

1. 一問一答

Q1. 音楽療法と音楽教育の目標や目的は同じですか。

A1. いいえ。

音楽療法の目標、目的は、感情（情緒）、コミュニケーション、ソーシャルスキル、身体、認知の領域です。音楽のスキルの取得、もしくは向上が目標、目的になることはありません。

（注：セラピーの過程でクライアントが音楽のスキルを学ぶことはあります）

Q2. 音楽療法士の資格を持っていなくても音楽療法を提供することができますか。

A2. いいえ。

アメリカでは、大学、もしくは大学院のミュージックセラピー学科を卒業し、かつ資格試験に合格し、MT-BC（米国認定音楽療法士の資格を所有している者）が行います。

（注：仮に、医師免許や音楽の教員免許を持っていても、音楽療法士の資格を持っていない方が、障害児者や疾病のある方と音楽活動を行った場合、ミュージックセラピーと呼ばれません）

Q3. 音楽療法は科学的研究データに基づいて行うものですか。

A3. はい。

痛みの緩和、ストレスマネジメント、コミュニケーションの向上、感情表現、身体的なリハビリ等、様々な分野で効果があると科学的に証明されています。

Q4. 音楽療法の多くは医療施設、福祉施設等、臨床現場で行われるものですか。

A4. はい。

通常は、医療、福祉、教育、更生施設等で行われます。例として、一般病院、身体リハ



写真1. 米国の職場でのセッションの様子

ビリセンター、依存症リハビリセンター、高齢者施設、障害者施設、刑務所、学校等があります。

Q5. 障害児への音楽療法は通常、週に1、2回、短時間で行われることが多いのですか。

A5. はい。

通常、1セッション、個人の場合は20～40分、グループの場合は30～50分程度、週にひとりあたり1、2回程度のセッションです。

Q6. 音楽療法のセッションは個別でのみ行われるものですか。

A6. いいえ。

個人の場合とグループの場合があります。クライアントのニーズやスケジュール、目標や目的によってグループの人数も様々です。

Q7. 音楽療法のグループセッションは同じメンバーで毎回行われることが推奨されているのですか。

A7. はい。

通常、毎回のセッションにおけるグループメンバーは同じです。一貫性は、心身ともに安心、安全な環境を提供することが必要不可

欠ですので、メンバー、場所、セラピストや参加スタッフの変更は極力避けます。

Q8. 音楽療法を受ける条件として、クライアントは音楽のスキルを持っている必要がありますか。

A8. いいえ。

音楽療法において、クライアントは、音楽のスキルを持っている必要はありません。音楽に興味がある、もしくは音楽が好きである必要もありません。

Q9. 音楽療法のセッションでは、歌をうたうか、楽器を演奏するのみですか。

A9. いいえ。

合唱、レコーディング、歌詞についてのディスカッション、合奏、指揮、ミュージックビデオ作成、即興演奏、歌、視聴、作詞、作曲、パフォーマンス等、クライアントのニーズ、目標、目的に合わせて、また、研究データに基づいて、音楽活動を実施します。

Q10. 音楽療法はセッション以外にもアセスメント、計画、記録等を行う必要がありますか。

A10. はい。

通常、以下のプロセスをすべて行います。

- 1)同意、2)アセスメント、3)計画、
- 4)セッション、5)記録、6)終了

Q11. 音楽療法士は友人や家族にも音楽療法を提供することができますか。

A11. いいえ。

倫理上、クライアントと二重の関係性を持つことは回避します。音楽療法は、先生と生徒ではなく、親子でもなく、友達同士でもない、セラピストとクライアントという特殊な関係性の中で行われます。

Q12. 音楽療法の最終的な目的は、常に癒しですか。

A12. いいえ。

音楽療法の目標、目的は、感情（情緒）、コミュニケーション、ソーシャルスキル、身体、認知の領域です。

Q13. 音楽療法ではクラシック音楽を使うことが常に推奨されているのですか。

A13. いいえ。

クライアントが好きな曲や興味のある音楽のジャンルを使うことが研究データにより、推奨されています。ただし、目標や目的に合わせて、新しい曲やジャンルを紹介したり、歌詞を変えたり、アレンジを変えることもあります。

2. 4か国での臨床を通して

私は、米国にある障害診断、セラピー等を提供する総合的な医療センターで4年間、スーダンの特別支援学校で3年間、日本の障害児施設で1年間、音楽療法士として障害児・者と働いてきました。また、オランダでの修士課程在学中、パーキンソン病の方々と約半年間、働く機会がありました。資格を持った音楽療法士は、おそらく私が初めてであったスーダンという国であっても、音楽療法サービスが保険適応になる州もあるアメリカであっても、音楽療法を正しく理解していただくとともに、音楽療法の可能性や有用性も感じていただけるように仕事を続けてきました。今回の連載コラムで、皆さんが音楽療法とはどういうものか理解を深めていただけたなら幸いです。 (了)



写真2. スーダン人からインタビューを受けた YouTube 動画
<https://youtu.be/wPAPsHZo5Ew>
「スーダンで活躍中 音楽療法士 you tube」で検索!