

111年度高等教育深耕計畫

主軸計畫成果報告書

主軸一 「長材茂學，教學創新計畫」

分項計畫1-2：推動學生及教師學習能力認證

執行策略：1-2-A 「教師發展，多元成就」

社群名稱：健康照護療癒卡幸福（桌遊教材）

指導單位：教育部技職司

主辦單位：長庚科技大學

承辦單位：長庚科技大學通識教育中心

活動日期：中華民國 111年 5 月 1 日~111年 10 月 31 日

目 錄

壹、活動檢核	2.
貳、活動經費	5.
參、活動時程表	6.
肆、活動議程表	6.
伍、活動簽到表	8.
陸、活動海報	13.
柒、活動照片	13.
捌、專題講座內容	19.
玖、回饋單統計	22.
拾、成果產出	32.

壹、活動檢核

1-2-A 跨校跨領域教師增能社群成果檢核表			
社群名稱	健康照護療癒卡幸福（桌遊教材）		
社群執行起迄日期	111年5月1日 至111年11月30日	社群人數	6人 （本社群之成員）
核定經費	60000元	實際執行經費	60000元
社群活動執行內容重點概述	<ul style="list-style-type: none"> 4月社群會議確定主題方向_以健康照護範疇經由校內社群教師討論確定牌卡主題方向 5月專家演講座談_排定專家講座討論確定細節與繪製技巧 6月療癒牌卡實務製作_組成繪製團隊，開始製作療癒牌卡草圖 7月療癒牌卡實務製作_完成療癒牌卡黑白稿及修正；並由社群教師試作排練 8月專家檢核校正_邀請專家進行檢核修正 9月療癒牌卡打樣試作_打樣輸出後於創意與溝通課程中進行試作 10月療癒牌卡定稿_經兩次鑽石型修正確定牌卡內容定稿並完成操作說明 		
是否依據核定之質量化指標執行？			
<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否，原因_____			
質化指標	創新教材(具)之開發或數位化教材之設計	執行成效	<ul style="list-style-type: none"> 〈夢在人間牌卡〉創作分享 活動：幸福療癒卡 作品一：製作幸福療癒，把你選擇的對你有意義的【庫洛牌】牌義延伸畫在卡片上（書寫文字亦可）。 活動目的 以結構性的繪畫活動，啟發個案的心理動力。 以「象徵」的議題，幫助當事人釋放潛藏的創造；達到自我療癒。 活動歷程 【指導語】：結構的目的在完成治療的本身；在不同的象徵符號下，選擇自我關

		<p>心的議題。以「時間」、「空間」及「治療師同在」的結構下，覺察自身未被解決的議題。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 請當事人描述自我整合經驗，並進行自我探索、覺察 • 選擇的圖像象徵什麼？ • 【庫洛牌】給你什麼力量？ • 可以從文字中找到【鏡中之我】嗎？ • 交換了那些祝福？ • 「重要他人」、「象徵物」與內在「心理動力」間所呈現的關係？ • 透過創作者知覺的「主觀的現實」，並藉由創作的視覺與觸覺感受中；探索內在的心理動力、了解自我，並做出新的抉擇，達到「理想自我導向」。 • 榮格理論提及，從事的助人工作不應只是「治療」這件事而已，而是幫助個案為自我的生命，開發出具創造力的可能性(creative possibilities)。 • 藝術具有療傷撫痛的潛能，尤其是融合儀式的創作，更能輔助哀傷勇敢地面對失去，將悲傷轉化為力量，重新找回生命的意義，穩健地走完艱辛的療癒旅程，並為往後的生活開啓新契機。
<p>量化指標</p>	<p>規劃藝術療癒活動及推廣相關成果</p>	<p>執行成效</p> <ul style="list-style-type: none"> • 辦理設計「個人情緒陪伴牌卡」的三堂課6小時；〈跨校/跨領域教師增能社群：健康照護療癒卡幸福 活動：桌遊教材設計〉10場次共30小時。 • 發表「夢在人間療癒牌卡成果展」一場次。 • 透過創造性藝術的健康照護課程；產業界專家、教育專家、表達性藝術治療專家及教師的校際合作：目的在豐富健康照護人員的美感經驗，認識並欣賞多元文化；並培養健康照護人員對自我環境與文化的投入與認同。
<p>是否與其他主軸活動進行成效倍增？ <input type="checkbox"/>是，主軸__執行策略____ <input checked="" type="checkbox"/>否</p>		

辦理此活動較著重之面向？

教學面 公共面 社會面 特色面

檢討與建議

本社群考量全校教師的共同成長及療癒卡片的廣泛應用，特地邀請林口校區諮商專長的老師加入團隊，張老師運用表達性藝術治療於輔導及課程中皆有豐富的經驗；相信可以激盪出更燦爛的智慧火花，未來更可運用於林口校區〈創造性藝術〉課程的實務。

期待未來療癒牌卡照護對象除兒童創造性藝術活動外，更配合健康照護老師專長擴及延緩長者失智預防為對象，進行創造性藝術實務工作，推廣應用的健康照護範疇包含基本健康照護、另類療法、心理支持，疾病預防與養生照護等應用類型。

承辦人(簽章)： 黃椿昇 經辦主軸主管(簽章)：

教學發展與資源中心查核日期： 年 月 日 單位簽章：
查核人簽章：

參、活動時程

- 9月7日、14日、28日辦理設計「個人情緒陪伴牌卡」的三堂課6小時【以〈哲學樹·心繕卡〉導引「設計個人情緒陪伴牌卡」的三堂課】

I 牌卡說著的自然節氣情緒

II 牌卡說著的身體五行情緒

II 牌卡的情緒故事運用在藝術陪伴

(本系列講座會穿插微型藝術體驗活動，並且會制訂課後藝術創作與書寫作業)

- 9月26日~11月22日；辦理〈跨校/跨領域教師增能社群：健康照護療癒卡幸福活動：桌遊教材設計〉10場次共30小時。
- 11月25日發表「夢在人間療癒牌卡成果展」一場次。

肆、活動議程 (不足請自行增列)

活動場次	●設計「個人情緒陪伴牌卡」的三堂課 I 牌卡說著的自然節氣與情緒
活動時間	起：2022/09/07 19:30 迄：2022/09/07 21:30
主持人	講師：徐玟玲 現職：教育部授證助理教授/杏羽藝術事業有限公司總監/ 李政洋身心診所藝術治療師/國父紀念館、文化大學推廣教育部等機構之藝術遇療工作坊老師/公私立機構藝術療癒課程講師
活動內容	以《哲學樹·心繕卡》牌卡活動，分享榮格 (C. G. Jung) 酷愛山水、植物和自然的觀察：樹的意象，是一種整體性成就的象徵—成長、伸展、死亡和再生等，樹葉是階段性成果。樹葉會呼應四季的氣象而繼續改變，發芽、茂盛、枯黃、飄落…，不變的變態中呈現出各種「情緒」的原型象徵。也會透過與牌卡圖像隱喻的連結，創作「情緒十字」牌卡和諭言。期許透過活動讓學員更能敏覺圖像情緒與外在世界的連結，讓牌卡成為藝術陪伴的靈活媒介。 (報名本講座須出席全系列3堂課，課後有藝術創作與書寫作業，必須課前一天完成並上傳)

活動場次	●設計「個人情緒陪伴牌卡」的三堂課 II 牌卡說著的身體五行與情緒
活動時間	起：2022/09/21 19:30 迄：2022/09/21 21:30
主持人	講師：徐玟玲 現職：教育部授證助理教授/杏羽藝術事業有限公司總監/ 李政洋身心診所藝術治療師/國父紀念館、文化大學推廣教育部等機構之藝術遇療工作坊老師/公私立機構藝術療癒課程講師
活動內容	以《哲學樹·心繕卡》牌卡活動，分享榮格 (C. G. Jung) 的自然觀點：植物與真正的生息藏於根莖，並不可見……卻有無盡的生長和衰落；人起伏的情緒，也是無盡的生息，隱藏在身體五臟裡面，以五行（水、火、木、金、土）的陰陽運作，相互依存、制約、協調，並回應自然界的變定。也會透過與牌卡圖像隱喻的連結，創作「情緒四位一體」牌卡和諭言，期許透過活動讓學員更能敏覺圖情緒與內在世界的連結，讓牌卡成為藝術陪伴的靈活媒介。 (報名本講座須出席全系列3堂課，課後有藝術創作與書寫作業，必須課前一天完成並上傳)

活動場次	●設計「個人情緒陪伴牌卡」的三堂課 III 牌卡的情緒故事運用在藝術陪伴
活動時間	起：2022/09/28 19:30 迄：2022/09/28 21:30
主持人	講師：徐玟玲 現職：教育部授證助理教授/杏羽藝術事業有限公司總監/ 李政洋身心診所藝術治療師/國父紀念館、文化大學推廣教育部等機構之藝術遇療工作坊老師/公私立機構藝術療癒課程講師
活動內容	以《哲學樹·心繕卡》牌卡活動，分享榮格 (C. G. Jung) 的藝術陪伴經驗：當事人自發性地畫畫，直覺地專注於自身時，常常會無意間畫出「樹」的意象，富含生命的氣息，自性就會迸現並活躍在畫中，最重要的陪伴是聆聽這意象所隱喻的心靈「曼荼羅」。也會透過與牌卡圖像隱喻的連結，創作「情緒曼荼羅」牌卡和諭言，期許透過活動讓學員更能敏覺圖情緒與生命希望的連結，讓牌卡成為藝術陪伴的靈活媒介。 (報名本講座須出席全系列3堂課)

伍、活動簽到表

- 9月7日、14日、28日辦理設計「個人情緒陪伴牌卡」的三堂課6小時【以〈哲學樹·心繕卡〉導引「設計個人情緒陪伴牌卡」的三堂課】

20

111年度長庚科技大學 活動簽到單			
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護療癒卡幸福 活動：桌遊教材設計			
活動時間：111年10月17日(一)：18:00至21:00 (牌卡領取名單)			
活動地點：嘉義分部內樓5樓美術教室			
序號	姓名	簽名	備註
1	黃博昇	黃博昇	
2	鄧志娟	鄧志娟	
3	許翠華	許翠華	
4	邱小鳳	邱小鳳	
5	張雅君	張雅君	
6	曾寶蓉	曾寶蓉	
7	王正庭	王正庭	
8	王鈺寬	王鈺寬	
9	陳昱馨	陳昱馨	
10	陳均美	陳均美	
11	黃靖璇	黃靖璇	
12	邱明庭	邱明庭	
13	樊家和	樊家和	
14	蘇智雅	蘇智雅	
15	林欣慧	林欣慧	
16	王瑜甄	王瑜甄	
17	林廷明	林廷明	
18	林廷明	林廷明	
19	蔡竹璇	蔡竹璇	
20	蔡竹璇	蔡竹璇	
21	李湘璇	李湘璇	
22			
23			
24			
25			
26			

15

111年度長庚科技大學 活動簽到單			
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護療癒卡幸福 活動：桌遊教材設計			
活動時間：111年11月07日(一)：18:00至21:00 (牌卡領取名單)			
活動地點：嘉義分部內樓5樓美術教室			
序號	姓名	簽名	備註
1	黃博昇	黃博昇	
2	鄧志娟	鄧志娟	
3	許翠華	許翠華	
4	邱小鳳	邱小鳳	
5	張雅君	張雅君	
6	曾寶蓉	曾寶蓉	
7	李湘璇	李湘璇	
8	林欣慧	林欣慧	
9	鄭家宇	鄭家宇	
10	湯馨淳	湯馨淳	
11	紀采紋	紀采紋	
12	吳沛耀	吳沛耀	
13	吳曉瑋	吳曉瑋	
14	徐慧瑋	徐慧瑋	
15	吳雅芳	吳雅芳	
16	陳佳昕	陳佳昕	
17	王正庭	王正庭	
18	蔡竹璇	蔡竹璇	
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			

111年度長庚科技大學 活動簽到單			
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護療癒卡幸福 活動：桌遊教材設計			
活動時間：111年11月25日(五)：9:00至17:00 (牌卡領取名單)			
活動地點：林口校區「永續桃林X年庚深耕」活動場地			
序號	姓名	簽名	備註
1	黃博昇	黃博昇	
2	鄧志娟	鄧志娟	
3	許翠華	許翠華	
4	邱小鳳	邱小鳳	
5	張雅君	張雅君	
6	曾寶蓉	曾寶蓉	
7	王正庭	王正庭	
8	蔡竹璇	蔡竹璇	
9	李湘璇	李湘璇	
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			

- 9月26日~11月22日；辦理〈跨校/跨領域教師增能社群：健康照護療癒卡幸福 活動：桌遊教材設計〉10場次共30小時。

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癡癡卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年09月26日(一)，18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	樊宇和	9/26
2	邱明庭	9/26
3	李湘露	9/26
4	施時廷	9/26
5	莊名樺	9/26
6	張苑柔	9/26
7	曹加平	9/26
8	關育昇	9/26
9	周香如	9/26
10	陳國倫	9/26
11	趙石如	9/26
12	吳清瑩	9/26
13	傅怡泰	
14	蔡佩芸	
15	吳庭羽	
16	吳歸珊	
17	林麗慈	
18	蔡漢玉	
19	張凱欣	
20	陳淑升	
21		
22		
23		
24		

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癡癡卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年10月03日(一)，18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	張凱欣	
2	李湘露	
3	蔡雅宜	
4	吳雅芳	
5	林麗羽	
6	黃祥威	
7	王翰翹	
8	蔡佩芸	
9	吳時真	
10	邱明庭	
11	樊宇和	
12	吳清瑩	
13	吳采英	
14	楊智豪	
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癡癡卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年10月12日(三)，18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	張石如	B二技13
2	蔡宇和	B二技13
3	李湘露	B二技1-1
4	王芷庭	B二技2-2
5	吳時真	B二技2-2
6	吳雅芳	B二技1-1
7	蔡雅宜	B二技1-2
8	王翰翹	B二技202
9	吳清瑩	B二技202
10	張凱欣	
11	吳清瑩	4N 203
12	吳清瑩	4N 203
13	吳清瑩	4N 203
14	趙石如	4N 203
15	邱明庭	2N 1-1
16	劉曉	4N 203
17	李欣羽	4N 203
18	黃承樺	4N 203
19	蔡雅宜	4N 203
20	吳采英	203-2
21	楊智豪	203-2
22		
23		
24		

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癡癡卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年10月17日(一)，18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	邱明庭	簡信行
2	林麗慈	
3	蔡雅宜	
4	黃祥威	
5	王翰翹	
6	吳清瑩	
7	吳清瑩	
8	蔡佩芸	
9	張凱欣	
10	吳雅芳	
11	蔡雅宜	
12	李湘露	
13	樊宇和	
14	蔡怡逸	
15	陳佳明	
16	陳佳琪	
17	陳淑升	
18	林麗珊	
19	侯冠廷(同)	
20	黃承樺	
21	蔡雅宜	
22	蔡雅宜(同)	
23	吳清瑩	
24	黃承樺	

25	曹江平	
26	張世劍	
27	蔣清敏	
28	黃昭榮	
29	呂昕露	
30	蔡文敏	
31	邱明庭	
32	林欣慧	
33	吳瑞琦	
34	黃家如	
35	蘇智雅	
36	陳付美	
37	陳鳴	
38	王明文	
39	林怡雲	
40	陳佳明	
41	林依敏	
42	洪曼如	
43	黃映琳	
44	鄭昭君	
45	張翠萍	
46	張翠萍	
47	張翠萍	
48	黃玉如	
49	吳國中	
50	林雅慈	

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癮卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年10月24日(一)，18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	趙志敏	10/24
2	李敏莉	10/24
3	蔡榮健	
4	沈俞文	
5	吳采欣	
6	吳尚尚	
7	邱明庭	
8	黃明敏	
9	王瑜穎	
10	王淑瑩	
11	王怡盈	
12	陳付美	
13	陳曼蓉	
14	劉嘉宇	
15	林宸羽	
16	林宇杰	
17	林欣慧	
18	蘇智雅	
19	李翊鏗	
20	蕭竹雅	
21	蕭竹雅	
22	侯廷昭	
23	黃芳琳	
24	林惠明	

25	陳文卿	
26	陳麗琴	10/24
27	謝淑芬	10/24
28	簡淑芬	
29	陸昕	10/24
30	吳沛涵	
31	陳佳明	
32	李翊鏗	
33	林沂銀	
34	劉嘉宇	
35	石庭穎	
36	劉麗雲	
37	張玉倫	
38	蔡玉庭	
39	廖品瑛	
40	林文珠	
41	葉子園	
42	廖佩瑄	
43	林佳麗	
44	黃映琳	
45	黃昭君	
46	洪曼如	
47	吳瑞琦	
48	吳雅芳	
49	林欣慧	
50	張翠萍	

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癮卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年11月02日(三)，18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	吳怡君	
2	陳怡晨	
3	蔡佩芸	
4	王廷庭	
5	張世劍	
6	呂英英	
7	蔡榮健	
8	黃明敏	
9	王瑜穎	
10	黃芳琳	
11	吳承儀	
12	曾雅琦	
13	張芬蘭	
14	吳明健	
15	蔣清敏	
16	蔣世訓	
17	鄭麗雲	
18	黃曼文	
19	侯廷昭	
20	林惠明	
21		
22		
23		
24		

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癮卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年11月07日(一)：18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	邱美妘	
2	張宇萱	
3	孫嘉玲	
4	周宇彤	
5	吳子瑋	
6	關自靜	
7	黃如忠	
8	何伊蓁	
9	陳珮瑜	
10	孫彤瑤	
11	王佩卿	
12	賴中伊	
13	邱明庭	
14	蔡心玉	
15	蔡竹瑤 (備)	
16	吳沛瑤 (備)	
17	樊麗和 (備)	
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癮卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年11月14日(一)：18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	陳嘉欣	
2	何郁蓉	
3	王佩卿	
4	陳明庭	
5	陳宇璇	
6	林欣蓁	
7	邱明庭	
8	蘇智雅	
9	吳瑋琦	
10	樊麗和	
11	吳沛瑤	
12	陳又婷	
13	侯廷熙	
14	林麗如	
15	賴永子	
16	林麗如	
17	蔡竹瑤	
18	簡麗竹	
19	張仲秋	
20	張正劍	
21	郭琳柔	
22	林麗如	
23	楊明弘	
24	趙宇洋	

111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校/跨領域教師增能社群：健康照護癮卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年11月21日(一)：18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F棟5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	凌富雲	
2	劉靜子	
3	林坤穎	
4	石麗穎	
5	黃培芬	
6	王淑甄	
7	林伊蓁	
8	邱明庭	
9	蘇智雅	
10	邱美妘	
11	李湘瑤	
12	王佩卿	
13	蔡心玉	
14	何伊蓁	
15	何伊蓁	
16	周宇彤	
17	吳子瑋	
18	黃如忠	
19	關自靜	
20	陳珮瑜	
21	蘇珮琰	
22	陳怡	
23	吳沛瑤	
24	吳采瑩	

25	蔡佩穎	
26	林建宏	
27	楊佩心	
28	楊美恩	
29	林嘉敏	
30	黃梓雲	
31	王直蕙	
32		
33		
34		
35		
36		
37		
38		
39		
40		
41		
42		
43		
44		
45		
46		
47		
48		
49		
50		

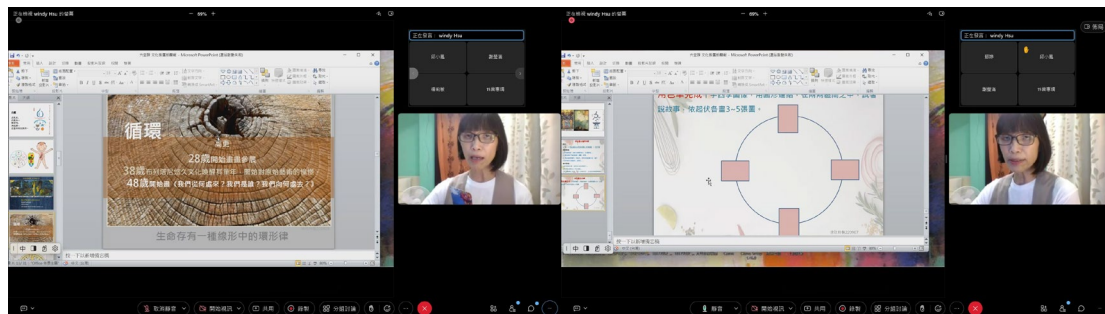
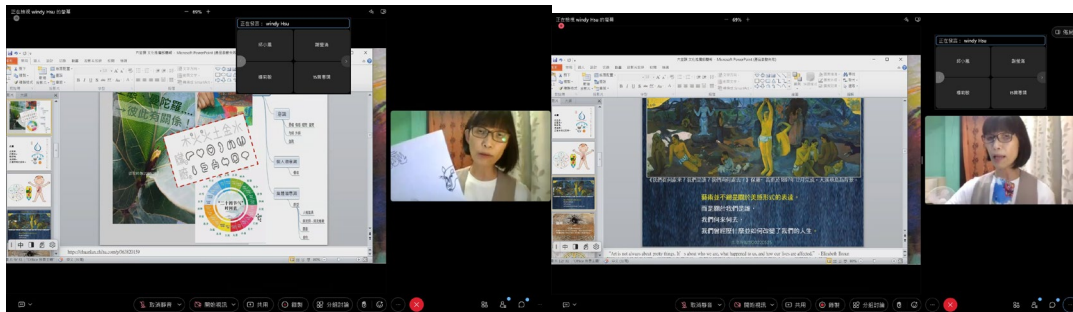
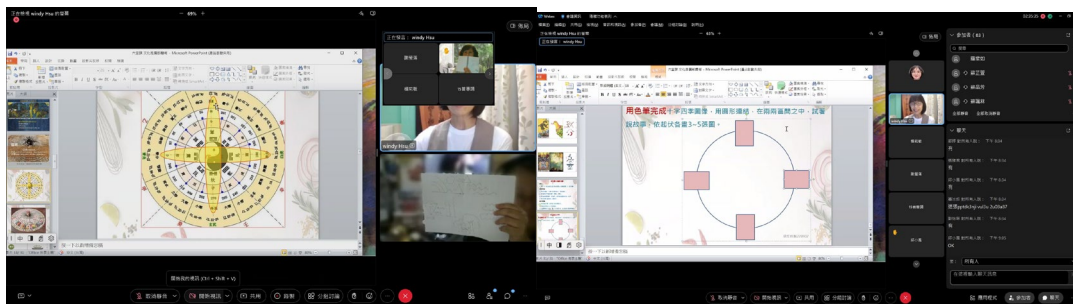
111年度長庚科技大學 活動簽到單		
跨校跨領域教師增能社群：健康照護療癒卡幸福 活動：桌遊教材設計		
活動時間：111年11月22日(二)：18:00至21:00		
活動地點：嘉義分部F樓5樓美術教室		
序號	姓名	備註
1	蔡竹珺	
2	李丹心	
3	顏志偉	
4	洪麗芬	
5	張孟宜	
6	陳明美	
7	張麗花	
8	陳幸暉	
9	李排君	
10	陳火輝	
11	簡麗竹	
12	黃巧編	
13	翁麗娟	
14	黃靜雲	
15	王直麗	
16	邱翎庭	
17	蔡如如	
18	陳明美	
19	陳依明	
20	吳曼如	
21	張麗瑋	
22	蔡麗芬	
23	黃麗娟	
24	吳坤坤	

25	吳水水	
26	丁自辰	
27	張淑芬	
28	吳錦珊	
29	林雅慈	
30	盧恩瑛	
31	蔡麗雲	
32	石庭復	
33	蔡麗麗	
34	蔡麗倫	
35	劉馨予	
36	林泮媛	
37		
38		
39		
40		
41		
42		
43		
44		
45		
46		
47		
48		
49		
50		

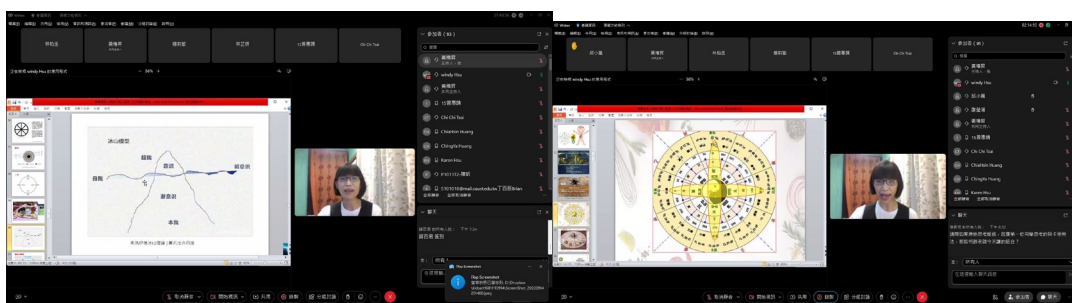
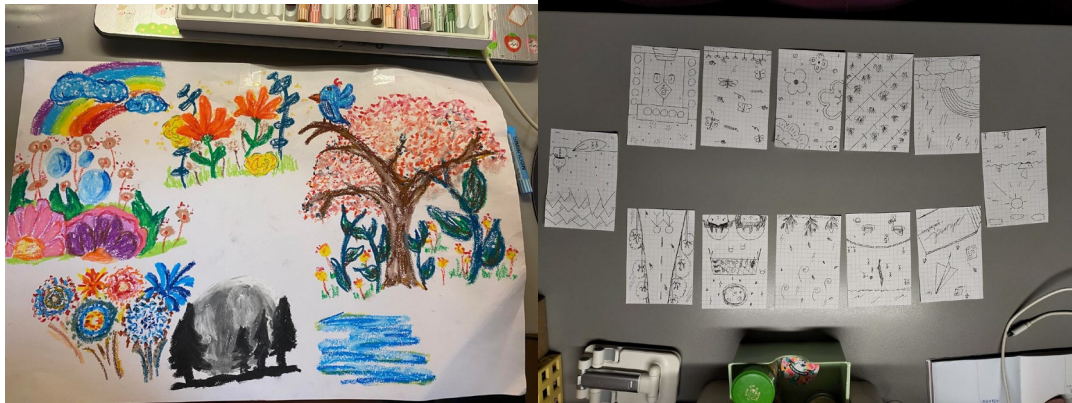
陸、活動海報(若無，空白即可)

柒、活動照片

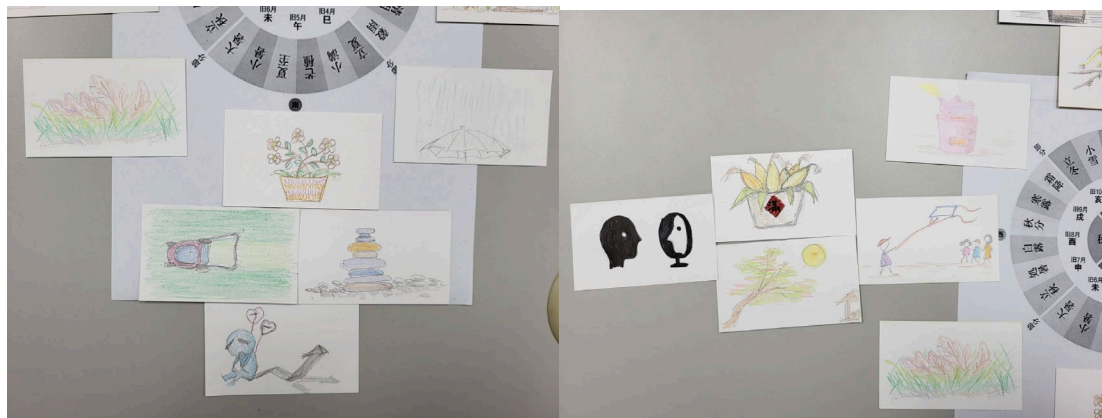
1110907



1110914

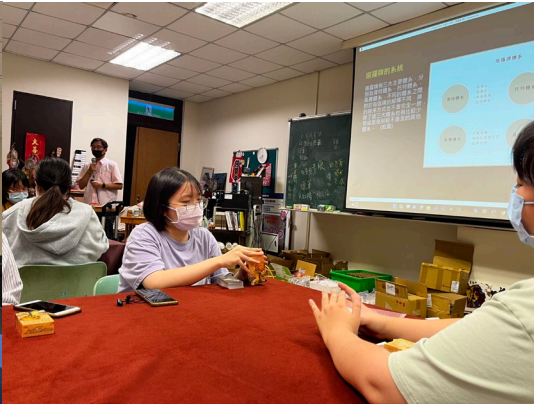


1110928



牌卡作品







捌、講座/授課內容(含諮詢內容等)

以〈哲學樹·心緒卡〉
 導引「設計個人情緒陪伴牌卡」

【遠距視訊】
 2022/09/07 pm07:30-09:30
 主辦單位：嘉義長庚大學

講師：徐玟玲
 藝術治療師/督導·藝術學博士

5-3 神性之門
 11-1 心靈渡河

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊·徐玟玲2022/9月

關於《哲學樹·心緒卡》

牌卡...原是兩個人各自的煉金術，互不相識.....

遇見·機緣巧合，
 好好收拾在一套牌卡中。

徐玟玲製20220907

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊·徐玟玲2022/9月

《哲學樹·心緒卡》對應塔羅牌的大排

0-1 信任
 0-2 勇氣

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊·徐玟玲2022/9月

《哲學樹·心緒卡》從22張塔羅大牌原型加乘榮格四大心理功能而成為共88張牌，有小書冊一一提示諭言。(不能&攝影:鐘穎)

5. 臣服 (塔羅—教皇) 榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊·徐玟玲2022/9月

<p>5-1 心靈祝福 透過多層次的心理世界，聽，內心的祝福聲響起！</p>	<p>5-3 神性之門 心靈之門，開啓了智慧與神祕之門。</p>
<p>5-2 靜候潛意識 結合陶與漆，自與月、外與在，靜候通往潛意識之路的開音。</p>	<p>5-4 辨讀意向 相信自已，打破常規，思想能突破？還是想走得更快？</p>

79 六· 蔡金蘭繪·陶漆與文字· 鈴

《哲學樹·心緒卡》從22張塔羅大牌原型加乘榮格四大心理功能而成為共88張牌，有小書冊一一提示諭言。

8. 蛻變 (塔羅—力量) 榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊·徐玟玲2022/9月

<p>8-1 馴化潛力 以萊克爾，馴服了內心的原始本性、憤怒與衝動，力量無窮盡.....</p>	<p>8-3 勇氣之光 勇氣與信心，讓自已散發出光芒，黑暗中自有一股攝人的威嚴。</p>
<p>8-2 意識之光 意識散發出自信的光芒，這和自有一股顯赫的力量，覺醒與潛意識的信任.....</p>	<p>8-4 調劑身心 力量能用了嗎？被負面潛意識控制了嗎？調理身心和身體健康，做自己的主人。</p>

82 六· 蔡金蘭繪·陶漆與文字· 鈴

《哲學樹·心緒卡》從22張塔羅大牌原型加乘榮格四大心理功能而成為共88張牌，有小書冊一一提示諭言。

12. 過渡 (塔羅—倒吊人)

<p>12-1 蛻變 靜默中持守「應變」的精髓，勇於與眾不同，持有自己真正想行的事。</p>	<p>12-3 以退為進 等待、拖延、懸置、觀測，與急轉，為更高的理想能忘他人所不能忍，以退為進。</p>
<p>12-2 心智到位 有深沉的理解，不負眾人的眼光，忍受犧牲地倒吊在智慧樹上，以不變應萬變。</p>	<p>12-4 持守孤獨 受到社會眼光制約了？猶疑著自己真正想做的事？默默等待.....成全自己獨特的心智。</p>

80 六· 蔡金蘭繪·陶漆與文字· 鈴

《哲學樹·心緒卡》從22張塔羅大牌原型加乘榮格四大心理功能而成為共88張牌，有小書冊一一提示諭言。

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊·徐玟玲2022/9月

《哲學樹·心緒卡》的閱讀圖像可對應《榮格取向藝術治療》的第一部分文本

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊·徐玟玲2022/9月

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玟玲2022/9月

4-3. 方圓之心

輕輕閉上眼睛，讓自己安靜下來，做3個深呼吸，讓自己放鬆、逐漸沉澱和穩定。
把22組牌中的編號0、4、12、16四個牌組挑出來(共16張牌)，先擺在圓面。
各組所屬4張牌，採用「心緒之讀」的牌陣方法(上、左、右、下之排序)，而各牌組則依序排成右、下、左、上的關係。(參見右頁圖示)
欲讀牌時，做3個深呼吸，讓自己放鬆、逐漸沉澱和穩定，使注意力放在自身，願意像適應四季變動那樣適應自己的心緒。
自行選一組開始，離開圓面，然後順時鐘方向讀取各組。各組內的4張牌，則依上、左、右、下的順序讀牌。
「方圓之心」代表一週如四季代謝的淨化之旅，牌組和牌組之間可以間隔一小時時間，調整呼吸、放鬆身體。

徐玟玲製2022/09/07

《哲學樹·心鑽卡》塔羅大牌原型加乘榮格四大心理功能而成為共88張牌，其中上→左→下→右四組，可對應節氣的夏至→秋分→冬至→春分，來覺察自己當下獨特的情緒。

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玟玲2022/9月

關於這三堂課——核心觀念

牌卡...是索引(導引物)，
在自我直覺與原型象徵的洗禮中，
遇見自己的情緒和故事，
好好收拾在自己創造的牌卡中。

徐玟玲製2022/09/07

Arnheim說：

許多想要表達的意象來自於潛意識；
不熟悉自我觀察的人往往不容易注意到它們
以語言表達心象(mental images)的話，
最多也只能是艱澀地被描述，
而且容易被攪亂。
因此，
預期能涉及這些心理圖像的
繪畫(drawings)，
就成為受歡迎的物質

徐玟玲製2022/09/07

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玟玲2022/9月

關於這三堂課——變遷概念

生態·曼陀羅
→彼此有關係!

徐玟玲製2022/09/07

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玟玲2022/9月

關於這三堂課——實務工作

- ◆ 以深度呼吸，貼近身體五臟六腑，觀照自身。
- ◆ 引用「四季氣心理」與榮格「心理功能概念」作為牌卡設計創作方法。
- ◆ 嘗試與節氣變化連結，以曼陀羅繪畫來運用自己的牌卡，體驗情緒表達。
- ◆ 在團體中體會並接納情緒的多樣性與差異性。

徐玟玲製2022/09/07

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玟玲2022/9月

資料取自 <https://cnews.com.tw/129180921a01/>

【微型藝術操作活動 | 堂1】

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玟玲2022/9月

媒材：

1. 水
2. 空白紙張 或 乾淨桌面+手機攝影
3. 寫字筆

身體放鬆體驗：

1. 手放在腹部，注意力在裡內核心，放鬆調息....
2. 吸氣時往下腹部推擠、鬆開....反覆....
3. 用感官關照雙手、呵護手....
4. 用雙手撫慰身體五行.....

創作體驗：

1. 凝視畫面空間、回想自己的身體運行....
2. 把畫面空間定出十字的端點....
3. 在四個端點上各畫一個小小的幾何形，各自延伸為四季圖像

徐玟玲製2022/09/07

【微型藝術作業 | 堂1】

榮格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玟玲2022/9月

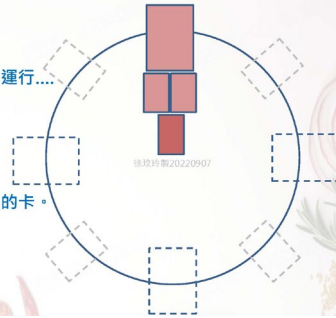
用色筆完成十字四季圖像，
用圓形連結，
在兩兩區間之中，
試著說故事，
依起伏各畫1~5張圖。

徐玟玲製2022/09/07

【微型藝術操作活動 | 堂 2】

蔡格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玲玲2022/9月

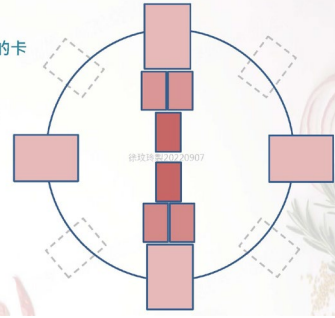
1. 身體放鬆體驗
2. 凝視畫面空間、回想自己剛才的身體運行...
3. 從十字四季圖像挑選一張，用相同情境，再畫三張不同的內容的卡。



【微型藝術作業 | 堂 2】

蔡格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玲玲2022/9月

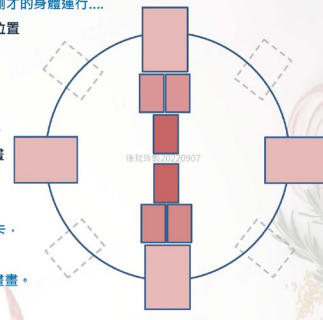
1. 取出與（課堂已選用十字四季圖像）的對立圖像，用相同情境，再畫三張不同的內容的卡形成小十字組卡。
2. 大十字四季圖像四張一定要完成。
3. 至少完成兩組小十字組卡。
4. 下次要準備畫筆、用四開畫紙裁成正方形紙。



【微型藝術操作活動 | 堂 3】

蔡格取向藝術治療 | 牌卡&情緒工作坊-徐玲玲2022/9月

1. 身體放鬆
2. 凝視畫面空間、回想自己剛才的身體運行...
3. 把大十字四季圖像依四方位置放在方形畫紙外緣。
4. 在畫紙內輕輕畫出一個最大的圓形。
5. 挑一組小十字組四張牌卡，把其中最吸引當下的元素畫入圓形，開始順應心流畫畫。
6. 再挑一組小十字組四張牌卡，把其中最吸引當下的元素畫入圓形，繼續順應心流畫畫。
7. 與畫中情緒現象對話。



玖、回饋單統計

長庚科技大學 111 度_健康照護療癒卡幸福（桌遊教材）_回饋評值表

1、基本資料

1-1. 您是來自	本校林口校區	本校嘉義校區	他校	其他單位
	5 人	4 人	人	人

1-3. 您一個月大約參加幾次高教活動	1 次	2 次	3 次	4 次	4 次以上
	2 人	0 人	3 人	2 人	2 人

2、知能提升

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
2-1 本活動提升您 <u>熟練的專業知識與技能</u>	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
2-2 本活動提升您 <u>良好的溝通與表達知能</u>	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
2-3 本活動提升您 <u>關懷社會的服務精神</u>	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
2-4 本活動提升您 <u>實踐道德的思辨力</u>	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
2-5 本活動提升您 <u>應用自然科學與數位能力</u>	6 人	2 人	1 人	人	人
	66.7%	22.2%	11.1%	%	%
2-6 本活動提升您 <u>高效能的團隊合作知能</u>	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
2-7. 本活動提升您 <u>宏觀的視野與世界</u>	8 人	1 人	人	人	人

<u>互動知能</u>	88.9%	11.1%	%	%	%
<u>2-8. 本活動提升您多元化的生活能力</u>	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%

3、活動辦理

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
4-1. 對本活動內容感到滿意 (如講題、講員、互動等)	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
4-2. 對本活動的安排感到滿意 (如場地、時程、餐點等)	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
4-3. 期望後續再辦理類似主題 (如講題) 的活動	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%
4-4. 期望後續再採用類似的活動形式 (如討論互動)	8 人	1 人	人	人	人
	88.9%	11.1%	%	%	%

4、建議以後辦理哪些活動

- (1) 除了增能外，在心靈層面給予正向引導與鼓勵，師生可以共享這樣的課程，
- (2) 這樣應用於教學上的牌卡課程，非常有價值。

5. 其他指導與回饋

感謝老師的安排，活動非常緊湊，學習很多

- (1) 非常謝謝老師三次課程的教導+謝謝黃老師辛苦的安排，獲益良多，感恩
- (2) 謝謝
- (3) 辛苦了
- (4) 主辦單位很辛苦，感謝嘍！
- (5) 很好的活動
- (6) 活動太棒了，真的太謝謝老師提供學習的正能量。
- (7) 非常棒！！謝謝椿昇老師的安排。
- (8) 非常感謝！

活動回饋表調查【教師版】

2022/11/20 上午10:42 【以《哲學樹·心緒卡》導引「設計個人情緒陪伴牌卡」的三堂課】活動回饋表調查【教師·教職員版】(本校/他校)

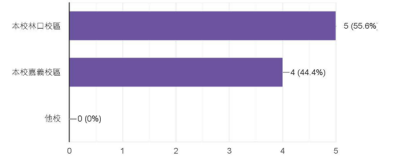
【以《哲學樹·心緒卡》導引「設計個人情緒陪伴牌卡」的三堂課】活動回饋表調查【教師、教職員版】(本校/他校)

9 則回應

發布分析結果

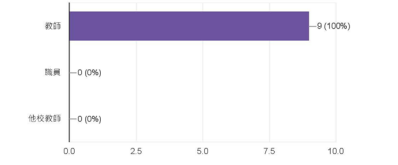
1-1.您是來自：

9 則回應



1-2.您的身分：

9 則回應



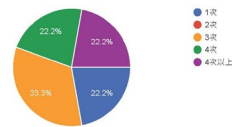
https://docs.google.com/forms/d/17PA04V_S6ESxQwRrrqdyCjhmOvTLC3SpK1M1Hg/viewanalytics

18

2022/11/20 上午10:42 【以《哲學樹·心緒卡》導引「設計個人情緒陪伴牌卡」的三堂課】活動回饋表調查【教師·教職員版】(本校/他校)

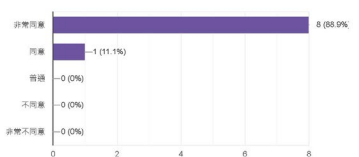
1-3.您一個月大約參加幾次高教深耕計畫活動：

9 則回應



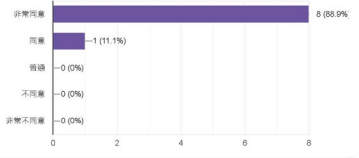
2-1.本活動提升您熟練的專業知識與技術

9 則回應



2-2.本活動提升您良好的溝通與表達知能

9 則回應



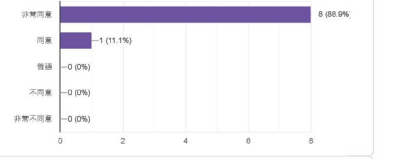
https://docs.google.com/forms/d/17PA04V_S6ESxQwRrrqdyCjhmOvTLC3SpK1M1Hg/viewanalytics

28

2022/11/20 上午10:42 【以《哲學樹·心緒卡》導引「設計個人情緒陪伴牌卡」的三堂課】活動回饋表調查【教師·教職員版】(本校/他校)

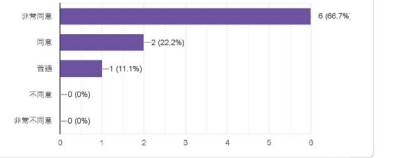
2-3.本活動提升您關懷社會的服務精神

9 則回應



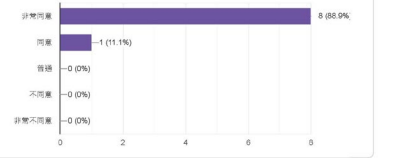
2-4.本活動提升您應用的自然科學與數位能力

9 則回應



2-5.本活動提升您宏觀的視野與世界互動知能

9 則回應



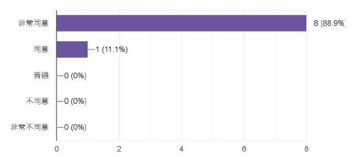
https://docs.google.com/forms/d/17PA04V_S6ESxQwRrrqdyCjhmOvTLC3SpK1M1Hg/viewanalytics

35

2022/11/20 上午10:42 【以《哲學樹·心緒卡》導引「設計個人情緒陪伴牌卡」的三堂課】活動回饋表調查【教師·教職員版】(本校/他校)

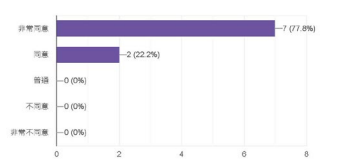
3-1.有助於提升您激勵學習者的學習動機

9 則回應



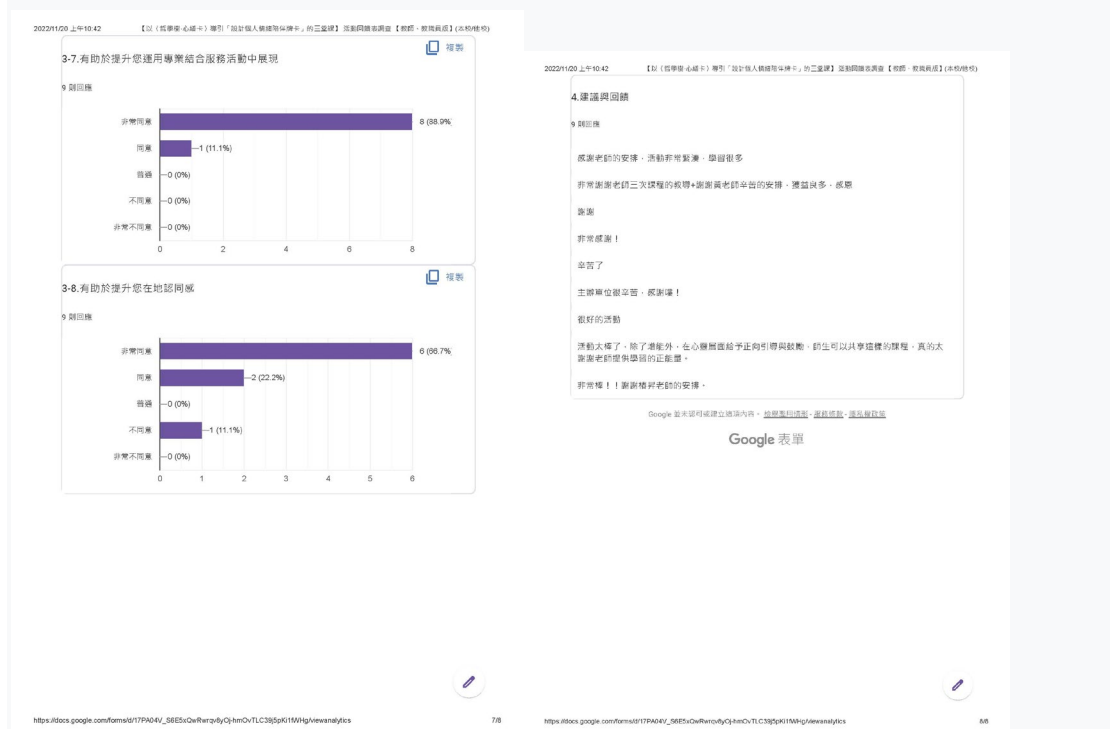
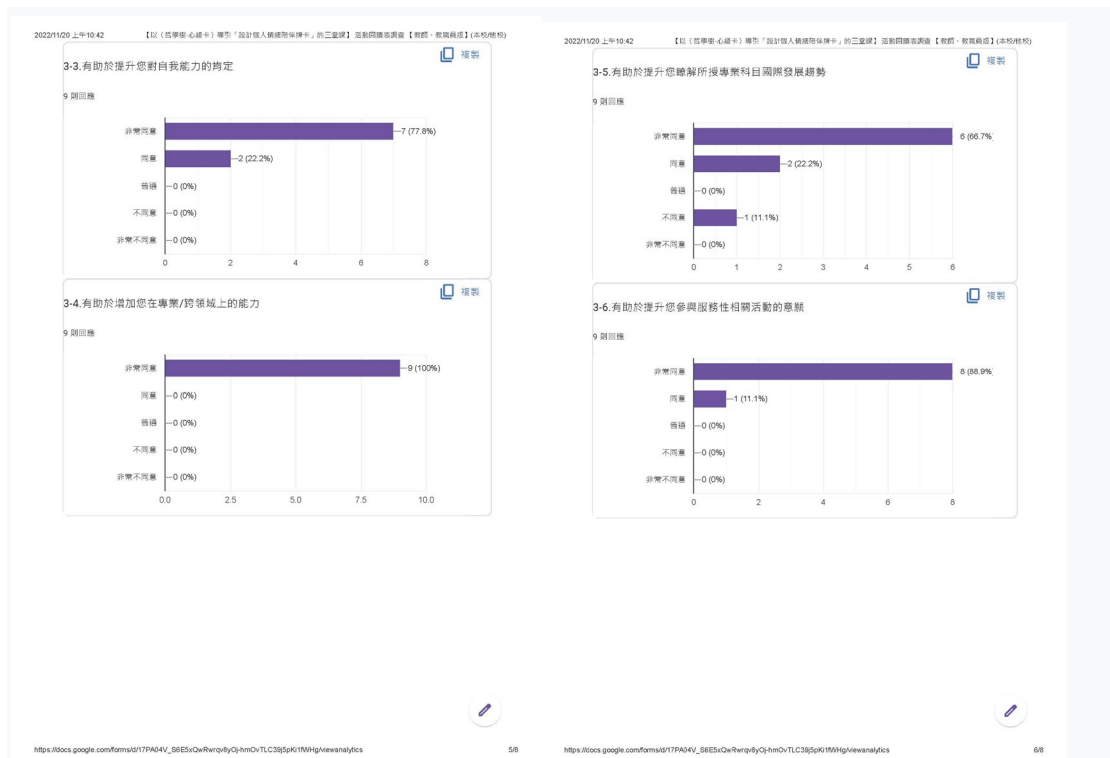
3-2.有助於達到教學相長的功效

9 則回應



https://docs.google.com/forms/d/17PA04V_S6ESxQwRrrqdyCjhmOvTLC3SpK1M1Hg/viewanalytics

48



4. 建議與回饋

9 則回應

感謝老師的安排，活動非常緊湊，學習很多

非常謝謝老師三次課程的教導+謝謝黃老師辛苦的安排，獲益良多，感恩
謝謝

非常感謝！

辛苦了

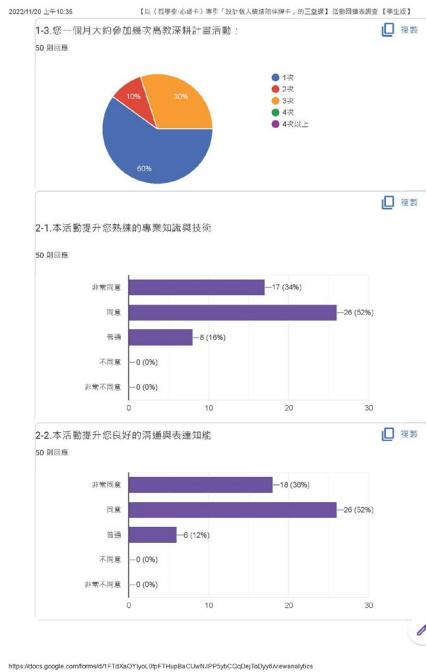
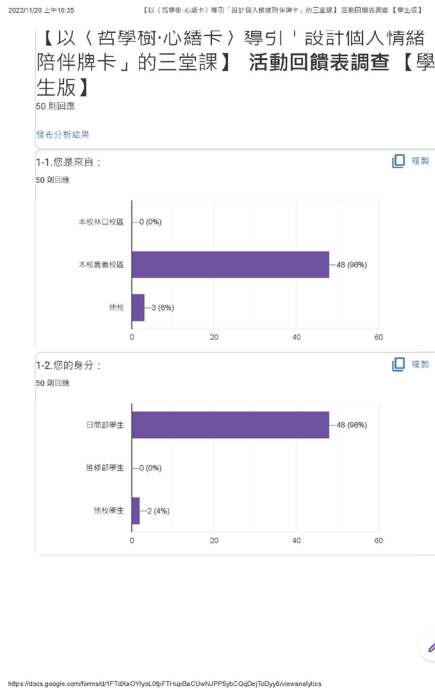
主辦單位很辛苦，感謝嘍！

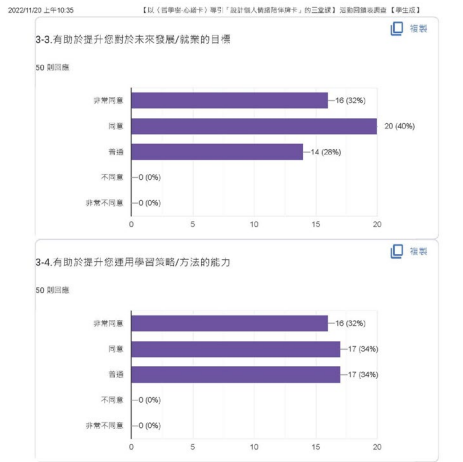
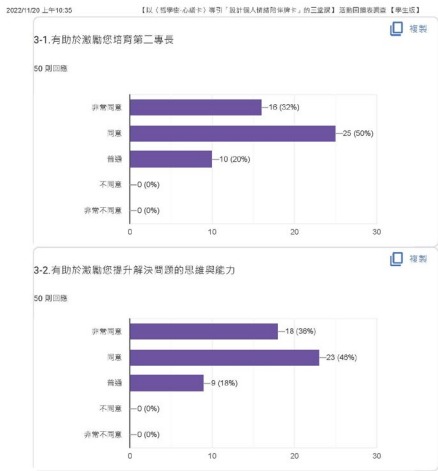
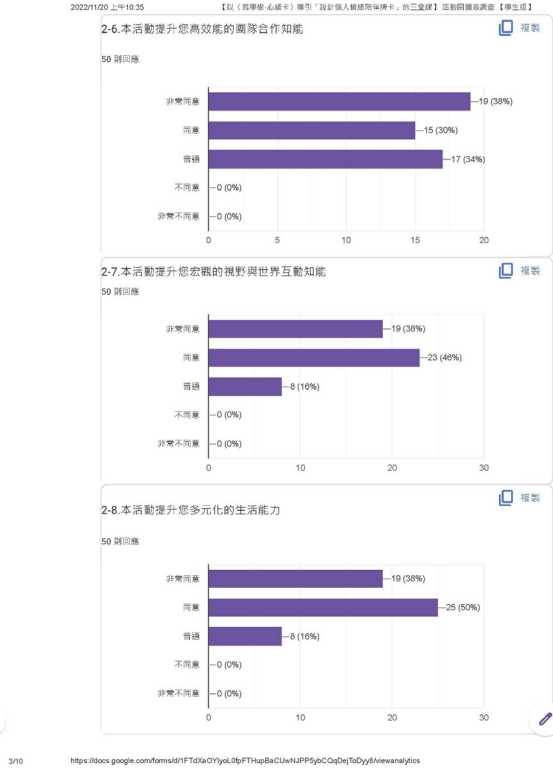
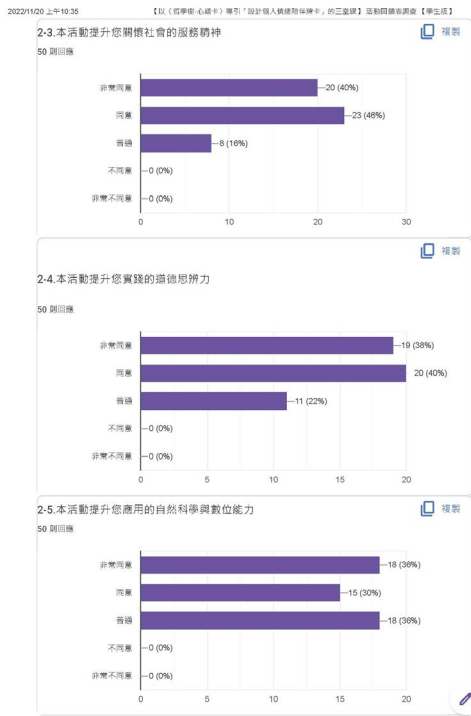
很好的活動

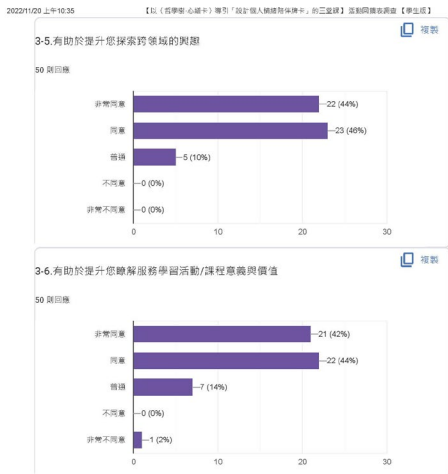
活動太棒了，除了增能外，在心靈層面給予正向引導與鼓勵，師生可以共享這樣的課程，真的太謝謝老師提供學習的正能量。

非常棒！！謝謝椿昇老師的安排

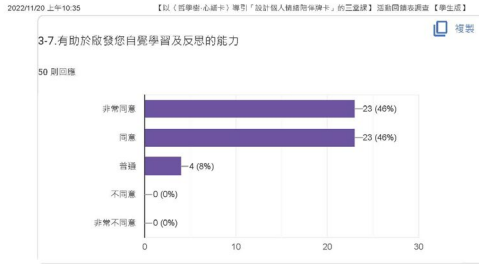
活動回饋表調查【學生版】







https://docs.google.com/forms/d/1T6XaOY1yL0pFTtHqB8CuWnJPP5y6CQqDejT0Dy6tViewanalytics 7/10



https://docs.google.com/forms/d/1T6XaOY1yL0pFTtHqB8CuWnJPP5y6CQqDejT0Dy6tViewanalytics 8/10

2022/11/20 上午 10:35 【以《哲學與心靈卡》導引「設計個人情緒陪伴卡」的三堂課】活動問卷調查【學生版】

4.建議與回饋

50 則回應

無

實在好，老師十分用心

老師的課程都非常有趣，讓我都喜歡。

以前從未接觸過卡片，這次很為難能參與課程，讓我了解到不管什麼職業都需要注重內心的感受，做的好不是重點，而是要用心帶入感覺，才是真正的編案，同時也可以療癒自己，謝謝老師們的指導。

無，謝謝老師

老師教的有時候不太了解怎麼創作卡片

老師講解十分用心
謝謝老師帶給我們那麼豐富的課程！

三次講座，畫牌卡太難了，希望下次會有更多時間創作，謝謝老師

在這三堂課程裡面我很開心，在畫畫裡觀察自己的情緒，我學到了最重要的一點，就是做自己的光

上完課都覺得心曠神怡了~

很棒耶

課程內容豐富

課程很有趣也很有意義

我覺得這堂課程很有趣

在上課的過程中不只能學到許多東西，同時也感到放鬆。

這次的活動讓我重新反思了自己的各個面向 我覺得非常有意義

老師教的很讚 很認真！

謝謝黃老師邀請專家徐老師來上課，徐老師的帶領讓我們開拓視野，還有線上實作指導，真的會是很棒的課程！
謝謝所有老師~

https://docs.google.com/forms/d/1T6XaOY1yL0pFTtHqB8CuWnJPP5y6CQqDejT0Dy6tViewanalytics 9/10

2022/11/20 上午 10:35 【以《哲學與心靈卡》導引「設計個人情緒陪伴卡」的三堂課】活動問卷調查【學生版】

很棒

我覺得對學生來說太難啦~~~

都還不錯

很有趣的活動，讓人可以更加認識自我，學習如何與自己對話和思考

謝謝老師，辛苦了！

老師除了講課，也會邀請讓學生問問題以及分享等等，覺得互動很好

抽門課程非常喜歡，希望之後有更多類似的課程。

老師可以先在課前放一些教材，讓我們可以先了解

活動很有深度

希望未來有許多相關課程可以參與

老師教的很認真 很讚！

很特別的課程

謝謝老師，

謝謝老師用心的教導 雖然中間有些內容不太明白 但看得出老師後續會耐心回答

good

謝謝老師專職精闢用心的引導與分享，受益良多。

Google 並未認可或建立這項內容。 [協助舉出錯誤](#)、[撤銷投訴](#)、[隱私權政策](#)

Google 表單

https://docs.google.com/forms/d/1T6XaOY1yL0pFTtHqB8CuWnJPP5y6CQqDejT0Dy6tViewanalytics 10/10

4. 建議與回饋

50 則回應

無

實在好，老師十分用心

老師的課程都非常有趣，讓我都很喜歡。

以前從未接觸過牌卡，這次很高興能參與課程，讓我更了解到不管什麼藝術都需要很注重內心的感受，做的好不是重點，而是要用心帶入感覺，才是真正的藝術，同時也可以療癒自己，謝謝老師們的指導。

無，謝謝老師

老師教的有時候不太了解怎麼創作牌卡

老師講解十分用心 謝謝老師帶給我們那麼豐富的課程！

三次講座，畫牌卡太難了，希望下次會有更多時間創作，謝謝老師

在這三堂課裡面我很開心，在畫畫裡觀察著自己的情緒，我學到了最重要的一點，就是做自己最明亮的光😊

上完課都覺得心靈被治癒了～

很棒的課

課程內容豐富

課程很有趣!也很有意義

我覺得這個課程很有趣

在上課的過程中不只可以學到許多東西，同時也感到放鬆。

這次的活動讓我重新了反思了自己的各個面向 我覺得非常有意義

老師說的很讚 很認真！

謝謝黃老師邀請專家徐老師來上課，徐老師的帶領讓我們開拓視野，還有線上實作指導，真的含金量很高的課程！ 謝謝所有老師～

很棒

我覺得對學生來說太難啦~~~

都還不錯

很有趣的活動，讓人可以更加認識自我，學習如何與自己對話和思考

謝謝老師，辛苦了！

老師除了講課，也會適時讓學生問問題以及分享等等，覺得互動很好

這門課程非常的喜歡，希望之後有更多類似的課程。

老師可以先在課前放一些教材，讓我們可以先了解

活動很有深度

希望未來有許多相關課程可以參與

老師教的很認真 很讚！

很特別的課程

謝謝老師。

謝謝老師用心的教導 雖然中間有些內容不太明白 但看得出老師後續會耐心回答

good

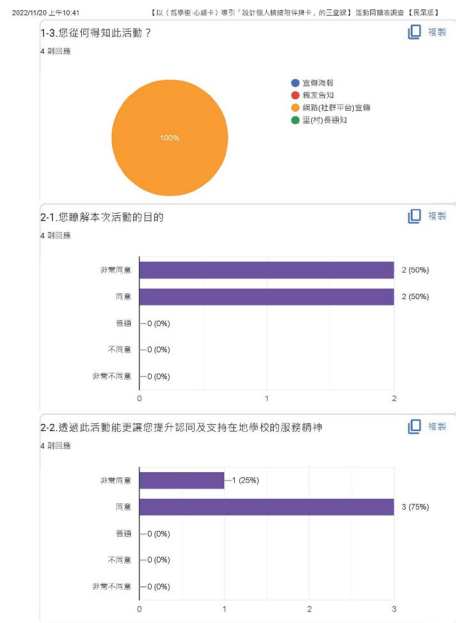
謝謝老師專業精闢用心的引導與分享，受益良多。

活動回饋表調查【民眾版】



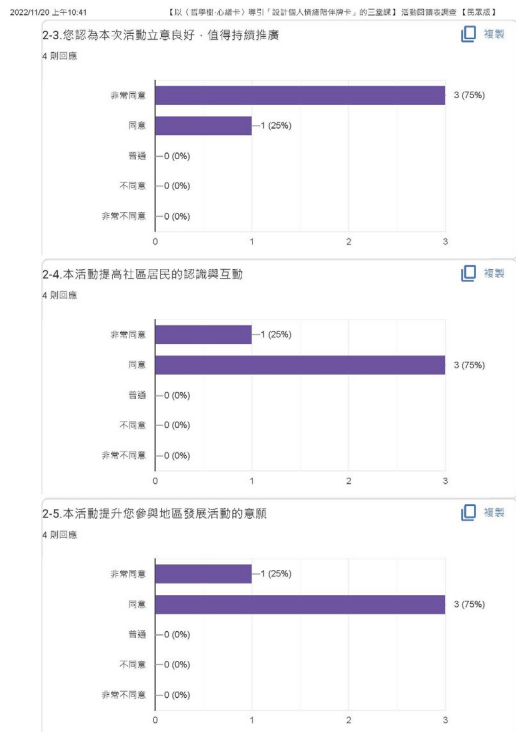
https://docs.google.com/forms/d/14hA0MNoIwEpfTamRaZ7RtLnzQgEwIQGkQm4ToNewanalytics

1/4



https://docs.google.com/forms/d/14hA0MNoIwEpfTamRaZ7RtLnzQgEwIQGkQm4ToNewanalytics

2/4



https://docs.google.com/forms/d/14hA0MNoIwEpfTamRaZ7RtLnzQgEwIQGkQm4ToNewanalytics

3/4



https://docs.google.com/forms/d/14hA0MNoIwEpfTamRaZ7RtLnzQgEwIQGkQm4ToNewanalytics

4/4

3. 建議與回饋

4 則回應

很棒

個人最喜歡第三次課的節奏

希望有幾會多多參與此類課程

可以有發表會

拾、成果產出

夢在人間 The dream underneath the horizontal line 牌卡使用說明

A=夢>庫洛牌= 52撲克牌+希望(紅JOKER)+無(黑JOKER)=54

B=人間>神諭卡=B*(黑桃+紅心+梅花+方塊)1~11+希望(紅JOKER)+愛(黑JOKER)=46 八卦卡=(黑桃+紅心+梅花+方塊)Q+K=8

A+B :

原型卡=A : 52撲克牌+(紅JOKER)+(黑JOKER)+B : 黑桃1~10+紅心1~10=74

塔羅牌=A : 52撲克牌+B : (紅JOKER)+(黑JOKER)+梅花1~10+方塊 1~10+侍者(黑桃+紅心+梅花+方塊) J=78 註 : <風(黑桃_寶劍)+水(紅心_聖杯)+火(梅花_權杖)+土(方塊_錢幣)>

易經(64卦)卡=A+B*(黑桃+紅心+梅花+方塊)1~8=64

註 : 八卦彩牌=A、B : (黑桃+紅心+梅花+方塊)9+10 ; A(黑桃+紅心+梅花+方塊)Q+K ; A+B (黑桃+紅心+梅花+方塊) J

乾坤牌=A、B : (紅JOKER)+(黑JOKER)

夢在人間 The dream underneath the horizontal line 牌卡使用說明

A=夢>庫洛牌= 52撲克牌+希望(紅JOKER)+無(黑JOKER)=54

B=人間>神諭卡=B*(黑桃+紅心+梅花+方塊)1~11+希望(紅JOKER)+愛(黑JOKER)=46 八卦卡=(黑桃+紅心+梅花+方塊)Q+K=8

A+B :

原型卡=A : 52撲克牌+(紅JOKER)+(黑JOKER)+B : 黑桃1~10+紅心1~10=74

塔羅牌=A : 52撲克牌+B : (紅JOKER)+(黑JOKER)+梅花1~10+方塊 1~10+侍者(黑桃+紅心+梅花+方塊) J=78

註 : <風(黑桃_寶劍)+水(紅心_聖杯)+火(梅花_權杖)+土(方塊_錢幣)>

易經(64卦)卡=A+B*(黑桃+紅心+梅花+方塊)1~8=64

註 : 八卦彩牌=A、B : (黑桃+紅心+梅花+方塊)9+10 ; A(黑桃+紅心+梅花+方塊)Q+K ; A+B (黑桃+紅心+梅花+方塊) J

乾坤牌=A、B : (紅JOKER)+(黑JOKER)

A	B	聖杯	權杖	錢幣
寶劍				
2				
3				
4		塔羅騎士	塔羅騎士	塔羅騎士
5				
6				
7				

A	B	塔羅	塔羅	塔羅	塔羅	原型	原型	原型	原型
塔羅	塔羅	塔羅	塔羅	塔羅	塔羅	塔羅	塔羅	塔羅	塔羅
2									
3									
4		塔羅侍者	塔羅侍者	塔羅侍者	塔羅侍者	塔羅侍者	塔羅侍者	塔羅侍者	塔羅侍者
5									
6									
7									

- 『浮』牌可以使東西或物品漂浮起來的一張牌
 - 『風』牌可以產生巨大狂風的牌
 - 『消』牌可以使物品或人煙消失的一張牌
 - 『燈』牌可以散發出許多的小光點，來照亮物品的一張牌
 - 『移』牌可以使物品在瞬間移動的一張牌
 - 『鬥』牌由於戰鬥力強，所以常被用來挑戰，是一種很喜歡戰鬥的一張牌
 -
- 12
- 『變』牌可以自由的控制雲的一張牌
 - 『夢』牌可以控制夢的能力，它可以使人在夢中看到過去或是未來的魔力
 - 『砂』牌可以自由的控制砂的魔力
 - 『雙』牌可以使物品或人都變成雙倍的一張牌
 - 『結』牌可以使空間連結起來
 - 『想』牌可以讓天空下起大雪
 - 『治』牌可以產生大量的泡泡，來洗淨東西
 - 『波』牌可以產生巨大的波浪的牌
 - 『料』牌當人觸摸牌時就可以立即判斷出來的一張牌
 - 『收』牌是可以穿過牆壁的一張牌，但是穿過牆壁的厚度與魔力成正比
 - 『聲』牌是喜歡把美好的聲音收集起來，但是被收集起來的聲音的人將永遠的失去聲音了
 - 『說』牌有可以把東西或房間連結起來的魔力

- 13 **遊戲** 遊戲讓我們用最自然的方式表達自我。
- 遊戲協助小孩（一般是3歲至11歲）去表達他們的感受和困難，如恐懼、懼怕、孤獨、憂鬱、失落和自卑等等，從而達到治療效果。事實上，遊戲是小朋友最自然的方式去表達自我，相對於成年人會透過「說話」來表達困難一樣。
 - 我們可透過遊戲來將內在的焦慮外顯化，從而增加對自我行為和情緒的認識，並促進個人發展，加強自我面對困難的信心和能力（維基百科）。

- 14 **康樂遊戲**
- 遊戲 1-15張 米友琪 16-27張
 - 樂業 28-40張 米健農 (其他) 41-52張
 - 步驟
 - 1. 指出關心的議題 (戀愛, 友誼, 樂業, 其他)
 - 2. 雙手洗牌 (默念關心的議題)
 - 3. 以左手分成三等分
 - 4. 依順序排成成一疊
 - 5. 依順序翻牌排成 (中 > 左 > 上 > 右 > 下)

- 15 **【尋找奇蹟】**
- A. 現在
 - B. 近期
 - C. 未來
 - D. 對策
 - E. 守護他
 - 繼續留在乎的一張

- 16 **QANDA**
黃傳昇

- 1 **夢見人眼 《易经》**
黃傳昇
- 2 **角埋八卦卡**
- 3 **<外卦>**
- 調整自己的視野，眼睛一張張地看到完整的八卦卡。
 - 放鬆自己；把你自己靜靜地坐在椅子上(你感覺自己的身體與與自然融合，沒有其他強迫的力量)。
 - 想像你占卜的事物；包括人、事、物與環境事件自然發生，不論好的或不好的，在你覺得最難的部份繼續調整一位置。
- 4 **<內卦>**
- 調整自己的視野，眼睛一張張地看到完整的八卦卡。
 - 放鬆自己；把你自己靜靜地坐在椅子上(你感覺自己的身體與與自然融合，沒有其他強迫的力量)。
 - 進入你對問題最難的部份；主動想像你想發生的人、事、物與環境，專注地去控制你想變的畫面，在你感覺最難的部份繼續調整一位置。
- 5 **<外卦>**
- 手持牌及八卦卡片。
 - 放鬆自己；雙手洗牌。
 - 想像你占卜的事物；包括人、事、物與環境事件自然發生，不論好的或不好的，在你有感覺的部份一張卡。
- 6 **<內卦>**
- 手持牌及八卦卡片。
 - 放鬆自己；雙手洗牌。
 - 進入你對問題最難的部份；主動想像你想發生的人、事、物與環境，專注地去控制你想變的畫面，在你有感覺的部份一張卡。
- 7 **牌32+人眼32=64**
- 8
- 9 **【時間之流】**
- A. 過去
 - B. 現在
 - C. 未來
 -
 -

- (1) 代表過去的經驗。
- (2) 代表本問題的現狀。
- (3) 代表對本問題解決的預測結果。

- 10 **64卦**

- 11

- 12 **易經今解 64卦表**

- 高深子
- 使用方法：上卦對上卦橫行，下卦對橫行，找其所卜測的卦，以該卦為基礎。
- <http://www.learning.com/book/181>
- <http://www.64hexagram.com/>
- <http://www.64hexagram.com/newstudies/07738115.html>
-
-

- 13 **QANDA**
黃傳昇

· 以下將以圖表方式排列40張數字牌，以及16張宮廷牌。

56張小牌裡面包含四種元素，分別是火（權杖）/ 水（聖杯）/ 風（寶劍）/ 土（錢幣）。每一種元素藉由10張數字牌與4張宮廷牌所構成。

- 24 火元素-數字牌
- 25 土元素-數字牌
- 26 風元素-數字牌
- 27 水元素-數字牌
- 28 宮廷牌的結構

- 35
- 36 Q AND A
高橋昇

宮廷牌是由四種元素構成，每種元素有四種人物，分別是國王、皇后、騎士、侍者。當抽到宮廷牌時，常用來指某位人物，以及該人物的年齡、職業、星座、個性等，但宮廷牌並不完全只能用來代表人物，有時候也代表某個事件。

- 29 火元素-宮廷牌
- 30 土元素-宮廷牌
- 31 風元素-宮廷牌
- 32 水元素-宮廷牌

33 【靈感對應】

- 適用於：原型牌卡、78張塔羅牌
- 問題運用範例
 - 【範例1】我想知道對方是不是真心喜歡我的？
 - 【範例2】我想知道男友/女友的態度是怎麼看待我的？
 - 【範例3】我想知道我與某同事互相之間的看法？
- 【注意事項】測驗「問卜者」與「某位特定角色」之間的關係，分別為3張問卜者與3張對方角色的「主觀」想法，而非「客觀」解釋，正因為是主觀想法，所以牌的變動較大，因為雙方的想法與意志會因為時間或是其他事情而改變。

34 【六芒星】

- 占卜法運用範圍
 - 六芒星占卜法是塔羅牌中非常具有代表性的占卜法，它源自猶太教六芒星符號，如果你想知道問題發生的原因後果，快速瞭解這件事件的利益或阻礙之處，瞭解這種占卜法最靈。發生事情的歷程→過去→現在→發展的環境→事情可能的未來發展→建議當事人的對象。
-
-

1 擊在人間 《海羅亞》
高橋昇

2 擊在人間 《海羅亞》
高橋昇

3

4

5 偉特塔羅牌 = 78張 = 22張大牌 + 56張小牌

6 大牌及小牌的差別

- 「大牌」的演義對比說明「抽象」，可能是影響當事人的「精神層面」；對當事人有「重大」的影響，或影響力大的事件；生命的挑戰與障礙，而這些對當事人來說有深遠且具特殊意義的，且影響深遠。
- 「小牌」的演義對比說明「具象」，用象徵性上的起點、情緒、狀態，或是具體的人事物，反之這些對當事人來說影響較小，但會導致事情的發生。
- 在實際占卜牌面上，有些人會將大牌22張與小牌56張，拆開做占卜，但這樣的做法，會缺乏完整性的解釋，大海講究的是廣闊的大方向，在小牌去負責細節總結的部份為研究，進而達到更精確的占卜解釋。

7 惡人的旅程

- 大牌從一號牌到二十一號的世界，象徵一個惡劣的惡人旅程，從第0號的惡人（代表開始）到第22號的世界（代表完成），宛如軍生兒般的惡人踏上未知的冒險旅程，在魔術劇中學會控制外在世界，在女祭司牌裡內在靈魂，皇后是帶給他這層可憐的母親，國王是理性領導他的父親，教皇提供了這層對形勢的觀察，然象徵在惡人牌中相當靈敏的意味，在戰術中學會應付的戰爭，在力量牌中學會勇往直前的勇氣，在意志中學會奮鬥，高貴這層，這些都是不該有的結果，從命運之輪中透視了人生起落，正義牌對命運性結核，他出完美的決定，在惡人牌中，他理解到勝利必須犧牲某些事物，才能獲得心靈成長，死神牌是進一步要他懂得犧牲放手，在動刑牌中，學會選擇與妥協，秘傳牌讓他學會去克服物質慾望，在他經歷了層的體驗之後，星星牌讓他能夠領悟，重新燃起信心與希望，他在月亮中與恐懼奮戰，進而與惡魔現象，在太陽牌裡體驗全方位的成長與快樂，權利的榮耀與成就，他從愛內心的召喚，了解因果的運作，最後他在世界牌中完成了旅程，達到最終的成功。

8 大致了解牌義的基礎所備後，下一步就是去理解這些牌義的含義，可以先從認識22張大牌故事旅程作為一個開端，讓你在去決定是更先從56張小牌開始學習，還是22張大牌開始學習。

9

10

1 巨怪牌, 巨怪人
2 巨怪牌, 巨怪牌

11 巨怪牌, 巨怪牌
2 巨怪牌, 巨怪牌

12 巨怪牌, 巨怪人
2 巨怪牌, 巨怪牌

13 巨怪牌, 巨怪人
2 巨怪牌, 巨怪牌

14 巨怪牌, 巨怪牌
2 巨怪牌, 巨怪牌

15 巨怪牌, 巨怪牌
2 巨怪牌, 巨怪牌

16 巨怪牌, 巨怪人
2 巨怪牌, 巨怪牌

17 巨怪牌, 巨怪牌
2 巨怪牌, 巨怪牌

18 巨怪牌, 巨怪牌
2 巨怪牌, 巨怪牌

19 巨怪牌, 巨怪牌

2 塔羅牌義-19 火牌

20

- 1 塔羅牌義-20 聖牌
- 2 塔羅牌義-21 世界

21

• 哈伯塔羅 <https://harpertarot90.pixnet.net/blog/post/62120533>

22 小牌是由不同的四種元素中的數字1-10，以及4組宮廷牌所組成的，可以將這兩個部分拆開來學習，以下將以圖表方式排列40張數字牌，以及16張宮廷牌。

56張小牌裡面包含四種元素，分別是火（權杖）/水（聖杯）/風（寶劍）/土（錢幣），每一組元素皆由10張數字牌與4張宮廷牌所構成。

23 火元素-數字牌

24 土元素-數字牌

25 風元素-數字牌

26 水元素-數字牌

27 宮廷牌的結構

宮廷牌是由四種元素構成，每種元素有四種人物，分別是國王、皇后、騎士、侍者，當抽到宮廷牌時，常用來指某位人物，以及該人物的年齡、職業、星座、個性等，但宮廷牌並不完全只能用來代表人物，有時候也代表某個事件。

28 火元素-宮廷牌

29 土元素-宮廷牌

30 風元素-宮廷牌

31 水元素-宮廷牌

32 【四要素】

- 總用於：原型牌卡、56張塔羅牌
- 14張權杖 / 14張聖杯 / 14張寶劍 / 14張錢幣
- 【注意事項】針對某件尚未發生的事情做假設性的提問，假設當事人做了某個決策，事情會如何發展。若該問題是工作與事業相關的問題，以火元素的牌優先解讀；感情與人際關係問題-水元

素的牌優先解讀；財務與金錢-土元素的牌優先解讀。若是傷害等執果以風元素為主。

33 【四學牌陣】

- 總用於：原型牌卡、78張塔羅牌
- 牌陣用途：預測每一季(春、夏、秋、冬)的工作、感情、人際、財運等整體運勢。
- 將一副78張的塔羅牌，分成5組，分別為：22張大牌 / 14張權杖_A / 14張聖杯_B / 14張寶劍_C / 14張錢幣_D
- 分組完畢後，對各組牌分別進行洗牌動作
- 在洗牌的時候，在心裡默念願望在各組牌裡面各抽出一張牌，可依照此抽牌順序：權杖 / 聖杯 / 寶劍 / 錢幣 / 22張大牌
- 抽完全部的牌之後，可依照此抽牌順序：22張大牌 / 權杖 / 聖杯 / 寶劍 / 錢幣

34 【羅賓特十字】

- 總用於：78張塔羅牌
- ① 現狀：表示問卜者所看到的狀況
- ② 動盪性：表示問卜者在現實上的能力或動力 (正面的牌為助力，負面的牌為阻力)
- ③ 理想：表示問卜者覺得最理想的狀況，或是對於事情的想法
- ④ 基礎：表示目前問卜者已累積的成果或可以利用的資源
- ⑤ 過去：表示問卜者過去發生的事情
- ⑥ 未來：表示問卜者未來會發生的事情
- ⑦ 自我：表示一到六號牌所形成的狀況
- ⑧ 環境：表示外在環境因素或他人的觀點
- ⑨ 希望或恐懼：表示問卜者希望發生或害怕發生的事情 (正面的牌為希望發生，負面的牌為害怕發生)
- ⑩ 結果：事情最後的結果

35 Q AND A

高維昇