

## 【your key to art~藝術授權】

### 藝術治療 抗流感—文化品牌的治療

文: artkey 藝術授權中心執行副總 范子凡

筆者近來不巧跟上了流行，竟然得到了流行性感冒，夜半咳得嘶吼的劇痛及發燒近40的痛楚，實在難以爲外人道。思及前年此時，正是 SARS 肆虐時節，感同身受希望大家都能透過藝術治療，平平安安，減少痛楚。

據知雖然目前研發有專門治療流行性感冒的藥物，但醫界仍認爲接受流行性感冒疫苗的接種，是預防流行性感冒最有效的方法，同時還能對流行性感冒所引致的併發症及死亡具有一定功效，尤其對長者及慢性心臟病及呼吸道疾病患者而言，其效果更是顯著。

筆者雖已於去年第四季就施打了流感疫苗，但仍不幸被傳染到。其實之前辦公室已有許多同仁就已經常擤鼻涕、或咳嗽連連，只怪筆者反應過慢，未能思及預防之道，任由病毒侵蝕抵抗力漸差的身體。



圖爲 2003 Sars 盛行時，以藝術結合治療概念所發起的愛與關懷活動，讓大眾透過電子動畫傳遞，分享心靈平靜。<http://www.artkey.com/eweb/sars.swf>

躺在床上的我，任由思緒飛揚，卻無法靜下心來好好休養，夜晚因劇咳不斷起身，且因藥物又無法入眠。於是我開始強迫自己懷想一些美麗的藝術作品，讓自己可以聚焦在那些筆觸、那些意境，讓心情可以安定下來，漸漸入睡休息。

這時突然想到，那些身懷病痛的人都是怎樣在病床上度過的？如果他們在重病時得以欣賞優美的作品，如果他們在絕望時得以咀嚼深度的內涵，那痛楚會不會少一點？

因此於 2003 年面對 Sars 時，即在此心情下發起「愛與關懷」活動，透過藝術治療專家特地挑選具有意涵的藝術作品，搭配平靜效果的文字及音樂，製作為電子動畫，讓大家廣為流傳，消弭緊張情緒。

除了有搭配當時「手牽手」眾歌星大合唱的版本，還另外有結合佛經的版本，讓藝術與時事、娛樂、宗教能夠串連在一起，達到撫平痛苦的效果。

其實藝術治療並非單純地欣賞作品，根據美國藝術治療師協會的定義：「藝術治療領域中有二個取向：一、創作即是治療：透過創作的過程，緩和情感上的衝突，提高當事人對事物的洞察力或達到情緒淨化的效果；二、把作品應用於心理狀態分析，對作品產生的聯想，有助於個體維持個人內在和外在經驗的和諧，使人格獲得重整。」藝術治療比較關心的是個人的內在經驗，所以治療的過程、方式、內容和聯想的每一部份都反映出個人人格發展、人格特質和潛意識的內容。

國內有些醫療院所已開始注意診療環境的藝術美化，紛紛掛起各種意象的鮮豔作品，或許國內一時尚未能廣泛應用藝術於治療的概念，但至少也能讓患者藉由咀嚼畫作轉移注意力。

盯著醫院牆上的畫作，親身再臨患病痛楚，尤憶兩年前 Sars 時期當時緊張肅殺之情，除了繼續提醒大家勤洗手、多吃維他命，也希望藝術作品能在大家痛苦時，發揮一些安定療效了。©2005 Artkey Co., Ltd. All rights reserved.

資料提供：[artkey 藝術授權中心](#)