

112 學年第 1 學期學務處諮商輔導暨職涯發展中心活動成果報告

週次: 第八週(112/11/05~112/11/11)

2023-11-07_112-1 《從心舞動》舞蹈治療體驗工作坊(3)

成員陸續加入團體



簡單的身體暖身



透過繪本探索情緒



藉由牌卡輔助探索



日期： 2023/11/7 112 年 11 月 07 日(二) 17:00-21:00

地點： U304 團諮室

主題： 112-1 《從心舞動》舞蹈治療體驗工作坊(3)

主席： 台灣藝術大學資源教室 吳昌彥心理師

參與人員： 本校學生及資源教室同仁共計 12 人。

活動成果： 本次活動吳昌彥心理師在剛開始讓成員感受各個身體部位感受，讓身體部位跟心裡更有連結，後透過簡單的繪本故事讓成員連結繪本故事中的情緒，並結合情緒牌卡探討不同情緒在身體各個部位中的感受，讓情緒感受具身化，在未來當有情緒出現時，更能透過身體狀態覺察。