

禪陀羅繪圖團體在精神科職能 治療團體中的應用。

報告者：李騏任

單位：大林慈濟醫院

職稱：職能治療師

日期：104.03.22



佛教大林慈濟醫院 Buddhist Dalian Tzu Chi Hospital

前言 -- 表達性藝術治療

• 內涵：

- 因其多彩多姿之媒介樣貌，由外在而內在，自身體—心理—渲洩—直覺—至超驗的體驗性介入等特質，逐漸取代長久以來用藝術治療涵括處理人類情緒及心理困擾之趨勢。
- 其基礎不在於特殊的技術或媒介，而是在於回應人類苦難的藝術能力。
- 關心的主題是人類受的痛苦和藝術的可能性。
- 美的責任的基本概念暗示了選擇適當的媒介以達成治療的效果。
- 想像力是創造力和意義的來源。
- 身體會動、聽、看及說，這都符合藝術的原則。



佛教大林慈濟醫院 Buddhist Dalian Tzu Chi Hospital

前言--表達性藝術治療

- 內容分類：
 - 視覺感受為主：
 - 繪畫-沙遊-曼陀羅治療
 - 綜合性感官為主：
 - 音樂-舞蹈-戲劇治療
 - 內在心理與心靈體驗為主：
 - 明心療法-心理劇-家族排列

表達性藝術治療—視覺感受治療

繪畫是一種非語言的表達工具。



視覺感受治療—曼陀羅治療

- 曼荼羅（梵文：मण्डल，Mandala，原義為圓形），又譯為曼陀羅、慢怛羅、滿拏囉、曼達拉等，意譯「壇」、「壇場」、「壇城」、「輪圓具足」、「聚集」等；藏語的音譯為「吉廓」，意譯為「中圍」。
- 依照曼荼羅的各種含意，是為了描述或代表其宗教的宇宙模型，或顯現其宗教所見之宇宙的真實，所做的「萬象森列，圓融有序的佈置」，用以表達宇宙真實「萬象森列，融通內攝的禪圓」。曼荼羅是梵文字的意思是「本質」，「有」或「遏制」，也意為「圓圈周長」或「完成」。
- 榮格：成形、變形、永恆心靈的永恆創造。



曼陀羅是自體精神本質的縮影

視覺感受治療—曼陀羅治療

（續）

- 曼陀羅繪畫的創作提供了一個安全的空間，容許創作者自由表達原本被壓抑、閉鎖在潛意識中的過去傷痛經驗與情緒。

視覺感受治療—禪繞畫

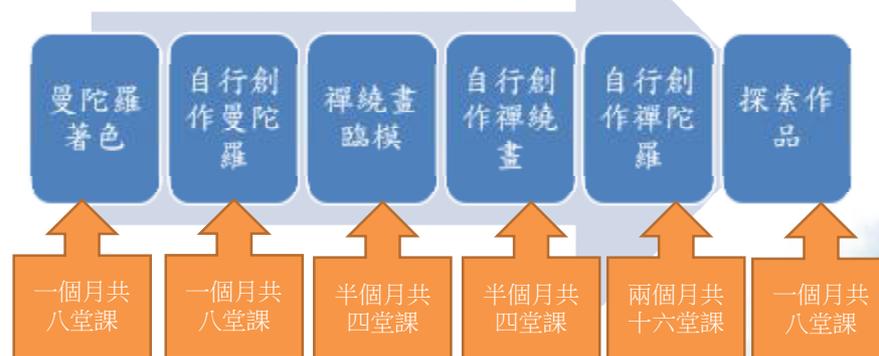
- 2005年由字體Maria Thomas與其丈夫合力研發出來的繪畫方式，透過重複畫圓線條等基本圖樣，畫出漂亮的圖形，且能藉由專注繪畫的過程放鬆心情，達到療癒效果。

視覺感受治療—禪陀羅

- 是禪繞畫的進階畫法，為禪繞藝術創辦人從西藏的曼陀羅藝術獲得靈感，並特別開發出圓形紙磚，又稱為「**禪陀羅**」
- 由於曼陀羅的圓形形式，以及其中出現的幾何圖形，與禪繞畫的本質接近，因此兩者很自然地結合，創造出禪繞畫的另一種呈現方式。而圓形禪繞畫可以不講求對稱，完全可以自由發揮。

治療方式

- 療程設計：



研究方式

- 成員為某教學醫院日間照護病房學員，共15名。（男性：8名，女性7名）
- 採用結構性訪談的方式，收集結果。

作品

- 中度智能不足的知覺失調症患者 →
- 因家暴而發病的重鬱症患者 →
- 重鬱症患者 →
- 知覺失調症患者 →

結論

- 依據學員於訪談時的回饋，此方式能有助於協助其放鬆心情，且於創作時較無壓力，不需思考應畫何物何事何主題，可自由發揮，甚至有學員生在他開始想名字前，根本還不知道自己在畫何物，卻已完成。
- 而在執行活動的手法上加入要求於多長的時間內完成作品，學員表示一開始真的很難達成，因要在一個小時內完成，不能早不能晚，有難度，但真做到後，發現自己的心平靜下來。
- 在此研究中發現個案的心情可藉由外在的要求，如放慢或加快筆觸，更改顏色，去改變。
- 在此研究中，於研究方式上較偏向個案報告式的經驗分享，於實證上的嚴謹度較缺乏，但在個案的實質回饋上，可以了解，這是一個可行的治療模式，但在實證的研究規劃上對個案的選擇及質性資料的收集分析仍有改善空間。

Thank you for your
attention

- Facebook : 李騏任
- Line : saganot1218
- Email : saganot@hotmail.com



