

2016 拉撒路會 藝術治療 「體驗工作坊系列」

藝術治療體驗工作坊之目的：

認識不同藝術媒體，例如音樂、藝術、戲劇、舞蹈等，在生命中的功用，這些媒介如何能幫助我們抒發或紓緩內在的情緒，加強生命中的抗逆力，及讓哀傷者過渡哀傷期。

全工作坊共四系列： 戲劇治療、舞蹈治療、音樂治療、藝術治療。每系列有四堂。

上課地點： 九龍長沙灣元洲街 485-491 號富洲大廈一樓。

對象： 歡迎任何人士參加。

名額： 每系列名額：20 人。

學費： 戲劇治療系列收費港幣 750，其他每系列收費港幣 600。

現在開始接受報名，先到先得，額滿即止。

系列(一) 戲劇治療 - 從戲劇化身體呈現轉化悲傷與喪失 (Transforming Grief and Loss through Dramatic Embodiment)

名譽講師： 余漢傑先生 Eddie (戲劇治療師)

工作坊簡介： 本工作坊為從事人本工作如輔導、心理治療、社工及心理學家等人士而設，以發展性轉化戲劇治療 (Developmental Transformations, 簡稱DvT) 為理論基礎，當中成員隨著自由聯想而即興行動，並會轉換不同的劇情、場景、意象，強調以象徵與隱喻藉身體及即興探索表達自我，從玩要中聆聽及表達內在需要、信念和感覺，以達致一個動態的平衡。工作坊結合理論講解、體驗活動及練習，讓參加者掌握不同概念及實踐技巧，以應用於工作當中。

學習大綱初擬 (視乎參加者實際情況而定)

堂次	日期及時間	內容簡介
第1堂	2016-01-04 (星期一) 晚上 7:00-9:30	DvT 戲劇治療基礎理論包括三大原則、不穩定性與改變、玩樂空間 Playspace、呈現 Representation、身體接觸與操守及初體驗
第2堂	2016-01-11 (星期一) 晚上 7:00-9:30	DvT 與悲傷與喪失、覺察、感受、聯想及表達 NFAE 及練習
第3堂	2016-01-18 (星期一) 晚上 7:00-9:30	DvT 於個案及團體應用及練習
第4堂	2016-01-25 (星期一) 晚上 7:00-9:30	DvT 於輔導：談話空間 Talkspace 或想像結合 Imagination Integration 及練習

余漢傑先生簡介

香港心理劇及戲劇治療中心負責人
英國中央戲劇與語言學校戲劇及動作治療碩士、英國註冊藝術(戲劇)治療師、香港註冊社工、美國戲劇治療發展性轉化學院(DvT Institute)認可治療師、並正接受心理劇治療訓練。
現為言劇團藝術總監、香港小童群益會戲劇心理治療師/ 社區創意學習中心專業督導、香港大學社會工作及社會行政學系榮譽講師及實習督導、私人執業心理治療師及培訓師，專注於創傷經歷、創傷後壓力症後群(PTSD)、善終服務、喪親、情緒困擾及精神健康需要。

參加者備忘： 1. 參加者請穿著鬆身衣物，並有心理準備可能會脫掉鞋子上課。
2. 參加者需全程出席，以達致完整學習及避免造成對其他參加者的影響。

系列(二) 舞蹈治療 - 舞蹈治療之與哀傷同行

名譽講師： 吳卓然先生 Joseph (舞蹈治療師-實習)

工作坊簡介： 舞蹈治療是一種以身體動作或舞蹈，作為主要介入方式的心理治療，並認為身心是互相影響的，透過身體動作，反映一個人的心理狀態，內在沖突與情緒，以具體的肢體動作表達，傳遞心理或情緒上難以言喻的歷程；也就是藉由身體動作，將潛意識的元素，傳達至意識面上，以將混沌的部份轉為清晰。舞蹈治療有助於整合參與者個人的身體、心理、情緒、認知、人際關係上的和諧，達到身心合一。

學習大綱

堂次	日期及時間	內容簡介
第1堂	2016-02-19 (星期五) 晚上 7:00-9:00	身體對話：透過不同身體工作，聆聽身體聲音，提升身心的承載力
第2堂	2016-02-26 (星期五) 晚上 7:00-9:00	身體探索：透過即興創作，拓展動作詞彙，抒發情緒，探索生死的不同面貌
第3堂	2016-03-04 (星期五) 晚上 7:00-9:00	身心同行：學習動覺同理心(Kinesthetic empathy)，與哀傷同行
第4堂	2016-03-11 (星期五) 晚上 7:00-9:00	身心整合及轉化：動出生命故事，整合動作經驗，轉化成生的盼望，活的動力

吳卓然先生簡介

美國舞蹈治療協會舞蹈治療師(實習)、香港演藝學院學士學位，主修現代舞、註冊社工、註冊游泳、瑜伽、健身教練。
現職自由身運動教練及舞蹈治療師(實習)，曾於不同小、中學、理工大學、醫院、社福機構、教會等帶舞蹈治療及身心健康工作。
擅長揉合不同身體鍛鍊方法於舞蹈治療介入上。

參加者備忘： 1. 請穿著鬆身衣服，並有心理準備上課時可能需要脫鞋及臥地。
2. 此工作坊是透過體驗式學習，讓參加者親身經歷、探索、內省及分享，並非傳統舞蹈技巧課，無需任何舞蹈底子，也沒有對錯、美醜、好壞之分。

系列(三) 藝術治療 - 繪出死亡下一頁

名譽講師： 董美姿女士 (藝術治療師)

工作坊簡介： 工作坊透過不同的主題，讓參與者有機會將自己與離世者結連，抒發內心情緒，處理潛藏的心結，建立正面的關係，積極地揭出死亡所帶來的新一頁。

學習大綱

堂次	日期及時間	內容簡介
第1堂	2016-04-08 (星期五) 晚上 7:00-9:00	身心安全地帶 - 透過影像導向(Guided Imagery)，進入內心世界，探索自我情緒狀態，從而了解身心需要，應付哀傷
第2堂	2016-04-15 (星期五) 晚上 7:00-9:00	記憶相冊 - 透過影像及攝影元素，編整出動人的生命點滴
第3堂	2016-04-22 (星期五) 晚上 7:00-9:00	說不盡的情話 - 透過文字，寫作及藝術創作，與死者作深情對話
第4堂	2016-04-29 (星期五) 晚上 7:00-9:00	繪出美善與將來 - 透過藝術創作，將死者的理想轉化成生命的啟瀆

董美姿女士簡介

藝術治療師，婚姻及家庭治療師，從事藝術教育及藝術治療超過10年經驗。現在主要服務對象為精神康復及癌症病患者。

參加者備忘： 1. 請穿便衣，方便自由創作。
2. 參加者無需任何繪畫知識或經驗。

系列(四) 音樂治療 - 人生的樂章

名譽講師： 林麗青小姐 Jenny (音樂治療師)

工作坊簡介： 音樂治療是以全人的方式來處理人的生理、心理、情緒、溝通和精神上的需求。這是一個以人為中心的治療，可以為哀傷者或病者帶來安慰及紓緩的作用。此工作坊讓參加者認識及體驗音樂治療如何幫助人紓緩身體的不適、管理情緒、及與其他人聯系，不再讓自己受困於眼前困難，奏出美妙的樂章。

學習大綱

堂次	日期及時間	內容簡介
第1堂	2016-05-5 (星期四) 晚上 7:00-9:00	作樂篇：透過唱歌，大合奏及填詞等音樂治療技巧，讓參加者在過程中有愉快感覺之餘，也從中領會到戰勝困難的方法。
第2堂	2016-05-12 (星期四) 晚上 7:00-9:00	紓緩篇：透過各種音樂放鬆練習，幫助參加者處理痛症等問題，以及學習放鬆的方法，改善睡眠質素。
第3堂	2016-05-19 (星期四) 晚上 7:00-9:00	情緒篇：透過唱歌及即興奏樂等音樂治療技巧，讓參加者表達及紓緩情緒。
第4堂	2016-05-26 (星期四) 晚上 7:00-9:00	互助篇：透過歌曲分享及歌曲創作等音樂治療技巧，讓參加者表達內裡的情緒，再透過分享，加深彼此的連繫。

林麗青小姐簡介

澳洲註冊音樂治療師，香港音樂治療協會主席，香港專業輔導協會會員
現主要服務癌症患者，康復者及其家人，主要合作機構有東區醫院、瑪麗醫院、乳癌基金會及靈實寧養院。

參加者備忘： 1. 請穿著鬆身衣服
2. 參加者無需音樂知識或經驗，只需開放自己，投入音樂及分享中，認識其他同行者

報名方法：

(一) 支票：請把劃線支票寄回九龍長沙灣元洲街 485-491 號富洲大廈一字樓。支票抬頭請寫：拉撒路會有限公司。請在支票背面寫上你的姓名、地址、電話、電郵，及註明報讀系列，信封面寫上「藝術治療體驗工作坊」。或

(二) 現金：請直接存入華僑永亨銀行往來帳戶(編號：035-811-379974-002)，把銀行收據寄回上址，並用紙寫上你的姓名、地址、電話、電郵，及註明報讀系列，信封面寫上「藝術治療體驗工作坊」。