

擁抱 X 能力

自我與文化探索的創作學習實驗

Embracing X Abilities

A Creativity Learning Experiment in Search of Selves and Culture

鄧宗聖 Tzong-Sheng DENG

南華大學傳播系助理教授

中華種子藝術教育發展協會理事長

學習者中心的自我與文化探索

心理治療學家 Carl R. Rogers 在《成為一個人》(On becoming a Person) 一書中提到：「每一位具有創造能力者的創意行為背後，必定有個迫切的社會需求」(宋文里譯，2014，p. 403)。因此他認為，創造力來源，一方面來自創造者的獨特性，一方面則是源自於他生活中的材料、事件、人物與環境的關係。

像是畢卡索完成《格爾尼卡》、《貓吃鳥》、《納骨堂》作品，就是批判戰爭與屠殺，表現內隱倡議人權需求(鄭明進、蘇振明，2012)，車諾比兒童基金會與日本小學館出版社，合力將這些圖畫與文字彙集成冊，以繪本《想要活下去——車諾比孩子們的吶喊》的書名出版，藉兒童的詩與畫作，字與視覺圖像以展現對災難後生命重建的需求期待，彰顯自然環保與人為災害的議題(蘇振明，2012)。紐約大學兒童學習中心提出徵求兒童藝術創作的相關計畫，讓 5-18 歲的孩子，對 911 事件的衝擊與期待圍繞在破壞、勇氣、害怕、希望、悲傷、愛國心和偏見等心理之探索，表現內心深切的情感(郭妙如，2012)。Eisner (2008) 亦強調創作可視為智識

發展的探究活動，如何用美學態度處理真實世界的經驗？如何結合現實問題並用創作發展實踐性答案等，會是未來藝術教育面臨的重要課題。

換言之，以學習為中心的創作過程都涉及自我探索，兼而在內容創作中進行藝術表現、文化或自然的議題思考(劉豐榮，2010)。在這樣預設下，創作學習本身不只是談個人創造力，還談這個創造力的過程需要強烈的社會需求，教育本身目的，應不是製造被動娛樂消遣或團體活動，那種人云亦云、一模一樣的人。相反的，創造必然有具體可見的成果，如字、詩、畫、藝術品等各種創作，不然創造性就是空談。

主題布局：擁抱，學習表達情感的需求探索

擁抱可以視為展現人性、維持生理健康和心理幸福的具體行動。在邁阿密醫學院的觸碰研究所(Touch Research Institute, TRI)，研究發現嬰兒每 15 分鐘接受按摩兩次，每一週比其他嬰兒少哭，且體重會較重，表現出更大社交性；在弗吉尼亞州護理大學(University of Virginia School of Nursing)另一項研究中發現，接受治療性觸摸的老人，其疼

痛和焦慮顯著減少 (The Northern Star, 2010)。雖然科學證明身體上觸碰的好處，但隨著年齡增長，我們社會文化環境的限制，讓擁抱的經驗越來越少。特別是科技便利，使用電子郵件、社群媒體後，使朋友、親人的聯繫也較少，不同的社交媒體進入每個人的社交生活，儘管有數以百計的朋友在他們的網絡，即便在數位空間移動一天，卻也沒有經歷過人對人溫暖醇厚的擁抱。即便許多人沒有以家庭為單位生活，獨自一人的情況，也可能會渴望比較親密的社會關係。

對於心理臨床治療師而言，擁抱是一種接觸，而接觸是人類療癒的模式、宗教的儀式、東方文化能量傳達的方式，也是護理的模式，甚至被視為一個人希望與高層次轉化的作用 (王淑貞, 2006)。Kathleen Keating 認為擁抱是一種表達情感的媒介，有許多種形式存在 (轉引自陳政見, 2013, p. 4)：包括雙臂緊緊摟牢的熊抱 (bear hug)、互擁雙肩頭為之傾的 A 型抱 (A-frame hug)、轉臉相碰的面頰抱 (check hug)、三人擁抱的夾心抱 (sandwich hug)、飛奔伸臂快速抱住的飛天抱 (grabber-squeezer hug)、朋友圍圈的群體抱 (group hug)、肩並肩的肩側抱 (side to side hug)、由後方抱住的後前抱 (back-to-front hug)、兩人四目相接、雙臂環繞的同心抱 (heart-centered hug) 以及為了獲得最佳感受、情境與場所，在擁抱上最完整考量的雅興抱 (custom-tailored hug)，擁抱的設計也可以是發揮創造力的心靈境界。在自發性的擁抱中，可以是溫柔的觸摸或擁抱對方這一個動作，可以象徵很多意涵，象徵情緒上的支持、欣賞、憐憫、同情、道歉、關心、愛護等，這個動作能開發信任和同情與某人有關的經驗。有時候，以一個擁抱作為回報的最佳途徑或釋放被壓抑的感情，是一種癒合心靈的重要橋梁。在情感基礎上具有價值與認同的判斷與選擇，則建構創作者主體的「美感」(Leavy, 2009)。另外一種解讀擁抱的社會學觀點，就是提

出理想的溝通互動情境，關鍵因素來自於人的真誠性宣稱。人對自己與他人真誠，擁抱才有進一步實現的可能。

擁抱的主體意識，通常具有意向性，企圖指向不同的對象，所牽涉的意義，發生在每個人日常生活中獨特的時空與時序結構。因此，為擁抱此一特定的主題創作，作品本身是表達能力客觀化代表，而創作者在此過程就會逐漸將意義、感受加入到作品的溝通中，而這些能與人溝通的作品，也將成為社會需求與情感的倉儲；在傳播過程中，也可能成為一種改變人與社會的能量。

形式導引：詩、字與圖的意義聯想

擁抱，這個動作基本上運用到多種感官，生活中，人與人的擁抱，縮短身體知覺上的距離，擁抱當下，可能會產生嗅覺、聽覺、觸覺與視覺的共感，就像是嬰兒剛出生，護士把嬰兒放在母親的身上，透過嗅到母親身上熟悉的味道、聽到母親心臟熟悉的律動、接觸母親的溫度，嬰兒很快的就安靜下來，雖然視覺上還沒有發展，但此一例子，可以說明人在回顧擁抱的主題上，從生命經驗中，可同時喚醒多種感官能力。

擁抱，在每個人生命經驗中有不同的意向，因此創作學習的歷程，鼓勵學習者探索內在的世界，協助覺察敏感於目前所處的狀態，而多種感官的感受經驗，可能就需要多重媒材來表達潛意識中非口語的訊息。就表達性藝術治療導引觀念來看，過程中留下的作品是療癒歷程的重要見證，給予創作個體有機會接近冥想專注的狀態，有助於進入潛意識探索情感與情緒，這種安全、包容與接納的氣氛相當重要 (楊淑貞, 2010)，如此才能進入到用創作來回顧過往的故事與經歷，與生命中想要擁抱的他者，產生辯證性的價值澄清與取捨。由於擁抱在類人的感覺發展裡，多以身體為中心，在伸手可及的

範圍內，以身體動作配合來感受，觸摸時的反應與視覺並不相同，是當下即時的全神關注、刺激、緊張或戰戰兢兢，是一種強烈的體會，儘管其訊息量少、感知速度慢、無法感知十分細微與精確的東西，但它對視覺上大小體積、平滑粗糙、空間虛實等都判斷一起行使作用（陳錦忠，2007）。

據此，我嘗試在通識教育中開設「創意想像實作」課程，在為期 18 周的課程中，課程前期（9 周，每周 3 小時）讓每位參與的學生在每堂課，先從跟深層生命經驗無關的遊戲與肢體開發開始，開啟學習者多重感官能力，多元智慧的相互轉化。從即興的表達性遊戲中，用肢體進行組合遊戲、彈奏音樂改編詞曲、扮演人聲樂器哼奏音樂等等，讓整個課程環境中，都能夠試著在非語言的狀態下進行表達，讓各種表達方式都可以成為含蓄隱晦的庇護，在這裡的交流與溝通、感覺交換都有安全的感受，讓創作學習者能夠尋回對自身表達與創作的的能力感與主體性。課程後期（9 周，每周 3 小時），當課堂氣氛明顯改變（例如會主動坐近老師，同學表現時會給予回饋與鼓勵）時，此時就可以判斷是一種比較安全舒適的情況，可以進入到創作學習中更進一步的階段：跟生命經驗對話，從過去事件的記憶中尋找創作元素與價值的階段。於是我們試圖透過「詩、字與圖像」三種形式，來結合擁抱主題的創意發想與實作：

- 詩：由於感覺是感官對能量刺激的反應，面對擁抱的主題，主要先透過「詩」來喚起所有感官共感的現象。詩的組成是文字，但它的主要特點是不需要邏輯、不用前後關聯，可以是一種跳躍思考、靈光乍現，一種像音樂的文字，或長或短，隨心感受的表達。當詩以畫的形式來呈現，可以說是另一種「畫中有詩」，把詩的文字藏在顏色裡頭，賦予詩另一種生命（陳靜璋，2010）。而文字的另一種特性是：屬於相近文化團體用來描述與交流的符號媒介，在文字中，我們可以看

到各種曾經發生在創作學習者生命經驗中的現象或感覺「閃現」。因此在詩的創作中，可以讀到一些曾經有過的實體景象，又或者是可以讀到各種對擁抱的感覺情緒，實體與抽象情感間的彼此感覺交錯。如「沉悶」的色彩是聽覺與觸覺的共同參與，「渾厚」的聲音是屬於用觸覺表達對聲音的感受，「明亮」的聲音則是用視覺來表達對聽覺的感受，「苦澀」的微笑則是用味覺與視覺來表達對微笑的感知，「流暢」的動作則是用觸覺表達對身體的感受等等。

- 字：中文字與西方拼音系統不同，它本身就是一個圖形，而每個字都有文化歷史賦予的內涵，弘一法師寫書法時，就把字當作一個藝術創作來對待，特別是在線條空間中作變化，融入留白卻不支離，字與字間表現行氣章法。純粹寫字也都沒有一定的形式，只要理解形式在表現上提供的可能性，就能運用各種方式來表現（陳鴻文，2011）。無論東方西方，每個字在日常生活中則因不同的使用者與其生活形式，產生不同的意義與解讀。因此，透過跟主題相關「字」的聯想，可以做為連接創作者生活世界詮釋意義的媒介。從設計角度來看，形和義在轉換過程能巧妙地產生共鳴，創造出來的作品造形會更具意義性（林漢裕、林榮泰、薛惠月，2005）。
- 圖像：創造力開發最常應用的聯想方法稱為「曼陀羅思考法」，將所有聯想到的東西，利用具體與抽象兩種屬性進行分類與連結，例如擁抱是抽象的詞，但可以聯想到環抱、摟抱、後抱等具體形象動作，也可以聯想到溫暖、關心、呵護等抽象意義，這種聯想方法可以應用在字的選擇上。具體作法就是請創作者選出能代表擁抱的字，再根據這個字去進行生命經驗故事的回溯，裡面內涵的圖像符號、感覺、意義等，以及從日常生活中挖掘可以表達這些符號、感覺、意義的實體素材。漢文字本身就是一種構圖，當觀眾用心觀

看，就可以看出其中潛伏的文字，而字體本身造型結構、線條比例，提供了圖像創造上布局比例，利用字體去連想符號的構成，則能激發出多元的思考與智慧（可利用不同的材料拼貼、組合等造型），利用字來構圖的導引，將創造圖像構成的比例結構加以應用，進而激發出創新構想的圖像。能夠將這種字形和字義結合的特徵，運用在創意想像上或許能思考出屬於華文文化社群的思考特色。

Sullivan（2005）強調，創作實踐是表達人的認知與情感探索的過程，創作的脈絡、語言與材料，都會是影像創作表達的環節。總之，創作學習本身離不開文化意義，而充分運用已經存在於內的文化環境則能幫助學習者感受創造的實現潛力。由作為詩、字與圖之間可以是不連續或連續的學習經驗，也就是創作單一作品時，可以相關，但不需要前後有關聯，教室中以工作坊的型態進行，其作用就能夠讓彼此在分享中，通過探討對自身有意義的創作方式，包括作品的形式和結構，思想和意義，布局方式與行動探索。

總體來說，利用不同形式去創作一個作品，我把它視為一種「當下任務」，就像大地遊戲一樣，當學習者的關主，給學習者一個小挑戰，讓他們試著去完成，然後就在當下完成，不要帶回去。如果學習者想帶回去完成，也都是他們想要讓它更好的信念而持續做下去。許多都是當下完成的，詩、字、圖的想法等，都是當下決定創意為何，該如何做。而在擁抱這個特定的主題下，擁抱什麼？如何擁抱？本身也就是一個開放性的題目，讓學習者自由決定真正想用什麼創意來反映哪一種社會需求？開放性的題目是沒有確定方向，由學習者自己出題的自由發揮。如果在此過程中，學習者沒有辦法放鬆、感覺安全且自由表達地進行探索，那可能就無法讓他們從自己豐富的生命經驗中，找到可以用來創意與想像的東西。

創意想像：擁抱，詩、字、圖的創作實務

【擁抱 X 甘霖】黃信翔

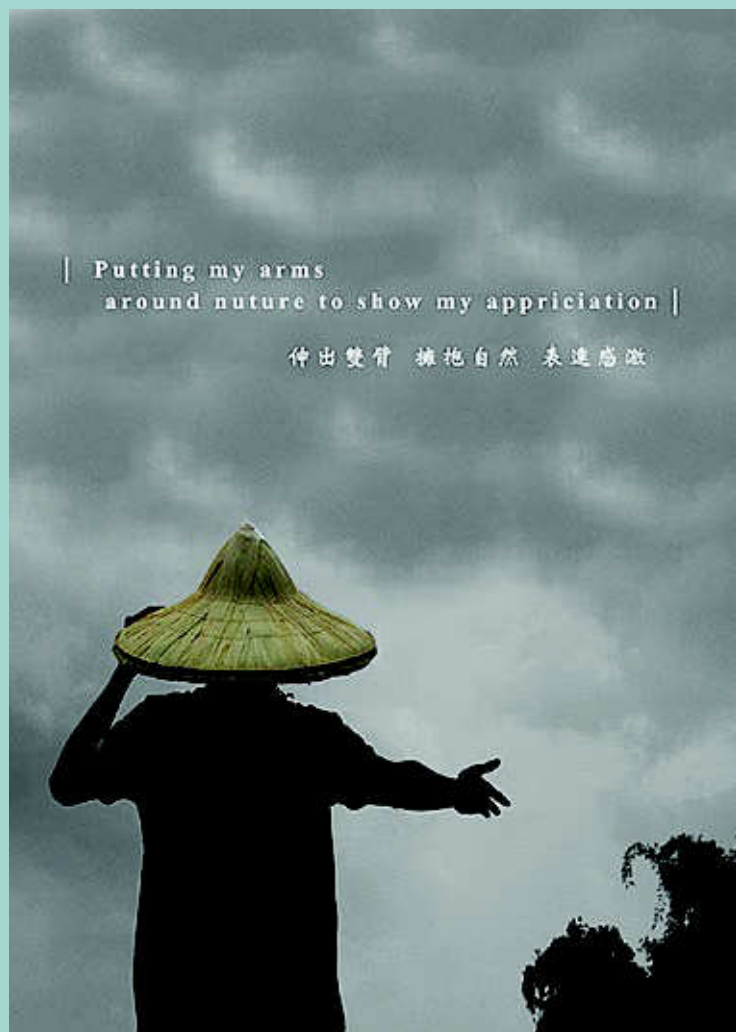
詩：

乾癟的作物，渴望著雨水的滋潤。午後的天空像回應大地的願望，徜徉在喜悅之中。

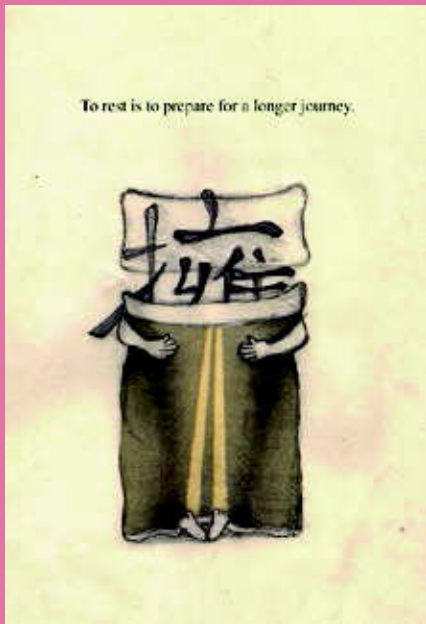
海報創作理念：

今年春天，上天跟台灣開了個玩笑，大乾旱讓農作物難以生長，但農人依舊在烈日下辛勤工作，龜裂的土地急需雨水的滋潤，無奈之餘，只能祈求老天儘快下雨。直到鋒面南移，天邊堆起久違的積雨雲，降下陣陣雨水，農夫佇立在雨中，接受上天的洗禮。

【擁抱 X 甘霖】



【擁抱 X 被擁抱】



【擁抱 X 海】



【擁抱 X 屋】



【擁抱 X 被擁抱】張宏齊

詩：

去睡覺吧！去睡覺吧！休息是為了走更長遠的路。他，每天都等你的擁抱，帶給你溫暖，陪著你度過一生，你對他的依賴是不能被取代的。

海報創作理念：

休息是為了走更長遠的路，常常熬夜的我們，忘記了休息，沒有觀察到自己的健康，往往在沒留意中生病。這張海報是要大家好好休息，不要一直熬夜，要珍惜寶貴的生命。海報中，其實也有講到一種依賴，有人依賴著小被被睡著，那種溫暖的感覺，就像被擁抱一樣，慢慢的熟睡在它的懷中。

【擁抱 X 海】陳佩怡

詩：

自己擁抱，也被擁抱，體諒同樣的困難，是否阻礙成長。把情緒給海，包容回應，一樣美麗。新開始、舊結束。

海報創作理念：

海，許多的生命在裡面生活著。字中的魚還有水母，代表著海裡的生物；水草除了代表水裡的植物，也象徵著絆住自己的煩惱。每當看海的時候，總是能完全的放空，就像自己的情緒也被擁抱著。從外太空看地球，地球也像是被海擁抱著一樣，所以我選擇「海」這個字當主題。

【擁抱 X 屋】廖心敏

詩：

失落心靈無聲的泣訴，何曾有人停留在身畔？傾聽著，話語的藝術、情感的堆疊，無形的溫暖，存在於最熟悉的殼，你並不孤單……

海報創作理念：

擁抱，這個字是屋子的「屋」，「尸」的部分我想到媽媽，一個慈母的意象，閉著眼睛呵護著孩子且無聲的。裡面「至」恰巧同音稚子，為了順字型，將小孩子畫成盤腿坐的樣子。屋，帶給人溫暖，即使安靜無聲，家都是避風港，因此想分享這個字。

【擁抱 X 陪】曾憶慈

詩：

劃破黑夜，晨光映入眼簾，大地甦醒，陽光照耀著沙灘，海洋承載的船隻，白雪重生的綠葉，感動瞬間。感動彼此，感受那真實的溫度。

海報創作理念：

擁抱，第一時間讓我想的字為「陪」。「耳」是傾聽的重要元素，「口」是分享點滴的泉源。兩人從陌生到熟悉，因為分享與傾聽，讓兩人距離靠近，感受彼此的頻率與溫度，有如陽光般炙熱、山脈般可靠，幸福得穠纖合度！

【擁抱 X 夢想】吳信澤

詩：

擁抱是溫度、溫暖、愛，就像家人、朋友、伴侶。不分國籍、膚色、年齡、高矮胖瘦，就像天秤。擁抱、擁抱、再擁抱，可以是文化、握手或親吻，擁抱是和平，擁抱自己的想法，不會有任何阻擋。

海報創作理念：

夢想是人人渴望的，也是唯一讓人真正無怨悔付出的目標，所以想將夢想成為我擁抱的方向。我的夢想是自由的國度，為了讓想法更具體的用圖像意識方式呈現出來，美國的自由女神是自由國度的象徵。

【擁抱 X 陪】



【擁抱 X 夢想】



【擁抱 X 親】黃威振

詩：

擁，一種互相的動作；抱，一種安慰的互動。每個過程中的「擁」與「抱」都代表著每個不同的意義，來吧！我們互相擁抱吧！

海報創作理念：

擁抱「親」，這是在講親人間的關係，要珍惜身邊的親人。尤其是父母，把小孩養育到成人，但不管你長到多大，在他們眼中，你就是他們永遠的「小孩」。

【擁抱 X 自己】李昀健

詩：

從沒目標到有目標，努力是為了自己，從錯誤中學

習，使自己成長，在心中不斷告訴自己：要加油！

海報創作理念：

我的主題是擁抱自己，在圖中的兩個人都是自己，一個頭髮是放下的，另一個則是有綁馬尾的。兩個呈現出不一樣的我，綁起馬尾給人的感覺是有活力的，充滿自信的。我想像之前的自己到現在的自己，用光線的變化，從暗到亮，象徵我的成長階段，慢慢變得成熟。

【擁抱 X 蛹抱】何琪君

詩：

這天，鏈鋸聲隆隆響起，檜木的血滴滴流下，大樹漸漸傾斜。霎時，大地轟然巨響，時間彷彿停止，天地鴉雀無聲，依稀聽見大地哀嚎，人類啊！人類

【擁抱 X 親】



【擁抱 X 自己】



啊！你們的自私換來我們的地獄之苦。我安撫著大地，擁抱著神木，沒事了！沒事了！血不再流、痛不再有。

海報創作理念：

蝴蝶雖美，但需要經過毛毛蟲的艱辛蛻變，毛毛蟲一天一天的成長，如同我們的成長階段中被呵護一樣。一天，牠告別了過去的歲月，吐絲成繭，把自己包裹在安全的密閉空間裡。漸漸地，轉換成另一種型態模樣與生命形式。就像我們還沒看到幸福之前，需要不斷的努力耕耘與改變自己。等到牠破繭而出時，牠已改頭換面，當我們具備了樂觀、感恩、寬恕、自在的遺傳基因後，我們也會像毛毛蟲一樣，脫穎而出，成為美麗的蝴蝶，擁抱生命的每一刻。

【擁抱 X 夢想】劉映好

詩：

走累了，停下腳步，沉澱迷惘的自己，找回那最初前行的勇氣。擁抱夢想，編織出一幅美好未來。

海報創作理念：

每個人都會有目標，有夢想。但日子一天天過著，時常會因為事情的繁忙、生活的瑣事，忘記了最初的目標和夢想，迷失了我們活著的意義和價值。所以，在繁忙的生活中，要留給自己一些時間，停下來，總結自己走過的路，也讓我們找回人生的方向。有位智者曾說過『人生的路上，少不了跌折、碰撞。只要能堅定的走下去，為自己的理想而活著，生命會經歷不斷超越的喜悅。』因此，不管如何，要擁抱自己，為我的理想而活！

【擁抱 X 蛹抱】



【擁抱 X 夢想】





創作學習：探索創意與想像力的實驗

創造力是對人情感意義的激發、喚醒，而不是給予；創作，自然也就不是教而是學，是從內在探索與挖掘的表現。因此我經常提醒自己，在創作教學的領域中，教的成分非常非常少，而是導引創意與想像的學習占絕大部分，Irwin（2013）倡議在創作實務的 A/r/tography，亦即教師在藝術家（artist）、研究者（research）與教師（teacher）角色間移動，其特徵不在於教，而在於探究時，讓教師成為學習者。換言之，一起學的過程，使跨領域整合在創作學習空間中成為可能，教師的職業角色中給予的習慣，應是暫時被擱置下來，反而成為像是一個策展人一般，引領一群人在創作過程中共同去探索，思考自身與某種社會需求與議題，自己也同時在學習社群中思考創造的形式、內容與材料，允許自由想像的機會，讓這段時空是能夠自由書寫、空白塗鴉的片刻。

Eisner（1991）強調藝術實踐，主要目的是「開展」思考與認識範圍的質性探究。創意與想像

的實務教學就是在創作中學習。許多他人創作論述的操作理論是實務原則，如果講了不一定會記得；但實務就是應用這些理論（他人經驗）的過程，做了就會記得這些理論。更貼切的說法是：創作的理論，把前人創作的故事放進腦袋，自身從事創作實務則是創造自己的故事，把那些曾發生在實作過程中的經驗，放進情感與情緒裡。因為做過，就會有鮮明的記憶與當下要解決問題的情緒反應。而每個人完成一個作品後，他就是其作品的創作者，自然就會有一個從無到有、創造出一件作品的故事，體會越深，故事也就越加深刻。然而，當創作者在講自身的創作學習的實務經驗給任何學生聽時，這些學生還是會覺得那是理論，直到他自己開始創作時，就會把這些經驗與自身做「視域融合」（不同人觀看視野，從小慢慢擴大）。

發現自己的生命經驗就是創意，把生命經驗透過想像來轉化與應用，這也是必須體驗與發掘的能力。當我們要去回溯與思考自己的體驗時，將更清楚能思考我們的想法，把它轉化為創作理念、創作說明等，能夠將作品的藝術層次與人溝通，交流看法。這似乎也呼應 Rogers 對學習的看法（宋文里譯，2014，pp. 324-325）：

「我覺得任何可以教的事物，相對來說，都是無關緊要的，而且對行為只有極少，甚至沒有任何重要的影響……這種自我發現的學習，這種透過個人體驗而調節之、同化之的真理，無法直接地向他人傳達……我發現我已經不再有興趣成為一個教師……當我嘗試教學時……這後果會導致一個人懷疑他自己的體驗，因而阻礙了真正有意義的學習……我發覺我只想做一個學習者，最好是去學習一些重要的事情，一些能有意義地影響我自己行為的事情」。

Rogers 強調到有意義的學習是「自我發現、自我調節」的學習，沒有人可以教別人如何去教學，自然引領創意想像實踐也無限寬廣，在創作

學習中充滿各種可能性。當我們努力去體驗創作當下的意義時，體驗帶著我們往模糊、沒有邊界的方向走去，在既熟悉又陌生的創作實踐中，看到令人著迷的可能性，同時又要掌握變化萬千的複雜感受。

創作學習，存有在「活潑潑」並且「有趣」的狀態中，在這樣的狀態裡，每個人的創作在符號系統內，具備冒險與充滿愉快意義的特質。開創意義的活動，對於個人而言，是一種自我實現需求、創造經驗的需求，他能夠以他所經歷的去表現，他能夠以他所觀察的去展現，只要他能夠肯定自己需要展現創意，他就能做到（Maslow, 1943）。在自我實現的需求中，每個人要去深究的，是他根深蒂固的意義系統中遊戲，再用不同媒介的方式表達出來，在這個以自我實現為基礎的世界裡，大家用社會生活中的各種符號當作素材，認真地去玩出自己想表現的，讓自己處於活潑愉快的狀態，發現最好玩的素材。最後，活潑的狀態與感覺，最能表現在我們對於意義的想像中，我們不去固定意義，不為意義圈界，築造它的領地與城堡，意義會有無限可能，而意義也帶領我們和我們想要與世界同一的願望，媒介與物質上發展創意以表現自己，在這意義幻想的世界中，每個人都是意義的流浪者，沒有貧賤高低之分，創作就是學習開創意義、豐富自身生命的活動。

這裡主張人人都能夠透過創作學習來豐富自己的能力，但不代表人人都要成為職業上的藝術家或設計師，畢竟要能當作職業，有許多政治、經濟、社會因素影響，而限制創作學習者進入藝術、設計等場域。但在藝術教育的意義下，創意與想像可視為一種運動，創作過程能確認自身價值的合理化途徑；透過引領學生創作擁抱的學習經驗，我更可肯定創作學習中生產的作品，不一定能在經濟場域中具買賣的交換價值，但對作品

的象徵意義而言，自我實現與市場力量，同樣是隻看不見的手，端看我們如何看待創作實踐在生命中的位置、意義與價值。

作者按 —

本文為科技部專題研究「從創作到創作論述：創作學習經驗與能力探究」，計畫編號為 MOE-103-2410-H-343-01 之部分研究成果改寫而成，特此向科技部致謝。

延伸閱讀

- 王淑貞 (2006)：痊癒能量的連接 — 接觸治療。慈濟醫學雜誌，18 (4)，53-56。
- Carl R. Rogers (1961)：成為一個人：一個治療者對心理治療的觀點（宋文里譯，2014）。新北市：左岸。
- 林漢裕、林榮泰、薛惠月 (2005)：漢字轉換成產品造形的可行性探討。設計學報，10 (2)，77-88。
- 郭妙如 (2012)：美國 911 兒童繪畫的抗暴與和平心聲。美育，187，22-31。
- 陳政見 (2013)：擁抱治療的理論與應用。雲嘉特教，18，1-8。
- 陳錦忠 (2007)：由感知方式探討雕塑的閱讀。藝術研究期刊，2，21-36。
- 陳靜璋 (2010)：詩人的「藝」想「視」界 — 談詩與視覺藝術。美育，178，4-11。
- 陳鴻文 (2011)：空白的美感。美育，183，82-85。
- 楊淑貞 (2010)：創傷復原與療癒歷程之探索：以表達性藝術治療為例。台灣藝術治療學刊，2 (1)，73-85。
- 劉豐榮 (2010)：精神性取向全人藝術創作教學之理由與內容層面：後現代以後之學院藝術教育。視覺藝術論壇，5，2-27。
- 鄭明進、蘇振明 (2012)：插畫與人權 — 日本與台灣插畫家筆下的人權圖像。美育，187，4-11。
- 蘇振明 (2012)：詩畫中的反核心聲！《想要活下去 — 車諾比孩子們的吶喊》專輯賞析。美育，187，12-21。
- Eisner, E. W. (1991). *The enlightened eye: Qualitative inquiry and the enhancement of educational practice*. New York, N.Y.: Macmillan Pub. Co.
- Eisner, E. W. (2008). Persistent tensions in arts-based research. In M. Cahnmann-Taylor & R. Siegesmund. (Eds.). *Arts-based research in education: Foundations for practice* (pp. 16-27). New York: Routledge.
- Irwin, R. L. (2013). Becoming A/r/tography. *Studies in Art Education*, 54(3), 198-215.
- Leavy, P. (2009). *Method meets art: Arts-based research practice*. New York, NY: Guilford Press.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396.
- Need a Hug; at Some Time in Everyone's Life, We All. (2010, October 8). *The Northern Star (Lismore, Australia)*.
- Sullivan, G. (2005). *Art practice as research : inquiry in the visual arts*. Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.