特集●●●Feature articles

音楽療法とは

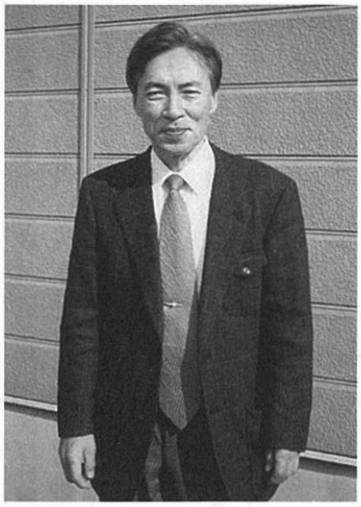
日本の音楽療法がいま直面していること

聖徳大學教授
村井靖児

少子化の影響で、日本の音楽大学、音楽短期大學は、どこもかしこも音楽療法コース新設でおおわらわである。入学生が激減している現状では、音楽療法はまさに音楽系の大学、短大にとっては救世主であろう。どこも定員以上の入学生が集まっており、中では札止めするところさえある。

しかし一方で音楽療法が目指している国家資格化の悲願は容易に実現しそうにない。その望みは益々遠のいているようにさえ見える。音楽療法ブームもそのうち冷めてしまうだろうとうがった推測する者さえいる。

音楽療法がブームになっているのは、少子化だけが原因ではない。科学技術の急速の進歩は、それがあまりにも急激であったために、人間の心をそれに適応的に対応できる時間的余裕を準備しなかった。その結果さまざまな不幸な事件が、この二十年間くらい急激に社会の中に蔓延し始めている。たとえばパソコンやIT産業の振興は、人間の暮らしを豊かにしたように見えて、その代償に、子供たちをゲーム漬けにし、集団での遊びを忘れさせ、家庭・社会不適応人間を多数作り出すようになってしまった。



更に長期化する経済不況は、リストラによる失職者数の増加をもたらし、社会不安とつつ病の直接の原因を作り出している。中高年の自殺の増加により男性の平均寿命が低下したという話しすらある。

音楽は心が楽しい時より苦しい時に求められるものだと言われる。だから音楽療法のブームは、人々が日常生活の中で心の問題に悩まされることが多くなったことを意味していると考えた方が良い。どうにかならないのか、助けてくれ、と叫んでいる国民の声が聞こえてくるような気がする。科学の進歩がもたらしたさまざまな便利さや効率は、われわれに途方もない代償を払わせているのである。

このような高ストレス社会に生きるわれわれ現代人は、適切なストレス対策を常にわが身の回りに講じておく必要を強く感じ、癒しブームと呼ばれるの現象はまさにその現れだと考えることが出来る。それに伴って、これまで音楽の教育に携わったり、家庭でのレッスンに関わっていた在野の音楽家たちが、音楽療法への関心を強めてきた。そして音楽療法士への転向を希望する人達が、どんどん学会の方につめ掛けているのが現状なのである。

しかしこのような音楽療法ブームは、音楽療法自体もさまざまな無理を生じさせていることも事実である。その無理は、直接、新設

された音楽療法コースの教師たちを直撃している。

例をあげれば、学生が多いことによる無理、学生の実力不足による無理、教師自身の能力に関わる無理、実習の場を求めることの無理、生徒は教育したものの就職先がないということの無理、就職の場を開拓しなければならいなことの無理、それなのにどんどん音楽療法コースが増えて行く現実を見ての不安がもたらす無理、これらの無理からくる過労が教師たちを深刻に襲っている。

音楽療法を行っている時のスナップ

また日本音楽療法学会にも無理がかかっている。元来の学会の使命より、音楽療法志願者のニーズに応える仕事を背負い込んでしまい、日本の音楽療法の需給の全体の舵取りをしなければならなくなっている。この点は学会として早急に対策を練って行く必要がある。

具体的な数字を挙げてみると、平成十年に厚生科学研究費補助金　障害保健福祉総合研究事業として行った筆者らの研究で、当時臨床音楽療法協会に所属していた会員に対して行ったアンケートの回答六百九十五名の結果は、常勤で音楽療法を行っている人の数は十九・三%に過ぎず、ボランティアと非常勤を合わせた数はが六十六・九%で、待遇も、無報酬のものが三十四・一%と最も多く、一セッション三千円以下が十七・九%で、無報酬と三千円以下で全体の半数以上に達するという待遇の劣悪さを表していた。

このような結果を引き起こしているのは、現在音楽療法の保健点数化が実現していないことに最大の原因があり、その点は音楽療法側も十分認識しているが、そればかりは国や医師会が関係することで、現在のような逼迫した医療財政では、実現には多くの困難が伴うことが始めから予測されている。

さて多くの課題を抱えた音楽療法の将来に、どのような対策が考えられるだろうか。その点を次に述べてみたい。

まずは今述べたように、音楽療法の国家資格化、保健点数化という点を強力に推進めて行かなければならない。国家資格化のための対策は既に学会としても取り組んでいるが、そこには幾つかのハードルがある。

第一は、世間に音楽療法のニーズがあることの実態把握である。ニーズがあることは現場にいる音楽療法士は全員が実感していることだが、それを数量化することが必要であり、平成十―十二年にかけて行われた前述の助成研究はそれを目指したものであった。

音楽療法に関わる音楽療法士の数、セッション数、施設の数、対象者数などを見てみると、同じ平成十年末のアンケートで、六百九十五名の音楽療法士が月に延べ一万三千三百四十二回以上のセッションを行っており、平均は一人月十九・二回以上となる。また施設の数は全国でおおよそ一千八百五十ヶ所で、その内訳は児童がおよそ八百六十、成人が三百五十、老人が六百四十ヶ所に達する。対象者数は、延べで月およそ三万七千人である。この数は、そ

の後四年の経過で、音楽療法士の増加に伴って、大幅に増加していることが考えられる。

第二は、効果の証明である。効果に関しては同じアンケートでも行ったが、全体に見て、音楽療法を行うと、表情がよくなること、それに伴って会話が増えること、そして周囲の人間に関心を示し出すことが共通した特徴として見出されている。しかしその効果が、一時的でなく持続的であることが求められていて、どのようにして持続的効果が得られるかは、より細かい観察と、数量化に適した研究が必要になる。

昨年から学会では、音楽療法の効果を科学的に実証するために、プロジェクト研究を始めている。そのような研究で、音楽療法の効果を示す結果が出てくれることを期待したい。また昨年度から、引きこもりが助成研究の特別テーマとして取上げられた。音楽療法が行い得る対象は年々その範囲を拡大していることが分かる。

当初見こまれていた対象に加えて、最近は昏睡患者への音楽療法が関心を集めている。交通事故などによる頭部の外傷は、さまざまな程度の意識障害を引き起こすが、それらの患者に音楽療法士が呼吸のリズムに合わせて歌を歌うことで、意識の回復に役立つとする報告が急激に増えている。また腎炎などを対象とした小児慢性病棟で、患者の感情の安定を図るために音楽療法が実施される機会も増えている。心の安定と音楽の存在は不可分だが、それが人間の自己治癒能力を高めることが最近強調されるようになっている。また疼痛に対する音楽療法も外国で盛んに行われるようになっている。

筆者　左側（海老澤敏氏と）

ホスピスの音楽療法も最近は珍しいことではなくなった。最後の生を安寧の内に過してもらおうとする施設側の努力の中で、音楽の存在は過小評価出来なくなっている。自分の中の思い出の音楽が、その人の心に喜びを与え、その音楽を家族や治療者と共有できることは、最後の人生にとってかけがえのないことなのである。

病者や障害者ばかりでなく、健康者の音楽療法も最近は興味が持たれはじめた。というより音楽療法の広がりは、ストレスにまともに曝されている健康者の関心をいち早く惹きつけたのである。このむずかしい現代社会では、ありあまるストレスを切り抜けて行かなければ人生の戦いに勝つことは出来ない。そういうプレッシャーの中で、人々は音楽に癒しの機能を意識的に求め出している。

では音楽療法とは一体何なのだろうか。欧米の音楽療法は即興的音楽療法が主流であることは周知のことだが、そのことは、音楽が会話における言葉の地位、つまりお互いの気持ちを伝え合い、分かり合う表現手段としての意味を、音楽が主要なコミュニケーションの手段として使い始めたことを意味している。

お互いの気持ちを会話のようにやり取りする音楽のあり方は、特別な地域の特別な伝統を除いては世界にもこれまであまりな発達してこなかった。それは音楽療法が展開するようになって、始めてあるいは改めて取上げられ始めたことなのである。

私たちが知っている「カウンセリング」は、クライエントが自分の言葉を使って治療者に心の内を打ち明ける心理療法だが、そのとき治療者は終始傾聴、共感のメッセージを送り続ける。そのメッセージは言葉だけでなく、言葉以外の態度やジェスチャーなど、非言語的交流手段を含めて行われる。そして音楽はその非言語的交流手段、つまり言葉でないコミュニケーション手段の一つと考えられている。

欧米の音楽療法は、その言葉がする役割を音楽が丸ごと引き受けてしまおうとする大胆な試みとして発展している。言葉には軽い表現から深い内容まで、気軽な合槌から万感を込めた共感まで、さまざまな表現がある。その表現を治療者は音楽で表現しようとするのである。容易に出来ることではない。もし出来るとすれば、それは言葉を持たない、あるいは言葉を避けるクライエントにとっては、直接的なコミュニケーションとして大きな価値を持つに違いない。音楽的即興はそれが可能であることを、多くの成功した事例で示したのである。

音楽にはそのような機能まであるということが、音楽療法が二十一世紀の新しい心理療法の担い手となり得る証拠なのである。私たちは音楽を聴くとき、知らず知らずのうちに音楽によって語りかけられ、共感され、合槌を打たれていると感じてはいないだろうか。そのことを最後に付け加えておきたい。

二十一世紀に入って、世界は平和になるどころか紛争の激化を招いている。これからどのように世界が動いて行くのか予測もつかないが、音楽療法が来るべき世界の中で、単に音楽療法という視点からでなく、人類の平和という視点で何か貢献ができれば素晴らしいと思う。あるアメリカの音楽療法士が、音楽療法の世界大会のたびに、音楽療法と平和というビラを配っていた。音楽療法士は、ひょっとすると、そのようなことまで念頭に置いて今後活動していかなければならないのかもしれない。

今後も音楽療法の仕事はどんどん広がっていくことだろう。それは人間の心に苦しみがある限りは、決してなくならないものなのである。音楽がどこまでそれに挑戦できるか、われわれは益々切磋琢磨しなければならないと思う。