



學大明陽立國



## 電子報專欄

快訊 【校園焦點】 2014生醫科技就業博覽會

## ◎ 山腰部落格

- > 本期摘要
- > 校園焦點
- > 陽明訊息
- > 行政會報
- > 課輔部落格
- > 捐款芳名錄

## 副刊專欄

- > 山腰部落格
- > 山腰電影院
- > 閱讀旅行

## 相簿集錦



這是什麼？

相簿適用IE6, IE7, FireFox, Safari  
IE8請開啟「相容性檢視」瀏覽

## 【樂高治療與認真玩工作坊】活動報導

5月3日星期六的早晨，若不是衝著樂高的魅力，要一群研究生早起、捨棄同時間校內的活動—「生醫科技就業博覽會」還真是個困難的事！這一天山腰邀請到了國內專攻「正向心理學與復原力研究」以及「樂高治療與認真玩」的新竹教育大學曾文志教授來帶領「正向人際溝通的學習與促進工作坊—應用樂高認真玩的學習模式」，他請大家分享「陽明最美的地方」來開啟了一天精彩活動的序幕。

接下來二至三人一組依著隱藏版的題目指示，要在跟實體大小一般、拼接好的鱷魚圖案樣張上用蠟筆的色彩完成創作，光想到如何畫出「快樂的」、「討人厭的」、「有個性的」、「有成功學習的研究生鱷魚」、「有生涯夢想的鱷魚」，就讓夥伴們在挑戰任務中體驗放鬆與趣味，也對接下來的樂高遊戲躍躍欲試。

不管是個人創作一個「高塔」也好（勝利之塔、奇幻之塔、瞭望之塔...），還是用七個積木嘗試做出一隻「鴨子」也罷（觀前顧後的鴨子、驕傲的鴨子、剛上岸的鴨子...），有經驗的沒經驗的夥伴，都充分將自身的獨特、個性、需求、狀態與創意投射其中，並且連結人生的道理，人生沒有對錯、人人可以賦予和創造意義。在老師的邀請和鼓勵之下，每個人又試著冒險在七分鐘之內創作一個生物，並且為之命名和說出一段屬於它的故事，大家帶著欣賞的眼光來傾聽與提問，這過程有心領神會的共鳴、有屬於研究生的辛酸秘密，真是享受與令人感動的moment！



同學分組創作



同學、老師分享與提問



漸漸完成高塔創作

根據心理學家的研究，像Erik H.Erikson提出的「心理社會發展階段」、Fromm的「自我影像論」、C. Rogers的「自我概念論」，都在在指出，青少年時期很重要的發展任務在於尋找和確立自我的形象，因此對外宣示自我對自己的認同、角色任務的認定、人生目標與意義的探尋是非常重要的，尤其在台灣升學主義掛帥的社會氛圍影響下，這發展的狀況也延宕到成人階段，正屬於大學生與研究生的年紀。在今天的美好氛圍下，透過樂高遊戲中創造出自我的認同尤具意義，幾乎所有的夥伴在分享時都發現：看到每個人面對世界的不同面向，開始去思考人生活著的目的與觀察生活周遭細微之處。

中午時分，大家用慢活的心情來享受值得等待的美食，麗君老師每年在清明時節前後，用愛與糖將一顆顆親自摘採、紅到發紫的桑椹熬煮成口中的幸福滋味，瞬間研究生的學習壓力彷彿拋到九霄雲外，這也是五感生活的體現與美食療法的神奇功效！緊接著便是團體創作的任務上場了，曾老師給了大家兩篇文章和故事「生涯寓言—蛾與星」、「死前會後悔的25件事—1000個臨終病患告訴你人



四隻鱷魚色彩創作

生甚麼最重要」，雖然是白紙黑字，它卻擲地有聲的燃起每個人心中的盼望，相約要好好經營自己的精彩人生，透過大腦、雙手，透過溝通、協調，透過夥伴討論如何克服創作與人生中遇到的困難與障礙，當完成作品對著錄影機說出追求人生目標的那一刻，心情是興奮與悸動的。沒想到，這一顆顆小小的樂高隱藏著學問，這一個個小小的自我可以成就偉大，大家相約來日「山腰幸福再見」！

<文 / 張麗君 諮商心理師 >

[←] 回上一頁 [◎] 回到首頁 [↑] 回到最上

COPYRIGHT © 2010 NATIONAL YANG-MING UNIVERSITY ALL RIGHTS RESERVED 國立陽明大學版權所有・未經同意・請勿轉載

[關於電子報](#) | [訂閱電子報](#) | [聯絡編輯小組](#) | [友站連結](#) | [上期電子報](#)

發行人：梁賡義 總編輯：王瑞塗 執行編輯：方詒妃 網頁維護：凱笛資訊