

# 音楽療法におけるセラピストの 音楽選択プロセスについての探究：現象学的研究

岩田 彩音

## 1. はじめに

この論文は、ノードフ・ロビンズ音楽療法士がクライアントの何の要素に着目し、どのような音楽選択のプロセスで音楽療法を行っているのか探究したものである。筆者がこのリサーチ・クエスチョンを想起したのは、筆者がノードフ・ロビンズ音楽療法（以下、NRMT）のトレーニングを始めて一年が経とうとした頃のことである。NRMTとは、ポール・ノードフと、クライヴ・ロビンズによって開発され、セラピストが即興演奏を用いて音楽の中でクライアントと出会い、共に音楽をすることでクライアントの創造性を引き出すことを特徴としている個人や集団へのアプローチである（岡崎、2022；岡崎、2022年9月17日；ブルシア、1999）。私はそれまでの一年、様々な臨床現場を経験する中で、セラピストとしての自分と自己の音楽性について向き合ってきた。最初はインスピレーションが降りてきても自分の直感が信じられず、果たしてこれで良いのだろうかと常に思いながら恐る恐る即興を行っていた。自分の直感が信じられないからこそ展開していくきっかけのタイミングで迷いが生じ、見通しのつかない恐怖に手も足も出ない状態になっていた。しかし、臨床経験が増えていくにつれてあまり迷わずに、自分が感じたままクライアントから与えられた要素と自身が持っている音楽的リソースを活かして即興演奏をすることが出来るようになってきたと感じた。この自分の変容を振り返ると、自身への信頼が臆することなく即興をすることを可能にしてきたと思う。おそらく同じような自分に対する信頼が、他のNRMTセラピストが即興をする上での基盤になっていると考えられる。しかしながら、筆者はNRMTのトレーニングが進んでいくと、自身の直感を信じるだけでは自分やクライアントのリソースが適切な場面で活用出来ない状態が増えてくるようになった。そのため、臨床においてどのようにそれぞれのリソースを扱えば良いのか悩むようになった。NRMTセラピストのセッションのビデオや音源を聞くと、多種多様な即興においてクライアントとセラピストの相互作用が見られる。このことから、他のセラピストがクライアントと即興演奏をする上で、クライアントの何に着目し、そこからどのように調性やテンポ、拍などの音楽的要素を用いて即興スタイルを決めているのか疑問を持った。故に、本研究ではまず先行文献調査として、NRMTについて調べ、その後さらに残った疑問から、セラピストの在り方について研究調査を行った。

## 2. 先行文献調査

### 2.1. ノードフ・ロビンズ音楽療法 (NRMT) とは

ノードフ・ロビンズ音楽療法 (NRMT) とは、作曲家でピアニストのポール・ノードフと、特殊教育家のクライヴ・ロビンズによって開発された創造的音楽療法である。NRMTのアプローチは、誰もが音楽に対して感受性を持っており、それを個人の成長や発達に役立てることが出来るという考えに基づいている (New York University, 2022)。またNRMTは、主に即興演奏を用いてアプローチを行うことが特徴で、音楽中心音楽療法の一つである (エイゲン、2005/2013)。音楽中心音楽療法についての詳細は後のセクションで触れるが、NRMTにおいてセラピストが即興演奏を行う目的の一つにクライアントにも即興的な音楽反応を促すということがある。なぜなら、クライアントの音楽的経験そのものが治療の中心となり、それはクライアントとセラピストの共同の音楽創りによって行われる、音楽中心的な考え方だからである。つまりNRMTは、音楽を鑑賞するような受容的アプローチではなく、クライアントとセラピストが積極的に音楽創りに参加する能動的アプローチである。クライアントの内面的な経験を外面化し、それがセラピストとの音楽的な関わりを通して受け止められることによって、クライアントは自己表現能力を身につけることができる。そして、クライアントがこのような音楽を通じた自己表現と受容の過程に積極的に関与するようになれば、クライアントの情緒的な変化にも繋がる。また、このアプローチは音楽の創造的過程を経験することがクライアントの意欲を高め、成長を動機付けて促進する。治療過程において、音楽の経験によるクライアントの反応そのものが、治療効果を判断する役割を果たすとされている。よって、NRMTでは、音楽は治療において (in therapy) 用いられるのではなく、治療として (as therapy) 用いられると言われている。つまり、音楽は単にセラピストとクライアントの関係を確立するための道具として用いられるのではなく、音楽経験そのものがクライアントの成長を動機付けたり、促進したりする治療の中心的な手段として用いられるということである (ブルシア、1987/1999)。この治療としての音楽 (music as therapy) という概念や表現は、ポール・ノードフとクライヴ・ロビンズによるものである (エイゲン、2005/2013)。ここからはNRMTの主要概念でもある、音楽中心音楽療法と即興について、そしてNRMTにおいて求められるセラピストのスキルについて詳述する。

### 2.2. 音楽中心音楽療法

音楽中心音楽療法に関する明確な定義は、同名のタイトルの本の著者でもあるエイゲンも行っていない。しかしエイゲン (2005/2013) は音楽中心音楽療法を説明する上で、二つの主要概念を紹介している。それらは「媒体としての音楽」と「ミュージッキング」で

ある。「媒体としての音楽」とは、音楽療法の効果よりも音楽体験自体が音楽療法の目的であり、それから得られる他領域（身体、精神、社会）における効果は二次的なものであるということである。例えば、山でハイキングをするときは、山頂に行くまでの道のりで景色を楽しんだり、空気を味わったりするプロセスこそが重要である。これは山頂に到着することだけが目的ではなく、山頂に到着する移動そのもの、歩くこと自体が動機であり目的になっている。つまり、移動を省略してはハイキングを楽しむ意味がないのと同じように、音楽中心音楽療法は音楽的な体験こそが焦点になり、必要不可欠であるということである。これは、音楽的な体験自体が音楽療法の動機であり目的となっているため、治療としての音楽（music as therapy）と言える。

このように音楽的な体験自体が音楽療法の目的である場合、クライアントを音楽的な体験の状態、すなわち「ミュージッキング」の状態に導かなければならない。音楽演奏におけるミュージッキングとは、「意図的な人間の活動の一つの特定の形」（エリオット、1995、エイゲンより引用、p.78）であり、思慮深く、意図的な活動である（エイゲン、2005/2013）。つまり、音楽は単に私たちが知っている「何か」ではなく、音楽は私たちが「する」という行為ということである。しかし、エイゲン（2005/2013）は、音楽を機械的に反復することはミュージッキングではないとしている。ミュージッキングの状態とは、言葉で表されなくてもそこに知性があり、意志があり、意識が働いているということである。この意図を持って音楽をするというミュージッキングの概念は、音楽中心の臨床実践の在り方を支えるものである。先述したように音楽は媒体として存在するため、臨床では音楽的な体験が目標となっている。よって、セラピストはクライアントをミュージッキングの状態に引き込み、その状態を維持し、かつ新たな表現へと導くために、臨床の技術を用いる必要がある。ここでの臨床の技術とは、クライアントがミュージッキングの状態を体験できるように援助する方法である（エイゲン、2005/2013）。例えば、クライアントが達成感を得るために、セラピストが即興演奏の中で重要な部分（例、展開するきっかけの音、音楽の終わりの決めの音など）を促すことや、クライアントがより音楽に集中できるようにセラピストとの距離を図り、楽器のセッティングをすることなどが考えられる。これらのことから、音楽中心音楽療法とはセラピストがセッションにおいて音楽を意図的に、かつ中心的に用いて音楽体験そのものを療法の目的とするアプローチであると考えられる。

### 2.3. 即興

NRMTの特徴の一つに即興の使用がある。NRMTにおいて田崎（2019）は、セラピストが即興的な演奏を取り入れている理由として三つのことが考えられると述べている。それらは、(a) 即時性、(b) 柔軟性、(c) 診断的役割である。一つ目の即時性について、音楽療法は一人一人の状況やニーズによってアプローチの方法が異なってくる。そのため、ク

クライアントをミュージッキングの状態に導くために、個々に適応するような音楽的要素が必要である。即興を取り入れることで、クライアント個人の様々な状況に即時的に対応できる可能性があり、よりクライアントのニーズに合ったアプローチをすることができる。二つ目の柔軟性について、即興による音楽は、セッション中のクライアントとセラピスト間の音楽コミュニケーション内に起こる「受容」と「表現」の間を、役割を変えながら意図的に変化することができる。さらに即興による音楽は、クライアントの反応を促したり、行動を変化させたり、クライアントの表現を受け止めたりするのに有効で、この即興の柔軟性はクライアントの反応に幅広く柔軟に対応できるという点で臨床的に優れている。三つ目の診断的役割というのは、即興をしていく中でクライアントに内在する病的な要素や、潜在的な能力などを発見する役割をもつということである。つまり、即興的な関わりは症状や所見がどのような疾患に由来するのか見極める鑑別診断や、アセスメントなどの診断的役割としても機能する（田崎、2019）。

また石村（2017）は、NRMTにおける即興は、セラピーの場面において音楽的交流を図っていく上で必要不可欠であると述べている。なぜならば、即興における音や音楽はその場、その時の気持ちに沿って現れる「いま、ここ」における心的経験から生まれる表現の一つでもあるからである。また、即興における音や音楽はクライアントの表現であると同時に、「瞬間瞬間の表現を積み重ねながら、ある方向へと向かってたどり着くまでの過程を反映したもの」でもあると石村は述べている（2017、p.3）。これは前述した音楽中心音楽療法の、プロセスそのものが大切であり療法の目的でもあることと合致しており、即興における過程（プロセス）においても同じことが言える（石村、2017；エイゲン、2005/2013）。よって、NRMTにおいてセラピストとクライアントが即興を通して交流していく際、その交流がどのように深まったり広がったりして展開していったか、それが予測した通りになるのか、新たな発見があるか、そしてその間、相互にどのような体験があったのかをじっくり振り返ることが重要である。なぜなら、即興音楽の中にクライアントの成長や変化が反映されるからである（石村、2017）。

NRMTセラピストとクライアントの相互交流によって生み出されてくる音楽は、既成曲をクライアントに合わせて即興的に変化させていく場合と、クライアントから生まれた要素をもとにセラピストが自身の音で返すという音楽的枠組みのない音のやり取りから発展していく場合が主体となっている。どのような場合でもクライアントから出された表現は、セラピストという存在によって音楽としての意味を持ち始め、互いに影響を及ぼし合う自己を表す音となる。よって、音楽による相互交流のプロセスにおいて、クライアントを生かす、あるいはクライアントと生きるセラピストの在り方及びセラピストの音の在り方を考える必要がある（石村、2017）。

## 2.4. NRMTセラピストに必要なスキル

セラピストに必要な音楽的手腕として、ロビンズ（1995）はNRMTの基本的な概念の一つであるクリニカル・ミュージシャンシップ（Clinical Musicianship）を示した。臨床において即興を行う場合には、対極している六つの音楽的手腕が必要であり、最も大事なのがそれらが「張り詰めた、瞬間的な創造のバランス（poised in the creative now）」（ロビンズ、1995、p.81）になっているということである。「張り詰めた」というのは、ただ単にバランスが取れているということだけではなく、今もう次の行動に移る準備が出来ているという緊張に満ちたバランスだということである。六つの手腕については図1を参照されたい（NR Trust承認資料）。

例えば、初回のセッションではクライアントがどのような行動や反応をするのかということが分からない。その中で、セッションに何を取り入れていくのか、クライアントがどのような参加をしてくるのか、またそれに対してどのように返していくのかなど、セラピストはセッションで起こったことに対して適応していかなければならない。これらをロビンズ（1995）が示したクリニカル・ミュージシャンシップの図1と照らし合わせて考えてみると、「直観」、「創造的な自由さ」、「表現の自発性」という感覚的な要素を含んだ上半分の項目が該当する。しかし実際の臨床でこれらを活かしていくためには、下半分の「音楽的リソース」、「臨床上の責任」、「方向性を持った意図」という、臨床家としての知識も持ち合わせていなければならない。また、臨床の中で「直観」だけを使っても、そこに「方向性を持った意図」がなければならぬ。「創造的な自由さ」を発揮するためには、ただ自由にやればよいというものではなく、セラピストとしてクライアントの成長を促進するという「臨床上の責任」が伴ってくる。さらに、音楽の中でクライアントとセラピス

図1 クリニカル・ミュージシャンシップ（ロビンズ、1995）



トが相互にやり取りをするには、セラピストに「表現の自発性」がなければならない。そのためにはセラピストの中に「音楽的リソース」、つまり音楽の引き出しが必要である。このように、それぞれの要素は常に対極している。そして、それらすべてのバランスが取れていることが、セラピストが即興を行うときに持つておかなければいけない音楽的な能力である（岡崎、2022）。

「はじめに」の部分で述べた通り、またこれまでNRMTについてまとめた通り、NRMTの治療プロセスにおいては、セラピストとしての自分が重要な役割を果たす。そのためには、セラピストとしての自分が一定の技術や知識を持ち、セラピストとして精神的に安定している必要がある。なぜなら、石村（2017）がNRMTの即興について述べているように、即興における音や音楽は「いま、ここ」という瞬間的な心的経験から生まれる表現の一つであるからである。セラピストは自身の判断に自信が持てていないと「いま、ここ」の瞬間を逃してしまう可能性がある。よって、セラピストが精神的に安定していることは、「いま、ここ」の瞬間を逃さないために重要な状態である。さらに、セラピストの着目点を含んだ態度やスキルが、臨床のその瞬間の方向性を見出す決定過程に影響すると考えられる。そこでここからは、文献検索範囲を心理療法のものにまで拡大し、セラピストの態度とスキルについて論じる。

### 3. クライアントを理解する上でのセラピストの態度

クライアントを理解する上でのセラピストの態度には、セラピストが感じたことを疎かにしないことが挙げられる（岡、2001；杉岡、2009）。セラピストが感じたことを疎かにしないことについて杉岡（2009）は、熟練したセラピストは心理療法の初回面接において、クライアントとの関係を大切にしながら、セラピスト自身が直接感じたものから離れない、つまり意識に常に置いておくと述べている。クライアントに関して分からないことがある場合、その分からない感覚を抱えながらそれが意味することや背景を明らかにしていき、様々な理解や仮説を立て、クライアントとの相互作用の中で随時修正や補足を行う。それによってセラピストの思考プロセスが目標設定やセラピストの役割の自覚へと発展し、そこに一貫した理解のプロセスが成り立つのである。一方で岡（2001）は、クライアントが何気ない言葉や沈黙などの手段で自己を表現している可能性が特にあると述べている。熟練したセラピストはこのようなクライアントの一瞬の態度の変化やクライアントの何気ない一言を逃さず着目し、そこからクライアントの内的状態やセッションの治療的意義を思考し、クライアント理解を深めている（岡、2001）。しかし杉岡は、クライアント理解において、セラピストは何が分かったのかということに注目しすぎないことを考慮しなければならないとも述べている。なぜならば、セラピストがすでに持っている理解の枠の中にクライアントを無理やり組み込もうとしたり、理解したつもりになってクライアントの本

来持っている潜在的な可能性を見落として潰したりしてしまうかもしれないからである。分からない感覚を抱えながらクライアント理解を進めていくには、分からない部分に注意を漂わせつつ、同時に何が分かっていないのかを知っておかなければならない。つまり、どの情報が不足し、どの部分が理解出来ていないのかを理解するために、分からない感覚に動揺することなくセラピスト自身の中で受け止めるスキルが求められる。

### 3.1. 即興に影響を及ぼすセラピストの態度

石村（2019）は、熟練したセラピストと即興演奏を行う中で現れる交流過程の研究を通して、クライアント役との即興における変化に影響を及ぼしたセラピストの態度を挙げている。それらは、(a) 持続的関心、(b) 情動調律、(c) 応答表現である。この三つの態度はクライアントの内的変化を促進し、セラピストとの心理的交流を深化させる重要な要因となっている。これらの三つの視点を、石村以外の文献も加えてより深く検討する。

#### 3.1.1. 持続的関心

持続的関心とは、文字通りクライアントへ関心を向け続けることである。石村(2019)は、即興による音や音楽を介する関係構築の過程において、セラピストはクライアントの音や動きを尊重し、受け止めて応答していく必要があると述べている。つまり、音楽における相互交流はクライアントの音から始まり、そのためにセラピストは意識をクライアントに持続的に向け、クライアントから発せられるものを丁寧に聴かなければならない。また坂中（2018）は、持続的関心についてロジャーズの中核三条件の一つである、無条件の積極的関心の視点から説明している。そこでは、「クライアントの体験しているあらゆる面をカウンセラーの枠組みから否定、肯定せず、何の条件もなく、一貫して温かく受け止めてゆく態度である」（坂中、2018、p.7）と述べている。つまり、セラピストが持続的に関心を向けるためには、クライアントを最初から良い、悪いというような判断をせずに、ありのままを受容することが必要である。クライアントを一人の個人として受け止め、尊重し、大切にすることでクライアントとの関係性が構築されていくのである（坂中、2018）。

#### 3.1.2. 情動調律

情動調律とは、「内的状態の行動による表現形をそのまま模倣することなしに、共有された情動状態がどんな性質のものか表現する行動をとること」（スターン、1985/1989、p.166）である。例えば、乳児が足をバタバタさせているとき、母親は乳児の内面や心の動きを捉えるために乳児の行動を模倣したり、乳児の動きに合わせて発声したりする。それによって乳児は自身の動きや感情を経験し、自身の行動がどのように相手に知覚されて反映されるかを学ぶ。そして、互いに異なる表現方法を使ってやりとりをする中で感情の

繋がりを探っていく。つまり、乳児は自分の感情を他者（この場合は母親）と共有することによって社会的にも感情的にも初めて関わりを持ち、それによって自己を明確にし、拡大しているのである（パヴリチェビック、1997/2002）。情動調律について師岡（2017）は、セラピストは形式的に同調的対応をするのではなく、技巧的にリズムを捉えるのでもなく、クライアントから発信されたものを感情経験の質の特長として理解しながら対応することが重要だと述べている。また石村（2019）も、情動調律は非言語コミュニケーションにおける相互交流の深化や展開には欠かせないと論じた。

### 3.1.3. 応答表現

師岡（2017）は共著である石村（2017）との対談の中で、応答表現は、クライアントによって触発されたセラピスト自身の表現のことであると定義している。石村（2019）によると、セラピストはクライアントから発せられる音や動きを尊重し、受け止めて応答していくために、まずはクライアントの出す音を聴き、その音の模倣から始めることが多い。クライアントが言語によるコミュニケーションが困難な場合は、音や動きの模倣が関係構築のために重要な手段となる（石村、2019）。実際に高山（2010）の研究では、重度自閉症のクライアントが足をブラブラと動かしている動作にセラピストが即興的に模倣、同調し、それによって関係が構築され、相互交流へと発展している。クライアントはセラピストによって模倣された音から受容や自己肯定を体感し、他者への気づきを得る。そのため石村（2019）は、セラピストはクライアントから発信されているものを丁寧に受け取って応答できるように日々感性を研ぎ澄ませておかなければならないと述べている。しかし、セラピストがクライアントに耳を傾けて発信しても、クライアントがセラピストの音に耳を傾けなければ相互交流は始まらず、発展しにくい。つまり、情動調律を基盤とした上でセラピストがクライアントから発せられたものに触発されて相手に伝わるほどの明瞭な表現をしなければクライアントの内的影響は起こりにくく、セラピストの音でクライアントとの関係性を深化させていくことは難しいのである。明瞭な表現とは、セラピストの内的体験とクライアントに向けて表現されていることが一致している、いわゆる自己一致した音である（石村、2019）。

ここまでの調査で、音楽中心音楽療法の目的は、セラピストがセッションにおいて音楽を意図的に、かつ中心的に用いて音楽体験そのものを療法の目的とするアプローチである。即興を通してクライアントをミュージッキングの状態に引き込むためには、クライアントへの理解、セラピストがクライアントの表現を感じる感性が必要ということがわかった。またクリニカル・ミュージシャンシップの図にあるように、「張り詰めた、瞬間的な創造のバランス」（ロビンズ、1995、p.81）の中で、感性を活かし、自らの音楽リソースを駆使しながら反応する必要があることもわかった。しかしながら、クライアントをミュー



ジッキングの状態に引き込むために、NRMTセラピストが即興を行う過程において、具体的にクライアントの何に着目し、どのように音楽的要素を用いて即興スタイルを決めているのかという筆者の疑問について書かれている文献は、筆者が調べる限り見当たらなかった。よって本研究では、現象学的研究手法を用いて即興演奏を基礎とした音楽中心音楽療法におけるセラピストの音楽選択プロセスを探究する。

## 4. 方法

### 4.1. 研究の目的

音楽中心音楽療法であるNRMTでは、クライアントが音楽創り（ミュージッキング）を能動的に行うことが、治療の手段であり目的である。クライアントをミュージッキングの状態に招き入れるために、セラピストは即興を用いた関わりが必須となる。NRMTセラピストのセッションビデオや音源を聞くと、多種多様な即興による音楽的相互作用が見られる。このことから、クライアントと即興演奏をする上でクライアントの何に着目し、どのように音楽的要素を用いて即興スタイルを決めているのか疑問を持った。よって本研究では、現象学的研究手法を用いて即興を基礎とした音楽中心音楽療法におけるセラピストの音楽選択プロセスの経験を探した。

### 4.2. 参加者

本研究では、熟練したNRMTセラピストを対象に即興演奏を基礎とした音楽中心音楽療法におけるセラピストの音楽選択プロセスの経験を探する。熟練したNRMTセラピストとは、臨床経験が10年以上あるセラピストのことである。これは、杉岡（2009）の研究で採用されていた基準を取り入れたものである。募集法は、日本国内のNRMTセラピストと組織的なつながりのある人物の紹介により対象者に連絡をとり、許可の取れた人にインタビューを行う。

### 4.3. 分析方法

本研究では現象学的研究手法を用いて研究を行った。現象学的研究法とは、ある現象の直接的な体験を扱い、その本質を見極めることである（ケニー、1989/2006）。この研究は、提唱者であるフッサールの考えに基づき、事実そのものに立ち返り、体験しているその人の世界を理解するために探究する（岩崎、2019）。よって、生きられた経験、つまりその人の体験が研究対象となる（伊賀、2016）。つまり、研究参加者から語られた体験に対して研究者が聞いたり、主観的に解釈をしたりして研究テーマの本質について探究していくということである。これらのことから現象学的研究法は、研究参加者が体験した客観的な現象に対する主観的な経験をインタビューし、それらから抽出された共通する意味を概念

化することで本質について探究すると言える。そのため、研究参加者がある現象を経験していなければならない。本研究において、研究参加者は、即興音楽療法におけるセラピストの音楽選択プロセスという客観的現象を主観的に経験している人を対象とした。また、筆者は研究参加者の視点からセラピストの音楽選択プロセスの経験を探究するため、現象学的研究方法を用いることとした。

データの収集法として、熟練したNRMTセラピストを対象に半構造化インタビューを行い、同意を得た上で録画または録音を行う。インタビューはあらかじめ四つの質問を設定し、行った。また、インタビューデータは全て書き起こし、それを基に音楽療法士がクライアントのどの要素に着目し音楽選択を行っているか、オープンコーディングという手法を用いてテーマやカテゴリーに分類し、セラピストの音楽選択プロセスを探究した。インタビューは対面、またはZoom機能を使いオンラインでプライバシーが確保された状態で行った。

#### 4.4. 倫理的配慮

本研究は名古屋音楽大学倫理委員会により審査され2022年7月12日に承認を受けている。

### 5. 結果

このインタビューに参加したNRMTセラピストの人数は五名である。そのインタビューデータを全て書き起こし、それを基に音楽療法士がクライアントのどの要素に着目し音楽選択を行っているか、オープンコーディングという手法を用いてテーマやカテゴリーに分類し分析した。その際、より簡潔な言葉で分類するためにセラピストをTh、クライアントをClと表記した。分析の結果では、五つのカテゴリーが抽出された。五つのカテゴリーは、「前提」、「客観的事実」、「Clになる」、「その時Clに必要なこと（目的）の判断」、「音楽のイメージ化」である。それぞれについて以下で説明する。

#### 5.1. 前提

前提とは、セッションを行う前から明らかになっている、セッションやクライアントに関する情報のことである。このカテゴリーでは、さらに「Clの特性」と「形態」という二つのサブカテゴリーに分けられた。「Clの特性」では、音楽療法を始める前にあらかじめクライアントの保護者や他機関から共有される、クライアントに関する情報が含まれた。それに含まれるコードとしては、機能レベル、性格、好み（興味）、親との関係、文化的背景があった。「形態」は、音楽療法を行う場の環境のことである。これはNRMTセラピストらが現在音楽療法を行っている現場によって、回答に偏りがあった。それに含まれるコードとしては、期間、クライアントやセラピストの人数、クライアントの年代、音楽療

法の環境（例、医療現場など）があった。

## 5.2. 客観的事実

客観的事実とは、クライアントからのアクションで観察される客観的な事実のことである。このカテゴリーでは、インタビューした全てのNRMTセラピストから多数の回答が得られた。まず、「CIに起因するもの」と「流れ」という二つのサブカテゴリーに分類された。「CIに起因するもの」に含まれるコードとしては、非言語情報、反応、行動があった。また、行動というコードから、さらに音楽的な行動と非音楽的な行動という二つに分かれた。一方、「流れ」に含まれるコードは場、音、動きがあった。

## 5.3. CIになる

CIになるとは、NRMTセラピストらがクライアントの立場に自分の身を置いて考えてみるということである。その方法として、共感、同調（同質の原理）、理解、尊重、受容という五つのコードが存在した。インタビューでは、実際に自身がクライアントとしてセラピーを受けて、クライアントと同じところに身を置くことで、クライアントの気持ちを知ったり、想像しやすくなったりすると語るNRMTセラピストもいた。

## 5.4. その時CIに必要なこと（目的）の判断

その時CIに必要なこと（目的）の判断とは、セラピストがCIになることを経て、クライアントにとって今必要なことを臨床的に判断することである。このコードとして、信頼関係の構築、飽きさせない、繋がる、楽しむ、達成感の提供、安心感（安定）の提供、CIの世界に入る、引っ張る、CIを引き出す、流れを作るというコードが抽出された。信頼関係の構築について、NRMTセラピストのインタビューからセラピストとクライアントの信頼関係と、クライアント同士の信頼関係という二種類の信頼関係があった。また、回答の割合としては、一人のNRMTセラピストから二つから三つのコードが出て、全体的に見ると、それぞれのコードの回答割合はほぼ均等だった。

## 5.5. 音楽のイメージ化

音楽のイメージ化とは、セラピストが音楽的アウトプットをする前に行っている手続きで、どのような音楽かということと言語化したものである。このカテゴリーでは、「Thのスキル」と、「音楽的主観」というサブカテゴリーがあった。「Thのスキル」に含まれるコードとしては、音楽的リソース、柔軟性（フレキシブル）、瞬発力（here and now）、聴く力、観察力、感性、流れを作る（フロー）、Th自身のケアがあった。Th自身のケアでは、セラピストが安定した状態にいるために、セラピスト自身がセラピーを受けることやスーパー

ビジョン（熟練した同業セラピストからの指導）を受けることなどの方法が挙げられた。また「音楽的主観」に含まれるコードは、カジュアル、明と暗、力強い・メロウ、包み込む、曖昧さ、漂う、感情が挙げられた。

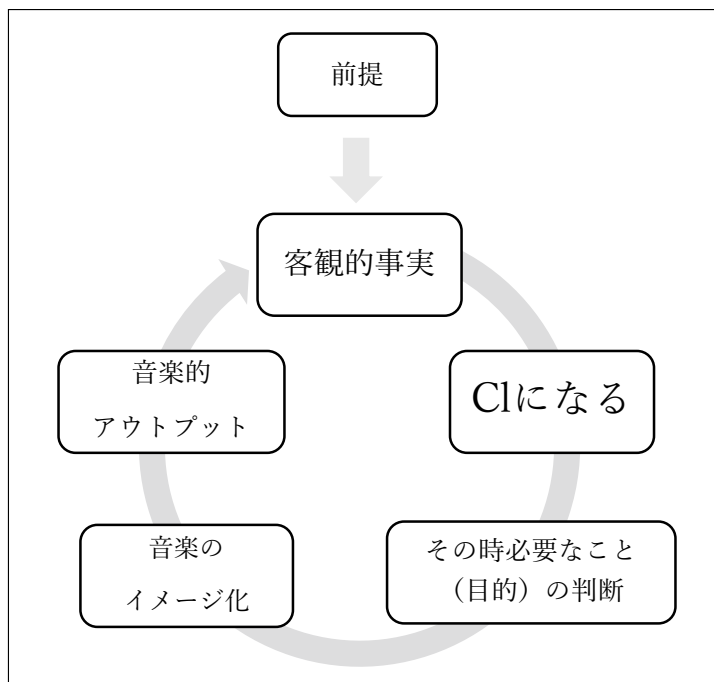
これら五つにカテゴリー化されたプロセスを経て、音楽的アウトプットになるということである。この五つのカテゴリーをさらに大きく捉えると三つの段階になる。まず、第一段階として「前提」と「客観的事実」、第二段階として「CIになる」と「その時CIに必要なこと」、第三段階として「音楽のイメージ化」となり、それぞれクライアントの情報に関するもの、クライアント理解に関するもの、音楽に関するものとして分類することが出来る。このことから、この五つのカテゴリーは一連していることが考えられる。つまり、第一段階がなければ第二段階に進むことは出来ず、音楽的アウトプットに繋がらないということである。

これらの一連の流れについては、図2を参照されたい。

## 6. 考察

分析の結果から、NRMTセラピストが即興演奏を行う際は、クライアントの前提と客観的事実を基に、セラピスト自身がクライアントになることでクライアントが今必要なこと

図2 セラピストの音楽選択プロセス



を臨床的に判断し、それを音楽的にイメージ化して即興演奏をするという、一連の流れになっていることが分かった。これらの流れを実際に模擬のケースに当てはめて考えてみる。例えば、ダウン症の男の子が体全体で飛び跳ねるように縦に揺れながらピアノを鳴らし、歌っていることに対して、セラピストがミクソリディア旋法でリズムカルな即興演奏をしたとする。この一連の流れを、五つにカテゴリー化されたプロセスに照らし合わせて考えてみると、次のようになる。まず「前提」に当てはまるのは、クライアントの診断名と性別、年代、そしてクライアントの人数というような事前情報である。そして、セラピストは「客観的事実」としてクライアントの体の動き（飛び跳ねるように縦に揺れること）や表情、楽器に向かう姿勢などに注目する。また、クライアントが歌っている声の音程やピアノの音、リズムなどにも注目し、クライアントから観察される客観的事実を音楽的にも捉える。セラピストはその事実から、自身の「CIになる」という段階で「楽しそう」という主観的な解釈をし、クライアントを尊重しながら同調する。そして、「信頼関係の構築」や「CIの世界に入る」という「その時CIに必要なこと（目的）の判断」をする。ここまでのプロセスを基に、セラピストは「音楽のイメージ化」をする。具体的には、セラピストの音楽的リソースと音楽の主観からミクソリディア旋法というモードを選ぶ。ミクソリディア旋法は、そのセラピストにとって「これから何が起こるだろうか」というわくわく感を想起させるような響きがあるからである。さらに、楽しさやわくわくという感情を表現するために、クライアントの動きをリズム的に捉えて、スタッカートや弾むようなリズムを取り入れ、音楽に置きかえて表現（アウトプット）する。

研究結果から、NRMTセラピストが即興演奏を行う際は全てクライアントに関する前提とクライアントから観察される客観的事実に基づいていることが分かった。客観的事実のカテゴリーでは、行動のコードからさらに音楽的と非音楽的という二つの行動に分かれた。よって、NRMTセラピストはクライアントの行動を二つの視点で捉えていたことが明らかになった。また、クライアントから観察されたものをすぐに音楽的な表現に繋げるのではなく、セラピスト自身がCIになることでその時クライアントに必要なこと（目的）の判断を臨床的にしている。これは、先行研究でミュージッキングについてエイゲンが述べている「意図をもって音楽をする」ということに繋がっている。なぜなら、クライアントをミュージッキングな状態に導くためには、まずセラピストがクライアントの体験を知る必要があるからである。セラピストはクライアントになることで、クライアントが今どんな感情なのか、どんな体験をしているのか、ということをおおむね知ることが出来る。それによって、今クライアントに何が必要なのかという臨床的判断がより適切にできると考える。さらに、その臨床的判断というカテゴリーのコードには、楽しむ、達成感の提供などクライアントの音楽的な体験も含まれている。このことから、第二段階のクライアント理解に関するもの（CIになる、その時CIに必要なこと（目的）の判断）は、第三段階の音楽

に関するもの（音楽のイメージ化）に進むために欠かせないプロセスであるということが言える。なぜなら、第二段階によって第三段階も変わっていき、それによってセラピストの表現が音楽的にアウトプットされた際に、クライアントがミュージッキングの状態になるのか、ということに影響してくるからである。また、第三段階の音楽のイメージ化もクライアントと即興演奏を行うという視点でも疎かにしてはいけない重要なプロセスであると考えられる。なぜなら、ここまでのプロセスはクライアントから発信されたものに対してセラピストが返している形で進められており、セラピストからの発信はされていないからである。先行研究でNRMTにおける即興は、セラピーの場面において音楽的交流を図っていく上で必要不可欠であると述べている（石村、2017）。つまり、クライアントがミュージッキングな状態になるためには、クライアントからセラピストへ矢印が向いているだけではなく、セラピストもまたクライアントに矢印を向けて相互的なやりとりが存在しなければならない。そのために、音楽のイメージ化はセラピストがクライアントに対して適切な応答をするために必要である。適切な応答とは、「あなた（クライアント）から受け取ったものを私（セラピスト）はこう思っているよ」ということを音楽的にクライアントに伝える（音楽的アウトプット）際に、それに合った音楽表現をすることである。そのためには、*Th*のスキルとして音楽的リソースを多く持っていなければならないし、セラピストの音楽的主観も音楽的アウトプットで相手に伝える重要な要素になる。

筆者が「はじめに」の部分で述べた「セラピストがクライアントの何に注目し、そこからどのように調性やテンポ、拍などの音楽的要素を用いて即興スタイルを決めているのか」という疑問についてこの研究結果から得られたことは、セラピストが即興スタイルを決めるのではなく、クライアントによって即興スタイルが出来上がるということだった。音楽的要素を選んでいるのはセラピストだが、その選択は全てクライアントに基づいている。つまり、セラピストは即興演奏の目的である、その時*CI*に必要なこと（目的）の判断をし、クライアントとの音楽で「これは今のあなたに合っているかい?」、「そうだね、でももう少しこんな感じかな」というようなやり取りをしながら目的に向かっていく。その中で、自然と即興スタイルが出来上がっていくということである。師岡（2017）は、常にクライアントから発信されたものを形式的な同調的対応や技巧的な音楽要素として捉えるのではなく、感情経験の質の特長として理解することが大切であると述べている。今回の結果と照らし合わせると、感情経験の質の特徴を理解するために、セラピストがその時*CI*に必要なこと（目的）の判断をする前に、*CI*になることが必要になるということが明らかになった。このことは、筆者があらかじめ即興スタイルを決めてセッションに臨み、その時のクライアントの状態と筆者の即興音楽に不一致を感じた経験に関連している。筆者は、クライアントがジャズのような音楽が好きという情報から、セッションでブルース音階を使って即興演奏を行った。しかし、クライアントの体調や気分は毎回同じではないため、時々クラ

クライアントの鳴らす楽器や雰囲気と筆者の即興演奏が一致せず、音楽が独り歩きしているような感覚がした。このことから、筆者は音楽選択プロセスの第二段階であるCIになることと、その時CIに必要なこと（目的）の判断を飛ばして、クライアントと十分なやり取りがないまま音楽的アウトプットをしてしまったため、独り歩きしているような不一致感を感じたのだと考える。あらかじめセラピストが準備したものではなく、その時のクライアントを観察して、その場でクライアントと作っていくことで、クライアントと一致した即興スタイルになる。これは、音楽中心音楽療法についてハイキングの例で述べた通り、セラピストとクライアントが音楽体験を共にするというプロセスこそが重要であるということと同等と言える。つまり、筆者が不一致を感じた経験をハイキングの例で例えると、セラピストは事前の情報のみから自分の行きたいところへ向かっていたが、いつの間にかクライアントは隣にいないまま進んでいる状態だったということである。

先行研究において、石村（2019）は即興に影響を及ぼすセラピストの態度の中で挙げている応答表現について、クライアントの模倣から始めることが多いと述べていた。今回の研究インタビューでも、NRMTセラピストらから模倣という言葉は聞かれた。しかし、同様に同調や受容といったCIになるカテゴリーで抽出された言葉も繰り返していた。このことから、NRMTセラピストらはただ単にクライアントの動きを模倣するのではなく、共感、同調、理解、尊重、受容といった内面的なことを外面化する手段として模倣をするのではないかと考える。また、今回の研究の結果において筆者が興味深かったのは、セラピストが音楽的なプロセスに入る前に、第二段階（CIになる、その時CIに必要なこと）でクライアント理解に関するもの、すなわち人間性についての段階があったことである。なぜなら、筆者は自身の持った疑問の答えについて、調性やテンポ、拍などのもっと音楽に関する結果が得られると予想していたからである。「はじめに」の部分で、筆者はインスピレーションが浮かんでも自身が信じられないと述べていた。つまり、筆者にとってインスピレーションは自身の感覚から奇跡的に降りてくる、魔法のようなものだと考えていた。しかしこの研究によって、インスピレーションが降りてくるということは、音楽的なことの前にCIになること、その時CIに必要なこと（目的）の判断をするから、音楽のイメージ化というインスピレーションが下りてくるということが分かった。また、これらのことは全て、クライアントの前提と客観的事実に基づいている。このことから、セラピストがクライアントの前提と客観的事実から音楽的アウトプットをすることは、限られたセラピストにしかなりに届かないような才能のようなものではなく、トレーニングをしたら誰でもテクニックとして身に付くものであるということが分かった。また、自身への信頼についてインタビューをしていく中で、実際に臨床をしても自身に対して不安や不信感を抱えていた経験があるというNRMTセラピストがほとんどであった。しかしNRMTセラピストらは、実践の経験値を積むことで自身に対する不安が信頼へ変わり、臨床家としても精査されて

いくと述べていた。このことから、自身への信頼はセラピスト自身もセラピーやスーパーヴィジョンを受けながら自身の内面や課題と向き合い、実践し、挑戦してセラピストとしての経験値を重ねていくことで確立されていくものだと考える。

また、NRMTらのインタビューが進む中で、セラピストのケアについても語られた。このことは、NRMTセラピストがセッションで安定した状態であるために、セラピスト自身のケアも大切にしているということが明らかになった。つまり、セラピストは一人の人間としても自身の感情を大切にし、音楽的に表現することで、クライアントと対等な関係で音楽的にやりとりをすることができ、即興演奏の中でより音楽的に発展させられるのではないか。そのために、セラピスト自身がセラピーやスーパーヴィジョンを受けることは自分自身を客観的に見たり自己洞察をしたりする良い機会だと考える。また、セラピストの意識がクライアントに偏り過ぎず、かつセラピストに向きすぎないニュートラルな状態に常にあるために、セラピスト自身がセラピーとスーパーヴィジョンを受けることは有効的である。なぜならこのようなケアをすることで、セッションにおいて石村（2019）が述べていた、持続的関心、情動調律、応答表現というクライアントの内的変化を促進するセラピストの態度を保つことが出来るからであると考ええる。

最後に、今回の研究で筆者が自分自身に起きた影響について述べる。筆者がセラピストとなったあるセッションで、言語でのコミュニケーションが難しいクライアントと出会った。クライアントは認知症の診断があり、常に誰かと手を握っていないと不安でその訴えが強く出ていた。そのため、クライアントはなかなか音楽的に繋がる事が出来ず、訴えによって音楽がささぎられていた。そこで、まず筆者はピアノから離れてクライアントと目を合わせ、手を握ってクライアントにも理解できるようなシンプルな声掛けで促しながらクライアントと声を出した。クライアントも筆者の促しに応じ、一緒に声を出してしばらく筆者との声のやり取りが続いた。すると、クライアントは自発的に唱歌の「七つの子」を歌い始め、音楽の中でセラピストと繋がる事が出来た。この出来事を振り返ると、筆者はピアノから離れるという選択は事前に考えていた選択ではなく、その時に筆者の中から自然と浮かんできた選択だった。しかし、筆者は自然と浮かんできた選択に対して「本当にピアノから離れて良いのかな」という不安ではなく、「今はピアノから離れたほうが良いかな」という気持ちだった。なぜ、筆者が不安ではなくこのような冷静な気持ちだったのかについて考えると、クライアントと繋がるという目的が筆者の中で明確だったからだと思う。その目的はクライアントの「前提」と、不安の訴えや表情などの「客観的事実」、さらに筆者がクライアントと同じトーンで話したり、クライアントの呼吸に合わせて声を出したりして同調した、「CIになること」というプロセスがあったから明確になったのだと考える。それがセラピストとクライアントが声を出すという「(音楽的)アウトプット」に繋がり、さらにクライアントがミュージッキングの状態になったことで自発的に「七つ



の子」を歌い、セラピストと音楽的に繋がったのではないかと考えている。

## 7. この研究の限界と未来への展望

まず、この研究の限界について、NRMTにおける音楽選択のプロセスは、セラピストの音楽的な背景や音楽的主観、トレーニング環境などの違いから、教科書のように決められたプロセスはなかった。そのため、具体的にどのような時にどの音楽的リソースを選択したのかということ、実証主義的に唯一の結果として明示することは困難だった。しかしながら解釈主義の哲学に根差した本研究において、音楽療法におけるセラピストの音楽選択プロセスはセラピスト個人の特殊能力ではなく、調査協力してくれたNRMTセラピストにより言語化され、共有されたことを記述し、探究し、一つの結果としてまとめ考察できた。これによって、これからの音楽療法士のスキル向上がより精査されることに繋げることが出来ると考えられる。特に、2021年より日本で発足したNRMTの育成機関にとっては、熟練したNRMTセラピストがクライアントの何に着目し、どのように自身の音楽表現に繋がっているのかを知ることで、今後NRMTセラピストとして必要な内容を知り、音楽的スキルを獲得し、セラピストとしてよりクライアントに合った音楽展開、そしてクライアントを活かした音楽療法の場を提供出来ると考えられる。

今回はセラピストの即興演奏における音楽選択プロセスの探究だったが、即興は演奏だけではなく、セッションをどのように進めていくか、その場のクライアントの状態を見ながら進めていくことも即興だと言える。そのため、今後はセッション全体において、セラピストは音楽選択プロセスとは違うプロセスでセッションを即興的に進めているのか、また個別セッションとグループセッションでの着目点の違いはあるのかなど、引き続きセラピストの決定プロセスについて研究し続けていく必要がある。

## 参考文献

- New York University(2022) 'Nordoff-Robbins Center for Music Therapy: About the Practice' The Practice - Nordoff-Robbins Center for Music Therapy | NYU Steinhardt
- 伊賀光屋 (2016) 「第8章 IPAの理論と実際」末武康弘、諸富祥彦、得丸智子 (さとこ)、村里忠之 編著 『『主観性を科学化する』質的研究法入門：TAEを中心に』より (pp.94-103) 金子書房
- 石村真紀 (2017) 「第1章 セラピストの勘所～音楽療法の実践基盤～」石村真紀、師岡宏之 著 『実践音楽療法 関係の創造を目指して：セラピーでの勘所を解く』より (pp.1-30) 晃洋書房
- 石村真紀 (2019) 「即興による音楽療法の交流過程におけるセラピストの態度をめぐって」 相愛大学研究論集 第35巻 pp.13-21
- 岩崎久志 (2019) 「現象学的な質的研究の方法論に関する一考察—社会人大学院修士課程への聞き取りに触れて—」 流通科学大学論集—人間・社会・自然編—第32巻第1号 pp.13-29
- エイゲン、K. (2005/2013) 「音楽中心音楽療法」(鈴木琴栄、鈴木大裕 訳 *MUSIC-CENTERED MUSIC THERAPY*) 春秋社

- 岡昌之 (2001) 初回面接における臨床心理学的知識と配慮 臨床心理学第1号3巻 pp.298-303 金剛出版
- 岡崎香奈 (2022) 「ノードフ・ロビンズ音楽療法における記録と評価方法について」日本音楽療法学会誌第22巻第1号 (p.6-16)
- 岡崎香奈 (2022年9月17日) 「ノードフ・ロビンズ音楽療法の理論と実践—日本における展開とその意義—」第22回日本音楽療法学会学術大会 講習会
- ケニー、C. B. (1989/2006) 「第3章 哲学」近藤里美 訳「THE FIELD OF PLAY: A Guide for the Theory and Practice of Music Therapy」より (pp.68-77) 春秋社
- 坂中正義 (2018) 「基礎編 無条件の積極的関心とは」飯長喜一郎監修 坂中正義、三國牧子、本山智敬編著「ロジャーズの中核三条件 受容—無条件の積極的関心—: カウンセリングの本質を考える2」より (pp.4-20) 創元社
- 杉岡品子 (2009) 「熟練したセラピストの初回面接におけるクライアント理解: 理解のプロセスと面接への姿勢」北翔大学短期大学部研究紀要 第47巻 pp.1-15
- スターン、D. N. (1985/1989) 「第7章 主観的自己感: 2情動調律」「乳児の対人世界 理論編」(小此木啓吾、丸田俊彦 監訳、神庭靖子、神庭重信 訳 *The Interpersonal World Of The Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*) より (pp.162-187) 岩崎学術出版社
- 高山仁 (2010) 「即興音楽療法の量的リサーチへの試み: 予備的研究—一度自閉症児『足のブラブラ行動』の分析から—」日本音楽療法学会誌 第10巻1号
- 田崎教子 (2019) 「音楽的活動における保育者の発信的・応答的能力の向上: クリニカル・ミュージシャンシップ援用の可能性」pp.53-114 風間書房
- パヴリチェビク、M. (1997/2002) 「第8章 言葉を越えた音楽: コミュニケーションとしての音楽 内的主観と相互主観」「音楽療法の意味: 心のかげ橋としての音楽」(佐治順子、高橋真基子 共訳 *MUSIC THERAPY IN CONTEXT*) より (pp.166-168) 本の森
- ブルシア、K. E. (1987/1999) 「即興音楽療法の諸理論 上」(林庸二、生野里花、岡崎香奈、八重田美衣 訳 *IMPROVISED MODELS OF THERAPY*) 人間と歴史社
- 師岡宏之 (2017) 「第5章4節 石村論文を読む」石村真紀、師岡宏之著「実践音楽療法 関係の創造を目指して: セラピーでの勘所を解く」より (pp.104-124) 晃洋書房
- ロビンズ、C. (1995) 「第2回ノードフ・ロビンズ音楽療法セミナー記録」ニューヨーク大学 ノードフ・ロビンズ音楽療法センター