



通識工作坊～生活美學系列～ 自我認知肢體劇場工作坊（一）

時間：2021-11-11
地點：L209 實驗劇場

本次舉辦的「通識工作坊～生活美學系列～怎麼樣我就是用肚臍看人的—認知自我戲劇肢體工作坊（一）」由通核中心的陳慧勻老師邀請到烏犬劇場藝術總監—彭子玲導演，帶領報名本工作坊的教職員工生，藉由遊玩肢體戲劇活動來認知自我，學習感受自己，以及試著接觸、了解素未謀面卻有緣分參與同一個工作坊的成員。

彭子玲導演從輔大心理系畢業，擁有充沛的劇場導演、演員經驗，目前也是一位劇場與藝術教育工作者，經常以肢體遊戲、書寫繪畫的方式，去探索自身、觀照人與社會的關係，並藉由社會療癒取向心理學之經驗以及劇場展覽演出，來帶領不同經驗背景的參與者投入這些活動。其曾經導演作品《二路埋伏》，並獲得牯嶺街小劇場年度評審團大獎。

本次認知自我戲劇肢體工作坊的舉辦地點在文學館的 L209 實驗劇場，這是一個設計成「黑盒子劇場」的地點，幾乎全黑的劇場空間，搭配燈光轉變，能夠使人重新感受人與空間的關係，並進一步感受自身的存在，也是認知自我戲劇肢體工作坊選擇在實驗劇場舉辦的優點之一。



彭子玲導演正在向學生們說明今天的活動內容。



學生高舉手臂，藉由這個動作，
感受自己的生命力量。



通識工作坊～生活美學系列～ 自我認知肢體劇場工作坊（一）

時間：2021-11-11
地點：L209 實驗劇場



張開手臂，去感受空氣與肢體的相互流動。



不規律的擺動四肢，藉此內視自己的肢體。



學生們正在聆聽彼此繪製的肢體心靈圖像有何特殊意義。



活動尾聲，老師、導演、學生們圍成一圈，為今天的努力留下紀錄。