果實藝術創作營

一、計畫緣起

「果實藝術創作營」緣起於 2009 年，由果實文教基金會董事長張艾嘉導演提出「用創意說好一個故事」的理念，以全台高中生為對象，透過戲劇、肢體、聲音、視覺等跨領域藝術學習，並帶領學生走出教室，參訪不同文化場域、社會團體及藝術家工作室，在與各領域專業工作者的交流中拓展視野，啟發對未來的想像與探索。

2020 年，果實文教基金會首次與公益平台文化基金會合作，將營隊移師台東，並以均一國際教育實驗學校為主要據點，結合花東豐富的自然、人文與藝術資源，持續拓展青少年的學習場域。

果實營的核心並非培養藝術家或以完成劇場演出為目的，而是以藝術作為探索自我與理解世界的方法。每年透過不同主題，邀請來自音樂、劇場、表演、電影、視覺藝術等領域的專業工作者陪伴學員，透過觀看、感受、思考與創作，引導青少年認識自己、理解他人，並找到表達內在想法與生命經驗的方式。

以第四屆「想被看到！不想被看到？」為例，營隊邀請 14 位不同領域的業師共同參與，讓學員從「觀看與被觀看」出發，重新思考：我如何看待自己？我希望別人看見什麼樣的我？又有哪些內在的自己，是我還沒有準備好讓別人看見的？

二、計畫目標

（一）多元課程與生活體驗：透過跨領域課程及營隊群體生活，引導學員探索自我、體驗多元的生活與學習可能，培養創造力、思考力、整合力、策劃力、溝通力與經營力。

（二）導師陪伴與作品共創：採導師制，帶領學員應用營隊所學，透過小組討論、排練，探索發展屬於自己與團隊的作品，最終完成作品呈現。

（三）老果實回流參與：邀請歷屆「老果實」回流加入工作團隊， 藉發揮個人專長參與營隊籌備，並透過分工、提案、溝通與執行，培養企劃、協作及領導能力，同時為營隊注入新的創意與經驗傳承。

（四）影像營中營：影像組透過「營中營」，由專業影像老師帶領對攝影與影像有興趣的學員，以「營中營」方式進行培訓，學習平面攝影與動態影像，並實際參與營隊紀錄，培養觀察、影像敘事與創作能力。

三、主協辦合作單位

主辦單位：果實文教基金會、公益平台文化基金會

協辦單位：臺東縣均一國際教育實驗學校

四、參與對象

（一）學員

40 位，來自全台 9 年級至 12 年級應屆畢業生。透過報名繳交作品，甄選出對藝術

富有熱忱、創新思維與願意嘗試的學員。其中保留 10 位以內花東學生名額。

	區域		性別	
類別	花東	非花東	女	男
人數	8	32	11	29
比例	20%	80%	27.5%	72.5%

（二）「營中營—影像組暨紀錄片培訓營」學員

4 位動態紀錄組與 2 位平面攝影組學員。學員具備曾為營隊學員的「老果實」或曾任公益平台志工的身份、有影像專長，並經甄選選出。

（三）「劇場技術人才培育」實習生

2 位實習生由公益平台舉辦的「劇場技術人才培育計畫」進行甄選，計畫分為主題培訓及營隊實踐兩階段。以工作坊形式融入劇場技術主題相關的培訓課，引導學員先有基礎概念，再進入劇場空間模擬與實驗；化身音響技術和燈光技術等角色，善用精細的觀察與靈活的溝通，打開創意的敏銳度，在營隊中實踐所學。

（四）工作人員團隊

27 位，由「老果實」以及曾任公益平台志工組成，負責規劃營隊活動與生活面內容，分為行政團隊、生輔組、課務組、活動組、美術組、技術組。

（五）講師

11 位，由各領域專業工作者組成，包含歌手、攝影師、編舞家、劇場編導、演員、戲劇治療、平面設計師、電影美術指導等。

（六）導師群

8 位，包含總導師王耿瑜、杜思慧，負責營隊總策劃；4 位創作導師古峰與陳以恆、徐邦城與韓佩瑤，帶領營隊學員的成果發表創作呈現；影像導師李剛齡與李欣哲，帶領影像營學員攝影紀錄與創作。

五、計畫期程

（一）籌備期

學員招募：3 月 28 日（五）至 6 月 14 日（日）

影像營招募：3 月 28 日（五）至 5 月 23 日（六）

工作人員招募：3 月 13 日（五）至 4 月 30 日（四）

工作人員培訓：5 月 23 日（六）台北

技術實習生培訓：5 月 23 日（六）台北、6 月 13 至 14 日（六、日）台東

（二）執行期

營前訓練：7 月 16 日（四）至 7 月 17 日（五）

營隊期間：7 月 17 日（一）至 7 月 24 日（一），8 天 7 夜

成果發表暨結業式：7 月 24 日（五）15:30–17:30

活動地點：台東縣均一國際教育實驗高中

六、計畫內容與執行概況

（一）工作人員培訓

1. 第一次培訓｜5/23 日(六) 10:00－17:00 社會創新實驗中心

內容：團隊認識、營隊介紹、破冰活動、營隊安全意識培訓、分組討論。

2. 營前訓｜7/16(四)－7/17(五) 台東均一學校

內容：開幕場佈、動線規劃、開幕彩排、燈光音效等技術準備……

（二）營隊內容

1. 課程

課程主題/節錄內容	講師
戲劇｜想被找到，也想躲起來 以遊戲作為主要媒介，從身體經驗與過程記憶出發，帶領學員探索「想被看到／不想被看到」背後的心理狀態。課程不急著進入深度揭露，而是透過安全基地、依附互動與競爭壓力三個層次，慢慢浮現個人在關係中的安全感、依附方式、自我保護、合作焦慮與外在展現。	蘇慶元 專精戲劇治療、一人一故事劇場及神話劇場。
戲劇｜從自我出發的表演與真實 本堂課程分為兩個部分，第一部分在於理解表演的物理空間與心理空間，練習如何將個人經歷轉化為表演的能量儲備。第二部分的重點在於放下對「表演技巧」的過度執著，追求當下的真實，並透過角色達成自我的修復與和解。	許懷民 資深廣告導演、創意企劃與演員，擅長影像敘事、品牌創意發想與戲劇表演的多棲影像工作者。
戲劇｜漫遊在目光邊界 在團體中，我們常需透過「社會性表演」展現能力，但回歸日常則無須刻意。本課程透過表演訓練開啟感知、拿捏展現與退居的心理界線：既能掌握時機、勇敢「選擇被看見」，也能在需要沉澱時，享受「不想被看見」的自在。	杜思慧 曾獲英國文化協會藝術年獎，並任 2025 大阪萬博謝神戲總導演。
戲劇小丑｜從內在的覺察開始 結合遊戲、角色探索與即興練習，分三階段推進：先以暖身與感官遊戲建立互信、認識小丑基礎；接著藉肢體開發打破慣性，探索內在直覺；最後透過情境練習打破第四面牆，掌握與觀眾互動的節奏，在實踐中發掘豐富的角色面貌。	葉威志 專精默劇、面具與肢體展演，同時擔任紅鼻子醫生。
音樂｜想被聽到！不想被聽到？ 課堂中則透過「靈感時間軸」體驗歌詞創作，將不想被聽到的心聲寫進歌裡、傳遞想被聽到的自我，並採雙人同齡分組，在創作中相互陪伴與協作。	黃建為 金曲獎最佳新人，兼創作歌手、製作人與配樂家。
攝影｜戲劇光影捕捉人——劇照師怎麼看？ 課程首先帶領大家認識劇照工作，接著分組互拍，實作明暗控制、尋找前景與電影感。課堂中將分享專業劇照，深入探討光	李欣哲 專業攝影師與劇照師，領域跨足劇場、電影、舞蹈

課程主題/節錄內容	講師
線、構圖與「看見與被看見」的拍攝心理，並透過照片回看與交流，理解劇組特殊的拍攝專業與職業道德。搭配課後練習，持續修練對光影與質感的敏銳度。	與建築。
舞蹈｜舞動的身體，想/不想看見？ 這堂課超越舞蹈的既有框架，回應人類想要相互靠近與移動的直覺。學員將練習貼近地板感受重量，並辨認自身的身體狀態。透過在靠近與遠離、觀看與被觀看之間擺盪，探討何者被看見、何者隱藏，在舞動中坦然承認並接納真實的自己。	鄭子謙 具街舞與當代舞跨界背景的舞者、編舞家與歷史研究者。
電影梳化｜如果，這張臉——選擇被看見／不被看見 本課程結合電影化妝與青春期自我探索。講師將引導學員覺察渴望展現與隱藏的內在，示範遮掩與強調等技法。透過雙人互作，將抽象情緒化為面部視覺語言，並在成果分享中重新理解自我，學習如何向世界呈現真實的自己。	許淑華 金鐘獎最佳美術指導，資深梳化指導與造型師。 黃文英 奧斯卡影藝學院會員，屢獲國內外大獎。
餐桌課程-佈置｜內在風景 從內在探索延伸至空間與肢體實作。學員將走入野外採集自然物件，親自主導鋸木、懸吊、裁布與地景擺盤，從零打造野趣晚宴。實作兼具動手刺激與創作自由，引導大家在合作中發揮專長、拿捏美感，藉由遮掩與顯現的設計，將自然素材編織成獨特的內在風景與回憶。	白濟豪 創立「森 sen sense lab」，長期投身植物採集與自然探索計畫。
餐桌課程-料理｜地母的盛放 課程帶領學員於靜心與烹調中重新思考「想被看到/不想被看到」的青春命題。實作以根莖蔬菜與花果為主，分組製作脆餅、醬料、葉包捲與甜點，並運用可食土壤等食材集體進行山水地景擺盤。	鄭晴心 致力以永續藝術心法，推廣天人共好、充滿生命力的純植飲食美學。
主題講座｜你看見什麼，就會成為什麼 本課程由設計師方序中主講，從吉卜力系列經典海報等實例切入，揭示專業設計背後的思維細節。課程引導學員拆解作品中的文化故事與隱藏細節，體會「創意不是天分，而是看見別人忽略的東西」。透過生活觀察與溫暖視角，帶領大家去除濾鏡、重新連結家與情感，找到屬於自己的創作靈感。	方序中 臺灣知名平面設計師，亦是臺灣首位包辦金鐘、金曲、金馬「三金」主視覺的設計師。

2. 創作－導師時間

從營隊主題「想被看到！不想被看到？」與前幾日的課程所學出發，由四位創作導師分別帶領兩組學員，從對話、討論、統整、排練，共同發展、體驗戲劇創作的形式。

3. 戶外教學

（1）金樽沙灘

在沙灘迎接日出，由白濟豪老師主持靜心與舞踏體驗。老師要求學員戴上眼罩進行沙灘走位與踏浪，引導學員在關閉視覺的狀態下，放大聽覺與觸覺感知，克服對未知環境的恐懼，達成肢體與環境的互動。肢體活動結束後，隨即進行分組淨灘，一同維護海岸環境。

（2）江賢二藝術園區

有別於以往戶外教學走馬看花的形式，本次安排學員聆聽園區導覽，了解藝術家江賢二的生平和創作後，進行分組創作任務，結合現場展件與空間特性展開討論，最終以肢體與戲劇形式呈現與藝術作品對話的短篇創作。

（3）《青銅葵花》電影欣賞

意識到年輕人越來越少進戲院好好看場電影，這次安排了電影欣賞的橋段。除了觀賞電影，也邀請《青銅葵花》陳坤厚導演與學員面對面交流，體會從抽象文字轉化為具體影像的視覺魅力。

（三）成果分享與結業式

學員的成果發表分為兩組呈現，演出融入學員們生命經驗的體會，透過小組創作串起每一段動人的故事，運用色彩結合劇場燈光、影像及音效，營造舞台光影及整體視覺設計，讓觀者進入充滿想像的劇場世界。

韓佩瑤與徐邦城老師帶領的《牙牙學語》，以青少年最在意的「牙齒」為切入點，映照出孩子們對自我形象的關注與不安；古峰與陳以恆老師帶領的《殘湧》，則從一顆河流裡的石頭出發，展開「想被看到，又不想被看到」的對話，結合肢體、戲劇、影像與音樂，試圖用自己的聲音去呼吸與擁抱，尋找如大海般遼闊的勇敢。

七、回饋

（一）子謙老師「舞蹈可以分成兩種，一種是跳給自己看的，另一種是跳給別人看的。」的確練舞練得那麼辛苦好像就是想要被人看到，但同時，跳舞是一種情緒的抒發，當自己想與自己的身體對話時，不妨停下來，找一個屬於自己的角落好好聽聽身體說話，讓身體帶著自己走一次，很舒服也很自然。

（二）這八天最大的收穫，是和人的相處。我很喜歡偷偷收集大家眼中的我，每個人的形容都不太一樣，而那些不同的樣子，也慢慢拼湊出更完整的自己。

（三）快速的隨機應變能力。高強度的專心和思考。在創造成果發表的過程需要經歷很多和同伴交流討論的時刻，要在短時間內統整自己的想法和好好表達，腦力激盪。

（四）在一群人一起創作的過程免不了有很多想法，但大家要如何包容接納不同的聲音、性格，還有最重要的是學習有想法的同時也要謙卑，這樣才能創作出屬於「大家」一起的呈現！

八、執行照片

<table>
<tr><th colspan="2">果實藝術創作營</th></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td>

1	2
3	4
5	6

</td><td>1. 張艾嘉董事長參與在江賢二藝術園區的戶外教學
2. 課程｜鄭子謙－舞動的身體，想/不想看見？
3. 餐桌課程｜節氣餐桌課程主題－地母的餐桌
4. 戶外教學｜金樽沙灘
5. 戶外教學｜在江賢二藝術園區選擇一個空間、一件作品團體共創
6. 成果發表｜劇作《牙牙學語》</td></tr>
</table>