的層次，使生活更有意義、發現自己的真正面目、並超越環境和自己所賦予的拘束限制（吳光遠，2010）。而藉由本篇文章，也可瞭解到卡通漫畫故事中，所深藏之意涵，這些議題恐怕是在人們心中醞釀卻少彰顯之部分，特別是在未成年個案身上，在生理與心理發展上，受限於計劃能力與衝動的情緒特質，而讓內隱的心理感受更隱晦不明，因此在與個案進行諮商工作的過程中，可藉由童話、神話、卡通、電影之內容，來貼近個案心理，甚至可避開意識層面的防衛，而接觸其潛意識之個人情節！榮格也提到在心靈探索之際，都該對非理性與神秘心靈現象抱持接納開放的態度，以擴大對於潛意識力量的理解（Stein, 1998/1999）。

在「火影忍者」卡通中，其他角色人物也出現諸多與求助個案類似的心理議題，例如：被拋棄、排擠、同儕競爭與比較、自我定位與認同等等。因此在助人工作時，亦可瞭解個案所偏好之角色與認同之對象，並進而討論。

## 三、創意地採用積極聯想與投射技術

如同本文中針對特定之意象或隱喻，進行積極聯想與投射，延伸出個案對於隱喻或意象之不同感官知覺，觸發這些感官知覺將有助於個案覺察更多的自我感受與聯想，亦可減少語言使用弱勢者之限制，並增添個案對於潛意識之中自我狀態的覺察與接納。

在與青少年個案進行諮商時，可先找出個案所認同之對象或是情節段落，這些角色或情節會包含個案所賦予的個人化意義於其中，因此針對這部分深入討論而賦予意義，既可瞭解故事對於個案之意涵，呈現個案之心理狀態，也可提昇個案之自我覺察，亦即潛意識的意識化過程。典型問句如：在這個作品裡，你最喜歡那個角色/情節段落？最不喜歡那個角色或情節段落？（Sharp et al., 2002）你覺得主角發生了什麼事？這些事怎麼會發生呢？

亦可從主角之經歷，瞭解個案對自我目前狀態之心理知覺；也就是先與個案

討論故事本體的情節發展與意義。參考問句如：這個角色的感受或想法是什麼？他和其他角色的關係是怎麼樣的？他現在面對的主要困難為何？他如何解決這個難題？還有其他的辦法嗎？（Sharp et al., 2002）他會怎麼看待自己的現況？你覺得其他角色有什麼感覺？

此外，如果角色是動物形態，可引導個案就其外觀、功能以及相關聯的事物作聯想，例如說：這個動物形態代表什麼（Henderson, 1999）？你會怎麼形容牠的外形或功能？牠通常生存在什麼樣的地方？在什麼時刻出沒？優勢為何？天敵是誰？

之後再回到個案身上，幫助其拓展意識範圍，也引導更多元而豐富地思維，甚至從故事之中找到象徵意義與自我之力量。典型的問句如（Henderson, 1999）：這和你的生活經驗或目前的困難，有什麼相類似之處嗎？你會覺得有時候，你會和主角有相近的痛苦嗎？如果你和主角一樣，有不可控制、待修煉的天賦，你覺得那會是什麼？如果你將這樣的力量應用在現在的難題裡，你覺得有些什麼的機會？如果那個動物是你比較少出現的特質，你覺得那會是什麼？

討論的過程中，可運用分析心理學理論為基礎，引導個案發現其中的轉化力量，例如內在兩極對立之力量的存在，以及對立衝突之調和與內在和諧等，助人工作者也可運用分析心理學理論來增加對個案的理解，例如阿尼瑪、阿尼瑪斯、陰影等。

## 柒、結語

本文企圖從火影忍者之卡漫故事出發，並以榮格之分析心理學理論為基礎，加以理解故事主角「漩渦鳴人」之歷險過程，並比對其自性化歷程與自我意識之展現。由於卡通是視覺化的刺激，個案在面對此媒材時可較自在且容易接受，並透過視覺化刺激的呈現，而有不同的感官知覺與反應，並降低防衛的可能性，因此藉此幫助個案自我探索與瞭解，將有其優勢（O'Brien et al., 1978）；而故事主軸中的英雄隱喻，也提供個案一個較安全的方式得以表徵自我潛意識世界以及內在隱晦的掙扎，助人工作者亦得以連結個案的心理世界（Lawson, 2005）。而以分析心理學為基礎，筆者也希望藉此提醒，在面對個案時，可以歷程性的概念來理解個案、協助個案，並且瞭解到生命的成長，是個長遠的過程，或許個案正處於其困境之中，但自性化歷程正提醒在成長過程中不可避免之冒險與探索，以及在這個過程中所經歷的衝突與未知，唯有透過將這些心靈對立的衝突進行整合，這才是成長。因此，諮商不僅是幫助個案面對困境、克服困境，更是幫助個案瞭解其內在力量之所在，而去經歷人生的旅程；爾後，個案的自主能力將會因內在力量的覺醒而有所提昇，成為個人生命的主人，發展出整合而獨特的個體，經歷一個只有自己能走過且深刻理解的旅程—英雄之旅。

## 參考文獻

- 申荷永 (2004)。心理分析入門。台北：心靈工坊。
- 吳光遠 (2010)。現代人，越來越不會做夢：閱讀榮格。台北：海鴿文化。
- 棄寶之島：遙與魔法鏡 (2010)。開眼電影網：《棄寶之島：遙與魔法鏡》。取自  
<http://app.atmovies.com.tw/news/news.cfm?action=view&newsid=16108>
- 許智傑 (2010)。創意與活力的結合：與青少年個案諮商的藝術。台灣心理諮商季刊，2 (3)，19-31。
- 維基百科 (2014a)。維基百科：火影忍者。取自  
<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%81%AB%E5%BD%B1%E5%BF%8D%E8%80%85>
- 維基百科 (2014b)。維基百科：漩渦鳴人。取自  
<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%BC%A9%E6%B8%A6%E9%B3%B4%E4%BA%BA>
- Archive for Research in Archetypal Symbolism. (2010). *The book of symbols: Reflections on archetypal images*. Germany: Taschen.
- Campbell, J. (1997). 千面英雄 (朱侃如譯)。台北：立緒。(原著出版於 1949)
- Campbell, M. E. (2007). Communicating with adolescents. *Continuing Medical Education*, 25(5), 224-227.
- Drazen, P. (2003). *Anime explosion!: the what? why? & wow! of Japanese animation*. CA, Berkeley: Stone Bridge Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton.
- Feldman, B. (1996). Identity, sexuality and the self in late adolescence. *Journal of Analytical Psychology*, 41, 491-507.
- Fleming, M., & Bohnel, E. (2009). Use of feature film as part of psychological assessment. *The Arts in Psychotherapy*, 33, 247-253.
- Fontana, D. (2003). 象徵的名詞 (何盼盼譯)。台北：米娜貝爾。(原著出版於1994)
- Freud, S. (2006). 狼人：孩童期精神官能症案例的病史 (陳嘉新譯)。台北：心靈工坊。(原著出版於 1918)
- Frisch, M. J, Franko, D. L., & Herzog, D. B. (2006). Arts-based therapies in the treatment of eating disorders. *Eating disorders*, 14(2), 131-142.
- Gafner, G., & Benson, S. (2003). *Hypnotic techniques: For standard psychotherapy and formal hypnosis*. New York: W.W. Norton & Company.
- Gramaglia, C., Abbate-Daga, G., Amianto, F., Brustolin, A., Campisi, S., De-Bacco, C., & Fassino, S. (2011). Cinematherapy in the day hospital treatment of patients with eating disorders: Case study and clinical considerations. *Arts psychotherapy*,

- 38, 261-266.
- Green, E. J., Drewes, A. A., & Kominski, J. M. (2013). Use of mandalas in Jungian play therapy with adolescents diagnosed with ADHD. *International Journal of Play Therapy, 22*(3), 159-172.
- Gregory, R. J., Canning, S. S., Lee, T. W., & Wise, J. C. (2004). Cognitive bibliotherapy for depression: A meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice, 35*, 275-280.
- Hall, J. A. (1983). *Jungian Dream Interpretation*. Toronto: Inner City Books.
- Henderson, S. J. (1999). The use of animal imagery in counseling. *American Journal of Art Therapy, 38*, 20-26.**
- Hesley, J. W. (2000). Reel therapy. *Psychology Today, 33*(1), 54-58.
- Hesley, J. W., & Hesley, J. G. (2001). *Rent two films and let's talk in the morning: Using popular movies in psychotherapy* (2nd ed.). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Jung, C. G. (1927). *Mind and earth*. London: Routledge.
- Jung, C. G. (1989). 自我的探索：人類及其象徵（黎惟東譯）。台北：桂冠。（原著出版於 1964）
- Jung, C. G. (1999). 人及其象徵；榮格思想精華的總結（龔卓軍譯）。台北：立緒。（原著出版於 1964）
- Kalff, D. (1980). *Sandplay: A psychotherapeutic approach to the psyche*. Santa Monica, CA: Sigo.
- Kast, V. (2004). 童話治療（林敏雅譯）。台北：麥田。（原著出版於 1986）
- Konigsberg, I. (1996). Transitional phenomena, transitional space: Creativity and spectatorship in film. *Psychoanalytic Review, 83*(6), 865-889.
- Lawson, G. (2005). The hero's journey as a developmental metaphor in counseling. *Journal of humanistic counseling, education and development, 44*(2), 134-144.
- Mangin, D. (1999). Cinema therapy: How some shrinks are using movies to help their clients cope with life and just feel better. *Health and Body, May 27*.
- Marsick, E. (2010). Cinematherapy with preadolescents experiencing parental divorce: A collective case study. *The Arts in Psychotherapy, 37*, 311-318.
- Miller, G. (2012). *Exploring the limits of the human through science fiction*. Palgrave Macmillan.
- Miranda, B. M. & Philip, W. (2009). 符號與象徵：圖解世界的秘密（李時芬、林淑媚譯）。台北：時報文化。（原著出版於 2008）

- Newton, A. K. (1995). Silver screens and silver linings: Using theatre to explore feelings and issues. *Gifted Child Today*, 18(2), 14-19.
- O'Brien, C. R., Johnson, J., & Miller, S. (1978). Cartoons in counseling. *Personnel and Guidance Journal*, 55-56.
- Pehrsson, D., Allen, V. B., Folger, W. A., McMillen, P. S., & Lowe, I. (2007). Bibliotherapy with preadolescents experiencing divorce. *Family Journal*, 15, 409-414.
- Powell, M. L., Newgent, R. A., & Lee, S. M. (2006). Group cinematherapy: Using metaphor to enhance adolescent self-esteem. *Arts psychotherapy*, 13, 247-253.
- Sharp, J.V., Smith, A., & Cole, A. (2002). Cinematherapy: Metaphorically promoting therapeutic change. *Counseling Psychology Quarterly*, 15(3), 269-276.
- Stein, M. (1998). *Jung's map of the soul: An introduction*. Chicago, IL: Open Court.
- Stein, M. (1999). *榮格心靈地圖* (朱侃如譯)。台北：立緒。(原著出版於 1998)
- Stern, S. R. (2005). Messages from teens on the big screen: Smoking, drinking, and drug use in teen-centered films. *Journal of health communication*, 10, 331-346.
- Tresidder, J. (2009). *符號全書—解讀 1001 種圖文象徵* (蔡心語譯)。台北：春光。(原著出版於 2003)
- Wedding, D. & Boyd, M. A. (1997). *Movies and mental illness: Using films to understand psychopathology*. Boston: McGraw-Hill College.
- Young-Eisendrath, P., & Hall, J. (1991). *Jung's self psychology: A constructivist perspective* (1st ed.). The Guilford Press.

# **The Individuation of Uzumaki Naruto:**

## **The application of Analytic Psychology**

Chien-Ju Lin\*    Jia-Ru Li

### **Abstract**

“Naruto” is a popular comic story which published since 1999 in Japan, Mainland China, Hong Kong and Taiwan. The hero in the comic story Uzumaki Naruto” is similar to the adolescent clients in counseling. Uzumaki Naruto was an impulsive trouble-maker with poor academic achievement. However, with the progress of this comic story, he looked after his partners, faced the negative inner power, and coped with his mental issues. Thus, the aims of this article are, based on the Analytic Psychology theory, to explore the individuation of Uzumaki Naruto and to reflect on the possible assistance on adolescent counseling.

*Keywords: individuation, Uzumaki Naruto, adolescent counseling*

---

Chien-Ju Lin *	Dept. of Guidance & Counseling, National Chunghua University of Education ( cjlin1202@hotmail.com )
Jia-Ru Li	Center for General Education, Hsin Sheng Junior College of Medical Care and Management