

当院 3 階病棟における 音楽療法・中グループセッションの試み

～ その特徴と積極性向上の一例 ～

札幌太田病院 音楽療法課

谷口 恵¹⁾

1) 音楽療法士補

1. はじめに

音楽は普遍的なものであり、それを治療媒介とする音楽療法の対象は幅広く、今までに様々な年代や疾患、治療形態の症例発表や研究報告がなされてきた。音楽療法には、『能動的・受動的』、『集団・個人』、『精神療法的・訓練的』等、多くの分類を持つが、その対象者の疾患や年代は意図的に統一して行われている¹⁾。

当院 3 階病棟は、急性期の治療を経て、退院に向けた生活を送る患者が主な対象である。ここでは、数年前より他病棟と合同で 30 名以上の音楽療法・大グループセッション(以下大グループ)を行っているが、H17 年 4 月から 3 階病棟入院者 14～5 名で構成した、音楽療法・中グループセッション『ドレミの会』を開始した。この会には、思春期症から認知症まで、実に様々な疾患の患者が今までに参加している。

本論文では、新たに始めたドレミの会の有効性を検討する事を目的とした。また、若年者と高齢者に異なる目標を設定し、幅広い年齢層で構成される中グループセッションの経過と効果について検討した。

2. 対象者および治療目標

ドレミの会参加者の年齢は 10 代～90 代と

広い。また、その疾患も不登校や抑うつ、統合失調症、認知症など多様である。患者の日常の過ごし方には個人差があり、特に高齢者は、作業療法プログラムに参加しないときは臥床しがちになる。

今回、本セッションの治療目標を年代別に分け、若年者の目標を「役割をこなし社会性を獲得する」こと、また高齢者の目標を「音楽体験による情緒の安定、満足感の獲得」とし、退院後の余暇充実と自立生活を目指した。

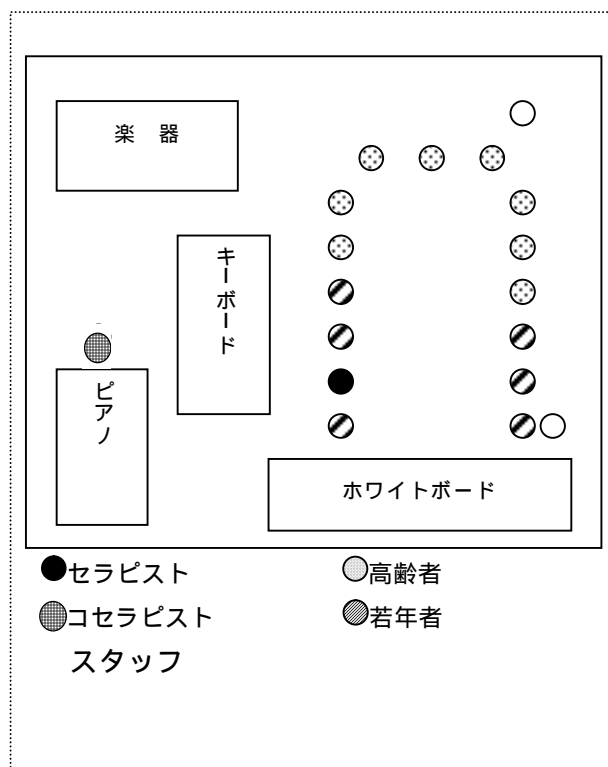


図 1 セッション形態<1 例>

表1 活動内容

プログラム	目的	内容
始まりの歌	・ 始まりの意識を持つ ・ 見当識訓練	本日の日付を当てはめた「始まりの歌」を全員で歌う
自己紹介	・ 自己の意識と他者への関心を持つ	セラピストの歌の問いかけに対して、順番に自分の名前を発表する
ストレッチ	・ 身体機能訓練	ピアノ演奏に合わせて体を動かす
歌唱	・ 心肺機能の維持改善 ・ 自己表現力やコミュニケーション技能の改善 ・ 感情発散	マイクをまわしながら、全員で歌唱する 歌詞を題材にして会話を引き出す
リズム体操	・ 集中力の促進 ・ 身体機能訓練	曲に合わせた音遊びや身体運動を行う
トーンチャイム	・ 協調性と集中力の促進 ・ 満足感、達成感を味わう ・ 役割の達成	ボードの指示に従い、担当の音を演奏する
合奏	・ 協調性と集中力の促進 ・ 満足感、達成感を味わう ・ 役割の達成	スタッフのモデリングやボードの指示を見ながら、担当楽器を演奏する
クールダウン	・ 鎮静を促す	ピアノ演奏を鑑賞する 曲に合わせてゆっくりと体を動かす
終わりの歌	・ 一体感と満足感を得る ・ 終わりの意識を持つ	夕焼け小焼けの手話を確認する 手話をつけて全員で歌う

3. 方法

平均参加人数 14 名、年齢 10~90 代までの幅広い年代の対象者へ、毎週 1 回 60 分のセッションを行った。セッション形態(図1参照)はオープンとし、期間はセッションを導入した H17 年 4 月から 8 月までの計 17 回を検討する。

スタッフは、セラピスト 1 名、コセラピスト 1 名、職員 2 名で行った。活動内容(表1)は、「始まりの歌」「歌唱活動」、そして、「トーンチャイム演奏」「リズム体操」「合奏」の 3 つから選択し、プログラムを組み立てた。なお、「トーンチャイム演奏」や「合奏」は、大グループと同じ演奏方法で行う。

4. 経過および結果:

セッション導入当初、漠然と参加していた若年者は、促しによりトーンチャイムの準備や歌詞カードの張替え等の手伝いを行うよう

になっていった。高齢者は活動に自主的に取り組み、手拍子をとる等楽しむ様子が伺えた。また傾眠しがちの対象者もスタッフの促しにより、歌詞カードを眺めたり曲を傾聴する姿がみられた。その他、大グループ時の「トーンチャイム演奏」参加人数が、(図2)に示すようにドレミの会導入後に増加が認められた。

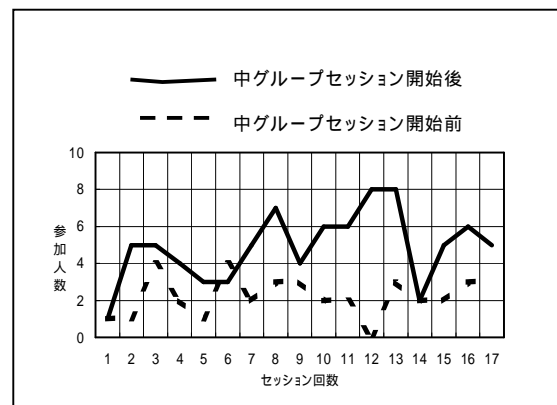


図2 「ドレミの会」導入前後の大グループ内トーンチャイム演奏参加人数の比較

5. 考察

今回、病棟内にてオープン形態でセッションを行ったため、様々な対象者により構成されたグループに対し、年代別に目標を分けることにより以下のような効果がみられた。若年者は、帰属意識による社会性の獲得、また役割を達成しスタッフからねぎらいを受け被愛体験をすることによる自信の回復が得られた。自ら進んでセッションの準備や片づけを手伝う対象者も現れ、周囲に目を向け関わっていく社会意識を刺激できたと推測される。また、高齢者に対しては、抑うつ状態や認知症を呈した中で音楽を楽しみ、このような音楽体験を通して情緒の安定や満足感を得ることができたと推測される。また、疎通性に低下がみられる高齢者は、活動に参加し音楽刺激を受けることによって、無為自閉的な生活の改善に繋がっていくと思われる。

また、ドレミの会参加者全体の効果として、少ない人数で緊張を緩和することで、自己表現や積極性を養うことが出来た。ドレミの会導入前、大グループの「トーンチャイム演奏」参加は他病棟の患者が多かった。しかし、ドレミの会にて演奏の失敗等の不安を減少させ、集団内での自信の回復を促すことにより、大グループでの積極性の向上が認められた。さらに、大グループで演奏することで自発性や自己表現を促すことができたと推測される。

6. おわりに

今後の課題として、若年者への『役割の標準化』があげられる。当病棟は、入院日数が短いケースが多く、役割を果たせないまま退院していく対象者が多い。この改善策として、参加日数や参加意欲に応じた楽器担当またはセラピストの手伝いの役割を明確に分担していきたい。

また、近い年代でコミュニケーションをとることが多く、若年層と高齢層の間でコミュ

ニケーションをとる場面はほとんどみられない。高齢者と若年者が交互に順序良く座る様に、セッション形態を工夫することで両者間での関わりを促すとともに、より広いコミュニケーション能力を育成し、慈愛性を高めていきたい。

文献

- 1) 村井靖児：音楽療法の基礎．音楽之友社，東京，pp83-86、1995