



德明科大舉辦「練愛花時間」粉彩 X 乾燥花手作工作坊



圖：參與「練愛花時間」粉彩 X 乾燥花手作工作坊成員合照、

德明財經科技大學學生輔導中心於 5 月 16 日舉辦性別平等教育系列活動-「練愛花時間」粉彩 X 乾燥花手作工作坊，邀請賀思瑋諮商心理師，透過活動與探討人際關係與互動。講師透過牌卡與粉彩，協助該校學生認識自己的特質與如何影響關係，並透過和諧粉彩的繪製，創作特質小卡。參與的同學沉浸在專注的創作中，透過心理師的引導，覺察自己的特質，利用粉彩將特質繪製在小卡上，再利用每個人創作的粉彩特質小卡，協助參與同學們了解自身特質在關係中的樣貌與影響。再透過活動與探討，釐清自己的溝通姿態，以及不同案例的討論增進對人際關係的影響。探索並了解自己的溝通型態，進而回到人我關係中思索如何影響，透過我訊息的傳遞增進溝通方法，協助該校學生增進表達力與因應能力。

活動的最後結合乾燥花束與粉彩圖的創作，自我賦能並具體化課程中學習到的關係練習，增進愛的能力。本次工作坊參與學生反應熱烈，回饋包括：「分析自己的情緒，了解自己的關係圖很有收穫」、「喜歡透過手作和自己溝通」、「學習了解人與人之間的相處模式，和對話的方式」...等。並期待未來該校學輔中心再度舉辦相關議題的活動或講座。

聯絡人：學務處學生輔導中心 楊慧真主任，聯絡電話：(02) 2658-5801 轉 2230

秘書室 敬啟