「見ること」を中心とした歌唱指導教材の考察

ガハプカ　奈美
（初等教育学科准教授）

1．はじめに

今日，様々な分野でマスメディアが発展を遂げ，教育の場でも大いにその力を振るい，今やマスメディアは無くてはならないものとして人々の生活に密着している。しかし一方でマスメディアから発信される情報を一方的に受信するだけで，単に知識として情報を蓄え，表出することをしなくなってしまう者も少なくない。このような環境は決して子どもの発達にとって良い環境だとはいい難い。高度な情報化社会の発展は，本物に触れ，五感を働かせて感じることや，時間をかけて体験して学ぶこと，人と人との交流を通じて絆を育むことなど，子どもに限らず大人からも遠ざけ，情報に振り回されるようになってしまった。さらに，教育機関は混乱し，「子どもが変わった」「学校がおかしい」などと書き立てられるようになった。人と人との交流や自然体験が乏しくなると，他人への思いやりや集団の中での自分の存在感，生命や人権の尊重などへの考えが著しく低下してしまう。

学習指導要領が平成23年に改定され，その全面に「生きる力」を育むということが詠われているのも，上記のような背景があるからであろうと考える。一方では，子どものみならず，教育機関に身をおく教師自身が感性を失い，子どもの心の痛みが感じられなかったり，子どもと会話のキャッチボールが出来ないいわゆる講義型の授業をする教師。それが立派な授業だと勘違いをしていることもある。

また，マスメディアの発展とともに，脳科学の様々の分野への進出は目を瞠るものがある。筆者は脳科学の専門的知識は持ち合わせていないが，「脳科学は人間研究の基礎である。したがって，基礎科学としての脳研究と社会との関わりもいっそう強まるであろう。人を理解することを通じて，脳科学は経済学や社会学などとの交流を広めるし，また芸術とも関わりを持つ，教育関係者との交流や，教育への提言も重要である」（甘利 2008）などと言われているように，脳科学は教育にとっても重要な分野であることは言うまでもない。

このようなことを踏まえて，本稿では，ここ十数年，「脳科学はいかに教育に活かせるか」というテーマに関して様々な分野で試行錯誤されている事実と合わせて感性の指導に欠かせない歌唱指導教材を取り上げ，教育者になるものの感性について考えその在り方について提案することを目的とする。

2．「見ること」と「感性」

ここで扱う「見ること」とは歌唱教材をビジュアル化して，音楽や芸術に使われがちな抽象的な言い回しや，個人の感情的な言い回しをまとめて「感性」と言う言葉でごまかしてしまうことを改め，教育教材として静止画を含めた映像教材の事である。すなわち筆者は，歌唱教材の「ビジュアル化」を試み，学習者の興味・関心を喚起することを最大の目的としたい。

またビジュアル化する過程において，これまで音楽は言葉に表せない。もしくは表してしまうと芸術ではない。と言う考え方を一新して，言葉へ移し替える活動を取り入れることによって，言葉の育成すなわち，歌唱能力の向上に値すると考える。

まず感性の教育は，芸術教育の専有語ではないことをはっきりさせておきたい。どうしても「感性」はわかりにくい言葉であると理解されがちである。すぐに答えが見つからないようなものは，教育の場での育み方がわからないために，音楽や美術領域でのみ「感性」が技術向上することや，鑑賞をすることで育まれるものだと考えがちである。しかし，「感性」とは，決してそのような狭い見解のものではなく，総合的な精神活動であること。人と人との関わりや生き物との関わりの中に見出されるのである。感性は，教科を限定して育むのではなく，我々の成長過程全てに関わるものである。

我が国日本には，世界共通語ともなっている“まんが”がある。このまんがは様々な面で主教材としてのおおきな役割を果たす。まんがの中には，文字では表しきれない人物の表情や，そのところどころに流れる音の在り方が一目でわかる。まんがと言うと「好くないものである」，「言語能力が落ちる」などの考え方も根強くあるようであるが，まんがのような，ビジュアル化された物（絵画・写真・動画など）を使用して，言語化する表現活動はそのどちらも良い形で能力を伸ばすことが出来る。

3．歌唱指導の実際

「聞く」と「聴く」の違いについて考えて行きたい。現在の歌唱指導はまさに日本の教育法である「勉強」に近い形で行われる。

勉　強　⇔　学　び
積み上げ　⇔　興　味
中期記憶　⇔　長期記憶

であるのに対し

理　論　⇔　実　技
楽　典　⇔　表　現（技術）
即時／中期記憶 ⇔　長期記憶

という関係が成り立つ。

「聞く」と「聴く」の違いは「勉強」と「学ぶ」の違いと類似している。

その違いを広辞苑（岩波書店）第５版でひいてみると，「聞く」は広く一般的に使い，「聴く」は注意深く耳を傾けるとある。

「勉強」は現在の日本の教育方法（東アジアに多い）いわゆる教師からの一方通行の講義形式の授業である。

このような教育方法では，子ども達の記憶に長く残すことが出来ない。なぜなら，脳の記憶する箇所には，その仕方に大きく分けて３種類記憶の仕方があり，一方的聞いていた場合，即時記憶と言われる記憶の方法を取り，記憶される脳へ内容が入っていかず，わずか７秒しかその記憶は残らない。また，現在の日本の教育方法（積み上げ教育）は２年間しか残らない中期記憶と言う仕方で記憶される。どうすれば，長期記憶に残すことが出来るのだろうか。これには，勉強をするのではなく，やはり自ら「学ぶ」ということをしない限り長期記憶に残すことは出来ない。

例えば，自転車に一度乗れるようになると，数年間乗っていなくても，またすぐに乗ることが出来る。これは身体を使っていわゆる長期記憶に叩き込まれたからである。また，筆者は慰問演奏などに出かけたりするが，このような時に幼少時代に歌った歌を一緒に一字一句間違わずに歌えたり，幼少時代を思い出して涙したり。と好んで行った「学んだ」ものについては，生涯に渡って忘れないのである。

現在，教育機関では生涯学習へとつながるようなことへの努力もあわせて行われているが，本来の生涯教育を考えた教育が出来ているのか，疑問に思うところである。

まず目標となり得る教師が育っているか考えなければならない。歌唱においても同じことが言える。子ども達が「あんな声になりたい」「あんな風に歌いたい」などと目標になる得るような声が出せる教師がどのくらいいるだろうか。

また，生徒（子ども達）自身が他と比較しなくなったと諏訪哲二は述べる。比較しないということは歌唱を上達させることにあたって特に致命的ともいえよう。

歌唱はどのような形態であっても自ら音を奏でるため，「楽器」と言う媒体がない。

そのために他の楽器に比べると，より耳を澄

ませて自分から発せられる声に耳を開き，傾けるべきである。この作業においては他との比較ではなく自身の中で発したい声（音）を十分に吟味した上で，いかに発したい声に近づき，声を出すか，というこの作業が最も難しい。どのような機能を経て「声」がつくられ，発せられるかということをしっかりと知って，明確な声の目標を定めていないと，自分自身の意識を超えたところで様々な行為が行われ，あたかも勝手に声が出てきているような錯覚に陥ってしまう。

4.「見ること」を中心とする教材の準備

現在の音楽科の教材を見てみると，カラーで写真がいろいろと載っているが，写真を見ても，その歌唱に必要な情報が全く載っていないのに気づく。例えば，「ふゆげしき」という曲には港町とかもめの絵がカラーでつけられているが，３番まである歌詞を見ると，カラスや麦畑ののどかな小春日和，荒々しい風が吹き，雲はなくなり，日が暮れていく様子が歌われる。これでは１番だけの情報のみ載せてあり，２番，３番の重要性が低いようにも受けとれる。また，暗譜をするときに，２番，３番においても，もし１番のような挿絵がなされていれば，一目見て歌詞の内容を思い出し，歌うことが出来るであろう。楽譜そのものが「見ること」と同化するのである。

音楽は感性の教育であるといいながら，文字などと同じように楽譜中心の教育に陥ってしまっている。

そこで良い例として，筆者が実際ドイツで使用していた歌唱教科書，ツコフスキーの教材を挙げたい。この教材をドイツ語のわからないクラスで使用を試みた。そうすると，ドイツ語がわからないにも関わらず，１番にはどのような内容が歌われ，２番ではどのような展開が見られ，３，４番と終結して行く。とほぼ完ぺきに内容を説明して見せた。

このような学習をしていく中で，感性は育ち，磨かれるものである。現在のような超高度情報化の時代であるからこそ，人と人とのつながりの中で，個々の感情や，知性，意思や思考などについて関連させた学びが大切である。感性は元々個々が持っていて外的に影響されにくいものではなく，我々教育者は，子どもの感性を育むために，それぞれの体験に基づいた学習を意図的に準備するべきなのである。これはどの教育機関であれ同様である。

筆者は先ず，「見ること」を中心とする歌唱教材の使用準備として，歌唱には欠かせない「呼吸法」から入ることとした。

この「呼吸法」は，感情，知性，意思，思考の関連を学ぶにふさわしい，イルゼ・ミッデンドルフ（Ilse Middendorf　1910－2009）の呼吸法を用いた。

イルゼ・ミッデンドルフは，「知覚経験し得る呼吸法」の創始者であり，ドイツ国立ベルリン芸術大学等で教鞭をとり，1964年には，「知覚経験し得る呼吸法」の指導者を育てるべくその学校を設立した。ここでは，主に歌手や舞台俳優等が呼吸について学ぶことが出来る。

また，研究所の卒業生達は，健康に関する仕事で活躍している。特に，スポーツや，創造的，精神的なものを必要をする芸術分野で活かされていることが多い。

この呼吸法の呼吸の体意識は，ダルクローズともそのルーツを分かち合っているところがある。また，アレクサンダーテクニックなどとの身体理解の仕方と類似技巧である。フェルデンクライス，ボディーマインドセンタリングなどもあるが，本格的な運動は，呼吸の息は身体からの許可を得て，方向性を持った上で行われているという考え方であり，独自の権利を取得しているものである。

呼吸は全てからだ感覚の知覚にあるという考え方というよりも，「想像」，「感情」，「直感」などが重要であるという考え方である。呼吸によって，感覚意識が刺激される。また外的刺激として，「動き」，「圧力ポイント」，「手」，「言葉」が挙げられ，人が呼吸を行う際に，「息を移動」，「リズム」，「次元」，「方向」，「スペース」に影響を与え，感じている。そうして，息はそれぞれの身体と出会い，エネルギーを生じ

る。それらを意識することにより，息や呼吸の妨げとなるからだの習慣を取り除くことが出来る。このことによって，身体は本当の意味でのリラックスを知ることが出来る。

セッションでの学びの中で，息は大きく分けて考えられる。

①息が無意識に制御しようとする息
②無意識だが，制御しようとしない息

このサイクルを経験することで知覚次元が出来，この知覚を呼吸自体が学ぶことが出来るという考え方である。この「感覚」と「存在の知覚」の出会いによって「自己の姿勢」，「動き」，「思考」，「感情」が再構築される。

また個人でのセッションでは，通常の経験（癖）が含まれる可能性が大きいため，手が介して，呼吸の息を身体中に外的に存在タッチストレスが行われる。このプロセスでは，息と息の対話が出来るとしている。この場合の対話とは，言葉の実施ではなく，息の動きを感知することである。

このような呼吸法をもちいることによって，これまでにまして自分は生きているという感覚が高まり，自分の存在を認め，更に，他の存在をも認め互いのコミュニケーションが成り立っていくと考える。

5．ビジュアル教材を用いた授業

筆者が行った授業の中からいくつか例を挙げ，ビジュアル教材とはどのようなものか説明をする。

まず最初に挙げる授業は，本学発達教育学部教育学科の教育学専攻と音楽教育学専攻の学生を対象に行った『声楽基礎』という授業である。この授業は前期に行われる「声楽基礎Ⅰ」は中学校・高等学校教職免許（音楽）必修の授業にあてられ，後期に行われる「声楽基礎Ⅱ」は選択科目にあてられている。声楽基礎と聞くと多くの学生は歌を歌うことを思い浮かべて本授業に臨んでいたようであるが，授業の最初に，

①単に歌うことを目指していない
②自分の声や身体の発する声に耳を開く
③自分としっかり知り合う

の３点を示した。

まず，前期の必修科目では，次のようなことを中心に授業を進めた。

① 楽譜の読み取り方
② 楽譜の言語化
③ グループ活動の在り方

この３つを柱とし，常に10名程度のグループで活動が出来るようにした。

後期の選択科目では，Ⅰをさらに発展させて，

① 楽譜の読み取りには，必ず根・幹・葉の構成を説明する。
② 楽曲の言語化
③ 読み取った後に視覚化する

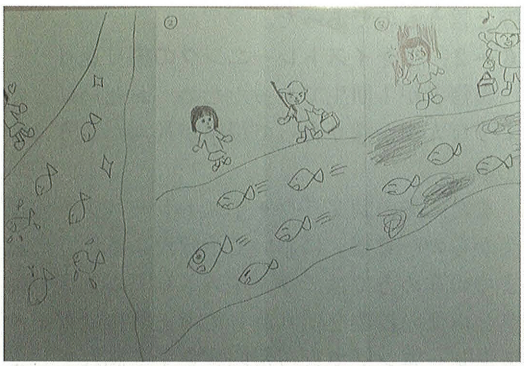
この３つを柱とした。活動のグループは３～４名と前期より少なくして，個々の技術向上にも力を入れた。

まず後期の声楽基礎Ⅱで実際に行った例を順番に挙げる。

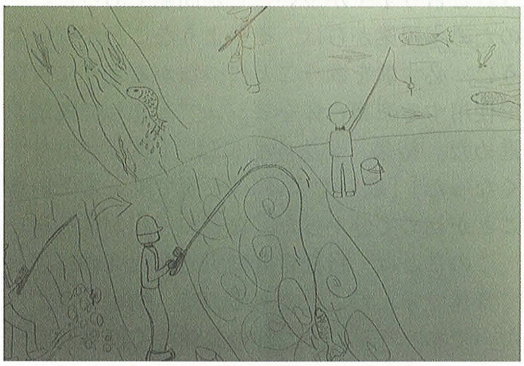
〔単元全体の目標〕
ビジュアル教材を作成する
〔単元使用楽曲〕
F．シューベルト　鱒　歌曲および五重奏曲

１回目（90分）
ⅰ：どのような曲か歌曲の楽譜を配布し紹介をする。
ⅱ：音源もしくは教員の演奏を聴く
ⅲ：言葉・歌詞の発音練習を内容理解も含めて行う（この際，外国曲においては，決してカタカナで読み仮名を付けないよう注意を促す）
ⅳ：実際に演奏をしてみる
ⅴ：歌詞内容の裏づけを行うため，楽曲の構成を再認識する
ⅵ：変奏曲を聴く

２回目（90分）
ⅰ：１回目と同曲の音源もしくは教員の演奏を聴く
ⅱ：実際に演奏をする
ⅲ：内容を再認識し，１番から３番まで言葉を用いずに紙媒体に表す
（写真①，②）



(写真①)



(写真②)

iv：音源もしくは教員の演奏を聴き確認をする
v：自ら表した紙媒体を見ながら歌う
vi：楽曲のテーマを確認し，１回目にも聴いた変奏曲を聴き，変奏でテーマを奏でる楽器の聞き取りを行う

と，このような内容を経てようやく１曲の完成とするのである。

時間的に考えると大変な時間を要するが，１曲でも楽曲の深め方をきちんと学べば，他への応用も期待が出来るし，その中で多様な表現が行われ，自ら表現することに喜びを感ずることが出来るであろう。

次に挙げるのが，同じく本学発達教育学部教育学科の教育学専攻と音楽教育学専攻の学生を対象に行った『ヴォイス・トレーニング』の授業である。この授業は，１回生の後期に選択科目として行われ，例年対象学年の７割程度の学生が履修をしている。まず，声を出すと言うことを学び，徐々に身体の機能へ移り，呼吸の機能を体感しながら学んでいる。特に５回目もしくは６回目の授業から本研究の中心である「ビジュアル化」を試みている。

例えば，よく知られている“浜辺の歌”を使用して，

i：いつものように歌う
ii：両手の掌を下へ向け，歌っている間ゆっくりと下へおろしながら歌う
iii：息継ぎの際はすばやく上へ戻す【両手の掌は下を向けたまま】
iv：１曲歌い終えたら，掌は呼吸の流れを表していることを説明する
v：説明を意識してもう一度ii，iiiを行いながら歌う

いずれの授業においても，まずこれまでの授業のありかたを修正するところから入らなければならなかった。このことが一番困難を極めた。学生達はこれまで，保育園や幼稚園に始まり，小学校，中学校，高等学校とまさに勉強をする教育を受けてきている。それが全く悪いとは言いきれないが，個々の表現を求めた場合に現代の子どもたちが特に主張する「個性」，「自分」というものが思っている以上に抑え付けられ当然のように拡大する国際社会に立ち行かなくなっているのが現実である。これは，大きな社会問題ととらえるべきであろう。

6．ビジュアル教材を用いた授業の考察

6－1．声楽基礎の振り返り

まず，声楽基礎で行った教材のビジュアル化について考察をしたい。本授業は，音楽教育学専攻の学生が９割を占め，前期から数えると実に30週もの時間を使って基礎から応用へと展開可能な授業であったため，ゆとりを持って様々な課題に取り組むことが出来た。

しかし，既に述べたように，まず学生達のこれまでの授業や声楽のイメージを取り除くのに大変時間がかかった。これは，声楽基礎と言う授業名を見て学生達は，単に，歌を歌う授業だと思い込んで，教科書の歌を歌わないのか。なぜ独唱の曲を数名のアンサンブルにするのか。声楽基礎なのに歌う基礎は教えてもらえないのか。等最初は様々な意見が個人的に出され，授

業中もつまらなさそうにしたり，アンサンブルにおいては，自分の持てる力を出していなかったりした。これは，長年培った「授業はこうあるべきだ」「授業を取れば説明してくれる」と言う勉強詰め込み型授業に対するイメージによるものであった。

数回の授業を経ると少しずつ慣れてきたようではあったが，後期の授業は必須科目ではないために新しい進め方に馴染めなかった学生は残念なことに履修しなかったようである。

前掲しなかったが，授業内で何か活動を取り入れる時には（個人，グループに関係なく）必ず時間を決め，正確にそれを実行した。これは，何かを考える時に，延々と時間を延ばせばよいアイディアが出るとは限らず，決められた時間（２分ないし３分）で自分の持てるあらゆる感覚を研ぎ澄まし課題について考える。そうすることにより良いアイディアも浮かび，集中力もつくのである。それを裏付けるかのように，履修生達は授業を受けるごとに時間に対して敏感になり，考えられることの喜びを感じつつ，数分間懸命に考える。と言うことに取り組んだ。

前述のような活動の後に，楽曲を歌い，絵に表し，変奏曲を分析する。という活動を行った為，比較的スムーズに表現が出来ていたようであった。今回使用した歌曲の楽譜には，上段に原語であるドイツ語，下段に少しの意訳を伴う日本語の歌詞が付けられているものを選んだ。しかし，驚いたことに，１番から３番を絵に表そうという課題を出した途端，「ドイツ語がわからないので，絵に表せない」と半数以上が声を挙げた。このことで，履修者は音楽教育学専攻３回生にも関わらず，楽曲を学ぶ際にどのように楽譜を見たら良いのかということさえも本当の意味で理解出来ていないということが分かった。

今回の授業の感想に一番多かったものは，

「今日の授業を受けて，初めて歌曲の深め方を知った」

「今日の授業はとても楽しかった。音楽って色んな見方が出来るのだということが分かった。」

等と言うものであった。

６－２．ヴォイストレーニングの振り返り

履修者が１回生であったため，お互いにどのような人物か探り合って授業が進んだように感じる。

また，先の論文「ヴォイストレーニングの授業からの一考察」において挙げたように，これまでの進め方では，ヴォイストレーニングの授業と声楽の授業を切り離して考え終にはヴォイストレーニングで行った内容を全く忘れてしまう。と言う学生が多いことが問題であった。そのため本授業からは，そのようなことが無いように，必ず歌を歌うことにつながるように声楽で使用する楽譜自体をビジュアル化して授業を進めた。結果，学生の中には，「高音が出やすくなった」「歌いやすい」「お腹で支えるということが初めて分かった」などの感想が得られた。

このことは，自分自身で実感した経験によって身体で学んだことであるので，簡単には忘れないであろう事。また他の楽曲等で同じ問題に出会った時に解決の糸口として本授業で行った内容を復習することが出来るであろう事も伝えた。

６－３．全体の考察

様々な意味で時代の流れが変化している。また，マスメディアの発展も目覚ましく，昔の教育の仕方に固執する必要はないし，これまでの教育の在り方にはずいぶん無理が生じてきていると考える。

現代の子どもたちが得意なものからまず伸ばして行くのも良いのではないか。

現代の子どもたちは，少し前の子どもとは比べ物にならないくらいの情報社会に生まれ，それを当然として受け入れざるを得なかった。そのため，耳コピーと言われているものが大変得意なようである。現代の世にあふれている音楽のリズムは多様で難解なものが多いにもかかわらず，現代の子ども達は平気でその音楽を口ずさみ，再現することが出来る。この才能は素晴らしいものであるが，これまでの楽譜から学ぶ音楽と言うやり方では「楽譜の読み方がわからない」等の理由で学びの深まりが期待できない

可能性が大きい。今後は，どのような形で教材を考え，子ども達の才能を引き出していくか，しっかりと吟味して打ち出していくことが急務である。

おわりに

今後は子どもに自由時間を無責任に与えるのではなく，教育機関が本来の「学びの場」として構成されることを切に望む。その一端として本研究が活用できるといえる。

また，本稿では歌唱教材に限って実際の例をもとに報告をしてきたが，他の科目でも取り入れる意義は多いにあると考えている。

筆者は脳科学に対して専門的な知識を要しているわけではないが，自身の実践を通して今日的流行の話題に「教育」と言う大切な人間育成に関わる教育現場が変わっていくことを期待して研究を広げて行きたい。

文　献

甘利俊一他『脳 21』Vol. 11 No. 1　金芳堂 2008　p. 22

諏訪哲二　『オレ様化する子どもたち』中公新書ラクレ　2007　第10版

佐藤学　『「学び」から逃走する子どもたち』岩波ブックレット NO. 524　2008　第17刷

相模原市学校教育研究開発グループ（ヘルツの会）編「感性ってな～に」 日本教育新聞社 1997

橋爪一幸編著『「脳科学」はどう教育に活かせるか？』学分社　2010　pp. 20－25

高橋史朗　「感性教育による教師変革」 明治図書 1999

ガハプカ奈美　『ヴォイストレーニングの授業からの一考察』京都女子大学発達教育学部紀要 第6号　2010　pp. 121－133

Günther Habermann "Stimme und Sprache" Thieme 2003 4. Auflage

Ilse Middendorf "Der Erfahrbare Atem und seine Bedeutung für den Menschen" BEAM 1997

Helge Langguth "Evolution Transformation und Erfahrbarer Atem" Eigenverlag Beerfelden 2001 pp. 15－18, 23－26