

【コラム】音楽療法について N02

中束 愛 (ミュージックセラピスト)



現在、オランダ・アーテズ芸術大学の契約研究員（～9月）
5月、大学院生や学部生向けの講義もさせていただきました。

方々が、音楽療法に非常に前向きで、最初からサポートしていただけたことは、他職種の同僚や保護者から理解を得る大きな助けになりました。

♡ 音楽療法と音楽教育の違いについて

音楽療法と音楽教育には、共通点もありますが、今回は違いに焦点を置きます。

1) 目標、目的

音楽療法の目標、目的は音楽以外のスキルの取得、もしくは向上です。楽譜の読み方、楽器演奏の仕方、音楽理論といった音楽のスキルや知識を得ること自体が音楽療法の目標、目的になることはありません。音楽療法において、クライアントが音楽のスキルを学ぶことはあり得ますが、あくまで目標達成のための過程です。

2) 期間、頻度、人数

クライアントのニーズや目標、各臨床現場によって様々ですが、開始前から実施期間を設けていないこともあります。カリキュラムがあるわけではないので、3か月で終わることもあれば、1年以上続くこともあります。週2回の場合もあれば、隔週1回ということもあります。個別、もしくは、グループの場合もあります。1回30分のことでもあれば、1時間以上のこともあります。例えば、毎週月曜日1回30分、個別といったように、定期的に行うことが一般的です。

3) 音楽のジャンルや楽器の種類

音楽療法では、クライアントの好むジャンルの音楽を使うことが研究でも推奨されています。

私は、アメリカの障害児者施設で半年間、音楽療法インターンとして働いた後、アメリカの障害診断やセラピーサービスを行う医療センターで4年間音楽療法士として勤務しました。その後、スーダンの特別支援学校で通算3年半、日本の障害児施設で1年間、障害児者へ音楽療法を提供してきました。

文化や言語が異なる海外での勤務、音楽療法が知られていない職場でゼロからのスタート等、様々なチャレンジがありました。どの職場も共通していることは、音楽療法を通してクライアントに変化があったことを実感してもらえると、周囲から多大なサポートをいただけたことです。

また、施設長、院長、校長、社長という各職場の

また、使用する楽器はクライアントのニーズや目標、臨床現場によって様々ですが、ドラム、鉄琴、木琴、マラカス、鈴、タンバリン等、打楽器が用いられることが多いです。また、米国では、伴奏ができる楽器として、ピアノ(キーボード)、もしくはギターを使う音楽療法士が多いです。

• セラピストとクライアント の関係性

臨床現場でのセラピストとクライアントの関係性は特殊です。セラピストは、クライアントにとっての心理的な安心安全を最重視しています。いわゆる「上下関係」が出来上がったり、威圧的、高圧的な態度を取ったり、といったことが起きないように細心の注意を払います。信頼関係構築のために、クライアントの言動を意図的に受容し、批判もしません。また、クライアントのプライバシー、守秘義務を徹底します。

• 障害児への音楽療法

障害児への音楽療法では、能動的な音楽活動を行うことが一般的で、即興演奏が用いられることも多く、楽器演奏したり、歌ったり、音楽に合わせて体を動かしたりします。時には、簡単な作詞や作曲をしたりすることもあります。