

企業人材研修トライアル事業

演劇を通じてビジネスに役立つプレゼン力・協働力を磨く



演劇は、俳優一人ひとりの個人の力とみんなの協力によってできています。個人の力というのは、声、呼吸、立ち方など。もう一つ、重要なのが芝居全体や役についての理解です。そしてみんなの協力を支えるのは、他の人の話を聞く力、他の人からの発信を受け止める力です。

演劇作品を作るためのこの力を、ビジネスの現場に活かすことがこの研修の目的です。「声」「語る」、協力して「場面を作る」を中心に、少し自分を見つめる時間も持ってもらいながら、自分らしく人に伝えることや他者と協働するコツ、創造する喜びを感じてもらいます。欧米では行われている演劇の力をビジネスに活かす研修です。

■受講料

無料（鳥取市が負担）

■講師

中島諒人（演出家・鳥の劇場芸術監督）・齊藤頼陽（俳優・同副芸術監督）

■会場

鳥の劇場（鳥取市鹿野町）

■参加人数（1回あたり）

5名～10名

■研修時間

- ・半日コース 3時間（午前または午後）
- ・1日コース 6時間（9時～正午・13時～16時）

■問い合わせ先

NPO法人鳥の劇場 ・鳥取市鹿野町1812-1
・☎0857-30-6303 info@birdtheatre.org

■研修内容

ウォーミングアップ

リラックスしたり、エネルギーをやり取りしたりするかんたんなゲームを通じて、体も心もリラックスしましょう。

「声」

みなさんに「自分の声」を探してもらいます。現場のさまざまなプレッシャーの中で、あなたは「自分の声」を見失っていませんか？体を使った落ち着いた声は、他人を安心させ、何より自分を安定させます。しっかり立ち、リラックスし、深い呼吸をすることで、あなたの「声」を探してみましょう。

「最近うれしかったこと」を語る

みなさんに最近うれしかったことをお聞きします。どんな小さいことでもいいので、心に残ったことを語ってもらいます。それぞれの「声」で落ち着いて語っててください。聞いている人は静かに耳を傾けます。参加者の人数分の「うれしかったこと」が集まります。

「最近うれしかったこと」をみんなで再現

想像力と体と声も使って、再現ドラマを作ります。自分の話ではリーダーに、他の人の話ではフォロワーになり、積極的に関わって面白い場面を作ります。演劇の場面の創造です。

「しあわせ」と仕事の関わりについて考え、語る

みなさんひとりひとりの「しあわせ」と、それぞれの仕事ってどんなふうにつながっていますか？ちょっと考えてみましょう。そしていい声で語ってみましょう。



鳥の劇場芸術監督 中島諒人

