



## 精神科職能治療臨床實習

# 過程中的 個人經歷及感受

何學厚 ◆ 職能治療臨床指導教師 | 陳智琪 ◆ 職能治療臨床實習學生

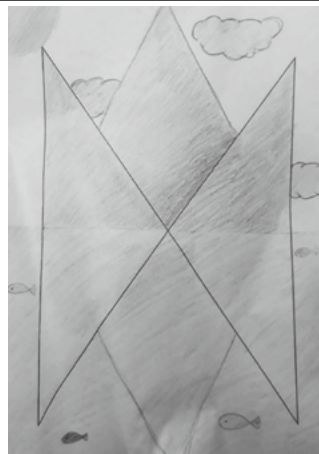
### 前言

本院精神科職能治療長久以來會透過繪畫活動來深度認識個體及提供個體對自我的覺察及了解。

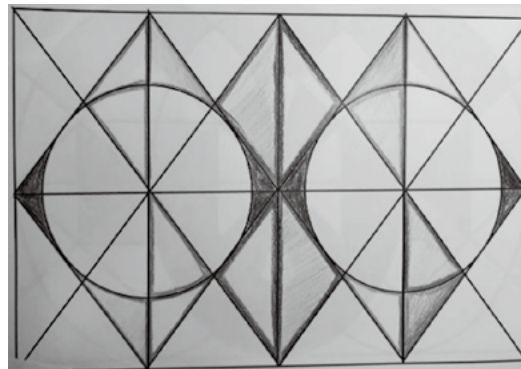
繪畫活動是透過結構式的繪畫活動讓個體在整過活動中能夠用輕鬆愉快的心情來執行繪畫活動，並藉由繪畫活動更能加強個體對活動的投入（融入），經由繪畫活動可以讓個體投入（融入）在自我的意識中。

治療師在帶領繪畫活動時，除了先要對繪畫活動的執行技巧有所了解，能清楚認識到整體繪畫活動的執行過程，更要對活動的目的有所認知，再進一步治療師亦需要自我更多的投入及參與整個繪畫活動，才能對繪畫活動有較深層的認識及對自我也能清楚的覺察和更深的自我認識。

### 臨床實習學生個人畫畫及心情感受



A1，時間：2019/02/22

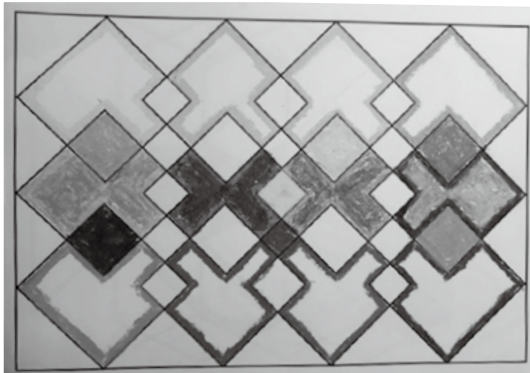


A2，時間：2019/03/01

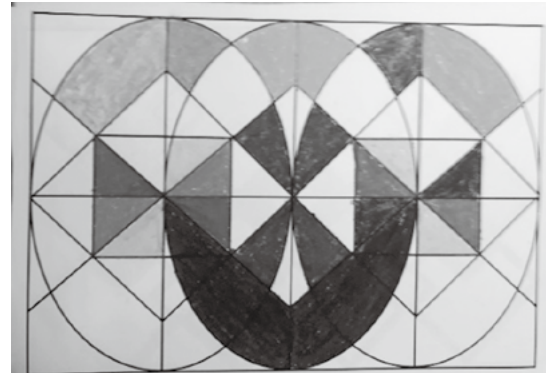


繪畫主題	繪畫內容說明	自我分析（在繪畫活動過程中的想法，自我感想）	臨床指導教師對臨床實習學生畫畫的分析
A1 水中的風景	透過湖面的倒影呈現出兩個世界的感覺，有相似也有不同	想到之前出去旅遊時看到的風景，湖面如鏡般清澈	臨床實習學生表示這是自己小時候跟家人一起出去玩時看到過的風景。現在因為要忙實習，跟家人相處時間很少，很懷念自己小時候跟家人在一起的感覺。
A2 衝突與融合	透過兩種決然不同色系紅色與藍色呈現出衝突的感覺，但當紅色與藍色混合時而呈現的是紫色，紫色則代表融合的概念	覺得藍色象徵著冷靜理性、紅色象徵熱情，兩者感覺是衝突的，透過紅色和藍色的融合可以產生讓人感覺神秘的紫，希望自己也能成為像紫色一樣能夠將兩種衝突特質融合，形成自己的特色	臨床實習學生最近跟媽媽有一點口語衝突，自己對媽媽的感覺有點又愛又討厭的感覺，所以用強烈的對比色來呈現出心情的矛盾。

臨床實習學生個人畫畫及心情感受



A3，時間：2019/03/08



A4，時間：2019/03/15

繪畫主題	繪畫內容說明	自我分析（在繪畫活動過程中的想法，自我感想）	臨床指導教師對臨床實習學生畫畫的分析
A3 相似	使用藍色、綠色、黃色為主色，中間輔以相近色	喜歡相近色那種漸層的感覺，有點像但又不盡相同，像是朋友一樣，物以類聚但又各有各的特色	臨床實習學生較執著在幾何圖形上，較無法將幾何圖形延伸至生活經驗，較多用顏色來呈現自己的心情感受。
A4 面具	三個橢圓就像三張臉一樣，顏色使用了藍色系、紅色係於兩旁的臉，而中間使用紫色及皮膚色，兩旁的半臉是自己內心的樣子，而中間的全臉是我想呈現出的樣子	覺得自己是個內心充滿衝突、矛盾的人，有時很冷靜理性，有事很活潑熱情，希望自己能好好調適自己，因此在中間使用紅色加藍色而生的紫色。	臨床實習學生想要用面具來表達自我內在及外在的衝突，自己有時也會對自己這樣的矛盾、衝突懊惱，但自己卻無法適當整合，現在只有靠化化方式來調節一下心情。



臨床實習學生個人畫畫及心情感受

A5，時間：2019/03/22		A6，時間：2019/03/29	
繪畫主題	繪畫內容說明	自我分析 (在繪畫活動過程中的想法，自我感想)	臨床指導教師對臨床實習學生畫畫的分析
A5 青蛙	用綠色作為青蛙身體的顏色，紅色畫出青蛙的嘴巴	覺得圓形的部分很像青蛙的眼睛，一隻沒睡飽的青蛙正在打著哈欠的樣子	臨床實習學生會以動物延伸到自己的現況，尤其是當描述到「一隻沒睡飽的青蛙正在打著哈欠的樣子」時，會出現會心一笑。
A6 兔子	利用三角形呈現兔子的臉型與耳朵	想到以前小時候養過的兔子，可惜他自己掙脫籠子跑掉了	臨床實習學生常會將自己的思緒連接到自己小時候較無憂無慮的生活，現在長大了，一方面要面對現實生活中種種的壓力，還要去面對家裡面所發生的一些壓力。

臨床實習學生個人畫畫及心情感受

A7，時間：2019/04/11		A8，時間：2019/04/18	
繪畫主題	繪畫內容說明	自我分析 (在繪畫活動過程中的想法，自我感想)	臨床指導教師對臨床實習學生畫畫的分析
A7 狐狸	覺得橫著看像小狐狸	沒有特別想法	
A8 鬱金香	透過黃色、橘色呈現鬱金香的花瓣、深綠淺綠組成莖、葉	想到還願遊戲裡那象徵著愛與希望的鬱金香，也想到小時候常和家人去的鬱金香花園，可惜最近想起想再訪時發現已經荒廢了	臨床實習學生喜歡想像，且想像力非常豐富，亦能夠將幾何圖形語自己生活經驗及心情聯結在一起。



### 個人的整體心得感想

自己從小就喜歡畫畫，想不到在臨床實習過程中還接觸到自己喜歡的畫畫。但在臨床實習過程中的畫畫方式跟自己小時候畫畫的方式有點不一樣，這裡主要的是要帶領個案去畫畫，且要要求個案將自己畫畫的感受寫出來及說出來。更重要的是臨床指導教師會要求帶領個案執行畫畫過程中，帶領者也要投入其中，自己也要去畫，去書寫自己的感受。

自己在這一段實習及畫畫過程中，除了在畫畫時讓自己心情放輕鬆外，還學習到如何透過畫畫來認識自己，來看到自己的心情，才發現自己有時候很容易受到外在環境影響，也看到自己心裡面有著很多的矛盾心情，讓自己也透過畫畫方式將心裡面的種種問題浮現了出來。

還有，在帶領個案畫畫時，也較能夠看清楚個案的內心世界，也較能夠以同理的方式來認識個案。

### 臨床指導教師的心得感想

琪琪在剛開始接觸幾何圖形繪畫活動時，較多執著在自己對幾何圖形的認知及設計上，較無法讓自己融入在幾何圖形繪畫整個活動中。但在與琪琪溝通後，琪琪能夠清楚說出對自己圖畫的感受，且慢慢更能將幾何圖形繪畫融入到自己的生活經驗、心情及想像世界。

在帶領個案執行畫畫過程中，琪琪能夠適當的引導個案說出自己的感受，也能夠給與個案適當的支持及關懷，但有時較無法深入的與個案一起去探索深藏在心裡面的思緒。

### 結論

臨床實習學生在帶領繪畫活動時，都需要臨床指導教師先給予臨床實習學生對繪畫活動的帶領目的，內容，執行方式及帶領技巧做充分教育，且臨床指導教師會先帶領繪畫活動，示範及指導（活動後討論）臨床實習學生做學習。當臨床實習學生在帶領繪畫活動時，臨床指導教師亦會在旁做監督及適時提供臨床實習學生協助，如在繪畫活動開始前，先與臨床實習學生討論要準備帶領的繪畫圖案。在繪畫活動時，協助臨床實習學生如何循序漸進引領個案投入在整個活動過程中；如在分享時，指導臨床實習學生如何提供較具體的問題及安撫較充滿負向情感的個案。

臨床實習學生在帶領繪畫活動執行計畫及在選擇繪畫圖案時，能遵從臨床指導教師的指示執行。

更重要的是臨床實習學生不只是學習到如何帶領繪畫活動，且臨床實習學生對於自己繪畫也能夠學習自我分析，自我認識及自我了解，才能夠進一步的分析個案，認識個案及了解個案。🌀