

# 音楽療法実践の振り返り

—スーパービジョンを通して—

Review of music therapy practice through Supervision

山下世史佳

Yamashita Yoshika

兵庫教育大学大学院連合学校教育学研究科

The Joint Graduate School in Science of School Education, Hyogo University of Teacher Education

Key words: スーパービジョン, 音楽療法, セッション

## 問題と目的

スーパービジョンとは、医療や福祉、教育の臨床現場に携わる人が、治療者（または指導者）としての自分を客観化し、自分の資質向上のために行われる研修方法の一つ（松井，2011）とされる。対人援助を行う音楽療法士が、単独で継続的に音楽療法セッション（以下、セッション）を実施する際、独自の方法に任せるのではなく、熟達者からのアドバイスを受け、より良い方法や課題を見出してセッションの質を向上させることが、重要である。あらゆる対象者に、6年間、単独でのセッションを実施してきた発表者（セラピスト、以下MT）だが、本時で、熟練の音楽療法士であるスーパーバイザーからスーパービジョンを受ける機会を得られた。そこで本事例では、MTが、スーパービジョンにおいて、全体の進め方、発言の拾い方や問いかけの仕方、クライアント（以下CL）の問いかけへの対応方法、音楽の効果的な用い方等の多岐に渡るアドバイスを得たことにより、いかなる気づきがあったかを明らかにすることを目的とした。

## 方法

セッションについて、実施日は2016年1月12日、実施場所はMTが2年間月2回の頻度でセッションを継続していた介護付有料老人ホームA、実施時間は60分間、参加者18名（男性4名、女性14名）、実施者はMT、楽器配布や身体の不調者への対応等を行う職員が1名、補助として加わった。使用物品は、キーボード、軽量の打楽器等、セッションの流れは、導入部分で日にちの確認、歌集の内容確認、ウォーミングアップ体操、発声練習2～4種類、歌唱（歌によって体でリズムを刻んだり、打楽器を鳴らしたりする）である。曲は、直近でCLから要望のあった曲を含み、季節の曲やCLの10～30代に流行った曲を中心とした。スーパービジョン実施日は2016年7月20日、当日はセッション内容をビデオでスーパーバイザーに見せ、その都度アドバイスを得た。

## 倫理的配慮

本事例における参加者やその家族、職員、スーパーバ

イザーには、発表について、口頭と書面で同意を得た。

## 結果

以下、アドバイス内容の要点を記載する。「セッションでの曲は既存の曲が多いようだが、即興合奏も実施すべきである。その際、指揮は重要になるが、ユーモアを交えながら全体を見渡し、参加者のテンポや呼吸に合わせて進めると、スムーズに進行できることが多い。セッションの流れでは、まず、「最初の挨拶」において、外出や家族と過ごすことの困難なCLが多いことに配慮した言葉掛けをする必要がある。次に、「後出しじゃんけん」をしていたが、普通のじゃんけんでも十分に盛り上がる（認知症者等には「後出しじゃんけん」は高度すぎる場合あり）。CLによってじゃんけん手順を工夫すると、CLが見通しを持って参加できる。「ウォーミングアップ」での「ストレッチ」場面では、身体のどの部分をいかに伸ばすかに意識を向けさせる言葉掛けをしたので、分かりやすかった。「深呼吸」ではどこまで息を届けるかの目標を決めているので、CLが目標を意識できやすい。「歌唱」場面では、次から次へと進行するところがあるので、参加者の呼吸に合わせて、丁寧に進めるべきである。曲の歴史的背景や由来等の説明を加えている点は良い。」

## 考察

本事例では、即興合奏、声の即興を効果的に取り入れ、CLの自主性を引き出すこと、MT主導だけではなくCLの立場に立って考え、その時に求められていることを感じ取ること、間の取り方や発話のタイミングの改善点等が示唆された。内容の構想やそれに対してのCLの反応を考慮し、定期的にスーパービジョンを受けることでの改善や、質の高い、よい良いセッションを追求していく姿勢と実践が有効であると考えられた。

## 参考文献

松井紀和 (2011). 「スーパービジョン」うまくいかない音楽療法セッション・音楽活動のために. 音楽之友社, 8.