

“踊る”活動とダンス学習

Dancing and Dance in Education

体育教室 佐分利 育 代

はじめに

創作ダンスは、現在、「思想や感情をリズムカルな身体の動きで創造的に表現するもの」¹⁾と定義され、課題解決を中心とした学習が行なわれている。ダンスの表現的特性が学校教育にとり入れられて約30年、その指導法も確立し、普及してきたように思われる。それにもかかわらず、指導は難しいとされ、いまだに特定の教師の手にゆだねられているのが実状である。水谷は、²⁾小学校高学年、中学・高校生の大部分が、ダンスにあまり興味を示さないとし、生徒側からの理由として、①創作させられるから、②踊るのが恥ずかしいから、③踊るのが下手だから、④グループ学習がうまく進められないから、の4つの問題をあげている。

これらの問題は、“踊る”経験が少ないのに作品を創られ発表させられる学習から発生していると考えられる。“踊る”活動はダンス本来の活動でありそれは、自由で自発的なものでなければならぬ。その最も本質的なものをぬきにして学習の場では、“創る”ことと、“観せる”ことを重視しているからではないだろうか。

ダンスは、“踊る”“創る”“観る”の3つの分野に分けて考えられる。そのうちの“踊る”活動は、表現を現実化する媒体として存在するものである。そして、“踊る”活動が持つ律動的な性格は、人間の本来の酔いを誘う。松本³⁾は、「創作以前に、まず、この酔いの世界へ飲誘すべきであろうか」と述べさらに、「律動的な動き——という酔いの世界は……より高度な動きへの入門であり、自己変容への動機づけでもあろう。」と分析している。

“踊る”活動は、表現の媒体であると共に、それ自体経験されるべきものであり、そのことが、作品創作の機みとなるものであると考える。また、教育におけるダンスの主要な意義は、「表わし、伝え、そして楽しむために、子供達自身が踊りをつくる体験を持つことにある」⁴⁾とされている。学習が活発に行なわれ、ダンスの価値が生かされるためには、学習の中に“踊る”機会が多くもたれべきである。

このような考えをもとに、本稿では、活発なダンス学習のとする“踊る”活動の意味を明らかにすることによって、ダンス学習がどうあるべきかを逆照射してみたい。

I. “踊る”活動

一般に芸術活動において、素材を通して客観化された感情は再び表現者をつくり作品をつくる。

ダンスの素材は生きている人間の身体そのものであり、表現は「踊る」活動という身体運動を媒体として行なわれる。表現の主体と素材が同一であるというダンスの特質は、表現者が自らの作品を外から「観る」ことを許さない。いわば表現者は、「踊る」活動によって感情を客観化しながら、内側から感覚を通して感じとるのみである。このことを松本は、「内観」という言葉で表わしている。¹⁾

作品の現実化に必要な行為である「踊る」活動は、「作品が志向するイメージに従って、肉体運動を通して、心にじかにふれるものを語りかける。」²⁾そして、語りかける対象は、鑑賞者としての他者であると同時に、表現者としての自己でもある。「踊る」活動は表現の手段としてだけではなく、「内観」によって表現者の内部に引き戻ってくるものとしてもとらえることができる。すなわち、「踊る」活動は、再創造としての「創る」活動と、再経験としての「観る」活動を同時に行なう活動であるといえる。

他人の作品を「観る」活動は、美しい動きや表現性を見分ける感覚をみがき、「創る」活動における選択・発見の過程を可能にする。自作品を「内観」する活動もまた「創る」活動に貢献すると考えられる。

Ⅱ. 内観 —— 「踊る」活動における「観る」活動

「内観」は、心理学においては、自分の意識的経験を観察する方法を指す言葉である¹⁾が、松本は内側からの鑑賞の意味でこの言葉を使用したと思われる。本稿では、ドブラーが、その著「舞踊学原論」²⁾において、訓練されるべき精神と身体について述べていることも含め、「内観」を考察したい。

ドブラーは、第4章「技術と表現」において次のような記述を行なっている。「舞踊においては、身体が手段として用いられ、運動が媒体として用いられる。したがって、ダンサーは2つの留意すべき目標を持つことになる。第1に彼は、身体を使用し、身体の状態を精神に反映させるように精神を訓練しなければならない。というのは、舞踊の基本的な重要性は、身体に根源を持つ感情の状態であるからである。第2に、彼は、表現的精神に反応するように身体を訓練しなければならない。どのような思想や感情の状態を表現するにしても、身体によって感知されなければならない³⁾と。

ドブラーの言う「精神」は、身体に根源を持つ感情を感じ得ること、すなわち、動きを通して感じ、考えることのできる精神であり、「身体」は、素材として表現の媒体となり得る身体である。

ここに、「内観」の意味として、「鑑賞」と、動きを通して観ること「新たな美的体験」と、動きを観ること「媒体の確認」を設定する。

(A) 鑑賞

「踊る」活動を行ないながら表現者は、内側からそのダンスを「鑑賞」している。すなわち、表現者は、心的経験を、素材を通して客観化しながら、「内観」によって再経験しているといえる。

ダンスは、身体運動を媒体としているが、そこに現われたものは単なる運動の組み合わせではなく、「踊る」活動を行ないながら表現者が観ているものは、身体運動そのものの流れやリズムだけでなく、呼吸、運動が創り出す空間、ダンスが演じられている場の空気の流れや密度、運動による光の変化など、様々なものを総合したイメージである。表現者はそこに、自己を越えた強力なイメ

ージを感じる。ダンスは、「いろいろな能動的な力の仮像であり、ダイナミックなイメージである。」⁴⁾ダンスを提示している間中、表現者は、筋運動感覚をはじめ、ありとあらゆる感覚器が、イメージを受けとるために働くように感じる。

そして、「内観」による、活動の結果の自覚は次の表現活動への大きな機みとなり得る。

(B) 新たな美的体験

ドブラーは、「動作を通じて、舞踊は運動の感覚によって惹き起こされた感情を表現するのである。」⁵⁾と述べ、リズムを感情を惹き起こす源泉としている。表現者は、自己の身体運動のリズムによって感情を得、自己を取り巻き、情緒を刺激するもののリズムによってインスピレーションを与えられる。

感情を惹き起こすリズムに関して、心理的共振効果⁶⁾が考えられる。運動の筋運動感覚的リズムがある情緒のリズムと似ているとき、その運動を行なうことで共振によって情緒が喚起される。

表現者はまた、“踊る”活動を通して刺激を動きとして感じとっている。これは、美的体験としての共感覚⁷⁾と関連して考えられ、多くの表現的身体運動の経験によりもたらされる。例えば、ガラスの破片の鋭さを、表現者は、直線的な動きとして受けとる。すなわち、視覚感覚を運動感覚に交換して体験する。この交換の過程には、ガラスの破片が表出するリズムが筋運動感覚のリズムを喚起する“共振”の作用が介在するとも考えられる。

これらの美的体験は、様々な連想作用や象徴作用によって芸術体験として構成される。

このように、ダンスのアイデアやイメージは自己の運動体験から得られるものであると言える。

(C) 媒体の確認

美的体験を、ダンスとしての芸術体験に結びつけるには、素材となり得る身体が必要である。それは、「表現者の精神生活内にある動作の運動象徴⁸⁾としての動きができる素材であり、表現者の感情を感知する身体、表現的精神に反応する身体である。

感情を客観化する、すなわちイメージとして表象化させる再創造のために、素材は媒体として有効に働かなければならない。創造活動の背景になっているのは、「仮定と検証⁹⁾という操作である。ダンス創作の過程において、“内観”はフィードバックの意味を持つ。

「運動のタイミング、力、範囲を判断し、自身を意識的あるいは自動的に情報に適応させ得るのは、筋運動感覚——キネセティックセンス (kinesthetic sense) ——の手段による。」¹⁰⁾

フィードバックが、この筋運動感覚を手がかりに行なわれる場合を、運動技術の学習において、内在的フィードバック¹¹⁾あるいは内的フィードバック¹²⁾と呼んでいる。指示や師範など外的刺激を手がかりとする付加的フィードバックが学習の前期に多く行なわれることと比較すれば、この内在的フィードバックは、学習が進んだ後期で積極的な役割を果たすとされている。¹³⁾

また、運動技術の種目によっても、フィードバックが、外的刺激と筋運動感覚のどちらの手がかりに多く依存するか異なるとされている¹⁴⁾が、ダンスにおけるフィードバックは、筋運動感覚により多く依存すると考えられる。

媒体を芸術形成に形作る過程におけるフィードバックが確実に行なわれるために、表現者は筋運動感覚を訓練しなければならない。筋運動感覚の訓練はすなわち、素材としての身体づくりである。表現者は、生理学的、力学的な自然の法則を肉体訓練によって知り、素材である自分自身の身体を

自覚すること、筋肉の緊張を自覚し、運動を自覚することを学ばなければならない。

素材を知り、素材を目的的に動かす技術が、内在的フィードバックによってできるようになったとき、筋運動感覚はイメージの造形のためにも積極的に働く。この段階において、身体の動きが、時性・力性・形態性の各要素¹⁹の総合として本来持っていた表現的情緒的感情はさらに多面的な表現性へと広がっていく。

このように、ダンスのアイディアやイメージは“踊る”活動における“内観”によって得られるものであり、作品のための内的選択過程も“踊る”活動を通して行なわれる。したがって、イメージの造形としてのダンス作品を創るためには、“踊る”活動がその過程のいたるところで大に行なわれなければならない。“踊る”活動を通して得られた鑑賞眼が動きのイメージとして対象をとらえたとき、そのイメージは直接表現者の身体運動として表象化される。イメージを動きとして表出する過程がこのように直接的になればなるほど、それを造形化し、作品を創る過程も、志向するイメージに対して、より明確になってくると考えられる。

Ⅲ. ダンス学習における“踊る”活動

学習の方向づけは、学習目標のためにその教材のどんな特質を経験させるかで決まる。創作ダンスは、創造的自己表現に教育的価値を置いている。無意識の没入の段階を過ぎ、表現の自覚が出てくる4年生以降¹¹では、いかにすればより効果的に表現できるかを知的に理解し、作品創作の経験もされるべきであろう。しかし、この時点において、ダンスが急激に、自分自身のための活動から他者のための活動へ移行してしまうことも無視できない。

“踊る”活動自体がたのしみであり、そこから出発した表現欲求に根差した活動であるべきダンスが、他者への提示が先行する活動として学習されてしまうという転倒現象が生じる。この点を問題視しなければならない。

したがって、“踊る”活動を、他者への働きかけから、表現者自身へも働きかけるものに環元する必要がある。学習を、活発で表現欲求に基いた活動の場にするために、生徒は、「内観」しながらダンスに没入できるように方向づけられるべきである。

(A) ダンス・ウォーミングアップ²⁾ (心と身体ほぐし)

無意識の没入ができる幼児や小学校低学年におけるダンス・ウォーミングアップは、あるものになりきることから始められる。しかし、小学校高学年以上になると、学習のはじめには意識的な「心と身体ほぐし」が必要になってくる。

その一方法である、基礎的ダンスムーブメントの練習をとりあげる。

基礎的ダンスムーブメントの練習は、いわゆる準備運動から、素材づくりを伴った美的体験にまで発展して行なわれるべきである。すなわち、身体の可動性を広げ、筋運動感覚をめざめさせることによって、最も経済的なエネルギー消費でその動きができるようになるまで練習される必要がある。運動が自動的になってはじめてその動きに没入でき表現性を知ることができるのである。

ダンス・ウォーミングアップのための基礎的ダンスムーブメントは、学習者の経験や年齢によって異なる。学習の初期や、時間の始めには、やさしい運動で全身で行なえるリズムカルなものが選

ばれるであろうし、中学校前期のように運動能力のすぐれた生徒には、より発展的な動きが与えられてよいだろう。

学習者が、動きのもつ表現性を味わいながら動くことができたとき、その表現性を自分自身の感情へと高めることができる。そして次に動く時には、その動きは学習者の能動的な感情を持つものとして行なわれる。ここにおいて動きは、基礎的ダンスムーブメントから学習者自身の“踊る”活動へと発展したものになる。

この段階が動きの経験だけに終るか、“踊る”活動にまで発展させて行なわれるかが、今後の学習を難解でつまらないものにするか、自由で自発的なものにするかの分岐点と考えられる。なぜなら、創作の過程（イメージを動きを通して表象化する過程）は、動きの表現性を知ってはじめて可能になるものである。

(B) 発想のトレーニング

作品創造の過程は、イメージの表象化の過程である。したがって、創造の仮定期や探索期初期における感情と身体運動の関係は、感情が身体運動を誘発する練習によって成立する。

「発想のトレーニング——内面（心的過程）と外面（運動過程）の溶解を願う——は舞踊創作の仮定期を重視し、一つの作品の完成を求める以前に、より柔軟に、より豊かにイメージが動きを湧きたたせるよう『感情を持つ動き』を発掘しようという練習である。³⁾すなわち、発想のトレーニングは、刺激のイメージを動きで表象化する練習であり、対象を動きとしてとらえる美的体験の場であるといえる。

言語・図形・音などの刺激から連想した言葉を動きで表わす練習として、発想のトレーニングは行なわれている。連想語の中には、動きに直接つながらないものがあるが、その言葉はさらに動きの言葉や、リズム言葉⁴⁾を連想することにより、動きにつながる。連想語は、刺激のイメージを表わす言葉である。練習を重ねることによって、動きにつながる言葉を速くみつけれられるようになる。このことは、対象から動きのイメージを受ける過程が容易になることを意味する。学習が進んだ段階では、動きとして存在しないものからも動きのイメージを受け、“踊る”活動を通して表象化できるようになる。

このように、いわゆる動きのスケッチ（特徴をとらえ、おおざっぱに動きで表現する）練習による美的体験は、創造の見通しを立て、動きを構造化していくためにも、数多くその機会が与えられるべきである。

(C) 動きの構造化

動きの構造化は、表現の媒体としての動き創りである。

表現の媒体としての動きの短いひとまとまりはフレーズと呼ばれる。フレーズは、「①開始と終結を持ち、②その中にひとつの頂点があり、③一呼吸ぐらいの長さをもつ」⁵⁾表現的な運動で、作品造形のもとになる。フレーズは、対象を動きのイメージとしてとらえることから始まり、そのイメージと同じ流れやリズムを持って表われる。フレーズを表現の媒体としてより有効にするために動きの要素（時性・力性・形態性）の変化が行なわれる。

動きを変化させ、フレーズを変化発展させる過程は、意図的に行なわれるため、学習を、“踊る”活動から遠ざける危険性をもつ。表現性を高めるための方法は、“踊る”活動を通して実感として気

付かせるよう指導されなければならない。

創作活動が行き詰まった時には、「いままでにできたものを通して踊ってみる」ことによって必然的な感情の流れを得るように方向づけられるべきである。水谷は、グループ創作においても、「動きながら話をする方が、効果的である⁶⁾」としている。

(D) 上演

創造の達成期では、発表の機会が持たれる。ところが、発表会直前に作品が完成するとか、未完のままでも即興で踊ることが学習の場でよく見られる。学習において作品を創り発表する機会を持たせるのであれば、それまでにできるだけ何度も通して踊るように指導されることが望ましい。そして、表現することが、動きの組み合わせを見せることではなく洗練された“踊る”活動によってイメージを浮かびあがらせることであることを知らせる必要がある。

「発表の中で一番練習不足の面が出ていたのは私たちのダンスではなかっただろうか。次の動作を考えながら踊ることは、今踊っている動作に全精神がこめられるはずがない。何の感情もなく、堂々と踊っているだけでは創作ダンスの意味が消えてしまうのではないか。」これは、創作ダンス発表会参加の時の高校一年生の感想である。

発表会は、よく踊りこまれた“踊る”活動によって現われたダンスを鑑賞者と共に表現者自身も味わう機会として、そしてまた、ダンスを通して自分自身を見直す機会としても位置づけたい。

ダンス創作の各段階において、“踊る”活動が、「内観」を伴って充分行なわれるなら、ダンス学習は難しいものでなくなり、常に他者を意識して恥しいと思うこともなくなるであろう。そして、生徒の表現欲求に基いたより活発な創作活動も行なわれ得るのではないだろうか。

また、ダンスのための時間が少ない時や、学習の最初の段階においては、学習は、作品創作よりも、ダンス・ウォーミングアップや発想のトレーニングにウエイトが置かれるべきである。動きの情緒性を味わい、“踊る”活動を通して対象をとらえる経験を数多く持つ方が、論理的な動きの組み合わせで長い作品を創る経験の一回に比べ、美的体験においてはるかに価値を持つ。発想のトレーニングを行なう中で、ごく短時間でできる小さなまとまりを創る機会が何度か与えられるなら、そしてそれが生き生きとした“踊る”活動を通して行なわれるなら、ダンスの教育的価値は充分求められるはずである。

ま と め

“踊る”活動は、表現を具体化させる媒体であると同時に、表現者が自らのダンスを観るための手段でもある。そのために、“踊る”活動が、多く経験されなければならない。

“踊る”活動を通しての美的体験が、表現欲求として高められ、その反照として、媒体としての“踊る”活動が生まれる。媒体としての“踊る”活動は、演じられることによりはじめて鑑賞の対象となる。客観化されたイメージは“踊る”活動の中で同時に表現者に再経験されるわけである。このように、“踊る”活動なくしては、ダンス学習は成立し得ないのである。

学習が、“創る”活動から、“踊る”活動に目を向け、「表現」することよりも、「内観」することを重

要視して行なわれるなら、ダンスは、もっとやさしい教材になるのではないかと考えられる。教師が指導法として、創作法を追い求める限り、児童生徒の自発的な活動などあり得ない。創作法は、表現のための一手段として与えられるものではあるが、それ自体が系統的に学習される対象ではないはずである。

本稿では、一貫して、“踊る”活動を提唱してきた。なぜなら、ダンスのおもしろさの内容が実は“踊る”ことそのものにあることを知解しているからである。肉体やテクニックの訓練も、表現方法の研究も、そのおもしろさのために求めるのだと言っても過言ではない。思うままに踊り、そのイメージの世界に自己をほうり出させるおもしろさを忘れられないからである。動くことのおもしろさと同時に「内観」のおもしろさである。

中井正一¹⁾は、「見る世界」に入っていることを自分自身を対象化する一つの機みとしている。「画家が算盤を抱いて絵を描く²⁾」ようなダンス創作は何ものをももたらさないのである。

ダンス学習は、“踊る”活動を通して行なわれなければならない。そして“踊る”活動による美的体験は自己実現³⁾としてのダンスの経験にまで進められる。

今後はこのことをさらに実験的な方法により、客観性のあるものに高めてゆきたい。

注

はじめに

- 1) 中学校指導書 保健体育編 文部省 1968年 p.27
- 2) 水谷光 ダンス指導ハンドブック 大修館書店 1975年 p.25~30
- 3) 松本千代栄 「舞踊教育の現状と問題点」講座舞踊教育 学校体育 日本体育社 第28巻第5号 p.82
- 4) R. L. マレイ (松本・佐藤訳) ダンス学習法 大修館書店 1974年 p.203

I. “踊る”活動

- 1) 松本千代栄 舞踊美の探求 大修館書店 1960年 p.71
- 2) 片岡康子 「ダンス技能の学習」 体育の科学 体育の科学社 第25巻第5号 p.311

II. 内観 — “踊る”活動における“観る”活動

- 1) 大山正ほか 心理学 有斐閣双書 1965年 p.6
- 2) M. N. ドブラー (松本訳) 舞踊学原論 大修館書店 1974年 p.74
- 3) 同上. p.74
- 4) S. K. ランガー (池上・矢野訳) 芸術とは何か 岩波書店 1967年 p.6
- 5) 前記. 舞踊学原論 p.91
- 6) R. アルンハイム (上 訳) 芸術心理学のために ダヴィッド社 1971年 p.86
- 7) 出原栄一 「鑑賞の心理」芸術と心理 中山書店 p.203~209
- 8) 前記. 舞踊学原論 p.91
- 9) 小口忠彦 創造の心理 — 学習心理学の立場 — 牧書店 1967年 p.76
- 10) 前記. 舞踊学原論 p.76
- 11) 調枝孝治 「運動技術の学習とフィードバック」学校体育 第28巻第11号 p.36~41
- 12) 松田岩男 「運動技術の構造」序説運動学 大修館書店 1968年 p.117~144
- 13) 前記. 「運動技術の学習とフィードバック」

- 14) 前記. 「運動技術の構造」
- 15) 松本千代栄 「運動と表現」序説運動学 大修館書店 1968年 p. 247～298

Ⅲ. ダンス学習における「踊る」活動

- 1) 前記. 舞踊美の探求 p. 233
- 2) 石黒節子 「運動から表現運動へ」講座舞踊教育 学校体育 第28巻第7号 p. 60～65
- 3) 松本千代栄 「発想のトレーニング」講座舞踊教育 学校教育 第28巻第8号 p. 86
- 4) 上田千代子 「すなおに生き生きと表現するダンスの学習」第14回 中・四国小学校体育研究大会発表紀要 p. 83～86
- 5) 徳家雅子・篠原敏子 「フレーズづくり」講座舞踊教育 学校体育 第28巻第10号 p. 88～95
- 6) 前記. ダンス指導ハンドブック p. 18

まとめ

- 1) 中井正一 (久野編) 中井正一全集3 1965年 p. 305
- 2) 同上.
- 3) 前記. ダンス指導ハンドブック p. 18