2024 마중물 <인생내컷> 프로그램 V.2 (심리치료융합)

1회차) 9.4.(수) 19:00-21:00

1. 오리엔테이션
- 프로그램 및 강사 소개

2. 나를 마주하다
- 오늘의 기분 표현
- 표현된 기분과 함께 짝과 마주하는 소개
- 나의 마음 상태 Test(성격 유형 진단)
- 감정 카드로 풀어내는 기억들

 # 낯선 시간 #워밍업 #감정게임

2회차) 9.11.(수) 19:00-21:00

1. 내 속의 다양한 감정『'나' 중심 감정 표현』
- 긍정지수 측정 Test(스트레스진단)
- 시 공유 및 감정 무드로 낭독해보기
- 감정 색 표현과 기록

#글과 색채 #감정

3회차) 9.25.(수) 19:00-21:00

1. 사고의 연결성
『'우리' 중심 사고 표현』그룹형
- 동화책을 읽어보고 이어말하기
- 상황, 장면 상상하기
- 장면 펜 드로잉과 기록

#책과 상상 #미술

4회차) 10.2.(수) 19:00-21:00

1. 액션과 리액션 - 즉흥 조각 덧붙이기
- 즉흥연기에서 이루어지는 상황과 말
- 베스트 즉흥 장면을 그림으로 이어 그리기
- 나의 스토리보드

#즉흥연기 #타인과의 호흡

5회차) 10.9.(수) 19:00-21:00

1. 나의 드라마
- 드라마 및 영화의 대사를 빌려와 대본 리딩 및 씬 묘사 도전으로 감정 전달의 중요성 경험
- **나의 스토리보드와 연계하기 :** 나의 감정 읊조림

#대중예술공감 #내드라마창작

6회차) 10.16.(수) 19:00-21:00

1. 과정 드라마
- 내속의 까칠이(적개심 Test)
- 스토리텔링: '꼬마 마녀' 이야기
- 장면 속 연기와 장면 밖 연기
- 내가 느꼈던 기분 함께 떠나보내기

#심리연극 #연극미술융합

7회차) 10.23.(수) 19:00-21:00

1. 진짜 나를 마주하다
- 참여자들의 창작물 및 연기 스틸컷 전시, 상영회
- 의료(심리)전문가를 초빙하여 참가자들의 예술 창작물 과정에 대해 함께 공유, 느낀 점 발표
- 7회차 과정을 영상으로 제작, 추후 플랫폼을 통해 참여자들의 서사를 온라인 공유하여 지속성 유도

#감수성 #자아발견 #예술과기술 #예술치유