



亦師藝友

Ivy Chen AThR. Nov. 10th 2016

亦師藝友 之 認識我/認識你

- 學生的年齡層
- 最常遇到的困擾－ 最多兩點
- 上課的期待

亦師藝友 之 認識藝術治療

藝術治療的定義

ANZATA –

The arts therapies are a form of **psychotherapy** utilising **creative modalities**, including visual art—making, drama and dance/movement, within a therapeutic relationship to improve and inform **physical, mental and emotional well-being**. (www.anzata.org)

AATA –

Art Therapy is a **mental health profession** in which clients, facilitated by the art therapist, use art media, the **creative process**, and the resulting artwork to explore their feelings, reconcile emotional conflicts, foster self – awareness, manage behavior and addictions, develop social skills, improve reality orientation, reduce anxiety, and increase self-esteem. A goal in art therapy is to improve or restore a client's functioning and his or her sense of personal wellbeing. (www.arttherapy.org)

亦師藝友 之 認識藝術治療

藝術治療 不是 藝術

藝術治療的特色：

- 強調創造性藝術表達的過程
- 無須具備任何藝術創作的經驗或背景
- 非語言溝通的特質
- ‘我’的空間
- 探索的自由
- 誰知道我在做什麼？



亦師藝友 之 認識藝術治療

藝術治療帶來的幫助

- 釋放難以啟口的情緒感覺
- 創意與想像的探索
- 發展健康的面對技巧與焦點
- 增進自我價值與信心
- 離清問題所在與實際觀點
- 發展不同溝通技巧
- 在安全保護的環境真實分享
- 增進身體統合技巧能力
- 澄清情感表達與個人成長所經驗的盲點



(www.anzata.org)

藝術治療重要的核心元素

- 不批評論斷或主觀解釋 – Non-judgemental / no interpretation (eg. 美/醜;對/錯)
- 尊重–Respect (eg.界線)
- 信任 – Trust (eg. 隱私)
- 安全的時空 – safe space (eg. No interruption)
- 自由的探索

藝術是與學生共同的語言，你同意嗎？



生活中、課堂上的藝術活動...

兒童的成長與繪畫發展

感覺動作期 → 塗鴉期 (18mths – 3 yrs) 運動知覺的探索思考/視覺與動作協調的練習/
大肌肉的發展與精細動作的練習

運思前期 → 基本型式期 (3–4yrs) 更複雜的塗鴉結構/主觀的對塗鴉命名或編故事/利用紙
上的塗畫符號連結所認識的世界

運思前期 → 人形和基模初期 (4–7yrs) 空間概念的發展/不完整人物造型 (蝌蚪人) 的
ft現/主觀性的顏色運用/不考慮地平線

或相對大小關係/描述的細節比畫的還多 運思前期–具體運思期 → 具象式模式 (6–9
yrs)

邏輯觀念的發展/有系統分類/較少自我中心,能根據彼此關係描述物體/顏色和物體有特
定的關係 (eg.樹葉→綠色)/基底線與天空線的ft現/創意不受拘束/依大小尺寸強調重
要性

具體運思期 → 寫實主義 (9–12yrs)

考慮其他人的想法觀點感受/瞭解彼此關係因果依存/喜歡描述所知覺得真實事件/更準
確的描述自然情況中的顏色(eg.樹葉→深綠+淺綠)/更多細節並追求寫實效果

青少年 → 形式運作/思考期 (13yrs up)

畫中更多細節/更正確有效的應用透視/顏色設計更留心注意/工具媒材更熟悉/抽象圖
像/學習成人藝術/喜歡將個人哲學具有目的性的象徵融入作品

亦師藝友 之 活動設計討論及注意事項:

- 年齡層/ 身心藝術認知發展階段的個別與共同需要 eg. 專注時間、生理發展、特別協助等等。
- 活動目標及自由探索的引導 (No Instructions!)
- 不主觀的批評或解釋
- 敏感細心的觀察並好奇的探索
- 活動環境的準備 eg. 安全界線、減少分心或障礙物、光線、防滑等等。
- 媒材的考量：發洩導向、探索導向、秩序導向、無毒顏料、紙張大小等等。(It's okay to make a mess !)
- 時間的分配
- 人數的考量
- 課程開始、結束的儀式以提供心理上的預備 (以及衣著的準備)
- 團體規範
- 突發狀況的機制與預防



亦師藝友 之 活動討論

- 彩色石頭變蝴蝶
- 多彩多姿的花園
- 我的寶貝
- 我的生命旅程（規劃）
- 我（自我介紹）（10年後的我）

小組活動設計:

1. 對象背景: 年齡層/是否有特殊需要
2. 活動目標
3. 課程時間與長度: (早上或下午)
4. 時間分配與活動進行
5. 突發狀況的機制



亦師藝友 之

Q & A