

賀本會創始會員賴念華表達性藝術治療師獲頒2019年第十五屆台灣心理治療聯合年會「終身奉獻成就獎」

【喜訊分享】

賀本會創始會員賴念華表達性藝術治療師獲頒2019年第十五屆台灣心理治療聯合年會「終身奉獻成就獎」。

賴念華教授多年來在台灣對表達性藝術治療的發展與推廣貢獻良多，擅長以本土文化觀點，進行心理創傷、災難後危機評估、身心障礙家庭、受暴婦女、乳癌婦女等不同族群的心理治療工作，並培養許多人才一同投入。

賴念華教授是台灣心理治療優秀的前輩，為心理治療介之楷模，此次獲獎，實至名歸，台灣藝術治療學會感到與有榮焉。



[年會預告]

05. 21 THR.

|

05. 24 SUN.



即將登場

邀請講師

Dr Barbara Parker-Bell PhD.ATR-BC

經歷：美國佛羅里達州立大學 藝術治療研究所主任

美國藝術治療專業認證協會理事長



敬請持續關注官方網站及臉書!

第一屆國際藝術治療實務與研究研討會紀要

文/ 蔡汶芳(國立台北藝術大學學生諮商中心兼任藝術治療師)

第一屆國際藝術治療實務與研究研討會 (International Art Therapy Practice / Research Conference) 於2019年7月在倫敦舉辦，由英國藝術治療師協會 (The British Association of Art Therapists, BAAT) 和美國藝術治療協會 (American Art Therapy Association, AATA) 聯合舉辦。總共有來自世界各地超過35個國家的藝術治療師參與研討與交流，會議進行過程的即時手語翻譯促進共融無礙。這個大型國際研討會，未來預計每兩年舉辦一次，地點會提前公告，且歡迎投稿發表互相交流。



研討會第一天的大會演講由英國藝術治療協會榮譽理事長Di Waller、英國和美國藝術治療協會的代表Val Huet等人致詞揭開序幕。接著，美國學者Lynn Kapitan首先分享了與尼加拉瓜利昂的非政府組織CANTENA合作之研究，內容從多元文化觀點看當地的藝術治療之深化，進而探討關係網絡至系統網絡的轉化，同時由研究的角度思考跨越界線與維持界線的差異。Ephrat Huss接著強調透過藝術治療研究了解社會脈絡中的個案，治療師必須能理解滋養個案產出作品的文化情境，支持個案內在所能體現的美學，才有機會轉化霸權主義的影響，並帶來改變自我與社會的可能。

下午的大會演講則由Donna Betts談到藝術促進統整與身心健康的主題。她列舉了美國國家衛生研究院和藝術相關組織合作的狀況，探討各種方案與工作族群之各項成效與影響。Susan Hogan分享運用藝術處理生產前後壓力的「生產方案」 (Birth Project) 之方法與效能，邀請準媽媽與助產士們參與創作團體，探討產前產後的藝術活動對準媽媽心理的影響，藝術

能連結並以互惠的方式相互支持並走向復原。這個以準媽媽為對象的藝術創作方案探討其擁有新生命過程的主觀經驗，同時在醫院進行助產士的焦點團體。每個焦點團體進行過程皆以影像紀錄，最後舉辦展覽和兩個團體的見面分享會。在準媽媽團體和助產士團體的分享連結之過程，助產士開始能以整體觀點看待生產經驗，理解醫院作法與孕程、產程和產後壓力之間的關係。

聚焦於人際生物學之健康與健全 (wellness) 的Rodney Adeniyi-Jones醫師由生理與心理層面探究功能醫學 (Functional Medicine) 的影響。他談及醫病關係的重要性，說明聆聽患者個人故事有助於評估，協助患者在醫藥之外達到身心動態平衡與調節的目標，而不僅只是協助消除症狀。身體疾病幾乎都來自於生理機能障礙或失衡，毒素、過敏原、感染、營養、壓力等為疾病的五個主要成因，而身心健全的個體需要韻律、愛、意義、食物、營養素、荷爾蒙等，因此Adeniyi-Jones引用Candace Pert博士所言：「你的身體是你的潛意識」，強調身心健全的關聯性。他也分享多篇近期研究，指出安慰劑的效能，例如溫暖關懷與同理心能減輕痛苦，以及思考、壓力、作息等變項對於生理基因變化之影響，最後論及身體自我修復系統維護健康的自然歷程。以上觀點讓人聯想到中醫注重個人體質與身心整體之全方位的治療觀點很類似，提醒藝術治療師思考工作對象之身心整體狀況的影響。

神經心理學家Lain McGilchrist談論神經心理學和創意間的關聯，說明人類左右腦不對稱並各司其職，只有2%的神經元穿過大腦兩側半球，可留意單一半球作用的影響。Juliet King說明與移情、反移情、同理心相關的鏡像神經元之作用，探討腦神經科學範疇於藝術治療領域的應用。King談到2009年開發的移動式大腦和身體成像之MoBI技術，讓藝術治療創作歷程對大腦神經影響之研究變得可能。本次多場關於神經心理學的發表，顯示近年學界對大腦科學與藝術之關聯的高度興趣，但學者們皆強調，無論科技如何發達，關係還是治療最重要的因素。

本屆研討會論文發表數量極多，採兩人一組的方式，多數組合的研究內容沒有關聯性。其中讓人印象深刻的一場是由美國和英國的藝術治療研究團隊分別發表與榮民工作的創意力量，有一組分享英、美榮民透過視訊交流回應彼此作品的歷程與結果，一位曾參與方案的榮民前來分享自身的經驗，也呈現出不同角度的觀點。參與的工作坊中，運用可分解生物素材於臨床工作，以及加拿大原住民之藥輪和個人圖騰動物應用於藝術治療的智慧等主題十分有趣。Marian Liebmann帶領憤怒層次的工作坊，抽絲剝繭的由創作歷程看見憤怒的核心，與傷害、恐懼、未滿足的需求等關聯，探討如何建設性的與憤怒工作。Neil Springhm的心智化藝術治療從應用於自閉症的歷史談起，結合依附理論、精神分析、和神經科學，透過角色扮演回應同一案例，協助參與者理解理論與實務之連結。



這趟豐盛的旅程之外，更前往皇家植物園邱園 (Kew Garden) 欣賞美國玻璃藝術家Dale Chihuly的特展。這些玻璃藝術品以融入當地自然的方式裝置現場，營造強烈生命力與空間環境互動的風格，興起本次越洋交流學習後，返回母土的自我期許與未來努力之強烈動機。



精彩回顧

2019

5/24 - 26

台灣藝術治療學會2019年會暨工作坊-藝術治療走入長照
講師：Satoko Mori Fujuta

8/03、8/04、8/10

藝術治療與舞蹈治療聯合作坊，阿甘的巧克力盒
講師：蔡詩詩 藝術治療師、蘇鈺茹 舞蹈治療師

10/17 - 20

2019年台灣藝術治療學會工作坊-以陶土藝術作為沉思歷程：調和自我內在與人際互動
講師：Dr. Michael A. Franklin

12/7 - 8

第十五屆台灣心理治療聯合會-癮蝕人生
心文字的新想像-心文字圖卡之藝術治療應用
講師：江學滢、黃凱榮 藝術治療師

12/11

藝術治療講座-給想深入瞭解親子根系的你
講師：江年依 藝術治療師

活動預告

2020

2/15

藝術治療倫理實務研討工作坊
講師：吳明富 藝術治療師

3/21-22

言不及義-與無法言喻的自己相遇 工作坊
講師：邱韻哲 藝術治療師

5/21-24

台灣藝術治療學會2020年會
講師：Dr. Barbara Faye Parker-Bell

會訊專欄長期徵稿

會訊心·體驗專欄持續徵稿中，歡迎各界人士，將您生活中與藝術及心靈相關的深刻體驗化為文字，與大家分享，來稿至少800字以上，3000字以下，請寄至學會信箱: tata@arttherapy.org.tw 註明『心·體驗』專欄投稿。

學刊持續徵稿中

徵稿類型：凡藝術治療相關領域之學術論文，具有創見的理論與實務探討等文章均歡迎投稿。

文長：來稿每篇以12000~18000字(含空白)為限

撰稿原則：請參考台灣藝術治療學刊最新版撰寫體例說明
詳細稿約與撰寫體例請參考學會官網：

如有疑問，歡迎至學刊信箱詢問



以藝術治療專業會友- 2019暑期蘭州大學參訪心得

文/江學滢 中國文化大學心理輔導學系助理教授
朱惠瓊 國立清華大學教育心理與諮商學系助理教授

今年七月份，由中國蘭州大學基礎醫學院舉辦表達性藝術心理諮詢與教育研修工作坊，邀請與該校為姊妹校且曾經互相參訪交流的國立清華大學教育心理與諮商學系以及藝術學院的藝術與設計學系（過去的新竹教育大學）師生，以及相關專長的專家學者前往蘭州大學進行兩週的表達性藝術心理諮詢與教育研修工作坊。課程形式在一天工作坊與一天參訪的架構之下進行，由兩校教師輪流上陣以演講或工作坊的形式進行學術交流。本會專業認證會員江學滢與朱惠瓊在這次活動中，擔任其中兩場的藝術治療工作坊帶領者。

任職於中國文化大學心理輔導學系的江學滢在第一天六小時工作坊中，設計了藝術治療的體驗與應用，帶領參與之兩校師生以圖像表現探討個案歷程之發展，並以塗鴉想像畫引導師生進行具有投射意義的創作，最後以自己的作品為例，練習投射想像故事分享，以及透過藝術會談的基本練習。兩校師生都非常認真的參與，也都能夠在不講求技巧的意義之下大膽創作，作品非常豐富有趣，練習也有效能的進行著。



國立清華大學教育心理與諮商學系的朱惠瓊老師帶領的主題是曼陀羅與心理治療，地點在哈薩克少數民族阿克薩自治區進行。可惜的是，原定邀請一些哈薩克兒童參與的工作坊，因暑假草原民族利用水草季節放牧，兒童都著爸媽回到草原的部落去了，因此參與者以蘭州大學與清華大學師生為主。工作坊的地點在一個巨大的圓形蒙古包，坐在圓形的空間當中進行曼陀羅創作，更具有曼陀羅的整全之意。工作坊由圓形創作開始，再以描繪自己的手與作品連結，更由自願個案與小組分享與支持，達到工作坊目標。最後，惠瓊老師引導每一個小組合作一個曼陀羅，在連結的象徵意義之下，讓參與者愉悅的感受這個創作的心理經驗。



整個活動的第一天工作坊除了江學滢老師的藝術治療基礎體驗課程之外，另一個教室還有來自於美國聖克萊爾醫院的藝術治療師與心理劇訓練師龔寧馨老師整合心理劇與藝術治療基礎概念，進行表達性藝術心理治療的體驗與應用。蘭州大學臨床醫學院教授醫學心理學的喬昆老師，在嘉峪關市最好的中學酒鋼三中以「爬山」這個主題探討面對未來的生涯議題，參與者除了蘭州大學與台灣清華大學師生之外，還有許多酒鋼三中的老師。個體在爬山的過程中，可能面對各種挑戰，也可能有無法預期的美景出現，各種各樣的爬山歷程之象徵，以面對未來的生涯議題探究時，因為創作而有了深刻而豐富的內容。蘭州大學的彭賢教授則在武威市人民醫院對所有參與的兩校師生與該院醫護人員，以演講的形式說明薩提爾模式的沙盤療法之簡介，提供該院護理人員在生理照顧之下，非語言心理療法在醫院進行的可能性。



此次交流欣喜的發現，蘭州大學教授醫學心理學的教學團隊老師們，對於表達性藝術治療的高度興趣，並且不以評估與評析圖畫為交流目標。他們能深切的理解評析圖畫可能產生之盲點，並深信創作歷程與治療過程之心理質性內涵對個體成長之發展意義。對台灣參與交流的成員而言，蘭州大學醫學心理學教學團隊積極認真的在教學經驗當中探索表達性藝術治療的意義，也成為我們謙卑學習的對象。

備註：本活動十分感謝蘭州大學醫學院副院長徐爭全力爭取並積極執行。

感動與熱血-年會初體驗

文/ 呂冠廷 職能治療師 / 實習藝術治療師

很榮幸能夠參與本次藝術治療年會，尤其是今年的主題「失智長者的時光機A Journey through Time」與我一路走來的經驗息息相關，感觸尤其深刻。首先是來自日本的 Satoko老師，活動體驗以及介紹日本的長照機構模式都非常精彩，讓我們面對龐大高齡需求的未來時，更多了一些知識及方法可循，也從老師的分享感受到日本文化的優美與細緻，「文化敏感」一直是藝術治療特別重視的議題，因此，我相信未來在夥伴及前輩的投入之下，也會發展成屬於台灣特有的長照藝療模式。下午的個案研討更是精彩，在游薇巧治療師的報告中，我看見了用心的陪伴，也彷彿短暫走進了個案的生命當中，真的很感動，各位前輩們精彩的提問及回饋，讓我覺得個案研討對新手藝療師來說是很難得的機會，也是梳理脈絡一種很好的方式，也對自己過去的介入有許多新的看見及反思。

過去大學就讀職能治療學系，學習了腦神經科學以及失智症的病理機制，但在臨床與醫護團隊溝通時，總覺得這些名詞太過冰冷，似乎太輕易把問題歸咎於疾病診斷上，但下一步呢？我們還能做得更多嗎？想起過去帶領失智症藝術團體的經驗，每位長者作品都是如此的不同，即便失去了語言功能，或辭不達意，藝術仍可發揮超語言的特性，讓長者的靈魂有表達的出口，最令我感動的時刻，往往就是這個互相理解的瞬間，在這個時空下，我們似乎跨越了某些障礙產生了交流，這個過程也讓彼此都被「療癒」了。

「他們不是失智症患者，是得了失智症的人。」這句話我非常認同，也符合 Carl Rogers 以人為本的觀點，在研討會中我一直問自己，失智症的創作能反映潛意識嗎？失智症的某些行為具有意涵嗎？失智症的胡言亂語需要認真傾聽嗎？研討會上許多前輩的交流對談，我認為都非常有意義，獲益良多。我想起之前修藝術治療倫理的期末報告主題「與失智者工作的倫理議題」，當時我閱讀了《面對失智者的零距離溝通術》、《實踐以人為中心的全人健康照護：如何協助失智症患者》兩本書，卻發現有許多出入的地方，像是運用善意的謊言，與後者強調「以人為本」的真誠對待大相逕庭。當然，出發點都是善的，以照護為考量確實能減輕照顧者龐大的壓力，也能幫助患者減輕焦慮，但以人本的角度

來看，似乎少了一點真誠跟溫度。

失智症患者確實正在經歷一段減法的旅程，在罹病的過程中，漸漸失去能力，甚至遺忘熟悉家人的名字，但我仍期許失智症者「知」、「說」、「聽」、「做」的權益能被認真的保護及對待，以及藝術治療師如何在跨專業團隊中拿捏平衡，也是我們藝術治療專業的展現。最後，雖然我不希望輕易將失智者的任何表現概括而論，但我並不是排斥標籤及診斷，因為在發病時，診斷能夠幫助個案快速篩檢及找到資源。只是，身為一位職能治療師以及實習藝術治療師，身處在醫護人員居多的環境中，我期許自己未來可以扮演一位相對浪漫的角色，從「人」的角度出發，讓團隊中有不同的看見，尊重個人的生命經驗，讓我們的照護品質更有溫度。



圖一：團體結束時成員的回饋



圖二：高齡藝術團體之創作範例 / 內在島嶼

來自智慧老人的深度督導

文/ 周大為 (藝術治療師 / 諮商心理師)

因為天時地利人和，感恩的得以後補上工作坊，讓我有機會和Michael Franklin老師相遇。透過他長年在藝術治療研究與實務領域之深度淬煉的精神，讓我可以這次的工作坊有許多深刻難忘的學習。對我來說，老師的言行與身教所帶來的深度經驗，是這個工作坊特別珍貴的部分。

Michael是一位年長的白人，有著紳士與藝術家混和的神祕特質。課堂上，他嚴謹且尊重本地文化，時常在文化差異之思維下，反覆地與我們確認界線，開放地想從我們的口中了解我們的文化，甚至稍微感覺到冒犯就會直接地表達歉意，直接反省所謂白人男性所處的優勢地位，甚至討論了白人曾經身為殖民者的位置。對於坦率自信且願意自省道歉的老師，我是第一次見到。



另外，Michael在同學的稱讚中不諱言的感謝，並且坦承那些不屬於自己的讚美。他從身為老師的光環中走下台階，與我們相處，不是透過理論，是在他的言行身教中，我們得以一窺如何用自在的態度去處理關係中的投射。然而，在Michael有些拘謹的面容與界限分明的態度之外，他在面對人與藝術時能充分展現身為藝術家的創造力與熱情，充分運用自身經歷，深刻地表達藝術的重要性，說明透過藝術，情感得到最適當的表達形式。

當我在團體討論中，提及工作坊創作時所感受到的死亡與地獄時，他毫不猶豫地用自身癌症的經驗來回應團體，邀請我們一起去感受經歷死亡帶來的深刻教導。同時，Michael能充分應用隱喻與幽默感，了解藝術像一個擁有生命不同物種，正如對待寵物，我們需要充分地觀察才能理解動物的語言，而不是直接對其做出詮釋，扼殺其精隨。他也會因為我們創作的作品之造型、顏色、線條等特色而雀躍不已，讓我們感受他內在對於藝術的悸動與喜愛。

在課堂的幾個瞬間，Michael的身影與言行，都讓我聯想到哈利波特的石內卜教授。電影小說中的石內卜教授冷酷嚴厲，不苟言笑，處處與哈利波特作對，甚至讓人以為他是壞人。沒想到電影最後，才發現石內卜是深愛哈利的母親的深情男子，因此不斷默默付出，那份愛甚至超越了他的生命。Michael在課堂曾不經意提到，他可能深愛動物超越人。此時我不禁好奇，為什麼Michael還願意與我們如此深度的工作，是不是我們每個人內在美麗純粹的靈魂皆正直善良，就像石內卜教授所深愛的哈利母親。他因此願意排除萬難地與我們同在，與許多人同在，一起進入靈魂的幽暗處，與我們一起透過藝術，找到我們內在受苦的美麗靈魂。

以上，或許許多內容都是我個人的投射，卻也是我這兩天真實深刻感受到的情感。能夠與這樣一位曾經歷生命幽暗與哀傷仍能懷抱熱情的智慧長者相遇，是我們每一位治療師的福氣。這次的經驗當中，在陶土創作中深度探索並整理自己的工作經驗之外，也得到來自一位智慧長者深刻地教導，教導我們如何穿越幽冥，看見並照顧自己與個案內在受苦的靈魂。

自我督導的藝術方法

- 創作是覺察的練習

文/金傳珩 新竹馬偕紀念醫院合作藝術治療師

台灣藝術治療學會這次邀請到Michael A. Franklin博士來進行督導培訓，主題是如何透過陶土創作同理看見個案與自我內在，以及彼此間的關係，發展出自我督導（self-supervision）的方法。兩天的培訓，講者一再強調，一位好的治療師，能夠看得更清楚、觀察得更深入（see better; observe better），而創作正是練習覺察的一種方法。

講者先請大家挑選一位具有挑戰性的個案，運用陶土創作二個雕塑，一個代表個案，另一個則代表治療師自己，創作必須包含內在與外在部分，也提醒我們要去關注個案內在的美好與心靈健康的本質（brilliant sanity and basic goodness）。接下來我以個人的創作領悟，來說明講者的陶土自我督導方法是多麼有幫助！

我選擇的個案是一位學齡期兒童，他很聰明、反應很快，對事物充滿好奇心以及實驗的精神，但是他對表達內在感受與情感有相當困難；再加上高自尊但挫折容忍度低、堅持己見、固著的行為，讓他一再陷入重複的惡性循環。我邊揉捏陶土邊想著個案的特質，揉著揉著我想到了堡壘，堅固高聳的堡壘，就如同個案封閉的心；一塊塊相似大小堆疊的石塊就像是個案固著的行為。在重複著捏塑陶土方塊，一圈一圈堆疊上去的過程，我突然發現，其實這不是堡壘，而是一口水井啊！我無需去敲倒或摧毀這堅固堡壘的高牆，因為這些石塊砌成的井壁本就是水井的結構，保護著泉水；這些石塊是個案

發展出來保護自我的方式，它們就是個案的一部分，所以我要思考的，是如何幫助個案在保有本色下去表達情感、如何將井底的活水（個案內在的美好）汲取出來。

以個案為中心一直是我治療時秉持的首要原則，在完成象徵個案的作品後，我開始創作象徵自我的部分，當個案是一口水井時，身為治療師的我又該是什麼？我要如何調整自己或治療的方式以符合個案的需求。我以大地、水桶、繩索來象徵跟這位個案工作時的自己，大地代表我一直嘗試提供支持、不批判，同時具有界限的涵容環境（holding environment），也代表著我與個案同在；水桶與繩索則是能汲取井水的工具，雖然我還尚未確定如何運用這些工具來汲取泉水，但觀看完成的作品時，我看見這個水桶必須要夠小，才有可能放入水井，這也再次提醒我，我與個案之間年齡的差距（成人與兒童），可能是治療關係中基礎的權力不對等，我需更有意識地縮小自我，才有可能走進個案的內心世界。



一起置身在陶土世界的風景中

文/吳芝慧 藝術治療師



參加由Dr. Michael A. Franklin帶領的『以陶土藝術作為沈思歷程調和自我內在與人際互動』藝術治療工作坊中，Michael強調每個媒材都有自己的語言與療癒的方式，而陶土具有延展性與三度面向的優勢，可以互動並給出回應，當我們擠壓、揉捏、撕裂、撫觸、型塑時，它也相對應的回應著我們的動作，陶土就如同一個容器，在其中情感得以被表達與承載。

最讓我印象深刻的藝術創作為「練習想像力的覺知」，由兩人在陶土圍成的圓圈中共同創作，保持靜默的感覺它、跟它互動。由陶土圍出的圓圈彷彿成了Winnicott (1971) 所稱的遊樂場，是屬於我與我的創作夥伴之間共同的潛在空間，在這個不屬於內在與外在現實的空間內具有遊戲的特性，創造與溝通來自非目的性狀態及「散亂的無形式功能」。我們各自從圓圈的一邊開始工作，從徒手壓出痕跡到工具的使用，我在一道道的線條中看到流水的痕跡，開始順著水流切割山壁，在圓內形成一片沖積扇，這時我很驚訝地看到我的夥伴也正在刻畫著相似的物件，儘管當時的我並不知道那將會是什麼。

我們在靜默中，缺乏口語溝通的訊號，僅憑藉著視覺的溝通與連結，我想起John Berger所說的：「觀看先於語言。孩童先會觀看和辨識，接著才會說話……藉由觀看，我們確定自己置身於周遭世界當中……世界包圍著我們 (Berger, 2010, p.10)。」我們用陶土說著同樣的語言，在溝通與不溝通間自由來去，就如同Winnicott (1971) 認為在所有類型的藝術家裡，我們都能找到急切的溝通需求，以及更急切的不被找到的需求，在每個人的中心，有一個不溝通的元素 (incommunicado element)，神聖而值得保存。在共同創作的靜默空間中，不溝通的空間是被允許的，我們對於影像的感知取決於自己的觀看方式，而非試圖用語言來說明這種

交流、解釋或弄清楚對方怎麼思考。透過共有的圓圈，我們有機會深入對方所經驗到的那個可見世界，直接經驗雙方擁有的模糊與變動，看著同一片風景，共同置身在風景裡。當時我的夥伴不小心將圓中的水杯打翻，水在圓圈中擴散形成一攤水池，我捏了一葉扁舟放到其中，我的夥件事後告訴我，她當時也想做一艘小船呢，而我幫她把想做的創作出來。Michael提到共同創作是「separate yet connected」過程中可以經驗到關係的連結與互動、無形的界線與其中的潛在空間，藉由影像語言，我們在靜默中找到了視覺的解決方式，以及意象上的溝通。

Michael表示自己會把這個創作活動運用在與兒童工作結束的時候，兩人一起做出一個圓圈，在其中共同創作，最後再拆解讓陶土回歸成一開始的樣貌，而這正也體現了治療關係從連結、開展到分離的過程。這四天沉浸在與陶土共舞的工作坊中，透過陶土流動轉變的特質，讓內在經驗變立體，促成轉化的可能，也深刻體驗了我們存在的這個世界開放、模糊、短暫、變動的本質。

參考文獻

Winnicott, D.W. (1962) *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. London: The Hogarth Press.

Winnicott, D.W. (1971) *Playing and Reality*. London: Tavistock Publications.

Berger, J. (2010) *觀看的方式* (吳莉君譯)。臺北：麥田出版社。



要聽它的話

文/邱韻哲 國立台灣大學學生輔導中心專任藝術治療師 / 諮商心理師

藝術治療的世界裡，藝術作品跟個案、藝術治療師同等重要，創作有自己的位格，是有生命的另一個個體，可以發聲，也可以對話。

三天的工作坊裡我一直觀察自己創作的方式，發現自己的作品都有種「上升」的特質。所以，第四天就繼續讓它上升吧，看它會變成怎樣。我以為這就是它要的，要聽它的話。

我跟夥伴面對面坐著，先把陶土圍成一圈，然後各自在比較靠自己的那邊創作。我什麼造型都沒做，只顧著拉高，像手拉胚，愈拉愈高，愈高愈薄。夥伴接著把多的陶土拿給我，我加上去，到一定的高度後，發現無法撐住，陶壁開始傾斜。作品造型往內縮，做成教堂的圓頂好了。我以為這就是它要的，要聽它的話。

但無論怎麼加強結構，畢竟我工作的區域只有圓的一半，另一半是另一個夥伴的區域，圓頂真的很難扎實地撐起來，一次又一次地往內凹陷。好吧，既然這樣，那就往外翻好了。我以為這就是它要的，要聽它的話。

由下而上、厚到薄、低到高，一點一點把陶壁翻出來，手指腹輕輕捏著，把上端的陶土往外往內往下凹，不刻意裝飾。漸漸地，陶壁變得像海浪，強而有力，一波又一波地往外拍打著，儼然一座藝術品的樣子，創作者的我也不由得陶醉了。這果然就是它要的，要聽它的話。

我愈做愈起勁，海浪陶壁愈推愈廣、愈推愈外面，越過桌沿。沒關係，這就是它要的，聽它的就對了。我繼續推、繼續拉，然而，陶壁開始默默出現裂痕，基底因為承受不住，陶壁往外下墜的重量開始龜裂，我手忙腳亂地四處填補、加厚基底、把陶土往上往內集中。一開始還補得起來，但陶壁愈裂愈快、愈裂愈大、愈多，當我清楚意識到倒塌是無可避免的結果時，我退開了。

我把椅子往後移，凝視著我花了一個多小時創作的海浪陶壁漸漸崩裂，它先從四周的基底裂到中間，一大塊坍塌，牽引著其他部分也開始崩解，掉到地上。不過幾秒鐘，整個作品就徹底自動銷毀了。看著崩毀的作品，我感到無比地放鬆與自在，原來這才是它要的，我一直都沒有在聽它的話。我笑了。

上述是我四天工作坊裡印象最深的一個創作。我覺得光是看到一個人能像Franklyn博士這樣活著、與他互動，就得到了許多力量。我很感激他真的在工作坊期間盡可能地跟每一個學員互動，確定他們的需求有被照顧到。

上學期我有個讓我非常挫折的個案，我覺得被他批評、利用、丟棄，我們的諮商關係破裂，必須結案，把他轉給中心其他資深的老師繼續。即使如此，我還是常常想，「他之所以那麼被他身邊的人排拒、厭惡，真的是有原因的」。可見我多在意他，也在這段關係中感到受傷。工作坊的休息時間，我有機會跟Franklyn博士聊天，我問他：「你從來都沒有對自己的工作覺得倦怠，或是懷疑自己要不要繼續嗎？」他回答，他熱愛他的工作，但的確有迷惘的時候。他的正念老師曾經跟他說過一句話：「Put love into the things we are doing now. And it will lead us to the things we really love. (去愛我們正在做的事，這份愛就會引導我們找到生命中真正的愛。)」



認識砌陶

文/呂姿儀 創客吧有限公司陶瓷3D列印工藝師 / 薇諾尼亞企業社幼兒才藝師

陶土，是可以一直無限次重覆使用的媒材。使用完，就放入密封塑膠袋或夾鍊袋保存即可；若陶土比較硬，可用溼布（微擰乾不會滴水）包裹，待軟就可以打開來玩了。即使陶土完全乾硬，再加入適量的水去溶化它，但水加太多就會變泥漿（註1），這就得讓多餘水份自然蒸發！平時放陰涼處保存即可（註2），不需要放冰箱。

若玩到某一天不想要了，就讓它回到大自然吧！絕對不可以丟到垃圾筒，垃圾車是送至焚化爐高溫燒製，那反而是幫忙燒製作品（註3），因為經過高溫燒成的土，是產生化學變化，無法再恢復成手捏土。這會讓土真的變成垃圾了，且高溫燒過的陶土再回收使用，得花更多成本來研磨成熟料，使用率不高，也不符成本效益。請記得「分散」丟到公園花園裡。千萬不要全部直接拿去種植，因為陶土具有黏性而不疏水份，容易讓植物死亡。

結束要收拾手上沾到的陶土，可在水盆中沖洗後（註4），再到水龍頭下洗淨。若直接在洗手台沖洗，會因洗手台下方水管似S型構造，陶土會沉積，長久下來易使水管阻塞不通。

另外，若要將陶土成品永久保存，則需將土高溫燒結。此次課程中，陶土在重覆使用的狀態中，是一直重揉塑造，這過程一直將空氣揉到陶土中，並未排除。在乾燥的過後程，並不會消逝。而這空氣在高溫燒窯中，因受熱膨脹，反而會產生起泡/爆炸。故不建議燒窯喔！那如何排除空氣呢？則需要手揉土「菊花練」（註5）將空氣排除。

本人曾在鶯歌陶瓷博物館從事陶藝教學多年，多以一次性體驗活動為主，帶領民眾認識陶土、體驗手作溫度，這樣基本的陶藝教學過程，出席的學生來來去去，長久工作下來開始出現教學瓶頸，失去工作的熱忱。因緣際會下，社工師友人邀我與她一起在醫院日間留院教導身心障礙者玩陶，重新開啟自己對陶土和創作的認識，因為陶土的媒介和長程課程規劃，有機會更仔細觀察學員的創作狀況，注意到個別學員的差異性，思考課程設計做難易調整，因此引發興趣開始去接觸藝術治療這領域，也有機會再到國中校園、社區民眾、幼稚園等不同場所中帶陶藝團體，擴充

自己對陶藝的認識，思考原來陶土可以很親近人，在不同年齡層都可以上手，從指間的創作中重新認識自己。

當知道台灣藝術治療學會邀請Dr. Michael A. Franklin開設關於陶土的課程，就十分期待，期待自己能再成長。很喜歡講者運用各式例子，來解釋他要形容表達的內容。破除語言隔閡。例如：用《陶土塗鴉》可以有好多延伸，就像影片膠卷般，經由好多千萬影格構成電影般。

陶土實做中，一開始所有人一起圍一個大土圈，安靜且不交談地自由創作；再換到二人一組面對面圍一圈，各自創作；四人一組，堆一大土堆，閉眼靜思，想像如雲朵一樣，變化成各種形狀，一同去改變土的模樣。藉此二日實做課程，讓自己因工作壓力而漸逝的熱情能重返，並省思學陶的初心，重新再與自己對話。

「陶土塗鴉，不要過度解析當下的創作，而是下一個的相關創作。要持續創作，與前一個相關聯的。有時會重複，有時會創新。不是限制在框框內創作，而是每次創造新的框框.....」這如同陶藝家，在個展時呈現的作品一樣，每件都是延續。

最後，看見課程結束後眾學員滿心歡喜帶走作品，也別忘了該如何保存陶土，同時想起以前與鶯歌老陶師對話時，老師傅曾說的：陶土是很黏的，一旦被黏上就很難分開了。希望大家都能有個美好與陶共處的時光。

註1：玩陶土時，水份需要控制得當，才能玩得盡興。

註2：若太久沒用，又包裹著溼土，則陶土會長綠色的霉。但不影響，因為霉會讓土增加黏性。再揉均勻就好。

註3：臺灣焚化爐燒的溫度850-1000℃，而灰渣處理則會掩埋。那麼丟垃圾筒的陶土經高溫燒後，它就能當未來世界的化石囉！

註4：沾有陶土的水，倒花園即可。因為洗手時，也會讓陶土慢慢流失。

註5：運用手揉土將陶土中的空氣去除。揉出的紋路像菊石因而命名。