

東華三院越峰成長中心

峰訊

第29期

2015年9月



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals



藝術

治療

引言

在戒毒治療的過程中，讓戒毒者了解他們的需要，發掘他們的長處及訂立個人目標是非常重要的。除了透過心理社交輔導外，本中心亦會根據戒毒者不同的情況而安排不同的介入手法，包括：藝術治療介入、運動介入及師友計劃，目標是協助戒毒者提升動機、重新掌握自我效能感及加強支持網絡，從而建立正面積極人生。本期《峰訊》，將會集中介紹藝術治療介入手法。



為什麼是藝術介入？

在工作中，我們不難發現戒毒人士的生命充斥著無力感以及面對毒品時掙扎的無奈，他們從不同的失敗經驗中累積了很多負面情緒，羞愧、無力感、被拒絕等複雜的情緒，很容易令戒毒人士繼續吸食毒品。(Johnson, L. 1990)

面對難以言喻的感受、混亂複雜的情緒，藝術成為一個有力且針對性的介入方式，助戒毒者處理問題。Edward Adamson認為藝術創作有助抒發感受，讓創作者嘗試與自己的感受溝通，學習面對。自由創作的過程，讓戒毒者重獲對事物的掌控的感覺，建立自我效能感。而藝術作品有助創作者讓無形的感受與想法化為實體的形象與訊息，以整理複雜及混亂的情緒。

本中心自2006年開始運用藝術促進手法並會定期和藝術治療師合作，多年來舉辦不同的藝術治療小組，透過與戒毒者共同創作，讓戒毒者從混亂的經歷與感受中走出來，學習整理及面對負面感受，提升戒毒人士的效能感，而當中的經驗，更讓我們明白藝術介入的影響力。

Johnson, L. (1990) Creative therapies in the treatment of addiction: The art of transforming shame. The Arts in Psychotherapy.

Adamson, E. (1984) Art as Healing, London:Coventure Press



藝術介入



生命線 —— 重整過去生命經歷，建立對將來的盼望



面譜 —— 認識「外在的我」及「內在的我」，建立溝通的橋樑



藏寶箱 —— 存放生命中重要的東西，提升改變的動力



藝術治療師有感

Wendy Kou 曾多次為中心舉辦藝術治療小組，她體驗到藝術治療能有效成地協助戒毒者處理生命中的糾結，讓他們發掘自己的能力，以面對日常生活的事情。

還記得有一次，一位認為自己不善表達、不懂藝術的組員，在製作屬於自己的生命線後，竟主動分享自己的藝術作品，並於小組的第一天便分享了自己面對毒品的無奈與迷失。之後的小組過程，他非常投入而且努力表達自己，在了解自己的過程中，成功發掘自己要走的路，為自己戒毒的生活定下目標，非常感動！



「一幅畫勝過千言萬語」

對很多個案來說，透過藝術媒介和治療師溝通，比用語言文字更覺容易。藝術治療主要是一種非語言的治療，藝術治療師和個案會共同在創作過程中尋找藝術作品背後的深層意義。

透過接觸不同的藝術素材，戒毒者較能降低防衛機制，嘗試探索自己的內心世界，利用藝術素材，助他們把沒法用言語去表達或害怕去表達的感受呈現出來。藝術治療提供了非傳統的治療方法讓吸毒者學習如何應付日常生活。藝術作品成為一個重要的元素，提醒他們曾努力地改變及表達的感受，建立積極且正面的行為。在投入精力去創作的過程中，戒毒人士學習如何落實地去做事，從而為自己的生活有所行動，都有助他們投入或重投生活，並且學習如何面對那些過往用毒品去逃避的問題。



「過去我曾做了很多令自己後悔的事，這些事一直糾纏著我，令我舉步為艱。在接觸藝術治療後，我開始學懂如何放下過去，抱著希望向前看。藝術令我重整理已遺忘的人生點滴，亦提醒了我家人的重要性，讓我願意踏出一步去修補和家人的關係。」

龍



個案分享

「曾經，我在吸毒的世界裡迷失，不願意面對過去。藝術治療讓我了解到自己一直把過往不愉快的經歷堆積在心內。在藝術治療師的協助下，我學習了如何面對自己的內心世界。透過創作不同的藝術品，令我更容易覺察到毒品對自己人生的影響。這一切有助我重新在戒毒路上出發。」

「在戒毒路上，我曾因多次跌倒而對自己失去信心，總認為戒毒是一件很困難的事。透過藝術治療，看著自己一步步完成藝術品，我找回失去的能力感。藝術有助我重整自己的生命故事，令我相信自己已在戒毒路上會站得更穩固。」

Allen
:D

潘



有專家指填色不像畫畫般需要技術和思考，卻可以讓人靜下來投入在藝術的世界。這種「藝術療法」可讓人進入放鬆心情的狀態，亦有減壓的作用。現在我們誠邀你一起投入藝術的世界，感受填色的吸引力。





運動介入手法

除了藝術治療，我們亦以運動介入手法，協助戒毒者發展正向興趣及提升對健康生活的意識，有助避免重復吸毒。中心過往一直舉辦不同運動的興趣小組，包括：拳擊(Boxing)、足球、籃球、跑步、體適能訓練等。「專注、集中」正正是不少參與運動興趣小組的戒毒者需要學習的。下期《峰訊》的專題將會深入介紹運動介入手法的特色，和在戒毒輔導中的實踐。

「『工』不可沒」社區康復支援計劃

在戒毒者復康的路途上，是否有足夠的支援網絡是十分重要的。同行者令戒毒者不再孤單，給予他們力量持守戒毒的目標；我們亦相信穩定的就業能令戒毒者一步步重建健康生活，減低重復吸毒的高危因素。

中心獲得禁毒基金資助，將於2015年7月至2017年6月進行為期2年的「『工』不可沒」— 社區康復支援計劃。

計劃流程

感化主任/社工/
社會服務機構
轉介或
自行報名參加

初步評估
• 至少2次面談

職前輔導小組
• 敘事治療小組
• 技能訓練
• 工作實習
• 行業參觀

在職支援
及輔導

自助小組

結束及
評估

東華三院越峰成長中心

| | |
|------------|---|
| 中西南及離島服務處： | 香港上環禧利街2號東寧大廈1501至1504室 |
| 東區及灣仔服務處： | 香港筲箕灣寶文街6號東華三院方樹泉社會服務大樓9樓 |
| 東涌服務分處： | 大嶼山東涌逸東邨(二)美逸樓地下 |
| 戒毒輔導熱線： | 2884 1234 |
| 電話： | 2884 0282 |
| 傳真： | 2884 3262 |
| 網址： | http://crosscentre.tungwahcsd.org/ |
| 電郵： | csdcross@tungwah.org.hk |
| 督印人： | 鍾燕婷 |
| 籌委： | 陳潔華、張霆豐、林小鳳、陳卓如、王嘉琪 |
| 印刷數量： | 1,500 |
| 印刷日期： | 2015年9月 |

寄：



TWGHs.CROSS

