

# 社会性の取得を目指した集団音楽療法

野 尻 恵美子

(2008年1月22日受理)

## I はじめに

子どもは遊びを通して発達する。通常子どもは、大人から提供されなくても自分自身で遊びを発見し、展開させることが出来、その中で獲得したルール感覚が社会で求められるルールにつながる部分も大きいと考えられる。しかし障害を持った子どもは積極的に遊ぶことが困難で治療の場において遊べる空間を提供する必要がある。そのため発達障害児の臨床では、遊びは主要な治療手段であるというより、すべての治療の手段が遊びとして展開されなければ治療として成立しにくい側面がある。その遊びを分類すると以下の9領域に分かれ、それらの遊びが伸ばすと思われる能力の内容も異なってくる。まず①「音楽リズム遊び」がある。特に音楽療法においては大きな領域を占めるが、ここでは主に音楽を聞いたり表現する能力が育つ。次に②「絵本遊び」があげられ、これは絵を理解し楽しむ能力を育てる。③「ことば・数遊び」においては、思うことを他に伝達する能力を育てる。また④「造形遊び」では、ものを創造したり観察する能力を発達させる。ここまでが子どもの情意面にはたらきかける。続いては社会的側面に関する遊びであり⑤「構成・創造遊び」は、ものをまとめる能力を育て⑥「探索・適応遊び」では問題を解決する能力を発達させる。更に⑦「役割遊び」は、人と自分の役割を理解する能力を育て⑧「協同・競争遊び」では、他人と上手にやっていく能力に関係し、最後の⑨「運動遊び」においては技能や運動能力を発達させる。また遊びの特徴として自発性、非現実性、快経験という3つの要素があげられる。遊びはまず、自発的に行なわれることによって成立する活動である。遊びに

は相手がありルールもあって意のままに振舞えるものばかりではないが、その遊びを選択しそれへの参加や撤退を決める主体は自分自身である。遊びを通して様々なことを学習することは前述したが、子ども自身がそのような目的を持って遊びに臨んでいるわけではない。必ずしも何かを意図し、その実現を図るというような首尾一貫した実利行動ではないのである。そして遊びはまず何よりも楽しみを求める行為である。いずれにしても集団で遊ぶ場合には必ずルールを必要とする。一人一人が好き勝手なことをするとめごとの原因になるからである。しかし常に欲求を抑えることはストレスがたまるので時々それを発散させなければならない。その発散はあくまでも社会的に受け入れられるかたちになっている必要がある。つまり遊びは快感原則と現実原則の間に位置する行為といえる。そして集団遊びにおいてルールが複雑になるほど現実原則の要素が強くなる。フロイト (Freud, S.) によれば、生後間もない乳児は絶対的全能の世界において、快感原則に支配されているので欲動の即時的直接的満足が得られないと、泣いたり手足をばたつかせるなどの不快を表現し、母親から即時的直接的満足を求めようとする。母親もそれに全面的に答えようとする。ところが発達に伴い、徐々に即時的満足が得られない現実に出会うようになる。この現実に適応していくためには、当面の不快に耐え、欲動の直接的満足を延期したり断念したり迂回路を探すなど、現実の規制に即したやり方に修正していかななくてはならない。このように快感原則を修正し、現実の規制に折り合いをつけていくことで現実原則という心理過程の原理へ進んでいく。発達の言葉は固体の自我の発達と共に、徐々に快感原則の支配

から現実原則の支配へと進むことになる。音楽を含む芸術活動は正常、異常の連続性であり、現実と非現実の連続性である。社会的現実の中では正常、異常がはっきりと分けられるが芸術活動になると正常な音楽、異常な音楽などに分けられず、正常と異常が一つのつながりのある連続性を持ったものとして行なわれる。これは芸術活動は快感原則と現実原則の連続性であるということの意味している。つまり音楽療法の場も快感原則と現実原則の中間に位置するということであり、音楽の持つ法則性を生かした活動ほど現実原則に近い心理を必要とすると考えられる。

本研究の対象児は注意欠陥/多動性障害(ADHD)と診断された男児である。特徴として不適切な状況で室内を走り回り高いところへ上る、大きな声で喋りすぎるなどの多動性の症状や、人の話を聞かない、順番を守れない、質問が終わる前に答える、他児の会話や活動に干渉し邪魔をするなどの衝動性の症状が見られ、多動性-衝動性優勢型である。その場の状況や他者を理解することで適切な行動をとるという面に遅れがあり、集団における自己コントロールに問題が認められた。その結果集団遊びが困難であり快感原則の段階にいた。そのため集団音楽療法の中で音楽の持つ法則性を生かした活動を行うことで快感原則から徐々に現実原則を受け入れられるようにし、集団遊びを円滑に行えるようになることで社会的ルールの取得を目指した。

## II 目 的

快感原則の段階にいたため、集団遊びを通して発達していくことが困難であった対象児に対し集団音楽療法を行った。そこでは対象児の発達水準に合った遊びを提供し、社会的ルールの取得を目指した。本研究では遊びを通して快感原則から現実原則への移行を促した治療過程を分析する。その中で提供した音楽活動を遊びとして分類し、発達段階に応じてその遊びがどのように変化していたかを検討することを目的とする。

## III 方 法

### ① 対象児について

対象児はADHDの男児であり、セッション開始時は5歳1ヶ月であった。(現在8歳6ヶ月)家族構成は両親、姉、祖父母の6人家族である。1歳6ヶ月検診時に言葉が出ない、歩けないなどで受診を勧められ、その後個別言語療法を受けている。

### ② 治療開始時の発達状況

対人関係が希薄であり、他児から誘われても遊べなかった。対象児が「一緒に遊ぼう」と他児を誘うことも見られたが遊びに繋がらなかった。大人に対しても自分の要求に基づいて反応するのみであった。自閉傾向はなかったが集団生活を送ることが出来るかが課題であった。言語発達は大きい声の発語はあったがその場に合わない内容であることが多く、コミュニケーションの手段として機能していなかった。知能的な遅れは認められないとのことであったが、時間や左右などの抽象概念の形成が不十分であった。行動特性は入室と同時に大声を出して部屋中を駆け回るなど、不適切な状況で走り回る症状が目立った。またピアノや机の上など高い所へ上がることを好んだ。座ることを要求される状況でも手足をそわそわと動かし、席を離れ歩き出すことが見られた。質問が終わる前に答え、必要以上に大きな声で喋り過ぎ、セラピスト(以下Th)や他児の会話をさえぎることで対人関係に問題が起きていた。情緒面に不安定さはなかったが、気に入らない時や思い通りにならないときは母を叩くことがあった。

### ③ 長期目標

社会的ルールの取得

### ④ 治療構造

期 間：平成17年4月～平成19年6月

頻 度：週1回50分の集団セッション 計80回  
実施

場 所：仁愛女子短期大学音楽館

人的構造：対象児を含めた3～4名

Th、コワーカー(以下Cw)2名

それぞれの母は常時、弟妹も3～5名  
入室していることがあった

#### IV 経過と結果

治療経過を小集団のメンバーの構成変化とそれに伴う対象児の変化に合わせて3期に分けて述べる。

##### 第1期 短期目標 環境に適応し活動に参加する (S.1～S.20)

第1期の構成メンバーは、6歳のダウン症女児、5歳の広汎性発達障害男児および対象児であった。この時期は対象児が音楽療法の場を遊びの場として理解すること、そしてその環境に適応し活動に参加出来ることを目標とした。まず始まりの挨拶として、毎回同じ歌（友達賛歌）を歌い握手をした。次に全員の名前をピアノに合わせて歌いながら呼ぶことを行った。ここでは軽快な音楽を即興で演奏し、楽しく紹介した。初期の頃は歌っていると突然跳び上がり走り出したり、大声を出すなど落ち着かないこともあり、名前も曲の流れの中で返事が出来なかったが、回を重ねるごとに一定のテンポの中で返事が出来るようになった。Thは順番が待てないという対象児の特性を理解しており、対象児が楽しく参加出来ることを目指したため、常に対象児の名前を最初に呼んだ。続いてやはり軽快なテンポの曲に合わせて自由に走る活動を行った。これは思い切り走りたいという対象児の欲求を活動の中で充分満たし、情動を適応的に発散させることを目標として取り入れた。そして曲が止まったら椅子に座る、また曲のテンポに合わせて歩く、あるいは走る活動を行った。この活動は対象児のエネルギーが充分発散させられたことを確認してから行った。また電車ごっこ活動（リボンで輪を作り中に3人が入り運転手、車掌など交代で役割を決めた）を行ったがここでは「ごっこ遊び」を通してものをイメージする能力を発達させること、また常に運転手役を希望した対象児に自分の番が来るまで待てるようになることを目標とした。対象児は運転手役以外の時は輪から抜け出し、好き勝手に走り回ることもあったが、ルールを理解するにつれてこの遊びの楽しさを知り、参加が可能となっていった。更にとの程度待てば運転手役が出来るのかという時間の

見通しが立ち、円滑に行えるようになった。次にトーンチャイムやハンドベルをそれぞれが持ち「ドレミの歌」に合わせて一人ずつ順番に鳴らしていく楽器活動を取り入れた。「ごっこ遊び」において待つことが可能となったため、それを音楽活動においても応用できることを目指した。しかし対象児にとってこの活動は動きたい欲求を満たすには不適切であり、大声で別のことを話したり、楽器を投げ捨て走り回ることが見られたため、再度「ごっこ遊び」に戻した。このように第1期では対象児の欲求を適応的に満たすため、身体運動を中心に行った。そこに発達段階に合わせて徐々にルールを持たせていった。また「ごっこ遊び」ではそのルールを理解することで順番まで待つことを可能にした。

##### 第2期 短期目標 音楽活動による自己感情のコントロール (S.21～S.50)

この時期の構成メンバーは、第1期同様のダウン症女児及び対象児と、新たに第1期とは異なる広汎性発達障害の5歳男児が加わった。この治療構造の変化にも対象児は混乱を見せなかった。この時期は身体遊びから音楽遊びに移行させ、そこで自己感情をコントロールしながら活動に参加出来るようになることを目標とした。まず第1期同様、始めの歌と音楽に合わせて名前を呼ぶ活動は引き続き行った。第1期では対象児の名前を最初に呼んでいたがこの時期では「一番最初に呼んで欲しい人は誰ですか」とThが問いかけ、順番をメンバーに決めさせた。対象児は最初に呼んで欲しいという自分の思いを他のメンバーに言語で伝えることが困難で、また他者の意見も聞くことが出来なかったため対象児の順番が最後になることもあった。しかしその際Thが「よく待たね」という思いを込めてピアノを長めに弾き、少々派手に名前を呼ぶと対象児の欲求が満たされ、次第に他のメンバーと相談できるようになった。続いて発散を促し、次の活動に集中させるため、音楽に合わせて走る活動は継続させた。次に思い切り太鼓を叩く活動を行い、音楽による情動の発散を目指した。また身体運動と音楽を組合わせた活動として、ケンケンパと跳べるように用意した輪を

ピアノのリズムに合わせて跳ぶ活動、「あなたがたどこさ」の「さ」の所でCwが持つリボンを跳び越す活動を行った。これらの活動は音楽的要素よりも身体運動による発散の要素が大きいため対象児は楽しんで取り組んでいた。そして発達段階に応じ「ちょうちょ」「とんぼのめがね」「かえるのうた」を弾き、それぞれの動物の真似をする活動に移行した。発散の要素が減少すると対象児はピアノを聞かずに走り回ることが見られたが「一番似ている人が勝ち」というゲームとして行うと次第に参加できるようになった。更にはハンドベルを使って「かえるの歌」「きらきら星」などの簡単な演奏、メンバーが見えない所で鳴った楽器の種類を当てる活動を行った。その際も対象児のストレスがたまっていると判断した時は最初の発散を促す活動に戻すなど、ここでも対象児の欲求を満たすことを念頭に置いた。こうして音楽活動を通し、対象児は次第に音や音楽そのものに興味を持つようになり取り組める時間が長くなっていった。

### 第3期 短期目標 集団音楽活動を通して社会性を促す (S.51～S.80)

第3期の構成メンバーは、これまで同様のダウン症女兒、対象児に加えて7歳の広汎性発達障害男児、8歳のダウン症女兒が新たに加わった。この時期は集団の中でルールを守り、社会性を促すことを目標とした。始めの歌、名前を呼ぶ活動、音楽に合わせて走る活動は継続させた。名前を呼ぶ際「じゃんけん」を取り入れこの活動もゲームとして行った。更に音楽が止まったら椅子に座る「椅子取りゲーム」を行った。第1期には人数分の椅子を用意して行ったがこの時期では椅子を一つずつ減らしていき、遅れると座れないというルールを設けた。対象児は当初、音楽を聞いていないため座れないことが多かったが、ルールを理解するようになると、この活動を楽しむようになり集中して行うことが可能となった。また「おもちゃのチャチャチャ」を用い「おもちゃの」部分を「～君が」と変更し、名前を呼ばれた人が楽器を叩く活動を行った。更にメンバーが円形に座り、この曲を使用して一人8回ずつ順番にタンバリンを叩

き、隣に渡していく活動も行った。対象児は音楽を聞きながら行動することが可能となっていたため、これらの活動も参加出来た。この時期の後半ではリズム模倣を取り入れた。Thが小楽器で特定のリズムを叩き、メンバーがそれを模倣し、全員が正しく行えた時点でThはそのリズムを変化させるという活動である。これが可能になるとThは楽器をメンバーから見えない所で叩くようにした。この活動になると聴覚のみでリズムを認知しなければならず、最初は困難であったが以前のように走り回ることなく集中して取り組むことが出来た。更には「音しりとり」を行った。これは円形に座り一人ずつ木琴で好きな音を4つ叩き、次の人は前者が最後に叩いた音から始めるという活動である。ルールの中に創造性を取り入れた内容である。Cwに援助されながらではあったが対象児はこの活動においても楽しみながら取り組んでいた。第2期では活動中に走り回ることが多々あり、発散させながらのセッションであったが、第3期では指定された活動を楽しみながらこなすようになっていった。以上のように第3期では音楽活動を中心として提供し、そこにルールを設けることで対象児の社会性を促進させることが出来た。

## V 考 察

### ① 行った活動の遊びとしての分類とその発達段階について

本研究では、集団の中で遊びを通して発達することが困難であった対象児に対して、集団音楽活動を行うことで遊ぶ能力を取得し社会性を発達させた。ここでは本セッションで行った活動を、前述したどの領域の遊びに分類されるかを検討する。第1期ではまず毎回同じ歌で始め握手をし、メンバーの名前を軽快な音楽に合わせて紹介していった。これらは①の「音楽リズム遊び」の要素が強いと考えられる。音楽療法の中で行っているためどの活動にも音楽が関わってくるのは当然であるが、音楽を使用することで開始を理解させたり、流れを乱すことなく名前を言うことを促したという点においては、特に音楽の持つ法則性を生かした活動であったということが出来る。そこに③の

「ことば遊び」を加えたものであった。次の音楽に合わせた身体運動はまさに⑨の「運動遊び」であり、そこに同様の音楽の持つ法則性を用い一定のルールを設けた。電車ごっこは⑦の「役割遊び」の領域であり、皆で協力して電車を作ったという点では⑤の「構成・創造遊び」⑧の「協同・競争遊び」の要素にも関連したものであった。第2期に行った身体運動では、第1期よりも更に音楽を用いることによる法則性を強め、動きをコントロールした「運動遊び」となった。曲を聞きその動物の真似をする活動は⑦の「役割遊び」であり、音楽で指定された動物を身体表現するという意味では④の「造形遊び」の要素も加わり、第1期での「役割遊び」とは異なる内容となった。そして意欲や集中力を増すために最も似ている人が勝ちという「競争遊び」としても行った。見えない所で鳴っている楽器の音を当てる活動は⑦の「探索・適応遊び」であった。第3期でセッション開始時に行った活動はこれまでの延長であったが「じゃんけん」「椅子取りゲーム」を取り入れるなど、「競争遊び」の要素を深め、ゲームとして遊びを活発化させた。その他、この時期に行った活動は集団での「音楽リズム遊び」の領域に分類されるが、その中に他の遊びの要素も盛り込んだものであった。まず「おもちゃのチャチャチャ」を使用し、指定されたメンバーが叩く活動においては「ことば遊び」の要素が、8回ずつ順番に叩く活動は「数遊び」の要素が加わった。Thのリズムを模倣する活動は身体をイメージする能力を必要とするという点で「構成・創造遊び」の要素もあると考えられ、最後の「音しりとり」にもこの要素が加わったものであった。このように本セッションで行った活動は、②の「絵本遊び」を除くすべての領域の遊びが関わっており、当初遊びが困難であった対象児にセッションの中で様々な遊びを体験させることが出来た。

次に治療過程においてこれらの遊びがどのように発達していったかを「遊びの発達」の側面から検討する。子どもの遊びはその発達段階に応じ、内容も発達していく。まず最初に見られる遊びが「感覚・運動遊び」である。これは自らの運動や環境からの感覚刺激を楽しむ遊びであり、身振り、

喋る、触る、壊すなどがあげられる。「感覚・運動遊び」の中での探索行動は、ものの理解を促すと同時に身体の各部分の位置関係（身体図式）の理解を助ける。次の段階は「構成遊び」である。模倣、役割ごっこ、想像など象徴と虚構の遊びが含まれる。ものの機能に沿ってものが扱えるようになり、位置を変更したり、偶然に起こったことを再現したり、簡単な見本を模倣したりする。そしてイメージする能力を取得すると「ふりを楽しむ遊び」に発展し、このふりが仲間と共有されると「ごっこ遊び」に発展する。最後の段階の遊びは「社会的遊び」である。これは人と人として意識し、人とのやりとりを楽しむ遊びであり「感覚・運動遊び」「構成遊び」はともにこれに向かう。「構成遊び」では、ものの変化の原因が自己にあることが面白さの原因の一つであるが、ここでは自分と相手の双方が、相互に変化をもたらす原因となることが楽しみになる。「社会的遊び」の例としてはゲームなど競う遊びが代表的なものになるが協力、義務を必要とする集団遊びも含まれる。第1期ではまず「感覚・運動遊び」を行った。この遊びを充分に行うことで対象児のエネルギーは適応的に発散され欲求を満たすことに繋がった。そして「曲が止まったら座る」「曲の速さに合わせて動く速度を変える」など「感覚・運動遊び」の中に法則性を持たせた活動も可能となった。次に「電車ごっこ」の「構成遊び」に移行した。特定の動物の真似、楽器当てもこの「構成遊び」に含まれた。更に第3期では集団を意識させた音楽活動を行ったがこれらは「社会的遊び」に該当した。

以上のように対象児の発達段階に応じ提供する遊びの段階も上げていくことで、長期目標にあげた社会的ルールの取得を促すことが出来たと推測される。

## ② 快感原則から現実原則への移行

集団での遊びに参加するためには、快感原則から現実原則の段階に発達を促進させる必要があることは前述した。ここではどのような音楽活動を行うことでこの発達を促すことが出来たかを検討する。

「個体の自我の発達とともに徐々に快感原則の支配から現実原則の支配へと進むことになるのだ

が、その際前提になるのは、欲求が満たされたという過去の記憶、そして環境側からの欲求挫折の経験、それに伴う現実検討の能力、言語発達、未来への予測や計画を可能にする現実自我の諸機能の発達である。それらによって直接的満足を放棄し、一時的に不快に耐えることが結局は未来の快を実現させることにつながることを学習し、現実原則の支配が達成されていく。」1) セッション開始時の対象児は、とにかく部屋を動き回ることが目立ち、Thの指示に従うことが困難であった。そこで対象児の欲求をまず満たすため、思い切り走り回る活動を行った。ここでは軽快な音楽を提供した。音楽には身体運動を誘発するという特性があり、ここではそれを生かした。第2期での思い切り太鼓を叩く活動も対象児の欲求充足のためであり、音楽は発散的であり情動の直接的発散をもたらす方法を提供するという特性を使用した。環境側からの挫折の経験としては、第1期での「電車ごっこ」の際、好む役を自分の番が来るまで待つことや、身体運動の際、思い切り走りたい対象児に対し、音楽に従わせ動きをコントロールしたことがあげられる。第2期でThがメンバーの名前を呼ぶ際、対象児の名前をあえて最後に呼ぶことなども、この環境側からの挫折の経験になると考えられるが、その際Thは最後になった対象児の名前を大きな声で派手に呼び、ピアノも長めに弾いた。この活動を繰り返すことで、一時的に我

慢すれば後の楽しみを大きくすることが出来ることを学習させた。第2期での簡単な演奏、楽器の音当て、第3期における特定の規則を伴った集団音楽活動は記憶や思考の発達を促した。これは現実検討能力の取得につながり、自分の順番を認識し、自分自身の音楽表現法を考えるという意味では未来への予測や計画をすることに効果的であったと考えられる。また第2期において自分の気持ちを他者に伝える活動は言語発達を促した。

以上のようにセッション開始当初は快感原則の段階にあった対象児に対し、集団音楽活動を行うことで徐々に快感原則を修正し現実原則を受容する段階に発達を促すことが出来た。そして集団への適応を円滑にさせ、長期目標にあげた社会的ルールの取得を達成させることが可能となった。

今後は音楽療法の場で達成されたことを日常生活の場にかに般化させていくかが課題としてあげられる。

#### 引用文献

- 1) 氏原、小川、東山、村瀬、山中共編「心理臨床大事典」培風館 1992 P.971

#### 参考文献

- 松井紀和「音楽療法の手引」牧野出版 1980  
岩崎清隆著 鎌倉、山根、二本編「発達障害と作業療法（基礎編）」三輪書店 2001