

# 即興・自己表現ワークショップ実践報告～ インプロ（即興演劇）の手法を用いた多文化共修の人材育成の試み～

名古屋大学国際教育交流センター

田所真生子

## キーワード：

インプロ（即興演劇）、即興力、ワークショップ、コミュニケーション、自己表現、相互理解

## 要旨

グローバル化が叫ばれ変化が加速し、「想定外」という言葉がよく聞かれるこの時代において、あらゆる状況に対応できる「即興力」の育成がますます重要になってくると思われる。そのような中、様々な領域で「インプロ（即興演劇）」の手法に関心が持たれるようになってきている。そこで「学生の主体性・創造性、イノベティブな力を育成するためのワークショップ事業」として、インプロの手法を用いた3回シリーズの「即興・自己表現ワークショップ」を開催した。本稿では、簡単にインプロを紹介し、本ワークショップ実施の試みと成果・課題、可能性について報告する。

## 目次

1. はじめに
2. 開催に至る経緯
3. インプロとは
4. 目的と実施
5. 参加者の感想
6. 成果と課題、まとめ

### 1. はじめに

国際化が加速し、多文化の環境において活躍できる人材が求められる中で、また行き先の不透明な時代に、様々な状況で臨機応変に対応できる「即興力」を持つ人材の育成が重要であると考えられる。即興力には、

後に詳しく述べるが、例えば、即座に決断し実行する力、柔軟に対応し適応する力、自由な発想で創造する力等が含まれる。このような「即興力」を育むことで、効果的な自己表現、コミュニケーション能力を磨き、勇気を持って行き先の不確実な未来を切り拓いていく、世界に通用する人材を育成することを目的に、国際教育交流センターでは、平成26年度国立大学改革強化推進補助金事業として採択された「学生の主体性・創造性、イノベティブな力を育成するためのワークショップ事業」として、即興演劇（インプロ）の手法を用いた3回シリーズの「即興・自己表現ワークショップ」を開催した。本稿では、その実施の試みと成果・課題、可能性について報告する。

### 2. 開催に至る経緯

筆者は15年ほど前から、身体技法や演劇、ダンス等、様々な即興を用いたワークショップに断続的に参加していた。留学している頃、即興のムーヴメント（身体を使った動きのことで、ダンスのようなものともいえる）やアクションシアターといった即興のシアターの活動に関わり、自分に深くつながること（あるいはそのつながりに気づくこと）、創造性に拓かれること、自然にまかせ自由に表現することを体感し、またシアターでは幼い頃から人を楽しませることが大好きだったことを思い出した。ダンスにしてもシアターにしても、学校での教育においては、型通りに“正しく”行うこと、“正解”を出すことが求められていたのに対し、このような即興のダンスやシアターでは、“正しく”や“正解”は無く、自分の深いところにつながり（つながりに気づき）、それに従って動いていくため、自己の生命力や創造性が賦活されていくことが体験的に感じられた。帰国後、そのような活動の場が見つからず、ぼんやりと気にかけてながら過ごす日々であった。

そのような折り、知人が即興演劇（インプロ）のワークショップを主催するという情報を得た。筆者は、「インプロ」が何であるかも知らぬまま（英語では、一般に「Improvisation（即興）」のことを「Improv」と略して言うことが多いが、このときは「Impro」という方法論があることを知らなかった）、即興という名に魅かれるがままに飛びついて申し込みをした。その後、講師をする予定のグループについて調べてみると、ワークショップの前日にパフォーマンススライヴを行うと予告があり、実際に講師がどんな方達なのかを知ることから始めようとショーに出かけた。そこで筆者は“笑撃”ともいえる衝撃を受け、翌日のワークショップでは深く感銘を受けた。これが本事業で講師として招聘することとなった6-dim+（以下、ロクディムとする）との出逢いである。まず、パフォーマンスであるが、この日は即興音楽の楽団とのコラボレーションであった。後述するように、即興芝居（インプロ）とは決まった台本もなければ、あらすじも筋書きもなく、演出家もいない、その場で紡いでいく芝居である。物語の入り口となる設定を決めることもあるが、無の状態から始めていくこともある。それがどんな状況でも見事に絶妙な形で織りなされていくのだ。観客も固唾をのんで見守り、演者と一体になってその場に参入していく。それが涙を流しお腹が痛くなるほどの大爆笑を何度も引き起こしたり、感動の瞬間をもたらす。ときに奇跡や魔法なのかと思えるような瞬間が訪れ、これまでに経験したことの無いような体験であった。そして、それが翌日のワークショップで少しずつ解明された。

ワークショップは初心者が多かったこともあってか、インプロそのものの体験というよりも、インプロのための様々なゲーム形式のアクティビティで構成されていたが、その一つ一つがインプロのためだけではなく、人として生きていく上で、コミュニケーションをとっていく上でとても大切な示唆に富んでいるものであった。例えば、自分がどんなに挫にしばられているかを認識すること、失敗を恐れずにチャレンジしてみる勇氣を持つこと、失敗してもそれが自然な笑顔を引き出し、お互いに笑いあい、祝福されることにつながっていく、それがまた安全な場を作り出していくこと、周りと比較したり競争するのではなく、相手のことをよく聴いてサポートしあうことでより良いものができたり、お互いに輝きあったり、マジカルでミラク

ルなことが起きること等々である。それを体験や関係を通じて理解できる、体感として落とし込める、しかも楽しみながらできることに魅力を感じた。そして、このようなことを学生たちにも伝えられたら、体験してもらえたら、そしてそんなことを知っている人たちが増えたら、何か素敵な未来につながるのではないかと希望を感じたのである。さらに恥ずかしさを顧みず言うならば、一人一人が自分を大切に、相手のために関わっていくといった上記に挙げたこと等を、インプロを通して学び身につけていけば、究極的には世界平和につながっていくのではないかと、先は長い何か夢に通じる道筋の一つとして感じられた。また、実践的な面では、インプロでは、「Yes, and」として、相手の投げかけに対して一旦肯定して受け入れ、さらに自分のアイデアを付け加えて膨らませていくことが大切にされている。筆者は以前より別の機会にこの考え方を知り、学生に向けた自身のセミナーに取り入れていたが、このワークショップを受けて、それまでぼんやりと抱いていたもやもやした何か足りないような気持ちが晴れるとともに、その本当の意味を実感することができた。

このようなインプロのワークショップを名古屋大学で開催したいと願っていたが、筆者の所属する部門では、予算面で実施が困難であった。ロクディムのワークショップの際に、大学や企業で研修を行っていると聞いていたため、キャリア支援部門にその可能性を打診したところ、「名古屋大学グローバル人材育成プログラム 番外編」として行うこととなり、ロクディム主宰の渡氏とカタヨセ氏を招聘し、2013年12月14日に初めてのワークショップが実施された。ワークショップは大変好評であったため、単発に終わらずシリーズ化することと、ロクディムメンバー全員を招聘しパフォーマンスしてもらうことで、まずインプロというものがどのようなものかを見てもらう機会を持つことを考えた。また、ネットワークを活用し参加者の対象を広げるためにも、筆者が所属する国際教育交流センターアドバイジング部門のみならず、キャリア支援部門、海外留学部門にも協力を仰ぎ、平成26年度国立大学改革強化推進補助金事業に「学生の主体性・創造性、イノベティブな力を育成するためのワークショップ事業」として申請したところ採択され、開催するに至った。

### 3. インプロとは

インプロについて、高尾（2012）は、インプロ（impro, improv）とは、即興演劇のことで、脚本も、設定も、役も何も決まっていないうちで、その場に出てきたアイデアを受け入れ合い、ふくらませながら、物語をつくり、場面を演じながらシーンをつくっていく演劇だと説明している。絹川（2002）と高尾（2006）によると、演劇におけるインプロの歴史はとても古く、古代にさかのぼるといふ。中世のヨーロッパにおける即興演劇を経て一度衰退するも、その後、20世紀に入ってから、インプロは世界中へと広まりを見せ、発展していった。1920年代のアメリカで、教育者・社会学者のネバ・ボイドが、社会学、生理学、心理学の理論に基づき、自己発見やコミュニケーション能力の開発として使われていたインプロゲームを用いて、精神的・社会的問題のある人々の治療にあたっていた。それを「1930年代にイギリスではクライブ・バーガーが、アメリカではヴィオラ・スポーリンが、「シアター・ゲーム」という呼び名で、演劇人向けの“カリキュラム”として紹介してから、インプロは、社会学、生理学、心理学の理論を内包して、さらに深く発展していった」（絹川2002, p.330）。イギリスでは、インプロの創始者の一人といわれるキース・ジョンストンが、役者が様々な恐れのために萎縮してしまうといった、心理的問題を克服するためのゲームやエクササイズを次々に開発し、即興スタイルを展開していった。

現在では、学校や地域、企業の研修に取り入れられる等、演劇といったエンターテインメントのみならず、芸術、教育、心理、ビジネス等の分野で、幅広く注目されるようになっていく。今井は、「インプロ（即興芝居）を教えるということは、その人が「自由に自分を表現することができるようにすること」と言ってもいい。一人一人が持っている資質や能力を、躊躇することなく表現できるようになる手助けをすることである。」「そうして、何もないもところから素晴らしいものを創造し、この世にいる間の一瞬一瞬をかけがえのない体験にする意識と技術を身につけるのだ。」（2005, p.2）と言う。そして、インプロが自己表現やコミュニケーションやクリエイティビティを高めるための人材育成トレーニング法になりえることを、コミュニケーション能力/チームワーク力のアップ、自己表現力アップ、対課題能力アップ、リーダーシップ能力

（心的資質）アップの面から、様々な資質を挙げて説明している。また、高尾（2006）は創造力をテーマとしてインプロを使った授業を行い、学生には7つの変化があったことを指摘している。さらにレオナルドとヨートン（2015）は、インプロや即興コメディをビジネスの世界に取り入れ、創造的な人材の育成やチームワークの強化、イノベーションを促進する組織づくりに効果的であること、またそれが仕事以外の場面でも活用できることを説いている。

人生は即興であるといえるし、ある意味我々はすでに即興で生きている。しかし、インプロのトレーニングを行うことで、楽しみながらその質を上げていくことが可能であると考えられる。インプロは、何かを身につけさせるものではなく、何かを与えるものでもなく、すでにある力を引き出すものと言われる。筆者のこれまでの経験を踏まえても、インプロは人間力を高め、変容を起こす可能性を持った方法だと感じている。インプロは奥深く、ここですべてを語ることはできないが、詳しくは文末にある筆者が参考とした文献等をご覧いただければと思う。

#### ロクディム (6-dim+) とは

本ワークショップに講師として招聘したロクディムであるが、広報のためにグループの紹介として2014年8月にいただいた文面にはこのようにある。「この瞬間を一緒に笑おう。」をキーワードに、観客と一緒に「今、ここ」を「つくり」「たのしみ」「共感・体験・大笑い」する即興芝居×即興コメディパフォーマンス集団。劇場のみならず、カフェ、神社、学校、リビングルームなど「いつもの場所をあつという間に『笑い溢れるコメディ空間』へ」変えながら、日本各地をめぐる公演を行っている。また「見て楽しい・やって楽しい」実践型・体験型の即興芝居ワークショップ活動も（面白法人カヤック、パナソニック株式会社、埼玉縣信用金庫をはじめとする企業研修や大学等のコミュニケーションクラス等）。2013年には、本センターでワークショップを開催する一ヶ月前に、TEDxNagoyaUにてパフォーマンスを行った。近年では、NHK 東日本大震災プロジェクトとして、被災地に笑いを届けるスマイルキャラバンの模様が放送されている。

#### 4. 目的と実施

上記のように、インプロを通して様々な力が養成されると考えるが、特に、「コミュニケーション力」「発想力」「創造性」「失敗を恐れずにやってみる」「自分を信じる」「相手を大事にする」「相手を理解して、自分をちゃんと表現する」といった力や冒頭にあげた「即興力」をつけることを目的に、導入、発展、応用からなる3回シリーズのワークショップを企画した。

まずインプロのパフォーマンスを観て、インプロというものがどのようなものであるのかを知ってもらい、ワークショップで、インプロのアプローチがどこにつながっていくのか、自分の人生や勉強、仕事、身近なものに置き換えたときに、どのように使っていくのかを体感できるように構成した。

留学を希望している学生、留学を終えて帰国した学生、将来国際舞台での活躍を考えている学生、外国人留学生等を主な対象としたが、学生に限らず広く教職員をも対象とし、また名古屋大学近隣の大学にも声をかけた。さらに三大学連携も考慮し、三重大学や愛知教育大学にも参加を促した。

##### 第1回目：導入セッション

2014年10月24日（金）16：30～19：30

名古屋大学中央図書館ディスカバリスクエア

初回は導入セッションとして、まず前半にロクデイムメンバー全員によるインプロのパフォーマンスを行い、後半に参加者を巻き込んだ体験型ワークショップを行った。

開催場所の選定には苦労したが、会場を探している折り、中央図書館が改装され様々な学習のエリア、特にセミナーの開催など音を出すことが許されているエリアがあることを知り、また図書館の方もワークショップの開催等コラボレーションを模索されていることを知った。壁の無いオープンスペースのため、ワークショップの空間としては難しさもあった。しかし、パフォーマンスとしてはオープンスペースであることによって、その目的で来ているわけではない、図書館の来館者の注意を引き、新規の参加者を巻き込める肯定的な可能性もあった。本来、図書館では静かにしていなければいけないという常識を破る新奇性とチャレンジの面白さもあり、また他の諸々の条件はほぼクリアできるということが分かったため、ディスカ

バリスクエアを会場とし、ワークショップのときにはホワイトボードをパーティションの代用として利用する等の配慮をした。パフォーマンスの最中には、客席には座らないものの書架の影から笑いながらじっと隠れて見ている者もあり、表面に見えない形でも何か伝わるものがあつたのではないかと思われた。

参加者は約40名であった。館内放送も行ったのであるが、残念ながら期待していたほどの集客は無かった。しかし、本学の留学生、一般（日本人）学生、教職員だけでなく、他大学の学生や教職員の参加もあり、さらには関東の大学院で即興演劇について研究している本学の卒業生の参加もあった。

パフォーマンスでは、まず観客に指示の書いてある小さな紙を配り、その指示（例えば、「大切な人に伝えたいひとこと」等）に従って書かれたフレーズを床にばらまき、無作為に拾ってセリフとして読み上げたり、設定として使ったりする“ペーパーズ”というものがあつた。筋書きが全くない状態で書かれ、何が書いてあるか分からないまま拾ってセリフとして読まれるため、演者はつじつまを合わせていくのであるが、絶妙なタイミングのセリフで奇跡のようなストーリーが生まれることもある。今回は大学ならではのセリフが多数あり、特徴的であつた。

ワークショップでは、渡氏とカタヨセ氏が主にリードしながら、他のメンバーも参加しつつ進められた。まずコンタクトインプロヴィゼーションという即興のダンスの手法を用いながら、身体を使ったエクササイズをいくつか行った。そして、連想ゲームのような言葉を使ったアクティビティ、プレゼントゲーム（お互いにプレゼントを送りあう）、ピーピーゲーム（課題を知らない一人のために他のメンバーがセンサーのようにピーピーという音を出して、その人が課題を達成するように導く）、ワンワード（複数の人が一人の人であるかのように、それぞれ一文節ずつ言いながら、シーンを作る）といったアクティビティを行った。

##### 第2回目：発展セッション

2014年11月21日（金）16：30～19：30

名古屋大学国際開発研究科第1会議室

第2回目は発展セッションとして、パフォーマンスはなく、インプロの体験型ワークショップを3時間にわたって行った。2回目からはロクデイム主宰の渡氏とカタヨセ氏の2名を講師としてお招きした。会場に

については第1回目のようなオープンスペースではなく、もう少し守られた空間にするために、国際開発研究科第1会議室を利用した。参加者は約20名で、初めての参加者が多かった。また、日本語があまり話せない留学生も参加していたため、言葉を使わない非言語のアクティビティのときは心配なかったが、言語を使うときは、指示が理解されているか確認をとったり、英語を話せる参加者がペアを組む等の配慮をした。無理をしないように伝えていたが、最後まで参加し、楽しんでいる様子であった。

まずカタヨセ氏によるコンタクトインプロヴィゼーションの手法を取り入れたアクティビティを行った。身体も雰囲気もほぐれウォームアップされた後、渡氏がインプロのアクティビティをリードした。内容としては、第1回目でも行ったプレゼントゲーム、ワンワードの他に、次どうなるの？というゲーム等を行い、最後に二人でお互いに相手のために関わりながらシーンを作り、何か気持ちが乗らないと思ったら「ノン」と伝え、その人は連れ去られながら退場するというアクティビティを行った。

### 第3回目：応用セッション

2015年1月9日（金）16：30～19：30

名古屋大学国際開発研究科第1会議室

ワークショップシリーズ最終回となる第3回目では、前回同様、渡氏とカタヨセ氏をお招きし、応用セッションとして体験型ワークショップを行った。今回は約15名の参加であった。第1回に参加していた学生が数名、第2回に参加していた学生と職員が半数弱、そして新しい学生が数名、他大学の教員の参加もあった。シリーズ最終回ということで、本来、総括と応用のセッションであるため、初めての参加者が多数いたのは難しかったが、その点も配慮しつつ、しかもシリーズのまとめということをふまえながら行われた。

今回もまずはコンタクトインプロヴィゼーションの手法を取り入れながら、非言語で身体を使いながら相手と関わっていくアクティビティから始まった。そして、プレゼントゲーム、ピーピーゲーム、そして最後にワークショップシリーズ最後の締めくくり、応用編として、渡氏のサイドコーチを入れながら、カタヨセ氏とともに二人のシーンを作って終了した。

毎回のワークショップについては、講師とコーディネーターである筆者の間で事前の打ち合わせや振り返りを持ったが、参加者の様子を見ながら、講師が即興的に組み立てたり調整しながら行っていった。アクティビティの間も解説や振り返りが入り、インタラクティブなものであった。講師より、様々なメッセージや気づきの促しがあった。ここでは、全てを紹介することはできないが、いくつか強調されていたことを挙げる。まず、いい悪いではなく、気づいていくことが大切であること。安心して失敗のできる安全な場作りが重要であること。コミュニケーションにおいては、ちゃんと届けること、ちゃんと受け取ることが大事。エネルギーをしっかりと届けること。みんなとつながる。普段見えていないものを改めて意識してみる。頭よりも身体は知っている。自分の中で検閲してしまう、自分で作り出してしまう枠やルールに気づくこと。自分の範囲から出る体験。一瞬一瞬を楽しむ。よく見せようとしたり評価のためでなく、ここにいるこの人のために関わる。一人一人が違う、分かり合えたら遊び合える。上手いかなからやっている、上手くいくならばやらない、そのチャレンジを見る側は応援したくなるし、それが面白さにつながる。とにかく失敗する体験を重ねる。先が分からない状態で未知にチャレンジ、上手いかなければ「もう一回！」とやり直す。上手いと思ったらハッピーだし、上手いかなくても面白い。無理はしない。他にも様々な気づきを促す声かけがあったが、参加者が笑顔でうなずきながら聞いていたのが印象的であった。

ネーターである筆者の間で事前の打ち合わせや振り返りを持ったが、参加者の様子を見ながら、講師が即興的に組み立てたり調整しながら行っていった。アクティビティの間も解説や振り返りが入り、インタラクティブなものであった。講師より、様々なメッセージや気づきの促しがあった。ここでは、全てを紹介することはできないが、いくつか強調されていたことを挙げる。まず、いい悪いではなく、気づいていくことが大切であること。安心して失敗のできる安全な場作りが重要であること。コミュニケーションにおいては、ちゃんと届けること、ちゃんと受け取ることが大事。エネルギーをしっかりと届けること。みんなとつながる。普段見えていないものを改めて意識してみる。頭よりも身体は知っている。自分の中で検閲してしまう、自分で作り出してしまう枠やルールに気づくこと。自分の範囲から出る体験。一瞬一瞬を楽しむ。よく見せようとしたり評価のためでなく、ここにいるこの人のために関わる。一人一人が違う、分かり合えたら遊び合える。上手いかなからやっている、上手くいくならばやらない、そのチャレンジを見る側は応援したくなるし、それが面白さにつながる。とにかく失敗する体験を重ねる。先が分からない状態で未知にチャレンジ、上手いかなければ「もう一回！」とやり直す。上手いと思ったらハッピーだし、上手いかなくても面白い。無理はしない。他にも様々な気づきを促す声かけがあったが、参加者が笑顔でうなずきながら聞いていたのが印象的であった。

## 5. 参加者の感想

参加者からのフィードバックであるが、残念ながら第1、2回については、個人的な感想しか聞いておらず記録をとっていなかったが、どちらもたくさんの肯定的な評価を得た。第2回では、第1回のパフォーマンスを見ていない初参加の留学生が多数いたため、どのような感想を持ったのか気になっていたが、後日、講師より、ある参加者から「人生に役立つ哲学のようなものがあると感じた」という内容のフィードバックがあったことを聞き、開催者の意図が伝わったように感じられた。第3回目は終了後にメールアドレスの分かっている参加者宛にアンケート記入を依頼したところ、5人から回答を得た。質問項目は、以下の4つであった。1. ご参加された理由をお聞かせください。

2. 何を期待して参加されましたか？ 3. 参加して得られたものは何ですか？ 4. 感想をお聞かせください(何でも!!)。丁寧な回答を頂いたが、紙面の都合上要約しまとめたものを下記に示す。

### 1. 参加理由

- ・主催者に誘われたから。
- ・「即興」ということばに興味をもった。
- ・母国で10年以上前に似たようなワークショップに参加した。日本で参加することで、以前の経験を比較したかった。10年前の自分と比べて今の自分の方が自信を持って積極的に関われるようになったので、再挑戦したかった。
- ・面白そうだったから。以前、俳優が主催するワークショップに出て印象深かったから。この種のワークショップは見た目よりもはるかに有意義な効果があると思う。
- ・以前体験したことのあるインプロをもう一度やりたいと思ったから。
- ・自己表現という内容で、自分の素直な心を表す方法をつかむきっかけになると思ったから。

### 2. 期待すること

- ・面白くて新しいことであれば、なんでも OK。主役をやらせてもらえるチャンス。積極的な参加。
- ・自分の視野が狭くなっていて、学業や生活で問題が起こっていると感じていたので、それを変えるヒントを得たい。
- ・「インプロそのもの」、体を動かしたり、気持ちをオープンにしたり、相手にアンテナを研ぎ澄ましたりする場なのだろうと期待。普段同じ分野の方としか会えないので「越境」。
- ・物事に体する新しい考え方や見方、常識にとらわれないようになること。

### 3. 得られたもの

- ・人と人とのコラボレーションの面白さを体験。体験を通じ、これまでを振り返り、これから生かせるところを考えた。「相手が心地よいと感じる」のは、距離感や空間や言葉のやりとりであるとあらためて意識することができた。即興の中に、人との関わり、人生観、いろいろなものが見えて、とても有意義だった。
- ・自分がどのように発想に制限をかけるかがはっきりと見える形で体験できた。「失敗を怖れず」「固

定観念にとらわれず」「自由な発想で」ということを著名人は言うが、それを自分のものにできる人がどれほどいるかは疑問。しかし体験による学びは違うようだ。10年、20年といった経験する時間をかける代わりにわずか数時間のワークショップで多くのことが学べるように感じた。

- ・今回での体験を少しでも生活に取り入れられないかと思い、実験として試みていることは「自分のルールは何か」問いかけること。無数の不要なルールを作っていることに気づいた。一つ一つ意識した時に自然と解決策が浮かんできた。
- ・改めて自分の対人関係での振り舞いや初対面における他人との接し方、長所より短所に気がつき、認識することができた。
- ・出会い。気分転換。真剣に相手を考え考える時間だった。
- ・新しい表現方法。考え方。人との接し方。

### 4. 感想

- ・毎日が、即興。確かにそう思った。人と人との関わりの中での即興からうまれるものが、笑いであるような関わりを考えていきたい。
- ・ワークショップでの自分の言動を思い出し、自己主張ではなく、他の参加者にチャンスを与えたらよかったと思った。
- ・参加者がもっと意見や気持ちを交換できるような振り返りの時間を、特に終わりに近い時点ではもっと持ってほしかった。
- ・ワークショップの目的は何か？ 次のステップは？
- ・直感を信用する勇気。直感に従うことが強調された。感覚が実際に問題を解決したり、思考がそれを邪魔する例を見ることができた。感覚に頼ることは不確かなことのように思え恐ろしいことだが、即興俳優という「直感のプロ」と時間をともにすることで、「不確かな」能力を信用する方法もあるかもしれないという勇気を感じた。
- ・講師と他の参加者の演技が凄いと思った。終始あたたかいゆっくりした雰囲気が流れていた。リラックスできた。一挙一動一言に（無言でたたくむだけですら）その人の思いに満ちているということを見る、見られる、の相乗効果で意識するきっかけとなった。
- ・やや内輪感があったのが少しだけ寂しかったが、講師がみんなを気にかけているよというメッセー

ジを一人一人に送ってくれている気がした。

- ・このワークショップが教養の授業にあったら絶対とる！！
- ・脳で考えて動くのではなく、心の感じるままに動くことが大切であると学んだ。今回の経験は就職活動だけでなく、今後の人生に活かしていけそうなので、このような機会を設けていただき大変嬉しい。特に人との接し方が参考になった。

回答をみると、様々な気づきや学びを得たことが伺える。ある学生は、第2回のときは、自分ではみんなの前に立とうとせず、「〇〇さん、行きなよ～」と他の人が前に出るように勧めていたが、第3回では、自ら率先して前に立つようになった。この学生の中で何かの変化が起きたのではないかと思われた。

## 6. 成果と課題、まとめ

本ワークショップには、名大と他大学を含めた、留学生、一般学生に加え、教職員も参加し、立場や文化の垣根を越えた共修の場となった。インプロの手法による学びを体験することで、自分を信じる力、相手のことをよく聴き・受け入れ・思いやり、共に協力しあう姿勢、失敗を怖れず勇気をもって行動する力、状況や周囲のことを理解しようとし、コミュニケーションすることの大切さを学んだと思われる。少なくともそのようなことに対し自分の中に何が起きているのか、気づきを向けていくきっかけとなったのではないかと思われる。参加者のフィードバックからも概ねの成果は得られたと考える。

同時にいくつかの課題も浮かび上がった。まずは会場の確保である。身体を動かすワークショップのため、ある程度の広さが必要であること、床に座ったり寝転んだりできるような椅子も机も無い、カーペット式のようなフロアが望ましいこと、ある程度プライバシーが保たれること等の条件を満たし、且つ前もって予約が可能な場所が必要となる。センターにはこのような部屋が存在しないため、場所の確保が慢性的な課題となっている現状があり、このようなワークショップルームの設置が望まれる。二つ目に参加者募集の課題である。通常の広報先や様々な機関や個人的なつながりのある関心のありそうな人々の他、地下鉄駅構内の壁や電子掲示板への掲示を依頼したが、ちょうど

ノーベル賞受賞と重なってしまい、掲示時間が大幅に減ってしまうというハプニングもあった（とはいえ、電子掲示板の有効性は定かではないが…）。また他のイベントと重なることもあり、継続しての参加が難しかった。シリーズのプログラムの予定であったが、毎回異なるメンバーになってしまったために、最大限活かすきれなかったことが悔やまれる。しかし、近年様々なイベントやプログラムが数多く開催されるため、開催スケジュールの問題はそれぞれのプログラムにとっても課題となるであろう。三つ目にインプロ導入の意図や運営の仕方についてである。これは広報にもつながることであるが、この活動がどのような意図を持ち、どのような成果があがるのかが伝わらなければ興味を引くことは難しい。また楽しいだけではなく、そこから何を学んでほしいのか、自ら気づきを持ち活かしていける人はいいが、こちらからの促しや次のステップへの橋渡しもいるのかもしれないと感じた。今回は多様な文化をもつグループであったため、通常よりもさらに言語や身体接触について配慮した。ここは文化と同様に個人差もあり難しいところである。その人のコンフォートゾーンを尊重すると同時にリスクをとって未知の世界に飛び込み、そのゾーンを広げていく促しも大切となる。このようなバランスについては、講師と話し合いながら進めていったが、その都度見極めながら丁寧に対応することが重要となるであろう。

本稿では、インプロを用いたワークショップの実践を報告した。有効性については、今後さらなる研究が望まれる。しかしながら、名古屋大学で開催した計4回のワークショップにおいて、参加者が笑顔でみるみる輝いていく姿を目にすると、インプロの手法を取り入れることの意義と可能性を大いに感じるのである。

## 謝辞

本事業は、ロクティムの皆様のご協力が無ければ成し得なかったものであります。メンバーの渡猛様、カタヨセヒロシ様、名古屋淳様、りょーちゃん様、小田篤史様、LEE様には、この場を借りて深く御礼申し上げます。特に主宰の渡様、カタヨセ様には何度も名古屋大学にお越しいただき、ワークショップだけでなく打ち合わせや振り返りを通して、大変有意義で貴重な経験をさせていただきました。心より感謝申し上げます。

【参考文献】

- 池上奈生美・秋山桃里 (2005) 『インプロであなたも「本番に強い人」になれる もう突然の出来事やプレッシャーに負けない!』フォレスト出版
- 石原みちる (2011) 「インプロ・ワークショップが大学生の自尊感情に及ぼす影響」『山陽論叢』第18巻 pp.1-14
- 今井純 (2005) 『自由になるのは大変なのだ インプロ・マニュアル』論創社
- 今井純 (2013) 『キース・ジョンストンのインプロ 来日ワークショップの記録』論創社
- 絹川友梨 (2002) 『インプロゲーム』晩成書房
- 高尾隆 (2006) 『インプロ教育：即興演劇は創造性を育てるか?』フィルムアート社
- 高尾隆・中原淳 (2012) 『Learning×Performance インプロする組織 予定調和を超え、日常をゆさぶる』三省堂
- キース・ジョンストン著 三輪えり花(訳) (2012) 『インプロ 自由な行動表現』而立書房 (K. Johnstone, 2006, *Improvisation and the Theatre*)
- ケリー・レオナルド, トム・ヨートン著 デイスクヴァー・トゥエンティワン編集部(訳) (2015) 『なぜ一流の経営者は即興コメディを学ぶのか?』デイスクヴァー (K. Leonard, T. Yorton, 2015, *Yes, And: How Improvisation Reverses “No, But” Thinking and Improves Creativity and Collaboration—Lessons from The Second City*)
- パトリシア・ライアン・マドソン著 野津智子訳 (2011) 『スタンフォード・インプロバイザー』東洋経済新報社 (P.R. Madson, 2005, *Improv Wisdom*)
- ヴァイオラ・スポーリン著 大野あきひこ訳 (2005) 『即興術 シアターゲームによる俳優トレーニング』未来社 (V. Spolin, 1999, *Improvisation for the Theater, 3<sup>rd</sup> Edition*)