

音楽療法ってどんなもの？

本日の流れです。

- 1 音楽療法について知ろう
- 2 耳を澄ませて聴こう
- 3 「いますぐ使える！」教材＝「HIRANO SMCs」の紹介

1 音楽療法について知ろう

音楽療法とは、「音楽のもつ生理的、心理的、社会的働きを用いて心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」日本音楽療法学会の定義

→日本音楽療法学会は、日本の中では一番規模が大きい団体になります。音楽療法士は、国家資格ではなく、学会認定音楽療法士となっています。自治体によっては、独自の音楽療法士の資格を出しているところもあります。

♪学問としての音楽療法

アメリカで第二次世界大戦後、多数の帰還兵に対して行われたことから発展してきました。アメリカの医療当局は、こうした兵士たちのために施設を充実させるべく、音楽家たちが病院で雇われました。しかしながら、医学や科学の専門家は、ほとんど何事にも無反応な患者でも音楽ならば心を動かしたという類の初期の逸話には簡単に納得しませんでした。

課題は、音楽活動の効果を立証し体系づけること、行動変容に及ぼす音

楽の影響について調査すること、特定の治療計画に基づく音楽的介入の効果を検討することなどでした。

そこで、訓練機関が誕生することになったのです。

1944年にミシガン州立大学で初のカリキュラムが設定されてから、全米音楽療法協会、1971年には、アメリカ音楽療法協会が設立されました。

英国では、チェロ奏者であり、教師で、音楽療法の創始者として世界的に有名なアルヴァンがいます。英国における音楽療法の発展として、1958年に音楽療法治療音楽協会が設立、その後英国音楽療法協会と改名。1968年には、アルヴァンによって音楽療法課程が創設されました。1974年にはノードフとロビンズによる音楽療法課程が、南ロンドン・ゴルディレイ病院で開始されます。1976年に、職業音楽療法士協会が設立されました。

ちなみに日本では、1986年に日本バイオミュージック研究会が設立されました。1994年には、臨床音楽療法協会が設立。1995年に前述した二つの団体が合併し、全日本音楽療法連盟が設立されました。1997年に音楽療法士の認定を開始しています。そして、2001年に日本音楽療法学会が設立されました。2018年に一般社団法人化しました。欧米から遅れること約50年後の出来事になります。

♪音楽療法の場面を見てみましょう

気になったことは？

♪わたしが学んだ音楽療法と隣接領域

●ノードフ・ロビンズ創造的音楽療法

ピアノの演奏家であり作曲家でもあるポール・ノードフと、当時でいう特殊教育家のクライブ・ロビンズが多くの臨床をもとに作り上げた音楽療法です。クライアントの出す音を受け音楽を広げたり、クライアントの音を引き出したり、その場でセラピストが即興的に音楽をつけたりします。様々な技法を使いクライアントにアプローチするために、即興演奏など高度な演奏技術が求められる音楽療法です。

★音楽療法とひとくちに言っても様々な方法論がある中、特にこのノードフ・ロビンズ創造的音楽療法は、音楽的な技術がたくさん要求されます。クライアントの動きに合わせた即興演奏は、一朝一夕ではできません。そこで、私が学んだ大学では、演習の中で曲作りをしました。その多くが、私たちがよく知る西洋音楽、いわゆるクラシック音楽とは少し違ったニュアンスのものです。

後ほど紹介させていただきます。

Key word : 教会旋法 五音音階 ブギウギ

●早期母子関係理論

スターン、ウィニコット、ビオンの早期母子関係理論を音楽活動の治療的意義を支えるバックボーンとしている臨床の書籍を参考に、実践を行っています。

(参考)

スターンの小児発達理論における「情動調律」

情動調律：何らかのマッチングで起こる「共有」の姿

(例) 生後9か月の男の子が、母親と向かい合って座っている。手にはガラガラを握り、楽しそうに、ふざけながらそれを振り回す。それを見ながら母親は、息子の腕の動きに合わせうなずき始める。

→この考え方を、音楽療法活動の中で置き換えて・・・

「クライアントの行動に対してセラピストが音楽で同調する」

◎音楽で同調した根拠としての理論的なバックボーンがこのスターンの理論

♪わたしが大切にしていること

1) 環境づくり

音楽だけに言えることではありませんが、これから始まる集中できるような環境設定はもちろんのこと、環境づくりは、その場で生まれるエネルギーにも大いに影響を与えていると考えています。そのため、その場の雰囲気作りとして、日常生活空間とは少し違う空間を意識して準備するようにしています。

2) 音の扱い方

一つ一つの音の響きを大事に取り組むことが必要だと感じています。一つ一つの大事にされた音の連なりから生まれる音楽を大事に扱うことが、私の実践の核になっています。

2 耳を澄ませて聴こう

♪バードコール

♪ティンシャ

♪トーンチャイム

黒いやつが使いやすい！

3 「いますぐ使える！」教材＝「HIRANO SMCs」の紹介

♪ドの即興

♪握手しよう

♪すずの曲

♪Taking Turns

♪音のしりとり

♪ベルがなるよ

♪スティックソング

♪everyone!

♪揺らそう

♪弦楽器のエチュード



今ここで、起きていることをそのままを受け取ること

今ここで、起きていることを大切にすること

今ここで、起きていることに敏感になること



♪使用楽器

ライアーハープ 音積み木 ベル (C G D) すず スネアドラム クラッシ
ュシンバル ティンシャ トーンチャイム スティック プレイクロス
キーボード ギター

参考文献

レスリー・バント著 稲田雅美訳 音楽療法—言葉を越えた対話— ミネルヴァ書房

稲田雅美著 ミュージックセラピー対話のエチュード ミネルヴァ書房

日本音楽療法学会ホームページ <https://www.jmta.jp>