

## 用冒險治療提升兒童青少年的情緒與社會能力

### 兩日工作坊

#### 一、研習主題簡介

兒童青少年的實務工作中發現，他們迫切需要情緒能力與社會能力的培養。然而，單純仰賴談話式介入，卻可能在關係建立初期就遭遇挑戰。這樣的困難，並不完全來自於當事人對議題的阻抗，更多是受限於兒童青少年在發展階段上，抽象思考能力尚不成熟，或是對於直接談論情緒感到尷尬不安所致。

因此，近年來遊戲式的介入做法應運而生。然而，許多遊戲對於青少年而言常顯得過於稚氣；並且，光是開心的玩，很難碰觸到孩子的困難點，而刻意在遊戲中創造輸贏，又容易冒著影響治療關係的風險。

這時候，冒險治療就是實務工作者值得嘗試的取向。

冒險治療是一種體驗式、行動式的取向，跳脫單純談話與過度仰賴理性思考的限制，讓情緒感受、想法與經驗有機會自然浮現與流動。同時，冒險治療中存在多種深具巧思且有趣的設計，活動本身就讓人經歷到挑戰性、刺激感，而緊張、挫折、畏懼、不安等這些負面情緒，當事人可以清楚感受到是自己的心情，實務工作者不是輸贏的對立面或是規則的設定者，反而是陪伴在兒童青少年身邊的支持者、理解者、引導者，是值得信任的幫助者。

冒險治療的活動歷程具有引發情緒、促成調控，甚至帶來突破的效果。另外，由於活動設計中巧妙納入了他人，因此只要掌握到核心精神與理論脈絡，無論用於個別治療或是團體治療，都可以達到跳脫輸贏、讓個案體會到我人關係社會性成長的目標。

本研習從冒險治療理論的介紹開始，也實際帶領學員體驗經典的冒險治療活動，並在活動後深入討論與解析活動設計與介入歷程，也示範臨床上有效的引導與介入技巧。期待能讓學員從知到行，達到貫通的理解，以掌握自由運用的能力。

徐堅璽臨床心理師，在兒童青少年工作有相當豐厚的經驗，服務場域遍及校園、治療所以及野外實境，是冒險治療領域中頂尖治療師。無論是畏縮的孩子或是桀傲不遜的青少年，甚至只是在研習中體驗冒險治療的成人、專業人員，都在他的穩健陪伴中，長出成長與突破的自覺。

如果您是兒童青少年實務工作者，無論是心理師、社工師、學校老師、觀護人，只要您想添加體驗式、行動式的介入技巧，希望帶著孩子突破現況或自我設限，並在其中培育出孩子情緒能力與社會能力的切實進展，歡迎您來參與。

## 二、講師介紹

### ◇ 徐堅璽 臨床心理師 ( 臨心字第 000556 號 )

現職：冒險心靈心理治療所所長

亞洲體驗教育學會理事暨冒險治療委員會召集人

學歷：台灣大學心理學研究所臨床心理學碩士

經歷：杏語心靈診所臨床心理師

東華大學、慈濟大學兼任講師

台北市立信義國中輔導老師

著作：冒險教育與培訓《亞洲體驗教育學會出版》

## 三、研習對象/名額：

臨床與心理諮商、社工、教育、輔導、矯正機構、醫學、復健等相關領域人員，只要您是兒童青少年的專業工作者，都歡迎參加。

## 四、報名訊息

本研習皆為實體進行，日期為 5/18 與 5/19 兩天，早上 09:00-下午 16:30。  
可接受報名單天課程，推薦完整體驗兩天內容。

### ◇ 113/05/18 ( 週六 ) · 室內形式，地點為木柵社會住宅會議室

( 地址：台北市文山區久康街 24 巷 36 號 )

### ◇ 113/05/19 ( 週日 ) · 早上攀樹體驗為戶外形式，地點為木柵公園

下午為室內課程，地點為木柵社會住宅會議室

◇ 重要提醒：木柵社會住宅與木柵公園為暫訂場地，若場地租借有困難，會調整至 ( 第一天 ) 台灣大學與 ( 第二天 ) 陽明山菁山遊憩區。

◇ 若調整至陽明山，交通請學員自行前往，或到時候設立研習群組，學員可自行在裡頭組團互助。

研習費用：

- ◇ 原價：報名單天 2200 元/人，完整兩天 4400 元/人
- ◇ 04/17 (含) 前早鳥、協辦單位會員，享折扣價，單天 1980 元/人，兩天 3960 元。
- ◇ 以上費用含講義、攀樹裝備、保險，以及第二天午餐
- ◇ 人數限制：20 人以上開課，第一天上限 45 人，第二天上限 30 人。

## 五、研習內容與流程

第一天	主題	地點
08:30 -09:00	報到	木柵社會住宅
09:00 -09:15	開場：互動式情緒架構簡介	
09:15 -10:30	冒險治療的理論架構	
10:40 -12:00	適用治療關係建立的冒險治療活動	
	午餐與休息	
13:30 -14:50	適合用於室內空間的冒險治療活動體驗	
15:00 -16:20	冒險治療活動設計與解析	
16:20 -16:30	提問與討論	
第二天	主題	
08:30 -09:00	報到	木柵公園
09:00 -10:00	以攀樹活動提升社會能力的實務技巧	木柵社會住宅
10:10 -12:00	以攀樹活動提升情緒能力的實務技巧	
	午餐與休息	
13:30 -14:50	以團體介入形式提升冒險治療效果	
15:00 -16:20	冒險治療活動設計腦力激盪	
16:20 -16:30	提問與討論	

六、主辦單位：IEQ 愛互動心理師團隊

協辦單位：桃園市臨床心理師公會

七、報名日期與方式

(一)報名日期：即日起至額滿為止。

(二)報名方式：網路 Be-Class 線上報名

(三)匯款或 ATM 轉帳

中國信託(822)0000129541815392



(四)課程聯絡人：IEQline@官方帳號 <http://lin.ee/w4dBSK4>

## 八、其他注意事項

(一) 本研習申請臨床心理師繼續教育積分，請完成課前簽到與課後簽退。需個人研習證明者，請於研習日三天 ( 05/14 ) 前提出。

(二) 本活動提供簡單點心，茶水請自行準備，現場供飲水機。