

Expressive Arts workshops & Groups

表達藝術工作坊及小組



SERVICE INFORMATION

服務簡介

導師簡介

鄧紫珊 *Melanie Tang*



學歷

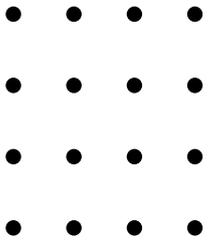
- 社會科學(青年輔導)碩士 (香港浸會大學)
- 人本表達藝術(治癒及社群轉化)證書 (美國加州人本表達藝術學院)
- 工商管理學士 (香港科技大學)
- 基礎輔導文憑 (香港中文大學專業進修學院)
- PREPARE/ENRICH 婚前婚後評估執行認證課程

專業資格

- 香港專業輔導協會認證輔導師
- 國際表達藝術治療協會專業會員
- PREPARE/ENRICH 婚姻輔導協談員

相關工作經驗

- 於非牟利機構為面對情緒困擾、社交障礙及家庭關係等困難的青少年提供輔導支援；亦具多年與國內邊緣青少年（流浪及留守兒童/青年）同行經驗
- 曾於社福機構與面對無家危機婦女同行，透過人本輔導及關懷，協助她們發掘自身能力和資源，處理情緒、家庭、經濟、人際關係等挑戰及困難
- 於不同機構（學校、非牟利及商業機構）帶領表達藝術小組工作坊，透過不同藝術媒介，突破言語輔導的界限，促進個人成長及團隊建立



Our Vision 我們的願景

建立一個平台
結合「心理輔導」及「表達藝術」
與個人或群體同行
幽暗中尋索光，燃點希冀
分享彼此成長、滋潤、啟發的旅程

Our Service 我們的服務

按學校、機構或團體的需要
設計不同主題的表達藝術體驗工作坊和小組
帶領不同群體透過語言以外的媒介
察覺和探索個人或團隊的內在資源
提升能力感以面對當下的處境及挑戰

Workshops & Groups

工作坊及小組

著重及鼓勵親身體驗，參加者透過接觸不同的表達藝術媒介：包括視覺藝術、舞動、戲劇、音樂/聲音、創意寫作等，在安全、信任氛圍下，親身經歷一趟往內探索旅程。

透過個人藝術創作過程，參加者可自由展現個人情感及探索內心嚮往，認識自我，促進個人成長。同時，以小組形式進行，參加者間的互動及分享亦能促進彼此共鳴，深化個人與群體的結連，增強個人對團隊歸屬感。



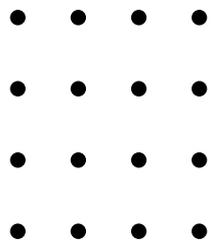
聲音 · 音樂

創意寫作

視覺藝術

即興戲劇

身體舞動



個人成長系列主題

建議時長：**90-120**分鐘/節

善待自己

探索個人此時此刻的身心靈需要，促進自我關懷及自我肯定，提昇正面情緒面對當下壓力

靜聽情緒

探索當下情緒需要，或意識、或接納、或擁抱，安撫不安及抒緩壓力

情緒轉化

探索、察覺隱藏情緒，為情緒給予安全出口，轉化當中能量，為生活打氣

尋覓平靜

開發個人創造力，提升內在察覺，淨化心靈，尋索內外平靜路徑

溝通連繫

探索個人溝通模式，察覺個人與自己、他人及世界的關連



團隊建立系列主題

建議時長：**120-150**分鐘/節

合作溝通

個人及集體創藝過程，促進參加者間的交流與溝通，深化團隊互動及鼓勵彼此欣賞

最高願景

探索個人在團體中的期望及願景，小組互動和分享共同創建團隊的最高願景

和而不同

提供安全空間容讓個人在團體中展現不同面向，透過集體創作，呈現個體既獨特亦能和諧共處面貌

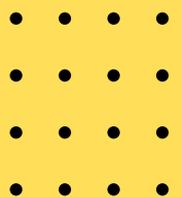
歡迎學校、機構或團體選擇：

- 1) 一次性表達藝術體驗工作坊
(選一個主題) 或
- 2) 表達藝術成長小組
(選二個或以上主題) 的服務

導師亦可按需要為個別學校、機構或團體設計相關主題的工作坊或小組內容

歡迎填寫背頁之服務報價表格

我們將盡快回覆報價查詢



表達藝術工作坊 服務報價表格

表格填寫日期

機構名稱

聯絡人

聯絡電話

EMAIL

本機構有興趣索取以下報價：

- 一次性表達藝術體驗工作坊
心儀主題 (可選單張上的或其他) _____
- 表達藝術成長小組 _____ 次

活動詳情

1. 建議日期、時間

2. 參與對象(如學生、
家長、服務使用者、
機構職員等)

3. 參與人數

4. 舉行地點

感謝你的查詢，我們會盡快與你聯繫

請將填妥表格電郵至 info@hopenlight.net 或
透過WhatsApp / Signal 將圖片發送至 (852) 9880 9760

Hope & Light Expressive Arts & Counselling Center
聯絡電話：(852) 9880 9760 電郵：info@hopenlight.net
網站：www.hopenlight.net
輔導室地址：觀塘巧明街109號榮昌工業大廈 701室

