

インタビュー

作家・演出家 鴻上尚史

コミュニケーションのレッスンの



演出家として多くの人と関わってこられた鴻上尚史さんに、「コミュニケーションで大切にしたいこと、教室の雰囲気作りのためにできることについてうかがいました。」

私とあなたは違う

——教室でみんなが学ぶとき、「コミュニケーションの力として大切なのはどんなことでしょうか。」

日本では、話し合いの目的として「みんなが一つになる」ことを求めがちですが、でも僕は、大事なものは、「私とあなたはどれくらい違うか」を明確にすることだと思っています。それが、話し合い、つまりコミュニケーションの目的なんです。

——違いが明確になれば、「ここまでは一緒にできる」「ここから先は意見が違うから無理に同じ行動は取らない」ということが見えてくる。折り合いがつけられるということなんです。いちばんよくないのは、なんとなく曖昧に一致している、みんな従っているという状態。そこにはコミュニケーションは存在しません。

——から大変でしょうけれど、できるかぎり、先生が子どもたちの提案を聞いたり、子どもたちが試行錯誤したりできる時間が取れるといいですね。本当に、お互いの意見を聞くことがいちばん大事なんです。

——リラックスした場であることも重要です。ね。

——そう。でも、リラックスしようと思うと、余計に身体がこわばることが多いんですよ。大事なのは、自分の身体がこわばっているときにそれを自覚することです。身体が発するメッセージは、どんな言葉よりも強い。言葉でどんなに親しげに話しかけられても、相手の身体がこわばっていたら、こちらはリラックスできません。身体がこわばっていると、自分も思うように話せないし、相手も話してくれないんです。人間、そこはすごく敏感です。

——だから、教室では、まず先生がリラックスして楽に授業を始めることを覚えて、それを実践していくことです。子どもたちは、先生をよく見ていて、影響も受けます。先生のリラックスは自然と、子どもたちにも波及します。僕は、教壇って、舞台だと思っんです。教壇に立つとき、先生には、自

——小学生にもある程度は求めていけることでしょうか。

——やはり、先生が導かなければいけないでしょうね。大切なのは、話し合いの意義をどう示すのかということ。お互いの考えの違いを明確にするための、みんなが考えの違いを乗り越えて一つになるための、か。

——コミュニケーションって、「自分とは違う人」とどう折り合いをつけていくかということ。僕とあなたは違うけれど、それは当たり前。そのうえで、なぜ違うのか、その違いについてお互いどう考えているのかを明確にすること。違う者どうしが、なんとか一緒にやっつけていこうとするためのものなんです。

——だから、まずは、「多数決がそのクラスの意思」という考え方、「反対の人がいるならやめる」という捨てぜりふはやめましょうと言いたい。そして、そうなるように、先生が導いてあげてほしいですね。

失敗しても大丈夫な雰囲気作り

——折り合いをつけるには、「場」の雰囲気作りも必要になってきます。

——そうですね。「この人たちは自分の話を聞いてくれるし、自分もこの人たちの話を聞ける」という関係性さえ生まれれば、場ができあがると思っています。例えば、演劇でいうと、演出家が最初にすべき仕事は、試行錯誤ができる、失敗しても大丈夫な稽古場の雰囲気作りなんです。創作のための試みには、当然、失敗がつきもの。だから、失敗することが楽にできる場所を作れたら、稽古の半分以上は成功したと思って間違いない。

——自分の意見を聞いてもらえず、ただ誰かの意見に従わなければならぬとしたら、それはコミュニケーションの場として不十分です。みんなが、お互いの意見を聞く場を作らなければ。授業の時間が限られてい

コミュニケーションとは、自分とは違う人と

折り合いをつけていくこと。

分に魔法の粉をかけて、軽くほほ笑むような精神状態でいてもらいたいですね。

アイスブレイク

――授業で取り入れることができるような、緊張をほぐす手法はありますか。

演劇のワークシヨップでは、参加者の緊張を解きほぐすために、「アイスブレイク」という手法を取り入れます。具体的には、簡単なゲームなどを通して、一人一人の身体のコババリを和らげ、声や身体で表現する準備、失敗しやすい雰囲気作りをします。アイスブレイクでいちばん大事なのは、とにかくリーダーが楽しみ、周りが楽しみ、楽しく始まり楽しく終わること。だから、始める前には必ず、「これは遊びであって、お互いの緊張をほぐすためにするんだ」ということを楽しく参加者に伝える必要があります。そうでなければ、「うまくやらないきゃ」という義務感ばかりが芽生え、緊張が余計に増すことになりかねません。僕が、小学生を相手にアイスブレイクをするときには、いつも「声と身体で遊ぼう」と言います。「声で遊ぶ、身体で遊ぶってどういうことだと思っ？」、「どうして声と

緊張する場面のほうが多いものです。でも、実は、声を出しながら走っているときというのは、身体的には余計な緊張がない状態なんです。だから、声を出しながら鬼ごっこをすることで、「声を出しているけれども、余計な緊張のない身体」を無意識に学ぶというレッスンも含んでいるんです。

――高学年ではどうでしょうか。

そうだなあ。じゃんけんをして、勝った人の後ろに負けた人が列車のように連なっていくというものがあります。前の人の肩に手をかけてね。そして、先頭の人は、じゃんけんをする相手を探すときに必ずあるステップを踏むようにする。片足でケンケンしてもいいし、うんとガニ股でもいい。後ろに連なる人はそれと同じステップでついていく。初めに、先生がいくつかのステップの例を見せておいてあげるといいですね。

それで、最後は、全員が連なった一つの長い列ができるので、全員で同じステップを踏みながら教室を一周する。これがクライマックスです。これは、少し複雑なステップができるほうがおもしろいので、高学年がいいかなあと思いますね。

大切なのは、こういうちよつとしたゲー

アイスブレイクは、

自分が楽しみ、周りが楽しみ、
楽しく始まり楽しく終わればいい。



身体で遊ぶんだと思う？」って。立派な答えは出てこないかもしれない。でもそれがかまわない。「それってどういうことだろう」と考えてくれればいいんです。「声と身体で遊ぶと、魅力的な人間になるらしい。じゃあ、最初にちよつと遊ばせ」と言って、アイスブレイクを始める。そこまで時間をかける必要はなくて、ちよつと言葉をかけるだけですけどぶん違います。それと、ここでも大事なことは、楽しそうに言うことです。まず自分が楽しまないとな。

――例えば、どのような活動・ゲームがあるのでしょうか。

簡単なものだったら、参加者どうしで声を掛け合って、順番に並んでもらうというゲームがありますね。並ぶ順番はこちらが決めます。名前の五十音順でも、誕生日順（一月一日から）でもなんでもいい。自然

ムをいくつか用意しておくことです。毎回、同じだと、子どもも先生もどうしても飽きてきてしまいますから。今はインターネットでも簡単に探すことができるので、五つぐらいは持っておくといいと思います。

とにかく楽しむ

――ルールがシンプルで、誰でも難なくできそうな活動が多いんですね。

子どもたちが楽しいと思えたら、それ以上のことはありませんからね。アイスブレイクで大事なものは達成度ではありません。一人一人のレベルで成長していけばいい。正解がどこかあって、それを求めるようではいけない。「もし正解があるとしたら、それはあなたが楽しむことなんだよ」ということではないんですから。うまくでき

とやり取りが生まれます。

それから、僕がもし低学年と遊ぶとなつたら、「手つなぎ鬼」をするかな。鬼にタッチされたら手をつないだ人数が四人になったら、二人ずつに分裂させます。そしてそれを、歌を歌いながら行うようにする。タッチされた人は、鬼が歌っている歌と一緒に歌いながら、他の人を追いかけるようになります。もちろん、歌でなくてもハミングでもいい。四人から二人に分裂したときには、分裂した側の組の、先にタッチされた人が別の歌を決めて歌う。組の数だけ、歌が広がっていきます。

もし、歌でうまくいかないようなら、好きな言葉を一つ決めて、それを声に出し続ける。「アー」や「イー」でもいいですね。ともかく、声を出すことに意味があります。日常、声を出すときって、スピーチなど、なくても、それすらも楽しいという感じですよ。

先生が助け舟を出してあげてもいいですね。少しアドバイスをしてあげるだけでも、ずいぶん楽になるかもしれません。それができれば、目的達成です。学年初めの四月だけでなく、その後も折に触れ、アイスブレイクの時間を取り入れていくといいのではないのでしょうか。四月はしんどくても、九月ぐらいになれば、もつと気楽に取り組めるようになると思います。そうしてなんでも言える場を作って、考えが違う者どうし折り合いをつけるという生きる知恵、つまりコミュニケーションの力を伸ばしていつてもらいたいですね。

――ありがとうございました。



こうかみしょうじ
鴻上尚史

1958年、愛媛県出身。早稲田大学法学部卒業。1981年に劇団「第三舞台」を結成。以降、作・演出を手がける。「スナフキンの手紙」(94)で岸田國士戯曲賞を受賞。現在は、[KOKAMI@network]、若手俳優を集めて旗揚げした「虚構の劇団」での作・演出を中心に活動。著書に「コミュニケーションのレッスン」(大和書房)、「演技と演出のレッスン」(白水社)など。桐朋学園芸術短期大学教授。