

在第53屆全國技能競賽拿下花藝職類金牌的陳姿渝，112年是第二次參賽，憑著穩健的心理素質，獨特的美感與絕佳的表現能力，讓她在比賽中脫穎而出。面對未來，她繼續放眼國際賽資格，希望能挑戰自己的能力，透過花藝璀璨人生。



## 二次挑戰奪金 陳姿渝接觸花藝反轉人生

### 磨練設計與創作力 力求手作完美 呈現想像與創意

過去在高職就讀美髮技術科，陳姿渝從小就喜歡各種編髮，而在接觸花藝之前，她曾一度對自己的未來很迷惘。但就在進入台南應用科技大學就讀一年級時，在老師的介紹下讓她開始接觸花藝，也因此喜歡上這時尚又夢幻的職類。

陳姿渝表示，因為學校課程有安排，就開始慢慢學習，逐漸發現自己喜歡上花藝，就算有時候作品做一半不知道該如何繼續，她也會在網路上、生活周遭找一些圖片來模仿，尋找到適合自己的方法，這讓她養成隨手拍照的習慣，只要是她覺得漂亮的、有機會發揮在花藝題材的，都會存在手機內，等待可以發揮的時機。

花藝主要是運用自然界盆花、切花等作為主要媒材，搭配非植生物件做設計與實作，除了園藝、景觀，還可以多方面運

用在服裝、髮型、珠寶、佈置等領域。花藝職類考題包含手綁花束、新娘花飾、切花配置、組合盆栽等四個必考項目，選考項目更是有花環（非喪禮用）、空間花飾（吊飾、壁飾、立式花飾等）、桌花、主題設計、物件花飾、花珠寶、以及身體花飾等。

花藝不只是插花，還很多不同設計上的運用，同時是藝術創作作品，也是空間設計，投入花藝必須要擁有不同層面的設計與創作力。陳姿渝認為，花藝最難的部分，就是要確保自己的手作能力跟想像沒有差距，「有時候自己想得很遠，但做不出來是沒有用的」。

「不怕蟲這一點也很重要！」陳姿渝笑說，因為有些花材很容易長毛毛蟲，甚至有些植物作品可能忘記換水、就會長出蚊子或小飛蟲，如果會害怕這些小昆蟲，可能投入花藝就會很快面臨「非技術」的卡關。

## 全神貫注練習 強化心理素質 勇於再次挑戰自我肯定

陳姿渝曾參加第52屆全國技能競賽花藝職類，當時只在分區賽拿下第4名。她說，由於全國技能競賽有年紀限制，「想在超齡之前再拚一下，給自己最後一次努力的機會」。於是從112年3月的分區賽前1個月，開始進行自主練習，當時雖然沒有老師在一旁緊盯，仍是耐著性子慢慢練、慢慢摸索，遇到問題時再請老師協助調整，就這樣一路練到全國賽，中間只休息農曆春節1周。

在準備比賽的過程中，她從一開始的基礎架構，到後期、比賽前一個半月，才開始有花可以練習。個性較獨立的陳姿渝說，如果練不下去的時候，就會開始找別的事情來做，不會讓自己的精神一直專注在卡關的負面情緒，她認為在埋首練習時，「不要讓自己練到身心麻痺」是很重要的事情。

陳姿渝認為，心理素質也是很重要的一環，因為在練習時必須要全神貫注，沒有辦法經常回家，因此「不能太過想家」。她說，從分區賽開始，她與學姊每天晚上一起練習到門禁時間、一起回宿舍，「要找到可以指導的人，不要自己傻練，否則很容易做出奇怪的東西」。

在112年的比賽中，陳姿渝完全投入比賽，腦中、眼中只有自己的作品，以絕對的專注力完成一項又一項的題目。在第一天的賽事中，遇到了壁飾的題目，由於當下不太會使用這形狀的花飾，所以一開

始放的花量比較小，整體看起來不那麼豐富，「只有給自己打70分」，但她很快調整自己。回飯店之後讓自己充分休息、重新調整步調，繼續後面兩天的賽程。

## 以絕對的專注力投入競賽 驚喜贏得金牌榮耀

後續賽程中，陳姿渝運用大地色系的花材、以及木本植物，綁出大地色的新娘捧花來傳達波光粼粼的意念，也順利完成以規定的主題色「紫色」為主的同色系桌花。她笑說，回去飯店之後，還是會想著比賽時少了什麼感覺，是否可以再添加哪些素材讓整個作品更飽和，但她還是會重振精神，讓自己迎向最後一天的比賽。

在最後一關的神秘箱考題為擴香瓶，要用這香味的意念完成作品，陳姿渝說，當時她聞到竹子的味道，因此她在最後的賽程中運用很多木板、木片創作完成這項作品。她說，當時完全不覺得自己會得到金牌，反而覺得可能最好只會拿到銅牌。但是公佈成績時，聽到自己拿下金牌，陳姿渝還是相當驚喜，除了感謝協助她的師長，也謝謝自己決定再拚一把的努力。



▲ 陳姿渝完全投入比賽，努力將腦中所想的透過手作呈現。