

走進 希望之門

從藝術治療到藝術育療



吳明富
著

在藝術治療營隊的主題活動「禮物」中
有個男孩熟練地操弄著手裡的撲克牌，洗牌、抽牌……表演著魔術……
正當所有人都深感納悶時，他一派輕鬆地說：
「我想送給在天堂的爸爸一種魔術，這樣他就可以把自己變回來。」

Living Psychology

◎教育輔導系列◎ N94

走進希望之門：從藝術治療到藝術育療

作 者→吳明富

責任編輯→賴璟慧

封面設計→李東記

版型設計→楊玉瑩

發行人→李鍾桂

總經理→金克剛

出 版 者→張老師文化事業股份有限公司 Living Psychology Publishers

郵撥帳號：18395080

10647 台北市大安區羅斯福路三段 325 號地下一樓

電話：(02)2369-7959 傳真：(02)2363-7110

E-mail：service@lppc.com.tw

讀者服務：23141 台北縣新店市中正路 538 巷 5 號 2 樓

電話：(02)2218-8811 傳真：(02)2218-0805

E-mail：sales@lppc.com.tw

網址：<http://www.lppc.com.tw>（讀家心聞）

登 記 證→局版北市業字第 1514 號

初版 1 刷→2010 年 11 月

I S B N→978-957-693-760-6

定 價→350 元

法律顧問→林廷隆律師

排 版→菩薩蠻電腦科技有限公司

印 製→永光彩色印製股份有限公司

* 如有缺頁、破損、倒裝，請寄回更換 * 版權所有 · 翻印必究 Printed in Taiwan

走進

希望之門

從藝術治療到藝術育療



吳明富
著

推薦序一

藝術開講人氣鼎沸

袁汝儀（國立臺北教育大學藝術與造形設計學系所教授）

吳明富進入國立臺北師範學院（現改制為國立臺北教育大學）的初等教育系時，臺灣的師範體系是許多優秀但貧困青年的求學機會，吳明富入學之後的表現，正說明了這一項重要的社會功能。他不但本科的學業表現優異，以全班第二名畢業，就連當時為接觸藝術與創作而選修的美勞組，也在組內名列前茅。除此之外，吳明富還跨修心理學和諮商輔導技能，並接受「張老師」的訓練。這些廣泛的接觸與學習，給了他一個相當不凡的興趣組合：藝術與心理學。雖然當時的臺灣對藝術治療非常陌生，但吳明富仍然決定赴美深造，正式進入藝術治療的領域。

在美國留學期間，吳明富從碩士班到博士班所獲得的殊榮，包括美國藝術治療協會的年度獎學金和藝術治療臨床研究工作大獎。以全A的成績獲得美國路易維爾大學藝術治療碩士後，又通過考試，取得合格的美國藝術治療師執照、紐約州創造性藝術治療師執照，並獲得美國聯合大學跨學科研究的藝術治療博士學位。

二〇〇二年，隨著臺灣九二一震災後的輔導需要，以及後WTO生活壓力的普遍升高，不論是藝術教育、心理諮商、社會工作、特殊教育還是醫學領域，都出現了對藝術治療的關注。

當時，有興趣或者好奇於藝術治療的人很多，但是相關的訊息卻極度缺乏。稍早之前（二〇〇二年），我成立了一個公益性的「全球藝術教育網」（http://gnae.ntue.edu.tw/art_portal），自忖應當提供這方面的服務，就打了幾個越洋電話給人在紐約的吳明富，說服已擔任藝術治療師的他，抽空在網站的「討論區」裡開闢一個「藝術治療」專題，喜獲他慷慨應允。

此後八年來，吳明富始終認真地與華人世界的不知名網友們義務分享他的專業知識。為了提高大家對藝術治療的了解，他不斷提供深入淺出、文情並茂的內容，誠懇經營他的網路社群，甚至為了撰寫需要，專程上圖書館查資料。所有的努力，加上他流暢的文筆所傳達出的親切感，在在都讓網友銘記在心，難怪此主題下的來往對話篇數超過一千篇（含改版前），成為「全球藝術教育網」討論區裡最高人氣的主題；當我第一次安排他到我的另一個公益性論壇「藝鼠」主講時，網友們更是從臺灣各地趕來，將現場擠得水洩不通，幾無立足之地。

很高興吳明富能將經營討論區的體會與內容整理出來，並補充了許多感人的案例與國內外理論，相信此書一定能提供給讀者很好的參考，並刺激各領域，讓大家都更上層樓。

推薦序二

從自身經驗與文化創作出「藝術治療」

賴念華（國立臺北教育大學心理與諮商系副教授）

「藝術治療」從字義上看，它涵蓋了「藝術」、「治療」兩大範疇；從實質面來說，它還必須加上此二者交互作用後的歷程與結果；因此，要認識「藝術治療」，需要一位好的嚮導與地圖來引領我們，這本書即是你最佳的選擇。

在國內，提及「藝術」常讓人聞之變色，因為我們過往的藝術教育，欠缺了藝術創作的空間，鮮少有探索媒材的自由度，更難跳脫像與不像的框架……，在這樣的環境中，「藝術」成了我們的「創傷」經驗；有關「治療」就更具挑戰性了，國人總是將治療與生病畫上等號，並將此人汙名化、標籤化……，因此，要讓國人明白、理解、沉浸於「藝術治療」中，確實必須先瓦解人們的刻板印象，創造一些新的可能性，因此，在國內進行藝術治療的本身就是一種藝術。

明富，是一位經驗豐富的藝術治療師。這本書是他多年經驗的集結——從自身經驗出發，結合豐富的文獻來論述何謂藝術治療；更可貴的是，他跳脫了國內藝術治療僅止於翻譯的框架，從自身的生活、文化、儀式、臨床實務工作的經驗來引領讀者一窺藝術治療的奧秘。過程中，他大方地陳述自己在藝術治療派典的立場，幫助我們清楚他論述的位置與觀點；更難能可貴的是，他將國、內外藝術治療的學習、工作經驗交織其

中，配搭著不同社會文化脈絡的場景，輔以豐富的藝術創作照片，讓讀者彷彿置身其中，感同身受一場藝術療癒的旅程。

本書分為三個部分：第一部分「從藝術治療到藝術育療」為經，第二部分「從美國到臺灣藝術治療實務工作」為緯，以及第三部分「從藝術治療學生到藝術治療師」的生命旅程，帶領讀者縱覽藝術治療。第一章從「藝術與儀式」來引領我們反思生活與藝術的關聯，帶領我們重新思索國人「建醮」與「普渡」所建構出的藝術品，也不難發現國人的創作原動力與自身文化、儀式緊緊合而為一。第二章「藝術治療的直線觀點」，從「藝術即治療」（Art as Therapy）與「藝術心理治療」（Art in Psychotherapy）為首的派典來論述。每一論述都娓娓道來其工作的原形與限制，並配以實際工作的案例來說明，讓我們也可從中試圖找到自身對「藝術治療」的認同與位置所在。其中，有關艾倫（Allen, 1992）提及的「臨床化症候群」，是很值得我們從事藝術治療實務工作者進一步深思的議題。

第二部分「從美國到臺灣藝術治療實務工作」，可以說是明富橫跨不同國家、區域、機構的治療經驗總和。「悲傷孩子的長青樹」道出了如何透過儀式與教育的課程，讓孩子可以面對失落；「走進希望之門」說出藝術治療如何陪伴落腳在他鄉異地的華人，那種孤寂的痛苦、認同的混淆，以及重拾希望的旅程；「創傷藝術治療」讓我們了解藝術可以如何陪伴那些歷經九一一，且擺盪在死亡恐懼氛圍裡的人們；接著作者帶出「攝影治療」、「寵物治療」、「園藝治療」來擴充我們對藝術的視野。讓我最興奮的莫過於作者的臺灣經驗，其中提及「摺紙藝術治療」、「親子悲傷藝術治療」、「慰安阿嬤的攝

影療癒紀事」，明富幾近將自身的工作經驗全盤托出，毫不藏私地與讀者分享臺灣人的藝術療癒經驗，想必閱讀過程會讓你沉浸其中，並有所啟發。

第三部分「從藝術治療學生到藝術治療師」，作者分享自己的學習旅程，也引領嚮往藝術治療的後進們，可以如何找到自己前往工作目標的路徑與方向。最後以「藝術治療師的自我照顧」為總結，提醒我們助人專業工作者可以如何透過回應性的創作，重新省思案主與自身的交會經歷。個人也認為那種生命經驗的交會，才是一種治療的態度與藝術。

最後，我要對明富的慷慨與無私致上最高的敬意，我也相信這本書將為本土藝術治療的臨床實務經驗扎根，也期許此書可以激發更多夥伴分享自己的臨床工作經驗，讓臺灣藝術治療長出自身的樣貌，也期許本土藝術治療經驗與世界各國分享，藉此，讓人們認識我們的國家——臺灣。

作者序

學習、探索與見證藝術治療之旅

一九九九年秋天，暫別在臺北的小學老師教職赴美留學；二〇〇〇年夏天，正式進入肯塔基州的路易維爾大學攻讀藝術治療碩士，距今已屆滿十個年頭。回顧這十年來的藝術治療旅程，變動是常態，從肯塔基到紐約實習和工作，再從紐約飛回臺北定居；也從藝術治療學生變成藝術治療師，再從藝術治療師變成現在的藝術治療教育工作者。這期間，經歷了碩、博士的學術洗禮，並取得紐約州創造性藝術治療師（LCAT: Licensed Creative Arts Therapist）和美國藝術治療執照協會認可的證書（ATR-BC），累積了多年的實務經驗，對藝術治療的認識和體會，就像是一顆不斷滾動的雪球，在高低起伏、柳暗花明的藝術治療領域中，不斷地吸附著美臺兩地、東西兩方相似又相異的觀點與文化，也從多元的個案身上，「聽」「見」了他們對生命的體驗和人生的智慧。本書算是我對十年來學習、探索與見證藝術治療的回顧整理，也是個人在這充滿變數、無常的生命河流裡，隨遇而安的成長紀錄。

另外，在這些日子以來，我遇到很多對藝術治療感興趣或好奇的人們，也回答過各式各樣與藝術治療相關的問題，尤其是利用「全球藝術教育網」（由國立臺北教育大學藝術與設計學系的袁汝儀老師所創立），以「藝術治療」為主題在討論

區與來自全球各地的網友對話，無心插柳成蔭地成為網內的熱門話題。本書的內容很多是以網路討論為基礎改寫而成，同時收錄了我在《張老師月刊》、《藝術學刊》、《臺灣藝術治療學刊》、《國教新知》、《安寧照顧會訊》，以及《輔導季刊》等學術性期刊中所發表過的文章（備註），介紹我個人眼中的藝術治療，希望能提供給普羅大眾或有志成為藝術治療師的人，以及藝術治療專業工作者一些思考的角度。

本書的第一部「從藝術治療到藝術育療」，主要試著整理出我在藝術治療教學中常被提問所做的回應，以及幾個有待釐清的概念與觀點，包括：藝術治療與儀式間的淵源、「藝術」「治療」的個人化定義、圖畫診斷分析的迷思、榮格的「積極想像」與藝術治療的關係、「藝術心理治療」取向中的「指令式藝術治療」理論基礎和「藝術即治療」的「開放畫室」運用、美術教師或藝術教育工作者如何將藝術治療融入教學中的「藝術育療」理念，以及在與兒童工作時，親職教育所扮演的角色。這當中，也穿插一些個案實例說明和統整論述，書中所提及的案例均以化名稱謂，故事情節也已稍做修改以保護參與者的隱私。

使用「藝術育療」一詞，並非特別要標新立異，而是希望強調教育是治療的根基，也是「預防重於治療」中的預防功夫。由於自己長期在社區和學校範疇中進行諮商輔導，也順應臺灣的文化和時代趨勢，常以短期工作坊的性質進行藝術治療，幾年下來，發現國人對於「治療」二字存有難以言喻的刻板印象，又深感臨床環境強調心理衛生「機會教育」的重要性，久而久之，便覺得在許多層面上，藝術育療比藝術治療更

能貼切地形容我一直以來以藝術服務人群的工作。

本書的第二部「從美國到臺灣藝術治療實務工作」分成兩個段落，第一段著重在分享自己於美國學習和應用藝術治療的經驗，包括：悲傷兒童的「長青樹露營」、紐約中國城新住民的自我認同及文化適應探討、受虐和家暴少女的困境與藝療處遇、目擊九一一恐怖攻擊事件的省思，以及結合攝影、寫作、寵物和園藝治療的經驗談；第二段則是回到臺灣後與過動寄養兒、情緒障礙兒童、悲傷親子和慰安阿嬤工作的體驗與過程。

其中特別感謝謝政廷、許智傑兩位學生協助我共同整理出「摺紙藝術治療」的理論架構，以及「藝貓」（CAT: Creative Arts Therapist）朋友：丁凡、蔡汶芳、徐琬婷、林淑玲、蘇巧玲、易君珊和林曉蘋，能和這些優秀的創造性藝術治療師合作，才得以成就「藝樹園丁」親子悲傷藝術治療方案的策劃與執行。

第三部「從藝術治療學生到藝術治療師」，娓娓道出踏入藝術治療領域的心路歷程，同時將個人出國留學和申請美國藝術治療研究所的經驗分享出來，提供給未來有志成為藝術治療師的朋友參考。此外，我也藉此提出對藝術治療認證制度的反思和藝術治療專業性認同的議題討論。最後，我將目前臺灣藝術治療界尚未完整探討的藝術督導、回應性創作和藝療師的自我照顧等主題，以個人在美國的經歷為基礎進行論述，並乘機特別介紹了結合寫作與美術創作的「工作室三部曲」。此模式原本多以團體形式進行，但在本書中，我個人將其稍做變化應用，成為藝術治療師能自我照顧並照護他人的方法之一，同時也提供讀者一種能融入生活中進行「藝術自療」的創作方式。

本書的完成首先要感謝袁汝儀老師在我求學歷程和職涯方向上，長期以來的建議與支持，也謝謝賴念華老師不斷地給我這個後生晚輩機會，讓我在臺灣的藝術治療學習上，成長良多。另外，感恩好友歐瑞惠和學生沈青燕、周大為、林庭鈺和林彥光，以及張老師文化公司的總編輯俞壽成和璟慧，對本書草稿在文詞上的修飾與校閱提出建設性的意見，讓才疏學淺的我，得以完成此著作。

當然更要感謝家人的支持，尤其是我母親的包容與金援，才能讓我順利完成博士學位回到臺灣貢獻所長，謹將本書獻給您，您是最偉大的。

備註：

- 吳明富、謝政廷（2010）。摺紙於藝術治療中的運用之初探。*輔導季刊*。（印製中）。
- 吳明富（2010）。從藝術心理治療到藝術育療：與兒童工作的省思。*國教新知*，57（3），117-130。
- 吳明富（2010）。從藝術治療圖畫診斷分析到美感同理歷程的省思：以開放畫室個案探究為例。*台灣藝術治療學刊*，2（1），1-17。
- 吳明富（2010）。「盾」在短期藝術治療中的運用：中國移民青少年的民族認同和自我概念之個案研究。*藝術學刊*，1（3），23-54。
- 吳明富（2009）。「走出寂默」親子悲傷藝術治療團體。*安寧照顧會訊*，73，10-13。
- 吳明富（2009）。陪伴走一段路的幸福。*張老師月刊*，374，54-57。
- 吳明富（2009）。阿嬤的生命錦繡。*張老師月刊*，373，56-61。
- 吳明富（2008）。「折翼天使」與摺紙藝術治療的邂逅。*張老師月刊*，362期，48-54。
- 吳明富（2007）。一種決定，兩樣心情：藝術治療師面對家暴個案的掙扎。*張老師月刊*，360，26-32。
- 吳明富（2007）。荒野中的小花：志遠的移民不歸路。*張老師月刊*，358，

104-110。

- 吳明富（2007）。世紀災難的重擊：911事件現場藝術治療經驗談。《張老師月刊》，356，94-99。
- 吳明富（2007）。兒童悲傷藝術治療：美國「長青樹藝術治療露營」經驗談。《張老師月刊》，354，82-89。
- 吳明富（2007）。綠色的心靈饗宴：從紐約的「伊妮德·霍特玻璃花園」談園藝治療。《張老師月刊》，351，16-24。
- 吳明富（2007）。寵物攝影治療日記：助手治療師—狗狗。《張老師月刊》，349，74-80。
- 吳明富（2006）。最平凡的，也是最美的：紐約法拉盛社區攝影治療。《張老師月刊》，347，70-76。
- 吳明富（2006）。「盾」在短期象徵主義藝術治療中的運用。《張老師月刊》，345，100-106。
- 吳明富（2006）。希望之門，中國城，紐約：華人移民的心酸與藝術心理治療。《張老師月刊》，343，74-80。
- 吳明富（2006）。在這裡，藝術就是治療：紐約的開放畫室，有座內心的珊瑚礁島。《張老師月刊》，340，88-95。

目錄

推薦序 藝術開講人氣鼎沸	袁汝儀	2
從自身經驗與文化創作出「藝術治療」	賴念華	4
作者序 學習、探索與見證藝術治療之旅		8
第一部 從藝術治療到藝術育療		
前言		18
第一章 藝術與儀式		22
藝術是什麼？／進化心理學與藝術／藝術與儀式的中介作用／關廟大建醮／結語		
第二章 藝術治療的直線觀點		30
藝術治療實務工作／藝術心理治療的發展與榮格的「積極想像」		
第三章 藝術心理治療		40
圖畫診斷分析／投射性繪畫測驗／診斷測驗的文化議題／雜誌相片拼貼圖施測要點／臨床化症候群／指令式藝術治療／表達性治療連續系統／媒材量度變數／個案實例：自強／盾的象徵意涵／短期藝術治療療程		
第四章 藝術即治療		74
藝術治療作品之品質／美感同理／開放畫室／個案實例：安迪／討論與結論		
第五章 兒童藝術育療		88
兒童繪畫發展階段論的省思／藝術育療／藝術創傷／家長可否對子女進行「藝術自療」？／自閉兒親子藝術治療團體／過程就是幫助／結語		

第二部 從美國到台灣藝術治療實務工作

◎美國藝術治療經驗談

第六章 悲傷孩子的長青樹 104

長青樹露營／緬懷、發洩、面對／找到放心
與安心的力量／植樹儀式／結語

第七章 走進希望之門 112

路易維爾市的中國父親／紐約「希望之門」
青少年中心／青少年藝術治療／華人移民的
心酸與藝術心理治療團體／在危橋上掙扎的
小老鼠——健康／自我認同和民族認同／青
少年的自我認同／青少年的民族認同／荒野
中的小花——志遠的移民不歸路

第八章 創傷藝術治療 136

媒體的影響力／九一一事件／藝術陪伴／一
種決定，兩樣心情

第九章 攝影治療 154

最平凡的總是最美：紐約法拉盛社區攝影育
療／寵物攝影治療日記

第十章 園藝治療 172

「拈花惹草」的園藝樂趣／心靈受傷船隻的
歇腳避風港／結合社區資源發揮大功效／社
區型園藝治療成果卓著／一束鮮花活化了生
命力

◎台灣藝術治療經驗談

- 第十一章 摺紙藝術治療 182
摺紙的起源與發展／當摺紙進入治療領域／摺紙藝術治療的功效／情緒障礙兒童的摺紙藝術治療／摺紙藝術治療的注意事項／結語
- 第十二章 親子悲傷藝術治療 212
死亡議題總在意外中降臨／「故意放水」的父愛／移民父親的無奈和希望／喪葬儀式的省思／喪親經驗／悲傷歷程／悲傷任務／藝術與悲傷療癒／表達性藝術治療團體目標／「藝樹園丁」營隊活動／「走出寂默」親子悲傷藝術治療團體／結論
- 第十三章 慰安阿嬤的攝影紀事 262
阿嬤們的生命錦繡／互相陪伴走一段幸福路

第三部 從藝術治療學生到藝術治療師

- 第十四章 踏上藝術治療之路 272
美國藝術治療的專業進修與實務現況／藝術治療專業證照
- 第十五章 藝術治療師的自我照顧 282
藝術督導／回應性創作實例／工作室三部曲／將藝術創作融入日常作息中