

# 臺北市學生輔導諮商中心專案補助方案計畫

## 「黑暗森林中的拾光之旅-直觀式歷程繪畫工作坊」

一、依據：臺北市專任專業輔導人員推展各級學校輔導工作專案補助實施計畫

二、目的：

直觀式歷程繪畫是一種以榮格心理分析理論為基礎的表達性藝術之心理工作方式，透過不間斷繪畫的歷程，讓自我的意識與潛意識在自己的畫紙上相遇、展演、對話或看見。

本工作坊招收有情緒困擾、自傷經驗、自殺意念的學生，運用直觀式歷程繪畫讓學生在團體中進行個別創作，增進學生對自我情緒、身心困擾等議題覺察與知能，並提供身心調節方法促進學生學習自我調節能力，取代以自傷方式因應痛苦的慣性型態，陪伴他們在內在孤獨迷惘的道路中逐漸展開屬於自我之旅程，並尋找與拾起在黑暗中的希望之光。

三、辦理單位

1. 指導單位：臺北市政府教育局

2. 申請單位：臺北市石牌國小 徐依婷心理師(02)2822-7484 分機 571

3. 協辦單位：臺北市內湖高中 張嘉芸心理師(02)2797-7035 分機 505

臺北市學生輔導諮商中心 郭玲君心理師(02)2563-2156 分機 204

4. 服務對象：臺北市高中職學生，長期患有憂鬱、焦慮、自我傷害意念和行動的學生，以輔導中心三級個案為優先，二級輔導個案學生為第二錄取序位。

四、辦理時間：

115年05月18日（一）至05月19日（二）9:00-16:00（需兩天全程參與）

五、辦理地點：

旭立文教基金會（台北市中正區南昌路二段103號11樓）

六、帶領講師及簡歷：

吳欣致 諮商心理師

學歷：台北市立大學藝術治療碩士

現任：當陽之境身心診所藝術治療師/心理師

經歷：桃園矯正學校外聘心理師

若水國際資訊公司 員工心理諮詢合作心理師

旭立文教基金會 兼任諮商心理師

旭立文教基金會 直觀式歷程繪畫團體帶領

花蓮兒少保護安置型中途學校 藝術療育課程規劃與執行

台北聯合醫院和平院區精神科 全職藝術治療師

新北市單親家庭服務中心 兼職藝術治療師

花蓮縣立玉里國中 藝術與人文教師

專長：青少年成長/創傷團體、直觀式歷程繪畫(榮格取向)、成人自我探索/創傷/支持團體、表達性藝術治療(心理動力取向)

七、工作坊課程架構：

第一天工作坊			
時間	工作坊主題與內容	帶領人	地點
09：00～09：10	報到		旭立基金會
09：10～10：30	團體形成 主題講解 暖身~內在力量製作	吳欣致 心理師	
10：30～10：40	休息		
10：40～12：00	內在象徵創作	吳欣致 心理師	
12：00～13：00	午餐與午休		
13：00～15：00	直觀式歷程繪畫(I)	吳欣致 心理師	
15：00～15：10	休息		
15：10～16：00	身心及情緒調節創作 小結創作 經驗分享與問答	吳欣致 心理師	
16：00～	賦歸		
第二天工作坊			
時間	工作坊主題與內容	帶領人	地點
09：00～09：10	報到		旭立基金會
09：10～10：30	暖身~情緒與身體	吳欣致 心理師	
10：30～10：40	休息		
10：40～12：00	直觀式歷程繪畫(II)	吳欣致 心理師	
12：00～13：00	午餐與午休		
13：00～15：00	直觀式歷程繪畫(III)	吳欣致 心理師	
15：00～15：10	休息		
15：10～16：00	總結創作 經驗分享與問答	吳欣致 心理師	
16：00～	賦歸		

## 八、招生方式：

1、 招收人數：預計招收 8~10 人，工作坊為兩個整天，為讓成員完整體驗，兩天須全程參與。

2、 招收條件(需同時符合以下條件)：

- (1) 透過學校輔導教師或學校心理師/社工師評估，符合本案服務對象與課程適配性之二、三級開案學生。
- (2) 活動可以由學生自行前往或師長接送至活動地點，地點與交通方式將於錄取後之行前通知信中統一說明。
- (3) 本活動之午餐需自行在外用餐，主辦單位不提供代訂餐點服務，但提供午餐費用每人每日 120 元之餐點費用。

3、 報名方式：

- (1) 報名時間：由臺北市學生輔導諮商中心駐區社工師/心理師推薦三級個案或各校輔導室推薦符合招收對象且有在進行輔導之個案，報名期間為即日起至 **5 月 08 日(五)下班截止**。
- (2) 報名方式：請填寫線上報名表 <https://reurl.cc/vEdkOj>，並回傳家長簽署後的活動報名表暨同意書(附件 1)、團體前測(附件 2)至 [efanelaya@tscc.tp.edu.tw](mailto:efanelaya@tscc.tp.edu.tw)，即完成報名。
- (3) 如有疑問請聯繫以下承辦人詢問：

臺北市石牌國小 徐依婷心理師(02)2822-7484 分機 571

臺北市內湖高中 張嘉芸心理師(02)2797-7035 分機 505

臺北市學生輔導諮商中心郭玲君心理師(02)2563-2156 分機 204



線上報名 QRcode

4、 遴選及候補說明：

- (1) 以本中心開案服務之三級輔導個案學生為優先錄取對象，二級輔導個案為第二順位。
- (2) 工作坊為連續兩整天，兩日無法全程參與者，不予錄取。
- (3) 遴選結果將於 **05/13** 前以 email 方式告知。
- (4) 行前通知將於每次課程開始前以 e-mail 方式告知。
- (5) 未錄取學員將列為候補名額，開課前將依請假狀況依序通知候補。
- (6) 本中心保留遴選名單之裁量權。

九、 經費:由臺北市政府教育局相關經費項下支應。

十、 本計畫奉核後實施，修正時亦同。

附件 1 活動報名表暨家長同意書

臺北市學生輔導諮商中心

115 年度「黑暗森林中的拾光之旅-直觀式歷程繪畫工作坊」

活動報名表暨同意書

<b>一、個人資料</b> (應個人資料保護法，所填寫報名參加本活動之個人資料，僅供臺北市學生輔導諮商中心方案活動用途使用)					
學生姓名		就讀學校/年級	/ 年 班		
學生手機		學生 email			
緊急聯絡人	1	關係		電話	
	2	關係		電話	
<b>二、學校窗口</b>					
聯絡人姓名 /職稱		連絡電話 email			
<b>二、交通方式-如何到達集合地點(捷運站或學校)</b>					
前往	<input type="checkbox"/> 父母接送 <input type="checkbox"/> 學生自行前往 <input type="checkbox"/> 其他_____				
返回	<input type="checkbox"/> 父母接送 <input type="checkbox"/> 學生自行前往 <input type="checkbox"/> 其他_____				

本人已知悉活動之主要內容，願意確實配合相關事宜，並同意子女參與本活動、同意活動進行中進行側拍（如有不便可提前告知將進行調整），供成果報告及發表宣導之用。

家長同意簽章：

日期：

附件 2 團體前測

115 年「黑暗森林中裡的拾光之旅-直觀式歷程繪畫工作坊」  
問卷量表（團體前）

親愛的同學：

這份問卷是為了要瞭解妳/你對於這次團體的期待，也讓我們有機會可以先理解妳/你，讓我們可以在陪伴的過程中，更符合彼此的期待，請放心填寫。

年齡：\_\_\_\_歲

★讓我們可以理解妳/你 (請將符合妳/你的資料，在□內打 V)

	非常同意	同意	不同意	非常不同意
1. 我知道有那些人事物會造成我的內在壓力與限制	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我能知道壓力是否已經超出自己身心所能承受的程度	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我知道壓力對我造成的影響	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 當我面對快承受不了的壓力時，我能知道自己的情绪起伏	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 我能了解身體與情緒之間會互相影響	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 我能覺察我的身體/情緒的狀況，並能覺察是什麼事件引起我的身體/情緒波動	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 我知道如何自我照顧	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 當我感覺有壓力時，我知道如何排解	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我通常可以表達自己的感受與想法	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我知道我的內在力量可以幫助自己	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 我相信我是有力量和有能力的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 當我有需求時，我可以找人陪伴我	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我對探尋與認識內在的自我是有興趣的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. 我知道我最常感受的三種情緒類型：

\_\_\_\_\_

15. 當我生氣或傷心時，我通常使用\_\_\_\_\_

方法來調節心情。

★提醒我們需要知道的訊息

16. 請問在團體活動開始前，有沒有什麼需要讓工作人員或帶領老師先知道的訊息，可能需求、注意事項、期待、擔心……。

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

感謝你大方與我們分享你珍貴的感受與想法，謝謝！！