

氣候的急遽改變、自然環境的惡化，也讓你感到焦慮、悲傷或憤怒嗎？

一起來講自己的故事、彼此聆聽、體驗「一人一故事劇場」裡真實生命經驗交會的感動吧！

一人一故事劇場（Playback Theatre）是一種即興的民眾互動式劇場形式，並無預定劇本，而透過現場觀眾口述的親身經驗、自願分享的心情和故事，由劇團演員即時演出故事，觀眾再進一步回饋自身的體驗與覺察。

透過強調對話、傾聽、同理與接納，打開氣候議題的情感與生活層次，轉化成可以被感受、被分享且能共同面對、相互支持的社群經驗。

藉由劇場與故事，我們也將介紹由國際上的「氣候心理健康網絡」（Climate Mental Health Network）開發的「氣候情緒輪」工具，一起探索面對氣候危機時可能出現的各種情緒狀態，探討如何辨識並理解這些情緒、與這些情緒共存，透過一些生活中可實踐的小技巧、行動以及周遭社群夥伴的力量，來調節氣候焦慮，並進一步創造相互連結的支持網絡，甚至帶來行動與改變的可能。

活動資訊

日期：7/4（六）14:00-16:00

主辦單位：綠色公民行動聯盟

地點：IEAT 會議中心 1201 會議室（臺北市中山區松江路 350 號）

掃碼報名