



### 德明科大「指尖的療癒力～和諧粉彩抒心工作坊」 導師輔導知能研習



左圖：導師認真參與活動情況



右圖：導師在過程中感受療癒

德明財經科技大學學生輔導中心於 10 月 16 日辦理「指尖的療癒力～和諧粉彩抒心工作坊」，邀請蘇貞心理師蒞校帶領，透過和諧粉彩創作過程，覺察和接納自我狀態，帶著開放彈性的心創作屬於自己的粉彩作品。

本次創作的作品名稱為「自由的飛鳥」，蘇貞心理師表示畫紙就像是內在的心理世界，顏色是內在感受，手指是畫筆，畫畫是創作自己想要的世界，畫中的山就像生活中的未知與挑戰，無法預測下一段路會是如何，也不知道會與什麼旅伴相遇，而飛鳥象徵自己想活成的樣子；最後邀請參與成員將自己畫作命名，並張貼在自己看的見的地方，當疲憊時可以自我提醒，找到自己內在可以悠遊的天地。透過蘇心理師一步步帶領下，即使沒有任何美術底子，也能體驗粉彩藝術治療的魅力，在過程中觀察自己情緒狀態和步調並嘗試調整，達到紓心與紓壓的感受，為導師工作儲備更多能量，也能將此媒材運用在學生輔導工作中。

聯絡人：學務處學生輔導中心黃振芳主任，聯絡電話：(02) 2658-5801 轉 2230