

## § 準備のいないワークショップ §

### 3 インプロ

#### 1. インプロとは

インプロとは、インプロバイゼーション、即興劇とも言われています。

非日常的な即興劇を行うことによって、言葉に頼らずに自由に表現したり、発想力や想像力、観察力などを養ったりすることができます。

#### 2. 目的

- (1) 話す時の不安や恥ずかしさの克服
- (2) 豊かな表現力を養う

#### 3. 構成

- (1) リーダーが一つの大きなテーマを決める。テーマから発生した想像できることを物語にして演じる。物語の場面は、何時、何処で、どういうものにしても構わない。
- (2) リーダーは、活動を止める時のルール（リーダーが手を上げたら、全員がそれを真似て手を上げ、それまで行っていた作業をやめ、全神経をリーダーに向ける。気がついていない参加者がいたら、周囲が促す。）を決める。
- (3) グループ作りをする。グループは、参加人数に合わせて、小人数（3～5人ずつくらい）のグループが幾つできて構わない。
- (4) 続いて、「演じる」とは、どういうことかを確認する。分かりやすい表現方法を探し出す。  
<例：りんごは、「丸い」という形で表現するよりも、ちょっと服の端で擦って、ガブッと噛みつく仕草のほうが分かりやすい。>
- (5) テーマに即した物語の内容をグループごとに話し合う。話し合いの時間設定を決める。  
<例：8～10分>。
- (6) 劇の内容を相談する時に、グループ内の全員が必ず意見を言う。一人の意見に押し流されたり、沈黙している人がいたりしないようにする。
- (7) グループ内では、どういう設定で、どういう登場人物を自分が演じるのかを確認する。  
劇の中には、「何が（起）、何して（転）、どうなった（結）」や、「主人公・主人公を邪魔する人・主人公を助ける人」という要素を含ませることで物語が作りやすくなる。

#### 4. 演じる

- (1) 言葉に頼らず自由に表現するために、グループごとに、テーマに沿って作られた劇を、無言で観客に向かって演じる。無言で演じることによって、表現力が豊かになる。  
<例：1グループ所用時間 約1～3分>（留意点：観客に向かって背中を向けない。）
- (2) グループごとに、順に演じていく。＊演じるのは、希望順が良い。
- (3) グループごとに、一通り発表した後で、今度は同じ劇に練習なしの即興で言葉を付けて、グループ順に演じていく。  
＊最後に無言で演じたグループから、今度は言葉（セリフ）を付けて演じていくと、より即

興的になって効果的である。

\* 動作が先にできているので、言葉（セリフ）をつけやすい。

(4) 時間に余裕がある時は、登場人物になりきって、物語を要約し発表をする。

<例：所用時間 1人 約 30 秒～1分>

\* 応用編として、登場人物になりきって、その後の物語を発表すると話に意外性が出てきて楽しめる。

## 5. 効果

- (1) 人前で演じることによって、恥ずかしさがとれてくる。
- (2) 演じることで、声色や動作の一つ一つに表現力が増してくる。
- (3) パントマイムの要素も多分に入っているので、的確なジェスチャーをしないと意図が伝わらないため、無駄な動きをしなくなる。
- (4) セリフを先に決めてから演じる劇と違って、無言で演じた後からセリフをつけるので、即興の要素が多分に含まれる。
- (5) 最後にする演技者の発表は、登場人物になって内容を発表するので、他者の理解や共感につながる。
- (6) 演劇という非日常体験の中で他者の立場で物を見、考え、発話する機会を得られることで、いつもの自分でない自分を演出し、表現・表出する喜びを味わうことができる。

### 即興劇だけの場合のアジェンダ<例>

時間 (分)	ワークショップ前の準備 (ストップウォッチを用意する。)
5	導入 (演技指導)
2	ルールの説明 (テーマ発表)
8	小グループに分かれて、アイデアを出し合う チームリーダーを決める
10	グループごとに、無言で発表をする。 <例：3グループが3分ずつの場合>
10	グループごとに、セリフを付けて発表をする。 <例：3グループが3分ずつの場合>
時間 調整	演技者が内容を要約して発表する。 <例：演技者の発表時間は、予定終了時刻から逆算して決めると 良い。30秒～1分>

\* インプロの導入の前に、「回転寿司」を取り入れると、

1. 他者とのコミュニケーションが取りやすくなって、劇作りがスムーズになる。
2. 事前に自分の考えを発表しているので、グループで相談する時に、それぞれのアイデアが出しやすくなる。

<日本リージョン 第33期 教育・資料研究委員会>  
作者：斉木ゆかり 山口久美子