

「音楽療法概論」

日本ニュートラルポイント研究所代表 和田高幸

はじめに

わが国に「音楽療法」という概念が発生したのは、ジュリエット・アルヴァン (Juliette Alvin) の著書『音楽療法』(櫻林 仁訳、1966 初版、音楽之友社) が初めである。

「音楽療法 (ミュージック・セラピー) とは、身体的精神的情動的失調をもつ成人・児童の治療・復帰・教育・訓練に関する音楽の統制的活動」で、「音楽療法の効果は、もともと、音の人間に与える影響に由来しているのであり、そこから音楽は生まれている」。「呪術的、宗教的ないし科学的治療において、経験的に、あるいは合理的に用いられた音楽は、それ自体が治療であることを意味するものではなかったし、また意味してもいない」。

音楽のもたらす生理的、心理的効果、影響については古くから知られ、応用されてきた。今日、わが国でも「音楽療法士」「臨床心理士」といった職能が生まれ、病院や介護・障害者施設で活動しているが、「音楽療法」は概ね、心身機能の回復、改善を目的とした治療行為の一環、または補助的・補完的手段として認識されている。

「ミュージック・セラピストの仕事は、患者がしだいに、共同社会の生活に復帰するのを助けることである」(J・アルヴァン)。

「音楽療法」の効果

「音楽療法」がもたらす効果については、観察方法や測定条件が感覚的な領域に亘ることが多く、薬物や手術など化学・物理療法のように客観的に計測するのは容易でない。また「音楽」の中身のどういったファクターが、どのようなプロセスあるいはメカニズムやアルゴリズムで作用したのかを追跡することもまだ十分に行われていない。音楽が聴覚や脳に与える影響には個人差があり、音源や伝達手段、装置や方法など環境的条件により結果にバラツキが出るということも考慮されなければならないだろう。しかし、東北大震災

(2011)では被災地で多くの音楽家たちが演奏活動を行い、音楽が被災者たちの心の支えになったという感覚(印象)が共有された。抽象的ではあるが、音楽の「力」、「作用」や「影響力」といったものが確認されたのである。そこで、「音楽療法」の方法論について記述するには、「音」乃至は「音楽」の物理的特性についてふれておく必要がある。

波動としての物性をもつ「音楽」の作用

「音」ないしは「音楽」の物性は、「波動」として捉えられる。一般的に「音」は波長、波形、振幅といった基本的要素に分解できるが、波の重合や時間経過により変化して多様性が生まれ、特異な情動を生起したり意味づけが行われることもある。

からだに感じる「波」(振動)の波長は長く(低周波)、鼓膜(聴覚)で感じる「波」は短い。知覚できないが、超音波や、もっと波長の短い電波(電磁波)の生体への影響も明らかになりつつある。同等の性質をもつ波(音)には共鳴・共振作用があり、また整数比で「倍音」を発生する性質もあるが、音あるいは波を伝播する媒体(媒質)により、その性格や性質が異なる。さらに知覚器官の構造によって認知される音(波)の形式に個人(個人)差が生じるのも自明のことであろう。

わたしたちは、地球上の大気を秒速 340メートルの速さで伝播する「音」の世界に住んでいるが、水中や宇宙空間など大気圏外には、異なった知覚形態をもつ個体も存在するはずである。しかし、そういった個体に与える音ないしは音楽の影響についてはほとんど解明されていない。

補助・補完医療としての「音楽療法」

特定の音あるいは音楽が、特定の疾患や症状に効果を著すという事例に接することは少ないが、地震や津波にともなって発せられる轟音はだれにでも恐怖を与えるし、音楽においても、短調と長調など特定の調性が人間の感情に影響を与えることが分かっている。またラジオ体操など、身体的な動きを促進する効果も認められている。年末に「第九」を合唱することでストレスが解消するという人は少なくないが、たとえば酒場の「カラオケ」で演歌を唄うのも「音楽療法」のひとつといえるかもしれない。「音楽が統合した力動的・情動的な、原始的で精神的な諸力は、太古から実践されてきたように、今日、精神と身体の戦いにおいて、人間に奉仕することができるのである」(J・アルヴァン)。

「音楽療法」は、薬物や手当(手術)といった医学的な治療行為の周縁に位置し、従来の医療を補助、補完しながら治療の成果をあげて患者を快方に導くといった効果が期待されているのである。■