音楽療法士のメル友のレポートを目にして

音楽療法士のメル友から、「the　ミュージックセラピー（mt）」の出版社から、「vol.12」の「特集 1：自閉症への音楽アプローチ」の寄稿を依頼され、「体験から体験へ～豊かな経験を求めて～」と題する、音楽療法というものの実践が理解し易いレポートのコピーを送付いただいた。

以前当 HP の「『音楽力』を読んで（「雑学ＢＮ」、書籍等読後感関係（Ⅱ）、2005.05.09.：参照）」の記事で、音楽には「同質の原理」が働き易く、その人の心の状態（感情）や変化に伴って、共鳴、共振（寄り添う）するところが、コミュニケーションの問題と共有する所が多いことに触れたことがある。

その書籍：「音楽力」の読感から、音楽療法とは、個々の子どもの心を気づき、感じ取ろうとし、即応的に、また、即興的に共振、共鳴する音楽を奏でるだけに、その力量が音楽療法士に問われるなあと思っていた。

一方、障害児の保育現場や教育現場で音楽使用の取り組みに接したことがあるが、ＢＧＭとしてＣＤ等を単に流したり、また、マイペースで楽器演奏しがちで、個々の子どものもっている音楽力に即応していない活動に疑問を抱いていた。

また、個々の障害状況が異なるのについつい集団として対応して、個々の持つ音楽の同質性を活かせずにいることを目にして、折角の取り組みだけにもったいないとも感じていた。

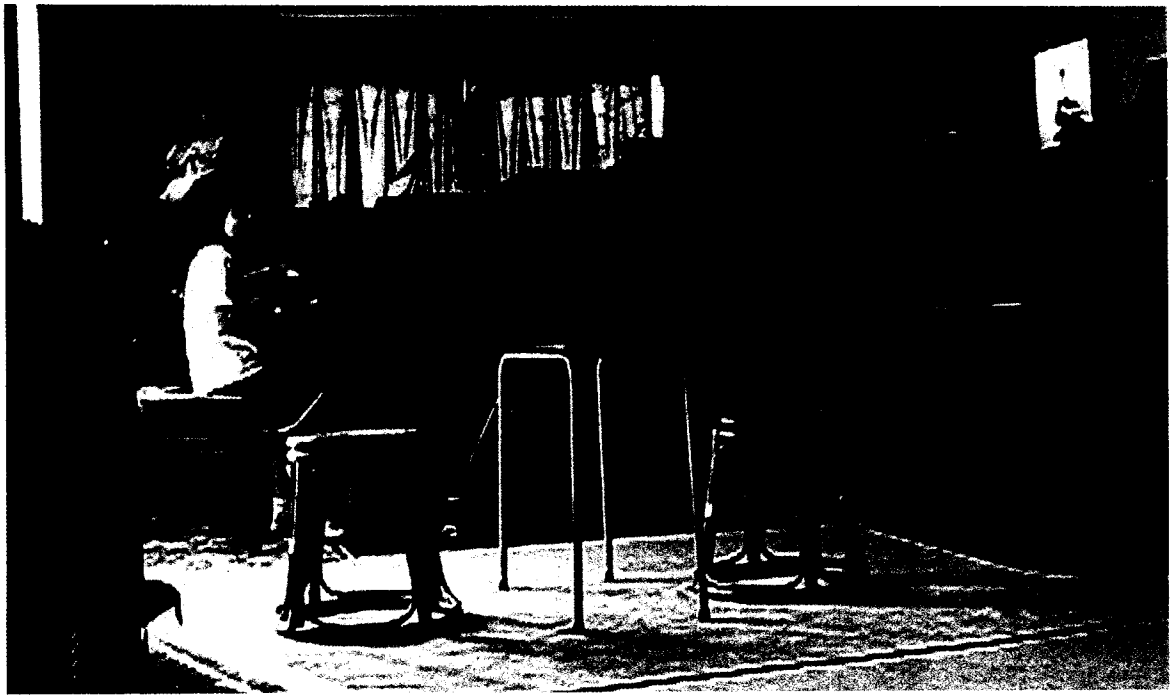
それだけに、対象のその人のその時の感情に寄り添える適切な音楽を即応的に選択し、また、感情表出を援助する音楽を即興的に奏でる能力が必要とされる音楽療法士としての取り組みを、幾つかの事例実践報告されたメル友のレポートを目にして、大いに感じ入った。

事例ケースへの即興的に奏でた楽譜までも貼付されていたし、子どもとの係わり合いの中で、自らの知識、技術を工夫・応用するメル友の力量には、感嘆、感服する。

楽器演奏というものには全く縁のない自分だけに、メル友の音楽を即興で奏でるということで、障害のある子どもの気持ちに寄り添い、感情表出を援助するメル友の姿は羨ましい限り。

「互に相手の心を読み取り合い、行動を意味づけ合い、互いの生活を豊かにし合おう」というコミュニケーション（やりとり）の観点が、音楽療法による事例の中にも読み取れ、我がコミュニケーション論に勇気をいただいた。

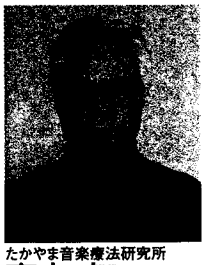
阿部幸泰　　（2008 年 1 月 7 日　記）



ピンクが似合うミクちゃん、お気に入りの手袋をつけた手がピアノの上を滑るすべる！　上行のグリッサンド奏法を使い「空へ」というイメージ即興を楽しみ、音への過敏性やこだわりを乗り越えつつあります

体験から体験へ豊かな経験を求めて

平成八年に「たかやま音楽療法研究所」を開いて十一年となる音楽療法士、高山仁さん。これまで延べ七十二人の子どもたちと関わってきたという。学会や研究会等でも、その実践を積極的に発表している。今回のテーマ「自閉症への音楽アプローチ」について、豊富な経験に基づく実践をご紹介いただこう。



たかやま音楽療法研究所
高山 仁
TAKAYAMA Hitoshi

17歳より音楽の道を志し声楽・ピアノを学ぶ。1975年国立音楽大学声楽学科を卒業、（株）河合楽器製作所に入社。同社音楽教育事業部仙台支部にて、専門講師を経て指導主事となる。1997年に退社し、たかやま音楽療法研究所を設立。その後、2002年に宮城教育大学大学院教育研究科障害児教育専攻を修了し、現在は、たかやま音楽療法研究所を主宰、主に発達障害児の音楽療法を実践。また、東日本国際大学非常勤講師　宮城県社会福祉協議会「音楽療法講座」講師を務め、後進の指導にあたる一方、音楽療法の啓蒙活動として講演活動も精力的に行っている。日本音楽療法学会認定音楽療法士、日本特殊教育学会会員

出会い

玄関からトイレへ直行！八歳のアキラ君（仮名）は、換気扇のスイッチを入れたり切ったり、十分ほど続けた。この不可解な行動は、これまで障害をもった子どもと関わりのなかった私に、ある種の恐れを抱かせるに充分であった。そして、このエピソードが、私と自閉症をもつ子どもとの出会いである。その後、音楽療法の道に入り十一年、結果的に当所の対象者の八〇パーセントは自閉症（広汎性発達障害）の子どもたちということになったが、この事態は自分から望んだわけではなく、アキラ君との出会いにおいて、そのユニークさに魅せられた（!?）か、または偶然である。

※事例においては、個人の特定を避けるため、名前、年齢、状況などを多少変えてあることをご承知おきいただきたい。

自閉症の理解

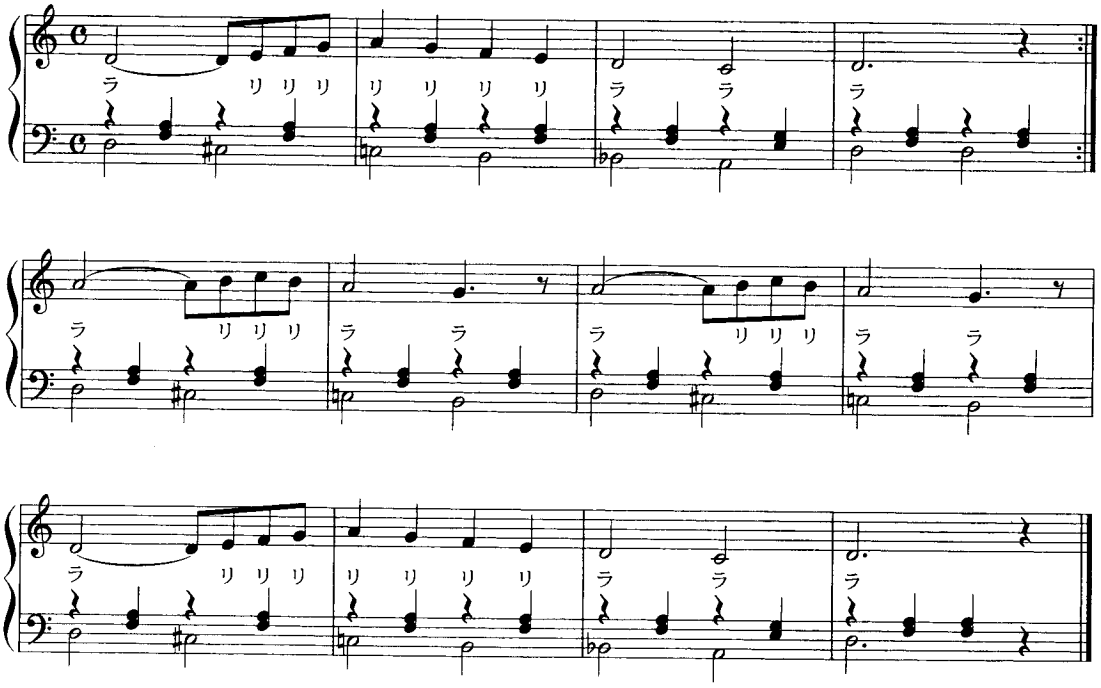
自閉症について、診断指標として用いられているDSM-Ⅳの『広汎性発達障害』やR・ウィングの『自閉症スペクトラム』などでは、言語的コミュニケーション

写真提供：たかやま音楽療法研究所（保護者の許諾を得て、記録用ビデオより転載）
本稿と写真とは連動していません。

Kのテーマ

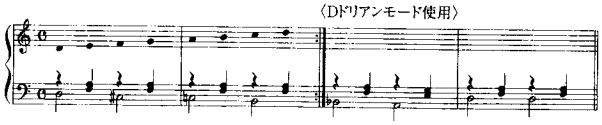
■楽譜 1

曲 高山 仁



■楽譜 1 即興の場合の譜例

〈Dドリアンモード使用〉



何事も頑張れるシュウ君！ でも、少し緊張や不安もありました。しかし、今は歌を通して「音楽」が本当の友だちになり、挨拶の曲では、時には元気に、また優しく、歌でセラピストを呼んでくれます

や社会性の質的障害、固執反復性、そして想像力の希薄さなどに該当と記述されている。

しかし、これらは、診断する際に必要な情報であって、私たち臨床家にとって重要なことは、「なぜ、そのような臨床像を見せるのか」、そして「発達上どのような障害となるのか」という『理解的解釈』をすることである。そして、二次的障害を少しでも軽減し、その子の資質を伸ばすための手立てを考え実践することではないか。

今回、このような機会が与えられ、当所における取り組みについて紹介したいと思うが、たくさんのご意見をいただければ幸いである。

『気づき』から、音楽する喜びへ

カオリさん（仮名）八歳は、知的障害を伴った重度の自閉症。表出言語はなく、激しい自傷と固執に囚われ、髪の毛をすべて抜き、その後、両手をポケットに入れ、生活の全領域において手の使用をやめてしまった。

ある日、私が、慰めに満ちた「グリーンスリーブス（Dマイナー）」をピアノで弾いていると、カオリさんは私の横に座り、もたれ掛かり、さめざめと泣いた。数分後、カオリさんの脚がブラブラ動いていることに気づいた私は、すぐに『脚のブラブラ』との交流を試み、Dドリアでの即興（楽譜1）を開始した。伴奏は左手、メロディはスキャットで、さらにベースラインを、D・C#・C・B・B♭・A・Dとし、フレーズにエネルギーを与えた。

まずは、カオリさんの脚の振幅にビートを合わせ、音楽とブラブラの一致（同期性）による心地よい刺激を提供した。その後、カオリさん自身が心地よさに浸り、自然な同期性が確保された時点で、

演奏を中断。すると、カオリさんの脚も数秒遅れて止まり、再び演奏を始めると遅れてブラブラも再開。このような『やりとり』を繰り返すうちに、カオリさんは自分の脚と音楽の関係に気づき、『脚』で私の演奏を要求するようになったのである。つまり、遊びの構造を用い『やりとり』を促進した結果、カオリさんは自らの脚を使い、意志的に表現し、『音楽した』と言える。やがて、私の演奏はスキャットからピアノでの自由なバリエーションとなり、二人はしばし『音楽する喜び』に満たされた。

そして翌週、カオリさんは入室するやピアノに直行、脚での要求行動を起し、さらに数週間後には、脚でタンバリンを叩き、相互交流行動が開かれていった。このセッションは、互いの『気づき』から始まったが、『音楽すること』の本当の意味を教えてくれた。

*このケースの理論的背景：無意識→前意識→意識＝S・フロイト（「図説 臨床精神分析学」前田重治）、気づきと表現＝ジョハリの窓（「人間関係トレーニング」津村俊充編）、遊びの構造（「遊ぶ主体の現象学へ 遊び」J・アンリオ）

初めに、音楽がある

私の音楽療法の傾向は基本的にアルヴァン・モデルにある。J・アルヴァンは、障害から引き起こされる様々な問題とは、クライエントの自己にその拠点があると捉え、自己の形成を目標とした。

第一段階ではモノ（楽器）や音楽との関係を築き、第二段階ではセラピスト（特定の大人）との関係を、そして第三段階は複数の他者（同年代）との関係を構築することを目指したのである。

また、私の経験から、第一段階において、クライエントと共に『音楽すること』ができるかどうかにすべてがかかっていると言っても過言ではない。以下、『音楽する』彼らを紹介しよう。

「ドラ、叩いてよ!」とノリ君、「ちょっと、音、怖いけど、やってみようかな?!」とサト君。聴覚過敏をもっている2人。ドラのユーモラスな音程変化は面白い音楽となって、2人を結びつけてくれました。下は、サウンド・ブロックの深い音で心を合わせています

シュウ君はドラムが大好き!
トーキング・ドラムを使ったリズム即興。リーダーとファロアーの役割交替ができるようになりました。相手を目で誘い「♪さ〜あ、太鼓を鳴らそう♪〜ドン!」

時には、母親のように

一年半ほど楽しくセッションを続けてきたサトル君（六歳、重度、表出言語なし）。ある時、急に入室を拒否し、泣くようになった。私も保護者もその原因は思い当たらない。しかし、よく聞いてみると、三人兄弟の二番目であるサトル君は、いつもお父さんと寝ていたが、長期出張のため、たまたまお母さんと一緒に寝たという。

このエピソードから私は、サトル君が愛着の対象としての母親に目覚めたのではないかと考えた。そして、子もり歌的即興（譜例2）をピアノで開始した。すると、これまで身体に触れられることに違和感を示していたサトル君は、自分から私の膝の上に乗ってきたのである。私は、ピアノを弾きながら彼を揺らし、母性的セッションを続け、やがては連弾即興へと発展した。

ここでの音楽は、『信頼』というプレゼントを与えてくれた。その後、サトル君はペア・セッションに進み、現在五ヶ月目、友達を意識し、セラピストの関心を取ろうとわざと悪さをするなど、葛藤を体験し、健全な発達を見せている。

セラピストの役割は、時には母親、時には父親、そして、時には対等な関係の友達と、その時々の課題に向けて変容させる必要がある。ある意味、セラピストは役者である。

*このケースの理論的背景：「母と子のアタッチメント」J・ボウルビィ、「乳幼児の対人世界」D・スターン、「遊ぶことと現実」D・W・ウィニコットなど

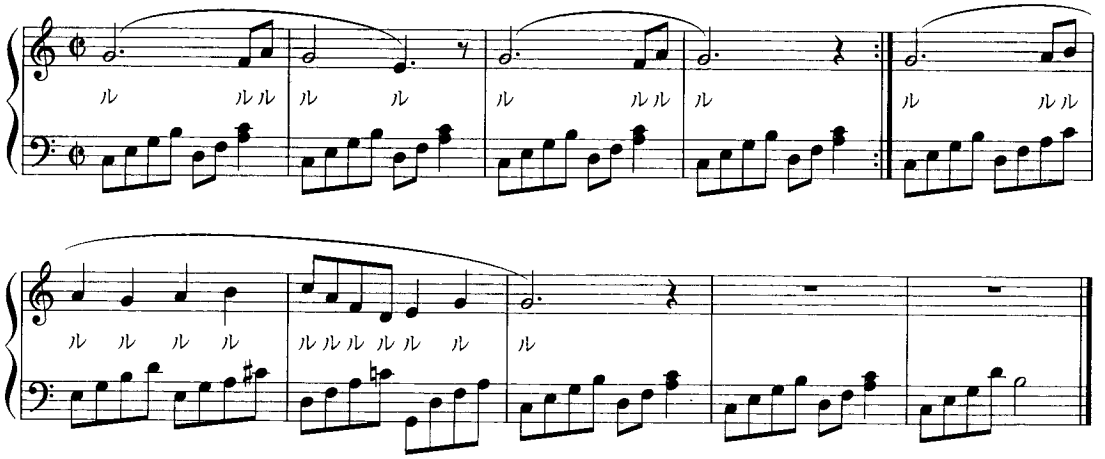
『こだわり』から広がる世界

タカシ君（七歳、中度、一語文）は

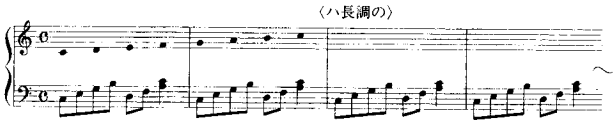
こもりうた

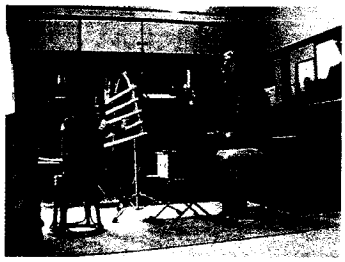
■楽譜 2

曲 高山 仁



■楽譜 2 即興の場合の譜例





わらべ歌をテーマにした即興。2つの楽器で、互いの存在を認め合いながら音楽的共感を味わう。チューブ・フォンはペンタトニック、サウンド・ブロックは主音と属音を使用

ティッシュ・ペーパーに『こだわり』をもっていた。以前、セラピストが差し出したティッシュが、互いの関係において意味を持ち『こだわり』になってしまったらしい。

その日、外は雪。そこでセラピストは「白&ふわふわ」からひらめき、「ゆき(P31譜例3)」の即興を開始した。歌いながらティッシュをちぎり、宙に放った。ティッシュは雪となり、くるくる回りながら落ちてくる。タカシ君もちぎり、嬉々として遊び、やがてはエナジーチャイムやピアノでの「やりとり—即興」へと発展し、ティッシュへの『こだわり』は消えた。

固執性は自閉症の特徴であるが、考えてみると私たちにも『こだわり』はある。しかし、彼らにとっての『こだわり』は回避の困難さと、本質的意味の掛け違いが伴う。それは、自閉症の多くが一対一対応(シングル・フォーカス)的な思考構造で物事を処理しようとするからであろう。つまり、「ティッシュは、あの人と自分を繋ぐもの」という具合である。この状況は、親しい人の心を逆なでし、好意的で柔軟な関係をこじらせ、また、彼らにとっても不本意な結末となる。つまり、社会性の問題である。この状況を緩和するため、少しでも固執性を軽くすることは、自閉症療育の重要な目標の一つではないだろうか。

この事例では、ティッシュ(視覚、触覚)・音楽(聴覚)・ちぎる(行為)が活動に意味を与えた。つまり、「ティッシュ→セラピスト」という構造ではなく、ただのモノであるティッシュに、概念的意味づけをしたのは「私」であり、「私が主体なんだ!」という体験をすることが重要なことなのである。

*このケースの理論的背景:「乳幼児の心

【たかやま音楽療法研究所について】

開所:平成8年、以来72名の子ども達と関わってきた(平均在籍年数:3年5ヶ月)

入所:毎年5月のみ受け入れ、1年契約として書面にて申込み受理。音楽療法に即効性はなく、緩やかな変容によって般化する。時間の必要性は重要な視点である。

形態:年36回、個人セッションを1〜3年、その後2〜5名の小集団セッションに移行。子ども自身の可能性領域を保障するため、保護者の同席は基本的にしない。

評価:25項目への五段階評価、評価は保護者・学校や保育所の先生にも依頼。

面接:保護者との面接は基本的に年2回、問題がある場合は随時実施する。また、随時ビデオ見学を受けつけ、解説をしながら子どもへの共通理解を促す。

連携:保育所や学校の先生には、評価をお願いするため、こちらから訪問し連携をとる。

【即興のポイント】

*この手順はレシピではないことをお伝えしたい

1:セラピストは、さりげなく、または呼びかけるように、その場に相応しい歌い方で歌う。（音つみき、トライアングル、バドルドラムなどを伴わせる場合もある）

2:クライエントが曲を受け入れ、さらに楽器の使用も承認した場合は、バチのみを渡してみる。（セラピストが楽器を支配し、音楽の質を保つ）

3:『音楽する』状況になったら、楽器とバチを交換してみることで、自他意識が高まり、さらに認知が促進される。

4:別の楽器を使用し、固執性を薄く、主体的に音楽と関わることを促進する。

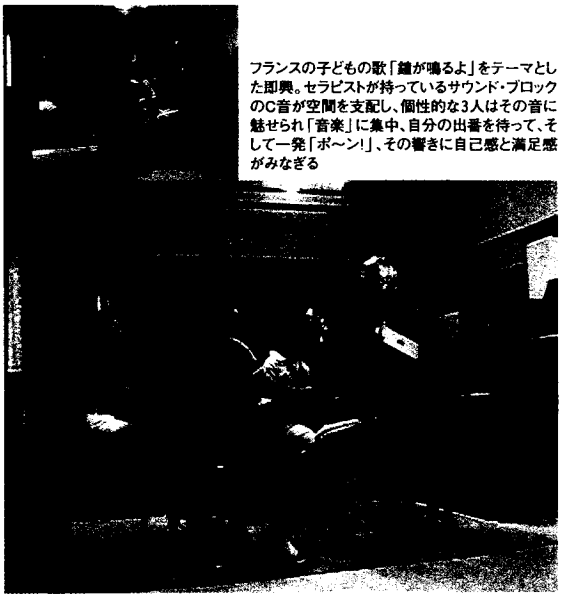
5:クライエントの自律性を信じ、楽器とバチの両方を渡す。

6:ピアノの連弾即興へ移行する。共感性と呼応性の促進。

7:別々の楽器をそれぞれが支配し、音楽をする。

8:セラピストはピアノ、クライエントは音つみきなど、空間的距離、また心的距離を確保してセッションする。そのことで、対等な自己感が得られる。

*注意点:はじめは曲のテーマをしっかり使用し、不安を抱かせないようにするが、クライエント自身が見通しをもった段階で、バリエーションや即興を導入する。しかし、不安が見られた場合、テーマに戻す。こういった配慮をすることで、やがてはクライエント自身が、自分の意志で音楽を展開するようになり、セラピストは音楽仲間となる。



フランスの子どもの歌「鐘が鳴るよ」をテーマとした即興。セラピストが持っているサウンド・ブロックのC音が空間を支配し、個性的な3人はその音に魅せられ「音楽」に集中、自分の出番を待って、そして一発「ポ～ン!」、その響きに自己感と満足感がみなぎる

理的誕生」M・マーラー、D・スターン、D・W・ウィニコットなど

共に、夜の星を見上げよう

自閉症をもつ子どもたちの音楽療法には即興がふさわしいと私は考えているが、その理由は情報処理の構造にある。

私たちはこの世界に生まれ、生きる営みの中で、様々なモノや人との関わりを通して大きくなる。その過程は、情報を得て→感じて→処理して→自分の意志をもち→伝える（表現）、という統合的働きの繰り返しであり、即興音楽の構造と酷似している。私たちの仕事は、障害のために自ら取り込む力に弱さをもっている彼らに、即興音楽という表現媒体を提供し、情報処理（構造化）しやすい環境を整えることである。

また、即興音楽療法の音楽は、夜空の星のようである。セラピストは「時には母親のように」と前述したが、抱き合い頬ずりする存在にはなれないのである。肩を寄せ合い、隣りに座り、「♪見上げてごらん、夜の星を～」とクライエントの心象に寄り添う。そして、澄み切った冬の星や春のおぼろなる星など、「今」にふさわしい星空を創造することとなる。共に星を見上げる関係に、言葉はいらない！

自由という「不自由」からの解放

シングル・フォーカスの特性をもった彼らは、物事を選択し、方向づけ意味づけることにつまずきがある。言ってみれば、糸の切れた凧のようにコントロールが利かない。その結果、自己を見失い、不安が生じ、防衛として自閉に向かってしまう。さらに指示を嫌う場合も多く、オーガナイズされた自己が形成されにくく、悪循環となる。

そのような彼らへの音楽療法上の配慮を述べたいと思う。即興を用いることは前述したが、しかし、テーマのない自由な即興は、かえって不安を引き起し不自由となる場合がある。そのために私は、短いテーマを提示、さらに知的障害を伴っている場合には、音の数を減らし、和声はワン・コード、ツー・コード、せいぜいラウンド・コードとし、ドローンやオスティナート、または定型の伴奏を使用する。

つまり、音楽的「枠」の設定で、心理的な拠り所を獲得し、不安や固執性から解放され、自由になれるのである。その結果、彼ら自身が曲の全体像を把握し、見通しをもち、自ら即興にチャレンジできるのである。

※即興のポイントを参照

*このケースの理論的背景：枠づけ法＝中井久夫（「心理臨床と表現療法」山中康裕著）、「自閉症のこどもたち」酒木保著）

保護者との関わり

発達障害をもつ子どもを引き受けるということは、保護者、特にお母さんも併せて引き受けるということである。当

ゆき　即興的表現のために

■楽譜 3

曲　高山 仁

ゆきがふるように（強弱は自由に　♩≒66）

うた　しん しん　しん しん　ゆ き が ふ る　しん しん　しん しん　ゆ き が ふ る

Pf

8va

Coda

dim.　ppp

しん しん　しん　しん しん　しーん　しん しん　しん しん　しん しん　し……ん……

dim. rall.　ppp

■楽譜 3　即興のスケール（音つみきなど使用）

即興の例（実際は左手の伴奏のみ楽譜のように演奏し、メロディは即興）

音つみき　クライエント　セラピスト

所では毎週、コミュニケーション・カードの交換を行っている。

例えば次のような内容である。

お母さん「だいぶ初めての場所でも大丈夫になってきたと思い、歯医者に連れて行きましたが、大泣きされてショックでした」

（これに答えて）

セラピスト「歯医者さんが何をするところか想像できたので、泣いたのではないでしょうか。想像する力がついたからでしょう。これも発達の過程ですね」

正直、発達はスパイラルな状況を繰り返すことが常であり、物事を肯定的に捉えることをお母さんに示すことで、お母さんは子育てに余裕ができ、また子ども自身も「自分がどう見られているか」を感じ、関係性が変容する。

終わりに

最後までお読みいただき、感謝である。誌面ではなかなか伝わらない苦しさを覚えながら書かせていただいたが、読者の方々には、セッション場面を想像していただければ、セラピストが何を目標として「場」を提供しているかがお分かりいただけるのではないだろうか。私たち、共に生きるもの同士、第六感を使い、隣りにいる人と「より豊かに」生きたいものである。