

# 「正念與團體藝術治療工作坊」

## 課程簡章

### 壹、主講人：吳明富副教授

吳明富副教授將近七年的海外碩博士學業(美國聯合大學跨領域研究藝術治療博士、美國路易維爾大學藝術治療碩士)，以及在紐約「希望之門」青少年中心擔任藝術治療師，讓他見識到各式各樣的藝術治療，也實際運用藝術的力量，幫助青少年們面對 911 的重大創傷。

那段時期，吳明富充分習得如何用藝術照顧自己與他人，同時，也在此時，他接納了自己的不完美：「還在台灣時，我雖然接受自己，但周遭的環境和氣氛，還是不能讓我完全感覺自在。」到了美國，雖身在異鄉，需要面對繁重的課程與語言和文化的衝擊，但投入藝術治療，他那溫和細膩的人格特質，以及對藝術的信仰和敏銳，都像找到了歸屬，以及最適合伸展拳腳的空間。

回首這段摸索、尋找、落定的過程，吳明富確信，好的藝術治療師必須對藝術有信仰，如此方能尊重作品，尊重創作歷程，「對藝術有信仰的治療師，會花時間在營造空間和選擇媒材，協助個案進行深層的創作，幫助其在創作過程中，獲得情緒昇華、自我成長和身心靈整合。」而治療師本身也要能時常創作、持續用藝術照顧自己，才能握有藝術治療之鑰；唯有自身經歷且獲得藝術妥善照顧，方能領悟藝術能如何照護他人，「藝術治療的靈魂，往往就是藝術治療師本人。」

### 貳、課程資訊

- 一、日期：108 年 11 月 9 日（星期六）、11 月 10 日（星期日）
- 二、時間：上午 9：30 至下午 4：30（12：30-13：30 為午餐時間）
- 三、地點：國立彰化師範大學綜合中心四樓團體諮商室
- 四、工作坊簡介：

- (一)認識正念藝術治療概念與實務。
- (二)將正念靜觀、澄心聚焦練習與不同媒材藝術創作結合，以團體工作的形式，學習自我關照並拓展輔導諮商知能。
- (三)介紹正念藝術治療取向之操作模式：體感彩繪、澄心聚焦、歷程演繹、適地立足和工作室三部曲。

### 五、工作坊流程

日期	時間	課程主題
11 月 9 日 星期六	9:30-10:50	相見歡 正念藝術治療的概念與實務簡介 「蝴蝶飛」：尋找存在伙伴

日期	時間	課程主題
	11:00-12:30	「定錨」：正念呼吸與身體掃描 個體描身定位
	12:30-13:30	午餐
	13:30-15:00	「外化與指認」 身心工作：痛與傷
	15:10-16:30	「手動心流，體感彩繪」 意圖書寫、彩繪人形
11月10日 星期日	9:30-10:50	「集體見證，聆聽心聲」 見證寫作、見證朗讀
	11:00-12:30	「澄心 Focusing」：人身聚焦 紮根立地
	12:30-13:30	午餐
	13:30-15:30	「回述想像」 尋找一切都好之地
	15:40-16:30	集體見證與立足安適之地 工作坊回顧、分享與討論

#### 參、報名資訊：

一、報名網址：[http://www.tgct.org.tw/sign\\_up.php](http://www.tgct.org.tw/sign_up.php)

二、報名起訖日：即日起至 108 年 11 月 2 日止(或額滿為止)。

三、工作坊名額：30 人 (未滿 20 人不開課)。

四、報名費用：

(一)台灣團體諮商與治療研究學會個人會員、學生會員、準會員：2500 元。

(二)非會員：3000 元

五、報名事宜聯絡資訊：請致電 0983-880995 或電子郵件：[tgcpa2016@gmail.com](mailto:tgcpa2016@gmail.com)。

肆、主辦單位：台灣團體諮商與治療研究學會。

伍、協辦單位：國立彰化師大社區心理諮商及潛能發展中心。