

即興表現を中心としたダンス授業実践とその効果 －大学生の心理的変容に注目して－

中 野 優 子・岡 田 猛

Improvisation plays a critical role in the process of dance. In this study, we investigate how non-dance major undergraduates changed their attitude and motivation for dancing during an improvisational dance course that we organized at our university, inviting a professional dance choreographer as a guest lecturer. The course was held during the summer semester of 2011 and consisted of 13 lessons, including practice of various methods of dance improvisation and a dance performance on the final day.

An analysis of the pre- and the post-questionnaire surveys reveals that the students enjoyed improvisational dance, began to like their own bodies, and increased their everyday life discoveries. It is also shown that their communication skills improved and their resistance to express themselves in public was softened. They began to realize the necessity of acquiring physical and cognitive dance skills to improve their dance expressions further.

1. 問題と目的

芸術において即興とはどのような意味を持つか。これは、同時に即興の魅力とは何かと言い換えてもよいだろう。

美学者の佐々木^{*1}は、即興とは「現在に集中し、心に浮かぶ想いもしくは構想にそのまま従って、それを外に現実化していくこと」と定義した。そのうえで芸術における即興の普遍性について、「美術や音楽や演劇などの芸術表現は、新たな表現の生まれるその瞬間においては、あらかじめ決められた計画に基づく活動としてではなく、即興的な活動として行われる」と述べている。つまり、即興はあらゆる芸術活動を支える根幹であり、新たな表現を生み出すために不可欠だという意味で創造の本質である。身体表現であるダンスにおいても即興は、重要な地位を占めてきた^{*2,3,4}。ここでは、当面即興ダンスを次のように定義して議論を進めていこう。すなわち、即興ダンスとは、今この瞬間に自分が感じることを、今この瞬間の場・状況に従って身体を通して表現することである。

舞踊史を振り返れば、やはり即興は即興そのものを舞台で呈示するものとしてや、新しい振付を創作するために用いるものといった違いはあるものの^{*5}、新しい表現を創造するために常に重要視されてきた。たとえば、19世紀後半からのモダンダンスの隆盛とその後のポストモダンダンスや舞踏の出現、そしてコンテンポラリーダンスへと至る新たな展開を挙げることができる。

また、教育という観点からダンスを振り返ると、近年即興はますます注目を浴びてきている。学習指導要領に見られる変遷としては、1989（平成元）年に学習内容として「即興表現」が位置づけられ、

1998（平成10）年の改訂、そして、2008・2009（平成20・21）年の改訂を通して、簡単な作品創作と並んで「表現・創作ダンス」の中でより重要視されてきている^{*3}。

この変遷を経た現在、日本のダンス教育において即興表現は「表現・創作ダンス」の中で踊る・創る・見るの技能の主なものであるとして積極的に位置づけられている^{*6,7}。そこでは、即興表現がよりよく創造する・表現するための手段であることに加え、新たな表現を生み出す契機となりうるという身体表現の根源という面からも注目し直されてきている^{*6}。それゆえに小学校・中学校・高等学校・大学では即興表現について実に様々な実践とその報告が行われている^{*8}。

このように、上演舞踊においてもダンス教育においても、即興表現は時に表現の手段として、また時に創造の起源として重視されている。村田^{*9}の言葉を借りていうならば、即興表現は「初心者からプロまで、個々の持ち味を生かす幅のある活動として注目される」のである。にもかかわらず、ダンス教育における即興表現は、現実の授業としては敬遠されがちであるという現状もある^{*10}。小・中学校では平成20年、高等学校では平成21年に新しく告知された学習指導要領により、平成24年から中学校1・2学年において男女共にダンスが必修化された。しかしながら、即興表現を含む表現・創作ダンスの採択率が伸びず、他の2種目（フォークダンス、現代的なリズムのダンス）による特に運動習得型の学習指導が増加してきているという問題が指摘されている^{*11}。これは、指導者の単なる好みによることが原因というよりは、即興表現自体が持つ特質によるものであろう。第

一に、そもそも即興表現の中核である「構想をその場でどのように現実化するのか」はあくまで個人に委ねられている^{*7}ため、その指導は容易ではない。他の教科教育で行われているように指導者が表現の方法を方向づけることは、自由な即興表現自体を妨げることにともなりかねないからである。第二に、即興表現を含む授業にどのような魅力があり、その授業によって何が学ばれるのかはあくまで指導者の実践的・経験的な知として蓄積されており、その学習効果は実証的にはあまり明らかにされていない。このため、指導者に即興ダンスの経験がなければ、その魅力の感じ方はまちまちであるため、効果が目に見えて現れる運動習得を目指す授業がより選択されやすいものと思われる。そこで、即興で踊る（即興表現）という体験がもたらす効果について実証的に検討する必要がある。そのために本研究では、第一線で活躍する舞踊家が指導する即興表現という体験を通して、受講者がどのように即興と向き合い、心理的に変化するかを明らかにする。これにより、学習効果についての実証的な知見とともに、それを支える指導のありかたについての示唆が得られるであろう。縣・岡田^{*12}も指摘するように、心理学的手法を用いて教育実践についての効果研究を行うことは、より一般性の高い知見を得ることにつながり、他の事例への応用を可能にするものと思われる。

受講者の即興表現がどのように変化するかという即興表現そのものに焦点をあてた研究は散見されるが^{*6,13,14,15}、即興表現を行うことによってもたらされる受講者の意識の変化についての実証的な研究はまだ十分ではない。数少ない例外として、例えば相馬・細川^{*16}は、上演芸術としての演劇および舞踊と舞踊教育における即興表現について文献から考察した結果、即興表現を体験した人は、「仲間と楽しむ」ことや「自分を認める」ことができるようになる^{と述べている}。この知見は非常に有意義な見解であるが、文献研究であり実証的なデータに基づいているわけではない。また、柴ら^{*17}や佐藤^{*18}は、即興表現に限らず創作ダンス学習（具体的には、順に舞踊課題学習、エアロビクス・ダンスと創作）を体験することによって創造性テストの点数が有意に上がることを明らかにした。これらの研究は実証的であるが、創造性テストによって計測可能な拡散的思考にのみ焦点があたっており、受講者の即興表現に対するモチベーションや印象など、授業を実践するに当たって重要だと考えられる項目に関する検討が行われていない。

一方、國川・村田^{*19}は中学生に対して全11時間の即興表現の授業を実践し、質問紙（形成的授業評価）による学生の意識の変化と、学生が即興表現する“空間”の様相の変化のプロセスを捉え

た。その結果、学生のダンスに対する意識について、即興表現の授業評価得点は単元を追うごとに向上し、特に「意欲・関心」「協力」次元が高い得点で推移していることが明らかになった。ただし、即興ダンスと向き合うことを通して、受講者の自分自身の身体や他者との関わりに対する捉え方がどのような変化したのかについては明らかにされていない。

以上の議論をふまえ本研究では、即興ダンスの授業を導入し、その実践を通して、1. 学生のダンスや表現活動に対する意識がどのように変化したのか、2. 学生がどのようなことを考えながら即興表現と向き合っていたのか、を実証的に検討することを目的とする。特に、本研究では総合大学の大学生に焦点をあてる。それは、これらの大学生にとって、創造の本質である即興表現の一つである即興ダンスに触れることは、自分自身を創出の主体として捉え、これまで学んだことを社会の中で積極的に活かしていこうとする原体験になるからである。ただ思考を巡らすのではなく、実際に自由に身体を動かしながら、仲間とふれあい、自分らしく踊るということは、これからの人生を豊かに生きていく礎となるだろう。即興表現を専門課程で学ぶ機会がない大学生だからこそ、この授業は創造性を涵養する基礎的な教養教育の重要な機会となる。

2. 方法

2-1 授業の内容

授業実践は東京大学教養学部で行われる「全学体験ゼミナール」という第二著者が担当する授業の枠組みの中で「声とダンスを用いた創造力育成ワークショップ」として、2011年4月14日から7月14日まで、全13回（1回の授業時間は90分）行われた。授業の進行概要は表1に示す通りである。なお、授業の目的は、「即興表現を通して自己表現や他者とのコミュニケーションを即興的に行う力を養うこと」と設定した。

授業は振付家の香瑠鼓氏^{*20}と彼女のアシスタントであるプロのダンサー数名によって行われた。第一著者もアシスタントとして参加した。アシスタントの人数は毎回の授業によって多少の差異は見られたものの概ね6～7名であった。香瑠鼓氏に授業を依頼した理由は、香瑠鼓氏の活動内容とワークショップの展開方法にある。まず、香瑠鼓氏は自身で即興表現のメソッド「ネイチャーバイブレーション」を確立し、振付創作の際にも、上演の舞台の際にも即興表現を重要視している著名なアーティストである。香瑠鼓氏があげた授業のポイントは「①感情を認知してコントロールする→自己表現へ、②五感を鋭くする、③空間を感じる。場・状況を読み取り、よりよいコミュニケー

表1 各回の授業の概要と調査時期

| 授業 | 目的 | 内容 | 主に使われたメソッド | 調査 |
|------------------------------------|--------------------|---|---|-------------------------|
| 第1回 | 紹介 | 自己紹介, 香瑠鼓氏とアシスタントのダンサーによるパフォーマンス, 簡単なストレッチと呼吸 | | ダンスに関するイメージ調査 (自由記述) |
| 第2回 第3回 | 自分の身体を知り, 身体を開く | 自分の体と対話したり, 自分の内的イメージをふくらませて踊る。 | Joint Control, Body Voice, Air Stick | 質問紙調査 (プレテスト) |
| 第4回 第5回 第6回 第7回 | あらゆる角度から物や他者を感じてみる | 他者と一緒に踊ったり, 教室にあるいろいろなものを声と体で表現する。 | Say Everything, Quick birds, Air | |
| 第8回 第9回 第10回 第11回 第12回 | 客観性を養い, 作品を創る | 自分自身が観客からどう見えているのかを意識して踊ったり, おもしろい作品とは何かを考えながら即興作品を創っていく。 | Body Switch, あびエク スプレッション, ビートボックス, 陰と陽 | |
| 第13回 | 発表 | これまでの総復習と作品発表 | | 質問紙調査 (ポストテスト) |

ションへ自分を客観的に見られるようになる」の3点である^{*21}。このことから、香瑠鼓氏は、自分自身の感情や感覚を自分で感じることで、環境や相手を感じることを重視していると考えられる。一方で、熟達したダンサーが即興で踊る際に意識していることを明らかにした中野・岡田^{*22}では、ダンサーは今ここにある様々な刺激（自分自身の感情・メッセージ・内的イメージ・身体感覚や自分の外側に広がる空間・音楽・観客・共演者）を意識し、それとの対話に＜誠実に向き合う＞ことによってダンスを生み出しているということがわかっていく。これらのことから、香瑠鼓氏の重要視する即興は、多くのダンサーが即興で重視していること、即ち即興表現にとって本質的に重要なことと共通しているといえる。

次に挙げられる理由は、香瑠鼓氏のワークショップの展開方法である。そもそも香瑠鼓氏は子どもから大人まで様々な人を対象に即興表現を中心としたワークショップを積極的に行っている。その実際の展開方法は後に詳述するが、まず受講者一人一人が自分自身の身体というものを感じ、そこから広がる内的イメージや感情に従って表現していくこと（自分自身との対話）が重視されている。つまり、その受講者一人一人の身体でしかできない、その人らしい表現を様々なメソッドを用いて引き出すのである。その上で他者と協調しながら共に踊るという活動に移行していく（他者や環境との対話）。これが香瑠鼓氏の展開方法である。一方、ダンスの授業を行う上でまず重要視されていることは、「個人の個性」（個性、年齢、性別、障害や体力の有無など）を積極的に認めることであり、その上で異なった個性を有する仲間と共に表現を創り上げていく楽しさを味わうことである^{*23}。このような「みんな違ってみんな

いい」を前提にしているところがダンスの授業の面白さでもあり、教えるににくいといわれている理由でもあると村田^{*10}は述べている。この「1人1人の個性を引き出すこと」、その上で「他者と協働して作品を創り上げること」が、香瑠鼓氏のワークショップで重要とされ、実際に精緻に構成された授業の中で実施されている。この様に香瑠鼓氏の活動内容とワークショップの展開方法は、本研究の目的に合致すると考えられたため、香瑠鼓氏に授業の実施を依頼した。

表2に今回の授業で主に行われた香瑠鼓氏の「ネイチャーバイブレーション」の中の10個のメソッドについて、その概要を示す。

実際に行われた授業は、以下の通りであった。まず授業の流れとしては、お互いの自己紹介（第1回）、自分の身体を知り、身体を開く（第2回、第3回）、あらゆる角度から物や他者を感じてみる（第4回～7回）、客観性を養い、作品を創る（第8回～12回）、作品発表（第13回）という流れであった（表1）。つまり、まず自分自身の身体というものに焦点をあて、自分の身体をじっくり感じて身体を開くことから始まり、徐々に自分の外側に広がる空間や他者を感じて共に動くことへと展開し、最終的にはこれらの即興表現をそのまま作品として提示するという作品創作へと移行していった。香瑠鼓氏はこれらのそれぞれのフェイズにおいて、様々なメソッドを用いて段階的に授業を行い、「身体に意識を集中し、身体を開くことができること」や「他者と関わりあいながら踊ることができること」といったそれぞれのフェイズでの目標が、受講者にあまり意識されない中で自然と達成出来るように工夫していた。

以下にその工夫の詳細を記す。まず一回の授業の大枠としては、①前回は授業でのパフォーマンス

表2 授業で行われた「ネイチャーバイブレーション」メソッドの具体例（抜粋）

| メソッド名 | 目的 | 内容 |
|----------------|---|---|
| Joint Control | 新奇な動きの発見 | 体の関節を意識し、ほぐす。5本の指、手首、ひじ、肩、胸、ウエスト、腰、ひざ、足首、足の指を順にばらばらに動かしていく。その後、自分の意志で同時になるべくたくさんの関節を動かし、新奇な動きを身体に聞きながらさぐっていく。 |
| Body Voice | 自分の身体との対話を通して自分をみつめる。 | 楽な姿勢で座り、まず心臓の鼓動、脈拍、呼吸を意識する。次に体の中の感覚（痛み、かゆみ、空腹等）を意識する。更に皮膚感覚（服や髪の毛、床が体にふれている等）を意識する。今まで意識した中で一番気になる部分を小さな声で感じたままに表現し、その声の表現を繰り返す。繰り返している声を自分で聞いて、そこから受け取る印象や、イメージを想像して、その世界を声で広げていく。 |
| Air Stick | 自分のいる空間を捉える。 | 両手に見えない棒を2本持って立ち、その棒の先が部屋のどこに触れているのかを意識する。丹田と棒がつながっているイメージをもって、更に広い空間にその見えない棒がのびていくのをイメージをする。その更に伸びた棒の先にある空間がどのような場所なのか、におい、光、温度、具体的にある物などをイメージしていく。 |
| Say Everything | 自分のいる空間を捉える。物の見方を切り替える。 | まず、見えているもの全てを音楽にのって歩きながら言う。例えば「ゆか」、「天井」、「靴下」という感じである。次に見えているもののイメージを擬態語で表現する。更にその感想や、自分の状態（例えば「今、右手があがっている」等）を言う。最後は全ての段階を混ぜて言いながら歩く。 |
| Quick birds | 体全体で他者を感じて動く。全員で一つの絵としてみえるように止まれるようにする。 | 数人で密着して立ち、8カウントかけて全員で前に進む。その際に反復横とびの要領で、丹田を軸として、他者をすり抜けていく。8カウント目で、「ハト」と掛け声をかけて、正面からみて全員が隠れないように止まる。 |
| Air | 他者を感じ、受け取りながら踊る。 | まず数人で内側を向いて円になり手を広げ、手を下ろしながら全員が視野に入るように遠い目で、力を抜いて全員が繋がっているという意識で立つ。次に全員の真ん中にある空間を意識し、小さな声と動きから踊り始めて、つながっている空間を感じていく。自分が動いたあとは必ず止まり、相手に受け取る間を与えることがポイントである。 |
| Body Switch | 表現の質感を変える。 | Joint Controlの関節を細かく動かすということ、ビートにのるということ、水の流れを体の中に感じながら動くという3つの表現を切り替えながら行う。 |
| あびエクスペッション | 物事を様々な着眼点から捉える。 | 物事を様々な視点から捉えて、それを体で表現する。例えばペットボトルを表現するとして、そのペットボトルというもののにおい、色、気持ち、形、味、質感など様々な視点から表現してみる。 |
| ビートボックス | 他者と調和しながら空間をデザインする。 | 少人数のグループを作って、それぞれの人が作った短い声と動きのルーティンを前の人と重なりすぎないように、1人ずつ重ねていき、最終的に皆で1つの空間をデザインする。 |
| 陰と陽 | 表現を切り替える。スピーディに行うことで自分の思いもよらない発想を見つける。 | 楽な姿勢で座り、右手もしくは両手を擬態語を使いながら、短く手で話しているように動かす。次にその反対の表現を左手もしくは両手ですぐにやってみる。声の高低、手の位置、動きの質感等、反対の要素はたくさんあるが、考えないで最初のイメージでスピーディにやってみることがポイントである。 |

香瑠鼓（2012）と香瑠鼓氏の語りを参考に第一著者がまとめた。

のビデオ上映（開始前10分）、②呼吸、ストレッチ、リズムに乗ったダンス（約15分）、③ネイチャーバイブレーションのいくつかのメソッドの実施（約40分）、④パフォーマンス練習^{*24}（約15分）⑤パフォーマンス（約10分）、⑥ディスカッション（約10分）の順で進められた。以下表3に例として第8回（2011年6月9日）の授業のタイムテーブルを示す。第8回は表1から分かるように、最終授業の発表会に向けてのパフォーマンスの試行錯誤が始まった回である。具体的には、授業の前

半では、1. 自分の身体と対話しながら新しい動きをさぐっていく Joint Control や、2. 動きの質感（例えばスピードやリズムの取り方、踊りのイメージなど）を変えて表現の幅を広げていく Body Switch、3. 他者と協調しながらリズムを刻んでいくビートボックス等のメソッドが行われた。Joint Control は表2からもわかるように、指、手首、ひじ、肩というように体をパーツごとに少しずつ動かして、自分の身体を自分で感じるためのメソッドである。このことで、受講者は自分の

表3 第8回（2011年6月9日）授業のタイムテーブル

| | |
|--------|----------------------------------|
| 日時 | 2011年6月9日（木）10:40～12:25 |
| 【授業内容】 | |
| 10:30 | ビデオ上映（先週のダンスの様子を上映する。最後の10分間を上映） |
| 10:45 | ストレッチ、呼吸 |
| 11:02 | リズムにのる |
| 11:05 | マネッコ（メソッド） |
| 11:08 | Joint Control（メソッド） |
| 11:16 | Body Switch（メソッド） |
| 11:15 | ビートボックス（メソッド） |
| 11:25 | 休憩 |
| 11:26 | Dark to Light（メソッド） |
| 11:44 | パフォーマンスの練習（この日は3チームに分かれて行った。） |
| 12:04 | パフォーマンスの発表 |
| | Aグループの作品テーマ：「思い出」 |
| | Bグループの作品テーマ：「海」 |
| | Cグループの作品テーマ：「現代の忙しさから静けさ」 |
| 12:16 | 感想 |
| 12:25 | 終了 |

身体と対話し、その時の自分の身体というものを
 知ようになる。次に Body Switch では、この
 Joint Control と、リズムにのって動くというこ
 とと、水の流れを身体で感じながら動くという3
 つの表現を香瑠鼓氏の手拍子によって切り替えて
 みるということを行う。このことによって受講者
 は身体の動きの質感を変えることを体験し、自分
 の表現したいものを表現したいように動く際のヒ
 ントを得る。前半最後に行われたメソッドのビー
 トボックスでは、数人で1組になって他者と協力
 してその場で全員が1つの絵のように動くことが
 できるように試行錯誤した。後半では4. Dark
 to Light とパフォーマンス練習及びパフォーマンス
 が行われた。Dark to Light は教室を暗くして、
 皆でひとかたまりになって座り、繊細な声と動き
 によりお互いを感じて表現し、教室が明るくなる
 につれてその声や動きも大きくなっていくという
 もので、授業の最後に行われるパフォーマンスに
 向けて全員がそれぞれ自分の表現を行いながらも、
 お互いを受け取りあって1つになって動くという
 ことに挑戦するということが目的であった。この
 ような段階を経て、受講者が自然と授業最後に行
 われるパフォーマンスに移行していけるような授
 業の流れになっていた。この回のパフォーマンス
 は、受講者と香瑠鼓氏とアシスタントのダンサー
 が3つのグループに分かれ、それぞれのグループ
 のテーマに基づいて行われた。

上記した授業内容（表3）については、授業終
 了後に参加者の様子を考慮したうえで、その都度
 香瑠鼓氏と第一著者も含めたアシスタントのダン
 サーとの話し合いにより枠組みを決定している。
 またそれらの枠組みは、実際の授業における受講
 者の様子によって臨機応変に変更された。

なお、実践の評価は、授業の第2回と最終回の
 計2度の質問紙調査によって行った（表1）。こ
 の他に全ての授業後に受講者と香瑠鼓氏、アシス
 タントのダンサーに感想を記述してもらった。感
 想はA4用紙1枚程度に自由に記述してもらった。
 加えて全ての授業を教室の一角に設置したビデオ
 カメラにより記録した。

2-2 授業評価の方法

2-2-1 質問紙による評価

(1) 質問紙の作成手続き

本研究ではプレテストとポストテストの2種類
 の質問紙を作成し、利用した。質問紙1（プレテ
 スト）は受講者の「ダンスや表現活動に対する認
 識」と「日常生活への意識」を把握する目的で行
 われた。質問紙の構成としては、ダンス観を尋ね
 る6項目（「踊ることに興味がある」など）、表現
 活動観を尋ねる6項目（「表現活動は難しいと思
 う」など）、日常生活の認識を尋ねる12項目（「普
 段、他人とのつながりを感じられる」など）、自
 己表現観を尋ねる3項目（「自分には表現したい
 ことがある」など）の4観点27項目からなる。評
 定方法は全て5件法のリッカート式項目を用いた。
 これにダンス経験や表現活動の経験、授業への要
 望などを記入する欄を設けた。

質問紙2（ポストテスト）は、授業全体の効果
 を検討するために、最終回の授業で実施された。
 構成は、プレテストと同一のダンス観や表現活動
 観、日常生活の認識、自己表現観を尋ねる項目合
 計27項目を組み込んだ。これにより、授業に参加
 したことによる認識の変化を把握することを試み
 た。

(2) 質問紙の分析方法

質問紙の分析は以下の3段階によって行う。1) まず、プレテストの結果について類似する質問項目をまとめるために階層的クラスタ分析(Ward法)を行った。2) 次にクラスタ分析により得られた3つの各クラスタの得点が授業の前後で変化しているのかを調べるために、時期(プレとポストの2水準)とクラスタ(3水準)を要因とする 2×3 の対応のある分散分析を行った。3) 最後にクラスタ内の項目について更に詳しく検討するためにクラスタ内に含まれる項目ごとに対応のあるt検定を行い、授業の前(プレ)と後(ポスト)の平均点の比較を行った。

2-2-2 感想文の分析方法

受講者が実際にどのように即興表現と向き合っていたのかを検討するために、毎回の授業後に記入してもらった感想を第一著者がKJ法によって分類した。分類を行う際には「即興表現における技術」という観点から行った。この観点到注目した理由は、受講者が実際にどのようなポイントに注目して即興で踊っていたのかを明らかにするためである。なお、検討にあたっては授業後半(第8回(6月9日)から第12回(7月7日))の感想に焦点をあてた。第8回は最終回(第13回)の発表にむけてパフォーマンスの試行錯誤が始まった回であり(表1参照)、受講者は授業にも慣れ、より良い即興表現、より面白い即興表現とはどのようなものかというのを実際に踊ることを通して探索し始めたと考えられるためである。なお、該当時期の感想レポートは10人から13人が提出した。感想文の提出をもって授業評価の際の出席としたが、提出を強制するものではなかったので、受講者の中には提出しない人もいた。そのため、実際の参加人数よりも感想文を提出した人数は少なくなった。なお分類に際しては、認知科学を専門とする研究者2名がその妥当性を確認し、不適切な部分に関しては適宜カテゴリの生成をやり直した。

2-3 参加者の特徴

授業には25名の受講者が参加した。実践の評価にはプレテストを報告した22名^{*25}(男性12名、女性10名)のデータを用いた。なお、この22名中20名がなんらかの表現活動(ダンス、演劇、音楽、小説等)に取り組んだ経験を有していた。特にダンス(バレエ・ジャズダンス・ヒップホップダンス)を経験したことがある受講者は3名であった。

3. 結果と考察

3-1 質問紙の結果と考察

3-1-1 受講者の変化の概要

(クラスタを用いた分析)

まずプレテストの回答から、受講者の基本的な

特徴を簡単に述べておく。「踊ることに対する興味」を5件法(1:全くそう思わない-5:そう思う)で尋ねたところ、回答の平均値(標準偏差)は4.59(0.50)と非常に高い数値であった。このことから多くの受講者が踊ることに興味を有していた様子が伺える。同様に「表現活動に対する興味」についても、回答の平均値(標準偏差)は4.36(0.73)と高い。一方「踊ることに関する抵抗感」と、「表現活動についての抵抗感」を同じように5件法(逆転項目なので1:そう思う-5:全くそう思わない)で尋ねた結果、前者は2.41(1.22)、後者は2.05(1.13)とやや抵抗感を持っている様子が伺える。以上のことから、授業参加前の受講者の特徴として、ダンスをはじめとする表現活動には非常に興味がある一方で、それらを難しいと思う抵抗感を抱いていたことがわかる。

プレテストの結果について類似する質問項目をまとめるために階層的クラスタ分析(Ward法)を行った。その結果得られたデンドログラム(樹形図)より、質問項目の27項目を3つのクラスタに分けるのが妥当であると考えられた(図1)。各クラスタに所属する質問項目を表4に示す。

次に各クラスタの得点が授業の前後で変化しているかを調べるために、時期(プレとポストの2水準)とクラスタ(3水準)を要因とする 2×3 の対応のある分散分析を行った。その結果、時期($F_{(1,21)}=15.382, p=.001$)とクラスタ($F_{(2,42)}=73.729, p<.001$)の主効果が1%水準で有意となった。

更に、それぞれのクラスタにおいて時期の効果が有意であるかを検討したところ、クラスタ1においては時期の効果がみられなかったが($F_{(1,21)}=3.524, p=.074$)、クラスタ2、3において時期の効果がそれぞれ5%水準、1%水準で有意となった(クラスタ2: $F_{(1,21)}=5.391, p=.030$ 、クラスタ

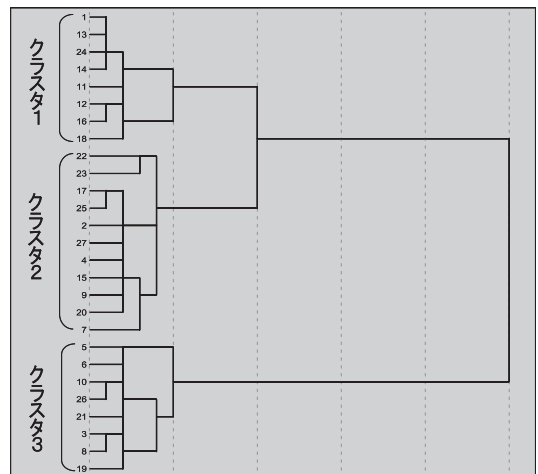


図1 クラスタ分析の結果得られたデンドログラム(樹形図)

表4 各クラスに所属する質問項目とプレテストの平均値（標準偏差）

| クラス | 質問項目 | プレ平均値 (SD) | ポスト平均値 (SD) |
|-----|--|---------------|----------------|
| 1 | 1. 踊ることに興味がある | 4.59(.50) | 4.59(.73) |
| | 11. 歌うことに興味がある | 4.45(1.06) | 4.50(.70) |
| | 12. 普段自分の姿勢や呼吸など身体に意識を向けることがある | 3.95(1.13) | 4.56(.70) |
| | 13. 身体を動かすことに興味がある | 4.59(.73) | 4.61(.77) |
| | 14. (アートの) 表現活動に興味がある | 4.36(.73) | 4.39(.77) |
| | 16. 普段、自分の身体の状態について注意深く考えることがある | 3.77(1.19) | 4.17(.93) |
| | 18. 普段、他人とのつながりを感じられる | 3.59(1.10) | 3.78(.85) |
| | 24. 自分の感情や気持ちについて意識的に考えることがある | 4.55(.67) | 4.33(.69) |
| 2 | 2. 世界について自分なりの見方を持っている | 3.94(.97) | 3.94(.84) |
| | 4. 踊ることに抵抗を感じる* | 3.81(.85) | 3.95(.58) |
| | 7. 自分の身体は好きだ | 2.91(1.02) | 3.50(1.04) |
| | 9. 普段、自分の周囲の環境（自分がいる空間・天気など）について注意深く考えることがある | 3.41(1.18) | 3.89(.87) |
| | 15. 日々の生活の中で発見が多い | 3.62(.97) | 4.06(.59) |
| | 17. 新しいアイディアを考えるのは好きだ（得意だ） | 3.64(1.17) | 3.94(1.00) |
| | 20. 人とコミュニケーションをとることに抵抗がある* | 3.45(1.01) | 3.67(.76) |
| | 22. 普段、他者との関わりの中で、自分の（物理的な）立ち位置について意識することがある | 3.55(1.14) | 3.67(.87) |
| | 23. ダンスにはテクニックが必要だ | 3.68(1.04) | 3.11(.92) |
| | 25. 自分には表現したいことがある | 3.45(1.23) | 3.67(1.02) |
| 3 | 27. 何かを伝えたいという強い気持ちがある | 3.41(1.22) | 3.72(.86) |
| | 3. 何かを創造することは難しい* | 2.27(1.31) | 2.28(1.06) |
| | 5. 人と話すのは得意だ | 2.82(1.22) | 3.17(1.08) |
| | 6. 人前に立つのが好きだ | 3.05(1.53) | 3.56(1.03) |
| | 8. 表現活動は難しいと思う* | 2.05(1.13) | 2.56(.89) |
| | 10. 表現活動には強い自己主張が必要だ | 2.77(1.15) | 3.28(1.01) |
| | 19. 踊ることは難しいと思う* | 2.41(1.22) | 2.89(1.02) |
| | 21. 優れた技術がなければ良い表現はできない* | 3.09(1.11) | 3.72(1.01) |
| | 26. ダンスには強い自己主張が必要だ | 2.59(.73) | 2.78(.72) |

*は逆転項目

3: $F_{(121)}=16.582, p=.001$ (図2)。クラス1は表4より「自分自身やダンスも含めたアートの表現活動に対する興味・関心」のクラスであると考えられる。先述したように受講者はもととダンスや表現活動に興味があり、プレテストの値が高かったために、ポストテストとの差異が見られなかったと考えられる。つまり、ダンスや表現活動への興味は授業を通して高い水準で維持されたといえよう。次に、クラス2は「ダンス表現に関わる日常の内的プロセスについての認識」

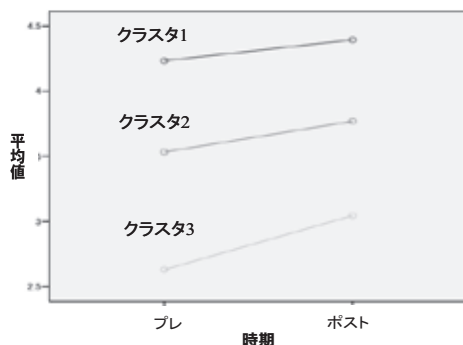


図2 それぞれのクラスにおけるプレとポストの平均値の推移

についてのクラスである。つまり授業を通してダンス表現に関わる日常の内的プロセスについての認識が向上したと考えられる。最後に、クラス3は「表現活動に対する抵抗感」のクラスである。この結果から、授業において実際に即興表現を体験してみると、表現活動やダンスに対する抵抗感が和らいだと考えられる（逆転項目なので、図2でグラフが上がっているということは抵抗感が和らいでいることを示す）。まとめると、もととダンスをはじめとする表現活動には非常に興味がある一方で、それらを難しいと思う抵抗感を抱いていた受講者が、今回の授業を通して実際に即興で踊るということを体験し、ダンス表現に関わる日常の内的プロセスについての認識が向上し、また表現活動に対する抵抗感が和らいだと考えられる。以下、クラス内の項目について更に詳しく検討する。

3-1-2 受講者の変化の詳細 (t検定を用いた分析)

クラス1, 2, 3に含まれる項目ごとに対応のあるt検定を行い、授業の前（プレ）と後（ポスト）の平均点の比較を行った。その結果、クラス1では項目12において、クラス2では項目7, 15において、クラス3では項目5, 6, 8, 21において授業の前と後の平均点の間に5%水準で有

意な差がみられた（表5）。更に詳細な検討を行うため、有意差の見られなかった項目と、10%水準で有意な差がみられた項目とにわけた。すると、クラスタ2では項目9, 17, 23, クラスタ3では項目10, 19において10%水準で有意な差が見られた（表5）。この結果クラスタ1においては授業を体験することによって、普段の生活で自分の身体に意識を向けることが多くなり、またクラスタ2においては、授業を体験することによって身体への愛着と日々の生活での発見が向上したと考えられる。また自分の周囲の環境への意識を向けることが多くなったり、新しいアイデアを考えることが得意になったり、ダンスにはテクニックがそれほど必要でないと考えるようになったと考えられる。またクラスタ3においては、人と話すことが得意になったり、人前に立つのが好きだと感じたり、表現活動はそれほど難しくないと思うと同時に、優れた技術がなくても良い表現はできると思うようになったと考えられる。また表現活動には強い自己主張が必要だと感じるようになったと考えられる。一方で有意差が生じなかった項目は、主にダンスや表現活動についての「興味の項目」（1, 11, 13, 14）と、「自己表現観」（表現したいテーマの有無）についての項目（2, 25, 27）であった。ではなぜ変化が生じる項目と、生じない項目があったのであろうか。このことについて授業構成や、香瑠鼓氏とアシスタントのダンサー達の授業に対する姿勢から詳しく検討していく。

3-1-3 変化の有無に関する考察

まず変化が生じなかった原因について検討した。1点目の「興味の項目」については、先述したように、もともと高い受講者が多く、その興味は授業を通して維持されたために変化が生じなかったと考えられる。

2点目の「自己表現観」についてであるが、そもそも自己表現観とは自分には表現したいことがある、何かを伝えたいという強い気持ちがあるなど、作品を創る際の心構えの一部分である。今回は全員が初めて即興表現を体験する受講者であったので、まずは即興表現という行為自体を積極的に楽しむことが今回の授業の主な目的であった。そのため、作品を創作する際の心構えである、これらの項目には変化が見られなかったと考えられる。

次に変化が生じた項目について検討する。まず「身体への意識や愛着が増したこと」についてである。実際の授業において、香瑠鼓氏は特にJoint Control や Body Voice というメソッドを通して、積極的に受講者に対して自分自身の身体と対話することを促し、身体感覚からひろがる内的イメージに基づいて踊ることや、頭でどのように動くか考えるのではなく、素直に身体で反応して動くことを大切にしていた。このことで受講者は自分の身体や身体感覚を意識し、それらを詳細に把握するようになり、その結果として自分の身体に愛着を感じるようになったと思われる。

次に「日々の生活での発見が増えたこと」、「アイデアを考えることや人と話すのが得意になったこと」、「周囲の環境への意識が向上したこと」に関して検討する。香瑠鼓氏は特に、Air Stick, Say Everything や、Air, ビートボックスというメソッドを通して、自分の身体だけでなく、受講者の外側の環境（音楽や空間など）や、他者（共に踊る友人やダンサー達）を積極的に「受け取る」ことが大切であると繰り返していた。環境や他者を「受け取る」とは、それらとの対話を重視し、対話から受ける感覚を率直に表現していくことを意味する。このような環境や他者との対話を重視した授業を通して、受講者の環境や他者に対する

表5 項目ごとのt検定の結果

| クラスタ | 質問項目 | プレ平均値 (SD) | ポスト平均値 (SD) | t 値 | p | |
|------|--|---------------|----------------|------|------|------|
| 1 | 12. 普段自分の姿勢や呼吸など身体に意識を向けることがある | 3.95(1.13) | 4.56(.70) | 2.95 | .008 | 有意 |
| 2 | 7. 自分の身体は好きだ | 2.91(1.02) | 3.50(1.04) | 2.89 | .009 | 有意 |
| | 9. 普段、自分の周囲の環境（自分がいる空間・天気など）について注意深く考えることがある | 3.41(1.18) | 3.89(.87) | 1.81 | .084 | 有意傾向 |
| | 15. 日々の生活の中で発見が多い | 3.62(.97) | 4.06(.59) | 2.29 | .033 | 有意 |
| | 17. 新しいアイデアを考えるのは好きだ（得意だ） | 3.64(1.17) | 3.94(1.00) | 1.74 | .096 | 有意傾向 |
| | 23. ダンスにはテクニックが必要だ | 3.68(1.04) | 3.11(.92) | 2.06 | .052 | 有意傾向 |
| 3 | 5. 人と話すのは得意だ | 2.82(1.22) | 3.17(1.08) | 2.22 | .038 | 有意 |
| | 6. 人前に立つのが好きだ | 3.05(1.53) | 3.56(1.03) | 2.46 | .023 | 有意 |
| | 8. 表現活動は難しいと思う* | 3.95(1.13) | 3.36(.90) | 2.43 | .024 | 有意 |
| | 10. 表現活動には強い自己主張が必要だ | 2.77(1.15) | 3.28(1.01) | 1.90 | .071 | 有意傾向 |
| | 19. 踊ることは難しいと思う* | 3.59(1.22) | 3.09(1.02) | 1.98 | .061 | 有意傾向 |
| | 21. 優れた技術がなければ良い表現はできない* | 2.91(1.11) | 2.23(1.02) | 2.56 | .018 | 有意 |

* これらは逆転項目であり、クラスタ分析では逆転した数値を使用した。なおここでは理解のしやすさのためにもとの数値を使用した

意識に変化が生じ、日常生活の中での発見の増加やアイディアをうむ力の向上、他者とのコミュニケーションへの自信、周囲の環境への意識が向上したことに繋がったのであろう。

更に、「人前に立つのが好きだ」という項目の平均点が上がり、「表現活動や踊ることが難しいと思う」という項目や、「ダンスにはテクニックが必要だ」という項目、「優れた技術がなければ良い表現はできない」という項目の平均点が下がったことに関しては、香瑠鼓氏やアシスタントのダンサーたちの授業に臨む際の姿勢が強く関係していると考えられる。香瑠鼓氏もアシスタントのダンサー達も「ダンスを教える」という姿勢ではなく、「共に創る」「受講者の魅力を引き出す」という姿勢で授業に取り組んでいた。そのスタンスがうかがえる香瑠鼓氏やダンサーの感想文を表6に示す。このように、香瑠鼓氏やアシスタントのダンサーたちと共に、受講者自身が1人のダンサー・表現者として実際に踊ることによって、受講者はこれまでにダンスの経験がなくても踊ることができる自分達のダンスに自信を持ったのではないだろうか。その結果として「人前に立つことが好きだ」という項目の平均点が上がり、「表現活動は難しいと思う」という項目、「ダンスにはテクニックが必要だ」という項目、「優れた技術がなければ良い表現はできない」という項目の平均点が下がることに繋がったと考えられる。このことがうかがえる受講者の感想文を表7に示す。

ここで、「ダンスにはテクニックが必要だ」、「優れた技術がなければ良い表現はできない」という

表6 香瑠鼓氏とアシスタントのダンサーの感想文（抜粋）

| 名前 | 具体的な感想 | 日付 |
|------|---|-------|
| 香瑠鼓氏 | (受講者から)「生きる力」を学ぶ | 7月14日 |
| Mさん | みんなのパフォーマンスを見て、良かったので、表現者として負けずらいな部分が自分から出てきました。 | 5月26日 |
| Nさん | 人の数だけ発想があるので勉強になります。まだまだこれから回を重ねるごとに秘めているものが出てくるだろうと思います。 | 6月9日 |

表7 受講者の感想文（抜粋）

| 名前 | 具体的な感想 | 日付 |
|-----|--|-------|
| Dさん | メールで1人1人の良い所が来て嬉しかった。1人1人を先生方が見て下さっているのだなと実感した。 | 6月16日 |
| Nさん | 香瑠鼓さんに引き立てていただいて、一緒に踊って楽しかったです。自分の中にこんな動きがあるということに驚きました。 | 6月2日 |
| Hさん | (アシスタントのダンサーに)「長い間これをやってきたが、途中で笑ってしまったのは久しぶりだ」と言われたのが嬉しかった | 4月21日 |

項目について検討してみる。確かに質問紙の結果では、「ダンスにはテクニックが必要だ」、「優れた技術がなければ良い表現はできない」という項目の平均点は下がった。つまり授業を通して受講者は必ずしも優れた技術がなくても良い表現はできと思うようになったと考えられる。ここで想定されている技術とは回転や跳躍といったいわゆるダンスの身体的テクニックである。今回の授業を通して、「ダンスの身体的テクニック」は一度も香瑠鼓氏側から要求されるようなことはなかった。それらを使わなくても、受講者は自分たちの今のこの身体で他者と関わり合いながらのびのびと踊る楽しさを知ったのではないかと考える。ゆえにこれらの項目の平均点は下がったのではないか。一方、このような授業の中で、実際の受講者の感想文では、受講者がただ楽しむだけでなく、良い即興表現について模索する感想が数多く見られた。では、良い即興表現には何が必要なのだろうか。「優れたダンスの身体的技術」は必ずしも必要ないとしたら、そのとき即興表現にはどのようなことが必要なのだろうか。このことを仮に「即興表現における技術」と呼び、その内実を明らかにする。そこで、次節では受講者が捉える「即興表現における技術」というものが何であるか、その内実を受講者の感想文から検討する。

3-2 感想文の分析の結果と考察

受講者が実際の授業で捉えていた「即興表現における技術」の詳細を明らかにするためにKJ法による感想文の検討を行った。結果、作成されたカテゴリとその定義、言及した人数を表8に示す。まず感想文は、「認知的技術」と「身体的技術」の2つの上位カテゴリに大きく分類された。認知的技術には＜他者を位置づける＞、＜発想の転換＞、＜考えない＞、＜客観視＞、＜自分自身への集中＞、の5つの下位カテゴリが、身体的技術には＜多様な身体表現＞、＜柔軟性＞の2つの下位カテゴリが含まれる。

表8より、受講者が実際の授業で感じていた技術には様々なものがあり、その中でも最も多くの受講者（全体の62%にあたる8名）に言及されていたのが＜他者を位置づける＞であった。次に多かったのが＜多様な身体表現＞で、7名（54%）によって言及された。＜考えない＞については4名（30%）が言及し、＜客観視＞と＜発想の転換＞については3名（23%）、＜自分自身への集中＞と＜柔軟性＞については2名（15%）が言及した。

このことから、受講者が実際の授業の中で特に感じていた即興表現の技術とは、認知的技術である＜他者を位置づける＞と身体的技術である＜多様な身体表現＞であることが明らかになった。予めストーリーが決まっていな即興表現では、自分自身の表現を行いながらも、共に踊る他者とも

表8 受講者が捉える「即興表現における技術」に関するカテゴリとその定義

| カテゴリ | 定義 | 具体例 | 言及した人数 (%) |
|-------|----------|--|---|
| 認知的技術 | 他者を位置づける | 自分のストーリーの中で他者を位置づけることで、自分の表現したいことを表現しながらも、他者を感じ全体が一つの作品となるように踊ること。 | 今日は他者と関わって動くことが多く、楽しいながらも難しいと感じた。他者に入りこもうとすると自分のことがおろそかになってしまう。(Gさん, 6月9日) |
| | 発想の転換 | 物の見方を切り替えること。 | なかなか陳腐な発想でしか表現できず難しかったです。(Aさん, 6月23日) |
| | 考えない | どのように動くかを頭で考えすぎずに感じたままに動き表現すること。 | 長く経験を重ねれば、感覚的に頭を使わずできるようになるのだろうか。(Eさん, 6月9日) |
| | 客観視 | 観客からどのようにみえているか意識すること。 | 今までずっと、自分がどうするかということばかり考えてしまい、全体としてお客さんからどう見えるかというのを考えるに至ってなかったのですが・・・(略)・・・次回の発表ではそれが実践できるようにしたいです。(Bさん, 7月7日) |
| | 自分自身への集中 | 自分の内側に広がる内的イメージや自分の表現しようとしていることに集中すること。 | やはり目を開けた後に想像の世界に集中できなかった部分があり、残念だった。(Jさん, 6月9日) |
| 身体的技術 | 多様な身体表現 | テンポ・スピード・大小など様々な違った身体表現を生み出すこと。 | テンポ・スピード・音程・大小など、そうした要素を自在に変化させ緩急が付けられれば、表現の幅がぐんと広がると感じた。(Eさん, 6月16日) |
| | 柔軟性 | 身体の柔らかさ。 | それにしてもストレッチ、足が伸びない・・・。(Gさん, 6月23日) |

対話を行いつつ、その場でストーリーを構成していく必要がある。そのためにはまず、その場で自分の表現の中に＜他者を位置づけて＞いくことが必要となってくると考えられる。また即興表現では身体の動きに関してもその場で作り上げていく必要があるため、自分の表現したいことや他者との対話に対して、即時的に身体で反応していかなければならない。よって、表現したいことを即座にダンスとして表していくための＜多様な身体表現＞が必要となってくると考えられる。受講者はダンサーと共に踊る経験を通して、これらの技術の必要性を感じ取っていったのであろう。

では、質問紙においては「技術の必要性」はあまり認識されなくなったと示唆されたにも関わらず、感想文においてこれらの「技術への意識」が多く見られたのは何故だろうか。質問紙では「優れた技術がなければ良い表現はできない」という項目に加えて「ダンスにはテクニックが必要だ」という項目があったため(表4参照)、学生は主に身体的技術、例えば跳躍、回転等のダンスの技術について質問されていると考えたのではないか。一方で実際の感想文では、認知的技術の1つである＜他者を位置づける＞が一番多く言及されていた。ゆえに優れた技術がなければ良い表現はできないという項目の平均点は下がったが、実際の感想文からは、受講者はより良い即興表現(「自分

の表現に集中」しながらも、相手を「自分の表現に位置づけて」、対話しながら共に作品を創っていくこと)を目指して踊る中で、認知的技術の必要性を感じていたと考えられる。

4. 総合考察

本研究では、総合大学の大学生を対象に、即興ダンスの授業を導入し、その実践の効果を受講者のダンスや表現活動、日常生活に対する意識がどのように変化したのかといった点から実証的に検討した。質問紙や感想文を授業内容やダンサー達の授業への姿勢と関連づけて検討した結果、受講者はそれまで経験したことのない即興ダンスに意欲を持って取り組んでおり、1) 自分の身体に意識を向け、愛着を感じ、日々の生活で発見が多くなるなどの日常における認知的側面が変化したこと、2) 他者とのコミュニケーションに自信を抱くようになったこと、3) 人前に立つことに慣れ表現活動に対する抵抗感が和らぎ、必ずしも優れた技術がなくても良い表現ができると感じるようになったこと、が明らかになった。さらに、どのように受講者が即興表現と向き合っていたのかを明らかにするために、「即興表現における技術」という観点から感想文を分析した結果、受講者の捉える即興における技術として認知的技術(他者を位置づける、発想の転換、考えない、客

観視、自分自身への集中)と身体的技術(多様な身体表現、柔軟性)という2観点が見出された。更にこれらの技術の中でも、特に「他者を位置づける」と「多様な身体表現」が言及され、即興ダンスにおける技術には多様な側面が見られることが示唆された。

このような受講者の心理的变化をもたらした要因としては、全授業を通して重視されていた「対話すること」と、その対話を促すための「受けとるという姿勢」があげられる。香瑠鼓氏は、受講者に対してまず自分自身の身体と対話することを促し、その対話を通して生じた身体感覚から広がる内的イメージに基づいて踊ることや、頭でどのように動くか考えるのではなく、素直に身体で反応して動くことを積極的に指導していた。また、自分自身の身体だけでなく、音楽や空間などの受講者の外側に広がる環境や、共に踊る友人やダンサーや観客などの他者を積極的に「受けとり」、それに対して感じることを率直に表現していくことが大切であると繰り返していた。このように、自分自身や他者、自分の外側に広がる環境と「対話」することと、その対話のために、普段の生活では意識できていない自分自身の身体の声や相手や環境を様々な視点から、まず「受けとる」という姿勢を持つことが、受講者に上述したような心理的变化をもたらした一因であると考えられる。加えて具体的かつ段階的に、それぞれの対話に挑戦していくというステップを踏んだことが更に効果を促進するポイントであったと考える。

また、このことには香瑠鼓氏やアシスタントのダンサー達の授業に臨む際の姿勢も強く影響していると考えられる。香瑠鼓氏もアシスタントのダンサー達も受講者に対して「ダンスを教える」「正しい見本をみせる」という姿勢ではなく、「共に創る」「受講者の魅力を引き出す」「受講者との即興表現を楽しむ」という姿勢で授業に取り組んでいた。香瑠鼓氏やアシスタントのダンサーたちと共に、受講者自身が1人のダンサー・表現者として実際に対等に踊るということは、受講者の自信や、更なる即興表現の展開に深く関わると考えられる。

これらの知見は、心理学的手法を用いた実証的方法に基づいたものである。つまり、他の大学生に対する授業を開発・実践する上でも十分に参考になる一般化可能性の高い知見であると言えるだろう。また、複数の内容を含む質問項目を利用して受講者の変化を多面的に検討しており、今まで検討されなかった、「日常における認知的側面の変化」といった授業の効果に関する新しい観点を導き出した点は非常に有意義だと考えられる。ただし調査対象者の数が少ないことや、対象とした集団が東京大学の学部学生というある特定の限ら

れた集団であったことから、一般化を行う際には慎重な判断が必要であろう。この点については今後更なる実践と調査を行って補う必要がある。

また受講者の変化を、授業の構成・指導方法と関連付けて実証的に検討した点も本研究の独創的な点であろう。先述したように即興表現はダンス授業の中で敬遠されることも多い。その理由として指導の困難さが挙げられている^{*11}が、メソッドなどの「具体的な指導方法」と受講者の心理的变化などの「授業効果」との関係を実証的に検討した研究はあまり行われていない。この現状を踏まえて本研究では、授業構成や実施されたメソッド、講師やアシスタントのダンサーの姿勢などから受講者の変化が生じた理由を検討した。その結果、「対話すること」、「受け取ること」、「講師が受講者と対等な立場で取り組むこと」といった授業における重要なポイントを本研究は示している。これらの知見は先行研究で示唆された、即興表現を体験した人の変化(「仲間と楽しむ」、「自分を認める」)^{*16}とも関連しており、即興ダンスの授業を行う様々な場面において、上記した指導方法は有効に機能すると考えられる。

さらに本研究では、即興表現における技術の内幕の解明にも繋がる知見を提示した。受講者は「認知的技術」と「身体的技術」という2つの観点から即興ダンスにおける技術を捉えていた。この見解は熟達したダンサーが即興で踊るときに意識していることを明らかにした中野・岡田^{*22}の見解と概ね一致する。それゆえ、この2つの技術(認知的技術と身体的技術)は即興表現を行う上で極めて重要なものであるといえるだろう。その一方で両見解には「身体に任せる」(熟達したダンサーは有、受講者は無)、「柔軟性」(熟達したダンサーは無、受講者は有)といった部分的な差異も見られている。これらは熟達による差異であると考えられるため、今後即興ダンスにおける熟達を検討する際に考慮すべき要素だと言える。

なお、今回の授業は受講者にとっては大きな意味をもった体験であったと思われる。なぜなら、13回の授業を通して彼らが本当に楽しそうに生き生きと踊っていたのを見て取れたからである。一部の受講者はこの授業終了後も自主的に集まって踊り、大学祭(駒場祭)での公演を見事に成功させた。このようなエピソードは、この教育実践が単に授業時間の中だけではなく、学生達の生涯学習の一環として根付き始めていることを示唆している。

我々はこのような実践とそれに対する実証的研究のサイクルを更に重ねていくことで、より多くの人に即興表現を楽しんでもらいたいと願っている。そしてそれが、人々の豊かな表現力、創造力、更には「生きる力」につながっていくことを期待

している。

5. 謝辞

授業を行ってくださった香瑠鼓氏, そしてアシスタントを務めてくださった Ayako さん, 本間達也さん, 久住雄介さん, 松村香織さん, 美木マサオさん, 三浦勇太さん, 中島誠さん, 西村佳織さんに心から感謝いたします。

- *1 佐々木 健一 (1995). 美学辞典 東京: 東京大学出版会
- *2 細川江利子 (2010). 現代の舞踊における即興—山田せつ子 (1950-) を事例として— 埼玉大学紀要 教育学部, 59 (1), 59-71.
- *3 中野優子・岡田猛 (2011). コンテンポラリーダンスにおける即興プロセスの解明, 東京大学大学院学際情報学府修士論文
- *4 辻元 早苗 (2010). 即興する身体, 栗原 隆・矢萩喜徳郎・辻元 早苗 (編) 『空間と形に感応する身体』, 63-88. 仙台: 東北大学出版会
- *5 Ribeiro, M. & Fonseca A (2011). The empathy and the structuring sharing modes of movement sequences in the improvisation of contemporary dance. Research in Dance Education, 12, 71-85.
- *6 村田芳子・吉久一枝 (1994). ダンス教育における即興表現についての検討-特にコミュニケーションに着目して- 岡山大学教育学部研究集録95, 1-12.
- *7 相馬秀美 (2011). 月刊誌『体育科教育』から探る今日の舞踊教育の現状 遠藤保子・細川江利子・高野牧子・打越みゆき (編) 『舞踊学の現在—芸術・民族・教育からのアプローチ—』, 263-276. 京都: 文理閣
- *8 例えば, 宮本乙女 (2008). ダンス学習と即興性 女子体育, 50 (4), 20-25.
- *9 村田芳子 (2008). いま ここ わたし—動きの世界と即興性— 女子体育, 50 (4), 4-5.
- *10 村田芳子 (2009). 表現運動・ダンスの特性とその指導 女子体育, 51 (7・8), 8-9.
- *11 中村恭子 (2009). 中学校体育の男女必修化に伴うダンス授業の変容—平成19年度, 20年度, 21年度および24年度の年次推移から— (社) 日本女子体育連盟学術研究 2009 (26), 1-16.
- *12 縣拓充・岡田猛 (2010). 「創作の過程や方法を知る」美術展示及びワークショップの効果 美術教育学, 31, 13-27.
- *13 安藤幸・調枝孝治 (1998). 舞踊における即興(ソロ)—Referentを手がかりとして— 鳴門教育大学研究紀要 生活・健康編, 13, 1-9.
- *14 安藤幸 (1999). 舞踊即興者の動きの産出と意味付けの分析 鳴門教育大学紀要 (生活・健康編) 14, 1-8.
- *15 安藤幸 (2001). 即興の内容表明の有無が即興行動に及ぼす影響 鳴門教育大学紀要 (生活・健康編) 16, 1-6.
- *16 相馬 秀美・細川 江利子 (2007). 舞踊作品創作過程における即興の果たす役割に関する考察—イスラエルの振付家の事例から— 埼玉大学紀要 教育学部, 56 (1), 209-224.
- *17 柴真理子・塩瀬順子・須戸ゆか・原田純子・古川道代 (1991). ダンス学習の意義と創造性教育 日本体育学会兵庫支部体育学研究集録, 17, 43-56.
- *18 佐藤節子 (1996). 創作ダンス教育における創造性開発について 埼玉女子短期大学研究紀要, 7, 75-92.

- *19 國川聖子・村田芳子 (2003). ダンス授業の即興場面における“空間”の様相—中学校での授業分析を通して—日本体育学会大会号 54, 639.
- *20 振付家, アーティスト。1957年東京都生, 早稲田大学卒。「慎吾ママのおはロック」など, 歌, CM, 映画, 舞台等, 手がけた振付けは1000本以上。斬新で独創的な振付には定評があり, 特にCM界では“業界随一のヒットメーカー”の異名を持つ。国内外のダンス公演活動, シンガーソングライターとしてのライブ活動とともに障害を持つ方達へ即興を基本としたワークショップをライフワークとしている (<http://www.kaoruco.net/profile.html>) 2012/03/30現在。
- *21 香瑠鼓 (2012). 脳とココロとカラダが変わる 瞬感動∞ワークショップ 東京: 高陵社
- *22 中野優子・岡田猛 (2011). コンテンポラリーダンスにおける即興プロセスの解明, 日本認知科学会第28回大会発表論文集, 227-336.
- *23 村田芳子 (2005). ダンスの授業はここが楽しい 体育科教育, 53 (10), 14-17.
- *24 実際のパフォーマンスは即興的に行われるため, この部分の練習ではテーマやパフォーマンスの枠組みを決め, 試しに即興的に踊ってみるといったことが行われた。
- *25 その中には第3回から受講した参加者が2名いた。その2名には第3回の授業時にプレテスト質問紙を配布し記入してもらった。