





成人對於壓抑內心悲傷情感的經驗和心理過程深感興趣。所以參加了全天性藝術治療研討會，主題談論到的是「藝術治療的運作－對於曾經有喪失人或物而悲傷經驗的年青人之轉換策略(art therapy in the passageway: Strategies for transition with bereaved youth)」。此主題研討會的重點是引導兒童或年青人，曾經目睹或遭遇到親人或寵物死亡的經驗，而心中所存留悲哀和傷心的情感壓抑在內心深處。活動除了講述一些理論概念之外，也要求參與者進行藝術治療之自我引導性創作表達，之後和參與組員們共同分享自己的作品。在活動中，無形中讓我自己再回去觀看幼年時代的我曾經傷心的記憶，那時外婆病故，懵懂不知悲傷是何物的稚幼心靈，只有害怕性的難過心情；以及在國小時曾經數次失去了寵物而傷心的記憶；更喚起了我再次目睹家父病故過世的傷痛情懷。然而，在畫出來之後，與參與此活動的學員們真誠地表達出來後，內心釋懷許多，為自己昂首走過了一些悲傷歲月，而感到驕傲和欣喜。

研討會的內容相當豐富，往往在同一個時段中安排了各種不同

的課程，所以只好選擇性參與較特殊和感興趣的活動。除了參與全日的研討會之外，我也參與了各種不同的活動內容，如研究之論文發表會、選擇性小組討論、小組活動示範和討論、研究方法討論、實務工作討論與督導小組討論。印象中最為感興趣的是有關性侵害在藝術治療中的探討、一些美國社區的藝術治療運作、和監獄中所實施的藝術治療工作等。藝術治療面對如性侵害和監獄對象，的確是特殊的一群，也是在心理治療或藝術治療上最具有挑戰性的工作，值得去瞭解更多的理論架構，以協助上述對象有更好的自我概念以確立生活目標和正面的生命意義。在參與小組活動示範和討論的過程中，有一種很感動且深刻的經驗是，這些美國人在面對自我所創作的作品做自我表達時，是那麼地真誠和坦白的態度，直覺上他們從運作藝術型式的活動中，是自我與內心深處的一種很深層面的溝通！也許當個體在面對最深層的自我時是很不容易的事，但無可否認的是一種很積極、且富有意義的自我改變和自我成長呀！

研討活動的會場，除了在上午十時和下午三時左右備有香醇美

味的咖啡之外，有一家專以出版藝術治療叢書的出版社Brunner/Mazel，展示了相當多的藝術治療書籍，以供參與者所需。AATA單位對每天所演講者的內容亦採取同步錄音，以便對內容感興趣的參與者可購買所錄製的帶子。同時，在會場的交誼區不僅展出參與活動者之藝術創作，而且在課程與課程之間休息，往往有數位音樂治療者之表演，旋奏明快且令人鼓舞的樂聲，不自覺地忘了許多煩惱和疲憊，似乎讓人感受身體心靈都置身在「藝術治療」的情境，那麼地舒暢自在。

很慶幸地在此次研討會中認識了第一屆美國藝術治療學會(American Art Therapy Association)之創始者Dr. Levick，她剛參與過韓國藝術治療協會於二〇〇〇年十月二十六日至二十九日所舉辦的第七年度國際韓國藝術治療協會(Korean Art Therapy Association)研討會，Dr. Levick在此次研討會中是負責全天性研討會主講人之一。Dr. Levick是美國藝術治療學會第一屆理事長(1969-1971)，她對於成立美國藝術治療協會(American Art Therapy Association)是功不可沒，對近代藝術治療理

念的發展有非常重要的影響力。她的著作也相當的豐富，如「他們不能說所以他們用畫：孩子繪畫和思考的型式 (They could not talk and so they drew: Children's styles of coping and thinking)」、「瞧我正在說什麼：孩子透過繪畫告訴了我們什麼(See what I'm saying: What children tell us through their art)」、以及Dr. Levisk 目前所研究的「情緒和認知藝術治療評量(Levisk emotional and cognitive art therapy assessment 《LECAT》)」，所謂的《LECAT》是一種評量工具，是為藝術治療師在計畫和實施目標與治療過程中所需要評量資料所設計的。Dr. Levisk也將在二〇〇一年四月二十一日至二十二日於佛羅里達州的林恩大學(Lynn University, Florida)的心理系，發表她個人最新的藝術治療評量工具說明會。

此外，也認識了第十三屆(1993-1995)的理事長Bobbi，Bobbi目前是藝術治療國際網路工作組(International Network Group of Art Therapy)的主要網路工作負責人，她的專長以創傷藝術治療(Trauma Art Therapy)為主。第一天與Bobbi初識卻像是好友見面一樣地暢談藝術治療，當天晚上她拿了一本有

關藝術治療國際網路工作組(ING/AT)的刊物給我之後，快速閱讀內容，此刊物是季刊，其中內容以介紹世界各地藝術治療發展和運作的狀況、分享其藝術治療活動經驗、每年度之藝術治療活動程序節目、介紹國際藝術治療組織(資料上所記載參與的國家有三十個國家)、以及藝術治療國際網路工作組(ING/AT)之聯絡者。從資料中很明顯地知道，藝術治療之理念和工作早已遍及世界各地，也是在現代人心理生活中和學術研究上日益形成的時尚潮流。

在最後一天(十一月十二日)的前一晚，AATA策劃了一個活潑、簡單且溫馨的舞會，舞臺上的樂團吹奏著旋律十分強烈的歌曲，臺下不分老少都婆娑起舞，好快樂輕鬆的畫面，此時此刻原本不熟悉的面孔，都彼此熱絡地寒暄問候，且互相留下名片以日後再聯絡，快至午夜時分，人們依然盡性地在喝著雞尾酒、或談著談不完的話題。

次日的中午離開Regal Hotel準備返回臺北。五天來全天候且密集式參與AATA所舉辦的任何一個活動，深怕遺漏了一些精彩的藝術治療之專業理念和活動演示，自

己像個海棉一樣，大量且用心地吸取在St. Louis發表和演示者之專業精華。對求知若渴的我，興奮得忘了時差所致的疲憊，迫不及待地與國內的好友和學生們分享著滿載而歸—藝術治療之新理念和友情—的心情。

## 二、國內藝術治療之展望

藝術治療在國內已經逐漸地形成風氣，尤其是一九九九年的九二一大地震，這一場浩劫中所倖存者、目睹地震事件以及一些因地震事件而心理或生理受創者，當時藝術治療扮演了相當重要且有效的輔導角色。對於那些內心充滿著恐慌、懼怖夢魘般的人們，這種難以言喻的痛苦、害怕之經驗吞噬著他們快樂平安的生活，藝術治療協助了他們尋求一種情緒上和心理上得以「安全地」抒發的管道，在恐懼不安的心靈中找到了出口，安撫了那顆難以言喻的受創心靈。

所謂的藝術治療是運用任何藝術型式的活動以進行心理治療過程，藉由當事者所創作作品中所呈現的心理隱喻(metaphor)，與當事者自由聯想的表達過程，以探



知其內心所困擾、情緒或心理。基本上，藝術治療是一門跨學科領域的學問，顧名思義就可明白地知道所涉及的學門是藝術學門和心理學門兩大領域。而藝術學門關聯的是視覺藝術(繪畫、雕塑、設計)、音樂、戲劇、舞蹈等；心理學包含著必需熟悉各種心理學之領域，如基礎心理學、人格心理學、心理學治療法；甚至也要涉及醫學上治療學方面的學理。在成爲一名治療師專業的學識理念很重要之外，無可否認的是在面對病患的談話方式是需要相當熟練的心理諮商與輔導的技巧，如此多種專業知識的交織運用，才能收相輔相成、事半功倍之藝術治療效用。

藝術治療不只是對於特殊人群如心理上、情緒上或肢體上有困擾或問題的人服務；對於一般正常人也是非常重要的一種自我發現、自我心靈管理和自我成長的最佳「自療」法。無可否認，藝術治療是一種現代人生活中心靈療育和成長的必需品，也將是教育上被重視和值得推廣的學門。對於國內推廣藝術治療的願景，提出個人淺見如下：

1. 延聘藝術治療專業人才，以經

營和籌劃藝術治療專業組織架構，帶動國內有系統規劃的藝術治療人才培育和運作方針。

2. 參考美國藝術治療協會或其他國家所經營的藝術治療，以便在國內一些大學院校設計一系列相關的藝術治療課程和學門，和驗定藝術治療師執照等事宜。
3. 延聘外國藝術治療之專家學者到國內大學院校進行較固定性的理念和實務上的指導或講座，且定期舉辦藝術治療研討會，以加強國人對藝術治療的認知。
4. 主動與國外相關藝術治療組織取得聯絡，以達到經驗交流，而提升國內藝術治療具有國際觀之前瞻性取向。

期待著藝術治療的種子能在國內有更好的成長和發展環境，而能開花結果，給於許多一些在心理治療、醫學復健治療、輔導諮商、教育策略上多一種有效的輔助工具。茲以提供美國藝術治療協會(American Art Therapy Association)和國際藝術治療師網站工作組群(International Networking Group of Art Therapists)之網址、聯絡之電子郵件信箱和地址如下，以便有心之士可以直

接與他們聯絡取得最爲直接的資料訊息。

**1. American Art Therapy Association**

AATA National Office: 1202 Allanson Road Mundelein, IL 60060, U.S.A.  
Tel:(847)949-6064  
Fax:(847)566-4580  
E-mail:arttherapy@ntr.net  
Web Site:www.arttherapy.org

**2. International Networking Group of Art Therapists**

Bobbi Stoll  
8020 Briar Summit Dr., Los Angeles, CA 90046, U.S.A.  
E-mail: art\_tx@earthink.net

**參考書目**

- American Art Therapy Association, Inc. 2000小手冊
- American Art Therapy Association Pamphlet (1977). Mundelein, IL:American Art Therapy Association
- The 31<sup>st</sup> Annual Conference of American Art Therapy Association之研討會手冊。■