

音楽療法～発達障がいと自閉症の子に対するアプローチ～

音楽班：岩本 椎菜 岡崎 美佳 寺崎 みな美

1. はじめに

本研究の動機は、私たちの身近に障がいをもつ子どもがおり、その子に対して音楽を用いたアプローチをしたいと考えたことである。

2. 音楽療法について

音楽療法とは音楽の持つ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障がいの回復、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、音楽を計画的に使用すること、と定義されている。



日本ではまだ音楽療法に対するの正確な認知が広まっておらず、音楽を用いた遊びのように捉えられることも多いが、音楽療法は娯楽としてでなく、治療法として目的をもって音楽を活用する。

・音楽療法の流れ

アセスメント→目標・プログラムの設定→実践→記録・評価

※アセスメントとは、クライアントさんに関する情報収集を行い、状態を把握する

ことである。これによって、よりの確な課題を見つけることができるため音楽療法には欠かせない重要な作業のひとつである。

3. 実践

発達障がいと自閉症を併せ持つ12歳の男の子であるA君とご家族に協力していただいた。

【A君のアセスメントの結果】

- ・そわそわして集中力が持続しない
- ・順番を守るのが困難である
- ・打楽器が好きである
- ・コミュニケーションをとるのが苦手である

ということが分かり、この結果を基にチェロとパドルドラムを用いた音楽療法を行った。

4. 実践 <チェロによる導入>

私達はチェロを治療の導入に使用した。チェロとは弦楽器の一種で低音を出す。また座って抱え込むようにして演奏する。

チェロを治療の導入に用いた理由として一つ目に、チェロは女性や男性の話す声と同じ音域の音を出すため、音色そのものが人の声のような温かみを持っている。親が子守唄を歌って子供を寝かしつけるように、子供にとって親の声は聴くだけで安心するものである。さらに、チェロは抱きかかえるようにして演奏するものであるから、何かに抱きついていてという安心感が生まれる。よってチェロの出す音域や演奏体系から、クライアントの子供に安心感をもたらし、精神の安定を図ることが可能である。

二つ目の理由は、チェロという楽器が普段見慣れない楽器だからである。一般的な音楽活動で使用するような楽器はタンバリンや鈴といった楽器であるが、チェロを使用するとうことはあまりないと言える。したがって見慣れないチェロはどのような楽器でどのような音がするのだろう、と子供に想像させ興味を引くことができるだろうと考えた。チェロを治療の、しかも導入に選んだのはこのためである。

三つ目の理由は、弦をはじくだけで誰でも簡単に音を出すことができるからである。チェロは弦楽器であるため弓で弦をこすって演奏するが、弦をはじいて演奏するピッツィカート (pizzicato) という演奏方法もある。簡単に音を鳴らすことができ、また指に力を意識的に加えるため、少なからず運動神経も刺激することが可能である。

そして最後となる最大の理由は、身体に振動を体感させることができるからである。チェロの深い音を振動で感じることで音楽の印象を強めるため、音楽の持つ感動や陶酔感を感じることができる。またチェロのような低音振動の心地よさは精神のリラクゼーション効果が期待できる。それらの理由から「身体に振動が伝わる」ということは、音

楽療法にとってとても重要なことである。このような振動を、体感音響振動と言う。体感音響振動とは音楽の情報を持った振動を発生させる。音楽の情報とは、音の高低や楽器の音色、リズム、音の強弱の幅などのことを言う。音楽を聴くだけでなく、さらに体感音響振動を感じるによって重低音感、リズム感、エネルギー感などが強調され、これが心理的、生理的効果を及ぼし音楽の持つ感動や陶酔感、恍惚感を深める。実際に、体感音響振動を用いた音楽療法があり、そこではボディソニックという体感音響装置を用いている。

さまざまな理由を挙げてきたが、よって単に音楽を聞かせるよりも治療の効果は絶大だと思われる。このことからチェロを導入に用いた狙いは、リラックス効果とあきやすい性格の A 君の興味、関心をひくことである。私達はチェロの導入によってスムーズに音楽療法を進めることができると考えた。今回、チェロによる治療は二度行った。一度目は A 君の興味をひくことができ楽しそうに取り組めたが、二度目は集中力に続かない日だったため取り組むことはできなかった。

【比較的集中力の持続した一度目の A 君の反応】

- ①A 君に実際にチェロを見せた。この段階では、A 君の興味を引くことが目的である。
- ②A 君の姉にチェロの弦をはじめてもらう。大好きな家族がはじくことで、チェロにより関心を持たせることができると考えました。
- ③A 君にチェロを支えさせ、弦をはじめてもらう。弦は4本ありそれぞれ、ド・ソ・レ・ラとなる。弦にとって変わる振動や音色の違いを感じてもらう。弦をはじく場所は指定せず、A 君の好きなようにはじめてもらう。
- ④A 君にチェロの F 字溝の上に手を添えてもらい、家族に弦をはじめてもらう。F 字溝に手を添えることで、チェロが振動しているのがとてもわかりやすいからである。
- ⑤簡単な伴奏に合わせて弦をはじめてもらう。伴奏にはピアノを使用した。

【結果】

A 君にチェロを見せたところ、A 君は興味をもつことができた。A 君の姉にチェロの弦をはじめてもらったところ、A 君は反応を示し、子どもが大人の模倣をするのと同様に姉の模倣をしようとした。A 君に実際にチェロの弦をはじかせたところ、A 君は自らが出す音に喜び、チェロの音が好きだったのか楽しそうに取り組むことができた。A 君にチェロの F 字溝の上に手を添えてもらうことで、私達は A 君が響きに驚き、興味を持つと予想した。しかし、この段階では集中力が続かず自らがしない活動には関心をあまり示さないことから、他のことに意識が向いてしまった。

ここで治療は中断されたが、A 君の関心が持続していたら、簡単な伴奏に合わせて弦をはじめてもらう予定であった。一度目の治療では、はじく弦を指定することによつ

て、集中力の向上が見られると期待した。現段階では、はじく弦の指定は自分の自由にはじきたいという意志に反しているため、伴奏に合わせることは難しかったと考えられる。一度目の治療を踏まえ、二度目の治療では A 君に自由にチェロをはじめてもらい、チェロの 4 弦のどの音にも合う伴奏を考えた。A 君の意思を尊重するためである。伴奏を考えるにあたってピアノを弾けない人でも、弾けるように簡単にした。一度目の治療での伴奏は、片手だけでも演奏出来る簡単なコードで作られている。二度目の治療での伴奏は、チェロのどの弦にも合うようなコードを作った。そのため複雑そうに思われるかもしれないが、それらの和音は白鍵を一つ飛ばしにするだけで成り立つコードになっている。手の形は変わらないため、腕を平行移動させるだけで弾くことが可能である。また伴奏に変化をつけ、さまざまな雰囲気音楽を体験してもらうためにリズムを複数考えた。伴奏をすることの理由は、自分一人では作れない音楽を、伴奏によって作ることができるからである。音楽をしているという印象を持ち、感動や陶酔感が生まれる。

チェロによる治療の導入は以上である。

5. 実践＜パドルドラムによる導入＞

(1)パドルドラムとは

子供にも持ちやすい大きさで、持ち手がついた太鼓のようなもの。これを音楽に合わせてみんなで回しながら順番に叩いて遊ぶ。



(2)ねらい

- ・自己コントロール力の向上：自分の順番が来るまで待ち、演奏することで高める。
- ・集中力の高まり：音楽に合わせて叩くことで高める。

(3)方法

- ① A 君とそこご家族に順番に座ってもらい、座ってる順番にパドルドラムを回してドラムを叩いてもらう。
- ② ①に慣れてきたら座ってる順に関係なくランダムにパドルドラムを回して叩いてもらう。

(4)ポイント

子どもの意思を尊重すること。子どもの意思を無視して、無理に音楽を聞かせたり演奏をさせても意味がなく、子どもたちの意思に沿った音楽活動をすることで効果が期待できる。例えば、最初のうちは順番を待つということが難しいということがよくあるが、そんな時は無理に進めようとせず先に思う存分に叩かせてあげる。

他にも、音楽に合わせて叩こうとするときにうまく音楽に合わせてられない子は頑張っ
て合わせようとし続けるのではなく、ピアノなどの伴奏のほうから子どもに合わせてあげて段々と子どもが合わせられるようにしていく。

とにかく、子どもに合わせて様子を見ながらその子のペースで進めていくことが大切である

【結果】

最初のほうは楽しそうに順番も守って演奏してくれていたが、すぐに飽きてしまい離れて行って別のことを始めてしまった。

6. 考察

A君が合わせやすいようになるとなるべく簡単で単調なリズムにしたのが逆にA君を飽きさせてしまったので、もっと楽しくて飽きにくいリズムを考える。また、別の楽器も用意して複数の楽器で遊んだりするなどの工夫をする必要がある。



例えばこのような楽器がある。左から木琴、トーンチャイム 叩いたり振ったりでどちらも演奏方法は簡単なので音楽療法には適している。

7. まとめ

二回しか実施することができなかったので大きな変化を見ることはできなかったが、集中して取り組んでくれていたり楽しそうに笑顔で取り組んでいたりしたので、本来の音楽療法のように長期間で行えば飽きやすい性格の改善やよく笑うようになるなどの変化が期待できそうだった。

また、これらを踏まえて今後はこの二回の実施では行えなかったチェロを伴奏に合わせて弾くことや、他の楽器の使用、パドルドラムの新たなリズムの作成なども行っていきたい。

8. 参考文献・協力

日本音楽療法学会 [ガイドライン](#)

救世軍ブース記念病院 [ホームページ](#)

音楽療法～障害児の遊び&コミュニケーション 著（加藤博之）

武庫川女子大学音楽療法研究室

音楽療法士 吉里瞳子氏

音楽療法講座 「障害児の音楽療法」

体感音響研究所 「体感音響振動の効果メカニズム試論」