

國家文化藝術基金會 110-2 音樂類常態補助

《家．山．海》想像力實驗場

感官肢體工作坊 —— 視障者的聽覺探索

研習手冊

主辦單位 | 不二擊打擊樂團



贊助單位 | 財團法人國家文化藝術基金會



目錄

一、	研習實施計畫.....	3
二、	感官活動操作方針.....	5
三、	課程表.....	6
四、	講師簡介.....	10
五、	樂團簡介.....	12
六、	筆記欄.....	13

一、研習實施計畫

● 辦理單位

主辦單位 | 不二擊打擊樂團

贊助單位 | 財團法人國家文化藝術基金會

● 辦理主題

大多數明眼人高度倚賴視覺，經常喪失了聆聽這個本能，也經常忽略了其他感官帶給我們的訊息，甚至成為我們探索世界與自身的「障礙」。

為了打破這重障礙，我們透過與視障者的互動，企圖打造不同於明眼人日常的世界。我們將與視障者夠過各種感官的刺激進行經驗交流與分享，分析聽覺、觸覺、嗅覺帶給我們的資訊以及想像空間，打破生理慣性的各種障礙與侷限，建立一個真正「對等」的場域，讓想像力不僅是虛無的空想，而是成為可以滾動成更加茁壯的療癒日常。

● 目標對象

學齡後視多障自然人。

● 辦理梯次

3 梯，為期 3 週。

● 參與人數

共計 3 人。

(原有 3 人報名，其中一位中途停止參與，最終完成工作坊共計 2 人。)

● 研習時數

共計 21 小時。

(3 位參與者為整參與應為 27 小時，惟中途停止參與之學員有完成第一週知 3 小時工作坊。)

- **辦理日期**

第一週／第一梯次／2021.12.20（一）09:00~12:00

第二梯次／2021.12.20（一）14:00~17:00

第三梯次／2021.12.21（二）14:00~17:00

第二週／第一梯次／2021.12.27（一）09:00~12:00

第二梯次／2021.12.27（一）14:00~17:00

第三週／第一梯次／2022.01.03（一）14:00~17:00

第二梯次／2022.01.04（二）14:00~17:00（因參與者身體不適，改
至 2022.02.21（一）14:30~17:20）

- **辦理地點**

狠劇場 藝響空間／臺北市文山區興隆路二段 95 巷 8 號 10 樓

二、 感官活動操作方針

● 聽覺

明眼人在日常生活中的聆聽絕大多數都具有強烈的目的性，即便耳朵接收了千千萬萬細微而明確的訊息，大腦卻會因為不符目的而自動篩選，過濾出「最重要」的資訊來反應。那麼對視障者而言又是如何呢？

工作坊將會從最基本的打開耳朵聆聽出發，設計的活動並不急著以發出聲音為目標。從最簡單的「聽」空間裡的聲音、聽夥伴的呼吸，近一步到傳遞訊息、探索聲音，到最終發出聲音的即興樂器演奏。上述的所有活動需要具備的能力，也是最基礎的能力就是「聆聽」，企圖藉由一連串的專心聆聽與回應，尋覓聽覺在視障者與明眼人之間可以如何搭出溝通的橋樑。

● 觸覺

還記得風吹在皮膚上的感受嗎？還能回憶上一件被子的觸感嗎？有多久沒有好好用肉身直接感受物件、陽光、空氣、水？

就如同在上述聽覺分類裡提到的，目的性屏蔽了許多可以更直覺感受與反應的機會，在拿取物件的時候更是如此。許多時候在我們真正觸碰到物件以前就會因為視覺或者期待該物件所能及的效果，而有了預設的「感觸」。

為了避免陷入預設的圈套，觸覺與裝置環節使用日常生活中物件們做媒介，但是不以慣常的方式使用物件，期待在與視障者相互感受的過程中可以找到拋開預設、真正感受的原始本能。

● 肢體

舞蹈是非常注重形狀的藝術，許多人學習舞蹈的路徑也都是從模仿開始的。那如果把視覺拿掉，舞蹈可以是怎麼樣的？更廣義的來理解，肢體可以如何不在乎形狀的移動呢？

設計工作坊肢體環節時，以突破對「跳舞」的既定印象為核心，以肢體的基礎認識出發，進階到移動、雕塑，最終與裝置／觸覺與聲響結合，用更自由的身體去回應所有刺激。

三、課程表

本研習課程內容係根據學員個別興趣與專長項目設計，有三位學員故有三種版本之課程表。

● 葉銘利

第一週 12/20			
09: 00~12: 00			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[聲音] 拍手遊戲	薛詠之	40 mins	先測試耳邊拍手的音量
休息 20 mins			
[分享] 家的物件	黃致愷	40 mins	歐、嫻、薛、雁、敏都分享
休息 20 mins			
[肢體] 彈性布	徐佩嫻	30 mins	注意頭部安全 是否需要音樂?
[聲音] 收音教學	薛詠之	20 mins	提醒下載收音 App
[分享] 當日回饋	黃致愷	10 mins	

第二週 12/27			
09: 00~12: 00			
1. 活動中隨時可以開聊，講師們互相關照，確認夥伴們是否需要換手。			
2. 不需要完全迎合銘利的心情、喜好。			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[聲音] 聲音聆聽	薛詠之	30 mins	
[聲音] 拍手遊戲	薛詠之	30 mins	先在耳邊測試拍手音量
~喝茶休息~	葉銘利	20 mins	
[聲音] 節奏遊戲	薛詠之	20 mins	
[聲音] 人體樂器	薛詠之	20 mins	
[聲音] 樂器分享/即興	薛詠之	30 mins	

第二週 12/27			
09: 00~12: 00			
[聲音] 家的聲音分享	薛詠之	20 mins	
[分享] 當日回饋	薛詠之	10 mins	

第三週 2022/01/03			
13:00~16:00			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[肢體/裝置] 寶特瓶	徐佩嫻	30 mins	
[肢體] 流動伸縮球	黃致愷	30 mins	
休息 20 mins			
[聲音] 聲音即興	薛詠之	60 mins	
[分享] 工作坊回饋	黃致愷	40 mins	

● 劉芳穎

第一週 12/20			
14: 00~17: 00			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[肢體] 靜態	黃致愷	30 mins	需要音樂
休息 20 mins			
[聲音] 拍手遊戲	薛詠之	30 mins	先測試耳邊拍手音量
[聲音] 節奏傳遞遊戲	薛詠之	30 mins	
[肢體] 彈性布	徐佩嫻	30 mins	注意頭部安全 需要音樂
休息 10 mins			
[分享] 家的物件	黃致愷	20 mins	歐、嫻、薛、雁、敏都 分享
[分享] 當日回饋	黃致愷	10 mins	

第二週 12/27			
14: 00~17: 00			
1. 活動中盡量不切斷，講師們互相關照，確認夥伴們是否需要換手。			
2. 慢慢地帶，緩緩地動，時刻覺察。			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[肢體] 靜態	黃致愷	30 mins	
[肢體] 身體雕塑	黃致愷	40 mins	
休息 10 mins			
[聲音] 節奏遊戲	薛詠之	30 mins	
[肢體/裝置] 伸縮球	黃致愷	20 mins	
[聲音] 家的聲音分享	薛詠之	40 mins	
[分享] 當日回饋	薛詠之	10 mins	

第三週 改期			
時間：2022/02/27 14:30~17:30			
地點：芳穎家			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[肢體] 拉筋	黃致愷 劉芳穎	30 mins	
[聲音] 即興音樂分享	薛詠之	30 mins	銘利的即興創作分享
[分享] 家&植物	劉芳穎	20 mins	
休息 10 mins			
[裝置] 捏陶土	徐佩嫻	60 mins	
[分享] 工作坊回饋	黃致愷	30 mins	

● 周佳儀

第一週 12/21			
14: 00~17: 00			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[聲音] 拍手遊戲	薛詠之	40 mins	先測試耳邊拍手音量

第一週 12/21 14: 00~17: 00			
[肢體] 伸縮球	黃致愷	30 mins	先測試求會不會夾到手 暖身(丟球) → 流動
休息 20 mins			
[聲音] 人體樂器	薛詠之	45 mins	先讓主持人當樂器示範
[肢體] 靜態	黃致愷	45 mins	(備用)
[分享] 家的物件	黃致愷	40 mins	歐、嫻、薛、雁、旻都 分享
[分享] 當日回饋	黃致愷	5 mins	

第二週 12/27 14: 00~17: 00 因學員個人因素取消			
1. 活動中盡量不切斷，講師們互相關照，確認夥伴們是否需要換手。			
2. 慢慢地帶，緩緩地動，時刻覺察。			
活動項目	主持人	時間	注意事項
[肢體] 靜態	黃致愷	-- mins	
[聲音] 聲音地圖	薛詠之	-- mins	
[裝置] 畫畫	徐佩嫻	-- mins	

第三週 待定 因學員個人因素取消			
---------------------	--	--	--

四、講師簡介

● 聽覺——薛詠之



畢業於國立台北藝術大學擊樂碩士

現任 | 不二擊 核心成員

Semicircular-半規管 聲音藝術核心成員

聆聽老靈魂-長者藝術創作聚落計畫 合作講師

聲音愛好者，沈迷於各種聲響的發生；喜歡搜集聲音，手機裡充滿奇怪的錄音檔案。近年以擊樂和聲響為出發點，嘗試各種實驗和結合，和各種不同藝術領域的人工作，戲劇、舞蹈、裝置、行為……等，透過合作，瞭解彼此的邏輯，找出共通的語言。

近年作品 |

《耳朵怪的聲林秘密基地》聲音裝置展、《開啟你的療癒人生》素人工作坊 計畫主持人、《海岸猜解 Coast Guess》聲音裝置展、2020 高雄駁二藝術特區 駐村團隊、《離岸流》實驗音樂線上專輯發表、2019 OFF 跳境祭《一個人的廟會》、《在兩個呼吸之間》聲音裝置展覽、2019 新點子實驗場《柏拉圖的洞穴》等。

● 觸覺／裝置——徐佩嫻



畢業於台北實踐大學 | 服裝設計系

現為藝術工作者，喜歡衣料透過肢體的展現美的瞬間，也提倡人本是藝術品。

近期作品 |

2017 蔡詩藝 "Radar" MV服裝製作

2017 獨立製作“搖擺寫真”服裝設計

2017 新人新視野“高明的前戲”服裝設計

2018 富邦啦啦隊展演服裝設計製作

2019 台藝大畢業展製演出服裝造型與設計

● 肢體——黃致愷



畢業於國立台灣藝術大學 | 舞蹈學系

近年與與Dafi Altabeb、Igal Perry、郭文泰、姚淑芬、董怡芬、燕樹豪、林頌姍、陳芝藟、王玟甯……等藝術家工作。曾參與《河床劇團》、《優人神鼓》、《世紀當代舞團》、《安娜琪舞蹈劇場》、《饕餮劇集》、《棲逃囡仔》等團隊演出。

2018年獲得青霖文化藝術基金會獎學金，赴美參加《American Dance Festival》，並在當地發表獨立作品。

透過舞蹈與創作，以赤子之身探索自我，以舞者之身與空間對話，以演員之身與內在連結，以藝術之身與世代並行。

五、樂團簡介

『不二，沒有相對、沒有絕對、一切皆由因緣和合而生。』

乍看下彷彿追求唯一的「不二」，實質上追求的是一種更為開放的心理。

「不二擊」以此為初衷並以打擊樂為基石，期許在音樂與跨領域的結合中打開感官、悟不二、觀自心，不設限地開拓二十世紀以至當代音樂的可能。

《不二擊》成立於 2014 年，專注於擊樂與聲音藝術之創作，近年持續與科技藝術、裝置、戲劇、舞蹈、偶戲…等不同領域合作，藉由演出製作、藝術策展、依地創作、聲響工作坊，找尋各領域與聲音的交會方式，並持續耕耘聲音聆聽的推廣，願將擊樂及聲音的各種可能和生活及群眾連結。

近年製作

- 2020 不二製作《I AM ALL EARS: 聲音的痕跡》／擊樂、戲劇共創演出
- 2019 不二擊策展計畫《在兩個呼吸之間》／擊樂、戲劇、科技裝置跨界合作展
- 2019 兩廳院新點子實驗場《薛詠之 - 柏拉圖的洞穴》／擊樂、舞蹈、戲劇共創作品
- 2019 臺南 OFF 跳境祭《一個人的廟會》／耳邊風工作站委託現地創作，擊樂、偶戲、戲劇

六、筆記欄