

「よこぐし」のアートマネジメント講座 第2回

演劇的手法を用いたワークショップを
参加者として体験してみる。

日時：令和7年1月25日（土）13：30～16：30

会場：丸亀市保健福祉センター4階 研修会議室3

講師：古賀 今日子 氏

参加者：15名

進行表①：「自己紹介」をテーマにしたワークショップの体験

時間	項目
13:35～	ファシリテーターの自己紹介
13:40～	ワークショップネームの紹介
13:45～	なんでもバスケット
13:55～	サークルウォーク
14:05～	いいですか、だめですよ
14:10～	ありがとうのひとつ前
14:20～	自分の言いたいセリフのひとつ前
14:30～	(休憩)
14:40～	ポーズでキャッチボール
14:55～	おしゃべり台本で筆談
15:20～	感想をシェア

「自己紹介」をテーマにしたワークショップの体験

ワークショップ名称の紹介



自分の言いたいセリフのひとつ前



※ワークショップのテーマや狙いについては、講師・古賀さん作成の別紙「WSプログラムを作るとき考えていること」を参照

「自己紹介」をテーマにしたワークショップの体験

ポーズでキャッチボール



おしゃべり台本



※ワークショップのテーマや狙いについて詳細は、講師・古賀さん作成の別紙「WSプログラムを作るとき考えていること」を参照

感想をシェア

- ・ 初めての人もたくさん遊んで楽しかった。
- ・ ワークショップをとおして、**「その人らしさ」が伝わって仲良くなれた気がする。**
- ・ **即興で相手が何と言うか、それに何と答えるか、**頭をかなり使ったので疲れた。
- ・ 演劇の経験はないが、ワークショップでは自然に演じている自分がいた。
- ・ 普通に話すよりも、ワークショップになると**自分の素や本音が出やすくなった。**
- ・ どうすれば相手に伝わるか、**ゲーム感覚でコミュニケーションについて考えるができた。**
- ・ **言葉・文字・体で遊んで、心がほぐれた。**

進行表②：自分たちがつくるワークショップの「材料」を集める

時間	項目
15:35～	「自分ごと」で思いつくことを付箋に書いてみる
15:45～	「自分ごと」をグループわけする
16:05～	みんなから意見を追加してもらう
16:20～	感想をシェア

ワークショップをつくることは初挑戦の参加者が多いため、

自分が持っている・知っている材料でワークショップをつくってみる。

ワークショップの「材料」を集める

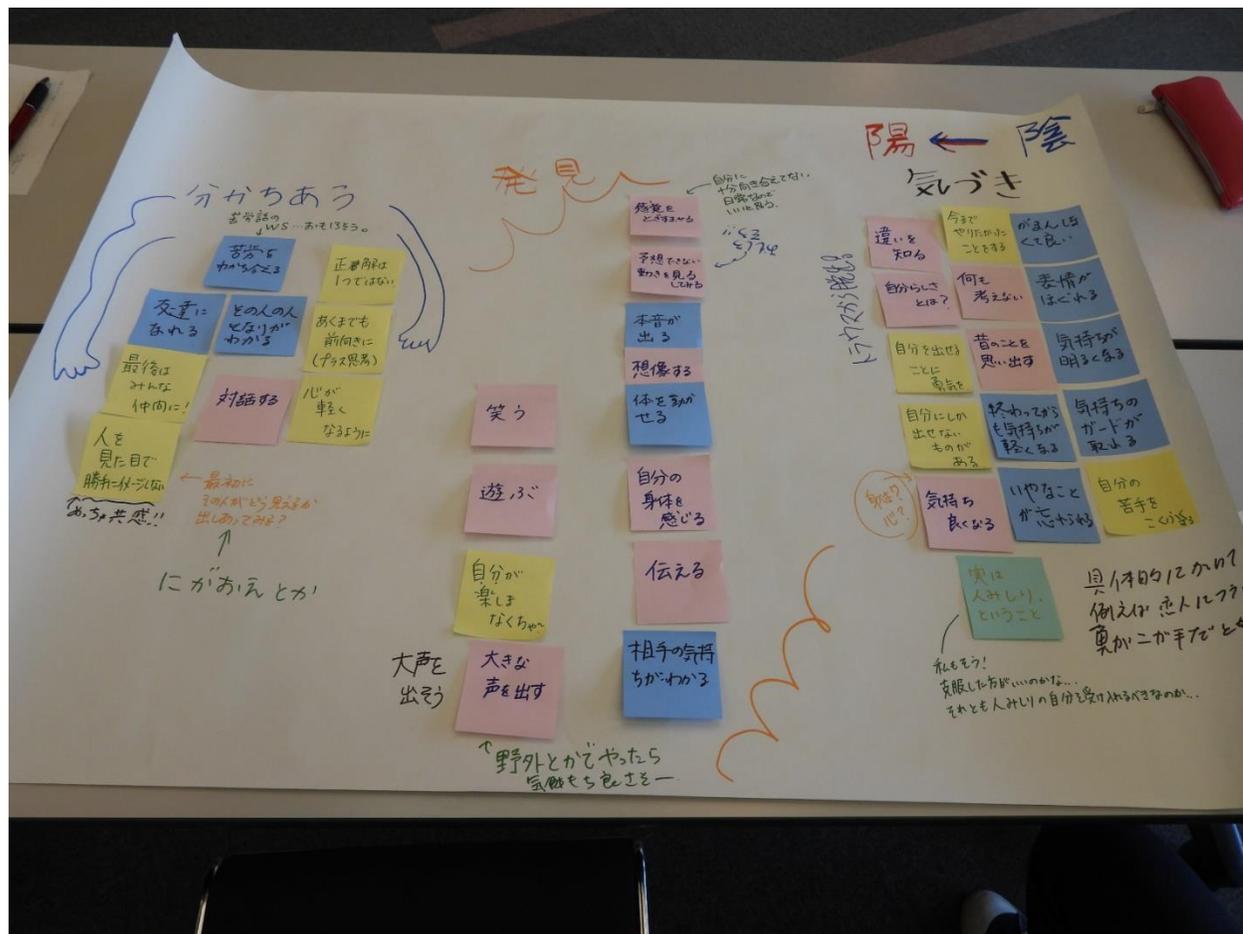
「自分ごと」で思いつくことを付箋に書いてみる



例

- うまく話せない
- 人を見た目で勝手にイメージしない
- 自己肯定感を高めたい
- ウソをうまく活用したい
- 怒りを爆発させたい（たまには）
- 相手を意識しすぎる
- 自立とは
- 分かり合えなくてもいい場所

ワークショップの「材料」を集める 「自分ごと」をグループわけする



チームごとに、
たくさんの付箋をグループわけする。
内容が整理されることで、見え方が変わる。



感想をシェア

- ・ **個人の悩み事を書いた「自分ごと」**の付箋をまとめたグループも、**他者とのつながりに**ついて書いた**「協働」**の付箋をまとめたグループも、**最終的に繋がっている**と感じた。
- ・ **自分とは何かは、楽しいとか生きている瞬間を他者と共有することで、自覚する**のではないか。
- ・ **共通点を探す作業を繰り返し行うことが大切。**（ただし違っていてもいい。）
- ・ 陰→陽へグラデーションになるように分けてみたら、**自分の気持ちも動いている**ことに気づくことができた。

ワークショップの「材料」を集める

感想をシェア



古賀さんから

ワークショップをつくる上でのアドバイス

ストレスや怒り、

上手くいっていないことは、

「表現」の材料になりやすい！

別紙

■テーマについて

今回は、ちょっと複雑で。ひとつは「演劇 WS らしさを体感してもらいたい」もうひとつは「参加者がどんな人たちなのかを知りたい」そして「WS として、テーマに向かってある程度ステップが分りやすく組んであり、後ほど解説しやすいように作りたい」という、いくつかの視点がありました。

10 WS ネームの紹介

■WS ネームは、普段の自分から少し離れてみる仕掛けとして非常に有効だと思っています。これは、新しい何かを演じるというよりはむしろ、普段の自分の役割を降りる、という効果があるなど思っています。いつも名前を付けるときに「子供のころ呼ばれていたあだ名でもいいし、いまだかつて呼ばれたことのない名前でもいいし、もちろん普段呼ばれている名前でもいいですよ」と呼びかけます。自分に名付けた WS ネームから、その人が現時点でこの場にどんな関わりを望んでいらっしゃるのかな？を想像する事も出来て、それによって始まる前にコミュニケーションを取れたりします。すべてはスタートの時点で出来るだけ平たい関係に近づけておきたい、という意図です。

コールアンドレスポンス

○○が嫌いな、好きな、

■声を出す。実際に名前を呼ばれると一気に親密な感じがして空気がほぐれます。まれにこの段階で「やっぱり名前変えたい！」という人が現れたりします。大体が、いつも呼ばれている名前から、別の名前に変更したいという方が多いです。いつも、このタイミングまでは OK にしています。

20 なんでもバスケット (15)・・・共通点を通して、他者を知る。

■フルーツバスケットのルールを使って、この場にどんな人がいるんだろう、という自己紹介の位置づけのワーク。共通点を持つ人が椅子を移動するルールなので、身体性も伴う為、ゲーム性が高いです。ただの椅子取りゲームにならないように、共通の話題、また、椅子を動かなかった人たちの「共通じゃない方」の話も含めて出来る限り拾っていき、一緒を探すルールでありながら、「一緒じゃないのも面白い」という空気を作っていきます。

35 サークルウォーク ただ歩く→挨拶→シチュエーション (10)

■ここまでは、全体で遊んでいましたが、少しずつ形を変えて「見る人・見られる人」という構図が生

まれるようになります。人から見られるというのはなかなか緊張することですが、それを出来るだけ、勘づかれない程の低いハードルからチャレンジしてもらいます。ただ歩く、すれ違う・・・それを見ている人がいる。これだけで「演劇」である。という、まさにピーター・ブルックの「なにもない空間」のようなプログラム。見ている人の想像力を出来るだけたくさん拾います。

4 5 いいですか、だめですよ

5 5 ありがとうのひとつ前（説明）（5）

6 0 自分の言いたいセリフ の、ひとつ前（15）

■歩くだけでも、言葉が聞こえてくるような気がします。そこから、会話は言葉のキャッチボール！という仕組みを使って遊びます。最初は決められたセリフでウォーミングアップをして、自分でもひとつずつセリフを作ってみます。選んだセリフに個性が出ますし、「言葉を書く」という次へのステップにもなっています。

7 5 二人組で筆談（15）

■喋らずに、紙の上であるタイトルのもと会話をする。授業中の秘密の手紙のやりとりのような楽しさがあります。そして知らず知らずのうちに、紙の上には「会話劇の戯曲」が完成しています。

9 0 発表（20）

■同じ作業をした他のチームがどんな創作をしていたか、お互いにシェアします。

1 1 0 感想（15）・・・と。プログラムについての小さな解説。

■自分が体験した中で感じたこと、他の人の作品を見て感じたことをシェアします。「演劇」という道具を使って、それぞれの参加者の中で何が起こったか様々な意見を交わすことで自分の体験がより深まるような気がします。

アンケート結果

1/25【第2回】「よこぐし」のアートマネジメント講座アンケート

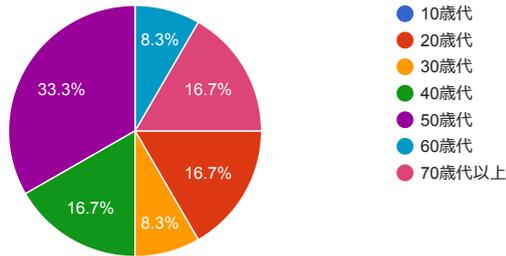
12件の回答

[分析を公開](#)

年齢を教えてください。（任意）

[コピー](#)

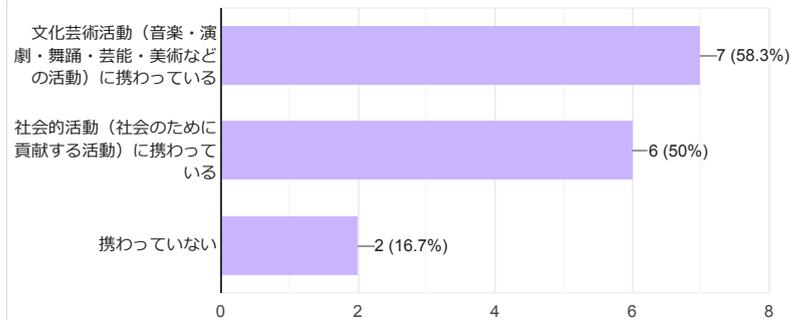
12件の回答



あなたは文化芸術活動または社会的活動に携わっていますか。

[コピー](#)

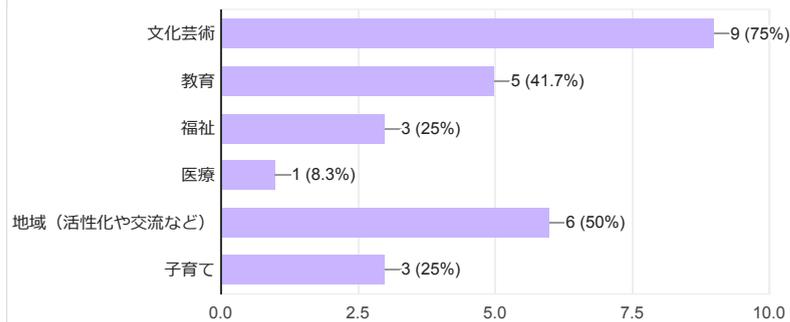
12件の回答



あなたの活動と接点やつながりがある分野はありますか。

[コピー](#)

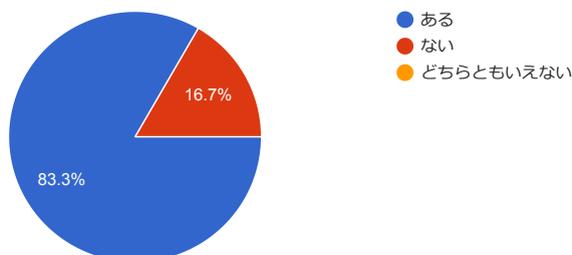
12件の回答



過去に演劇的な手法を用いたワークショップに参加した経験はありますか。

[コピー](#)

12件の回答



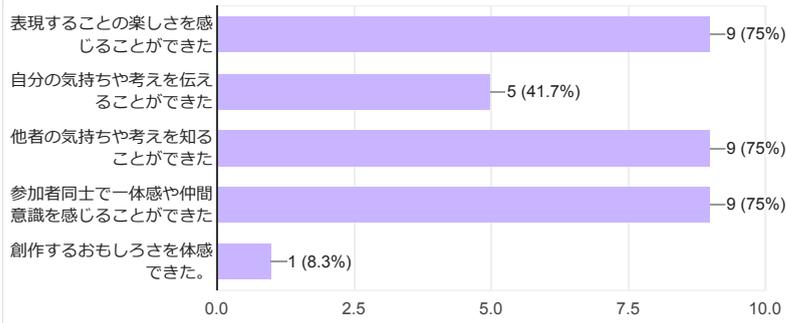
今回の講座を受けて、感じたことや気づいたことなどについてお伺いします。



古賀さんのワークショップを体験して感じたことを教えてください。

コピー

12件の回答



上記のように答えた理由を教えてください。

11件の回答

自分を表現することは、コミュニケーションのスタートラインになる気がしました。

普段では出会わない人、コミュニケーションをとらない人と関わることや、考えを知ることができてよかったから。

和やかな中でいろいろ動けた。
ワークの中で自然と出てきた意外な話にへーと思った。
うまくいってもいなくても、一緒に笑って楽しかった。

リラックスして自分の考えたことを行動にできたから。

入ってきた時より、みんながぐくぐくっていった感があった。

体を使ったものが多かったから。

私はいい意味でも悪い意味でも自己中心。自分の気持ちに素直と言え言えるが、人のことを理解しにくいと言って他人を攻撃するのは不可（気が弱い）

自己紹介というテーマだったので、一緒に取り組んだみなさんのことや表現の仕方に出逢うことができたので。

初めましての方とも、終わるころにはいろいろ話せるようになったので。
とても楽しかったです。

書くセリフ→演じるセリフのWsが面白かった。

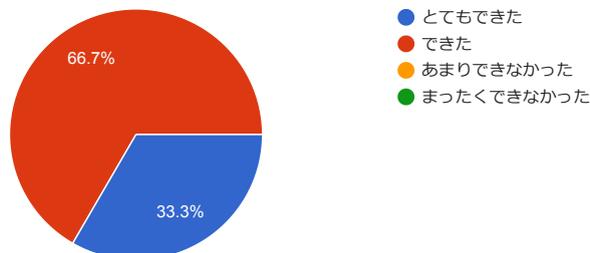
1つ1つのテーマが明確でとてもやりやすかった。
やっていることが腑に落ちた。楽しくできました。

ワークショップとは何かをイメージすることができましたか。

コピー

(3枚目の別紙「ワークショップとは」を参照にしてください。)

12件の回答



グループで「自分ごと」について考えた時間に感じたことを教えてください。

10件の回答

「人」と「人」をつなぐのが自分の「役割」だと感じた。

自分では全く自分ごとでないことが、他人にとって大きな自分ごとであることがおもしろかった。

普段、自分の困っていることや、自分の内面について振り返った。自分だけでなく他の人も同じような悩みがあったり、違う悩みもあることに気付いた。

今悩んでいて、解決策がなさそうな課題を、みんなで考える課題にできれば、少しは気持ちが和らぐかもしれない。

「見た目で判断しない」似たようなことを考えている人がいて、少し嬉しかった。

自分は一人ではない。同じことを感じている人は周りにいた。

我がチームはみな優しい人が集まっていた。

世の中すべてが自分ごと！

小さなステップで、知らず知らず仲間づくり、安心できる場を作っていけたらなあと感じた。演劇やワークショップの捉え方が人それぞれなのがおもしろいと思う。

WSで求めることは、自己開放と自己表現、コミュニケーション。もっと生きやすく！楽しみたい！！と思っている人が多いんだと考えていました。

頭がクリエイティブになりました。

印象に残ったことや大切に感じたことなど、講座に関して意見や感想があればご記入ください。

10件の回答

演劇は人にメッセージを送る舞台装置であり、かなり準備、資料、工夫が必要だと思った。

ワークショップのプログラムを考える上で、楽しさを含みつつ、目的の達成に近づける内容を組むのは難しいと感じました。

今、自分たちが思っていること、困っていること、こうなったらいいなと思っていることをカタチにしていけるかもしれないと思った。
まだどうしたらいいかはっきりわからないけれど、みなさんと一緒に考えたり、やってみたりできること、それ自体がいいなと思っている。

SNSなどで文字でのやりとり、今日の言葉のみの台本は感情がわからない。
次どうするのかも読み取れない。
実際横で読んでみることで、こう言いたかったのかを感じた感覚がありました。

非日常を感じられる時間だった。

自分の感想、考えを持って他人の考えを考えること。それは自分がいわば“負けた”状態ではなく、そうかそれがあの人なのかという感じ。

人生で一度は言ってみたいセリフ、少し恥ずかしかったが、ドキドキで嬉しかった。

筆談でワークをするのはすごく楽しかったです。書くよりも話す方がスピードが速いから、ゆっくりと相手の言葉や反応を楽しんだり観察したりする時間が新鮮で楽しかったです。

いろいろ自分の中にみなさんこだわりたいことがあるんだなと思いました。

はっきり大きい声でこれからやることを説明する。
やったことについて説明し、こうやったら良い等を明確にする。
ファシリテーターのことがよくわかりました。ありがとうございました。

