

高雄戒治所戒毒輔導—『在創作中平靜』藝術治療團體

日前，高雄戒治所藝術治療師完成帶領本(111)年度第一梯次藝術治療團體。黃敬謀所長特來關心團體辦理情形，肯定學員積極參與的精神，並勉勵學員將團體中得到的感動，持續放在心裡化為戒毒的動力。

此項團體方案設計，藉由創作的過程和呈現，讓成員在體驗正念和創作的過程中，降低情緒困擾，增進個人挫折容忍力、成就感及自我效能。在本梯團體最後一次活動中，治療師帶領學員回顧過去的創作及感受，多數學員發現了自己的轉變，也看見了自己的能力。

學員「阿順」回饋最喜歡自己描繪老者雙手的那幅畫作，因為會讓他想念家人、思念母親的照顧。近兩個月的團體參與，讓阿順感受到平靜及感恩，覺察到自己需要家人的陪伴與愛，也願意對周遭付出自己的關心及力量。

學員「阿明」則回饋在團體進行的這兩個月，經歷了他在所內情緒生活起伏動盪的一段，在團體的創作過程中，每每覺察情緒、慢慢放下、尋找新(心)的意義…，畫作都是他檢視自己挑戰生活困境最好的紀錄，他珍惜也感恩參與團體的機會。

此項團體 110 年度本所累積開辦 8 梯次，有 54 位受戒治人參與。透過創作及正念練習的非口語表達及體驗特質，並藉由治療師及成員們的同理心，營造一個支持、接納和互助的團體氛圍，讓團體療效能在安全的氣氛催化下，帶出成員們由內而外的轉變，在充滿困難的生活中，找到獲得放鬆和平靜的方法。

