

國立臺灣藝術大學高等教育深耕計畫
110-2 學期多元學習課概要表

開課單位	臺灣藝術大學電影系		
課程名稱	跨域藝術治療課程		
本校教師	吳麗雪、鄭曉楓、張連強、謝慧超		
業界教師	蔡佩珊、康峻宏、林宜穎、吳昌衛、賴彥銘		
課程時數	36 節 *提醒：屬體制外課程，不列入最低學分數、不列計畢業學分及成績。		
課程期間	111 年 02 月 23 日至 11 年 06 月 22 日		
上課時間	每周三下午 14:00~16:00		
上課地點	教研大樓 201 教室(暫定。將依下學期選修人數與上課時間或授課老師需求而彈性調整)	修課人數 上限	30 人
修課條件	不限科系		

★ 師資陣容

	姓名	服務單位	職稱	專長
本校 教師	吳麗雪	電影系	副教授	編劇、導演、製片
	鄭曉楓	師資培育中心	副教授	學校諮商與輔導、正向心理學、藥癮心理治療、長者藝術治療、質性研究
	謝慧超	舞蹈系	講師	舞蹈治療
	張連強	戲劇學系	副教授兼系主任	教育劇場、戲劇治療
業界 教師	蔡佩珊	臺北醫學大學護理系	教授	心血管護理、生物回饋應用、壓力與慢性病相關研究、心理生理學研究
	康峻宏	臺北醫學大學醫學工程學院	院長	慢性疼痛、生物信號處理，非線性系統分析和人工智慧醫學應用
	林宜穎	臺北醫學大學附設醫院 復健醫學部	音樂治療師	音樂治療
	吳昌衛	臺北醫學大學心智意識與腦科學研究所	教授	功能性磁共振造影、睡眠神經影像、正念引導
	賴彥銘	任教開南中學 國立陽明交通大學腦科學研究所博士生	音樂老師	鋼琴、理論作曲、音樂相關生理反應研究

★ 課程內容與進度安排（實際授課將依業師時間及學生學習狀況而有所調整）

時間/地點	教學與作業進度	授課教師
2/23(三) 14:00~16:00 教研 201	<p>壓力與健康：</p> <p>當身體承受過多壓力會影響心理健康，導致焦慮、憂鬱及失眠等症狀。壓力會促使身體釋放激素，引發高血及其他心血管疾病，壓力也會在消化系統中顯示出來，產生諸如胃痛、胃脹氣、腹瀉、便秘、大腸激躁症和胃酸逆流等。壓力大時，觸發緊張性頭痛、肩頸僵硬，甚至可能導致顳頷關節疾病。因為身體的壓力反應系統和免疫系統關聯，過多的壓力會削弱免疫功能，可能誘發流感、蕁麻疹、脫髮等情況。</p> <p>本單元介紹壓力與健康，並討論壓力導致健康問題背後的生理機制。</p>	蔡佩珊 吳麗雪
3/2(三) :14:00~16:00 教研 201	<p>壓力與健康:自我探索活動</p> <p>當身體承受過多壓力會影響心理健康，導致焦慮、憂鬱及失眠等症狀。壓力會促使身體釋放激素，引發高血及其他心血管疾病，壓力也會在消化系統中顯示出來，產生諸如胃痛、胃脹氣、腹瀉、便秘、大腸激躁症和胃酸逆流等。壓力大時，觸發緊張性頭痛、肩頸僵硬，甚至可能導致顳頷關節疾病。因為身體的壓力反應系統和免疫系統關聯，過多的壓力會削弱免疫功能，可能誘發流感、蕁麻疹、脫髮等情況。</p> <p>本單元透過生理量測，幫助學習者認識自己的壓力狀況，並且設計自我探索及壓力紓解活動，透過自我探索活動，協助學生思考如何應用藝術治療介入壓力相關疾病與症狀。</p>	蔡佩珊 吳麗雪
3/ 9(三) :14:00~16:00 教研 201	<p>疼痛史話：</p> <p>疼痛是疾病最常見的一種表現，多數的人也認為疼痛經常代表一種受苦。然而在許多的情況下，疼痛存在可能也有其臨床意義，疼痛在身心靈上面，也有許多重要的面相需要考慮，從不同的面向去理解疼痛相當重要。</p> <p>許多疾病除了帶來症狀以外，也有可能對病患造成嚴重的功能損失，而進一步使得患者的社會角色喪失，尤其對於目前無法治癒的疾病，如何運用適當的方式恢復其功能，生活品質甚至社會角色，就是復健最關心的事情。</p> <p>本節課將由疼痛、疾病、失能到復健，這幾個面向，讓學生能夠理解，這些不同的情況下，彼此的交互作用，而能夠提供更完整的思維。</p>	康峻宏 吳麗雪
3/16(三) :14:00~16:00 教研 201	<p>音樂治療於復健領域之運用：</p> <p>音樂自遠古時代即存在於人類社會中，並對人類的身心健康帶來影響。近一個世紀以來，音樂在健康照護領域的效用受到矚目，並開啟了現代化的科學研究與應用，藉由即興、歌詞分析與詞曲創作、音樂與意象、聲音與歌唱、樂器玩奏與表演、音樂聆聽、以及結合音樂科技和多元藝術感官媒介等方式，以心理學、醫學等學科為基礎，音樂治療廣泛被運用在發展性、精神健康、復健、支持性醫療領域及全人健康促進。</p> <p>本課程將從全人觀點介紹音樂治療在多元族群的復健領域之運用。</p>	林宜穎 吳麗雪
3/23(三) :14:00~16:00 教研 201	<p>藝術治療的內涵與體驗(上)</p> <p>先介紹藝術治療的相關理論，再透過藝術治療運用於自我探索的活動體驗來了解藝術治療的應用性。</p>	鄭曉楓 吳麗雪

3/30(三):14:00~16:00 教研 201	藝術治療的內涵與體驗(下) 透過團體創作來感受藝術治療在團體動力上的發揮與效果。	鄭曉楓 吳麗雪
4 /6(三):14:00~16:00 教研 201	腦功能與神經可塑性： 大腦是非常重要的器官，負責了人們的思考與情緒。而大腦中的神經細胞雖然每天的數量不見得有所變化，但神經細胞形成的「連結」卻是千變萬化。這種神經連結的變化—可以發生在幾年的復健過程中，也可能發生在十幾分鐘的創意思考後—這樣的現象我們稱為神經可塑性，讓人們得以運用意志力來塑造自己的大腦功能。	吳昌衛 吳麗雪
4/13(三):14:00~16:00 教研 201	正念x腦科學： 正念(mindfulness)旨在擺脫概念式的理解，提升內在覺察感受能力，鍛鍊「有意識地培養時時刻刻不帶評判的覺知」。最初 Jon Kabat-Zinn以正念減壓課程成功讓長期疼痛病患得以與自己的病痛和平共處，而四十幾年以來已有相當多的科學實證研究證實透過覺察練習維持身心平衡，可帶來相當多的生理與心理之助益。	吳昌衛 吳麗雪
4/20(三):14:00~16:00 教研 201	音樂治療 - 定義（音樂、治療），傳說與起源，音樂教學法與運用，音樂和生活 概略介紹音樂治療是什麼，從古至今的緣由，包含古代祭祀到誦經。音樂中的教學法也成為音樂治療中較好下手的方法之一，連最簡單的歌唱以及拍手打節奏都能給需要的人在生活中帶來影響。生活中或者哪些情境上會聽到音樂，從最基本也最簡單的大自然，其實就能帶來影響，並且將目前的期刊論文中所提及到的項目稍做介紹。	賴彥銘 吳麗雪
4/27(三):14:00~16:00 教研 201	音樂、科技與醫療的關係-如何創造/製造音樂，音樂的影響（客觀與主觀偵測），音樂、科技與醫療的運用範圍 將音樂當成介入手段，從實驗中做出影響人、動物的方式，與各種疾病、生理數據之間的關係，再將目前的期刊論文中，以及最新的科技偵測方式，用比較好理解的方式直接介紹給學生，從心跳到自律神經，甚至到睡眠驅力，都是音樂治療，或者從音樂影響生活的方式之一。	賴彥銘 吳麗雪
5/4(三):14:00~16:00 教研 201	認識療癒裡的身心元素 1. 「心理的傷身體會記住」淺談身體動作、生理不適與心理情緒的關係。 2. 不同一般的舞動體驗。	謝慧超 吳麗雪
5/11(三):14:00~16:00 教研 201	舞蹈治療 1. 簡介舞蹈治療淵源發展、基本概念及應用領域。 2. 短體驗與分享台灣舞蹈治療現況。	謝慧超 吳麗雪
5/18(三):14:00~16:00 教研 201	故事敘述與藝術治療（上課） 引導同學進行肢體放鬆與創意發想，以心智圖分組建構故事脈絡	吳麗雪
5/25(三):14:00~16:00 教研 201	故事敘述與藝術治療（實作） 請同學分組進行故事分享與重組，已達認同或轉念的省思	吳麗雪
6/1(三):14:00~16:00 教研 201	表達性藝術治療（體驗與實作） 1.戲劇治療的基本概念 2.戲劇治療運用與心理治療的發展關係 3.戲劇治療的程序 4.如何發展人物與角色之特色 5.評論分析與溝通，在戲劇治療中之各項要素	張連強 吳麗雪

6/8(三):14:00~16:00 教研 201	心理劇（體驗與實作） 1.幻覺與真實的整合 2.戲劇治療的具體呈現與回饋 3.戲劇治療的治療因子---九個核心過程 4.戲劇治療中的評估計錄與評量 5.戲劇治療的應用與發展	張連強 吳麗雪
6/15(三):14:00~16:00 教研 201	期末發表:分組發表與老師講評	吳麗雪
6/22(三):14:00~16:00 教研 201	期末發表:分組發表與同儕互評、成績計算	吳麗雪

★ **成績考核／評分方式**

作品 50%(含自評、互評，與業師、專任老師評分)、出席率與課堂表現 50%