

【5月7日、8日のプログラム】

(1日目)

- ・自己紹介(名前と「最近あった良かったこと」オチなしでも面白くなくてもOK)
- ・他の人を指して名前を呼ぶのを回していくゲーム(他に「好きな食べ物」「映画」など同時に。指す以外にその人のところに行く、クッションを投げて回す)
- ・空間に対して五感を開くエクササイズ(味覚以外)
- ・ペアで交互に観察する、観察したことを伝える(外見など見たり聞いたりして客観的に分かることを伝える。傷つけるようなことは言わない。同性のペア)
- ・お互いを同時に観察し、気付いたことや感じたことを独り言で言う(異性と組むペアもあり。観察するのは相手の外見ではなく挙動のみ)
- ・リピテション(身体接触なし。観察して言及するのは相手の挙動のみ。主観的なことは言わない)
- ・2人ずつ前に出てリピテション(身体接触は可。攻撃的な衝動のときはクッション使用)

(2日目)

- ・名前と最近あった良かったこと等(良いことがなければ何でも良い)を話す
- ・名前などを回していくゲーム
- ・直感で空間のなかで居場所を見つけるエクササイズ
- ・出会った人とアイコンタクト、ウィンク、ジャンプ
- ・指を使ったコンタクトインプロ数種類(動きが激しくなるものは同性で)
- ・リピテション(クッション使用)
- ・テキストを使ったワーク数種類(同性でのシーンを戯曲『クローサー』より抜粋)

【取った方策】

- ・参加者募集記事で「※リピテションや他のワークのなかで、他の参加者と身体的接触が起こる可能性があります。安全性を考慮してファシリテートしていきます。ご不安のある場合はお気軽にお問合せください。納得できるかたちで参加してもらえようご相談させていただきます。」という文言を記載。
- ・募集記事にハラスメント防止対策を記載。
- ・WSの最初にマイズナーテクニックとリピテション、その目指すところと価値観、安全安心だから思い切りやれるので講師としてそういう場を作りますということ、一緒にやる仲間に敬意を払う必要があること等を伝えた。
- ・リピテションのルールとして「暴力はなし。攻撃的な衝動が生まれたときはクッションを使って」。クッションを使わずに衝動を抑えることなく反応できるのが理想で基本的に使用してこなかったが、参加者のレベルや目的に応じて使用することはあった。今回は初心者向けのクラスなので、事故防止と衝動を出しやすくするために使用した。
- ・身体接触があるときはなるべく同性と組むようにした。
- (指のCIは異性と組むペアもあったが、初日ではなく少し慣れた2日目にした)
- ・フィードバックはまずペアでして、次に全体で。説明、質問タイムも挟んだ。
- ・前回のWS参加者からのフィードバックで「身体に触れられるワークがあること、異性と組む場合もあることを事前に知れるとよかった」という意見をいただいた。今回の募集を開始しており事前に全てを知らせることは難しかったが、プログラム内容や順序、組み合わせを工夫することで対処した。
- ・参加者のなかにマイズナーテクニック経験者／未経験者がいて、演技経験も様々で、それぞれの許容範囲に幅があることが予想されたので、様子を見ながらではあるが、特に最初の方はなるべくストレスが小さくなるような内容、ルール設定にした。いきなりリピテションをやるのではなく、段階的に導入していくことにしている。

プログラム内容、ルール設定、進め方は必要があれば更新していく