

自閉スペクトラム症の音楽療法の動向と今後の展望

社会モデル的な障害理解の立場から

山 本 知 香*

Trends and Future Prospects for Music Therapy of Autism Spectrum Disorder

From the Standpoint of the Social Model of Disability

Chika YAMAMOTO

キーワード：自閉スペクトラム症、音楽療法、社会モデル、実践研究、抄録

1. はじめに

本研究の目的は、自閉スペクトラム症（Autism Spectrum Disorder: 以下、ASD と表記）の音楽療法実践の動向を検討し、社会モデル的な障害理解による音楽療法の発展に寄与する実践研究のあり方について明らかにすることである。国際的に使用されている診断基準である DSM-5 によれば、ASD とは、社会的コミュニケーションと社会的相互作用における持続的な欠損と、行動、興味、活動の限局的かつ反復的なパターンという二つの特徴により定義される神経発達障害である¹⁾。音のやりとりによる相互交流の経験や、音楽を通じた表現を行うこと、音楽のリズムに乗せた発語訓練などは、ASD の抱えるコミュニケーションの難しさに対する支援としての可能性を持つと言える。後に詳しく見ていくように、音楽療法では、ASD の抱えるコミュニケーションの難しさに対し、実際に様々な働きかけが行われ、結果として肯定的な変化が多数報告されている。しかし果たして、変化した／変化が求められるのは、ASD 当事者だけなのだろうか。社会モデル的な障害理解が広がる今日では、ASD の抱えるコミュニケーションの難しさを、関わる人との「あいだ」にあるものと捉える視点が求められる。社会モデル的な立場から音楽療法について考えてみたとき、どのような問題や可能性が浮かんでくるのだろうか。

2019 年 10 月 1 日に全面施行された「滋賀県障害者差別のない共生社会づくり条例」のパンフレットによれば、社会モデルとは、「障害のある人が日常生活や社会生活において受ける制限は、心身の機能障害のみによって生じるものではなく、社会の中にあるバリア（社会的障壁）によって生じるものである」とする考え方のことである²⁾。ASD 当事者による自閉権利運動を含む、ニューロ・ダイバーシティ運動や、関係論的な ASD 研究³⁾、さらには、ユニバーサルデザイン 2020 行動計画⁴⁾ などを見渡してみても、「あいだ」を重視する障害の社会モデルの立場は、今や珍しいものではないだろう。とはいえ、社会モデル的な立場による日本の ASD の音楽療法研究は捗々しくない。そこで本稿では、まずは日本の ASD の音楽療法の動向について、実践の内実に近いところから明らかにすることが必要であると考えた。そのため、以下では音楽療法について概観したあと、日本における最大の音楽療法団体である日本音楽療法学会における ASD の実践研究の動向について検討する。参照するのは、日

* 滋賀大学教育学部附属音楽教育支援センター

本音楽療学会の抄録検索システムにより閲覧が可能な日本音楽療学会の全国学術大会と近畿学術大会の抄録である。抄録を対象にすることには、一般的な研究論文と比べ、実践者の生の声が反映されやすく、実践の実態が広く掘り取れるというメリットがあると考えられる。

2. 音楽療法について

音楽が人間の心身に影響を及ぼす様々な力を持つことは、日常的な体験からも理解できるのではないだろうか。沈んだ気持ちにそっと寄り添ってくれるような静かな演奏に涙することで気持ちが上向ききっかけをもらったり、祭囃子を聞いて非日常的な感情の高まりを感じたり、共に歌い演奏することで一体感を味わったり、あるいは運動会で流れる BGM によって身体運動が活性化されたりするなど、例を挙げればきりが無い。紀元前 1000 年頃の旧約聖書に登場するサウルの悪霊を豎琴の音で払ったというダビデについての記述を音楽療法の起源とする説もあるように⁵⁾、音楽と人間の健康のつながりについては、古くから考えられてきた。今日的な意味での音楽療法では、そのような音楽の力を人間のよりよい生のために「意図的、計画的に使用すること」が求められている⁶⁾。しかしながら、効果の約束された薬を服用するかのように音楽を使用することはできず、実際の現場では、クライアントのニーズを踏まえた目標設定と、それを達成するための方法の組み合わせによって、多種多様な実践が行われている。そのため、音楽療法についてすべての実践を包含するような定義をするのは非常に難しい。ひとまずここでは、「音楽療法士が、療法を受ける人への何らかの支援を目指す際に、直接的・間接的に音楽が役割を果たすよう関係する場」を音楽療法の大きな輪郭として描いておく。例えば、以下のような内容が音楽療法の実践のあり方に関わっていると考えられる。

【クライアントのニーズを踏まえた目標設定について】

気持ちの安定や発散、達成感など、内面の充実が目指されることもあれば、言語訓練や発達の促進、問題行動の改善などが求められる場合もある。たとえば、「社会性の向上」という大きな目標（長期目標）が掲げられた上で、その達成のためのスモールステップとして「自分の順番が来たら音を鳴らすこと」や、「隣の参加者との交流を楽しむこと」が短期目標として設定されたり、ある行動能力の改善や獲得が最終目標として掲げられていても、そのことを通して副次的に自信が得られたりすることがある。つまり、どこを切り取るかによって、音楽療法の目標と結果の見え方は違ったものになり得るのである。

【方法について】

参加の仕方 受動的に音楽を聴くのか、あるいは能動的に音楽活動に参加するのか。聴くとしたらどのような音楽を聴くのか。音楽活動に参加する場合、楽器演奏・歌唱・ダンスや運動などを行うのか、あるいは作曲による自己表現をするのかなど様々な参加の仕方がある。

セッションの形態 クライアント一人に対して音楽療法を行うことを個人セッションあるいは個別セッション、複数に対して行うことを集団セッションと呼ぶ。集団の人数によって、小集団（小規模集団）という言葉が使われることもある。

用いられる音楽 即興演奏なのか、既成曲なのか。既成曲の場合、どのような年代・ジャンルの曲か。生演奏か、音源を用いるのか。

大まかに紹介するだけでも以上のような内容の組み合わせによって、ありとあらゆる音楽療法の実践が考えられる。さらに、音楽療法士が依って立つ理論的背景、音楽療法観や人間観、音楽療法士自身の過去の音楽経験も実践に影響している。実践の多様性とそれによる定義の難しさは、音楽療法が個々人の状態やニーズにフィットした支援の力を持つ可能性を示してもいい。しかし一方で、多様であるが故に、実践の知が積み重なっていきにくいという問題も指摘できる。

3. ASD の音楽療法実践研究の動向

ここからは、日本音楽療学会のホームページの「学術大会抄録検索」のシステムにより、ASD の実践研究の動向について探っていく。日本音楽療学会は、「疾病と健康に関わる音楽の機能と役割を学際的に研究し、音楽療法を医療、福祉、健康、教育の領域において積極的に展開することにより、音楽療法を通して健康の維持・促進など広く社会に貢献すること」を目的とする団体である⁷⁾。パイオミュージック学会と臨床音楽療法協会という、医療の視点と臨床の視点をもつ2団体が1995年に連合して全日本音楽療法連盟が設立され、この連盟が名称を変更し、2001年に日本音楽療学会となった。2022年5月発行の日本音楽療学会ニュース第43号によれば、2022年3月には、通算認定音楽療法士の数は仮合格者を含めると3,575名となっている。ちなみに、日本では音楽療法士は国家資格ではなく、日本音楽療学会以外の民間の認定資格も複数存在している。2023年の会員数は約4,600名であり、音楽療法の団体として日本最大規模である。ただし、会員の多くが音楽療法実践者であり、音楽療法の専門的な研究者の割合が少ないという特徴がある。学会が発行する学術誌である日本音楽療学会誌は、2001年からおよそ2回のペースで発行されている。2001年から現在（2023年9月）までに発行された日本音楽療学会誌において、原著論文75編、事例研究29編、プロジェクト研究論文43編が掲載されているが、「自閉」がタイトルに含まれるものは4編のみであった。

以下で参照する「学術大会抄録検索」には、第1回（2002年）から第20回（2020年）までの日本音楽療学会学術大会の抄録と、近畿学術大会の発表抄録が登録されている。その中で、タイトルに「自閉」が含まれている（あるいは、本文内に「自閉」が記載され、「発達障害」や「アスペルガー」がタイトルに含まれている）ことが確認できたものは97件であった⁸⁾。抄録は、基本的にA4用紙1枚、およそ1,600字程度である。以下、ASDに関わる実践研究の状況について検討していく。

【セッション形態】

97件のうち、個人セッションは44件、集団セッションは39件であり、実施数に大きな差は見られなかった。しかしながら、日本音楽療学会が実施している「認定音楽療法士 就業調査（2021年度）報告」⁹⁾には、障害の種別を問わないセッション形態に関する質問項目があり、それによれば、個人セッションの割合が17%、小規模集団（2-10名）が30.8%、中規模集団（11-40名）が36.2%、大規模集団（41名-）が4.5%であり、圧倒的に集団セッションが多い。このことから、ASDの音楽療法では、他の音楽療法に比べて個人セッションの割合が多い可能性を指摘できる。集団行動への難しさを抱える場合が多いというASDの特徴が表れているのかもしれない。ただし、学会発表のために抄録を書くという状況になった際、より細やかにクライアントの変化を追いややすい個人セッションが選択されやすい、ということも十分考えられるため、今後のさらなる実態調査が待たれるところである。

いづれにしても、クライアントのニーズは時と共に移り変わるため、セッション形態も柔軟に変化

〈表1 セッション形態〉

個人セッション	44件
集団セッション	39件
個人/集団	5件
不明、 その他（調査研究等）	9件

させることが望ましいのではないかと考えられる。個人セッションから集団セッションへの移行や、個人セッションと集団セッションを並行して行う事例も少数ながら確認できた。ただし、音楽療法実践者である筆者の私見にはなるが、実際には、実施場所の施設や設備の状況、セッションを希望するクライアントの人数や準備できる時間枠等の制約により、実施できる形態を柔軟に対応させることにはかなり難しさが伴うといえる。

【クライアントの年齢】

セッション開始時の年齢、または抄録で取り上げる期間中メインとなる時期の年齢層は、幼児が20件、小学生が37件、中学生が13件、高校生が4件、それ以上が17件であり、幼児から小中学生の割合が高かった¹⁰⁾。上記の就業調査（複数選択可）によれば、乳幼児（0-6歳）11%、児童（6-12歳）13.3%、青年（13-20歳）15.2%、成人（21-64歳）33.5%・高齢者（65歳-）45.6%という割合が示されており、ASDの抄録との違いが表れている。ASDの音楽療法実践の効果について報告する場合、多くは何かしらの肯定的な変化について言及しようとすることになるだろう。そう考えると、知的にも身体的にも右肩上がりに発達していく時期である幼児期から小学生の時期にかけての実践においては、ASDの音楽療法の場合にも効果が表れやすく、それが抄録の数に反映されている可能性がある。

【実施場所】

セッションの実施場所に関しては、音楽教室・音楽療法教室（セラピストの自宅セッションルームを含む）が23件と最も多かった。集会所等地域の施設、学校関係、作業所等の施設、放課後等デイサービスの他、少数ながらZoomを用いた遠隔によるもの、病院や院内センター、保育園などもあり、音楽療法の実施場所が多岐にわたることが示された。

【セッションのテーマや目標】

最後に、セッションのテーマや目標について検討した。音楽療法の実践では、目標が1つに絞られていることが少なく、30分なら30分のプログラムの中であるときは認知機能に、あるときは対人行動の改善に、など複数の目標が並べられている場合が多い。抄録では実践のすべてを語ることはできないためおのずとテーマが絞られているとはいえ、セッションのテーマや目標について網羅的に整理することには難しさがあった。そこで、今回は、抄録タイトルに含まれる語句を特に重要なテーマ、目標であると捉え、基本的に1編の抄録タイトルから1つの語句を抜き出すことにした¹¹⁾。

信頼関係や関わりの変容、他者とのやりとりなど、他者関係について記載が29件で最も多かった。

〈表2 クライアントの年齢〉

幼児	20 件
小学生	37 件
中学生	13 件
高校生	4 件
18 才以上	17 件
不明、 その他（調査研究等）	8 件

コミュニケーション能力やコミュニケーション行動の記載があった7件と併せると、36件となり、ASDの音楽療法では他者との関係に焦点を当てた実践が多いことが明らかになった。その他、言語理解や発語、安心や気持ちの安定、自己調整力、自発的参加、適応行動の拡大、自己効力感、ボディイメージの向上、集中力、模倣など、バラエティに富んだテーマや目標が掲げられていた。

4. ASDの音楽療法実践研究の今後に向けて

以上、学術大会抄録の検討を通して、ASDの音楽療法実践研究の動向の一端を明らかにしてきた。学術大会抄録を分析する作業を通して、それぞれの音楽療法士が工夫を重ね、ASDの支援として様々な魅力的な音楽療法実践が繰り広げられていることが感じられた。しかしながら、2つの問題点が明らかになった。今後のASDの音楽療法実践研究について考える際の一助となることを期待して、以下に挙げておく。

①言葉や概念の定義について

抄録の中で使われている言葉や概念の定義を厳密にしていく必要を感じた。たとえば、学校現場やピアノレッスンの場で行われる音楽療法「的」な活動とは、どのようなものなのか、セッションのテーマや目標として頻出していた「コミュニケーション能力」、「気持ちの安定」、「自発的参加」などの言葉の意味するところは、どのような状態なのか、今少し詳細に論じられるべきではないだろうか。「信頼関係」なども、一読して理解できるようでいて、実際には様々な水準が考えられる概念でもある。たとえばAさんとB音楽療法士とのあいだで培われた「信頼関係」と、XさんとY音楽療法士とのあいだで生まれた「信頼関係」の質は同じものではないはずである。過去の抄録で使われた表現や先行研究、一般的な語句の使い方との比較を行い、違いを指摘することで、実践の実際をより明確に反映した研究が期待できる。むしろ、そのような作業を通して初めて、実践の知の積み重ねが可能になっていくのではないだろうか。

②社会モデル的な立場で捉えるために、音楽療法士側を扱う必要がある

「信頼関係」を例に挙げたことと関連して、セッションの経過および結果について客観的に記述することが求められる抄録の書式では、「クライアント側」の変化の様子しか扱うことができないということを問題視しておきたい。多くの抄録で、「信頼関係」や「関わりの変容」、「コミュニケーション」などがテーマとされているにも関わらず、関わりの方の側である音楽療法士側の変容については論じることができないのである。「関係」や「コミュニケーション」という「あいだ」を扱うにも関わらず、その変容をクライアント側だけ求めるのであれば、それは真の意味での社会モデル的な障害理解の上に立つ実践であるとは言い難い。他の障害に見られないASD特有の問題について、コミュニケーション上の困難というディスアビリティが、他ならぬASDの診断基準に入り込んでいることのおかしさを指摘する熊谷（2017）は、「素朴に考えれば、コミュニケーション上の困難はコミュニケーションを取ろうとしている相手がどのような人物かという環境側の要因次第で、発生したり消失したりするものだ」と述べている¹²⁾。ASDのコミュニケーション能力に問題を感じるとき、あるいは、ASDとの信頼関係が深まったと感じるとき、音楽療法士側に起こっている変化にも敏感であるべきだろう。

5. おわりに

以上、日本音楽療学会の学術大会抄録の検討を通して、社会モデル的な障害理解の立場からASDの音楽療法実践研究の動向について見渡してきた。今後の課題として、日本音楽療学会以外での研究発表などにも視野を広げること、テーマや目標だけでなく、具体的なアプローチの方法についても

検討することが挙げられる。

先にも触れたが、抄録は、実践の現場すべてを反映しているわけではない。発表者が書ききれなかったこと、記載したくてもできなかったことも多々あるのではないだろうか。もしも、文字数や客観的研究の要請からくる書式の制約によって埋もれてしまっている素晴らしい実践場面があるのなら、今後、社会モデル的な立場による音楽療法の質的研究の発展と共に明らかにされていくことが待たれる。

註

- 1) American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th ed. Washington, DC: Author; 2013. (高橋三郎, 大野裕, 染矢俊幸, ほか訳. DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル. 東京: 医学書院; 2014.)
- 2) 滋賀県障害者差別のない共生社会づくり条例パンフレット <https://www.pref.shiga.lg.jp/file/attachment/5146075.pdf> (参照 2023.9.28)
- 3) たとえば、以下のような論考がある。
勝浦真仁 2016『“共にある”ことを目指す特別支援教育：関係論から発達障害を問い直す』ナカニシヤ出版
山崎徳子 2015『自閉症のある子どもの関係発達「育てる・育てられる」という枠組みでの自己感の形成』ミネルヴァ書房
- 4) ユニバーサルデザイン 2020 行動計画とは、2020 年東京オリンピック・パラリンピックを機に、共生社会の実現に向け、人々の心のあり方を変えようとする取り組みのために策定された。
首相官邸ホームページ
https://www.kantei.go.jp/jp/singi/tokyo2020_suishin_honbu/ud2020kkkaigi/pdf/2020_keikaku.pdf (参照 2023.9.28)
- 5) 高橋多喜子 2021『初学者にも、ベテランにも役立つ音楽療法 効果・やり方・エビデンスを知る』金芳堂
- 6) 日本音楽療法学会の定義によれば、音楽療法とは「音楽のもつ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」である。
- 7) 日本音楽療法学会定款第 1 章第 3 条による。
- 8) 統合失調症の症状としての「自閉」については除外した。また、「自閉」の検索結果として表示されるが、実際には本文にもタイトルにも「自閉」の記載がなかったものについても除外した。日本音楽療法学会: 公式サイト「学術大会抄録検索」<https://www.jmta.jp/abstract/> (参照 2023.9.18)
- 9) 「認定音楽療法士 就業調査 (2021 年度) 報告」2022 年 11 月発行『一般社団法人日本音楽療法学会ニュース』第 44 号 pp.6-7 一般社団法人日本音楽療法学会
- 10) 小学生と中学生の両方が参加する事例があったため、合計 99 件となっている。
- 11) 抄録タイトルに 2 つのテーマが等価に示されているものからは 2 つ、抄録タイトルにテーマが示されていないものは、本文中から主たるテーマと考えられる語句 1 つを抽出した。
- 12) 熊谷晋一郎 2017「自閉スペクトラム症の社会モデル的な支援に向けた情報保障のデザイン 当事者研究の視点から」『保健医療科学』66 巻 5 号 pp. 532-544