

115 年教育部補助大專校院辦理

社會情緒學習與校園心理健康促進計畫

SEL 的藝術與遊戲治療應用--教師與輔導人員增能工作坊

****楔子(帶領人: 王秀絨)**

曾經於多年前受邀，在週末為中學教師增進<第二專長>的項目中，開授「情緒管理」課程。發現老師們處在知識爆量情境中，對於學習什麼幾乎是完全的抗拒！當下我改變教學方式，每週改為「自發性藝術創作」。結果證明非常成功，老師們從最先的無奈、缺乏耐心，甚至暴躁的情緒，經過一學期動手創作並透過藝術與自己對話，竟然從內在有了改變，後來的分享中有兩項至今仍清晰記得：

1. 家中緊繃的親子關係改善。
2. 將所學<玩藝術>的方式帶到教室中，讓學生體驗，本來很叛逆的青少年學生，師生之間開始有了鬆動與溝通。

自發性藝術創作，就是自由運用藝術媒材，不限制主題也不講求技巧，簡言之就是「玩藝術」。本工作坊讓參與者體驗自發性創作，此外，遊戲治療部分，將體驗「溝通性遊戲」、演練「治療性遊戲」的帶領技巧，以及介紹「偏行青少年遊戲特性」的相關研究，輔導教師將能藉之設計適用的遊戲模式。

一、 參與本工作坊可達到的一般目標

(一)自我增能

1. 充實知能，認識行為情緒困擾參與藝術與遊戲治療而改善的案例。
2. 藝術遊戲聚焦在 SEL 的活動設計，體驗主動創作及動手遊戲。
3. 學習困難案例的輔導態度與技巧，包括親子糾結及緘默無法言語者。
4. 與心智的「初級歷程」工作，碰觸到直覺和想像。
5. 作品觀看、反思、欣賞並交流，結合心智的「次級歷程」一起探索，是很難得的平衡學習。
6. 透過藝術和遊戲與自己對話，達到壓力管理、自我照顧與心理健康。

(二)帶領他人

1. 學習到簡單好用的藝術與遊戲方式，可以應用到家人及關心的人。
2. 知道「涵容」的重要與作法，可以幫助難以處裡的孩子(及大人)。
3. 不要求他人一定要說，了解沒說出來的更隱微也更豐富，具開展性。
4. 懂得運用好玩有趣又多元的藝術遊戲方式，作品帶出參與者本身的關切與答案，因為不是口語指導，就會減低防衛與抗拒。

二、 藝術治療與遊戲治療的基本概念

(一) 歐洲 20 世紀初綻放「兒童藝術運動」，尊重兒童自然發展

藝術治療和遊戲治療都是在 1920~ 1930 年代開始萌芽發展的專業學門，此時期正是歐洲「兒童藝術運動」爆發的時代，鼓勵兒童以視覺形式回應生活事件，以自己的方式自由表達，不要只是服從嚴謹的課程與技巧學習，相信這樣可以增進兒童的內在創造力，有助於情緒和智能發展。這個運動影響深遠，認為老師的任務就是要促進兒童的「自然發展」。

(二) 英國的藝術治療傳統是「自發性繪畫」及「動力取向藝術治療」

受到「兒童中心」的啟發，以及當時對精神病人繪畫研究的限制，英國藝術治療一開始就是採用「自發性繪畫」，提供各樣媒材供自由選擇，畫甚麼都是由自己決定。隨後發展「動力取向藝術治療」，主要理念包括：

1. 藝術治療是因為現代社會需求而產生，首要了解感覺與情緒，是人類內在追求心靈平衡健康的一種長期努力。這種藝術與心靈連結的產生，關鍵是自發性與非指導的歷程；完全不是模仿得很像、技巧很好，或是如何被教導的問題。
2. 人的心智(mind)包括「次級歷程」(secondary process 意識的、分析的、思考的、語言的、邏輯的、務實的、清晰的)；但如榮格指出，現代人有太多心理疾病，正是源於我們只活出單面向，社會太強調次級歷程，太忽略「初級歷程」(primary process 的精神，如潛意識的、想像的、直覺的、非語言的、非邏輯的、不清晰的)。藝術治療的最大特色就在於能活出初級歷程生命能量，有別於教導或行為矯正，如溫尼克所說，透過遊戲，激發創造力，就能活出

自我(self)。透過媒材進行遊戲及創造，這當中必須能容許混亂不明或情緒投入之坎坷，藉此參與者有機會以初級歷程碰觸生命的不同面貌；就像榮格所說，提供機會激發每個人的創造力，就能帶來生命的更新，我們社會在黑暗中哭泣的人將因之減少。

3. 涵容母親的比喻，畢昂「涵容」的概念，對後世工作有很大啟發。一個涵容的母親，面對孩子的無理哭鬧，不是責備或生氣，是嘗試了解孩子這時需要什麼，並且提供給他，因此可以使孩子感到放鬆以及促進孩子的成長。
4. 『界限』與『自由』兩者互補。

(三)遊戲治療包括 play 和 game，輔導面向很多元

佛洛伊德在 1920 年觀察到孩子的遊戲特性，跟孩子的情緒及掌控性很有關係；加上「小漢斯」的案例，由父親觀察孩子遊戲，而由佛洛伊德與漢斯父親會談，佛洛伊德對遊戲的觀察及處遇經驗，激發後來重要的遊戲治療工作，包括克萊恩和安娜佛洛伊德，認為孩子的遊戲富含象徵，可視為類似成人的自由聯想。至 1947 年，亞瑟蘭發展非指導性的「案主中心遊戲治療」(client-centered or nondirected play therapy)，至此遊戲治療已是成效輝煌。1957 年之後，有組織性的遊戲開始被運用，因有趣與多樣化而受到歡迎。1970 年代之後，有規則性的遊戲(game)極為廣泛被使用在治療情境當中。以往運用無規則的 play，主要是引出兒童潛意識之心理動力分析為主，game 遊戲則擴及許多層面：認知、行為、家庭、同儕、社會等，適用對象不限於兒童，青少年及家庭成員都很適合。對於自我能力的培養，與人際關係互動都有顯著成效。

三、主辦單位

法鼓文理學院 生命教育學程/推廣教育中心/學務處

四、研習資訊

1. 時間：115 年 8 月 19 日(三)-20 日(四)
2. 地點：法鼓文理學院 德貴學苑 R614 教室(地址：100011 台北市中正區延平南路 77 號 6 樓)
3. 交通資訊：搭乘捷運板南線至西門站 5 號出口，步行約 400

公尺至德貴大樓，自費停車可搜尋中山堂地下停車場。

4. 參與對象：大專校院 教師(開放高中以下教師參與)、輔導人員。

5. 人數：為提供學員較好之課程參與感受，上限 30 人。

(註：如報名踴躍，每校錄取至多一人，並以能全程參與兩天工作坊之學員為優先。)

6. 研習證明：本研習免費，全程參與活動者，課後提供電子研習證明，社工師、諮商心理師繼續教育積分申請中，視核定結果提供積分。如有本研習相關問題，請洽陳專輔人員

E-mail：schoolcounseling@dila.edu.tw。

7. 報名方式：

請於 115 年 8 月 13 日下午 5 點前線上完成報名，報名連結：

<https://forms.gle/gd9SnmLiKH8bNfSCA>



預定 8/14 前以 EMAIL 通知錄取人員，未錄取者不另行通知。

五、 工作坊活動設計

(一)藝術創作與遊戲活動促進 SEL 核心能力

SEL 核心能力	目標	藝術、遊戲活動	媒材
自我覺察 (Self-Awareness)	*輕鬆活動中更認識自己的價值觀 *覺察與欣賞自己及他人的創造力與生命亮點	1. 塗色名字基本款 2. 塗色名字變化式	粉蠟筆 紙張
自我管理 (Self-Management)	*找回自我感覺安定情緒 *接軌回憶增進自尊與耐力 *感受主體與背景配搭	1. 陶土 2. 水彩	陶土 水彩
社會覺察 (Social Awareness)	*表達自己意見並傾聽他人不同觀點 *回應假設性問題增加彈性 *配合題目做動作增進共同歡樂	溝通性遊戲: 「闔家歡」遊戲盤	老師準備盤
人際關係技巧 (Relationship Skills)	*「家庭變遷」遊戲盤題目設計欣賞，關心他人處境 *演練不同焦慮情境题目的正確回應技巧，提供信任與方向。 *了解偏行青少年喜歡的不同遊戲(如體能性、策略性、機會性)之意涵。 * 觸覺體驗、打破固著	問題解決的遊戲盤: 1.「家庭變遷」的遊戲盤 2.Talking, Feeling, & Doing Game 3.介紹一篇研究 4.指畫	老師準備 水彩 糝糊
負責任的決策 (Responsible Decision-Making)	*體驗有規則有競爭的遊戲，每一步都需面對選擇並承擔結果，增進自我能力與人際互動。 **圖案(pattern)的團體創作體驗與表現，富含視覺效果，帶來難得的成就感與整合體驗。	1. 競爭性遊戲:各樣棋類 2. 分組藝術遊戲: pattern	撲克牌、跳棋、象棋、西洋棋 全開紙張、剪刀

(二)活動與時間安排

第一天(115 年 8 月 19 日，星期三)

地點：本校德貴學苑 R614 教室

上午：自我覺察

時間	主題、活動內容	備註
9:00~10:00	藝術治療與遊戲治療的功效案例	Ppt 介紹
10:10~11:20	塗色名字(1)(2)	創作
11:30~12:30	看圖、分享、連結自我覺察	感受與反思

下午：自我管理與社會覺察

時間	主題、活動內容	備註
1:30~2:30	玩陶土、一張水彩	創作
2:40~3:40	分享:感覺與記憶、主題與背景配搭	思考、交流
3:50~4:50	玩「闔家歡」遊戲盤	遊戲中學習

第二天(115 年 8 月 20 日，星期四)

上午：人際關係技巧

地點：本校德貴學苑 R614 教室

時間	主題、活動內容	備註
9:00~10:00	遊戲盤題目討論父母離婚主題為例 團體指畫	實用討論 徒手碰觸
10:10~11:20	Talking, Feeling, & Doing Game 演練如何回答棘手高焦慮題型	經驗豐富的分享
11:30~12:30	偏行青少年的遊戲特性	參考性高的研究

下午：負責任的決策

時間	主題、活動內容	備註
1:30~2:30	體驗競爭性遊戲:下一盤棋	撲克牌、跳棋、象棋、西洋棋
2:40~3:40	圖案(pattern)團體創作	簡單操作
3:50~4:50	綜合討論	大家一起來

主要參考書

王秀絨、江芊玥（合著）（2024）*初探藝術治療：初學及深入實踐的導引*

BOOK（上下二冊）。台北市：四塊玉文創有限公司。

王秀絨(2023)。《藝術治療理論與實務》(二版)。台北市：洪葉出版社。

王秀絨 (1990)。遊戲及其治療面向。《東海大學東海學報》。第三十一卷。1990 年 6 月。

六、 講師經歷

王秀絨簡歷

學歷

英國雪菲爾大學(The University of Sheffield)博士

<博論：藝術治療應用於台灣性侵害倖存者之實務研究 2007

Art Works: Application of Art Therapy for the Survivors of Child Sexual Abuse
in Taiwan>

英國雪菲爾大學心理治療研究所「藝術治療」專業文憑(1995~1997)

東海大學社會學研究所（社會工作分組教學）碩士 1984。

<碩論：台灣私娼之研究>

東海大學社會學系學士

現職

已從專職退休，現在是『涵藝棧工作室』負責人

經歷

東海大學社工系專任副教授(2008.2~2014.1)

東海大學諮商中心主任（兼）(2001.8~2002.7)

中山醫學大學通識中心兼任副教授(2018~2022，教授「藝術治療面面觀」)

暨南大學社會政策與社會工作系兼任講師(2005，教授「遊戲治療」)

台北市立教育大學視覺藝術學系「藝術治療碩士學位學程」(2011)兼課

台灣藝術治療學會第三屆理事長(2009.6~2011.5)

台灣藝術治療學會常務理事(2011.6~2017)

● 社工專業:

台中市發展遲緩兒童早期療育推動委員會委員(2011~2012)

台中市政府少年輔導委員會委員、台中家扶中心專業諮詢委員

南投縣政府兒少福利委員會委員、勵馨基金會顧問

東海大學身心障礙學生輔導小組委員及兩性平等、學生事務委員

台中縣性侵害防治中心督導、台中義務張老師。

● 藝術治療專業:

公私立社福機構委託進行藝術治療個案、團體、教育訓練、督導。(比較長期多年性質的如：台中家扶中心、微龍教育基金會、勵馨基金會)

社區老人、成人身心障者藝術體驗帶領(比較長期的如、黎明社區、愛心家園)

東海大學推廣部創辦及主持「藝術治療碩士學分班」共 13 年(2010~2023)

香港關愛之家(Home Care for Girls)為不幸少女帶領藝術體驗(2016)

廈門 (2017)及新加坡(2019 持續 3 年)教授藝術治療及帶領工作坊

證照

教育部副教授證書<副字第 036750 號>

台灣藝術治療學會專業認證會員<TRAT 2012-021>

專長

藝術治療理論：藝術治療概論。藝術治療理論與實務(初階與進階)。遊戲、神話與原型藝術治療。

藝術治療實務：緘默、性侵、兒保、銀髮、親職。

<專書>

2024 初探藝術治療:初學及深入實踐的導引 BOOK(上下二冊)，與江芊玥合著。
台北市:四塊玉文創有限公司。

2016 藝術治療理論與實務。台北：洪葉出版社。2023 二版。

<合譯>

陸雅青、周怡君、王秀絨、蔡汶芳、林純如、許純瑋(合譯)(2017) 藝術治療手冊。
(Case, C.& Dalley,T.)台北:心理出版社。

<合著>

鄭月妹、王秀絨、郭玟伶、鄭同僚(2015) 彩繪人生-阿公阿婆畫圖說故事。台北：
洪葉出版社。

<發表於期刊之論文>

2018 藝術治療之質性研究-以性侵害倖存者之處遇為例。台灣藝術治療學刊，5
卷 1 期，頁 51-71。

2012 團體工作運用藝術之理念及策略。社區發展季刊，第 140 期。

2012 藝術治療中的移情。諮商與輔導，第 321 期。頁 2-6。

2011 原型藝術治療之理念。台灣藝術治療學刊，第三卷第一期。頁 1-21。

2010 古典亂倫個案與藝術治療之應用。台灣藝術治療學刊，第二卷第一期。頁
19-41

2005 兒童性侵害工作之「英雄」旅程－神話學之理念與應用。當代社會工作學
刊第五期。頁 47-102

2001.3 兩性關係新思考。臺灣月刊 219 期。頁 4-7

2000.8 藝術治療－基本理念及課程簡述。文化視窗 23 期。頁 48-55

2000.4 死亡與創造－兼論藝術治療之應用。東海社會科學學報 19 期。頁 1-23<
發表於研討會之論文>

1. (2012 年 11 月)。藝術與社會工作結合之魅力與實踐。國立暨南國際大學社

會政策與社會工作學系理性之外或理性之上一藝術、靈性與社會工作學術研討會，埔里暨南國際大學。

2. (2012 年 04 月)。探索社會工作實習中「神隱家庭」之謎。台灣社會工作實習制度－國際化、能力建構與挑戰國際研討會，東海大學基礎大樓求真廳、人文大樓。

3. (2011 年 08 月)。原型藝術治療－以亂倫倖存者之創傷處遇為例。中國第三屆表達性心理治療國際學術研討會－創傷與表達，蘇州市。

4. (2010 年 11 月)。自發性繪畫的內在療效：社工系大學生系列繪畫創作之生命體驗。東海大學社會工作學系第 14 屆社會工作論文發表會，台中東海大學社科院。

5. (2009 年 04 月)。原型藝術治療之理念與應用。淡江大學 2009 年榮格與表達性藝術治療國際學術研討會，台北淡江大學。

6. (2008 年 06 月)。如火山般的內在世界－一位選擇性緘默症合併目睹家暴男孩的藝術治療體驗。特殊教育與藝術治療國際學術研討會，台中教育大學。

7. (2008 年 04 月)。性侵害個案工作經驗談～兼論藝術治療之應用及其對社會工作之意義。香港中文大學社會工作學系 45 週年研討會。香港中文大學。

8. (2007 年 08 月)。藝術治療之質性研究：以性侵害倖存者之處遇為例。

2007 年表達性藝術治療學術研討會，淡江大學教育心理與諮商研究所。

9. (2006 年 06 月)。尋回生命活泉（亂倫倖存者工作經驗談）－兼論藝術治療之應用及其對社會工作之意義。2006 家庭暴力及性侵害本土化社工處遇模式研討會。高雄市政府社會局

10. (2002 年 07 月)。亂倫受害者、母親及藝術治療之運用。走出暴力創傷－兒童保護及家暴目睹兒童個案處遇研討會，埔里暨南國際大學。

11. (2001 年 11 月)。性侵害受害者問題與藝術治療之運用。家庭暴力與性侵害學術論文研討會，國立彰化師範大學輔導與諮商學系。

12. (1998 年 11 月)。藝術治療的功能。第八屆社會工作論文發表會，東海大學社工系。

<翻譯文章>

2008 <三角關係 — 藝術治療關係的開頭與結尾> 台灣藝術治療學會會訊第八期，民國 97 年 6 月。頁 1~4。

原文：Wood, C. (1990) 'The Triangular Relationship — The beginnings and endings of art therapy relationships'. Inscape: The Journal of the British Association of Art Therapists. Winter 1990.

2008 <藝術，心理治療及精神疾病 — 藝術治療之本質與政治> 台灣藝術治療學會會訊第八期，民國 97 年 6 月。頁 4~8。

原文：Wood, C. (2000) 'Art, Psychotherapy and Psychosis: The Nature and the Politics of Art Therapy' (譯自 Wood, C. 之博士論文 Art, Psychotherapy and Psychosis 之第一章)

<擔任碩博士論文口試委員>

王慧琦(2012)配偶外遇之寬恕研究。東海大學社會工作系博士論文。

江學滢(2011)成年人藝術創作依戀行為之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系博士論文。

朱惠瓊(2011)Hill 夢工作在短期藝術治療的應用與療效之分析。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系博士論文。

賴邑雯(2010)King or Devil? Paiwan Christians Interpret the Religious Symbolism of the Snake.東海大學宗教研究所碩士論文。

葉玫(2011)從 Winnicott 客體關係理論看藝術治療對憂鬱症基督徒的影響。台北市立教育大學藝術治療碩士學位學程碩士論文。

黃貝茹(2000)藝術活動對具攻擊行為國小學童的影響之研究。國立台中教育大學美術學系碩士班碩士論文。

(其他略)

<指導研究生論文>

何麗麗(2020)受暴婦女藝術創作體驗與自我覺察之探究。東海大學社會工作學系碩士論文。

鍾欣儒(2017)101 年台中市青少年參與戲劇工作坊之個案研究。東海大學社會工作學系碩士論文。

游百喬(2016)尋找力量與自我的鍛鍊過程——一段個人神話的經驗。東海大學社會工作學系碩士論文。

周大為(2014)心靈轉化之旅:以藝術創作探究「個人神話」。台北市立教育大學藝術治療碩士學位學程碩士論文。

楊惠仔(2014)困境與重生-罹癌慢性病患以藝術療癒的自我敘說。國立暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文。(2014 年 4 月 30 日口試通過)(與暨南大學林妙容博士共同指導)