

音楽を用いて子どもと向き合う重要性を考える

—音楽療法士の音楽による映し返しを通して—

高橋 真喜子

要旨

子どもの心を理解し、受容し、対話を持つためには、子どもと「向き合う」必要があるが、それはその子が何をどのように感じているのか、どのように世界を体験しているのかを考え、その子の状態を認識したことを子どもに返していくことだといえよう。音楽療法においては、対象者の状態を音楽に反映させて、聞こえる形で返していくことが「向き合うこと」だと考える。対象者は、聞こえる音楽の中から自分の内的体験と同質のものを感じ取ることで、自分が認識してもらえたことがわかるのである。対象者の心理面の発達や心理的問題の改善を目的とする音楽療法の場合、音楽を通して対象者の真の姿と向き合い、対話を持つことが重要である。従って、対象者の音楽的反応が、音楽刺激に対する反応ではなく、対人関係としての意味を持つものとなるように、音楽療法士は音楽の用い方を考えていかなければならない。

本稿では、母子関係において、Winnicott (1971)の言う母親の「映し返し」が子どもの心理面の発達に与える影響と、音楽でその映し返しを再現する方法について考察する。具体的には、音楽による「映し返し」の活用法を、症例をあげながら、対象児が映し返しにより自己の情動の存在に気づき、人との関わりを求めるようになるまでの過程を考察し、映し返しの音楽を用いることの重要性について検証する。

キーワード：音楽療法、映し返し、母子関係、情動調律、音楽療法士

序文

鏡に自分の姿を映すとき、私たちは何を見ているのだろうか。鏡には自分の容姿や表情、体の動きが映る。それを見て、自分の容姿は見苦しくないか、自分は何のような表情をしているのか、イメージ通りの動きができているのかなど、外見を確認することはできる。けれども、そこには社会における自己の在り方は映らない。自分は影響力のある存在なのか、自分は相手に受け入れられているのかなど、人との関係性における自分の在り方は、他者からの自分への反応があって、初めて知り得るのである。しかし、他者から、自分の気持ちが無視されるような反応、または自分の意図したことからかけ離れた反応を返されていたら、私たちは自分の真実の姿を見失い、自分が何者であるかが分からなくなってしまうことだろう。Klein, J.¹⁾(1987)が述べるように、自分が何者であるかを知るためには、自分の意図や考え、気持ちなどが認識されたことを、相手から返してもらうことが必要なのである。

Winnicott²⁾ (1971) は、「精神療法におけるセラピストの役割は、対象者が持ってくるものを長期的に与え返していくもの」と提言している。つまり、対象者は、「自分の姿をセラピストに映し返してもらいながら、自分自身として存在する方法や他者と関係する方法を見出していく」という。音楽という媒体を介して、音楽療法士と対象者が関わり合う音楽療法においては、音楽療法士の演奏に対象者の内的状態が反映されることで、対象者は自分の姿を聞くことになる。しかし、「音楽」を演奏することに重きをおくことにより、いつのまにか音楽療法の目的が、対象者を演奏に参加させることや楽しませることに変わってしまい、対象者は自分の姿ではなく、「音楽」しか聞けなくなってしまう。また、対象者の出す音に応答するように演奏していても、強い音には強い音で返すというように、対象者が投げかけてくるものにそのまま応えていくだけでは、対象者の姿だけを映す単なる「二次元の鏡」(松木³⁾、1998) となってしまうため、対象者の動作や表情をどのように音楽に反映させていくかを考えなくてはならない。

母子間の非言語的やりとりにおいては、母親は乳児の体の動きや表情そのものに応じているのではなく、その奥にある心的状態を自分がどのように感じ取ったのかを、表情や言葉を通して乳児に返している (Stern⁴⁾、1985)。村田⁵⁾ (2014) も、Fonagy (2008) の言葉を引用しながら、「自己の心的状態から相手の行動の意味を認知し理解する能力 (内省機能) を母親が高く有することが、子どもの状態を読み取り、適切に応じ、敏感に関わることを可能にする」と論じている。つまり、音楽療法士において、対象者の状態を読み取り、その姿を音楽に反映させていくためには、音楽療法士は、村田 (2014) が述べているように、「内省的であり、対象者の情動のみならず、自分自身の情動を正確にとらえ」、それを音楽で「表現する能力」を必要とするのである。内省的であることは、「情緒的にひどく疲れる作業であり、簡単ではない」(Winnicott、1971) が、それが音楽を通して対象者と「向き合う」ことであり、対象者の真実の姿に出会うことだといえる。

母親の鏡としての役割

母親と乳児の関わりを見ていると、母親があやしたり、笑いかけたり、語りかけたりなど、「母親の一方的な働きかけ」で二人の関係が成り立っているのではなく、乳児も母親の顔を見つめたり、声のする方を向こうとしたりするなど、「母親の働きかけに応じて交流している」のがわかる。乳児には、母親^(注1)の動作や表情、発声は何を意味しているかを理解できないと思われがちであるが、生まれながらに「自己感^(注2)」というものが備わっており、「自分が何を感じたか」で相手を理解し、反応している (Stern、1985)。

一方、母親と乳児とのやりとりは、対等に行われているのではなく、表現手段も認知能力も未発達な乳児の表現に合わせるように母親が応答することで成り立っている。さらに、母親は乳児の表現方法をそのまま同じように真似るのではなく、別の表現様式を用いて交流している。つまり、Stern が述べるように、乳児の動作や表情、発声の特性^(注3)を、母親が自分の表現に

取り入れて乳児に返しているため、たとえ表現様式が違っても、そこに乳児の情動状態が映し出されることになる。そして、乳児は、自分の情動体験と同質の特性を母親が映し返してくれることで、自分と母親とのあいだで情動が共有されていることを知るのである。さらに、母親は、乳児の表現するものをそのまま真似るのではなく、少しずつバリエーションを加えながら応答している。Stern は、このような母子間で交わされる発展的なやりとりを、「情動調律」(Stern, 1985) と呼ぶ。乳児は、母親との情動調律を通して、ある部分を取り入れることで同調しつつ、少しずつ違うパターンを取り入れながら発展させていくという人間関係の在り方をも学んでいくのである。

母子関係において、母親が乳児の内的状態を敏感に感じ取り、それを言葉や表情に反映させるこのような鏡映的応答を、Winnicott (1971) は「映し返し・照らし返し^(注4)」と呼び、それらは乳児の自己認識の発達に欠かせないものだと言っている。生まれたばかりの乳児は、自分を取り巻く環境から受けるさまざまな感覚的刺激に対して反応を示すことはできても、そこには「自分は何をしたいのか」、「何を求めようとしているのか」など、意図や動機づけが伴わず、自己の存在意識も未発達である。そのような乳児に、母親は、単に2次元の鏡のように乳児の情動状態をそのまま映し返しているのではなく、乳児の気持ちに同調しつつ、自分の思いや期待を込めて反応を返している。例えば、ある生後5か月の乳児が、おもちゃを手にして、母親の顔を見ていたが、産後鬱状態にあった母親は無表情で何の反応も返せなかったことがある。乳児は、楽しそうでも、困ったようでもない、曖昧な表情のまま、手にしたおもちゃを振っていた。そこへ別の女性が来て、「かわいいウサギさんね。」と笑いかけると、その乳児の顔が笑顔に変わり、勢いよくおもちゃを振り始めた。その女性は、おもちゃを手にして遊んでいる乳児を見て、その子はそのおもちゃに興味を持ったのであろうと思い、「楽しそうだね」という気持ちを返していた。まだ、自分の情動体験が何を意味するのか理解する能力が未発達だったこの乳児は、この女性の映し返しによって、曖昧だった体験を、楽しそうに遊んでいる自分として確認することができたのだといえる。「乳児の歴史は、乳児一人の観点からだけで書けるものではなく、母親側の供給の観点からも書かなければならない」と Winnicott (1971) が指摘しているように、母親という鏡には、母親の信念や価値観が反映される。例えば、人の集まる場所で乳児の発した声に、我が子が喜んでいて感じて嬉しくなる母親もいれば、人に迷惑をかけてしまうと戸惑う母親もいる。その捉え方の違いは、おのずと我が子への語りかけや表情に反映され、母親が何を映し返してくれるかが、乳児の体験を決定づけることも忘れてはならない。

映し返しは、情動制御の発達にも欠かせないものである。Bion⁶⁾ (1962) は、母親の、乳児が一人では抱えきれない不安や苦痛といった不快な感情を受け入れる容器 (container) としての役割について論じている。母親は、乳児が投げかけてくる感情を受容し、それを乳児にも耐えられるものに変換させて、乳児に返していく。それによって、乳児に自分の感情体験を省みる余裕が生まれる。そして、乳児は、母親とこのやりとりを繰り返しながら、自分の感情に飲

まれることなく、その感情体験を自分の一部として統合することを学んでいくという。Bionは、母親のこの機能を「containing」と呼ぶ。しかし、これは母子間で情動の受け渡しが発立していることで可能となる。母親が映し返してくる自分の姿を、乳児が見てとることが難しい場合、あるいは、母親が映し返してくるものが乳児の投げかけてくるものからかけ離れているために、乳児の姿が映っていない場合、母親はcontainerとしての役割を担えなくなる。そうになると、母親は乳児の気持ちを受け止めて、慰めることも難しくなるといえるだろう。母親が乳児の情動状態を映し返す鏡として機能し、乳児の方もそれをしっかりと受け取れることで、情動の交流が発立するのである。

音楽療法士の鏡としての役割

音楽療法を必要とする対象者は、たいてい何らかの障がいを持っており、その二次障がいとしてコミュニケーション問題や心の問題を有している場合が多い。表情が読み取りづらいなど、対象者からの発信が相手に分かりづらかったり、対象者の側が相手の発信するものをうまく受け取れなかったりなどの要因が、意思疎通や心の問題への対応を難しくしている。音楽的観点から見ると、「情動調律」が発立困難となっているために、情動の交流がスムーズにいかず、対象者の気持ちを「contain」することも難しくなっていると考えられる。従って、音楽療法では、対象者の情動状態を音や音楽に変換させて、対象者にも聞こえる、わかりやすい形で「映し返し」、情動調律を作り出すことが、コミュニケーションや心理面の発達への最初の対応となるのではないだろうか。

音楽療法における「映し返し」とは、対象者の動作や表情、そして発声や演奏などが時間の経過の中で変化していく様子を捉え、それによって音楽療法士が感じるものを音楽に変換させていくことだと考える。つまり、音楽療法士自身の情動状態を演奏に反映させながら、対象者の情動状態に応じていくことである。このようにして生み出されていく音楽には、対象者と音楽療法士の情動の交流が描き出され、情動調律が作り出されていく。

音楽を効果的に使うことにより、対象者から多くの反応を引き出せることは広く知られている。しかし、音楽療法士は、対象者の音楽への反応が、音楽療法士との情動調律としての反応なのか、音楽そのものへの反応なのか、あるいは単なる音刺激に対する反応なのかを見極めなくては、対象者との関係性の意味を取り違える恐れがある。対象者の情動状態を映し返さない音楽では、音楽療法士が対象者と向き合ったことにはならず、対象者も自分と向き合うことができない。

対象者は、音楽療法士の演奏に自分の情動体験が反映されているときには、音楽が自分と関係していることをすぐに気づき、注意が音楽に向けられる。このように対象者は、音楽療法士の演奏を聞くことで、自分の姿を「聞く」ことになる。それと同時に、演奏している音楽療法士を聞くことにもなり、さらには、自分とセラピストの関係性をも聞くことになる。それによ

って、対象者は自分自身と音楽療法士の繋がりを意識するようになり、音楽を通じた情緒的交流への道が開かれるのである。

次の症例では、対象児が「映し返し」により自己の情動認知ができるようになり、音楽を意図的に用いて音楽療法士と交流が持とうとするまでの過程(最初の4ヶ月間)を考察する。

音楽療法個別セッション症例：「映し返し」により、発達障がいをもつ女児 A ちゃんが見せた進歩

[対象者]

A ちゃん(7歳)は、特別支援学校に通う重度の発達障がい児で、発語はなく、発声もほとんどしない。歩行困難で、誰かの手につかまってやっと歩ける程度だった。

A ちゃんとは、週に1回30分の個別セッションを社会福祉施設内の音楽室(約35㎡)にて行った。このセッションは現在も進行中である。

[セッションの目的]

A ちゃんは、筆者と音楽療法を始める前にも、週1回30分の個別セッションを別の音楽療法士(セラピスト)から年間受けていた。そのときの A ちゃんは、セラピストの演奏に反応しているときも、楽器を触ったり音を出したりしているときも、音や音楽を意識的に聞いているようには感じられなかったという。また、A ちゃんがコ・セラピストの手を使って楽器を鳴らす行為には、セラピストやコ・セラピストとの音楽的交流の意図や目的があるようには見えず、「掴みどころのない」印象とのことだった。これらのことから、A ちゃんは、自己の情動認知が希薄なために、自分の行為に意味が伴わず、他者との情動的やりとりが不可能だったと推測できた。

したがって、音楽療法の目的は、自己の情動認知ができるようになることと、音楽を意図的に用いて音楽療法士(以下 MT とする)と情動的やりとりができるようになることと設定した。

[セッション方法]

セッションは、MT(筆者)とコ・セラピスト(以下 CoMT とする)の2人で、2018年5月～8月の期間(4ヶ月)に行った。セッション記録は、A ちゃんの保護者の同意を得て録画し、CoMT と協議して記述した。

A ちゃんが自分の情動を認知できるようになるために、A ちゃんの状態を音楽で「映し返して」いくことから始めることにした。また、MT や CoMT の手を使って音を出す行為に対話としての意味を持たせるために、A ちゃんが MT の手を鍵盤に落とすときには、それに合わせて MT が歌い、CoMT の手を使うときには、CoMT が歌うようにした。さらに、聞こえてくる音や歌が「どこからくるのか」「どういうときに鳴るのか」に気づいてもらうために、MT と CoMT が同時に音を出したり歌ったりすることを避けた。

始まりと終わりをはっきりさせるために、「こんにちはの歌」と「さようならの歌」は、ピアノの前に座って聞くことにした。

[経過と結果]

1) 1回目のセッション

Aちゃんは、初めて会うMTに少し警戒しているようだった。ピアノの前に置かれた椅子に座ると、隣にいるMTの方をなんとなく見ながら、視線をあちらこちらへ漂わせていた。MTは、Aちゃんの頭や目の動きを見て、その速さに合わせて「こんにちはの歌」を歌い始めた。すると、Aちゃんの目の動きが止まり、一点をじっと見つめて聞き入った。歌が終わっても、耳を澄ませているようだった。MTはその様子を映し返すように、ロングトーンでまっすぐハミングした。Aちゃんが上を向いたら、同じように音程を上げて目の動きを音で表した。頭が下を向けば、音程を下げ、サッと右を向けば、音も一瞬素早く動き、動きが止まると、一つの音を静かにロングトーンで歌い、静止している様子を表現した。1分ほどの短いやりとりだったが、Aちゃんは音に聞き入っていた。このあとAちゃんは、反対側に座っていたCoMTの手をとり、無作為に鍵盤を叩き始めた。CoMTは、不規則にポンと音が鳴るごとに、ハミングで音の一つ歌った。繋げていくと一つのメロディーになるように、音程を変えて歌った。AちゃんがMTの手をとって同じように始めると、MTが歌い、CoMTは歌うのをやめた。Aちゃんは、MTとCoMTが時々歌うのを入れ替わることが不思議な様子だった。5分ほどで、Aちゃんは後ろを向いて降りる素振りを見せ、そのあとは床に座ってCoMTとタマゴ型マラカスを投げたり弄ったりして過ごした。

2) 3回目のセッション

「こんにちはの歌」を歌い始めようとした瞬間、AちゃんはフッとMTとは反対の方を向き、目を細めて体の動きを止めた。ゆっくりと、音を長めに伸ばしながら歌う「こんにちはの歌」を、じっと動かずに聞いていた。歌が終わると、Aちゃんは目を開けて前を向いた。MTは、最初のセッションのときと同じように、Aちゃんの顔の表情や、体の動きを音で映し返していった。Aちゃんもまた、時折MTの方を見ながら、音楽に合わせるように、ゆっくりと上を向いたり、横を向いたりしていた。少しすると、CoMTの手を使って、ピアノの鍵盤を無作為に叩き始めた。CoMTは、叩くタイミングに合わせて歌った。次に、MTの手をとって叩き始め、CoMTに替わってMTが歌い始めた。Aちゃんは、CoMTの方を見た。なぜ、CoMTが歌うのをやめたのかが分からないようだった。しばらく、MTとCoMTの手を交代に使いながら考えていたが、AちゃんはMT・CoMT二人の手を片方ずつ両手に持って、拍手をするように打ち合わせた。私とCoMTの両方が一緒に歌った。これも不思議に思っている様子だった。何度も二人の手を打ち合わせれば、両側に座っている私とCoMTの顔を交互に見ていた。Aちゃんはこのようなやりとりを嬉しそうに続け、段々興奮してきた。10分程たったころ、突然AちゃんがMTの首を掴んだ。歌うのをやめて欲しいと訴えているようだった。Aちゃんは、自分の興奮をうまく収められないようだった。Aちゃんはその後、床に降りてタマゴ型マラカスを弄っていた。

3) 4回目のセッション

「こんにちはの歌」を歌おうとすると、AちゃんはMTと反対の方を向いて静止した。MTはゆっくりと歌い始めた。Aちゃんは目を薄く開け、眩しそうな表情をして聞いていた。Aちゃんが息を吸ったり、頭を動かしたり、体が揺れたときには、同じように「こんにちはの歌」のテンポや音量に変化をつけてAちゃんの様子を映し返した。Aちゃんは、ときおり息を止めて目をしばたかかせていた。気持ちの高ぶりを抑えようとしているように感じられた。「こんにちはの歌」のあとは、Aちゃん表情、そして目や体の動きやテンポ、強さを音楽に取り入れて映し返していった。Aちゃんは、時折息を止めて目をしばたかかせながら音楽に聞き入っていた。少しするとCoMTの手を探し、その手につかまった。自分の気持ちの揺れが、不安を引き起こしている様子だった。Aちゃんは、CoMTの手につかまって「映し返し」の音楽を聞いていた。セッションが始まって10分程で、Aちゃんは椅子から降りてタマゴ型マラカスを弄り始めた。

4) 5回目のセッション

Aちゃんは、ピアノの前に座ると、MTの反対側を向き、目をつむって「こんにちはの歌」を聞く準備をした。そして、時折目をしばたかかせながら「こんにちはの歌」の歌を聞いていた。Aちゃんの様子を映し返す音楽を始めると、大きく息を吸ってCoMTの方へ手を伸ばしかけたが、スッと引っ込め、両手を膝の上に重ねて聞き入った。MTは、I-IV-Vの基本和音を使い、ハミングでAちゃんの様子を表現した。Aちゃんは、何度か背筋を伸ばして目をしばたかかせていた。そして、途中で一度、深く息を吸って武者震いをした。Aちゃんが自分の気持ちの高まりにのまれず、情動の波を自分のものとして受け止められるように、気持ちが高揚してから落ち着くまでの一連の流れを、和音進行を使って映し返していった。また、MT・CoMTの手を交互に使ってピアノを無作為に叩き出す音の一つのまとまりになるように、MTは空いている方の手で和音を弾いた。そして、CoMTがMTと交代して歌うときにも、MTはそのまま和音を弾き続けることで、二人の歌が一つに繋がるようにした。10分程で床に降り、鈴とタンバリンをCoMTの手に握らせ、音を出す遊びを始めた。以前のような掴みどころのない表情ではなく、自分は何ができるのか一生懸命考えている表情をしていた。

5) 12回目のセッション

この頃には、Aちゃんは、「こんにちはの歌」の歌が始まる前に反対側を向くという、聞くための準備をしなくなり、目をつむることもなくなった。MTの顔をじっと見ながら聞くこともあった。ときには、歌の流れに合わせて体が揺れることもあり、そのときには、ロングトーンで弾いていた伴奏を分散和音に変えて、体の揺れを映し返した。あるとき、Aちゃんは「こんにちはの歌」の中で自分の名前が呼ばれる個所にくると、息を吸って目を大きく見開いた。それに合わせて、MTも歌う音量を少し上げてテンポを少しだけ落とした。また、Aちゃんの様子を映し返す音楽を聞きながら、目を細めたり見開いたり、上を向いたり横を向いたりなど、いろいろな表情をするようになってきた。気持ちが高ぶってくると、CoMTの手に掴まって自分を支えていたが、ときには掴まろうと伸ばした手を自分の膝の上に戻し、音楽に合わせて緊張した

体を揺らしながら気持ちの波が引いていくのを感じているような様子を見せることもあった。

また、Aちゃんは、MTやCoMTの手をとってピアノを叩くときに、その手の持ち主が歌うことに気づいている様子だった。そのため、MTは、Aちゃんの行動に合わせて歌うのではなく、対話になるように、Aちゃんが打つ拍を聞いてから、それに応えるように短いフレーズを歌うようにした。Aちゃんは、拍を打っては、メロディーに聞き入っていた。

さらに、以前は、MTの手をとってピアノを叩くときに、数回叩いては、反対側のCoMTの手をとり、すぐにまた反対側のMTの手をとるなど、無作為に両側にいる2人の音楽療法士を使っていたが、この頃には一定時間、一人の音楽療法士の手で拍を叩きながら、その歌を聞くようになってきた。

7) 15回目のセッション

「こんにちはの歌」に合わせようとするかのように、AちゃんはCoMTの手を掴んで鍵盤を叩いた。Aちゃんの拍は、一定のテンポを保って打ち鳴らすものではなく、ときには拍と拍の間に長い間空くこともあった。MTはAちゃんの拍に合わせてつつ、歌の流れを途切れさせないように、多少Aちゃんの拍と合わなくてもテンポが大きく揺れないように「こんにちは」の歌を歌った。このあとのピアノ演奏でも、AちゃんがMTの手を使って打つ拍にぴったり合わせて歌うだけでなく、音楽の流れを作るために、ときにはAちゃんに手を握られたまま和音を弾くこともあった。Aちゃんにしてみれば、自分の打ちたいタイミングで打ちたい場所で打てず、MTの手が違うことをするのを引き留めようとした。しかし、和音のタイミングが自分の体の動きに合うと、MTの手を掴んだまま聞き入った。Aちゃんは、セッション半ばで床に降りて鈴やタンバリンで遊んだが、終わり近くになると自分からピアノまで戻り、セラピストの手を使って鍵盤を打ち始めた。MTの手を使って鍵盤を叩いた後、CoMTの方へ手を伸ばしたが、CoMTはAちゃんが、「自分が(セラピストの手を使って)拍を打ち、セラピストが歌う」というやりとりがしたいためにピアノに戻ってきたことを見てとり、Aちゃんが自分の手でそれを試せるように、手を後ろへ回して届かないようにした。AちゃんはCoMTの手に届かないとわかったと、自分の手でピアノを弾き始めた。両手の指を使い、鍵盤を引っかくようにして小さな音を鳴らした。耳を鍵盤に近づけて、自分の出す音を注意深く聞きながら弾いていた。MTはその音に合わせて小さな声で歌った。「さようならの歌」は、両手を自分の膝において聞いていた。メロディーの音程が上に伸びていく個所で、Aちゃんは顔を上にあげて体を少し揺らした。Aちゃんの中で気持ちの波が押し寄せてきているかのようなようだったが、その波に飲まれることなく、自分のものとして気持ちよく感じていた様子だった。

上記の1回目～15回目のセッションを、Aちゃんの行動の変化と、音楽療法士の映し返し(イタリック体で表記)にまとめると以下の通りであった。

表1. 「こんにちはの歌」とその後の即興演奏での
音楽療法士の対応とAちゃんの様子

	1回目	3回目	4回目	5回目	12回目	15回目
	Aちゃんの頭や目の動きに合わせてゆっくりと歌った。息を吸ったり、頭を動かしたり、体が揺れた時には、歌のテンポや音量に変化をつけてAちゃんの様子を映し返した					Aちゃんの拍に合わせてつづ、歌の流れを途切れさせないように、多少Aちゃんの拍と合わなくてもテンポが大きく揺れないように歌った
「こんにちはの歌」	始める前は、隣にいるMTを何となく見ながら、視線をあちらこちらへと漂わせていたが、歌が始まると、目の動きが止まり、一点をじっと見つめて聞き入った	MTが歌い始める瞬間、MTと反対の方を向き、目を細めて体の動きを止め、最後までじっと動かずに聞いていた	目を薄く開け、眩しそうな表情をして聞いていた；時折息を止めて目をしばたかせていた	ピアノの前に座るとMTの反対側を向き、目をつむって「こんにちはの歌」を聞く準備をした；時折目をしばたかせながら歌を聞いていた	歌が始まる前に反対側を向いたり、聞くための準備や目をつむることもなくなった；MTの顔をじっと見ながら聞くことがあった；また「こんにちはの歌」の中で自分の名前が呼ばれる個所にくると、息を吸って目を大きく見開いた	歌に合わせてようとするかのようになり、CoMTの手を握り、鍵盤を叩いた。その拍は、一定のテンポを保って打ち鳴らすものではなく、時には拍と拍の間に長い「間」が空くこともあった
ピアノの即興演奏	Aちゃんの表情や動作の動きやテンポ、強さなどを音楽に取り入れてを映し返していった。上を向いたら音程を上げて、目の動きを音で表した。頭が下を向けば音程を下げ、サッと右を向けば音を素早く動かし、動きが止まると一つの音を静かにロングトーンで歌い、静止している様子を表現した			Aちゃんが自分の気持ちの高まりにのまれず、情動の波を自分のものとして受け止められるように、気持ちが高揚してから落ち着くまでの一連の流れを、I-IV-Vの基本和音を使って映し返していった		AちゃんがMTの手を使って打つ拍に合わせて歌うだけでなく、音楽の流れを作るために、ときにはAちゃんに手を握られたまま和音を弾いた

<p>歌が終わっても 耳を澄ませて音 に聞き入ってい た</p>	<p>歌が終わると、 目を開けて前を 向き、時折 MT の方を見ながら 音楽に合わせる ようにゆっくり と上を向いた り、横を向いた りしていた</p>	<p>時折息を止 めて、目を しばたか せながら音 楽に聞き入 っていた</p>	<p>大きく息を吸っ て CoMT の方へ 手を伸ばしかけ たが引っ込め、 両手を膝の上に 重ねて聞き入 った。何度か背筋 を伸ばして目を しばたかせて いた。途中で一 度、深く息を吸 って武者震いを した</p>	<p>音楽を聞きなが ら、目を細めたり 見開いたり、上を 向いたり横を向い たりなど、色々な 表情をするように なってきた。気持 ちが高ぶってくる と、CoMT の手に掴 まって自分を支え ていたが、時には 手を自分の膝の上 に戻し音楽に合わ せて体を揺らしな がら、気持ちの波 が引いていくのを 感じている様子も 見られた</p>	<p>自分の打ちたい タイミングで打 ちたい場所で打 てず、MT の手 が違うことをす るのを引き留め ようとしたが、 和音が自分の動 きに合うと、MT の手を掴んだま ま聞き入った</p>
--	--	--	---	--	---

表2 音楽療法士の手を使った演奏での音楽療法士の対応とAちゃんの様子
 およびセッション後半と「さようならの歌」でのAちゃんの様子

	1回目	3回目	4回目	5回目	12回目	15回目
音楽療法士の手を使った演奏	<p>CoMTが、不規則にポンと音が鳴るタイミングに合わせて歌った。MTの手をとって叩くときには、CoMTに替わってMTが歌った。繋げていくと一つのメロディになるように音程を変えて歌った。二人の手を片方ずつ両手に持って打ち合わせるときには、MTとCoMTの両方が一緒に歌った。</p>			<p>MTの手を交互に使うってピアノを無作為に叩きだす音が一つのまとまりになるように、MTは空いている方の手で和音を弾いた。CoMTと交代して歌うときにも、MTはそのまま和音を弾き続けることで、二人の歌が一つに繋がるようにした。</p>		<p>MTの手を使って鍵盤を叩いた後、CoMTの方へ手を伸ばしたが、CoMTは、Aちゃんが「自分が(MTの手を使って)拍を打ち、MTが歌う」というやりとりをしたいためにピアノに戻ってきたことを見てとり、自分の手でそれを試せるように、手を後ろへ回して届かないようにした</p>
	<p>反対側に座っていたCoMTの手をとり、無作為に鍵盤を叩き始めた。MTとCoMTの歌が時々入れ替わる<u>ことが不思議な様子だった</u></p>	<p>CoMTの手を使ってピアノの鍵盤を無作為に叩き始めた。叩くタイミングに合わせて歌うと、CoMTの方を見た。しばらく、MTとCoMTの手を交代に使いながら考えていたが、二人の手を片方ずつ持って、拍手をするように打ち合わせた。何度も二人の手を打ち合わせて</p>	<p>CoMTの手を探し、その手につかまった。<u>不安の様子だった</u>。CoMTの手につかまって「映し返し」の音楽を聞いていた</p>	<p>MTの手を交互に使うって<u>ピアノを無作為に叩きだした</u></p>	<p>以前は、MTの手をとってピアノを叩くときに、無作為に両側にいるMTの手をとり数回叩いては、反対側のCoMTの手をとって同じように叩いていたが、この頃には、一定時間一人のMTの手で拍を叩きな</p>	<p>セッション半ばで床に降りたが、終わり近くになると自分からピアノに戻り、MTの手を使って鍵盤を打ち始めた。CoMTの手が届かないとわかると、<u>自分の手でピアノを弾き始めた。両手の指を使い、鍵盤を引っかくようにして小さな音を鳴らした。耳を鍵盤に近づけ</u></p>

		は両側の二人の顔を交互に見ていた。 <u>このようなやりとりを嬉しそうに続け、段々興奮してきた</u>			<u>がら、そのMTの歌を聞くようになってきた</u>	<u>て、自分の出す音を注意深く聞きながら弾いていた</u>
終わりのAちゃん	5分後、Aちゃんは後ろを向いて降りる素振りを見せ、その後は床に座って、CoMTとタマゴ型マラカスを投げたり弄ったりして過ごした	10分後、突然AちゃんがMTの首を掴んだ。歌うのをやめて欲しいと訴えているようだった。その後、床に降りてタマゴ型マラカスを弄っていた	10分後、Aちゃんは椅子から降りてタマゴ型マラカスを弄り始めた	10分後、床に降り、鈴とタンバリンをCoMTの手に握らせ、音を出す遊びを始めた。 <u>以前のような掴みどころのない表情ではなく、自分は何ができるのか一生懸命考えている表情をしていた</u>		両手を自分の膝において「きょうなら歌」を聞いていた。音程が上に伸びていく個所で顔を上にあげて体を少し揺らした。 <u>気持ちの波が押し寄せてきているかのようだが、その波に飲まれることなく、自分のものとして気持ちよく感じていた様子だった</u>

[考察]

Aちゃんとのセッションでは、Aちゃんとしっかり「向き合い」、Aちゃんの情動状態を音楽で「映し返していく」ことから始めた。MTは、Aちゃんの目が動くスピードや眉を上にあげる力、息を吸って吐くときの膨らんで引いていく波、じっと一点を見つめているときの真直ぐな視線などを音で映し返していった(1回目～6回目のセッション)。それによって、Aちゃんは、例えば、1回目のセッションで「歌が終わっても、耳を澄ませて音に聞き入っていた」や3回

目のセッションでの「歌が終わると、目を開けて前を向き、時折 MT の方を見ながら、音楽に合わせるようにゆっくりと上を向いたり、横を向いたりしていた」などのように、演奏の中に自分の体験と同質の特性を感じられたことで、音楽が自分と関係していることに気づき、音楽が自分にとって意味を持つものとなった。そして、4回目のセッションで「目を薄く開け、眩しそうな表情をして聞いていた。ときおり息を止めて目をしばたかかせていた。気持ちの高ぶりを抑えようとしているように感じられた」など、音楽を聞くことが、自分の内面を意識することへと繋がっていったと考えられる。それによって、5回目のセッション前に「ピアノの前に座ると、MT の反対側を向き、目をつむって「こんにちのはの歌」を聞く準備をした」ことや、12回目のセッションでは、「こんにちのはの歌」の歌が始まる前に、音楽療法士の「反対側を向いたり、聞くための準備のために目をつむることもなくなった」ことのように、自分の内面に変化が起きることを認識できるようになった。

一方、自分の内面を意識し始めた A ちゃんは、音楽と一緒に自分の気持ちが動くことにびっくりした様子だった。特に、3回目のセッションでは、気持ちの高まりに耐えられず、「MT の首を掴んで音楽を止めようとしていた」。自己の情動認識が薄いため、外から入ってくる音楽と、自分の内側に生じる情動の波の識別が難しく、自分の情動の波が音と一緒に外から押し寄せてきたかのような感覚を体験したのではないかと推測される。そのため、自分がその波に飲み込まれないように、MT の首を掴んで音を止めなくてはならなかったと考えられる。しかし、たとえば、5回目のセッションで「A ちゃんは、大きく息を吸って CoMT の方へ手を伸ばしかけたが、スッと引込め、両手を膝の上に重ねて聞き入った。A ちゃんは、何度か背筋を伸ばして目をしばたかかせていた。そして、途中で一度、深く息を吸って武者震いをした」。また、12回目のセッションでは、「緊張した体を揺らしながら気持ちの波が引いていくのを感じているような様子」が認められたことから、セッションを重ねるごとに、情動を自分のものとして感じられるようになっていったと考えられる。

さらに、自分の行為に対する意識が高まり、A ちゃんは MT の手を使って自分が出す音と、それに合わせて MT が歌うメロディとが関係していることにも気づいた。それによって、最初は単に音を鳴らすためだけの行為だったのが、例えば、12回目のセッションでは、MT が A ちゃんの打つ拍に合わせるように短いフレーズを歌うようにしたところ、「A ちゃんは、拍を打っては、メロディーに聞き入っていた」ように、歌が聞くためのものへと変わっていったと推測される。

音楽による「映し返し」は、単に A ちゃんの状態を「2次元の鏡」のように映すことではなく、A ちゃんが MT にとって意味ある存在であることを映し返すことだと考えられる。つまり、母親が乳児とのやりとりで行っているように、MT が A ちゃんの表情や動作、楽器を鳴らす音を、対話的意味を持つものとして受け取り、応えていくことではないだろうか。最初の頃、A ちゃんの表情からは感情的要素があまり感じられず、鍵盤を叩く拍は、単発的で、まとまりがなく、相手への語りかけとして意識的に発せられたものではなかった。それを対話としての意味を持たせていくために、A ちゃんの表情・動作・単発的な音から、テンポ・強さ・リズム・輪郭など

の特性を捉え、MTの内面に生じる感覚に照らしながら、メロディーや和声で繋げていった。つまり、Aちゃんのある部分を取り入れることで同調しつつ、少しずつ違うパターンを取り入れながら音楽的対話を作り出していったのである。それが、自然とAちゃんを対話的やりとりで巻き込むことになり、Aちゃんは人と関わる楽しさに気づくことができたと考えられる。このことは、床の上でのCoMTとの遊びが、楽器を無造作に投げたりするだけのものから、5回目のセッションで「10分後、床に降り、鈴とタンバリンをCoMTの手に握らせ、音を出す遊びを始めた。以前のような掴みどころのない表情ではなく、自分は何ができるのか一生懸命考えている表情をしていた」のように、CoMTと一緒に何かをしようと考えながら楽器の受け渡しをするものへと変わっていったことにも示されている。

ここまでの音楽的やりとりでは、まだ相互的な対話としての意味を持つまでには至っていないが、「映し返し」によってMTとの情動交流を体験したことが、人と関わりを持ちたいという気持ちを芽生えさせたといえよう。

[結論]

音楽を通した「映し返し」により、Aちゃんは4か月の間に、音楽に合わせて自分の気持ちが動くことに気づくことができ、自分の情動を認識できるようになった。自ら奏でる音を聞き、その音に合わせて演奏している音楽療法士の音楽を、集中して聞くことができるようになった。そして、自分が音を出すと、音楽療法士がそれに合わせて演奏してくれるというやりとりを楽ししいと思えるまでになった。

音楽刺激による反応ではなく、対人的関わりとしての反応を、音楽を通して対象者から引き出すためには、まずは対象者の内的状態と「向き合い」、音楽で「映し返し」ながら、対話していくことが重要であることが示唆された。

謝辞

いつも一生懸命音楽療法に取り組み、多くのことを教えてくれるAちゃんと、本稿の症例としてAちゃんとのセッションを紹介することに快く承諾してくださいましたお母様とコ・セラピストのMさんに、心より感謝いたします。

注

- (1) 本稿では、乳児の養育者を、性別に関係なく、母親と呼ぶ。
- (2) 自己感とは、自分が何を感じているのかを感じられること。
- (3) 動作や表情、発声の「強さ・輪郭・タイミング・リズム・回数」といった質的側面。
「押し寄せてきたり、引いていたり、騒めいたり」などの情動の動きが、時間の流れと共に特性が変化する様子を通して表出される。

- (4) 「映し出し」と「照らし返し」は、どちらも母親が乳児の内的状態を映し返すこと。映し出しは時間的同時性の意味合いが強いのに対して、照らし返しは時間的ズレが伴うが、どちらも対象者の状態を映し返すという意味であることから、本稿では「映し返し」に統一している。

引用文献

- 1) Klein, J. (1987/1997) : *Our Need for Others and its Roots in Infancy*, London: Routledge.
- 2) Winnicott, D.W. (1971): *Playing and Reality*, London: A Tavistock/Routledge Publication. (橋本雅雄 (訳) (1979) : 『遊ぶことと現実』, 岩崎学術出版).
- 3) 松木邦裕 (1998) : 『分析空間での出会いー逆転移から転移へー』, 人文書院.
- 4) Stern, D. N. (1985): *The Interpersonal World of the Infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*, New York: Karnac Books. (小此木啓吾・丸田俊彦 (監訳) 神庭靖子・神庭重信 (訳) (1989) : 『乳児の対人世界: 理論編』, 岩崎学術出版社.
- 5) 村田珠美 (2014) : 生後3年間の母子相互作用における子どもの社会・情動発達の縦断研究, 10-18,
<http://repo.shirayuri.ac.jp/opac/repository/dspace/5/s0100120140502.pdf> (アクセス2015年9月2日) .
- 6) Bion, R. W. (1962) : *Learning from Experience*, London: Heinemann. (福本修 (訳) (1999): 『精神分析の方法 I: セブン・サーヴァンツ』, りぶらりあ選書/法政大学出版局.

参考文献

- Hobson, R. Peter (1993): *Autism and Development of Mind*, East Sussex: Psychology Press. (木下孝司 (監訳) (2000) : 『自閉症と心の発達』, 学苑社).
- 松木邦裕 (1996/2012) : 『対象関係論を学ぶークライン派精神分析入門』, 岩崎学術出版社.
- Salzberger-Wittenberg, I. (1970/1991) : *Psycho-Analytic Insight and Relationships: A Kleinian Approach*, London : Routledge.
- Winnicott, D.W. (1971) : *Human Nature*, London: The Winnicott Trust. (牛島定信 (監訳) 館直彦 (訳) (2004) : 『人間の本性ーウィニコットの講義録』, 誠信書房) .

執筆者の所属と連絡先

所属: 鈴鹿大学短期大学部 非常勤講師 Email: takamatm@gmail.com

Thinking the Importance to Face-to-Face with a Child through Music

The Use of Music to Reflect the Emotional State in Music Therapy

Makiko Takahashi

Abstract

This Paper explores the importance and the meaning of using music as a medium to face-to-face with the inner state of a child. In order to face-to-face with a child in music therapy setting, music therapist needs to sense and feel how the child is experiencing the world and reflect it back to her through music developing into musical dialogue. However, the responses of a child should not be a mere reaction to musical stimulation but of which carries the meaning of personal relationship. The therapists' role is to describe the inner state of the child through music and allow the child to hear herself in the music and become aware that music is related to his/her inner experiences.

In this paper, I will look at mother-infant relationship and explore the effect of mother's "reflecting" (Winnicott 1971) on the emotional development of an infant and consider how to create this "reflecting" through music in music therapy setting. Then, I will introduce a case study of music therapy with a child who had difficult relating to people, both musically and personally, and explore how the "reflecting" has led the child to acknowledge her own emotional state and began to seek for personal interaction.

Key Words: music therapy, reflecting, mother-infant relationship, affect attunement,
music therapist