

# インプロを活用したコミュニケーション研修

## 本プログラムのねらい

○俳優トレーニングであるインプロビゼーション（即興演劇）の手法を用い、様々な気づきを与えます。

- ・制限された環境の中で、自分自身を最大限に表現すること、情報発信を図っていくことの難しさを体感し、伝達能力の重要性を理解する。
- ・状況に応じて対応力、とっさの判断能力の重要性と難しさを体感する。

## スケジュール

時間	一日目
9:00	1. コミュニケーションの土台力 ・二人一組での双方向エクササイズ ・「アクション・リアクション」 アイコンタクト・限られた言葉でのコミュニケーション
10:00	[演習]
	2. ヴォイストレーニング ・効果的な発声方法 ・自分の声をコントロールする
	[演習]
	3. キャラクター作り ・状況分析方法 ・目的・方法・障害の認知 ・目的達成の最適方法
	[演習]
12:00	*****【 昼 食 】*****
13:00	4. 即効力の強化 ・演劇的側面のインプロとは ・決められた環境の打破と自己表現
	[演習]
15:00	5. シーンスタディ 「与えられた状況下で個々のキャラクターがどの様に行動するか」 [演習] ・どの様なキャラクターにシンパシーを感じるか
	6. まとめ「自分らしさと組織の中での存在」 [講義]
17:00	

頃終了

\*進行状況により、スケジュールを変更することがあります。