

音楽療法における共感とは何か — 音楽療法士に対するアンケート調査の検討 —

Sympathy in Music Therapy
— A Survey of Music Therapists —

伊藤 孝子 *Takako Ito*

(芸術学部)

杉田 政夫 *Masao Sugita*

(福島大学)

柴田 朋子 *Tomoko Shibata*

(音楽療法グループ ‘マイエ’)

菅田 文子 *Ayako Sugata*

(大垣女子短期大学)

1. はじめに

音楽療法は、音楽を使用した対人支援の職業であるため、対象者への共感が重要視されている¹⁾。様々な音楽療法関連の著書で、共感やそれに類する記述が見受けられ、実践現場においても相手に共感することは、自明の理として扱われる向きがある²⁾。

しかしながら、音楽療法における共感とは何かについて改めて問い直すと、その定義や意義、機能等については十分に議論されているとは言い難い。そのため、隣接分野である臨床心理等における共感についての知見に依拠した解釈が受け入れられている。特に Carl Rogers が、カウンセラーの基本的な態度の一つとして挙げた「共感的理解」の概念³⁾は、人間主義を基盤とした創造的音楽療法の創始者、Nordoff と Robins の多大なる影響も一因となり、音楽療法においてもセラピスト（以下、Th）の基本的姿勢として重要視されている。しかしながら、言語的コミュニケーションではなく、主には非言語的コミュニケーションを用いる音楽療法において、共感の概念に独自性があることは十分に考えられ、表面的な理解は対象者や現象の解釈を歪ませてしまう危険性もあると思われる。

第一筆者はかつて、このような曖昧さをもつ音楽療法における共感について検討する糸口を見つけることを目的とした文献調査研究を行った。まずは、辞書的な意味での共感をおさえた上で、隣接分野（社会心理学、臨床心理学）における共感の概念について概観し、それらの知見を参照しながら、音楽、さらには音楽療法における共感について整理し、その特徴や問題点を抽出し、今後の検討課題を明らかにするよう試みた。その結果、隣接分野では、共感是对人的な用語であるのに対し、音楽や音楽療法においては、その対象が曖昧であることを指摘した。また、臨床心理分野では、クライアント（以下、CI）と Th の独立性が保障されたうえでの共感（共感的理解）の重要性が論じられる一方、音楽

療法では、特にその初期段階でCIとの一体化、同一化をむしろ目指すこと、またその同一化は、多くの場合、音楽的要素（特にリズムやテンポ）の同調として理解されている可能性があることなどを論じた⁴⁾。

上述の研究から、以下の疑問が生じる。すなわち、音楽療法における共感の対象は何か、また音楽療法で共感と捉えられがちな一体化、同一化は、共感と同義であるかとの疑問である。そこで、本研究では、音楽療法士が自らの実践プロセスにおいて、共感とその周辺の事象をどう捉えているかについてのアンケート調査を行い、上記の疑問に関する音楽療法士の主観について探索することを目的とする。

2. 方法

被調査者

被調査者は、音楽療法士17名であった（女性16名・男性1名、平均年齢51.5歳〈SD=7.90〉）。音楽療法実践経験年数は12.7年〈SD=6.93〉である。臨床分野は、児童分野が10名、成人分野が8名、精神疾患分野が4名、高齢者分野が12名であった（複数の分野で実践を行っている被調査者もいたため、延べ人数である）。

質問項目

音楽療法における共感の重要性（音楽療法セッションにおいて、共感することは大切だと思いますか。）について、4段階間隔尺度を用いて質問した（1－非常にそう思う 2－そう思う 3－あまり思わない 4－全く思わない 5－わからない）。また音楽療法における共感に関する以下の質問項目については、自由記述で回答を求めた（表1）。

表1. 音楽療法における共感に関する質問項目

Q 1	あなたにとって、音楽療法における共感とはどういうことですか。
Q 2	セッション場面において、「共感できた」と実感したことがありましたら、どのような状況であったか、CIやあなたの言動も含めて具体的にお書きください。
Q 3	逆に、「共感」することが困難であった経験はありますか？ ある場合は、どのような状況であったか、CIやあなたの言動も含めて具体的にお書きください。
Q 4	音楽療法において「共感」は、どのような意味を持つと思いますか。

次に、臨床心理で生じる共感と関連する現象を説明した用語について、以下の質問に対する回答を自由記述で求めた（表2）。

表 2. 共感に関連する現象に関する質問項目

Q 5	精神分析の理論において、以下のような現象が説明されています。このようなことが実践の中で生じたと感じた経験はありますか？ ある場合は、どのような状況であったか、その時あなたは どう感じ、どう行動したかなど、具体的にお書きください。 ※「転移」……Clのこれまでの重要な対人関係が療法の中で似たような形で反復されること 「逆転移」……Thのこれまでの重要な人間関係が療法の中で似たような形で反復されること
Q 6	セッション中に、自分とClが一体化していると感じたことはありますか。ある場合は、どのような状況であったか、その時あなたは どう感じ、どう行動したかなど、具体的にお書きください。
Q 7	音楽療法がClにカタルシス作用をもたらしたと感じたことはありますか？ カタルシス作用を感じたことが「ある」とチェックされた方にお聞きします。どのような状況でしたか。 ※カタルシス……ネガティブな感情が、それと似たような感情を表現する物（音楽など）によって浄化される（洗い流される）こと。

分析方法

自由記述において得られたデータのうち、音楽療法の定義と意義、共感を実感した実践場面と、共感が困難だったと感じた実践場面についての項目において、KJ法を用いて回答の分類を行った。各項目の回答内容について、基本的には1文1データとして扱ったが、1文に複数の内容が含まれると判断した場合には、文節で区切り、それぞれの語尾を補い別のデータとして扱った。また、異なる質問項目で同じ内容の回答があった場合は、両項目のデータとしてそれぞれ分類した。

次に、1データの記述内容を記入したカードを用い、意味内容が類似したものをグループ化する作業を行った。この作業は、筆者を含む3名で別々に行い、その結果を基に、筆者ら4名でディスカッションの上、分類を決定し、それぞれのデータ群に命名した。

転移、Clとの一体化、カタルシスに関する質問については、切片化せずそのままの記述データを用いた。

3. 結果

音楽療法における共感の重要性についての評定は、17名中16名が「非常にそう思う」または「そう思う」と回答しており、得点平均は3.53（4点満点、 $SD=0.62$ ）であった。1名のみが、「あまり思わない」を選択していたが、別の回答欄において、「共感にこだわるあまり、自己満足に至ってしまうセッションにおちいる恐れがあるものと考えている。」との記述があり、共感することへの慎重性が窺われた。

以下に、項目ごとの自由記述の分類とタイトルを回答内容例とともに示す。

音楽療法における共感の定義とその意義

共感の定義（表3）に対する有効回答者数は16名、有効回答データ数は25個であった。「お互いわかりあえたように感じられた時」など、音楽を通じた意思疎通感を表したデータが最も多く、次に、音楽的（特にリズムや間）な一致、ClやClの音楽との一体感、Cl

やCIの出す音や音楽の解釈とそれへの反応が続いた。また、CIの音楽的嗜好性の理解や自分との一致を表す内容もあった。

各データの文尾に記した記号は、共感の対象についての分類を示したものである。明らかに対象が人(CI、CIと自身)という記述(人)が6個、音楽的要素で共感を記述したデー

表3. 音楽療法における共感の定義

<p>音楽を通じた意思疎通感 (6)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相手の意図が分かった時 こちらの意図が分かった時 (人) ・音楽によりCIの気持ちとThの気持ちの響き合いお互いに同じ方向を向くことができること (人音) ・音楽を通して、お互いの気持ちが通じ合うこと (人音) ・活動中に目が合い、お互いにわかりあえたように感じられた時 (人) ・共感は特にCI、Th共に同じ気持ちで体験、感情が行き来すると感じる。(人) ・支える支えた、包む包まれるという場を共に感じあう体験 (人) <p>同調、一致 (3)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リズムの場合は同じリズムになること (音) ・お互いのリズムの共鳴 (音) ・間が一致した感じ (音) <p>一体感 (3)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・CIの出す音とThの出す音が一体となった時 (音) ・歌唱や楽器活動を通して、一体感を感じられた時 (人音) ・共感、一体感など区別をつけられない部分がある。 <p>CIの音・音楽の解釈、受容とそれに対するThの反応 (3)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・CIの音以外の表情や動きも含めて、その方向性を感じ取り、「おうそうか」と気づき、「なるほど」と思うこと そしてそこから引き出される自分が反応すること (人音) ・対象者の出す音を解釈して返すことも含むように思う。乱暴な音を出す対象者は荒々しい乱暴な気持ちなのかもしれないと思っ同じような音で伴奏をつける。(人音) ・相手の音楽をThが受け取り合わせる。(音) <p>CIの音・音楽の解釈 (1)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者の気持ちを押し量り行動の要因を推測すること 例えば、楽器をたたくがすぐに止めてしまう対象者は、この場が緊張する場なので集中し続けるのが難しいのかななどと考える。(人音) <p>音楽的やりとり (2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相互的に音楽していくこと (人音) ・歌や楽器でのやりとりがスムーズに行えること (音) <p>嗜好性の理解 (2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者の方の好きな音楽を知ったり察したりして提供すること (人音) ・曲についての好みや感想が同じ場合 (人音) <p>CIの音楽を通じた達成感をThと共有 (1)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・音楽を通して達成感をCIが感じられ、そのことにThとして一緒に喜び合えたりすること (人音) <p>CIの受容 (2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・Thは対象者の立場を理解し、受け入れること (人) ・相手を受け入れることと考える。(人) <p>その他 (2)</p>

タ(音)が6個、両者に関連する記述が10個である。

共感のもつ意味(表4)に対する有効回答者数は17名、有効回答データ数は24個であった。CIの何らかの変化を促す意味があるとの回答が最も多く、信頼関係の構築に言及した記述が次に続いた。また、共感の定義においても分類された一体感に関する記述が、本質問に対する回答でも同様にみられた。CIの理解やコミュニケーションの促進につながるとの回答に加え、非言語的、意識下のレベルでのCIの理解に繋がるとの回答もみられた。

表4. 音楽療法における共感の意義

<p>CIの変化の促進(7)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実際に創り出されたサウンドだけでなく、その時の気持ちの通い合いがあるかどうか、この共感の体験はCIのアクティビティを引き出す。 ・活動のステージを高める可能性がある。 ・CIの気持ちが新鮮になる。 ・CI自身の気持ちが整理できる。 ・次の課題に進むためのステップ 1つずつ段階をふんで進んでいくためには、1つずつ、共感し、お互いを認め合うことが必要だと思う。 ・音楽を使った方が、使わなかった時よりもより、笑顔がでたり、活動の時間が長くなったり、発語があれば会話が成立したりすること ・お互いの気持ちが通じ合うことで、お互いが前向きな気持ちになれる。 <p>受容感、信頼関係の構築(4)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・互いの存在を認め合うこと ・音楽を通して、Thと対象者の気持ちが通じ合えたように感じられることで、お互いの信頼関係が深まると思う。 ・安心感につながると思う。 ・支える支えた、包む包まれるという場を共に感じあう体験 <p>一体感(3)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一体感やコミュニケーションをノンバーバルに感じることができる。 ・一体感 ・共感、一体感など区別をつけられない部分がある。 <p>CIの理解(2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者の理解のために必要な技術であると思いますが、本当に共感できているかはわからない。Thの主観によって判断されているようなところがあるのであいまいなところが怖いと思う。 ・ThがCIの状況を理解し、気持ちに添って共に音楽を受け入れられた時 <p>コミュニケーションの成立(2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・音楽を通してのやりとりの成立 ・Thと、CIの互いの人間関係の構築 <p>非言語的な理解(2)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・時として、言語化できない深い心理層でも関わることができると思う。 ・言語的に意識できるレベルを超えた、強力さがあると思う。 <p>その他(4)</p>

共感を実感した、または共感が困難であった実践場面

共感を実感した実践場面を記述した被調査者は、13名であり（他4名は、わからない、特になし、空欄）、有効回答数は17個であった。表5に示したように、やりとりの成立時、一体感に関する記述が多く、次に、涙を流した場面が続いている。また、CIの好みの音楽を介したやりとりや、CIの内面理解、発言の増加を挙げる記述もあった。なお、記述内容が具体性を帯びる場合は、結果に支障のない範囲で省略や表現の変更を行っている。

共感するのが困難であった実践場面を記述した被調査者は14名であり（3名は特にな

表5. 音楽療法において共感を実感した場面

<p>やりとりの成立（4）</p> <ul style="list-style-type: none">・ 児童の場合子供達が、その活動を喜んで受け入れ取り組めた時・ (児童の場合) リズムやテンポのやりとりが成立した時・ 未解決技法を用いることがあるのですが、CIが、その続きの歌詞をうたったりできたこと・ 鳴らして欲しい部分で鳴らしてくれた時 <p>一体感（4）</p> <ul style="list-style-type: none">・ 楽器をお互いに演奏しながら、同時に終了へと進んでいく時・ 間合い、タイミング、などリズム的なことが多いですが、CIに触発され、応じた音が響きあえた時・ 音楽で一体感が生まれ、相互作用ができた時・ 曲にあわせて打楽器を打つ場面で、ラストでタイミングを合わせて一緒に終わり、お互いに笑顔や紅潮した表情になって、言葉にならない気持ち良さを感じた時（ふーっというため息や「よかった〜」という前向きな発言が出た。） <p>感情反応（落涙）（3）</p> <ul style="list-style-type: none">・ 選曲の前奏を奏ではじめた時からその曲が終わるまで涙、涙、演奏後はしばし何の言葉もかけず、無の時間を共有できた。・ (高齢の場合) 歌をうたって涙を流された時・ Thが歌を歌いCI数名が涙を流した時 <p>CIの嗜好性とのフィット（2）</p> <ul style="list-style-type: none">・ 普段はあまり歌われないCIさんが、自分の好きな歌になったらしっかりと声を出して歌われた。・ 好きな音楽と一緒に聴いて感想を述べあう活動をしていると対象児がTh（私）に心を開いてくれて、音楽を通じていろんな話ができたといい経験がある。同じ音楽を聴いて感情を共有するということが人間関係を良くしたと思う。 <p>CI理解の促進（1）</p> <ul style="list-style-type: none">・ それまでに気づけなかったCIの側面に触れた時 Ex. 感情体験が動き出した鬱の方が、心の怒りを、打楽器で表現され、「出し切らない」演奏形態という表現で示された時 <p>言語的反応（1）</p> <ul style="list-style-type: none">・ (高齢の場合) 歌をうたって発言が多かった時 <p>その他（2）</p>

し、または空欄)、有効回答数は16個であった。表6を見てわかるように、CIの障害、症状による読み取りづらさ、Thの関わりを拒否された場面を挙げる記述が最も多かった。次にCIの感情の不安定さが続き、CIの音楽的嗜好性に合致しない選曲を行った場面や、相互作用のない一方的な楽器演奏を挙げる記述もあった。

以降に、臨床心理や、普段の音楽活動において見受けられる共感と隣接する現象（転移・逆転移、同一化、カタルシス）が自身の音楽療法実践において生じたことがあるか、あるとすればどのような状況であったかについての質問に対する回答をまとめる。

表6. 音楽療法において共感が困難だった場面

<p>CIの障害、症状による読み取りづらさ（5）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・数年のお付き合いの中でどんどん認知症が進んできた方に対して以前喜ばれた話題や曲だからと思って「この歌お好きですね」「歌いましょうか」と問いかけた時戸惑われた様子だった。 ・アセスメント不足で、対象者のことがよくわからないまま、活動を進めてしまった時 ・知的に低い場合 プログラムを3つ行うことがパターン化され、入室、演奏、退室をこなすことのみ成立している状態 「上手」「うまくできたね」に首を振って反応することのみ可能 ・知的障害や身体のマヒが重度である対象者の場合、対象者の表現がイコール対象者の心情であるとは考えにくく、いろいろアプローチを変えてみるのですがびったりくることが難しいことがある。 ・コーマ（昏睡状態）のCIとのセッションなど、身体感覚や呼吸などを手掛かりにアプローチするが、確認はむずかしい。 <p>関わり拒否（5）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・楽器や歌でかかわろうとしても、全く受け入れず、叫んだり、耳をおさえたりしていた。 ・（児童の場合）一曲を最後まで歌い（演奏）続けられず、途中で終わった時 ・CIが動かない。実際の行為としても動かないし、気持ちの動きを引き出せない。ジタバタして、何とか動かすような誘いをしてしまう。一時的に反応は得られるが、後は余計に困難な状況になる。それが分かっているながら、あの手この手を繰り返してしまう。 ・天災で避難されている方々へ音楽療法を行った時、「忙しいし疲れていて、そんな状況ではない」とおっしゃっていた時 ・退出前の活動が本人の中で終わられていなかったのでは？という時 <p>CIの感情の不安定さ（3）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1人のCIのその時の感情が安定していなかったものと思うが、グループセッションのだけでも、一人で自分のいいたいことをぶつけてきた。 ・（児童の場合）対象者の気分が高揚している時 ・集団音楽療法場面において……1人の自閉症の子が急にパニックになり、それまで他児と一緒に参加していたのが、血相を変えて、その部屋から出たたたん、床に寝転んで泣きわめく。かえって声がけするとますます泣きわめくため、ただただ、傍で見守るしかなかった。 <p>CIの嗜好性との不一致（1）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・（高齢の場合）選曲が良くなかった時 <p>没交流的演奏（1）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・CIがThの音を全く聞いていないような演奏の仕方でも自分の世界で演奏を続けた場合

音楽療法実践における「転移」現象の経験について

実践において、転移と思われる場面を経験したことがあると答えた被調査者は9名であり、そのうち自由記述の有効回答数は6名であった（3名については、内容的に転移・逆転移にはあたらないものと判断した）。有効回答を表7に示す。なお、記述内容が具体性を帯びる場合は、結果に支障のない範囲で省略や表現の変更を行っている。表7をみると、セッションやセッション後でのThとClとの関係性に触れた記述が2件、音楽を通じた転移、逆転移現象に触れた記述が3件、音楽行動のプロセスにおける関係性の記述が1件、音楽療法のプロセス全般に関わることで限定できないとの記述が1件となっている。

表7. 音楽療法において転移・逆転移を経験した場面

転移・逆転移の状況	Th. は、どのように感じ、行動したか
その場の音や自分の気持ちよりは、行為の承認を求めて（母親の存在）、それがないとしっかりと音楽行動が生まれず。アウトプットの形が確認できず、動けない上記のようなClに対して、その不安感に対して受容的になれない自分が出たりする。	テーマを変えて活動する余裕が自分にあることもある。
Clの怒りや悲しみが音でThに向けられてきた。激しい音使い	太鼓を手で支えていたので、しっかり太鼓を保持しそのたたき方が続けられるようにし、声での即興で同調した。
Thが歌うメロディや歌詞がThの対人関係を想起させていた。	Thが歌いながら過去が思い出され、Clが泣いているのをかいま見てThも感動しながらも演奏を続けた。
セラピーのプロセスで必要なことと考えているので、限定できない。	転移を生じる必要がある程、重要なこととしてうけとめる。逆転移を通して、Clを理解していく。
精神科で実践していたとき セッションが終わった後に贈り物をもらった。	職員に報告して贈り物を本人に返却した。それ以降、その患者さんは私に敵対心を持つようになったので、あまりうまくないやりかただったかもしれない。
（被災地でのセッション）参加者は音楽療法士とClという関係とは思っていない。MTの名前を○○ちゃんと呼び、娘のように感じているのかなと思う。又は親近感を持って呼んでくれているかもしれない。手紙、電話のやりとりもあった。	場をわきまえて使ってくれるのでそのままにしている。（電話、手紙のやりとりは音楽療法以外の活動のために必要としている。）

Clと一体化した体験があると答えた被験者は、11名で、そのうち自由記述の有効回答数は9名であった（2名は、一体化をどのように感じ行動したかの欄が空白であった）。有効回答を表8に示す。

表 8. 音楽療法において一体化を経験した場面

一体化の状況	Th. は、どのように感じ、行動したか
ロシア民謡の「一週間」の楽曲をうたった後、最近うれしかったこと、楽しかったことを出し合っ て「私達の一週間」の歌詞をつくることに発展さ せ完成した。	完成した歌詞を画用紙に書き出した所、一人ひと りが大きな声で発表してくれ、にこにこ口角を上 げた笑顔で歌ってくれた。
児童の個人セッションにおいて椅子とりゲームを した時	童心にかえり、一緒に楽しんだ（本気になって遊 んだ）。
うまいとか的確であるとか、そういうことを忘れ て歌ったり、楽器を鳴らしたりしている。	余韻を楽しむ。
(高齢) 歌の歌詞を通して共感した時 民謡（盆踊り）踊 りを通して身体活動で共に楽しめた時 (児童) 楽器（ウクレレ、リコーダー、ピアノ）等真剣に 合奏できた時	高齢者に対して、共感したと伝える。 児童に対してほめたり、次の挑戦をすすめる。
楽器活動において、いきいきと思いにマラカ スを鳴らしていたClが、Thが伴奏を止めると Clもぴったりと止めることができたこと	良かったね、すてきだったねと大いにほめてい る。
即興演奏でダウン症の子どもとピアノとタイコで 合奏しているときに、相互にテンポを変えたり、 リズムを変えたりということが起き、一緒に演奏 を終了した時	一緒に演奏しているときには、「次はこうしよう」 「相手がこうだからこうしよう」というように即 時反応的に考えていた。
Clが頷いている時	特に何もしなかった。
手あそび歌での模倣（数回目のセッションにて）	集団だったので、本人の前で同じ活動を行った。
60代、70代の介護予防（健康な人との音楽約20 名）「自分さがし」の活動を替え歌にして1人ひ とりの良いところをさがす。そのテーマに全員が 集中し、日常から離れ、テンションが上がって いった。1人について皆が良いところを探す過程 は本人もまわりの人も優しい気持ちになった。	なぜかおもしろおかしいやりとりになり40分間 笑い続けた。 10数年間の音楽療法の中でこんなに集中して 笑った経験はなく、参加者自身の持っている素材 がひきだされたと感じた。

カタルシスの体験があると答えた被調査者は、12名であった（ただし、2名は内容記述については空欄）。記述内容の抜粋を表9に示す。

表9. 音楽療法においてカタルシスを経験した場面

カタルシスの状況	Th. は、どのように感じ、行動したか
(高齢の場合)→集団セッション 曲をリクエストされたため、その曲を提示した。 セッションの終了後、その曲について個別に話を聞いていたら、急に対象者の方が泣き出された。	話を聞き続けた。こちらも泣けてきてしまった。
我を忘れて音楽している感じ	音楽を支え、通い合いを楽しみ、終結を図る。
大集団の中で、打楽器のリーダー役を担当していただき、対象者のペースでリズムを取ることで曲を進める。	前後の表情、顔の紅潮感が違い、満足しておられると感じた。 「リズムを取ったのは〇〇さんです」と他の参加者に紹介することで、集団の中でスポットライトを浴びるような体験をしていただいた。
緩和病棟でのセッション（集団）で家族の重い気持が、歌と涙でフッと明るくなった時 児童セッションで、20才の女性がCDに合わせて踊っている様子 軽度老人ホームで月一回のカラオケの時「歌えない」「歌わない」「聞くだけ」と言いながら毎回来ては何か歌える曲があった時の様子	相手には特に何もしないが、次回にも経験してもらえる様参加の声がけをする。
PDD（広汎性発達障がい）のお子さん 太鼓を思いきり叩いていた。	好きなように楽器を叩かせ、発散させる活動を行う。
被災された方との音楽療法の場面で、短歌をつくることになった。（自分の思いを五七五七七に言語化する。）それに音楽をのせてうたった時に聞いている人も作った人も涙を流した。これは毎回涙を流す場面が見られる。	言語だけではなく音楽にのせることで浄化されるという体験で表情が和らぐのを見て、このままで良いと感じた。
自閉症の男性とのセッションで、シンバルを激しく打ち鳴らしたときに、それを止めずに20分くらいつきあって伴奏したことがある。終わったときに、すっきりした表情で居室に戻ってきたと担当の職員から報告があったときに、彼の気持ちにつきあって伴奏したことが彼の気持ちによりそい、すっきりしてもらえることにつながったのではないかなと思った。	ひたすら対象者の出す音楽に付き合って伴奏した。いつまで続くのかなと思いつつながら、対象者の表現につきあうことが治療的なのだと思いがんばった。
肢体不自由の女子が太鼓を大きく叩き発散している時	Clが身体のもどかしさをぶつけているような感じ
例えば、吃音のClが、歌唱では地声が出せて、つまらずに力強い表現ができた時の達成感を示した時	Clの身体感覚を支持し、日常生活でもその地声を用いるよう示唆した。
パニック状況の時、思い切り太鼓をならす。	ある程度鳴らしてから本人から止めました。

4. 考察

本研究の目的は、音楽療法における共感に関する自由記述アンケートを回答内容によって分類し、音楽療法士が自身の実践における共感とその周辺の事象をどう捉えているかの一端を検討することであった。

まず音楽療法における共感の定義とその意義についてであるが、どちらの質問項目においても、決して多いデータ数ではないものの、CIとの一体感に関する記述がみられたのが特徴的であった。臨床心理で広く浸透している「共感的理解」の概念は、ThとCIが同一化することなくお互いの独立性を保つことが条件となっている⁵⁾。音楽療法における共感についての拙論⁶⁾にて、音楽療法は、この独立性を積極的に排除し、一体化を目指すところに特徴がある可能性を示唆したが、今回のアンケートにおいても、同様の結果が認められた。加えて、共感が大切であると評価した被調査者が1名を除いた全員であったことから類推するに、音楽療法における一体感は、ポジティブかつ必要な現象として捉えられていることも窺えた。

次に、音楽療法における共感の対象について考える。伊藤は、辞書的な意味、社会心理学的な概念、臨床心理学的な概念においては総じて共感の対象は人であるのに対し、音楽行為や音楽療法においては曖昧であることを示した。また、音楽療法における転移・逆転移現象については、音楽がその一部または全ての対象を引き受けるという先行研究があることも紹介した⁷⁾。本アンケート調査における音楽療法士の共感や転移の捉え方を見ると、その対象が人の場合と音楽の場合が混在していること、転移・逆転移の記述において数は少ないものの音楽行為をそれと認識する例があることがわかり、先行研究と同様の傾向が見受けられる。

以上の結果より、第一筆者が文献研究によって指摘した臨床心理における共感的理解の概念と音楽療法における共感の概念との相違点、つまりCIとThの独立性、共感の対象の面での差異は、音楽療法士らが自身の実践においても同様に感じ取っていることが読み取られた。さらに音楽療法士らは、これらのCIとの一体感や共感の対象の曖昧さを、療法プロセスにおいてポジティブなものとして捉え、積極的に関与、促進していることも窺われた。

CIとThの独立性が確保されていない場面の経験を、より詳しく聴取するために、「転移・逆転移」、「CIとの一体化」、「カタルシス」の用語を持ち出し、それぞれを感じた実践場面について回答を求めた。転移・逆転移に関する有効回答数は、他の2つと比較すると少なめで、内容もプロセスを進める上での難しさを表す記述も見受けられた。一方で、打楽器活動や歌うことを通した転移現象に関しては、それに同調し演奏が続けられるような介入を行うという記述もあった。さらに、一体化およびカタルシス作用を感じた場面については多くの被調査者が経験があると答え、有効回答数も多かった。対象者との一体化、カタルシス作用が生じたときに、被調査者がどのように感じ行動したかの記述内容

を見ると、転移の項目でも若干見受けられたが、その状況を維持する介入を行うケースが多いことも非常に興味深い。例えば、話をしながら泣き出した対象者の話を聴き続け一緒に泣いたり、対象者と同じ行動を本人の目前で模倣したり、賞賛したり、対象者がその行動をやめるまで一緒に演奏につきあったり、あるいは何もせずそのままにしておき、終了後の余韻を共に楽しんだりするとのことである。これらの結果からも音楽療法における対象者とTh、そしてそこで行われる音楽行為の一体化は、療法的に意味があるもの、避けるべきものではないと捉えられていることが窺える。

音楽行為における一体感に通ずる用語として、「グルーヴ(感)」が挙げられる。山田陽一は、これまでのグルーヴに関する先行研究や、ミュージシャンの多くの発言を網羅的に引用し、多角的にグルーヴを説明することを試みている。著書の中では、演奏に参加する聴取者、演奏者が経験する一体感やフロー体験といった心理的、身体感覚的次元からグルーヴを解明する先行研究が紹介され、山田自身もグルーヴ現象の身体性について重要視している⁸⁾。フロー体験とは、「一つの活動に深く没入しているので他の何物も問題とならなくなる状態で、その経験それ自体が非常に楽しいので、純粋にそれをするということのために多くの時間や労力を費やす」体験である⁹⁾。今回のアンケートで音楽療法士らが共感として記述した心理状態や状況は、むしろここで描かれる状態に近く、臨床心理で提唱される共感的理解とは異質の特徴を持つ可能性があるのではないか。そうであれば、音楽療法士はまずはそのことを整理、分析し、すべてを共感と括るのではなく、その区別を認識しておく必要があるだろう。

一方で、グルーヴは主にプロのミュージシャンの演奏における他者の音・音楽との同調とズレを、主に音楽的な技巧面から詳細な検討がなされてきた歴史がある¹⁰⁾。しかし、音楽療法の現場ではリズムや間合いのズレに必ずしも技巧的、意図的な精緻さが存在するわけではなく、むしろ偶然生まれるズレと一致の連続と言ってもよいであろう。高度な演奏技巧を持つミュージシャン同士のグルーヴ感が、本調査において見られた音楽療法における一体感と同質のものであるかどうかは、更なる検討が必要となる。

5. おわりに

上記の課題を一つずつ整理し、筆者らを含め多くの音楽療法士が経験する一体感が、臨床心理の文脈での共感(的理解)、フロー体験、グルーヴ等とどのような関係性にあるのか、更にはなぜそれが「療法」としての意味があるのかを熟考しなければならない。

また、音楽療法における共感の定義と意義における記述内容から、もう一点の検討課題が生じる。すなわち、音楽療法における共感とは目的か手段かという疑問である。記述内容を眺めると、共感そのものが療法目的になっていることが窺える内容がある一方で、共感を持つことで他の目的を達成できるという手段としての側面を示す内容も見受けられる。音楽療法の対象者は、コミュニケーションに関する課題を抱えるCIが多いことが一因と

なって、コミュニケーションの基盤である共感が手段としてではなく、時に目的化するという可能性は高い。加えて、音楽行為そのものが身体的、心理的同調機能を持つことから、共感の目的性と手段性が混然一体となっている可能性も考えられる。

音楽療法における共感として漠然と語られてきたこれらの現象について再考することで、音楽療法の更なる可能性を探るとともに、その限界についても検討することが可能になると考える。

引用文献

- 1) 高橋方子・猪俣千代子ら、音楽療法の効果を高めるための音楽療法士の関り、宮城大学看護学部紀要、第12巻第1号、2009、pp. 31-41
- 2) 伊藤孝子、音楽療法における共感に関する一考察、名古屋芸術大学研究紀要、第34巻、2013、pp. 35-46
- 3) 澤田瑞也、カウンセリングと共感、第一版、世界思想社、1996、p. 11
- 4) 伊藤前掲論文
- 5) 角田豊、とらえ直しによる治療者の共感的理解とクライアントの共感性について、心理臨床学研究、13-2、1995、pp. 145-156
- 6) 伊藤前掲論文
- 7) 同上
- 8) 山田陽一、響きあう身体：音楽・グルーヴ・憑依、第一版、春秋社、2017
- 9) M. チクセントミハイ（今村浩明訳）、フロー体験 喜びの現象学、第一版、1996
- 10) 山田前掲書