自己開示から見る身体表現活動の意義

傅　　正紅

緒言：

人は他者と共存している存在であるため，他者に向かって本質的に開かれた面を持っている。つまり，常に他者の表現や表出を受け止められるように，相手に向けておのれの心身を開いている。自分だけが分かっていても，何にもならない，他人に分かりやすい表情や，表出，また言葉などの形に流出し，関わる人に認めてもらわなければならないのである。このようなプロセス－自己開示－が自己実現に向かう準備段階として必要なものではないだろうか。

心理学では「自己開示」とは「自分に関する情報を言語的に伝達する行動」を指す概念であるが，人類進化の過程でまず身ぶりとしての言語が発生した事が知られている。身体表現の場合に関する「自己開示」とは「非言語的行動におけるコミュニケーションで自分自身を外に表明し外在化させる」ことである。言い換えれば，言葉にする前に身体が何かを表現していることに気付くことが出来るということである。

本研究は，中国人大学生を対象に６回の舞踊課題学習を実践することによって，身体表現の体験が自己開示の過程であるということを実証することが目的である。

分析する対象のダンスに対する取り組みと意識の変遷

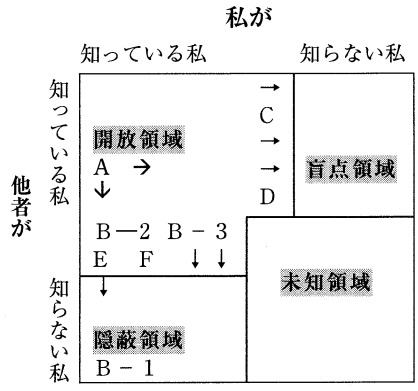
アンケート調査の質問は以下のように３つとした。

①「楽しい」と「恥ずかしい」
②課題への取り組みについての自己評価
③毎回授業を通しての気付き→（**自由記述**）

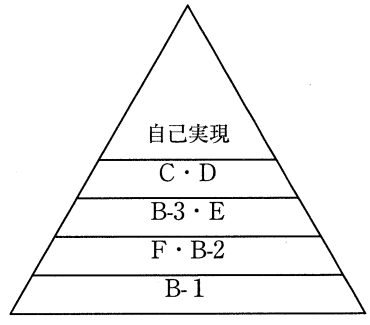
参加者に毎回授業終了ごとにアンケート調査を行い，答えを求め，自由記述の部分は全てKJ法によって分析した。

結果と考察：

６回の授業のうち，初回では学生達の心を閉ざしている姿がみられたが，授業の回数を重ねることによって動きが豊かになり，互いに距離も近くに取れるようになると同時に相手を感じる力が強くなり，更に身体の様々の面を活用出来るようになったことが分かった。この結果を基にジョーハリの理論に依拠して身体表現の意義を考察した。



図―１



図―２

意識の変化は自己を開くということへの前提として大切な一歩であり，目に見えない内的な働きと外的な形式を融合し，盲点領域を減少へと導き，開放領域を増すことができると考えられる。また，自分の身体から他者の身体や物事に延長することができ，単独で考えるのではなく，総合的に考え，感じ取ることができる。更に，マズローの人間の５つの階層に依拠して学生のダンスにたいする取り組み意識の変容を５つの階層で表すことができた。

終わり：

授業が進むにつれ，多人数で身体表現することを体験し，回を重ねていくうちに個人的な経験や考えを交換してお互いをより広く，深く知り，他者を共感的に理解し，相手の立場から物事を見ようとする。そして，他者の表現について評価すると共に自分の能力をも，明確に意識し得るような理解が得られた。ジョーハリの窓において，「開放領域」を増すための基礎として「自己開示」が要因となっていたと同時にマズローにおいても「自己実現」に至るまでに「自己開示」が重要な要因になっていることが明らかになった。