

ドラマで学ぶ対人関係

ドラマ・テクニクコース コミュニケーション

目的

- 俳優の演技トレーニングから対人関係に役立つエクササイズを体験し、コミュニケーション能力の向上を目指す。

効果

- 自己開放をして喜怒哀楽を出す「感情表現」と、「相手との交流」のエクササイズで、コミュニケーションの基本スキルを学ぶ。

到達点

- 自分の感情表現の癖に気づき、相手の気持ちを感じながら傾聴できる。



講師
八木
のぶよし
延佳

略歴

ドラマティーチャー・演劇プランナー
国立文楽劇場、劇団四季、東宝
戯曲研究会をへて、演劇公演、ワー
クショップ、セミナーなどで活躍。
関西学院大学、神戸山手短期大学、
大阪府立東住吉高校で講師。
関西文学編集次長、応用ドラマ
教育研究会事務局長。日本演劇
学会、日本劇作家協会、日本演
出者協会、獲得型教育研究会、
日露演劇会議に所属。

advice points

- 担当教師や見学者も一緒に体験すると場の雰囲気が良くなる。
- 机や椅子のないスペースが望ましい。



事前学習

日頃の自分のコミュニケーションの仕方を振り返る。

ワークショップの流れ（2日間×2コマ/日）

演技の要素の説明

- ↓
ウォーミングアップと、信頼ワーク・アイコンタクトの演習
- ↓
円陣になり、アイコンタクト・拍手・気持ちなどの伝達演習
- ↓
ペアで架空の手裏剣を投げあい、相手方と心身の交流演習
- ↓
音楽に乗せて、相手の動きや感情を真似る演習
- ↓
「顔による7つの普遍的感情表現」の演習により、自分の感情の癖を把握

事後学習

自分の得意不得意のエクササイズの理由を考えて、友達同士で確認しあう。

…ワークショップを実施して…

講師の感想

相手を見て、聴いて、感じて、反応する「相手との交流」のエクササイズを中心に行った。最初は照れていたが、次第に慣れて、自分の内側が動く感覚を味わってもらったと思う。その思いを「感情表現」として素直に出すことが、よいコミュニケーションにつながる。今回学んだ、アイコンタクトや他人を思いやる気持ちを、今後に生かしてもらいたい。

先生の感想

共感性、コミュニケーション能力の育成、人とつながることの大切さや楽しさを学べたと思う。内容は面白く、コミュニケーション・トレーニングとして有効なものだと感じたので満足している。もう少し回数があれば、さらに効果が上がるだろう。生徒にも印象に残るよい体験学習であった。

生徒の感想

- ・演劇に魅力を感じた。恥ずかしがらずにコミュニケーションできるようになりたい。
- ・相手と目が合うことで、コミュニケーションがとれるなんてすごく良かったと思う。
- ・相手を信用することが大切だと感じた。

より発展的な ワークショップを 実施するために

- 色々な表情を作って、その時の感情や相手が受ける印象を考察する。
- 相手と色々な「距離」をとって、その時の互いの気持ちや感覚を考察する。