

銘傳大學 104 學年度下學期
105 年度教學卓越計畫子計畫一
【一般課程】課程重構計畫

結案報告



課程名稱： 表達性藝術取向諮商

教師姓名： 詹淑芬

系所單位： 諮商與工商心理學系

撰寫日期： 105 年 7 月 5 日

壹、計畫動機

表達性藝術取向諮商是一門助人專業的課程，「藝術創作」提供安全、多元的方式，透過藝術創作幫助主角接觸自己的內在感受，從框架釋放中出來，練習自由表達、享受於自發與自控的過程中、培養創造力進而轉化與成長。此課程主要教授表達性藝術取向的理論與技術以應用在助人相關領域上，增進學生直接服務的能力。希望藉這門課可以幫助學生以表達性藝術取向諮商的概念為基底，透過創作的歷程讓人更靠近自己，並在作品的分享與對話裡，開啟一個個深刻又美好的內在世界，以及多面與深刻地思考與助人專業有關的各種問題。

貳、執行內容（課程設計與執行概念、實施方式、實施進度等訊息）

一、若本課程非首次申請課程重構計畫，請說明與前不同之處

本課程以表達性藝術取向諮商為主軸，結合理論及諮商實務，提昇學習者從事助人心理治療之知能。讓學生能運用多元心理諮商素材及技術，融合其本身諮商理念，提升心理諮商輔導的功效。

二、教學目標（教學目標是什麼）

- 1.認識表達性藝術取向諮商的基本理論與概念，增進專業知能。
- 2.了解表達性藝術取向諮商的實施流程與注意事項。
- 3.知道表達性藝術取向諮商的影響對象與其功能成效。
- 4.體驗並學習不同領域表達性藝術治療之實務應用。
- 5.增進學生在助人工作直接服務專業知識能力與技巧，應用表達性藝術取向諮商技術來分析案例。
- 6.瞭解心理諮商的相關倫理守則。

修完本課學生預期能夠：

1. 了解表達性藝術取向諮商的歷史。（認知層面）
2. 區辨表達性藝術取向諮商與其他助人專業。（認知層面）
3. 體驗表達性藝術取向諮商的理論與技術。（行為層面）
4. 說明表達性藝術取向諮商中多元文化與社會正義的角色。（情意層面）
5. 體認表達性藝術取向諮商所面臨的專業議題。（認知層面）

三、教學內容（主要的教學內容）

週別	日期	單元名稱與內容	備註/雙師講座/	分組報告	影片賞析/ 活動體驗
1	2/24	表達性藝術取向諮商 簡介及課程說明	1.分組 2.推舉班級『個案管理 者』、『小助教』		
2	3/2	表達性藝術取向諮商 基本概念及理論取向 (一)		1.歷史背景與影 響 2.什麼是表達性 藝術治療?	藝術治療/ 我說你聽
3	3/9	基本概念及理論取向 (二)	MSLQ-ACV Pre-Assessment 教資中心期初教學評量 問卷調查	3.什麼樣的人最 適合進行藝術創 作?	音樂治療/ 音療活動
4	3/16	評估工具、媒材清單 與治療室	學習撰寫諮商紀錄	4.藝術衡鑑	投射性繪 畫/DAP
5	3/23	助人的專業關係：移情 其他專業人員團隊合作	訂定契約 First Learning and Teaching Assessment	5.專業倫理&治療 契約 6.移情與反移情	舞蹈治療/ 氣球與肢 體活動
6	3/30	表達性藝術取向諮商: 團體動力	消除防衛/三角關係	7..團體動力	戲劇治療/ 肢體動作 體驗
7	4/6	藝術模式運用活動體驗 與實作	曼陀羅實作體驗	8.國內與國外的 相關訓練課程	繪畫治療/ 臉孔彩繪
8	4/13	藝術模式運用方案設計			禪繞畫
9	4/20	期中考			
10	4/27	藝術模式運用於 家庭實務:界限、單親、 外遇、家暴		9.主題一	自由寫作/ 書寫練習
11	5/4	藝術模式運用於 不同族群兒童及青少年	實務分享 潘含怨藝術治療師	10.主題二	折紙治療
12	5/11	藝術模式運用於 身心障礙實務		11.主題三	攝影治療
13	5/18	藝術模式運用於		12.主題四	冥想舒壓/

		性侵害實務			
14	5/25	藝術模式運用於老人實務		13.主題五	懷舊治療
15	6/1	藝術模式運用於悲傷輔導		14.主題六	放心盒製作
16	6/8	藝術模式運用於精神病患實務	實務分享 朱芳嫻臨床心理師	15.主題七	園藝治療/ 香氛療法
17	6/15	Afterword: A look toward the future	2 nd Learning and Teaching Assessment MSLQ-ACV Post-Assessment 教資中心期末教學評量問卷調查		砂遊
18		期末考			

四、教學活動設計（如何達到教學目標的教學活動設計）

教學策略

授課方式將包含講授、指定文獻閱讀、互動線上資源、雙師講座、影片賞析與討論、小組合作、個案研討、心得報告、角色扮演、運用圖書館資源等方式進行，提升學生對學習內容有認知與情感上的瞭解。

實施方式

預習作業

請學生每週依照進度預習下一週的課程內容，並寫下所讀到的與因此所想到的三個感想。

隨堂考

每堂課一開始先進行隨堂考。

表達性藝術取向諮商的課程的體驗報告

學生未來想成為一位心理工作人員，為了更了解當事人的各種可能感受與提早處理學生自己的議題（issues），課程中設計不同的藝術媒材讓學生在課堂練習自由創作後，回家作業透過心靈寫作。被看到、被自己清清楚楚的看見當你，看到了內心底層的混沌、模糊、混亂你才明白：自己擔心什麼？在氣什麼？你要什麼？你自己是什麼？

雙師講座心得報告

格式、字數不限，請學生分享所學到、思考到、反省到的任何想法或感受。

補充資料

歡迎學生貢獻有價值的教材或學習資料到 Moodle 適當位置上傳。

學習與教學評量

為使教與學能達到更大的效果，安排了兩次正式的、不記名教學回饋機會。

小組報告

文獻探討內容有自我概念理論、表達性藝術和課程統整理論。最後設計實施一個美術館展覽之導覽教育教案。透過結合理論研究與實體場域體驗，初步研究結果顯示表達性藝術可以作為增益自我概念的重要教育內容。

教學資源

單槍 , 布幕 , 數位講桌 , 黑板 , 白板 , PPT , 自製講義 , 其它: 表達性藝術治療媒材 , 團體室

聯合多媒體教材 **Associated Texts & Multimedia**

電影: 第四張畫

電影: 心中的小星星

介紹音樂治療的影片 music therapy video

<https://www.youtube.com/watch?v=IMxtDYwSgzE>

音樂如何改變你的大腦 <https://www.youtube.com/watch?v=Pc843WHxEWo>

音樂治療與自閉症 Music Therapy with Autism

<https://www.youtube.com/watch?v=d7WQP8kAN44>

五、教學評量 (如何評量教學目標達到與否)

1. 表達性藝術活動體驗分享:
2. 作業在 Moodle 適當位置上傳
3. 分組與專題報告
4. 表達性藝術活動創作

參、計畫成果

一、摘述辦理情形

本課程嘗試以表達性藝術取向諮商為主軸在紓壓曼陀羅、音樂、戲劇、面具彩繪、黏土、影片等立體與平面藝術形式，結合理論及諮商實務，提供學生自我探索與自我表現的機會。藝術創作的涵容與組織功能，其歷程提供學生投射的機會，協助學生透過視覺影像修正壞客體，終至認同客體。在提供藝術媒材的創作

機會讓學生進行覺察與象徵表現，此為瞭解心靈過程之方法；在創作歷程的與學生討論面對作品呈現的心理議題，讓學生在陪伴自己的過程，學習心靈想要成長或自我療癒之企圖與對問題之內在解決，在接納與尊重自己的歷程學習如何與未來成為助人者同步。

二、課程實驗成果

- 1.運用引導藝術創作能提升學生學習興趣、幫助學生聯想到自己的生命經驗，對於提升自我了解很有益處。
- 2.運用曼陀羅引導藝術創作開始,將課程化為具體易行的教學步驟，其流程塗鴉(scribbling)開始,塗鴉是常見的自發的藝術活動。從皮亞傑(Piaget)的認知發展階段理論、以羅溫費爾德(Lowenfeld)的兒童繪畫發展階段理論(Lowenfeld & Brittain, 1987)為基礎所發展的兒童繪畫發展理論（陸雅青，2005），結合佛洛伊德(Freud)精神動力學派的分析觀點，以及路斯皮因克(Lusebrink 1990, 1991)表達性治療層次架構（Expressive Therapies Continuum，簡稱 ETC））的理論出發，探討表達性藝術中看似毫無意義的自發性塗鴉如何轉化為有價值和有療效的活動。學生也在分組與專題報告的實例來說明分享案主在藝術治療中的轉化過程。
- 3.在黏土創作過程學生分組創設故事情境、故事討論與分享、藝術創作指引、創作理念分享。在分組的創作過程中，鼓勵學生表達和參與，透過溝通分享內心感受，老師催化團體成員的互動，協助拓展對他人和對自己的瞭解與覺察，並協助學生有自信的在創作中自我表達，從而在創作與互動中，得到情感昇華、領悟、統整或問題解決。

三、執行成效評估（學生學習成效為何，請提出具體佐證）

文獻整理發現，表達性藝術創作的課程可有效地減低壓力、減少焦慮及增加正向的情緒。作者以選修「表達性藝術取向諮商」課程，根據學生填寫之「課程回饋單」，了解學生參與課程後的心得感受。希望藉此課程透過更多樣化的表達性藝術，增進學生自我了解與處理相關心理議題的能力。學生的迴響是這樣的課程設計可以紓解壓力、很有趣，很好玩、很棒！參與這門課程的收穫則是懂得如何用藝術表達自己的情緒、紓解壓力、助人的同步學習。

四、課程反思

（本課程實驗可以分享給全校其他教師的教學發現和重要經驗）

- 1.藝術創作是引發學生自我探索很好的媒介。以”雪花片片”活動當作引起動機，他們聆聽時十分專注，也體會到雙方的溝通表達重要性。但在進入創作與述說自己經驗時，班上部分同學開始引發焦慮議題反應。將內在感受投射在作者身上，會希望作者提供標準答案與明確指令,當作者給予”由你們自己決定”，學生還會提問”可以塗白色嗎?”顯現在傳統教育裡，學生要求正確答案與需要他人認同的議題。在後續的創作過程中的自我探索，透過心靈書寫所提供的練習，學生

將此自我探索過程,慢慢讓他們能放下心防面對自己。

2.別於傳統以老師為主體的學習模式，讓學生在表達性藝術媒材創作引起學生學習動機，藉由心靈寫作的方式讓學生在輕鬆的氛圍下，卸下心防，探索內心的自我。

3.課程內結合藝術創作，學生對於自己的作品從不滿意的作品到接納不評判自己；作品是依照學生的想法而創作，在創作中的作品中發現自己的獨特之處。

4.藝術治療結合了藝術、輔導、諮商 和治療，經由藝術媒材、心像、美術創造過程和當事人對美術創作品的反應，以反映出個人的發展、能力、人格、興趣、關心和衝突等（侯禎塘，1999、2003）。藝術創作的經驗提供了個體一個管道，幫助個案以繪畫來表達壓抑的情緒，以發現他自己內在的智慧與內心的平衡，透過了藝術的表達，個體在繪畫中結合了其個人的意義，且喚醒其內在的對話（internal dialogue）過程（范瓊方，1996；林小鶯，1998）。學生在練習創作過程體驗個案在創作中的焦慮，更加察覺內在的自我，並將內在自我的發現以及外在的現實生活整合為一，進而延續到日常生活的人際互動行為之中，以產生助人的經驗。

5.藝術媒材的接觸：運用麵粉揉成麵糰當成黏土的創作方式，讓學生透過感官直接體驗及熟悉各種美術媒材的性質及使用方式，亦可進一步由中發覺學生的潛能與值得探索的問題。例如:學生會反映為何不買現成黏土，對無法掌握的藝術媒材，在開始創作過程引發焦慮，直到作品完成學生對自己的心理需求議題得到體悟與解決。

6.學生在雙師講座反應良好，習得對個案的作品與諮商過程的保密。

五、後續調整規劃

1. 表達性藝術著重在”你看到什麼的過程（What-do-you-see procedure）”。現象的陳述（phenomenological description）：學生陳述藝術表達作品，老師用「你看到了什麼？」等語句，引導學生探究藝術表達作品的結構、各元素、各部份及整體之間的關係。建議因學生人數多，力猶未逮，建議可小班開課約 20~30 人

2.課程設計以表達性藝術取向諮商為主軸，結合理論及諮商實務，讓學生能運用多元心理諮商素材及技術，課程內容豐富，相對學生在課堂中創作的時間減少，作者在後期才開始調整安排一週上課(理論與分組報告)，另一週讓學生在沒有時間壓力下創作，未來後續調整規劃可如此進行。

肆、建議與改進

本課程根據上述結果，對未來教學及研究方向提出建議，以期「表達性藝術取向諮商」更容易在教學現場中推行，並作為未來授課之參考。

1. 教學改進之處:

(一)計畫的教學時間比例不適當：原先預計學生在藝術創作花的時間需一節課，但在過程中發現，「察覺問題」是引發也是學生主動探究學習的重要開端導、觀摩他人的作品、舊經驗的聯想甚至親身的體驗來進行創意思考解決問題的點子來源，學生的投入創作，應安排多一點時間，讓學生們多點時間在課堂上討論。教學活動的時間可調整調整安排一週上課(理論與分組報告)，另一週讓學生在沒有時間壓力下創作，未來後續調整規劃可如此進行。

(二)因學生人數多，對於未達自我探索的學生未及時引導其探索方向有些同學未做到較深一層的的自我探索，建議可小班開課約 20~30 人。

(三)教學策略的使用:教師的教學策略隨著教學內容及教學現場的情形而有所調整安排學生參與創作的活動主題；問句的引導能協助學生確定問題、討論、範例的提供與小組合作學習，皆可協助學生蒐集並發現解決問題的點子和資料；教師給予肯定與關懷、予充足的創作時間，皆可協助學生執行問題解決讓主題活動更加完善。

2.教學歷程發現與省思:在藝術創作課程中，給學生積極正向的鼓勵或讚美，可以去除學生的恐懼，給學生自信度再給予提升。但為難的是這正是助人者需面臨地自我心理議題，藉由藝術創作的過程部分學生將壓力的情緒抒發出來，雖然主題與面對自己的恐懼與焦慮有關，但在完成作品的過程中有部分學生表示表達老師不清楚，未來可在鋪陳更多的安全感引導語。

3.教學者的思考面:在設計教學時，除了要有嚴謹周延的態度，在教學活動設計上要設定教學目標，無論這樣的目標是有形或無形。學生透過分組報告「蒐集資料」，「分享」與「討論」的教學過程、能符合學生需求及能力。在教學過程中，不同類型的學生分佈在創造思考的各個時期中，對掌握問題的程度及面對問題反應的積極程度則有程度不等的表現。所以教師應針對學生的個別差異，進行教學設計。

一、 伍、補充說明

一、課程照片

黏土體驗 井底之蛙”



- 我想要表達的是，我自己就像是井裡的青蛙。還有很多事情不知道，還有很多事情沒有體驗過。這作品算是警惕我自己，不要滿足於現況。提醒自己我還有很多事情不知道和不會，需要勇敢行動。然後井外的世界，我相信是美好的。探頭往外看的時候，會興奮，好奇心會被啟發。

死亡的意義

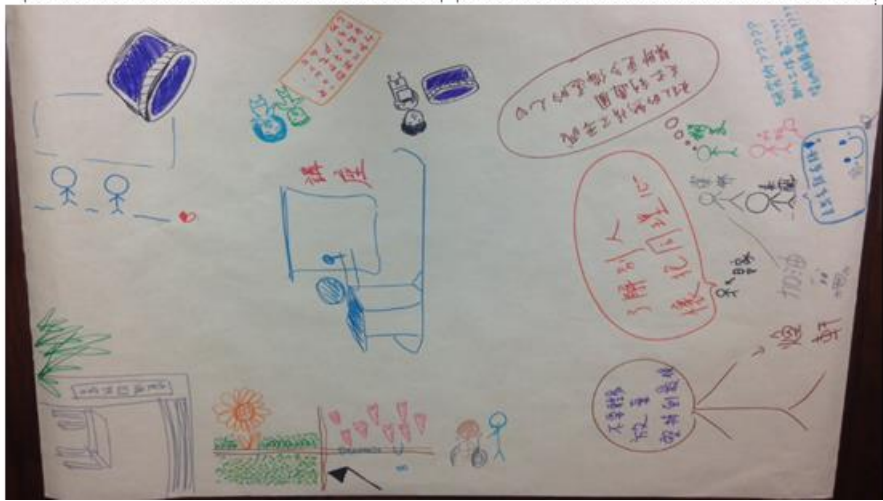


死者躺在棺材裡，一旁有家屬趴在旁邊難過和哀悼。



中後方的是一台車，前方是一朵玫瑰和十字架。

集體創作



二、其它相關資料

因課程有學生的個人隱私自我揭露，故保留。