



德明科大舉辦「敞開心門迎接愛」流體畫工作坊



左圖：成員將自身對於愛情的想法
具體呈現在流體畫的創作上



右圖：活動合照

在求學階段裡，學生除了學習人際互動、課業訓練與實習外，愛情學分也是大學生涯中很重要的人生課題，有時候當我們被某個人吸引，可能是剛好對應到我們的需求，又或者是對方符合我們心中所期望的條件，然而在相處過程中，總有些時候會感覺到卡卡的，不知道該如何處理。為此，德明財經科技大學學生輔導中心本學期特規劃性別平等系列活動，邀請擁有藝術治療背景的陳煒諮商心理師，於 11 月 18 日帶領「敞開心門迎接愛」流體畫工作坊，讓學生能夠認識自己的愛情價值觀，以及學會如何讓關係經營更加順暢。

陳心理師首先透過情境問答的方式，讓同學了解自己在關係中的依附類型，再藉由個人色票與人我卡兩者，回顧個人在關係中的樣貌，並讓學生將自己認為在親密關係中感覺到最重要的部分，具體呈現在流體畫上。接下來，心理師則運用愛情設計卡，讓大家思考在面對不同的愛情課題時，會如何作出選擇與回應，而透過成員彼此詢問與討論的方式，漸漸釐清自己對於愛情的想法是什麼，並探索出個人的戀愛價值觀，這次除了透過流體畫的方式外，亦加入了輕黏土素材，讓學生可以在畫布上製作出不同價值觀的形狀、大小與顏色，甚至是它對於自身的影響程度，藉以深化內心的感受與覺察。最後心理師則教授親密關係經營的要領，並學會如何將內在真實的想法說出來，重新連結至自己重視的愛情觀。經過整天的工作坊後，同學紛紛表示更清楚自己在感情中的依附類型外，也了解到如何好好維持關係。