

教職課程履修者へのピアノ指導における課題：教職 ピアノ実習におけるピアノ初心者への効果的な指導 法を探る

| | |
|-----|---|
| 著者 | 秦 江里奈, 林 順子, 林 直美 |
| 雑誌名 | 洗足学園音楽大学教職課程年報 |
| 号 | 2 |
| ページ | 143-156 |
| 発行年 | 2018-03-30 |
| URL | http://id.nii.ac.jp/1493/00000756/ |



教職課程履修者へのピアノ指導における課題

—教職ピアノ実習におけるピアノ初心者への効果的な指導法を探る—

秦江里奈 林順子 林直美

Elina Hata, Junko Hayashi, Naomi Hayashi

はじめに

ピアノコース以外で音楽大学への進路決定の時期が遅かった学生や、ピアノ学習を中断して受験のために再開して入学してきたケースなど、ピアノの実力が不足している学生も少なくない。本学園教員も学生の動向を理解して、音楽の基礎学習の一つであるこのピアノ奏法を習得するために全力で指導をしなければならない。教職課程履修者においては、ピアノ初心者もわずか3年間でピアノ技術をある程度まで習得させ、4年次の教育実習では中学校や高等学校の授業でも通用する実力をつけて実習に送り出さなければならない。本研究ノートでは教員が学生に最短距離で上達へと導くための指導法を探り、3名の共著で述べていく。

1 教職ピアノ実習におけるグループ授業の意義とピアノ初心者の指導の留意点

本学ではピアノコース以外で教職課程を受講する学生には「教職ピアノ実習」（教科に関する科目：器楽）が必修となり、現在4～7人程度のグループによる授業が行われている。本章ではそのグループレッスンの意義と受講者の大多数を占めるピアノ初心者が中学校・高等学校教員免許状を取得するために、4年間でどのようなスキルアップが求められるかという視点から、効果的な指導法について考察する。

1-1 教職ピアノ実習の目的

ピアノ演奏の技能を習得するための基礎練習は孤独で個人的な作業といえる。一人でこもりがちになる傾向があるが、本題で扱う教職ピアノ実習の最終目的は、多くの生徒を前にした授業をスムーズに行うことができる能力を身に付けることであり、そのことを念頭においた訓練が必要とされる。特にピアノ学習において初心者であればあるほど、不器用なピアノ奏法と不自然な身体の使い方により音を出すこと自体で技能的にも必死となり、余裕がなくなってしまうのが常である。まずは楽譜から読み取った情報を脳の指令を通じ、身体に迅速に伝える回路をよりスムーズにするべく、日々ピアノに向かって修練する必要がある。しかし、同時にそこに留まらず、それを人に、教育実習であれば中学生・高校生に

伝えるという意識を常に持つことが必至となるであろう。

1-2 グループレッスンについて

グループレッスンの優位性としてアンサンブルの意識を体得できることがある。一人で練習していると難しいところではテンポが遅くなり、間違える度に止まって弾き直すという習慣が特に初心者多くの学生に見られる。しかし授業では歌に合わせながら演奏させることにより、自分に都合のよいテンポに変化させたり止まったりしてしまうと歌う側とずれて音楽が滞ってしまう問題を目のあたりにする。その経験を通じ、一定のテンポでミスがあっても歌唱の流れを失わずに演奏を継続させるという、個人練習ではなかなか習得が難しい技能を身に付けることができる。楽譜通りに弾けることは何よりではあるが、最終目的である中学校・高等学校の授業においては、小さいミスに捕らわれ過ぎずに音楽の流れを止めないことが不可欠であり、日頃から止まらない練習を心がける必要性を体得していく。常に自分の中に拍感や音楽の流れを感じ、たとえ一部ミスがあったとしても、曲の流れを滞らせずにその先から素早く流れに乗って演奏できるようにすることが大切である。また完璧に弾けなかったとしても、主旋律やそれを支える和声などの曲の大事な輪郭だけでも、最低限捉えられるようにすることも役に立つと思われる。

学生によっては一生懸命個人練習をしていても、いざ伴奏となるとアインザッツの声掛けができず、聞こえないようなかすかな声しか出せない学生も見られる。グループレッスンを通じ、大勢の前でもしっかりと声を出せるよう、人に伝えると言う意識や心構えを身に付けて行くことが必要である。大勢の前で教壇に立ち、しっかりした指導力を発揮するトレーニングとして授業では、練習している曲の模擬授業をさせることも取り入れている。初めは非常に恥ずかしがり、何を話してよいのか分からないような躊躇が見られるが、回数を重ねるうちに次第に余裕が出てきて、よりスムーズに自分なりのアプローチでの確かな指導も入れながら臨めるようになり、人間的にも大きな進歩を目のあたりにすることができる。そしてただ楽譜に書かれていることを通り一遍に弾くのみならず、曲の背景やイメージを膨らませながら自らの言葉でそれを人に伝えられるようになっていく。そういったプロセスは、教職ピアノ実習の授業では伴奏のピアノ演奏技能の習得と同じくらい重要な面であると考えられる。ただ受け身で授業を受けるに留まらず、自分の言葉で説明するという作業によって、自分自身の曲に対する理解も自ずと深められるきっかけとなるだろう。

1-3 初心者へのアプローチ

曲を習得する際、初心者ではとても弾き難そうに非合理的な指使いでおぼつかない演奏をしている姿が見られる。まだ鍵盤と身体・手の自然な関わりができていないため自分ではどうしようもなく、改善が難しい状況に陥ってしまう。そのような学生を指導するために、グループレッスンの一部の時間を個人レッスンの時間に割り当てて、各学生のレベルに合わせて各々の問題点を指導することも取り入れている。

特に初心者は、譜面を見て音を読んでもそれがどこの鍵盤にあたるのか、演奏すべき音と鍵盤との位置感覚が養われていないため、楽譜から弾くべき音を読んだ後に鍵盤に視線を下してうろろうろと探す時

間が掛かり、移行にかなりの時間のロスが生じてしまう。上級者になると鍵盤の位置は身体感覚で掴めているため殆ど鍵盤を見る必要がなく、楽譜を読み続けながらのスムーズな演奏が可能となる。鍵盤との位置関係の感覚を養うためにもスケールの練習は有効である。面白いことに、中には曲は弾けるがスケールが全く苦手、その逆のタイプの学生もいる。スケールにおいても初心者は、鍵盤上の指の自己都合で不規則な指使いで演奏しているのに遭遇する。正しい指使いを身に付けるプロセスは、初めはかなり戸惑いが見られるが、それが自然に考えなくてもスムーズに出てくるようになるまで根気よく練習させることで、合理的な指使いに対する感覚を養っていくことも可能になる。

また、中には楽譜を見てもすぐに音が読めないため、暗譜しないと弾けないという学生がいる。そういった学生は、曲の習得においても初めはかなり苦勞するが、ある時期以降、曲を一度暗譜してしまうと途端にスムーズにクリアできるようになる。しかし、彼らもいずれ教壇に立つのであれば、やはりある程度の読譜力や初見力は不可欠となるため、暗譜演奏に甘んじず、楽譜と音とが一致するトレーニングを日々続けることによって、少しずつスムーズに楽譜を見ながら演奏できるようになっていく。そのケースは曲数をこなしていくことによって少しずつ改善が見られていく。

受講学生のコースは多様であるが、主に旋律楽器の学生はひとりで旋律と伴奏を同時に演奏するという作業が非常に困難なケースが見受けられる。音部記号でト音記号はすぐに音を出すことに対応できるが、ヘ音記号は即座に読譜するのに苦勞する学生もいる。そのような学生に対しては、個別に問題に対応していく必要がある。特にヘ音記号、左手を中心とした練習を右手以上に十分にさせる必要があるであろう。

1-4 手の形、ポジションについて

指の形も多くの初心者においては指先の固さに欠け、第一関節が凹んでいる、或いは逆側に反っている状態での演奏が見られる。これは音が不明瞭になる原因でもあり、しっかりと関節で支えられるようにすることが大切である。加えて技術面で初心者によく見受けられるのが、親指の打鍵の音量が強すぎるのに対し小指は弱い。指の都合による非音楽的で不要なアクセントをつけてしまうケースや主旋律の音量が弱すぎてバランスを欠いた演奏になる原因でもある。親指の関節が反り返り人差し指にくっついてしまうケースも多々遭遇する。親指が独立して動かせること、人差し指側にくっつかず上げられること、親指自身の動きによって打鍵できることが大切である。また小指の関節を丸くせず伸ばして打鍵するケースも見られる。小指で音を弾くたびに小指側に腕を傾けてしまい、音の粒が揃わない原因ともなる。しっかりと手の甲の指の付け根の骨が出て支えられるように、手首の高さを変えなくても指自身の動きで均一な速度で打鍵できるようになることが、粒が揃いなめらかな演奏を可能にするために必要である。

三

1-5 ペダルについて

ペダルについても初心者はどのタイミングで踏んだらよいか分からず、常に濁った演奏をするケースが見られる。多い例が、ペダルを踏むタイミングが早すぎて、前の音・別のハーモニーがペダルに混ざって含まれてしまい濁ってしまうパターン、或いは替え方が不十分で濁ってしまう、または替えすぎて肝

心のメロディーが切れてしまうパターンなどである。明瞭なペダリングのためには、音を弾いた後に、しっかり踏み替えるという習慣を付けさせている。正しくペダルを踏むということは、ハーモニーの理解も不可欠であり、ハーモニーの変わり目でしっかり踏み替えられるように、また隣接する音が続く場合には、できるだけ使用を避けるのが望ましい。同じハーモニーが続く個所では、曲によっては替えすぎないことが雰囲気作りに効果的なケースもあり、曲想への適切な理解と自分の耳による臨機応変な判断も求められる。ペダルのタイミングについて初めは細かく指導していくが、次第に慣れていくに従って自分の感覚で調整できるようになっていく。

1-6 それぞれの学生に有効な練習方法について

練習方法として日々の個人練習においてもミスをするたびに止まって弾き直すのみの学習では不十分である。そのミスの原因をしっかりと解明し、指使いや難しい跳躍などの部分練習をしっかりとこなしたのちに、その前からその困難な部分をミスなく弾けるようになるまで学習する。それがクリアできたなら更に遡って曲の初めから通しても止まらずに演奏ができるよう、根気よく取り組むことが大切である。時にメトロノームを使用することも有効であろう。ミスをして止まる習慣を練習の段階から意識的に取り除くことが必要である。そこまでしないと結局授業で歌と合わせたときに途中で止まってしまう、という状況から脱することが困難になる。

一人でできたとしても、歌と合わせると焦ってしまいできなくなるタイプの学生もいる。緊張に弱い学生に対しては、グルーブレッスンの特徴を生かし、人前でもある程度の水準で落ち着いて演奏できるまで毎回毎回の授業を自己トレーニングとして臨んでほしいと願う。緊張により硬直し、テンポも息つく暇もないほど速くなってしまうケースにも遭遇する。その場合は歌唱しながら練習してみると、意外と歌はそんなに速くは歌えないことに気が付くことが多い。フレーズごとに息継ぎが必要であるのと歌うと器楽のように直線的な流れでは音楽を運べないことが理解できる。したがって伴奏においても歌と一緒にフレーズごとにプレスを取り、息使いを感じながら、曲想にもよるが早すぎない速度でゆったりと演奏するのが好ましいと思われる。

1-7 練習用楽器の問題点

授業では電子ピアノが練習用に配置されているが、試験や教育実習の現場ではグランドピアノを使用する。電子ピアノに弾き慣れている学生の弱点として、タッチが不明瞭で、音量も足りていないことが多い。しかし実際の中学校・高等学校の授業においては、大きな教室で多くの生徒たちの前でもしっかりと音が届く伴奏をする必要があるため、授業では全体的に音量を大きくはっきりとしたタッチで弾くように指導することが必要と思われる。曲想を指導するにあたって、それぞれの楽曲の性格が人に伝わるように、抑揚を更につけさせ、大きく表現させることが重要である。

1-8 4年間の目標と心構え

将来、中学校・高等学校の教員として指導する立場になった時には、自分で演奏しながら生徒たちを指導しなければならない。歌唱を聴きながら問題点や指導するポイントを考えつつ、演奏する余裕が求

められる。初めはなかなか難しいものがあるが、4年間の受講を通して、教壇に立ってもスムーズに対応できる人材となることを目標に指導していく。ピアノ経験が十分にある学生にとっては大きな困難はないと思われるが、初心者にとってはこの4年間で大きなスキルアップを要求される事となる。一朝一夕にして成せるものではないために、日々の努力がものをいう。スタート地点では大差なくとも、数か月のうちに、きちんと練習を重ねている学生とそうでない学生とは進歩に雲泥の差が現れてくる。したがって根気よく、かつ確かな練習を計画的に積み重ねることが不可欠であろう。(林 直美)

2 ピアノ演奏におけるスケールとカデンツ習得の重要性と練習方法の考察

多くのピアノ学習者は『ハノンピアノ教本』でスケールやアルペッジョの練習をしている。学習者に限らずピアニストも練習の始めの指慣らしとしてそれらを全調弾くことがあるが、それは同時に習得した高度なテクニックの維持にもつながっていくだろう。フレデリック・ショパンは「スケールやアルペッジョを正確に弾く練習を毎日しなさい」と弟子に忠告しており(ジャン=ジャック・エーゲルディンゲル 2005: 54)、継続して取り組むことが大切な演奏技術の一つであるといえる。教職ピアノ実習においても、スケールは必須の課題であり、初心者にとっては楽曲を仕上げるのと同様に難しい課題となっている。本学には、ピアノ学習未経験者が多く入学しており、苦手意識を持っている学生もいるが、それらを払拭させ、音楽的で実践的な演奏につなげることを心掛けて指導していきたい。学生たちにとってスケールは退屈な練習と感じるかもしれないが、楽曲演奏や音楽授業をスムーズに行うために必要であり、高い意識と目標を持って練習に向かうことが大切であると考え。本章では、スケールとカデンツ習得の重要性と正しい指使いや構成音を身に付けるという観点から練習方法について考察する。

2-1 スケールとカデンツを習得する目的

なぜスケールとカデンツを練習するのか、それはまず調を知ることの重要性が挙げられる。24ある調にもそれぞれの性格があり、例えばハ長調は素朴で素直、また堂々とした雰囲気があり、ハ短調は強い悲しみを表すといった性格を持っている。楽曲の中でも最初から最後まで同じ調で留まることは少なく様々な調に転調していくが、それぞれの調の持つ性格や特徴、和声構造を理解することで、色彩感や立体感のある演奏につながっていくことになる。そして調ごとに決まっている基本的で効率的な指使いを身に付けることで、楽曲の中に出てくる音階要素を含んだパッセージをスムーズに弾くことができ、初見や読譜の速さにつながっていく。また調を知ることにより、音楽授業における発声練習の伴奏にも生かされ、歌唱伴奏を生徒たちの成長過程や声の調子に合わせて移調奏ができるようになったら非常に素晴らしいことであると考え。一方、技術的な面におけるスケール習得の目的には、運指のスムーズさ、10本の指の独立、音の粒を揃え速いテンポで弾くこと、左右が同じように動くことなどが挙げられる。

本授業で学生に「スケールとカデンツ」に関して次のような質問を行い、回答を得た。

- ① 「スケールとカデンツ」のどのような点が難しいと思うか。
- 正しい指使いで弾くこと、調号が増えると指使いが複雑になる。
 - 指を一つ一つ離すこと、音が重ならないようにすること。

- 指を速く動かすこと、同じテンポで弾くこと。
 - 調号の多い短調のスケール。
 - カデンツの進行、調によっては#やbが付くべき音なのに、右手はできていても左手は調号が抜けてしまう。
 - 常に頭で考えてしまうところ、指が覚え始めたら特に難しさは感じない。
- ② 「スケールとカデンツ」がスムーズに弾けるようになったら、あなたの演奏にどのような影響を与えらると思うか。
- 曲にスケールの要素が出てきたときに効率の良い指で間違いなく弾ける。
 - 運指がなめらかにできる。
 - 曲を弾くときに調を意識することができる。
 - 調号の多い曲などにも対応できるようになる。
 - 曲の中での和音の進行、音の進行が自然と分かるようになり効果があると思う。
 - 楽曲自体の理解と運指と指の力の強化も期待できる、加えて調の理解も深まると思う。
- これらの回答をもとに、スケールの分類と練習方法について考察する。

2-2 スケールの分類

24あるスケールを以下の指使いの特徴から3つのグループに分類する。

旋律的短音階の上行形と下行形で指使いが異なるものを括弧で記す。

- ① 一度、左右の親指が同時にくるもの
- 白鍵から始まる調
ハ長調 イ短調 ニ短調 ト短調 ハ短調 ホ長調 イ長調 ニ長調 ト長調 ホ短調
 - 黒鍵から始まる調
変イ長調 嬰ト短調 嬰ハ短調
(嬰ハ短調旋律的短音階上行形)
- ② 常に、左右の親指が同時にくるもの
- ハ長調 ヘ短調 変ニ長調 変ロ短調 変ト長調 変ホ短調 ロ長調 ロ短調
(嬰ト短調旋律的短音階下行形 嬰ハ短調旋律的短音階上行形)
- ③ 親指が一緒にならないもの
- 変ロ長調 変ホ長調 嬰ヘ短調

六

そのほかの指使いの注意点を挙げると、

- 白鍵から始まる調は、左一第5指、右一親指で始める。 (例外) ロ短調 ロ長調
- 黒鍵から始まる調は、左一第5指、右一親指で始めてはいけない。
- 音階の中で第4指は一度しか使わない。

2-3 正しい指使いを身に付けるための練習方法

白鍵から始まる調で一度、左右の親指が同時にくるものは、一番多い指使いのパターンである。主音

で同時に親指を用いる。左手は主音と第5音、右手は主音と第4音で親指を用いる。ハ長調などがそのグループであり、単純で簡単な調と思われがちであるが、白鍵しか弾かないこの調は、指使いがしっかりと身に付いていないと、どの指でも弾くことができってしまうため、逆に難しい調といえるだろう。練習方法としては、真ん中のド（主音）から反進行（反対方向への進行）で2オクターブ弾くことで左右は常に同じ指使いになり、スムーズな運指ができる。くり返し練習することで各音に対する正しい指使いが自然と身に付いていく。次に、低音域から並進行（同一方向への進行）での練習をゆっくりのテンポから始める。一音一音確認しながら練習し、左手の第5音、右手の第4音で親指を用いていることに十分注意する。特に、左手の下行形では主音の前の音で親指を用いてしまう間違いが多く見られるので、第4指から親指の運指には十分気を付ける。また主音を2倍の長さで弾くことは、正しい指使いで弾けているか確認できるため効果的な練習方法である。

調号の多さや黒鍵の多さに難しさを感じる学生がいるが、それは調や調号を理解し鍵盤の音程感覚をつかむことによって徐々に解消されていく問題である。ショパンは長い指である第2, 3, 4指を黒鍵に置くポジション、右手は親指から順にミ-ファ#-ソ#-ラ#-シが自然で無理のない手の形として弟子たちに伝えている（エーゲルディングル 2005：46）。これはホ長調の最初のポジションと似ており、ロ長調の構成音である。白鍵と黒鍵の位置や指の長さが理想的な手の形を自然と作り出しているといえる。ショパンは「例えばロ長調のように手を置きやすく、3個の鍵盤で長い指が黒鍵を押さえる調から練習を始めるのがよい」（エーゲルディングル 2005：52）と伝えている。このように、ホ長調やロ長調は調号が多い調ではあるが、自然な手の形で弾くことができるため、弾きやすい調といえるだろう。黒鍵を多く使う調では、白鍵は手前ではなく中央部分で弾くようにすると、無駄な動きがなくなることにより、運指がスムーズになり音の粒が揃うようになる。

2-4 短音階の構成音を理解するための練習方法

スケールの練習では三種類の短音階のうち、和声的短音階と旋律的短音階を続けて弾く。和声的短音階は上行形と下行形が同じで、特徴的な増2度の音程を感じ取ることが非常に重要であり、正しい指使いと運指に気を付けて練習する。旋律的短音階の上行形と下行形では、構成音が異なるため、指使いの違いが生じてくる。嬰ハ短調、嬰ヘ短調、嬰ト短調がそうであり（「2-2 スケールの分類」参照）、それゆえ、学習者にとっては難しい音階といえるだろう。

旋律的短音階の構成音を理解し、スムーズに演奏するために、並進行と反進行を取り混ぜた練習方法がある。まず低音域から並進行で2オクターブ上行し、中音域から反進行で2オクターブ往復する。再び中音域から並進行で2オクターブ上行し、高音域から並進行で2オクターブ下行する。中音域から反進行で往復し、最後に中音域から並進行で下行し低音域で終わる。これは長音階や和声的短音階でも用いることはできるが、上行形と下行形の構成音が異なる旋律的短音階は難しい。実際、学生時代に習った練習方法で、全調を通して弾けるようになるには時間を要するが、構成音を理解し、正しい指使いで弾くことや独立した指を作るうえで非常に役立つ練習方法である。

2-5 カデンツの練習方法

音階練習ではスケールの後にカデンツを弾くが、本授業では、I-IV-I²-V₇-Iの和声進行を開始音の配置を変えた三つのグループで続けて弾いている。和音には安定感、緊張感、開放感などの響きもたらす働きがあるが、それらを感じることは調性感覚を養う意味で重要であり、色彩感や立体感のある豊かな演奏につながっていく。練習方法としては、まず和音分析をしながら、一つずつ和音を弾き、響きと手のポジションを確認する。そして頭で考えずに次の和音のポジションにスムーズに移行していくようにくり返し練習する。目をつむり和音を聴き取る練習は、鍵盤の音程感覚をつかむことや手のポジションを覚えるのに効果的であり、次の和音の響きを頭の中でイメージすることが大切である。またカデンツはペダルを使用することで、スムーズな音の流れとより良い響きを作り出すことができるようになり、各声部の進行をよく聴き、歌うように弾くことを心掛けていきたい。特に、弱い指で弾くことになるソプラノは、しっかり響いていないケースが多く見られるのでバランスにも注意が必要である。一方、基本的な和音の構成が理解できていれば、音楽の授業において教科書伴奏が難しい場合に簡易的なコード奏で対応することも十分可能であろう。

2-6 楽曲につなげていく

スケールとカデンツ習得における課題は、学生により違いはあるが、効果的な練習方法について考察した。特に、初心者は基礎的な理論を学ぶことや日々の努力の積み重ねが不可欠であるが、同時に練習方法の工夫により、弾けるようになっていく実感と喜びを味わうことは大切である。上級者においても間違えずに弾ければそれでよいというものではなく、音楽的な演奏を心掛けるように指導していきたい。そして習得した技術を実際の楽曲や音楽授業につなげていくことが非常に重要であると考えている。

(林 順子)

3 脳科学的視点をヒントにしたピアノ指導法とそれぞれの学生に合わせた処方選び

「桃栗三年柿八年」ということわざがあるが、正にこの果樹を植える時期が教職課程のスタートをとする1年生の4月という学生が多数存在する。指導者はそれらの一つ一つの果樹の特徴と性質をあらゆる角度から見極め、最上の成長促進剤を処方しなければならない。それぞれの学生の目線に立って、まず何が困難なのかを探る必要がある。そのためには脳科学的な分析も非常に役に立つと考える。その情報は指導者自身にも大変役に立つものであり、学生にとっても目に見えない脳の仕組みと回路を認識させることが習得への近道にもつながると仮定する。

3-1 ピアノを弾く時に活動する脳部位とその回路

古屋晋一『ピアニストの脳を科学する』によると頭の頂点の前あたりに、指の筋肉に「動け」と指令を送る神経細胞が集まった脳部位(運動野)がある。この細胞が活動すると、背骨の中にある脊髄を介して指の筋肉に電気の信号が送られ、筋肉は収縮し指が動く。我々ピアノ教員は、この部位の活動が活発に働いていなくても複雑な手の動きが可能なのがこの本に書かれている(古屋2012:6-8)。それ

は熟練された指の動きができるよう、何十年も訓練を重ねてきた脳細胞に違いがある。それに加えペダルの使用という別の指令もあり、初心者にはどれだけこの細胞に働いてもらわなければならないものか、その苦勞を察するところである。脳の中ではそれぞれの指ごとに神経細胞の部屋があり、教員は指先の脳内地図も確立しているのに対し、初心者はその伝達もフルに運動野を活動させなければ、10本ある指の中からの1本を選択し鍵盤を押す行為が不可能であり回路速度も遅い。また解剖学的視点から指と指との間の腱（筋肉と骨をつないでいる部分）の固さなども、教員のトレーニングされた柔軟な腱とは違っている。

そして最も初心者が苦勞するのは、右手と左手での同時に別々の動きをする操作である。右手は左の脳が、左手は右の脳が支配しているが、左右の脳の間には脳梁（のうりょう）と呼ばれる橋がかかっており、右手と左手の同時の操作にはこの橋での情報がやりとりをして行われる。教員の橋は体積も大きくしっかりとしているのに対し、初心者の橋は小さい。大人になってからのこの橋の幅や体積は変わらないが、左右のやりとりの通信速度は上げられるので、指導にあたってはそこに着目したい。

3-2 音符を動きに変換する脳部位

古屋（2012：92）によると、頭の頂点のやや後ろ側にある上頭頂小葉という脳部位が、目から入った情報、すなわち音符を動きに変換する「読譜力をつかさどる脳」であり、その大きさは教員の方が大きいことが研究結果ででていると書かれている。教員の脳は、楽譜に指番号が記されているいにかかわらず、音符に対応した指を自動的にイメージすることが可能である。それに加え、音符をピアノで弾く手の形の動きを変換する脳の回路もできあがっているのに対し、初心者は読譜を動きにするには音まですりかかると到達せず、とりあえず音だけを間違った指使いで出してしまう傾向がある。教員は豊富な経験により、スケール、アルペッジョ、または和声進行の予測などもグループ化をして解読可能であり、左脳を活動させずとも、映像などをつかさどる右脳の五感認識により、スムーズに読譜を動きに変換させながら演奏の進行が可能であるが、記憶をつかさどる海馬という部位にガイド情報の蓄えがほとんどない初心者は、進行の予測ができない。

3-3 初心者に見られる症状とその対策

① 指先のコントロール

ピアノの鍵盤は88鍵あり、西洋音楽の楽器の中では比較的大きく、楽器の帝王ともよばれている。西洋音楽の楽器の中では大きい方に属する。他の楽器と比べると内部も複雑な作りになっており、演奏者も身体の関節を意識し、硬直なしに対応しなければ楽器をうまく支配できない。指先のコントロールをするには針の穴に糸を通すように指先により神経を集中させる方が正確にコントロールできるが、初心者は指先のみではなく肩まで、もしくは上半身を硬直させる傾向にある。

[対策] 自分の関節全てに意識を持ち、筋肉は緩めるというトレーニングが有効的である。それは日常生活でも実践が可能である。例えば、電車のつり革に指先の関節を丸くして指先のみでつかまってみる、肘で揺らしながら肩までの関節を緩め脱力し、腕の重みを頑丈な指先のみで支えている感触をつかんでいく、などがある。

② 鍵盤上での高音域と低音域の弾き方

88の鍵盤の幅は約120cmで、カーブせず平行に直線的に並んでいる。初心者は、高音や低音になっても指先を鍵盤に対し角度をつけずに真っすぐに打鍵しようとするのが多く見受けられる。そうになると肘が身体の脇について肩が上がり、上半身の連動も利用せずに打鍵を続けなければならない。それに加え親指は鍵盤の上での待機もできず鍵盤の外に落ちてしまい、使用する度に体勢を整えねばならなくなる。また、骨盤を左右に揺らさず高音域や低音域を腕のみで打鍵しようとする、肘が真っすぐになってしまい更に弾き難い体勢になる。

[対策] 鍵盤に対して自分の手から肘までがカタカナの「ハ」のようなポジションの意識を持つこと。手は扇子のようにイメージし2、3、4指が中心で両端の指は鍵盤の上から落ちないように、高音域や低音域でも斜めから打鍵すること。乗り物で着席している時に揺れでバランスをとる様に、上半身を骨盤というクッションにゆだね、左右に骨から動かすこと。腕の移動も同様に、骨から移動という意識を持つことで、筋肉の硬直を防げることにもつながる。高音域の打鍵の時には軽く上半身と肩も右に回転させ肘までの「ハ」の字を保つ手助けをすること、などが挙げられる。

③ 鍵盤の打鍵の位置と指の形

鍵盤には白鍵より奥に配置されている黒鍵という36個の山がある。初心者の多くは白鍵の自分側の端を打鍵するのを好む傾向にある。てこの原理により、端の方が鍵盤の重さも軽いと無意識に認識していることと、中央で打鍵する方が隣の鍵盤を一緒に押してしまうリスクがあると思ってしまうことがその理由であるが、それは彼らの指先が第一関節も丈夫ではなく、平らにして打鍵しているからである。加えて手の内側のアーチも鍵盤の上では殆どなくなってしまっているので、手の内側で他の音を触るのを無意識に防ごうとするためである。空間に関する情報を動きに変換する能力も、初心者ではまだおぼつかないので、次に来る音の予測もせず現在の連続で進行しているが故に、いざ黒鍵を打鍵する時には慌てて鍵盤の中央に移動せねばならない。その瞬時の動きが筋肉の硬直にもつながり、ますます身体も硬直し、打鍵の速度も早まり、音が荒くなり粒も揃わなくなる。黒鍵の打鍵の後には同様に白鍵の端に瞬時に戻ろうとする。悪の連鎖のくり返しである。また黒鍵を含む和音の打鍵においては、白鍵担当の指が可能な限り同様に端を打鍵したいがために、黒鍵担当の指は白鍵との距離があるので、それに合わせ平たく、まるでボタンを押すかのような打鍵になり、手首も鍵盤すれすれに落ちて、使用しない指は不要な音を出したくないので、まるでしゃちほこの様に天井を指し反り返り、筋肉の硬直を誘い肩まで上がってくる。稀にはあるが、使用しない指を上向きではなく、内側に曲げて無用な音を出さぬよう避ける大変な作業をする学生も存在する。その時の指は主に第二関節から上げようとする意識が強く、もしこれが発育途上の子供だったら、第二関節が反り返り第一関節は丸くできるという奇妙な指を持つことにもつながり、教員としても恐怖を覚えてしまうほどである。

[対策] 全調性の主音から第5音までの往復を毎日ひとつ1分でもいいのでくり返し片手から弾いてみる。その時にまず5音を同時に弾き、隣と隣との指の位置が最短距離のポジションで掴んでいるかを確認する。初心者が嫌う黒鍵と黒鍵との間の白鍵も打鍵しなければならないケースがあるのを認識できる。(イ長調4指など) 全ての関節が丸く、各指が立って手の内側のアーチがあるかを確認し、弱い音でもいいので、仕事をしない指は鍵盤から離れず楽に待機しているか意識しながら行う。これは上記に記した運動

野の細胞の働きを刺激させ、身体におぼえさせる経験を増やしてピアノの熟知度を高めることにもつながり、シンプルだが効果的である。いい形、正当な奏法の情報のみを脳に覚えさせることが大切であるのは、脳は言われるがままの情報をもまず短期記憶に収納し、反復する動作を長期記憶に保存するからである。昨日食べた夕食は思い出せないが、自分の電話番号は意識せずに言える。これが身体で覚えるということで、そうなると運動野もさほど使わなくても演奏が可能になり、瞬時の注意力のゆとりも出てくることにつながる。

④ 左右の異なった弾き方に対するコントロール

上頭頂小葉にて読譜の変換を動きにし、脳梁の橋で左右の通信もこなし両手で違う音を出すことには成功した。しかし、まだそれだけではアルファベットを読み上げている状態に過ぎず、曲の言おうとしていることに到達するには程遠い。例えば右手は旋律担当で、レガートで音をつなげて弾かなければならないが、左手が伴奏を担当していて、それが同じ音の連打をしなければならない場合など、初心者にはこの左右の異なった奏法の違いを左右同時に表現することが大変困難である。左手は打鍵の後正確に離鍵をしなければ二つ目の音は出ない。初心者ではその場合、左の離鍵に気を取られると、右手も左手につられてノンレガートになってしまうケースが多い。また休符なども、離鍵することに対して神経がまわらず、音を伸ばしてしまうことが多い。音のみならず他にも指令の変換をしなければならない点が多々存在する。

〔対策〕左の音を右の保たなければならない音に対して、まず4回ずつ入れて練習をする。右手の次の音に移行する前の瞬間に「自分がすべきこと」の確認の「間（ま）」を、立ち止まってよいので認識をする。この瞬間こそが学習のポイントである。「右手は音をつなげ左手は連打なので音が切れるのは当然」という意識の瞬間の認知をくり返す。このトレーニングで、左右の言ってみれば声部分けの動作は容易になってくる。同様に片手のみで多数の声部を弾かなければならない場合も、この練習方法は効果的である。各音の長さ、そして各声部の理解、音色分けなどは相当な技術を要する。

結局は音が出ていると、それだけで容易に弾けたつもりになる安易な誤解と安心さが傲慢を生む。常に練習の時は疑いを持って自分の行動を見つめる必要がある。

3-4 各専攻楽器による困難と特徴、そしてその対策

この項目では統計学的に各専攻楽器の癖の特徴を挙げてみたい。個人差はあるが、筆者の10年余りの調査に基づいて述べてみる。

① 各コースの学生の傾向

トランペット、ホルン、クラリネットやサクソなど、移調楽器を専攻とする学生はフラット系が身体に馴染んでいるようで、スケールも \flat のついた調性を得意とする傾向にある。臨時記号での黒鍵使用時も、 \sharp の様に半音上がるという場合の方が \flat の臨時記号よりも、動作変換回路のもたつきを感じることもある。しかしフルート専攻の学生に対し指導上あまり苦勞をした記憶がない。何故なら、実音で記譜される楽器であるからである。使用楽器もC管であり、そして指先が器用な学生が多い。吹奏楽部でも最高音域の旋律を担当することが多く、音楽表現に熟知しているともいえよう。

バス担当のトロンボーン、ユーフォニアム、チューバなどを専攻している学生は、 \flat 音記号の変換

動作には問題はないが、88鍵ある音域での高さの感覚をつかむ困難さを感じる人が多い。

打楽器コースの学生は、音楽を職業として志望する情熱を熱く持ち、教員になることを真剣に目指す学生もかなり多い。ピアノ奏法での特徴としては、専門が常に肩甲骨を意識して指先から遠い身体の部分の活動から演奏している楽器を操っているため、指先と読譜動作能力の回路には劣るが、年数を重ねるごとにピアノ演奏も着実に向上していくと言える。何より情熱を持ってピアノという楽器と教職ピアノ実習の授業に接している学生が多いことから、その努力が3年次には成果を挙げている学生も少なくない。

弦楽器コースの学生は、まず指番号がピアノのそれと一つずつずれているので、その変換回路に苦心しているケースもある。ピアノコースの学生が、ハ音記号を読むのにト音記号やヘ音記号を基準に何度上げる下げる、などと読譜するのと同様に、右脳で判断できないことが弦楽器奏者のこのピアノにおいての指使いであるともいえる。しかし、音符を見て唇の形のイメージする管楽器奏者とは違い、右手は弓を、左手は弦を押さえるという左右の異なる動作の苦勞を味わっている専攻楽器であるから、回路と伝達速度は十分に発達している。

〔対策〕単旋律を担当とする奏者の特徴としては、やはり大譜表読譜の動作の変換が遅いのと、初心者では楽譜の情報をリアルタイムで活用できる能力に乏しいケースがある。すなわち、自分の現在地と楽譜との進行地点が同時に進行していないため、迷ってもその地図の現在地を探す時間のロスで楽譜という存在が瞬間芸術の音楽である時(とき)を止めなくては、その利用価値がゼロになってしまうのである。運動野から脊髄に指令を出し、音を出すまでの工程のみで余力がない初心者では、暗譜をしないと試験には合格できない状態に陥る。しかし教員の責務とは試験に合格させるためのものだけではなく、ピアノ奏法全般の素養を身に付けさせることにもある。視覚的情報はより分かりやすい音符の羅列とその傾斜などにも関係性がある。儉約された小さい音符の見えにくい楽譜を使用せず、子供用のバイエルなど、拡大の楽譜を見ながら弾くという作業を副科ピアノと併用している学生には時間をかけ取り組む必要がある。

また彼らは、スケールでの#りなどがイコール黒鍵、という感覚はない。更に移動ドで調音を取っている学生らにとっては調整とは全てハ長調に聴こえてしまっている。

そこで参考にしたいのがジャズコースの学生たちの優れた耳である。彼らはコードネームさえあれば曲の背景のハーモニーを感じることができる。言わば概要を察知する能力にたけている。クラシックを専攻としている学生は、アルファベットをつなげて単語からワンフレーズを知り、そして全容を理解し曲を知るのに比べ、ジャズコースの学生は、まずはハーモニーから全容を知り、細部のセリフを解読していく道をたどる傾向にある。視野と距離感の違いがそこにある。正確に楽譜通りに演奏する能力には欠け、不器用さはあるかもしれないが、音楽鑑賞に関しては、その量がクラシック専攻の学生とは違っている。この道を選択した発端は習いことからではなく、耳からのアナログ的な感覚からスタートしている傾向にある。音楽鑑賞をしている脳とは、どこか特定の部位だけが音楽を鑑賞する役割を担っているのではなく、音楽という情報の処理は脳全体で行われ、和声の認識には言語をつかさどるブローカ野が、リズムの処理には聴覚野と身体の動きをつかさどる脳部位が関与し、右の脳が拍子を、左の脳がリズムの中にある規則性を処理している(古屋2012:75-76)。感覚的な毛穴を増やし、好きでたまらな

くて音楽の本質から入った彼らは、即興性に優れているので緊急時の対応も柔軟にできる。教員はその長所を利用しつつも、欠けている部分を補う指導法が求められる。

② 手の使い方に関して

ピアノ以外の楽器の奏者は手袋のミトンの様に、親指対2、3、4、5指と楽器を構えるケースが多く、ピアニストの様に親指を他の指と同様に動作させてはいない。ピアニストの親指は、スケールなどでそれを軸にしてくぐらせるなど重要な役割を持ち、しなやかさがようになってくる。親指はもともと背が低い。第一関節を曲げて立ち上がらせ、他の指との背丈を合わせなければ親指の打鍵時に全体が下がり、スケールを弾く場合などの親指のくぐりの時にはまた高さが必要であるから、その度に持ち上げねばならず、余計な動作をしなければならぬ。その点が彼らには困難である。日常生活でも第一関節を丸くする必要がない。

他の例では、トランペット奏者の右手の小指はフィンガーフックにかけ、他の指のみの動きで演奏しているが、鍵盤上でもそれが影響している例もある。小指が力み常に上を向いてしまい、それを支えにして他の指が動いている癖が見える場合もある。

[対策] こうした症状は鍵盤の上のトレーニングからではなく、ひざの上、または机の上で肘と手首も机に落としたりリラックスさせ、片方の指で小指を触り、力んでいないか、確かめながら他の指をゆっくり動かしてみる。小指なしでも動くことが可能なことを脳に覚えさせることからスタートし、小指との連携を解放させる。漢方薬のように即効性はないが、長いスタンスで取り組むことが重要だ。それは自分の専科の楽器にも効力があり、ひとつの小さな力みから全体にも影響を及ぼすことにもつながる。

3-5 有効な脳内物質を引き出しながらの授業

学生がよりよい精神状態で行う授業は効果を生む。教員が学生の不器用さに焦り、威圧的な態度や無意味な叱咤をくり返すと、ストレスホルモンのコルチゾールが上昇し脳機能がフリーズした様になる。同じ時間内なら、「やる気神経」とも呼ばれるホルモンのドーパミンが分泌されている中での学習は、よりよい吸収力と向上をもたらす(茂木健一郎 2015:120)。前回より向上した点の一つでもよいので褒めることも大切である。教員は各学生の経験値と海馬に蓄えてある情報量、それぞれの学生の性質も見極め、臨機応変に対処しなければならない。そして教員と学生の信頼関係も重要である。年長者の教員がまず広く温かい心で接し、学生に心を開いてもらわなければ習得できるものもできないのである。教員が出した処方箋を信じ、実践してもらわなければ4年次までの時間がない。精一杯の真剣さと愛情を感じとってくれば学生も自ずと毎日ピアノに向かうであろう。

おわりに

様々な角度から学生へのピアノ指導について3名で検証してきたが、教員の最終目的としては、ピアノさえ上達させればよいというものではない。大勢の生徒を相手に授業をするという教員としての資質、またお世話になる実習先の先生方に対しての社会人としての礼儀や責任感などの人間形成においても、この教職ピアノ実習の中で教員ができることがある。中学校や高等学校の教員は、思春期という非常に

重要な時期の生徒を対象としている。音楽の授業さえしていればよいというわけではない。

教員である前にひとりの人間として、その人格も大変重要である。そこに闇があると、おのずと人間関係に霧がかかり、そこからは向上も信頼も何も生まれない。まずは教員が学生のお手本となる様、常にそこには礼儀正しさや謙虚さ、教員自身の探求心、賢明さ、学生の向上への情熱を持ち接していかなければ、これらの研究も絵に描いた餅になってしまうであろう。プロの教員として結果が全て、という信念とプライドを持ちつつも真正面から学生と向き合うことが何よりも重要である。 (秦 江里奈)

引用・参考文献

エーゲルディングル, ジャン=ジャック/米谷治郎・中島弘二訳 2005『弟子から見たショパン—そのピアノ教育法と演奏美学』音楽之友社

古屋晋一 2012『ピアニストの脳を科学する』春秋社

茂木健一郎 2015『結果を出せる人になる!「すぐやる脳」の作り方』学研パブリッシング

ハノン, シャルル=ルイ/平尾妙子訳注 1955『全訳ハノンピアノ教本』全音楽譜出版社