

運用創意與藝術走過悲傷

教學成果報告2011.03.15

陳美琴副教授



報告大綱

1. 緣起...thanks to...
2. My story...念念不忘..photos...
3. 教改..理論實務並重-藝術治療及傷慟與生死
4. 學生分享
5. 八八水災
6. 美琴作品



- 台灣教改...以學生為主體的學習
- 網路現象，理論太容易取得
- 3人在同寢室...



愛爾蘭詩人葉慈曾說：「教育不是注滿一桶水，而是點燃一把火。」

(Education is not the filling of a pail but the lighting of a fire.)

運用多元化的知識來源 (diverse knowledge sources)

營造團隊合作學習的機會 (Collaborative group learning)

藝術治療 & 傷慟與生死：身體、心理、社會、情緒、經驗、沈澱、冥想的整合應用



美國藝術治療協會 (American Art Therapy Association-AATA)

「藝術治療是一種心理治療的方式，
透過採用藝術媒介、心象、藝術創作過程及當事人感受等活動，作為呈現個人潛在情緒衝突、人格發展、心智能力及興趣等投射的一項專業。並提供非語言表達和溝通的機會，允許當事人經由非口語和口語的表達及藝術經驗，讓當事人較為放鬆並增加其自我覺察的能力，探索個人的問題及潛能，以協助人們內心世界和外在世界更趨為一致。」

(陸雅青，1993；賴念華，1996；侯禎塘，1997；范瓊方，1998；Levick，1983；Waller& Gilroy，1994)



藝術治療的對象

- 由於藝術治療中較關心的是個人的內在經驗以及創作的過程，而非最後產生的作品，因此接受藝術治療的人無需具備任何藝術創作的經驗或背景。藝術治療由受過專業訓練的藝術治療工作者，透過個別、家庭或團體治療的方式實施，服務的對象包括各種文化背景和各不同年齡層的需求人士，應用的範圍擴及心理、教育、社會和醫療等專業助人服務領域。依年齡分，可分為幼兒、兒童、青少年、成人與老人，依案主問題可大略區分為下列幾類：

1. 一般人
2. 精神健康領域
3. 發展與學習困難領域
4. 社會性需求者
5. 復健領域
6. 支持性醫療領域



傷慟與生死課程

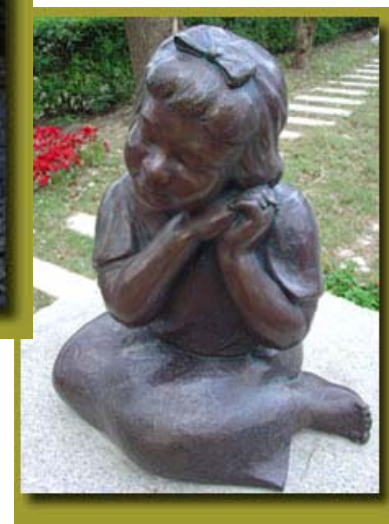
- 「傷慟與生死」課程中，協助學生積極探索人類共有的經驗-生老病死及其過程中的痛苦、悲傷、失落、創傷與消逝經驗。藉由下列的課程設計，以期讓能學生對悲傷有更多體驗，並更加珍視自己的生活，提高對自我的認識與價值及對生命的尊重和珍惜。如：認識生老病死與傷慟，生命成長歷程與失落，悲傷理論與悲傷歷程，特殊失落形成的悲傷，認識複雜的傷慟，與傷慟共舞，自我失落悲傷經驗的探索，傷慟與失落的處理，生命意義的建構。為提高學生對生死的意識與傷慟共舞的探索，本課程協助學生為自己設計創意性追悼會。



戶外教學——自我照護（self-care）的療癒性花園

- 教學廣場
- 自我照護區
- 眼淚池
- 心靈諮商區
- 追思平台
- 沙坑
- 家庭追思丘

➤ 地點：台北護理健康大學



我戴了什麼面具？真實的我是誰？



八八水災—藝術治療的應用

- 最具體的效果呈現是，2009年8月底與醫學院同仁帶領學生前往八八水災災區--臺東大武鄉大烏村服務，曾修過我課程的學生也應用藝術治療為孩童服務，以繪畫方式協助他們表達內心所受的驚嚇與害怕，效果相當不錯，頗受孩童與家長的喜歡與信任。過程中，孩童在安全與信任的環境中盡情繪畫塗鴉，表達在惡水中的害怕、焦慮與不安，並協助孩童看見自己的正向力量與家人的支持保護勇於度過危機。



省思與未來展望

- 瑞士心理學家榮格（Jung）曾藉著樹木成長的特徵來描述傷慟者在療癒過程中的內心感受與復原過程。樹的自然本能是一方面往下紮更深的根，另一方面往上長得更高。當樹碰到大岩石時，樹無法把石頭推開或是剖開弄碎，就只好繞著那大岩石成長。無論這岩石有多大、有多堅固，樹仍然會繼續地成長。也許大岩石會延緩樹的成長，但卻無法改變樹存在的事實或阻止樹成長的生命力，因為大自然已給予樹最基本的生存能力。



美琴創作



美可以拯救人

每人的心中
都有一個美麗的自己
要喚醒那美麗的自己
當美麗的自己出現時
我們就能活出生命的能量！

輔大 陳美琴



雲在窗外 逍遙自在
笑那些不懂得在人生旅途中
捕捉心靈風景的人

輔大 陳美琴



謝謝！ Thank you！ Gracias！

