

「我的繪藝室」藝術工作坊分享~

日期:104.11.28(六)09:00-16:00

地點:行健一樓 舞蹈教室

主辦單位:諮商輔導中心

主講人:藝術治療師-陳美伊老師

在生命中，我們如何去詮釋自己呢？這個週末，我們邀請到了藝術治療師——陳美伊老師，教導大家運用媒材更了解自己。



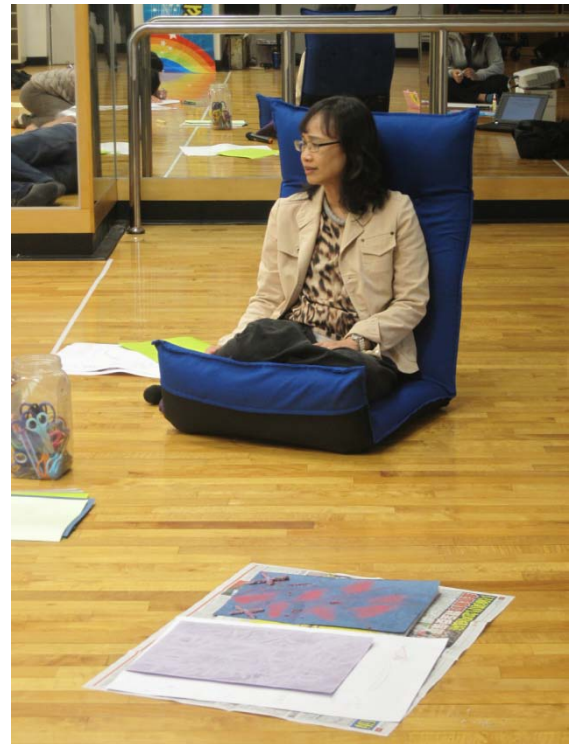
「我是誰？」是我們一生中常會思考的問題，我們真的如自己所知道的了解自己嗎？我們是以什麼樣的身分生活著？



透過姓名發想的作畫，使成員思考如何向他人介紹自己。生活方式、個性、興趣……用一幅畫話出我對自己的認識。



在我的生命中，有些特質是從我的家庭、我的教育、我的文化而來，而這些塑造出怎樣的我呢？我身上的特質有什麼是我喜歡的？有什麼是我不喜歡的？有什麼是我想傳承給我的下一代的？



若用一個事物形容「我」那將會是什麼東西？什麼形狀？什麼色彩？在這階段的我可能是這個形象，但未來的我，又會有怎樣的面貌呢？

圖/文 諮商輔導中心 梁佩樺 實習諮商心理師