

## 「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」 の書評

牛嶋 敦子

(Aus der Seele gespielt Eine Einführung in die Musiktherapie (Book review) )

この本は、ドイツで音楽心理療法を行う音楽療法士ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクトの執筆に加えて四つの章は、同僚のエックルト・ヴァイマンが執筆している。この本の目的についてフォイクト(1991/2002 a)は、『「一般の読者に」音楽療法を紹介すること』(p. 3)と述べている。

阪上(1991/2002)によれば、1990年代の日本では音楽療法書の出版ラッシュで翻訳書の数も多くなってきたが、ドイツ語からのものは極めて少なかった。本書は阪上が1996年のハンブルク世界会議で彼の地の音楽療法士に翻訳するに値する「良書」を訊ねた際、推薦された一冊であり、教科書としても高く評価されていた。この本が日本語に翻訳されたことは、深い意義がある。

本書は当初の目的とは異なり、フォイクト(1991/2002 b)によれば、初版が出るやいなやいくつかのドイツ語圏における音楽療法の養成や研修の教科書となった。その後一部は、ハンガリー語、ポルトガル語に翻訳され、2002年に、日本語版が出版された。

この本の構成は、「音楽聴取－音楽療法の基礎」(第一部)、「音楽聴取から対話まで－心理療法としての受容的音楽療法」(第二部)、「即興における演奏と音楽聴取－心理療法としての活動的音楽療法」(第三部)となっている。本書は心理療法としての音楽療法を取り上げている書物である。また本書の特徴として、ところどころに読者が実際に取り組むことができる演習の内容が含まれていて、体験して学べる要素も含まれている。

「第一部 音楽聴取－音楽療法の基礎」では、日常的に触れる音楽の種類について言及されている。フォイクト(1991/2002 c)は、「日常に必要な音楽」と「非常事態に対処する音楽」(p. 48)という定義を提示している。本書で扱うのは、日常に必要な音楽ではなく、援助のために使われる音楽がテーマとなっている。日常的に必要な音楽とはつまり、人をリラックスさせたり気分をリフレッシュし、刺激的であったり眠りに誘ったりするような音楽である。一方、音楽療法で用いる音楽は、援助としての機能を備えている。

また、音楽療法のもうひとつの課題として「まだ健康な人、まだ病気になっていない人」を予防的に対象とするということがあるが、本書ではその点にも触れられている。そして、心理療法としての音楽療法ではセラピストの人格も治療の前提条件になると述べられている。

加えて第一部では、人と音楽のあいだに起こる作用の因果関係をテーマとして取り上げている。そしてこのような機能の有効的な利用（機能的音楽）についてふれている。そのためにフォイクト（1991/2002 d）は、耳から音をどのように認識するのかという聴覚の構造についても記載している。一般的には聴覚的な刺激の処理は、大脳生理学的に見ると、感覚を刺激するほかの刺激の処理と比べて、もっとも強烈なプロセスであると言われている。音は視覚的な刺激よりもずっと強く私たちの「感情」に影響を与えるという知識は心理療法を用いた治療にとって重要である。

またここでフォイクト（1991/2002 e；1991/2002 f）は向作業的な音楽と向荣養的な音楽という音楽のセットの分類を提示している。向作業的な音楽の特徴としては、時間的な構造においておもに「硬直した」、つまり全体的に「硬い」リズムが「響く」、曲の進行につれてテンポが速くなる、おもに長調でできている、不協和音が出現する、高音域の音が出るという音楽である。向作業的な音楽の機能的な研究の一つでは、リハビリの患者で六度の音程で上の音に上がる部分（このとき、二つ目の音が強拍の部分にあって、しかもその音は伸ばされなくてはならない）が定期的に現れて、予測可能になるとその部分で無意識におじぎをしてしまうということが起こったとのことである。

また向荣養的な音楽は、「漂っているような」感じがする、つまりリズムがほとんど強調されない、短調であることが多い、協和音がひんぱんに使われている、音量が抑えられている、レガート〔音がなめらかに続くこと〕が多い、メロディーが「ソフトに」流れる、和声的に調和のとれた動きがずっと続くというような音楽である。

向作業的、向荣養的と分類した音楽では、その特質を機能的にいかして音楽を選択し、音楽療法に用いていくことができると述べられている。フォイクト（1991/2002 g）はそれに基づき、理学療法、作業療法、ダンス療法と集中的運動療法、一部の精神科の治療、心療内科、発達障害児／者のための治療教育に利用できると述べている。また第一部の中で補足1としてフォイクト（1991/2002 h）は心理学と精神分析についての基礎的な概念や用語を解説している。

「第二部 音楽聴取から対話まで－心理療法としての受容的音楽療法」については、フォイクト（1991/2002i；1991/2002j）はまず音楽聴取の意味づけについて述べ、「私」の音楽として症例も提示している。そして音楽聴取は脅威にも快感にもなるということ述べている。またここでフォイクト（1991/2002k；1991/2002l）は心理療法としての受容的な音楽療法の技法と適用領域について述べている。「セラピストと患者が」一緒に音楽を聴いた後に、クライアントの連想や表現することすべてを絶対的に「意味のあるものとして」優先させると述べられている。

さらにフォイクト（1991/2002m）はすべての人に内在する四つのエネルギーについても言及している。第一のエネルギーは「自己回転」あるいは「私は自分で自分の面倒を見る」、

第二のエネルギーはすべてがほかの人のために動いている、あるいは「私があるあなたの世話をする」、第三のエネルギーは秩序が必要である、あるいは「私はいつも同じ状態を心がけている」、第四のエネルギーは、「私は常に新しいものを追い求める」である。これらのエネルギーについて図でモデル化して示されているものもある。内在的エネルギーの分類化は今の状況を把握するのにも役立つものであると述べられている。

「第三部 即興における演奏と音楽聴取－心理療法としての活動的音楽療法」では、音楽即興を用いた心理療法について述べられている。ここでフォイクト（1991/2002n；1991/2002o）は即興を魂から奏でることが可能な素顔の演奏であると位置づけている。

またここでフォイクト（1991/2002p）は五つのコンタクト障害について述べている。第一の障害は、用心深さ、あるいは取り入れ、第二の障害は、操作と投影、第三の障害は、つまった状態、あるいは反転、第四の障害は、止まらないこと、あるいは的を外すこと、第五の障害は、適応あるいは合流である。治療においては、これらの過剰になった、あるいは退行してしまった心のエネルギーについて焦点を合わせ、音楽療法の即興演奏を用いてそれが何なのかを明らかにしていく。またセラピストが提供する音楽を用いてエネルギーのバランスが取れるよう援助することもある。

フォイクト（1991/2002q）は分析的音楽療法の創設者であるメアリー・プリーストリーについても触れ、即興における精神力動の概念である影の演奏について、投影、退行についても触れている。またフォイクト（1991/2002r）は即興において楽器が意味するものについても述べている。楽器は、イメージにもシンボルにもなりうるものである。弦楽器の共鳴体から女性のからだを連想することもあるであろうとフォイクトは述べている。シンボルにはそれ自体にパワーが備わっているという。一人ひとりの人が自分だけに意味があるシンボルを作り出し、そのシンボルを演奏するのが音楽的即興だとも言われている。精神分析的な音楽療法では、音楽と楽器のシンボルとしてのエネルギーに、共通の意味が見出されることがある。また演奏者にとっての楽器の意味も考える必要があると述べられている。

第三部の最後、この本の最後の四つの章は、ヴァイマン（1991/2002a；1991/2002b；1991/2002c；1991/2002d）が担当している。ヴァイマンは音楽の力についてさまざまな角度から言及し、まとめている。これにより治療としての音楽に関する知識がより深められている。ここで音楽は言葉を獲得する前の前言語的で、非常に創造的な時期の体験と密接な関係があるとされている。またヴァイマンはウィニコットの説を持ち出し、「遊び」の大切さにも言及している。ここでも具体的な症例について紹介されている。ヴァイマンによると私たちは次のような聴き分けを行っているという。それは言葉のメロディー、声の音色、言葉が続けられる際のリズム（流れるように、あるいはボツボツと）、怒っているのか、力強いのか、あるいは疲れているのかという話し手の声の大きさである。心の動きを、

言葉を使わないで（たとえば音として）表現することは、人に備わった特徴であるとヴァイマンは述べている。またヴァイマンは音楽療法ではこれらの情報を理解する力が有効であると述べている。そのため、楽器を触ったことのない人が、音楽療法で太鼓やハープや木琴、あるいは他の楽器を使って即興し、ほかの人たちも一緒に交わり、耳を澄まし、そこから何かを始められるということがいかに援助的であるかの理由がここにある。そして、ヴァイマンは何のために即興するのかという問いに対しても丁寧に論述している。たとえば、初めて音楽療法をするクライアントを想定し、音楽療法室に入っていったからそこで起こるプロセスについても事細かに述べられている。またヴァイマンは、量的研究、質的研究、臨床実践における研究など音楽療法の研究方法の種類についても触れている。

本書は、音楽療法の教科書として多く用いられているように、また当初フォイクトが一般の人に音楽療法を説明するために書いたということもあり、音楽療法の様々な視点からの解説が網羅されている。また全編にわたって演習が記載されている。演習は、まだ音楽療法を知らない読者も、音楽と自分の関係、自分自身の心や身体の状態などを振り返ることができる内容が多く含まれている。これらの演習に取り組むことにより、ただ知識だけでなく、読者にとってはより自分のこととして音楽療法なるものを体感することを可能としている。

また本書では、記載のトーンが、セラピスト側からだけでなく、むしろ身近でクライアントだったという要素も取り込まれていて、それがより音楽療法を身近に感じるテイストに仕上がっている。そのため、音楽療法を学ぶ人たちにとって良書であるだけでなく、心理療法に携わる人たちが音楽の働きについて知るのにも有益な情報が多く含まれている。

俯瞰的に音楽療法の音や音楽の機能について多く記載されている一方、他の音楽療法に関する教科書に比べて、症例の紹介以外は、対象者についての詳しい説明記載はない。当初、一般に向けて書かれたこともあり、切り口が音楽療法学習者向けではないにしろ、音楽療法学習者にとっても生理学、心理学などかなりベースの知識がないと理解にいたらない内容もあるように見受けられる。

巻末には、付録として音楽療法に関する情報、関連機関の住所、参考文献・関連書籍も記載されている。ドイツでは音楽療法は心理療法であるというのが一般的であるときいている。今後もより多くのドイツ語の音楽療法の書籍が日本語に訳されることを切に願うものである。

## 参考文献

ヴァイマン、E (1991/2002 a) 「初期の対話－音楽を演奏すること、聴くこと、人の発達はどう関係するのか？」 ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト 「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」 (加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie)

- より (pp.402-417) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- ヴァイマン、E (1991/2002 b) 「遊びは行動である」-楽器の扱いについて」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.418-420) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- ヴァイマン、E (1991/2002 c) 「新しい演奏空間-音楽療法の即興について」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.420-442) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- ヴァイマン、E (1991/2002 d) 「理論をもう一度、あるいは「レンズの前に引き寄せた」蝶々-音楽療法のリサーチにおける科学的理論的な問題について」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.443-453) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- 阪上正巳 (1991/2002) . 「解説」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.480-487) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 a) . 「日本語への序文 その1」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.3-5) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 b) . 「日本語への序文 その2」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.6-7) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 c) . 「日常に必要な音楽」と「非常事態に対処する音楽」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.48-52) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 d) . 「耳-世界への扉」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.57-65) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 e) . 「音楽のひとつのセット-向作業的な音楽」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.78-98) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 f) . 「音楽のもうひとつのセット-向栄養的な音楽」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.98-108) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 g) . 「機能的な音楽の治療的応用」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.124-131) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 h) 「補足1 偉大な言葉-つまらない言葉-心理学と精神分析の概念」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.133-150) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 i) 「脅威から楽しみまで-過去の音楽聴取の意味づけ」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.158-168) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München

- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 j) 「『私の』音楽」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.168-181) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 k) 「心理療法としての受容的音楽療法の技法」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.182-203) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 l) 「心理療法としての受容的音楽療法の適用領域」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.203-205) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 m) 「すべての人に内在するエネルギー」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.215-292) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 n) 「音楽的な即興における『魂の表現』」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.310-311) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 o) 「即興演奏－素顔の演奏」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.311) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H = H (1991/2002 p) 「つまること、止まらないことについて、あるいは私たちの心のエネルギーのコンタクト障害とその音楽的な表現」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.312-332) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 q) 「即興における影の演奏」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.332-341) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München
- デッカー＝フォイクト、H=H (1991/2002 r) 「楽器のパワー、あるいは私が興味を持つ楽器について」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト「魂から奏でる 心理療法としての音楽療法入門」(加藤美知子訳 Aus der Seele gespoelt Eine Einführung in die Musiktherapie) より (pp.342-362) Wilhelm Goldmann Verlag GmbH, München