

<実践研究（査読あり）>

# ダンス創作における効果的な指導法の研究 —ダンス専攻学生を対象とした運動的なアプローチを基にした プログラムの実践から—

Research on effective teaching methods for dance creation  
— From the implementation of a program based on movement approaches  
for students majoring in dance —

岩淵 多喜子<sup>1)</sup>, 八木 ありさ<sup>2)</sup>  
Takiko IWABUCHI, Arisa YAGI

## Abstract

The purpose of this study is to examine how the students perceive their learning through creative instruction using the "Program of Movement Approaches," an original program that combines the concepts of Laban Movement Analysis (LMA) with methods obtained from the author's own practical experience, mainly as a method for developing a vocabulary of movement, to examine the impact of this program on the students' awareness of their creative work, and to clarify the advantages and challenges of this program. The program used in this study consists of four methods: "Leading Point", "Transformation", "Negative Space" and "Nine Point". As a result of implementing this program for 30 university students majoring in dance, it was considered that the program in this study made positive changes in the subjects' awareness of expression, movement, and creation, and it was suggested that the program functioned to expand the movement vocabulary and awareness of movement quality in particular. In addition, the program's method, which limits the body parts and space, was effective in narrowing the participants' focus, deeping into their body awareness, and helping them break out of their movement routines, resulting in the discovery of new movements. The increase in the vocabulary of movements and the expansion of creative options were shown to promote an awareness of the expansion of images and ideas.

**Keywords:** dance, creation method, movement vocabulary, Laban Movement Analysis (LMA)

## I. はじめに

ダンスの創作の教育について世界に目を向けると、米国の高等教育にダンス専攻課程を創設したマーガレット・ドゥブラー<sup>(注1)</sup>は、身体表現における身体のムーヴメントそのものの学びの重要性を説き<sup>7)</sup>、またモダンダンス理論の父と呼ばれ、世界のダンス教育の発展に大きな影響を与えたルドルフ・フォン・ラバン（以下ラバン）<sup>(注2)</sup>も、表現の素材としての身体、ムーヴメントそのものを重視し<sup>15)</sup>、英国をはじめとした欧

米ではラバンの思想を元にしたコレオロジイ（舞踊論、舞踊構造）の概念からの「創作法」が大学等のダンスの専門教育機関で体系的に教えられている<sup>14)</sup>。一方、我が国のダンスの創作法の教育について、寺山<sup>13)</sup>は、教科体育においては、ダンスの特性の中でも教育的価値が高い側面を抽出し集約することを余儀なくされているため、「表現」以外の他の特性が軽視されている現状があると指摘している。また大貫<sup>9)</sup>は、日本のダンス教育が大切にする「表現」ありきの授業展開の難しさについて言及し、橋本<sup>2)</sup>は、「表現」に囚われることなく動きそのものの面白さからゲーム感覚で様々な身体・身体の動きそのものと出会っていくことの重要性を説いている。小松<sup>6)</sup>も、日英のカリキュラムの

<sup>1)</sup> 日本女子体育大学体育大学体育学部（講師）

<sup>2)</sup> 日本女子体育大学体育大学体育学部（教授）

学習内容を比較した研究において、具体的な題材を表現に偏らない、運動そのものの探求を日本の舞踊教育に取り入れることの重要性を指摘している。

このように我が国におけるダンスの創作法の教育については、身体や動きに関するアプローチの必要性が指摘されているものの、具体的に身体や動きに重きを置いた創作法に関する実践的な研究例は少なく、これまでに橋本<sup>2) 3) 4)</sup>や高野<sup>12)</sup>がラバンのシステムの概念を用いて研究を行い、その効果について報告しているが、ラバンのシステムを用いての授業では、ムーヴメント言語や記述の使用によるムーヴメントの繋ぎの難しさや、記号を覚えることや暗記に対する苦手意識等の問題点も指摘されている<sup>2) 11)</sup>。また、これらの研究はいずれも対象が学校体育の授業の枠組みの中でのものとなっており、ダンス経験者を対象とした実践的な研究は殆どされていない。三輪ら<sup>8)</sup>は大学における舞踊教育の実態として、芸術教育系の大学では、ダンスアーティストである実務家教員による経験値を使った指導が行われているが、創作プロセスを検証可能な方法で明示した文献は殆ど見当たらないとし、ダンス経験者向けの教材とその検証の必要性を指摘している。筆者<sup>5)</sup>の舞踊学を専攻するダンス経験者を対象にした「創作」に対する意識調査に関する研究においては、創作に対する好嫌感にネガティブな影響を与える主な要因として、動きのボキャブラリーの不足が最も大きく、ダンス経験者を対象としたダンスの創作の授業では、手法、特に動きのボキャブラリーの開発と構成法についての幅広い知識と具体的な方法を提示していくことが必要であることが明らかとなっている。

そこで、本研究では、主に動きのボキャブラリーを開発するための方法として、ラバンムーヴメントアナリシス (LMA) の概念に筆者自身の実践的な経験から得た手法を加えた独自プログラム「運動的なアプローチのプログラム」を用いた創作指導を通じて、受講者が本授業での学びをどのように捉えたかを抽出し、当該プログラムが受講者の創作に関する意識に与えた影響を検討すると共に、本プログラムの利点と課題を明らかにし、ダンス経験者を対象としたダンス創作指導法の開発の一助とすることを目的とした。

## II. 調査方法

本研究の調査方法について、1 調査対象、2 授業で用いたプログラムの基本概念及び内容、3 測定項目及び手続きの順に示す。

### 1 調査対象

日本女子体育大学ダンス学科3年次選択科目「創作Ⅱ」受講学生32名のうち、運動的なアプローチのプログラム（第4回目から第10回目）を履修し、研究参加の同意と質問紙の回答が得られた30名を調査対象とした。尚、本調査は、調査時に対象者に対して調査用紙に記載された倫理的配慮の説明を行い、任意参加、情報保護、学業成績評価には影響のないことなどの事

項について理解を得た上で行われた。

## 2 授業で用いたプログラムの基本概念及び内容

### 2-1) 授業で用いたプログラム内容の基本概念

ラバンムーヴメントアナリシス（以下LMA）を構成するムーヴメントの概念は、「Body」、「Effort/Dynamics」、「Shape」、「Space」の4つを柱とし、それぞれの概念は下記のように示されている<sup>16)</sup>。

- Body – 身体部位の関係性、フリーズ、動きのきっかけなど
- Effort/Dynamics – エネルギー量、動きの質
- Shape – 身体の形、形づくり過程
- Space – 個人的な空間、空間の引力、方向、他の空間との関係性

本研究ではLMAの概念に筆者自身の実践的な経験から得た手法を加え、「リーディングポイント」、「トランスフォーメーション」、「ネガティブスペース」、「ナインポイント」として実施した。LMAの4つの概念のうち「リーディングポイント」はBodyに、「トランスフォーメーション」と「ネガティブスペース」はShapeに、「ナインポイント」はSpaceに主に該当する手法である。

以下、各手法について説明する。

- ①「リーディングポイント」－動きの初動のきっかけとなる身体部位。他の部位に先んじて動きを導いていく点。リーディングポイントを意識することにより、同じアクションでも、頭頂、肘、膝からなど、多様な動きを生み出すことが可能。
- ②「トランスフォーメーション」－形を移すこと。身体の形や動きを、面や方向、大きさを変えたり、異なる身体部位で行うことにより多様な変化を生むことができる。完全な形や動きを移すだけでなく、形や動きを断片的に移すなども可能。
- ③「ネガティブスペース」－身体の場合は身体をポジティブスペース、身体を取り囲む空間をネガティブスペースとし、静止あるいは動く身体や物体に対して、ネガティブスペースのアプローチを様々に変化させることで多様な形や動きを生むことが可能。
- ④「ナインポイント」－体全体が入る程度の直方体の中央に立っていると仮定し、地面の高さ（下段）、重心の高さ（中段）、頭部より少し上の高さ（上段）の3つのレベルに水平面を想定し、各面の頂点と中心点及び各辺の中心に、1から9まで番号を割り当てる。1つの面に9つのポイント、直方体全体で計27のポイントがあると仮定し、それぞれのポイントにどの身体部位で、どのようにアプローチするかということを基本的な考えとして動きを発見していく。尚、直方体のサイズは自在に変えられるものと仮定する（図1）。

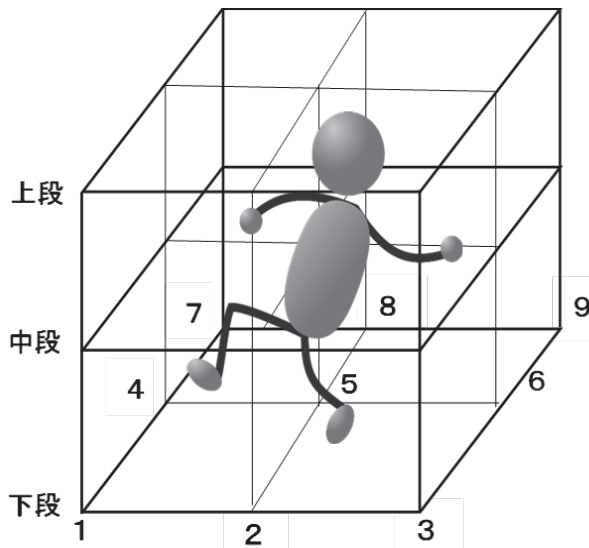


図1 ナインポイントの説明図

## 2-2) 授業の流れ及びプログラムの内容

### 【授業の流れ】

「創作Ⅱ」の授業は全15回実施した。第1回目に本授業の全体の流れについて説明し、本授業では、まず前半に創作に関する様々な手法について学び、その後「音楽からの創作」、「テーマから（詩から）の創作」、「自由創作」といった作品創作課題を実施する旨を伝えた。表1に「創作Ⅱ」の授業の概要を示す。

表1 創作Ⅱ 授業の概要

回	内容
1	授業の流れの説明/授業前質問紙調査
2	オリエンテーション①
3	オリエンテーション②
4	運動的アプローチ① リーディングポイント①
5	運動的アプローチ② リーディングポイント②
6	運動的アプローチ③ トランスフォーメーション①
7	運動的アプローチ④ ネガティブスペース①
8	運動的アプローチ⑤ ネガティブスペース②
9	運動的アプローチ⑥ ナインポイント①
10	運動的アプローチ⑦ ナインポイント②
11	運動的アプローチに関する質問紙調査/音楽とダンス①
12	音楽とダンス②
13	作品創作、構成についての説明 / 詩からの創作①
14	詩からの創作②
15	創作課題テスト/授業後質問紙調査

本研究の対象である運動的アプローチのプログラムは、第4回目から第10回目までの計7回において実施し、第4、5回目に「リーディングポイント」、第6回目に「トランスフォーメーション」、第7、8回目に「ネガティブスペース」、第9、10回目に「ナインポイント」を行った。運動的アプローチの授業は毎回、各手法の概念についての説明→各手法の概念を使っている個々やペアでの即興を主としたエチュード→短いフレーズの

コンポジション→見せ合い→発展のさせ方の可能性についての例示の順で行った。

尚、本プログラムはダンス経験者に向けた実践的なプログラムを意図し、LMAを用いたプログラムで通常用いられる身体の動きや記号についての記述は行わず、各手法の概念を用いて様々に条件を変えた即興を主としたエチュードにより概念の身体への定着を試み、その後コンポジションへと進んだ。

### 【プログラムの内容】

以下に各プログラムの概要を記す。

- ①「リーディングポイント」－身体の特定の部位が起点となって動きを導く（リーディング）感覚を習得するために、ペアで、一人が相手の身体部位と動かす方向について手で触れて指示を出し、もう一人は触れられた部位を指示された方向に次の指示が出るまで動かし続けるエクササイズからはじめる。その後、手以外の箇所を使って指示、言葉による指示、触れることができる以外の場所（内臓や骨など）への指示、指示無しで自身で動かす部位と方向を決めて動き続けるというように条件を順次発展させ、その後、創作エチュードとして「リーディングポイントの概念を使って、身体部位を切り替えながら平仮名で名前を書き、動きのフレーズを創る」を行った。
- ②「トランスフォーメーション」－動きを置換するという基本概念を習得するために、まず、二人組で止まった形（ポーズ）の置換からはじめ、ポーズ全体の置換、部分的な置換、腕のポーズを脚に移すなど他の身体部位への置換、面や軸の置換などを行い、置き換える反応速度を徐々に早くし、流れのある動きの置換へと順次発展させる。その後、創作エチュードとして「リーディングポイントで作ったフレーズをAとして、その動きを腕だけで、上半身だけで、脚だけで、仰向けで、うつ伏せでの条件の中から一つ選んで置換しA'を創る」を行った。
- ③「ネガティブスペース」－ポジティブスペースとネガティブスペースの基本概念の習得のために、二人組で一人（A）が形を変えながら即興でゆっくり動き、もう一人はAのネガティブスペースを目視で観察、確認後、Aに触れないようにネガティブスペースに入りAと同調して動く。その後、目を閉じて、緩急の変化を付けて、二人組以外のグループで、空間を移動しながらなど条件を徐々に発展させてエチュードを行った後、創作エチュードとして「リーディングポイントで創った名前のフレーズをポジティブとして、そのフレーズに対するネガティブスペースを使った動きを創り、デュエットに仕上げる」を行った。
- ④「ナインポイント」－直方体における27のポイントとその点へのアプローチの仕方を習得するために、下段、中段、上段のそれぞれの9つのポイント（全27点）を手で触り番号と位置を確認する。その後、押さえる身体部位を肘、膝、頭部等、様々変化させ、点へのアプローチの仕方もできるだけ同じ動きを繰



り返さないように変化させ動く。その後、正面を変える、直方体を複数人で共有する、仮想する直方体が様々な大きさに変化できることを理解した後、創作エチュードとして、「自分の電話番号を使っての創作。（11個の動作を繋げる。0は1-9の番号から自分で自由にあてはめる）」、「中央点（図1の中段

5番の点）を除く全26点に数字の代わりにアルファベットを一字ずつ割り振り、自分の名前のアルファベットを身体部位を変えながら押さえていくルールを用いてフレーズを創る」を行った。  
表2に運動的アプローチのプログラムを実施した第4回から第10回までの授業内容の詳細を示す。

表2 【創作Ⅱ】運動的アプローチの授業内容

時	内容	学習内容の詳細
4	リーディングポイント①	リーディングポイントの概念の説明 ① 2人組で1人が相手の身体部位と動かす方向を手で触れて指示を出し、もう1人はその指示に従って動く。 ② ①を何回か交代し合った後、指示出する人は手以外の場所も使いながら指示を出し、デュエットを踊っている意識で動く。 ③ 教員が声で身体部位と方向を指示、指示する身体部位は手や膝、頭頂部など外から触れられる部位から内臓などの触れられない部位に発展させる。その後、教員は身体部位のみを指示し方向は学生が自分で決める。次に学生が身体部位と方向を自分決めて動く(即興)と徐々にワークを発展させる。 ④ リーディングポイントの考え方を使得、平仮名で名前を書きフレーズを創る。(即興で動きを探し、良さそうな動きを選択して繋げ、徐々に動きの緩急や空間性を考慮しながら動きを定め、明確にしていく)
5	リーディングポイント②	ウォームアップと復習(リーディングポイント①のエクササイズ③、④) ① 2人組で自分のフレーズを教え合う。 ② ペア3組で1つのグループを作り、グループごと動きを見せ合い意見交換。 ③ 6人で個々の動きやペアの動きを繋げたり、組み合わせたりして2分程度の流れ(構成)を考える。 ④ グループごとに見せ合い意見交換。
6	トランスフォーメーション①	トランスフォーメーションの概念の説明 ① 2人組で動きの模写。1人が動きを提示し、もう1人が素早く模写。 ② 1人がポーズで形を作り、もう一人が素早くその形を自分の他の身体部位に置換。 ③ 慣れてきたら1回ずつ止まらずに反応速度を上げて繋ぎの時間を短くしていく。 ④ 他の部位に移す以外の方法も試す。(面を変える、形を部分的に取り出すなど) ⑤ リーディングポイントで作った名前のフレーズを、腕、上半身(立位、腹ばい)、脚(立位、座位)、床を使った動き(仰向け、うつ伏)にそれぞれ置換する。同じ条件を選んだ人でグループになり見せ合う。 ⑥ 元の名前のフレーズをA、置換したフレーズをA'とし、教員の合図に合わせてA→A'に切り替え、次の合図でAに戻るなど、普段とは異なった動きの繋がりを体感する。
7	ネガティブスペース①	ネガティブスペースの概念の説明 ① 2人組で1人(A)は形を変えながら即興でゆっくり動き、もう1人(B)はAのネガティブスペースを目視で観察。その後ネガティブスペースを手を使って囲うなどして確認。 ② BはAのネガティブスペースに入り、Aに触れないように動く。その際Aの動きを妨げないように、呼吸を合わせて同調するように動くこと、またAが高い空間で動く時には低い空間といった、Aと逆の発想持ちながら動くこととネガティブスペースが見つけやすくなることを意識する。Aは身体の軸を変化させ、腕、脚を拡げて大きく動くこととネガティブスペースが拡がり、Bが入りやすくなることを伝える。 ③ Aは目を閉じて行う。 ④ スローモーションやとても速くなど色々な速度で行う。 ⑤ 言葉での合図無しで相手を感じて同時に止まる。同時に動く。 ⑥ 空間移動も加えながらネガティブスペースに入ったり出たり、自由度を増して行う。 ⑦ 4人組で空間移動をしながらポジティブスペースとネガティブスペースを自由に交代しながら動く。
8	ネガティブスペース②	ウォームアップと復習(ネガティブスペース①の②を使得) ① 2人組で、リーディングポイント①で創った名前のフレーズをポジティブとして、そのフレーズに対するネガティブスペースを使った動きを作り、デュエットに仕上げる。 ② 出来上がったデュエットの動きを2人組みで、またそれぞれのソロとしてなど、色々な利用の仕方を考える。 ③ 応用として、離れている人や周りの環境、物に対して等、人に限らず色々な形のある対象に対してネガティブスペースの概念が利用できることを即興を通じて体験し、理解する。
9	ナインポイント①	ナインポイントの概念の説明 ① 床レベル、中段レベル、上段レベルのそれぞれの9つのポイント(全27点)を手で触り番号と位置を確認する。 ② 床レベルの9点について、教員が言う番号に合わせて足で押さえていく。同じ動きを出来るだけ繰り返さないように通り道を変えることを意識する。何度か繰り返した後、押さえる身体部位を手、肘、膝等、様々変化させる。 ③ 上記②の床レベルで行ったことを中段、上段でも同様に行う。 ④ 教員が伝える番号に沿って、押さえる身体部位と高さレベルは自分で決めて動く。 ⑤ 2人組で向き合って同じ直方体を共有して④を行う。 ⑥ ナインポイントの概念を使得自分の電話番号を使得の創作。(11個の動作を繋げる。ゼロは1-9の番号の中で自分で自由にあてはめる。)出来た動きを見せ合い意見交換。
10	ナインポイント②	ウォーミングアップと復習(ナインポイント①の④を使得) ① 中央点(図1の中段5番の点)を除く全26点に数字の代わりにアルファベットを1文字ずつ割り振り、自分の名前のアルファベットを身体部位を変えながら押さえていくルールを用いてフレーズを創る。 ② 創ったフレーズ見せ合う。その後、2人組、3人組で同じ方向で行ったり、面を変えたり、直方体を共有したり等、条件を変えながら色々な利用の仕方を試す。 ③ 直方体の大きさは自由に換えられることを説明し、身体がぎりぎり入る位の小さな直方体の中に入ると想定し、頭、肩、胸、腰、膝等、身体部位を色々変化させ、部位を独立させてアイソレーション的に動かす方法等も取り入れられることを体験し、理解する。 ④ ③の条件で、9-⑤で実施した電話番号のルールを使得フレーズを創作。出来た動きを見せ合い意見交換。

### 3 測定項目及び手続き

#### 3-1) 対象者の属性及びダンス創作歴に関する調査項目

授業第1回目にオリエンテーションを行い、その後、授業前質問紙調査を実施した。調査内容は、対象者の属性を調べる項目として「年齢」、「ダンス歴」、「現在最も専門に行っているダンスジャンル」、「ダンストレーニング時間／週」、「将来の展望」、ダンス創作歴に関する調査項目として「これまでに創作した作品数」に対する回答を得た。

#### 3-2) 運動的プログラムの実施前後の表現、創り方の変化についての調査項目

ダンス創作に対する本研究の運動的アプローチのプログラムの影響を検討するため、プログラム実施後の第11回目の授業時に質問紙調査を行い、①「授業受講前から自分の表現や動き、創り方が変化したと感じますか？（4件法：とても変わった、少し変わった、殆ど変わらない、全く変わらない）、②「上記①の質問に対し、「とても変わった」、「少し変わった」と回答した人は具体的にどのような事が変わったと感じるか、「殆ど変わらない」、「全く変わらない」と回答した人はなぜ変わらないと感じるか（記述式）」についての回答を得た。

## Ⅲ. 分析方法

得られた回答の基礎統計量の計算はMicrosoft Excelにより行った。「授業受講前から自分の表現や動き、創り方が変化したと感じますか？（4件法）」の質問に対し、具体的にどのような事が変わったと感じるか（あるいは変わらないと感じるか）についての記述式の回答に関しては、本プログラムの創作指導が受講者の意識に与えた影響とプログラム中のどの手法と関わる変化であったかを検討するために、質的分析法であるKJ法による手法を参考に意味内容ごとに切片化し、ラベルづくり、カテゴリー分け、文書化を行った。またグループ編成からカテゴリー分けについては、ダンスを専門とする大学教員2名で回答を分類し、分析を行った。

## Ⅳ. 結果

### 1 対象者の属性及びダンス創作歴

本研究の対象者の属性に関する項目については、平均年齢 $20.1 \pm 0.3$ 歳、平均ダンス歴 $14.3 \pm 3.2$ 年、平均トレーニング頻度は $8.1 \pm 4.4$ 時間／週であった。また「現在最も専門に行っているダンスジャンル」については、30名中ジャズダンスが13名（43.3%）と最も多く、次いでコンテンポラリーが8名（26.7%）、ストリートダンスが3名（10%）、クラシックバレエ、ソングリーディングが各2名（各6.7%）、モダンダンスが各1名（3.3%）であった。「将来の展望（就きたい職業）」については、30名中、ダンサーが19名（63.3%）、振付家・

演出家が2名（6.7%）で、ダンサーと振付家・演出家を足した実演家を志望する学生が全体の7割を占め、次いでインストラクターが3名（10%）、一般企業が5名（16.7%）、その他が1名（3.3%）であった。また、創作歴に関する項目「これまでに創作した作品数」についての結果は平均 $4.4 \pm 3.4$ 回であった。

### 2 運動的プログラムの実施前後の表現、創り方の変化について

「授業受講前から自分の表現や動き、創り方が変化したと感じますか？（4件法）」の結果は、対象者30名のうち「変わった」という回答（「とても変わった」と「少し変わった」を合わせて）が100%で、「殆ど変わらない」、「全く変わらない」との回答は無かった。

また、上記の質問について「とても変わった」、「少し変わった」と回答した人について、具体的にどのような事が変わったかについての回答（記述式）をKJ法による手法を参考に分析した結果、61のラベルが抽出され、受講による変化と関わる9つのカテゴリー（ボキャブラリーの増加、知識の効果、緩急の使い分けの変化、空間の使い方の変化、条件の効果、発想の転換、イメージの変化、課題、その他）、17のサブカテゴリー（ボキャブラリーの増加、繰り返しの減少、気づき、創りやすさ、独自性、はやさ、強さ、空間の使い方の変化、制限、追求、動きから、型からの発展、イメージの広がり、視点の変化、課題、展望、その他）に分類された。「授業受講前から自分の表現や動き、創り方が具体的にどのように変わったか」に対するKJ法による分類についての結果を表3に、代表的なラベルの例を表4に示す。

最も多いラベル数からなるカテゴリーは「ボキャブラリーの増加」で、全体のラベル数61中13ラベル（21.3%）であった。記述の詳細を見ると、「イメージできる動きのレパートリーが増えたと思った」、「動きのバリエーションが少し増えたと感じた」等、直接的に「動きのボキャブラリーの増加」を示す表現と、「同じ動きを繰り返すことが減った」といった「繰り返しの減少」、「自分が創作する際、今までやったことのあるレパートリーに頼ってしまいがちという傾向に気づけた」といった「気づき」に関するものが認められた。

次に大きなカテゴリーは8ラベル（13.1%）の回答を得た「知識の効果」であった。「どの方向にいけばいいのか→9ポイント、形の多様性→トランスポジション、動きの大きさ→リーディングポイントというように今までの悩みが解決できるようなことを学ぶことができた。考えやすくなった」、「新しい動きを考えたいという時に、リーディングポイントやトランスフォーメーションを意識して様々なアイデアを生み出せるようになった」など、本プログラムで扱った手法の名称や概念について直接的に言及し、そこから得た知識が創作のしやすさに繋がったと考えられる「知識の効果」に関するものと、「リーディングポイントなども少しですが意識すると滑らかで不思議な踊りになると思いました」といった、手法が「動きの独自性」

表3 「授業受講前から自分の表現や動き、創り方が具体的にどのように変わったか」  
の問いに対する回答のKJ法による分類

カテゴリー	ラベル数	全体のラベル数に 対する割合(%)	サブカテゴリー	ラベル数
ボキャブラリーの増加	13	21.3	ボキャブラリーの増加	9
			繰り返しの減少	2
			気づき	2
知識の効果	8	13.1	創りやすさ	6
			独自性	2
緩急の使い分けの変化	8	13.1	はやさ	5
			強さ	3
空間の使い方の変化	7	11.5	空間の使い方の変化	7
条件の効果	7	11.5	制限	4
			追求	3
発想の転換	7	11.5	動きから	3
			型からの発展	4
イメージの変化	5	8.2	イメージの広がり	3
			視点の変化	2
課題	3	4.9	課題	1
			展望	2
その他	3	4.9	その他	3

\*全体のラベル数=61

に繋がったと述べているものがあつた。

同じく8ラベル(13.1%)の回答を得た「緩急の使い分けの変化」の項目については、「前はゆっくり動くことで時間を埋めようとしていたが、緩急をつけるようになった」といった「はやさ」、つまり時間性について述べられているものと、「動きの強弱が付けられるようになったと思う」といった「強さ」、つまり動きの力性、ダイナミクスに関して述べられているものがあつた。

続いて7ラベル(11.5%)の回答を得た「空間の使い方の変化」については、「空間の広げ方や自分の内側に対する動きのアプローチの方法が増え、面で踊る以外の表現を学ぶことが出来た」、「前より高低差が出てきた気がする」といった空間の使い方の変化についての記述であつた。

「条件の効果」については7ラベル(11.5%)の回答であつた。「今までは、体全体を使って振りを作る感じがあつたが、あえて制限することによって新しい動きの発見をすることが出来た」といった、条件やルールを制限することにより、今までにはない動き方や新しい体の使い方を発見できたことを示す「制限」に関する記述と、「今までは踊っている間に気が変わって、決めた方向性と全く違うニュアンス、動きに変わってしまう傾向があつたのに対して追求している姿勢があつた」といったように、意識する点の焦点が絞られ、より深く一つのことに追及することができたということを示す「追求」についての記述が見られた。

「発想の転換」については同じく7ラベル(11.5%)の回答があつた。「振りを考えるとき「まず頭の中で考える」という感じだったが「まず動いてみる」という考え方に変わった」という「動きから」に関するも

のと、「今までは技を入れないとダメだと思っていたけれど、何をやっても良いということに気づけた」、「フォームにとらわれすぎずに創れるようになった」等、「型からの発展」に関するものがあつた。

5ラベル(8.2%)の回答だつた「イメージの変化」については、「創作する時の発想がより広がつた」という「イメージの広がり」に関するものと、「前→水になりきる(音など)、今→水を想像して踊るようになつた」という「視点の変化」に関するものがあつた。

その他、「課題」については3ラベル(4.9%)の回答で、「より自分らしい動き、自分にしかできない動きを使いたいと思うようになった」という、自分らしさやオリジナリティを求めるポジティブな今後の「展望」に関するものと、「正直なところ授業で習ったことを活かすことがさほど出来なかつた。まだ染み込んでいないと感じた」という「課題」に関する記述があつた。

## IV. 考 察

本研究の目的は、主に動きのボキャブラリーを開発するための方法として、ラバナムーヴメントアナリシス(LMA)の概念に筆者自身の実践的な経験から得た手法を加えた独自プログラム「運動的なアプローチのプログラム」を用いた創作指導を通じて、受講者が本授業での学びをどのように捉えたかを抽出し、当該プログラムが受講者の創作に関する意識に与えた影響を検討すると共に、本プログラムの利点と課題を明らかにし、ダンス経験者を対象としたダンス創作指導法の開発の一助とすることであつた。

まず、運動的なプログラムの実施後の表現、創り方の変化に関する「授業受講前から自分の表現や動き、創



表4 「授業受講前から自分の表現や動き、創り方が具体的にどのように変わったか」に対する KJ 法による分類

カテゴリー（ラベル数）	サブカテゴリー（ラベル数）	代表的な記述例
ボキャブラリーの増加(13)	ボキャブラリーの増加（9）	イメージできる動きのレパートリーが増えたと思った。
		動きのバリエーションが少し増えたと感じた。
	繰り返しの減少（2）	同じ動きを繰り返すことが減った。
		「自分がやりがちな動き」が全体的に減った。
	気づき(2)	自分が創作する際、今までやったことのあるレパートリーに頼ってしまいがちという傾向に気づけた。
即興になると知っているレパートリーになりがち。		
知識の効果(8)	創りやすさ(6)	どの方向にいけばいいのか→9ポイント 形の多様性→トランスポジション 動きの大きさ→リーディングポイントというように今までの悩みが解決できるようなことを学ぶことができた。考えやすくなった。
		困った時に、授業で行ったリーディングポイントなどを使って動くようになった
		初回では動きに迷いがあり面白さに欠けていた。しかし、今回の「水」ではトランスフォーメーションなど置き換えなどにより、動きに迷いがなくスムーズに発想ができたので、動きやすい2分間だったことが変わった点だと思う。
		生まれた動きを活用するための方法を学ぶことが出来たため、創作しやすくなった感覚があった。
		これまでイメージや直観で創ってきっていて、知識が備わったことで、より客観的に自分の振付けを見られるようになった。
独自性(2)	リーディングポイントなども少しですが意識すると滑らかで不思議な踊りになると思いました。	
	授業でトランスフォーメーションを学び、新たな動きの発見や、思考を取り入れたことにより、自分の踊りに少しだけ重みや深みが出てきたように感じる。	
緩急の使い分けの変化（8）	はやさ（5）	前はゆっくり動くことで時間を埋めようとしていたが、緩急をつけるようになった。
	強さ（3）	動きの強弱が付けられるようになったと思う。
空間の使い方の変化（7）	空間の使い方の変化（7）	小さな範囲でしか踊れていなかったが、今回広い範囲を工夫しながら使うことができ、空間の使い方が変化したと感じた。
		前より高低差が出てきた気がする。
		空間の広げ方や自分の内側に対する動きのアプローチの方法が増え、面で踊る以外の表現を学ぶことが出来た。
条件の効果（7）	制限（4）	少し制限をかけて考えたこと。
		今までは、体全体を使って振りを作る感じがあったが、あえて制限することによって、新しい動きの発見をすることが出来た。
		自分で条件や制限をつけてから動くということを実践できるようになった。
		形をつくるようになったとしてもその形のなかで動き続けることができるようになったと思う。
	追求(3)	今までは踊っている間に気が変わって、最初に決めた方向性と全く違うニュアンス、動きに変わってしまう傾向があったのに対して、追求している姿勢があった。
発想の転換（7）	動きから（3）	振りを考えるとき「まず頭の中で考える」という感じだったが「まず動いてみる」という考え方に変わった。
		苦手意識なく色々な動きにはいれるようになったと感じる。
		今までは創るときに「イメージとずれてしまっているかもしれない。」とか「もっと面白い動きにしたいのに」とか、様々な邪念があったけれど、自分が思うように動いてみることも大切だと授業を通して感じたため、今回はあまり色々なことを考えずに動けたと思う。
	型からの発展（4）	以前に比べ、きれいにまとめることを考えなくなった点が変わったと思う。まとめようとする意識が強いあまり、かえって動きの硬さや頭の硬さも生んでいて逆効果だった。しかし、そう考えなくなって、柔軟に身も心も使えるようになったと感じた。
		今までは技を入れないとダメだと思っていたけれど、何をやっても良いということに気づけた。
イメージの変化（5）	イメージの広がり（3）	創り方に関して、前回よりも広いイメージで捉えることが出来た。水の創作のワードも似ているものばかりでなく、対照的な言葉を思いついた。
	視点の変化（2）	前→水になりきる（音など）、今→水を想像して踊るようになった。
課題（3）	課題(1)	正直なところ授業で習ったことを活かすことがさほど出来なかった。まだ染み込んでいないと感じた。
	展望（2）	より自分らしい動き、自分にしかできない動きを使いたいと思うようになった。
その他（3）	その他（3）	実際に創る時にはまだ直観の方が先立ってしまいがちなので、もっと頭を柔軟に使って創れるようにになりたい。
		観ている人に伝えようとする「意識」があるだけでも、踊りは変わるんだなと思った。
		前は恥ずかしいというのが全身からでていたけれど、今は少し落ち着いた。
		最近練習している振りや見た作品の影響を受けていると感じる。

・ラベル 61 カテゴリー 9 サブカテゴリー 17  
・網掛けの箇所は否定的な意味と捉えられる記述

り方が変化したと感じますか？」の質問に対して、「とても変わった」、「少し変わった」という回答が100%であり、「具体的にどのように授業受講前から自分の表現や動き、創り方が変化したとを感じるか」に関してのKJ法による分類で抽出された61のラベルのうち58が肯定的な変化の内容と捉えられるものであったことから、本研究で実施した運動的プログラムは全体として対象者の表現や動き、創り方への意識に肯定的な変化を与えたものと考えられる。

以下、「具体的にどのように授業受講前から自分の表現や動き、創り方が変化したとを感じるか」に関しての質問から抽出された各カテゴリーについて検証し、当該プログラムが受講者の創作に関する意識に与えた影響について考察する。

### 【ボキャブラリーの増加について】

全体のラベル数61中13ラベル(21.3%)を示した「ボキャブラリーの増加」については、受講者30名中13名(43.3%)がこのカテゴリーを含む記述をしており、本プログラムで実施した運動的アプローチは受講者の動きの種類の拡大への意識に影響を与えたものと考えられる。また記述の詳細において、直接的に「動きのボキャブラリーの増加」を示す表現と「繰り返しの減少」を通じて多様化を示しているものに加えて、まだ実際の動きのボキャブラリーの獲得には至っていないかもしれないが、自分の動きの傾向についての「気づき」に関するものが認められたことから、ボキャブラリーが増大すると感じられる過程には、自分の動きへの気づきの段階、意識化し修正する段階、新たな動きのボキャブラリーの獲得の段階があることが示唆された。

### 【知識の効果について】

次に大きなカテゴリーを示した「知識の効果」については、「知識の効果」に関するものと、「動きの独自性」に関する記述が認められた。ここでいう知識とは学習された個別の手法(メソッド)が活用できることを示す。ラバンの運動分析の概念を使ったLMAでは通常ムーブメント言語/記号の記述が用いられ、過去のLMAの概念を使った研究<sup>2) 3) 4) 6) 11) 12)</sup>においても程度の差はあるもののムーブメント言語/記号の暗記や記述を含むプログラム内容となっている。本研究ではムーブメント言語/記号の記述はプログラムに組み入れていないが、手法の名称や概念についての直接的な言及、また学習した個別の手法(メソッド)の活用が創作のしやすさや動きの発見への意識に繋がっていると思われる記述が認められたことから、ムーブメント言語/記号の記述を含まない本研究のプログラムにおいても、手法の概念の理解とそれを創作に活用する力、つまり「知識の効果」に関する一定の効果が得られているものと考えられる。

### 【緩急の使い分けの変化について】

「緩急の使い分けの変化」においては、時間性を意味する「はやさ」と動きの力性を意味する「強さ」に

ついて変化をつけられるようになったとの言及があり、「空間の使い分けの変化」の記述からは空間性に対しての意識の広がりが見られた。ここで示された動きの時間性、力性、空間性の3要因は、ラバンを代表とする運動分析理論で見られる運動の質の原理である。V. プレストン<sup>15)</sup>は、同一の動きの中で、力-時間-空間性の3運動要因が明確化される時、はっきりとした明瞭度の高い動きが生じると述べ、ダイナミクスの重要性について述べている。これらと関わる変化についての表現が15件(24.5%)、全体のラベルの約4分の1寄せられたことから、本プログラムが受講者の動きの質への意識の広がり機能していたということが推察される。

### 【条件の効果について】

「条件の効果」については、条件やルールを制限することにより、新たな動き方や身体を使い方を発見できたことを示す「制限」に関する記述と、制限することで、意識する焦点が絞られ、追及することができたということを示す「追求」についての記述があった。本プログラムで扱った内容は、リーディングポイントは動き出しのきっかけの身体部位、トランスフォーメーションは動きの形の置換、ネガティブスペースはポジティブスペースとネガティブスペースの空間、ナインポイントは空間の中に仮想空間的に設定する直方体といったように、身体部位や空間に取って制限を設けることで焦点を絞り、身体意識を掘り下げ、新しい動きの開発や発見を行うことを意図するものが主であった。よって「条件の効果」は、本プログラムで扱った課題の効果と捉えることができるであろう。

### 【発想の転換について】

「発想の転換」については、「動きから」に関するものと、「型からの発展」に関する記述があった。本研究の運動的プログラムにおいては、創る課題の手前の部分で手法のルールに従って即興的に身体や動きの可能性を試すアプローチを繰り返した。この即興の時間を多く取った運動的なアプローチが、テーマからの創作と比して、考えあぐねるといった立ち止まりを無くし、創ることに対するハードルを下げ、創りやすさの意識に繋がったのではないかと考えられる。また、「型からの発展」に関しては、ラバンの影響も強く受けているBrehm<sup>1)</sup>は、クリエイティブダンスの学びはkinetic awarenessを開拓し、個人が持っているルーティーンであるkinetic loopの動きの癖から脱することができるとしており、本研究においても「フォームにとらわれずに創作できるようになった」といった記述から、本研究の運動的アプローチは動きのルーティーンを抜け出し、動きの癖を無くす事に有効である可能性があるといえるであろう。

### 【イメージの変化について】

ラバンはムーブメントのボキャブラリーが徐々に確立されていくことで、ダンスの表現力が高まると述べ



ている<sup>10)</sup>。本研究においても、運動的アプローチによる動きのボキャブラリーの増加や創り方の選択肢に関する意識の拡がりが、イメージや発想の拡大に関する意識の変化に影響を与えた可能性があるかと推察される。

尚、ラベル61のうちの殆どは肯定的な変化を示す記述であったが、「強さ」に関しての記述に「キレや動きなど以前できていたことがあまり出来なくなっていた」、また「型からの発展」に関して「どこまでダンシングしてよいか分からなかった」という否定的な内容を含む記述が見受けられた。橋本<sup>2)</sup>はムーヴメントからのダンス創作学習は、ムーヴメント概念や言語／記号を意図的に型・枠組みとして用いることから既に多様なムーヴメントの引き出しを持つ経験者ほど制限を感じる可能性があると思われ、本研究のこの2つのケースにおいては、「以前できていたことがあまり出来ない」や「どこまでダンシングしてよいか分からない」といった本来は出来得るであろうことが手法の制限によって出す範囲が分からなくなったと捉えられる表現があるため、橋本の指摘と同様の要因が当てはまる可能性が考えられる。

またLMAを用いた過去の研究では、ムーヴメント言語や記述の使用は動きを分節的に扱うためムーヴメントの繋ぎに難しさが生じる可能性がある点や、記号を覚えることや暗記することに苦手意識を持つ人がいることが報告されているが<sup>2) 11)</sup>、本研究の質問紙調査から抽出したラベルからはこのような内容の記述は認められなかった。ムーヴメント言語や記号の記述を用いずに創作に関する意識の拡がりに一定の効果が認められた本研究の手法は、このような課題の解決の一助となる可能性があると考えられる。

また本研究の受講者はジャズダンス、コンテンポラリーダンスなど、様々なジャンルを専門に行っている者であるが、質問紙調査から抽出したラベルの大半から創作に関する肯定的な意識の変化が認められた。このことから、本研究で用いた運動的アプローチの手法は、専門とするダンスのジャンルに関わらず、ダンス経験者の創作に関する意識の拡がりに有効である可能性があると考えられる。

## V. まとめと今後の課題

本研究で実施した、LMAの概念に筆者自身の実践的な経験から得た手法を加えた運動的アプローチのプログラムは、動きのボキャブラリーの拡大や動きの質への意識の拡がりに機能することが示唆された。また身体部位や空間に制限を設けることにより、受講者の焦点を絞り、身体意識を掘り下げ、動きのルーティーンから抜け出すことを助け、結果的に新たな動きの発見に有効であると考えられる。そして動きのボキャブラリーの増加や創り方の選択肢の拡がりは、イメージや発想の拡大への意識を促すことが示された。

またLMAを用いた過去の研究で指摘されたムーヴメントの繋ぎの難しさや記号を覚えることに関する苦

手意識といった課題に対して、ムーヴメント言語や記号の記述を用いずに創作に関する意識の拡がりに一定の効果が認められた本研究の手法は、このような課題の解決の一助となる可能性があることが示唆された。

尚、本研究で得られた運動的プログラムの影響や効果に関する結果は、あくまでも質問紙の回答から得られた受講者の創作に関する意識の検討に基づいたものである。そのため、今後、実際の運動のボキャブラリーの増加や動きの質について客観的な指標を用いた検討も必要であると考えられる。また本研究で用いた運動的プログラムが作品創作に与える影響や効果については、実際の作品創作活動との関連について更なる検討が必要である。

## VI. おわりに

本研究で実施したLMAの概念に筆者自身の実践的な経験から得た手法を加えた「リーディングポイント」、「トランスフォーメーション」、「ネガティブスペース」、「ナインポイント」の4手法からなる運動的アプローチのプログラムは、動きのボキャブラリーの拡大や動きの質への意識の拡がりに機能することが示唆された。また身体部位や空間に制限を設けることにより、受講者の焦点を絞り、身体意識を掘り下げ、動きのルーティーンから抜け出すことを助け、結果的に新たな動きの発見に有効であると考えられる。今後、本プログラムの学習がどのように実際の創作活動や作品に関連するかについて更に検証を行っていききたい。

(注1) (英: Margaret Newell H'Doubler, 1889年-1982年) ウィスコンシン大学においてアメリカ初のダンス専攻を創設した。感情表現と科学的描写を組み合わせた舞踊教育学を提示し、身体に関する知識を活用してダンサーが自身の感じることを表現する動きを作り出すのを助けた。ドゥブラーに師事した人々の中にはアンナ・ハルプリンがいる。

(注2) (1879-1958) モダンダンス理論の父。ハンガリー出身のダンサー、ダンス理論家。モダンダンスのパイオニアとみなされている。人の動きそのものの実践研究を生涯続け、ラバヌムーヴメントアナリシスの原型を構築し、ラバノテーションを確立するなどダンス理論において多くの業績を上げている。ロンドン没。

## 参考文献

- 1) Brehm Mary Ann, Mcnett Lynn (2007) Creative Dance for Learning: The Kinesthetic Link, McGraw-Hill, Boston.
- 2) 橋本有子 (2017) 幼小中校ダンス教育における Creative Dance 授業の実践 - Laban Movement Analysis および Bartenieff Fundamentals を基に -.

- お茶の水女子大学人間発達研究, 39-54.
- 3) 橋本有子 (2021) 大学教育における「ムーヴメント始まりのダンス創作学習」の実践研究—ソマティック・ムーヴメント・エデュケーションを基盤として—. 舞踊教育学研究, 22 : 3-13.
  - 4) 橋本有子 (2022) ムーヴメントの学習を伴う段階的なダンス創作学習の実践研究 : 「ムーヴメント始まりのダンス創作学習」から「なんでも始まりのダンス創作学習」へ. Research Journal of JAPEW, 38 : 1-14.
  - 5) 岩淵多喜子 (2018) 体育系大学で舞踊学を専攻する学生の「創作」に対する意識調査. 日本女子体育大学大学総合研究, 8 : 65-75.
  - 6) 小松恵理子 (1997) 舞踊の効果的指導法の研究—日英のナショナル・カリキュラムにおける学習内容の比較を通して—. 鹿児島女子短期大学紀要, 32 : 23-38.
  - 7) マーガレット・ドゥブラー : 松本千代栄訳 (1974) 舞踊学原論 創造的芸術体験. 大修館書店, 東京.
  - 8) 三輪亜希子, 高木英樹, 平山素子, 豊永洵子 (2021) 創作プロセスに着目した「舞踊デザインシート」の作成と有用性の検証. 大学体育スポーツ研究, 18 : 84-96.
  - 9) 大貫秀明 (1995) 「表現」という呪縛—ダンス教育を一考する—. 第46回日本体育学会抄録集, 003C04.
  - 10) Rudolf von Laban : revised by Lisa Ulman (1975) Modern Educational Dance, Macdonald and Evans, London.
  - 11) 酒向治子, 森田玲子, 川上暁子 (2018) 日本の身体教育にLODを用いることの意義—多様な動きの習得に着目して—. 岡山大学大学院教育学研究科研究集録, 169 : 57-64.
  - 12) 高野牧子 (2007) ラバン理論に基づいたCreative Dance指導に関する考察—子どもを対象とした指導事例調査より—. 山梨県立大学人間福祉学部紀要, 2 : 41-55.
  - 13) 寺山由美 (2004) ダンス教育における自己表現について—「なりきる」を手がかりに—. 体育・スポーツ哲学研究, 26(1) : 13-23.
  - 14) 宇都宮千佳 (1991) イギリス (ラバンセンター) における舞踊論研究 (コレオロジカル スタディ) の実態について. 日本体育学会大会号, 42 (A) : 0010111.
  - 15) V. プレストン : 松本千代栄訳 (1976) モダンダンスのシステム. 大修館書店, 東京.
  - 16) <https://web.archive.org/web/20180720135928/http://www.movementhasmeaning.com/glossary/> (参照 2024.1.2).