

暗黙知構造に基づく身体心理技法のダンスムーブメント・セラピーへの応用  
ワークショップ2 葛西俊治 (札幌学院大学)

意識化と無意識化の切り替えに焦点を当てた技法は、マイケル・ポラニーの暗黙知の概念に基づく「暗黙知構造」を利用した身体心理的技法。その理論的背景とともに、ダンスムーブメント・セラピーの中で実際にどのように用いてどのような効果を得られるかを体験的に解説。

ワークショップの内容と感想(JADTA ニュースレター、2013)

20名ほどの参加者を対象にして、ダンスセラピストという立場と倫理についての説明の後、暗黙知構造に関わる実習として次の三つを紹介して体験して頂きました。a)「腕のぶら下げ」レッスンにおける無意識的反応(竹内敏晴レッスンから)、b)「開いて閉じて」ステップレッスンにおける手と腕の無意識的反応の誘導、c)仰臥位での「脚の揺らし」における接触部位の意識化と無意識化の技法、の三つですが、これだけを読んでも体験をしていない場合は全く何のことか分からないことと思います。それも当然で、普通は自覚すること・意識することができない事柄を取り上げているためです。これまで30年以上行ってきた身体心理的アプローチの中で「ひっそり」用いてきた技法を今回初めて紹介したのですが、それには二つ理由があります。一つは、ダンスセラピーはダンスの指導ということではなく、心身のあり方を変容させる身心技法が含まれていることを知ってもらいたいこと、もう一つは無意識に働きかける身心技法の使用には高い倫理観と責任が伴うため、基礎的な資格であるダンスセラピー・リーダ資格をまず取得して、協会資格に伴う倫理規定を理解し署名捺印すること。それによって、自らがどのような立場でダンスセラピーのセッションを行うのか、そのことを自分自身で明確に意識する必要があることを伝えたかったためです。

\*今回紹介した内容は葛西俊治「身体心理療法における間接的身心技法の構造」臨床心理学研究(第50巻第2号、pp1-13, 2013)に概略を載せています。

(<http://ext-web.edu.sgu.ac.jp/kenkyuho/>から PDF ファイルが入手できます)

セッションの具体的内容はここでは紹介しませんが、参加者同士で楽しく驚き笑い合いながら体験実習が進みました。特に竹内敏晴レッスンの「腕のぶら下がり」では、持ち上げられた腕から緊張がとれず、空中で放されてもそのまま虚空に浮遊していたりで大騒ぎになりました。なお、存在のあり方と身心連関については竹内敏晴の著作が参考になります。私が身体心理的アプローチに進むことを決意させたのが「渴愛…」を語ってくれた竹内敏晴氏の影響によることをここに書いておきたいと思います。

参加者の方からは好意的な感想を数多く頂きました。「意識化と無意識の切り替えに焦点を当てた技法の体験を数多く行い、相手が心地よく、こちらの誘導にのってきてもら

えるような指導者になりたいと思う」という感想は本当にありがたいものです。同じ方からですが「理論に裏付けられたワークは大変説得力があり新鮮でした」という感想も嬉しく読ませてもらいました。私がこの 20-30 数年の間に積み上げてきたことがそれなりに次の方々に伝わっていくことで、次の世代にさらに展開されることを願うばかりです。「理解しきれないのでまた参加して向き合ってみたい」「いろいろと深いワークがあり、それぞれもっと深めたいと思った」「無意識の働きかけの大切さが分かりました」「改めて自分の立場を見つめ直せる」「楽しさの中にもダンスセラピストとしての責任の重さをワークを通して伝えて下さり、学びながら目を覚まさせてもらいました」「侵入的というところを体験でき、反省させられました」「その時その時でセラピーに対する気づきと、自身の身体・気持ちの気づきが生まれました」「実際のダンスセラピーの現場の例に即した内容が良かったです」「人と対面してやるダンスセラピーにはとても大事なことがたくさんあった」「楽しかった」「フレンドリーな雰囲気」等々の感想を噛みしめて今後も実践と研鑽を続けていきたいと思えます。感想をお寄せ頂いてありがとうございました。