

音のチカラ Power of Sound

# 音で治療

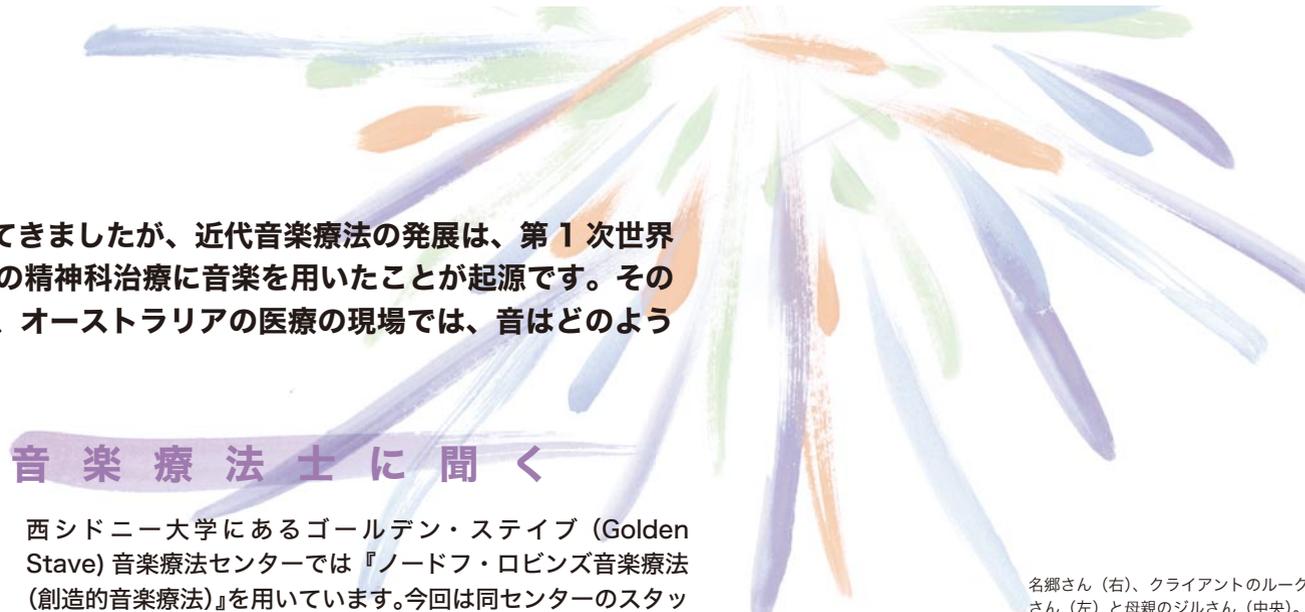
音は、世界各地で太古の昔から病の治療のために使われてきましたが、近代音楽療法の発展は、第1次世界大戦と第2次世界大戦の後、アメリカの病院で兵士たちの精神科治療に音楽を用いたことが起源です。その後、大学で音楽療法のプログラムが始まりました。現在、オーストラリアの医療の現場では、音はどのように使われているのでしょうか。

## 音楽療法とは？

オーストラリア音楽療法協会は、音楽療法を次のように定義しています。

- 1 医療関連の専門分野で、オーストラリアと世界の40カ国以上で行なわれています。
- 2 健康を獲得し、またはそれを維持するために、音楽を計画的、そして創造的に使用する方法です。どんな年齢や能力の人々にも、音楽的な技能や背景に関わらず、音楽療法プログラムの効果がある可能性があります。
- 3 治療的な目的に焦点を置いていて、娯楽的な音楽や音楽教育とは異なります。
- 4 個人の能力を強化し、新しい技能をその人の生活の他の分野へと伝える手助けをします。

音楽療法には、GIM（イメージ誘導法）やABA（行動療法）アプローチ、フロイトの精神分析に焦点を置いたものなど、様々なスタイルがありますが、その中の一つに『ノードフ・ロビンズ音楽療法（創造的音楽療法）』と呼ばれる手法があります。



名郷さん（右）、クライアントのルークさん（左）と母親のジルさん（中央）。



## 音楽療法士に聞く

西シドニー大学にあるゴールデン・ステイブ (Golden Stave) 音楽療法センターでは『ノードフ・ロビンズ音楽療法（創造的音楽療法）』を用いています。今回は同センターのスタッフ、名郷泉さんにお話を伺いました。



音楽療法士  
名郷 泉さん

音楽療法は、医療行為なのでしょうか？

——そうですね。私は医療行為だとみなしています。クライアントのニーズはそれぞれ違うので、リラクゼーションが含まれることももちろんありますが、リラクゼーションのみを目的とすることは、あまりありません。音楽療法士は、クライアントのニーズに対して、より良い変化を起こし、そこから発展していくように導く役目を担っています。

音楽療法を始めようと思われたきっかけは何ですか？

——15年ほど前、身内の具合が悪くなり代替療法を探していた時に、音楽療法のワークショップを見つけて行ってみました。最初は、自分が音楽療法士になるとは思っていませんでしたが、音楽療法を取り入れている精神科病院に見学に行っているうちに、そこで働くようになったんです。その後、知的障がい者施設、高齢者病院、保育園などで音楽療法を行ないました。その間、日本の大学でも音楽療法を学び、音楽療法士の資格も取得していましたが、音楽療法を一生の仕事にしようと思った時、更にもっと深く学ぶ必要が

あると感じました。そこで、シドニー工科大学と西シドニー大学で音楽療法の修士号を取得して、現在に至ります。

今までで一番印象的なセッションは、どのようなものでしたか？

——障がいなどにより言葉によるコミュニケーションが難しいクライアントと、音楽によって深いコミュニケーションがとれた時が一番心を打たれます。

一番印象的なのは、ルークという青年のケースです。13歳だった彼は、アメリカからオーストラリアに移住した際、その環境の変化の大きさについていけず、緘黙症（\*）と診断されました。彼のマインドが自動的に防御機能を作動させ、言語的、感情的、そして肉体的に、完全に停止させてしまったんです。彼の不安はとても強いものだったので、彼との信頼関係を築くまでに一年を要しました。そして、プログラムの焦点を彼の発声を促すことから、ありのままの彼を受け入れ、理解すること、そして声を停止させた感情のブロックを取り除くことへと変えた時に、劇的な変化が起こりました。

その日、曲を弾き始めると、ルークは私のピアノと歌に合わせて、輝くような笑顔と共にウィンド・チャイムを慎重に鳴らし始めました。音楽の中で、初めて

私が彼に出会った瞬間でした。氷が溶け始めたのです。彼は、今度はボディーパーカッションを始めました。膝を叩き、腕を動かし、足を踏み鳴らしました。それから彼はセッション中、または家で、言葉をささやくようになりました。そして、お母さんも一緒にドラム・セッションに加わるようになったある日、『Thank you』という歌の直後に、ルークがはっきりと「Bye」と大きな声で言ったんです。彼の本当の声を初めて聴きました。彼が言葉を失って7年が経っていましたが、お母さんも私も、椅子から転げ落ちそうになりました。

「音楽療法は、不安によって深いところに埋めこまれていたルークの中の本質に、まっすぐに届きました。彼は全盲なので、音楽は彼にとって美しい色の残像のようなものです。私たちが普通に見ている色調を、彼は音楽療法を通して自由に表現できるようになったのです。現在、毎回の音楽療法セッションで、彼がもっとコミュニケーションを取りたがっているのが分かります。もう一度、世界と交わりたいのです」というのは、ルークのお母さん、ジルの言葉です。

音楽の中では、彼と「あ・うん」の呼吸になってきて、ピッタリと同調しているのが感じられます。彼との出会いが、

音楽療法士としての私を育ててくれました。

（\*緘黙症【かんもくしょう】：言語の理解や発語は正常であるのに、ことばによる表現ができず沈黙を続ける状態。＜出典：「家庭の医学」＞）

「音の力」について、どう思われますか？

——音には、ものすごい力があると思います。私は、普段は音楽療法士として音を能動的に使っていますが、音そのものが力を持っているので、例えば落ち込んでいる時に自分の心に寄り添った音楽を聴くという使い方もできます。そうすると、細胞が支えられるような気がしますよね。音は、身体、記憶、感情など、トータルな意味で私たちに刺激を与えるので、そこから起こり得る変化はとてもパワフルです。古代ギリシャでは、音を薬のように処方していたことが分かっていますが、今、私たちもまたそこに戻ってきているのでしょうかね。

### 名郷 泉 なごう いずみ

シドニー工科大学 大学院準修士（音楽療法）、西シドニー大学大学院修士（創造的音楽療法）修了。現在シドニーにて、ノードフ・ロビンズ音楽療法センター勤務、また音楽療法クリニック『Musical Between』主催。