

支援としての音楽

Music as an aid

浅田まり子

Mariko ASADA

1. はじめに

音楽療法に出会ったのは10年以上前である。学生と関わるうち、音楽の技術面から起こる音声障害、腱鞘炎などはアドバイスでその原因を考えながら時間をかければその解決方法が見つかった。しかし、毎年、情緒不安定、過呼吸などの症状に悩まされる学生に出会うことが多くなってきたので、何か良い対処方法がないかと「音楽療法」という言葉に目を向けたことが始まりだった。

音楽療法の定義はいろいろな定義が書かれているが、そのひとつとして、①音楽療法が治療的な職業であるという点から出発して、②治療者が、音楽を治療の道具あるいは表現の手段として活用し、③個人の幸福や社会適応、あるいはより幅広い人間的成長へ導く、変化や成長の過程を始動するもの、とする定義である。¹

また、音楽教育と音楽療法は同じ媒体をもち、対象のグループと要求は異なるものの、共通の根をもっている。² 携わっている分野が音楽教育であるが、現在、所属が文学部なので音楽を専門とするのではなく、音楽を通して「心のケア」、また「人間成長として導くこと」、そして「生涯学習となる音楽を推奨すること」が必要と考えた。高校までの音楽経験はコンクールなどの競演としての音楽の方が多かったに違いない。そのために、個としてではなく、集団として見られ、「個」が見過ごされたことが多々あるために、いろいろな「思い違い」や「心身の傷」を抱えていることが多かった。筆者の音楽理念としては、健康的な音楽を大学教育では推奨することが使命であると考えている。

このような動機で音楽療法的な音楽教育を取り入れ、理論を交えての実践を経験してきた中で、筆者の観点から「支援としての音楽」を語っていく。また近年、様々な障がいを持つ児童などの特別支援教育も考えられている中、筆者の専門的な音楽実践の側面から見た児童に支援としての音楽の使い方が実践的に役に立つことを願って記していく。

2. 音楽療法入門

(1) ジュリエット・アルヴァン

ジュリエット・アルヴァン女史（ロブソン教授夫人）はフランス生まれの有名なチェリストで、英国音楽療法協会を設立し、名誉幹事の地位にあり、ロンドン音楽院でのミュージック・セラピスト養成の指導や、広く南北両アメリカにおける音楽療法の活動に参加し、

国際的に活発な指導を続けていた。ロンドン大学で都市行政を担当されるロブソン教授が、1967年に、東京都の都市計画のコンサルタントとして招かれたことがきっかけとなり、それに同行した夫人と、かねてから、日本に音楽療法の認識と開発啓蒙を推進しようと努力を続けてきた櫻林氏とが、東京で偶然出会いを持ったことがアルヴァン女史の「音楽療法」を訳書の実現のきっかけとなった。アルヴァン女史は特に精神薄弱児をはじめとする情緒障害の非行青少年たちに向けて、音楽によるサイコ・セラピーの情熱をそそいできた。もともと卓越したチェリストであり、世界各国のオーケストラの共演をはじめ、師であるカザルスの巻頭言をのせたチェロの指導書や、演奏理論書の出版し、演奏と大衆の心の出合いがもたす、深い成功の人間学的意義を体験的実感的に感得把握したことを通じて、音楽療法に関心をよせたからである。彼女の主張はミュージック・セラピストが、常に第1級の演奏家でなければならないという信念に支えられている。また訳者は、「日本の現況をかえりみて、アルヴァン女史のいづく音楽の本質観が、音楽教育一般のなかに浸透していて、音楽教育そのものが、音楽療法的に体質を改善する方向に、着実な歩みを進み始めることを期待してやまない。」と述べている。³

最初に筆者も出会ったのはこのジュリエット・アルヴァン女史の「音楽療法」という本であった。このアルヴァン女史に来日した1967年・1969年の当時、大きな影響を受け、感動して音楽療法の道を選んだというミュージック・セラピストも多いということを聞いたことがある。前掲の文章から筆者も音楽療法と音楽教育の関連性は極めて深く、音楽教育の方向性をこの本によって確信を得たといっても良い。ただ、音楽療法となると、医学的、心理学的要素も加わってくることも必然となるのが、その境界は極めて不明瞭であり、ケースバイケースで柔軟に対応しながら行うのが良いと考える。ただ、アルヴァン女史がいわれているように「第一級の演奏家でなければならない」ということも論議があるが、筆者自身の考えは一級とは言えないが、よい音、美しい音、人の心を解き放ち誘導できるような響きを音楽家として提供することが望ましいと考えている。

昔から人は病や悩み、苦しみはすべて悪魔や悪霊の仕業であるとしてきた。音楽は神から出て神にもどる贈物であり、それによって人間の幸福と健康のために貢献する贈物であるという考えと、音楽が悪魔サタンによって使用できるものであるという信念が並存していた。⁴

ここにアルヴァン女史の「音楽療法」の中から2つ伝説を紹介する。これらはすべて音楽による現象であり、その音楽は美しい魅力がある音でなくてはこうした現象は起こらず、また決して人の幸福と健康だけに貢献するものではないことがわかる。

a) ドイツに「ローレイ」の伝説があり、その歌はたえがたいメランコリーをひき起こし、人々がラインに身を投げ込むように誘ったし、オデュッセウスは海の魔女たちが船乗りたちを魅惑し、船乗りが魔女の訴えに抵抗できないで、暗礁に乗り上げて破船したという海の魔女たちを語っている。

b) 「斑の笛吹き」の有名な伝説は、ねずみのはびこるヘムリンという小さな町に、みなれ

ない男が、どこからともなく現われて町の厄介者たちを町から一掃することを申し出た。男はフルートで抵抗しがたくなるような調子の曲を演奏した。あちらからもこちらからもネズミたちが姿を現わして、その男のあとを追い、彼が渡渉する川の中にはいつていった。男はその川の中にどんどん入っていったので、ネズミたちは溺れ死んでしまった。恩知らずの住民たちが、彼の功労に対する報酬を拒んだ時、彼は何もいわないでいた。しかし、彼はふたたび演奏を始めた。子どもたちは、音楽によって催眠状態になり、彼と共に姿を消し、二度と姿を見せなかった。⁵

このように音楽は「毒になるものは薬にもなる」と考えられたことから、音楽療法にも利用されたとも考えられる。この場合に注意すべきことは、音楽だったら何でもよいということではなく、やはり人の心を動かすことのできる快い楽音であることは必然的なことであるといいたい。

キリスト教時代でも、異教徒時代でも、人間は、有効な医療法を信じていても、救助や慰安を超自然的な力に求めたのである。人間は人間自身の心理的精神的状态に及ぼす音楽の力に気づき始めた。なぜなら音楽は人間の内に最高のものを覚醒させ、人間の情動を調和し、純化し、人間の本能的欲求を昇華することさえ可能だったからである。宗教的治療はどのような時代にも害悪や疾病や苦痛と戦うために、人間の内外に、精神的な力を生み出してきた。それらの力の中で、音楽は痛みや不安の感情を一時的にしりぞけ、それによって緩和を実現する精神的経験である、というふうと考えられたであろう。⁶

(2) マルティン・ルター

ルターは熟達した音楽家であり、音楽を神の純正なる贈物とみなしていた。それにもかかわらず彼は「サタンが、自分の邪悪な目的のために、この聖なる贈物を使用できるのだ。」ということ、よくわきまえていた。ルターは、世俗曲を「キリスト教化」して、音楽を、さらに会衆の興味をひきつけるものにしようと、試みたのである。「悪魔が良い曲を全部持たなければならなかったのか？」とルターが述べていたとまで、想像されている。⁷

ルターは1483年農夫の子として生まれ、エールフルト大学に進んだのち、1505年修道院に入り、僧職に叙階されたが、1517年宗教改革の端を発し、1520年に破門されたが、ザクセン選帝侯フリードリヒ3世助力を得て福音派教会の建設に努力した。彼は礼拝の4つの改革点を具体化する一助として、教会音楽の庶民化を図りプロテスタント・コラールの基礎を開くとともに、聖書・式文・歌詞の見事なドイツ語訳を成し遂げ、音楽と文学史上に不朽の名を残した。かれは人文主義的な教養の一部としてラテン語を重んじる一方、会衆のための歌に於いては、徹底して母国語を重んじ、伝統的な聖歌やドイツ民謡の改作による数多くの単純で力強いコラールを生み出した。⁸

ルターがカトリック教会から破門され、ドイツのヴァルトブルグ城の片隅にかくまわれ、潜伏しながら、そこで新約聖書のドイツ語訳をしたという。その部屋は細長く、寝室もせまい部屋であったことをヴァイマルを訪れた時に観たことがある。この隠れ部屋でじっくりと宗教改革を考えたことによって数多くの美しい和声のコラールが生まれたともいえる。

前述の文章で「会衆のための歌においては徹底して母国語を重んじ、伝統的な聖歌やドイツ民謡の改作による数多くの単純で力強いコラールを生み出した。」ということは、会衆に分かり易く誘導し、浸透するための音楽ではなくてはならないことが理解できる。このことは音楽療法では「同質の原理」といって、「患者と音楽の間に基本的な心の交わり合いを確立するには、音楽は患者の心のわくと速さに、適合するように選ばなければならない」⁹ということが論じられている。この場合は「患者」は「会衆」とも置き換えることができ、音楽はすべての人間に応用することができる。

現に日本でも明治6年(1873年)切支丹禁制の高札が撤去されたが、キリスト教の賛美歌はそれよりもかなり早くから普及していて、宣教師ゴープルによって日本語に訳されて歌われている。この伝道法としては、洋楽に違和感を持つ民衆の感情を考えて、教会堂の造りを寄席風にし、賛美歌を小唄や都々逸で歌わせ、オルガンの代わりに三味線や琴を伴奏に使ったこともあるという。¹⁰

このように、音楽はいろいろな目的のために利用されてきたが、音楽の使い方を学ばなければあまり効果がないことがわかる。

(3) 音楽療法に対する一般的な課題

10年ほど前は音楽療法と聞くと、「音楽が好きなら誰だってできるのではないか」と安易に考えられることが多かったように感じていた。現在では音楽療法学会や講習会・研究会があり、資料も豊富にあるからこそ、その深さが提示されるに至ってきた。以前、教養の音楽で講義内に音楽療法をひとコマ入れてみたが、「僕は病気ではないので関係ない」とか、「私は音楽が好きなのでやってみたい」という程度の反応であった。また、音楽療法の講座に於いて、テキストを選び、理論解説したが「難しくてわからない」との評であったので、実践を積みながらから学び、理論的に裏づけていくことが一番良いという結論に達した。学会や講習会でもいろいろな楽器が紹介され、一通り試してみたが、やはり対象を理解してその目標定め、音楽によるよりよい支援していくことが必要であると考えた。

医学的にどうにも解明できない状況または解決できないことである場合、人は心理学や音楽療法に頼みの綱を求め、何かを期待している部分があると感じることがある。しかし、中国4000年の歴史の中医学でも、その自然治癒の考え方はとても気を長く持たなければならない。音楽療法もそうした音楽による効果は、我慢強く臨床を重ねていくものであるということをまず理解して行かなければならないと考えている。

(4) 音楽教育と心理学

音楽療法については、音楽大学では1955年ころから音楽心理学という科目として講義されていた。¹¹ 音楽教育と心理学との結びつきは次のように示されている。

戦後、絶対不可侵の教育勅語から解放されたわが国の教育は、臣民教育から民主国家の人間形成へと、その教育目標を転換する急務に迫られた。人間形成のための教育は、科学によって裏づけられた方法を探ることによってのみ達成されるものである。そして、そのような教育実践にもっとも必要な科学は教育心理学であるはずであったが、これの発達は

当時きわめておくれたものであったので新教育はその発足にあたってまず教育心理学の整備から着手したのであった。¹²

昭和22年6月公布された「学習指導要領 音楽編（試案）」の中で「音楽教育の目標は次のように書かれている。¹³

- ①音楽美の理解、感得を行い、これによって高い美德情操と豊かな人間性を養う。
- ②音楽に関する知識及び技術を修得させる。
- ③音楽における創造力を養う。（旋律や曲を作ること）。
- ④音楽における表現力を養う。（歌うことと楽器を弾くこと）。
- ⑤楽譜を読む力および書く力を養う。
- ⑥音楽における鑑賞力を養う。

現在の学習指導要領 音楽編 音楽科の目標は「表現及び鑑賞の活動を通して、音楽を愛好する心情と音楽に対する感性を育てるとともに、音楽活動の基礎的な培い、豊かな情操を養う。」とある。また表現と鑑賞は、本来、音楽を経験する二つの領域であり、具体的には歌唱、器楽、音楽づくり、鑑賞の四つの活動からなる。¹⁴

時代の違いはあるが、ほぼ現在の内容と同じである。そして、学生の受けてきた音楽教育から考察すると、①②④について経験はしているが、③⑤⑥については経験しているとはいえない学生も多い。特に③については、音符の羅列ならできるが、和声学、形式学があることはあまり知られていない。一部形式、二部形式や簡単な和声を学べば、分かりやすい音楽が作れるようになると考えられるがなかなか浸透していない。

アメリカの学会からの支援のもとに苦心と努力によって刊行されたのが、歴史的文献「教育心理」の上下二巻（昭和22年7月発行者文部省）であり、その下巻の教科の心理第六章に音楽の心理であるが、そこでは次のようにいっている。

「一般に人間は歌う衝動をもっているといえよう。幼児ですらも、しばしば意味のない片言の歌を歌うものである。それはある場における何らかの刺激に対する反応、反射であるばかりでなく、生活環境における内面的要求の現われでもある。音楽は、単なる音の刺激ではなく、内的な意味を持つ人間の活動の一部である。音の性質や特性を研究するのは物理学の仕事であって、音楽の教育心理学的研究の仕事は音楽と人間との発達との関係を明らかにすることである。」¹⁵

このように、教育心理学的にも音楽は密接な関係が考えられている。

3. 児童の音楽支援

最近、特別支援学校や、小学校にも支援学級が設けられて、障がいのある児童にはその子なりのプログラムが組まれている。筆者も実践として4年ほど、発達しょう害児、自閉症児などに関わってきたので、その実践の所見を記していく。

それまでは高齢者の音楽療法に関与していて、障がい児に関わることはなかったが、2007年の11月より子どもの音楽療法を依頼され、着手した。音楽療法の方法として一回一人

40分で、月1～2回で年約20回の個人セッションである。母親にも協力しているいろいろな情報やセッションに協力していただいている。今回は二人の小学生について、事例¹⁶を紹介していく。小学校の音楽の教科書に載っている曲を主に教材として、それぞれの体力に合わせて、支援となる音楽を目指している。

事例1．発達遅滞A児（現在7歳：小2：女）

楽器など用意するもの：ピアノ、キーボード、バランスボール、ハンドベル・ドラム
バナナやいちごのシェーカー・CD

プログラム <現在>

- 1．はじめのうた（あいさつ「おじぎ」の確認）
- 2．シェーカー（ピアノやキーボードに合わせてふる）
- 3．バランスボール（歩いて移動・下向き：バウンドさせる 上向き：リラックスさせる）
- 4．ベル・ドラム（歩いて移動・ふる・あてる・あてさせる）
- 5．キーボード（にぎにぎで弾く指の運動・頬の筋肉運動）
- 6．おわりのうた（グーパー（またはバイバイ）を意識させる）

2007年11月～：3歳

初めて会った時は、3歳であった。身体が小さく軽い。発語はなし、にこにこして、はいはいしながらつかまり立ちはできた。キーボードは触って音を出すことをしていた。機嫌の悪い時は泣いていたが、ピアノを弾きはじめるといつも泣きやんだ。疲れている時は膝の上で抱きながらピアノを弾くとすやすやと眠っていた。夜泣きがひどいというので、モーツァルトCDを聴かせることを勧めたら、夜泣きがなくなったという報告を受けた。

この時点ではどのくらい何が大切なのかを見極める時であった。幸い泣いている時でも音楽を聞くと機嫌が良くなった。この場合、A児に音楽はかなり有効となり、身近な童謡をピアノで良い安らかな音で聴かせることを心がけた。

2008年：4歳

身体が以前よりもしっかりしてきて、足はバタバタと動かし、手も動くが歩行はできない。ピアノやシンバル・ツリーチャイムなど光るものを喜んでいる。

ハンドドラムでリズムをとっていたら、右に身体が傾いてきてしまったが、身体のバランスがまだしっかりしていない。ドラムのリズムに足をバタバタさせているのでドラムを足のそばにもっていき、音を出せるようにしたらとても喜んでいて。足をよく動かすことによって、筋肉を強化できると思い、「歩くこと」を目標にした動きである。

6月よりバランスボールを使用して、身体が硬いので解すことを目的とした。思ったよりも効果はあり、下向きでは「しろくまのジェンカ2拍子」を弾き上下に静かにバウンドさせ、上向きはリラックスして「8分の6拍子の曲を選びブランコ・思い出のアルバムなど」

を弾いた。このあと、ウィンドチャイムが好きなので、それを鳴らしながらウィンドチャイムを追ってくるよう、身体を補助して歩いてもらった。11月には少し一人でたってられるようになった。

この当時は、身体が硬いことに気がついたのでバランスボールを使用して下向きと上向きの時にピアノで「しろくまのジェンカ」や「ぶらんこ」「浜辺の歌」「思い出のアルバム」を弾き、心身ともに解し、柔軟性と、筋肉の強化で歩けるようになることを目標とした。体調が良い時と、悪い時は差があり繰り返し体調を考えながら、「歩くこと」を目指した。いつも終り頃になるととても元気が出てきていた。

2009年：5歳（セッション回数：年17回）

この年に入ると少しずつではあるが、機嫌のよい時は「あーあー、うーうー」と発声をするようになった。指しゃぶりしている。6月ころになると、初めの歌を終り、「こんにちは」とおじぎをすると、頭を1~2度くらい「こくりこくり」させるようになった。7月には身体に熱がこもらず、汗をかく様になったという。8月には指しゃぶりがなくなった。バランスボールを揺らすと声をあげて喜んでいて、おわりの歌でのグーとパーの手の動きと、おじぎも反応があった。

12月おじぎが上手にできた。調子が悪い時には身体も硬くなる。

*この時期は指しゃぶりがひどくなったり止んだりを繰り返していた。何か表現できないストレスがあると指しゃぶりをするのかと感じた。指しゃぶりとは違ったことに興味を引くことが必要と考えたがよだれや、指しゃぶりの解決方法としては口近辺の筋肉の強化が必要である。バランスボールにも慣れてきて、下向きの上下に揺らすことに期待していた。上向きはリラックスしてゆったりとできた。

2010年：6歳（セッション回数：年20回）

1月は調子がでず、目の焦点があわなかったり、笑ってばかりしていたが、2月は「こんにちは」とおじぎをしていたら、そのまねをするようになった。3月自分で立ち上がり、少し歩き、音楽に合せ、リズムをとって足の屈伸をしている。はじめの歌が終わるとすぐ立ち上がってピアノのそばにきて、右手でキィにふれて「にぎにぎ」の動きで音を出している。これは指の運動としてさせたいと思う動作である。5月は泣き笑いの自分の感情のコントロールができないようだったが、自分で立ち上がり、少しづつ50~100CMくらい一人で歩くようになった。6月はカーテンが好きでカーテンが気になってしょうがない様子。「チューリップ」の歌が好きでこの歌には嬉しい反応を示す。バランスボールには下向きのリズムには活発に自分で揺らすようになった。7月は泣き笑いのコントロールが少しできるようになったが、指しゃぶりが始まった。8月少し夏痩せして指しゃぶりが続いていたが笑い泣きの要求の区別がつけられていた。シェーカーでシャカシャカ振っていたが、長く続かず、すぐ吹っ飛ばしてしまう。握力が弱く持続力がない。9・10月元気でのりのり

になってバランスボールを自分からバウンドさせ、楽しむようになった。上向きでもじっとしていないことが多いが、シェーカーが気に入った時には15～20分ほど集中していたことがあった。11月～12月には少し寒くなってきたせいか、動きが鈍くなってきた。

泣き笑いのコントロールができない年であった。あるいは要求する感情の発達が見られた年でもあったかもしれない。できるだけ自分で歩けるように気を引かせそのところまで歩いていけるようにした。

2011年：7歳（セッション回数：年18回）

1月は寒いせいか、ひきつけを起こし、寝てから15分くらいに起こるといふ。表情が硬く、ひきつけを起こすような仕草が何回もあり、気になった。2月になる少し前にはそれも治まり、みかん、いちご、バナナのシェーカーの識別ができ「いちごちょうだい」といふとそれを掴んでくれる動作もした。3月にはペンギンのように家で歩き回っているとお母さんがいってみえた。おじぎもできるようになった。4月末に又ひきつけて一カ月一度はひきつけるらしい。学校が始まって疲れることもあると思う。疲労と見えないストレスから発生するものだと考えている。5月は自分で立っているが歩くのにはまだ補助が必要である。6月は暖かくなってきたせいか左でバイバイができた。バランスボールでは自分で良く身体を動かしている。手も上の方で動かせるようになった。このA児のいる養護学校に訪問時、教室に行き、様子を見たが、3人の生徒の中で一番元気に手を振りながら座っていた。「ハロー」と歌って声をかけると少し「ここはどこだったかな？」と考えているという反応を示した。「ハローのうた」を覚えていたことが考えられた。単純な歌の繰り返しによる認識ができていた。

7月はA児の養護学校の先生がセッションを見学に見えたら、「先生が来ている」という意識が窺えた。A児の中で頑張っている姿が見られたが、最後の方で疲れて動きが止まっていたので、少し戻るまで待ったが、この日の状況が意識できて「頑張る」という行動が見えて素晴らしく思えた。

8月ではまだシェーカーが両手で振ることができなかったが、9月には両方で振れるようになった時があった。10月は舌うちをしていることがあった。顔の筋肉が動くようになって「あー、うー」から「ちっ！」という発声ができるようになった。背が高くなり、バランスが取れなくて歩きたがらない時もあるが、歩けるようにはなっているので、歩くこと、発語を目標とした。発語のために頬の筋肉を上下に嫌がらない程度にマッサージしながら「あいあい」を歌って「あいあい」の響を届けている。気長にごく単純に繰り返し伝えていくことが必要である。バランスボールではかなり自分でバウンドをつけるようになり、足がすぐついてしまう位な背の高さになった。ピアノの曲が終わると同時に着地するようになった。

《考察》

A児は普通の児童の平均的な発達の1年が5～6年あるいはそれ以上かかるかもしれな

い発達状況である。しかし、この 2007 年～2011 年までの記録を見ると、少しずつ確実な成長が見られている。時々、じっと見つめるときは何かを伝えたいと思っているのでは・・とか、目の焦点が合わない時、身体的に動かない時は A 児の容量が一杯になった時として、少し時間をおくことでまた始動できることに気がついた。本当は A 児の中で「こうしたい」という希望があるけどそれが表現できないが、そのような時はゆっくり時間をかけて待つことで「表現する」ことができる日が来るのではと期待している。それは信頼関係ができたことも意味しているとも捉えている。こうした少しずつの成長であるが、母親の協力もいつも得られる環境なので一歩ずつ前進をこころがけたい。しっかり歩けるようになること、顔の筋肉を動かして発語するようになること、意思を表現できるようになることを目標としていきたい。

事例 2. 自閉症・知的障害『軽度』B 児（現在 9 歳：男：小 3）

楽器など用意するもの：ピアノ、キーボード、ドラム、シンバル、木琴、ベル、CD

プログラム＜現在＞

- ① はじめのうた：オリジナル曲「ハローハロー〇〇ちゃん ハローハローこんにちは！」
という歌をおぼえ、元気に大きな声で歌える。
- ② キーボード：自分から「キーボードをやります！」とって自分のやりたいことがはっきり、伝えられるようになった。
- ③ ドラムで D・D・S・X という 4 拍子のリズムは定番になった。
D はドラム・S はシンバル・X はお休み・彼がドラムでリズムをとる時、どの音楽にもこのリズムが出てくる。また、ベルで音あてやチューリップ・こいぬのまーちなど演奏できる
- ④ キーボードまたはピアノで「さんぽ」や「こいぬのまーち」をキィの場所を覚えていて弾くことができる。
キーボードでは「エリーゼのために」なども音を追って好きな曲をマイペースで弾いていく。機会を見つけては指の使い方を教えているが、まだ順番に使うことができない。徐々に 5 指を使うことをするところをこころがけているようだ。余裕のある曲はいろいろな指が動き始めている。
- ⑤ おわりのうた（ミッキーマウスの旋律で）
最初は「ドソラシドそらし」という前奏をピアノで弾いて
「〇ちゃん〇ちゃんさようなら☆グッバイグッバイまたこんど☆（2 回繰り返す）
〇ちゃん！（せんせい！）〇ちゃん！（せんせい！）らららららららー☆
〇ちゃん（せんせい）〇ちゃん（せんせい）さようなら☆
グッバイグッバイまたこんどー☆
まーたーこーんーどーーー☆☆☆☆！」
このような歌詞でじょうずに大きな声で歌えるようになったし、これをキーボードで前

奏から、弾けるようになってきている。グッバイのところは手でグーパーをし、また〇〇ちゃん！（せんせい！）のところはして交互にかけあって歌えるようになった。母親とは離れてセッションできるようになった。

2009年6月～：7歳（セッション回数：年11回）

初めて来たときはピアノ教室で習ったという「こいぬのマーチ」〈みどみどみそそ〉をキーボードで右手人差し指で弾いていた。母親から離れず、いつも後ろに母親がいないと不安を感じていた。じっとしてられないようだったので、6月くらいからシェーカーをもって「さんぽ」で歩いたり、走ったりしていたら、階名が出てきたので、階名で「さんぽ」や「こいぬのマーチ」を歌った。毎回「こいぬのマーチ」を〈みどみどみそそ・ふぁれれみどど〉を機嫌のよい時に「先生が魔法をかけるよ・弾けるよ」と言い、教えていくと〈ふぁれれみどど〉まで補助しながら弾けるようになった。はじめの歌「ハローの歌」・おわりの歌「グッバイの歌」も大きな声で歌うことができるようになった。ドラムでDD S xのリズムを教えると、リズム感が良くすぐ覚え叩けるようになった。Dがドラム、Sがシンバル、xはお休みという4拍子のリズムである。またキーボードは8月には〈みどみどみそそふぁれれみどど〉が例の魔法をかけて、一人で弾き、10回以上も楽しみながらキーボードとピアノで集中して弾いた。本人も弾けたことをとても喜んでいて、10月にはドラムとシンバルで、上手にリズムをとり、曲に合わせて変化させていた。「こいぬのマーチ」の2段目〈みどみどみそそ・ふぁれれ・どみど〉同じ並びではあるが、最後は〈どみど〉と弾けず違うよというわざと〈みれど〉にしてみたりする。これは彼の世界ではどうにも譲れない音らしい。11～12月は補助をして「こいぬのマーチ」のすべて魔法をかけて仕上げたがまだ魔法をかけてくれないと弾けないと思っている。グッバイの歌をCdur(ハ長調)で弾いていたがDdur(二長調)で弾いてみたら、いつもと違うと即座に言い、いつもの調で弾いた。音感は鋭くなっていた。

2010年：8歳（セッション回数：年21回）

1～4月すこしづつ母親のことは距離を置けるようになってきた。階名とキーの位置を覚えられたので「チューリップ」や「メリーさんのひつじ」も階名を覚えれば弾けるようになった。5～8月キーボードで「さんぽ」のガイドライト付きで「さんぽ」を追っかけて右の人差し指で弾いていた。左手や右のいろいろな指を使うように勧めたら、時々親指やいろいろな工夫して弾いて見ようとするが、やはり人差し指の活躍が目立つ。時々、「エリーゼのために」をガイドライトで追っかけるようになった。「マイペース」「ドレミで歌う」という操作を覚えた。かなり集中して熱心に取り組んでいる。「さんぽ」の黒鍵のあるところ〈bらららーそそそそー〉が気にいったようで、「さんぽ」は、部分的に弾けるようになってきた。9月は前述の「ら」のbが気にいってチューリップの「ら」もbをつけ、〈そそみそbららそ〉というように弾いて喜んでいて、型通り弾くことがいやなようでいろいろ

ろな音を変えて自由な表現することが楽しそうである。10月機嫌の悪い時はキーボード内で曲を選び、好きな曲を断片的に、キーボードやドラムをしている。彼も時々疲れて混乱する時もある。12月「ドレミの歌」でドラムの DDSX の 4 拍子のリズムをたたき、キーボードでは「さんぽ」がほぼ完成した。

2011年：9歳（セッション回数：年18回）

1月～3月はキーボードで指をいろいろ変える工夫をしながら、弾こうと努力していた。DDSX のリズムは完璧でいろいろな曲でもそのリズムを叩くことができる。4月～5月学校環境が変わったのか、少々ヒステリックになる時もある、リズムも乱れ、乱暴なところがあった。6月「みどみどみそそ」の指使いのチャンスを見て教えてみたら習得した。7月～8月「きらきらぼし」を弾いて見た「ねこふんじゃった」のキイの位置にシールをはったら弾けた。「ねこふんじゃった」は黒鍵がほとんどの曲で楽譜は**♭**が6つもついている Ges dur（変ト長調）であるが、学校では耳にすることが多いようで、弾きたい児童がほとんどである。B 児も時々弾いてみたくなるようで、この時はシールを黒鍵に貼り弾いた。キイの場所は知っているので覚えれば弾ける。グッバイの歌はミッキーマウスの替え歌なので、弾いてみたいといったので教えた。9～12月今年は少し反抗期なのか、機嫌の悪い時はリズムも乱れている。しかし、ドラムを力いっぱい叩くことでストレス解消にはなっているようだ。指を一生懸命、自分がよく知っていて余裕のある曲では、指を均等に動かそうとする動作が見られる。はじめの歌もおわりの歌も自分から弾けるようになった。

《考察》

音楽の時間は精神を解放する時間で、強いることをすると続かなくなる可能性があることから、「自由な時間」という認識をさせ、状況をじっと見守りながら、伸ばせる瞬間を常時待っている。5指が使えるようになるともっと楽しくなるだろう。最近自ら「今はこれをやりたい」と希望を伝えることができるようになった。音感とリズム感、即興性もあるので、慌てず、押しつけず機会をねらって指導していき、自信をもたせたい。目標としては5指が指示通り動くようになることであり、両手でピアノが弾けるようになってくれることである。指を動かすことは脳の活性化にもつながるのでゆっくり誘導していきたい。

4. 子どもとの接し方

ここに「子どもが育つ魔法の言葉」¹⁷の冒頭のドロシー・ロー・ノルトの詩を紹介したい。この詩は筆者の心に共感を得た詩である。子どもは親の鏡であり、子どもに関わる仕事をしているものにとっても子どもへの影響力は大きい。こちらが緊張して近づくと子どもも緊張し、リラックスしていれば子どももリラックスして近づいてくる。健常児と思われる子どもだけでなく、障がいを持っている子ほど感受性が鋭く、自己防衛本能が強いと感じる。快い人間になるための教育ということは、親であり、教員である側に立つものが接し方に注意し、信頼関係を築かなければならないことが、下記の詩の内容で理解できる。

子は親の鏡

けなされて育つと、人をけなすようになる

とげとげした家庭で育つと、子どもは乱暴になる

不安な気持ちで育てると、子どもも不安になる

「かわいそうな子だ」と言って育てると、子どもはみじめな気持ちになる

親が他人を羨んでばかりいると、子どもも人を羨むようになる。

叱りつけてばかりいると、子どもは「自分は悪い子なんだ」とおもってしまう

励ましてあげれば、子どもは、自信を持つようになる

広い心で接すれば、キレる子にはならない

誉めてあげれば、子どもは、明るい子に育つ

愛してあげれば、子どもは、人を愛することを学ぶ

認めてあげれば、子どもは、自分が好きになる

見つめてあげれば、子どもは、頑張り屋になる

分かち合うことを教えれば、子どもは、思いやりを学ぶ

親が正直であれば、子どもは正直であることの大切さを学ぶ

子どもに公平であれば、子どもは、やさしい子に育つ

和気あいあいとした家庭で育てば、

子どもは、この世はいいところだと思えるようになる

上記の詩は、あたりまえなことであるように思えるが、日々の生活の中で忘れてしまうこともあるだろう。少子化の今も、子どもを育てるという役目は荷が重いはずである。何もかも自由に手に入る現代での、人間として「生きる力」を得るには今も昔も基本となるものは変わらぬと考えている。

4. おわりに

子どもの支援としての音楽を実践して来て得たことを記してみる。

a) 音楽療法の深さ、広さは膨大である。

星の数といわれる音楽療法の、過去の事例に基づくいろいろな方法を参考として、その対象にあった、オリジナルな方法を独自に探求していくこと。

b) 「個」をみつめてその対象に合う目標を見つけなければならない。

時間をかけ対象児を観察し、性格、行動、好みなどよく掴み、信頼感を得ていくことで、目標も設定し、達成できる。

c) 決して強いることなく、状況を理解し、伸展させる機会を待つこと。

対象と信頼関係ができてくると、時々思わぬ伸展が見られることがある。そのような伸展スイッチが入る機会を見逃さないことが必要。

d) 支援することは音楽だけでなく、興味を持ったその時を大切にしておし、人間としての「知恵」と「生きる力」を授けられるように常時考えていくこと。

1962年ころから、東京芸術大学の心理学の櫻林教授が、数々の著作の中に力説されているように、まず第1は音楽教育の中には音楽療法的な考えを取り入れていかねばならないという主張、第2は日本の音楽界は従来のライバリズムを放棄し、もっとヒューマニスティックな余裕のある音楽の取り組み方が必要であるということ、第3に将来の音楽療法のあり方として関連して、単に音楽を用いることだけに終始せず、演劇を取り入れた総合芸術的な音楽療法になるべきである、などの主張が展開されている。¹⁸

この櫻林教授の主張を読んだ時は、共感を強く懐き、筆者の音楽教育理念の確信を得た文章でもあった。それから年月も経ち、音楽療法の理念もいろいろと論議されているが、音楽教育を携わる人間としてこの理念を主張していきたいと考えている。

注

-
- ¹ Even Ruud 著 村井靖児訳 音楽療法-理論と背景- (2000年) ユリシス・出版部 p 9
 - ² ハンス＝ヘルムート・デッカー他編著 (坂上正巳他訳) 人間と歴史社 1999年 p 9
 - ³ ジュリエット・アルバン著 (櫻林仁・貫行子共訳) 音楽療法 音楽之友社 p 210, 211
 - ⁴ 同上 1996年第17版 p 21
 - ⁵ 同上 p 21～22
 - ⁶ 同上 p 49～50
 - ⁷ 同上 p 22-23 New Oxford History of Music, Vol. II, p 380
 - ⁸ 目黒三策編 標準音楽事典 音楽之友社 1974年第1版第12刷 p 1395
 - ⁹ 前掲3に同じ p 187
 - ¹⁰ 畑中良輔著 日本歌曲全集解説書 日本歌曲について 音楽之友社 1991年 p 20
 - ¹¹ 櫻林仁著 (他4名) 音楽療法入門 芸術現代社 平成10年第11版
 - ¹² 佐瀬仁著 音楽心理学 音楽之友社 1995年 p 20
 - ¹³ 同上 p 11
 - ¹⁴ 文部科学省 小学校学習指導要領解説 音楽編 平成20年8月 p 7
 - ¹⁵ 前掲12に同じ p 21
 - ¹⁶ この事例に関しては施設、A児、B児の保護者に了解を得て、掲載している。
 - ¹⁷ ドロシー・ロー・ノルト: レイチェル・ハリス著 (石井千春訳) 子どもが育つ魔法の言葉 PHP文庫 2009年10月16日第1版66刷
 - ¹⁸ 村井靖児著 音楽療法の基礎 音楽之友社 1997年 第7刷 p 42