

音楽療法における歌作り（ソングライティング）と オンライン実践への課題と可能性：文献調査

猪狩 裕史

Toward the development of online songwriting in music therapy: Literature review

1. はじめに

2020年は、新型コロナウイルス（COVID19）が日本国内で蔓延する様になり、その対応として多くの生活行動様式が見直されるようになった。音楽療法教育の現場においても同様で、授業のオンライン化のみならず、外部施設での実習が不可能となり対応を余儀なくされた。その対応の方法として筆者は、クラス演習として、所属機関で導入されたインターネットビデオ会議システムであるMicrosoft Teamsを用いた歌作り（ソングライティング）を学生に経験してもらった。これは、現在のインターネット技術では、双方向コミュニケーションにおいて時差が生じてしまい、音楽療法でよく用いられている「即興」や集団歌唱や合奏などの「再創造」の経験においては、使用に限界があることから、歌作りの様な「作曲」の経験（ブルシア、1998/2001）であれば時差が生じても大きな問題とならないと想定したからである。この結果、学生からは好意的な反応があったことから、筆者は、歌作り（ソングライティング）とオンライン実践への可能性について関心を持った。そこでこの論文においては、歌作り（ソングライティング）に関する海外と国内の文献を調査するとともに、オンラインでそれを実施する上での課題と可能性について、関連する文献より検討する。なおこの論文において歌作りとソングライティングは同義語として取り扱う。

2. 歌作り（ソングライティング）に関する文献

2. 1 海外の文献

2. 1. 1 音楽療法における歌作りの定義

ブルシア（1998/2001）は音楽療法の経験を四種類に分類している。そのうちの一つは「作曲の経験」であり、作曲の経験において療法士は、「クライアントが歌や歌詞、または器楽曲を書くのを援助したり、音楽ビデオやテープなどなんらかの種類の音楽的作品を作り上げるのを援助する」とブルシアは述べている（p. 128）。このことから歌作り（ソングライティング）は、作曲の経験として位置付けられる。この定義は、第二版における定義で、

最新の第三版 (Bruscia, 2014) でも変わっていないが、それに関する目標は表現が一部更新されている。作曲の経験を用いた臨床目標例とは；

- 自己の、または他者と共有する思考や感情を表現するための構造を創造するスキルを発達させる
- 思考や感情を、採用された構造に適合させるために整理するスキルを発達させる
- 自己決定スキルを発達させる
- 他者がその作品を再創造するための、記録やコミュニケーション能力を発達させる
- 療法的テーマに関する歌詞を通じて、探索を進める
- 部分を全体に調和させ、統合する能力を発達させる

である (Bruscia, 2014)。この目標の「構造 (原著では Structure)」という言葉に「音楽 (作品の構造)」という言葉に置き換えると、理解しやすいであろう。

また Baker & Wigram (2005) は、「ソングライティング (Songwriting)」という本を編纂し、音楽療法の臨床現場における歌作りの適応についてまとめている。その本の序章において Wigram & Baker (2005) は、臨床的歌作りという言葉を用いてその実践の特徴を定義している。彼らによると臨床的歌作りとは、「臨床の関係性における、クライアントとセラピストによる歌詞や楽曲の制作、採譜や録音のプロセスであり、それを通してクライアントの心理社会的、情緒的、認知的、コミュニケーションにおけるニーズに対処するために行われるもの」である。

2. 1. 2 歌作りの対象

歌の使用は、即興や音楽イメージ法と並び、音楽心理療法の三つの技法の一つとして位置付けられており (ブルシア, 1998/2017)、臨床的歌作りも、様々な臨床現場で用いられている。Baker (2015) もまた、歌作り (ソングライティング) は音楽療法の手法として近年広く用いられていると述べている。例えば、うつ病で自殺企図のある女性 (スミス, 1991/2004)、修学困難な青年 (Derrington, 2005)、虐待を受けた経験のある女性 (Day, 2005)、精神科領域の問題がある成人 (Rolvsjord, 2005) などが報告されている。また臨床的歌作りは医療現場でも用いられており、終末期にある患者 (Dileo & Magil, 2005)、脳損傷患者 (Baker, 2005; Baker, Kennelly, & Tamplin, 2005)、悪性血液疾患児 (Aasgaard, 2005)、がん患者 (O' Brian, 2005) などに対し、生物心理社会的視点から実施されている。Baker (2015) によると近年の傾向として、歌作りがトラウマや、(死別による) グリーフ (苦悩) を経験している人、社会的弱者、移民、精神障害のある人、物質を濫用する人、受刑者に対して用いられるようになってきていると述べている。実際、Thompson と Neimeyer が編纂した本である「*Grief and expressive arts (グリーフと表現芸術)*」の中でも、Heath (2014) や Lings (2014)、Dalton & Krout (2014) が歌作り (ソングライティ

ング)を、死別によるグリーフを経験した人のために用いたことを紹介している。また Viega (2018) は、幼少期にトラウマを経験した都市部の貧困層にある黒人やアフロ・ラテン系の青年と、デジタル・テクノロジーを用いたヒップホップのスタイルの歌作りを行っている。彼らはトラウマを経験しているのみならず、社会経済的弱者とも呼ばれている。

2. 1. 3 歌作りのエビデンス

上記の通り、歌作り (ソングライティング) は様々な対象者の事例報告を通してその効果や意義が検証されているが、数量研究を通してその効果が検証されている。特に Silverman は、物質中毒患者や、精神科急性期病棟入院患者に対する多くの効果検証研究を行っている。Silverman の歌作りは、ブルースの枠組みを用いたものであり、一番を自分に関して、二番を自分のコーピング・スキル (ストレス対処能力) について、集団で考えるというものである。Silverman の、この心理教育的な集団による歌作りが、精神科の薬物解毒ユニット患者の薬物使用を思いとどまる「熟考 (コンTEMPLATION)」と「行動 (アクション)」(2011)、薬物解毒治療への「意欲」と「準備 (レディネス)」(2012) を高め、「(薬物渴望への) 期待」(2016 a) を下げることが報告されている。また、同様の心理教育的な集団による歌作りが精神科急性期病棟入院患者の「精神病に関する偏見 (の理解)」(2013)、「病状管理に関する知識」(2016 a)、「(回復への) 希望」(2016 b) を高めることを報告している。さらに Silverman は、この心理教育的な音楽療法 (歌作りと歌詞分析) とレクリエーション的な音楽療法の効果の違いについて、物質使用障害のある患者と (2019 a)、急性期精神科病棟入院患者 (双極性障害、現実見当識のある統合失調症、など) を対象に検証した (2019 b)。その結果、心理教育的な音楽療法の方がレクリエーション的な音楽療法よりも「感情と経験の共有」において顕著に高いスコアを示したことを報告している。その他の効果検証研究としては、Grocke, Bloch, Castle, Thompson, Newton, Stewart, & Gold (2014) による、重度精神障害のある患者に対するものがある。この中で Grocke らは、集団による歌作りが重度精神障害のある患者の生活の質とスピリチュアルな健康を高めることを報告している。Hon & Choi (2011) は、歌作りにまつわる活動が、認知症のある高齢者の認知機能に与える影響を検証した。実験群に参加した被験者は、三段階からなる歌作りにまつわる活動 (好みの楽曲探しを通したラポール形成、歌作り、歌作りの経験の強化) に参加した。この結果、韓国版ミニメンタルステート検査 (MMSE) において、実験群が対称群と比べて「言語機能」「見当識」「記銘」の項目で顕著な向上が見られたと報告している。Baker, Richard, Tamplin, & Roddy (2018) は、脳損傷や脊椎損傷を受けた患者の自己概念に関する歌作りの取り組みを行い、自己概念の向上と、鬱や不安、否定的感情の減少を報告している。

2. 1. 4 歌作りの利点

臨床的歌作りの利点についてBakerは、自身の著作である「臨床的歌作り (*Therapeutic songwriting*)」(2015)において、歌作りを臨床現場で用いている音楽療法士のインタビューからそれらを抽出した。それによると、歌作りは、(a) 社会と文化に結びついており、(b) 用途が広く、(c) 臨床的過程を含み、(d) 言語と音楽を結びつけ、(e) 臨床的關係や協働を招き、(f) 療法的旅路を表し、(g) 感情表現の手段となり、(h) 社会的な活動であり、(i) 歌の作り手の環境を変容させ、(j) 成果物を作り出す、と述べている。これらの利点と同時にBaker (2015) は、臨床的歌作りに存在する制約についても挙げている。それらは、(a) 歌の作り手へのネガティブな影響、(b) 要する時間とエネルギー、(c) 成果物の配布に伴う危険、である。特に「(a) 歌の作り手へのネガティブな影響」について、歌作りの過程で、過去の経験や記憶を再体験する可能性があり、配慮が必要であると述べている。

2. 1. 5 歌作りの技法

歌作りに関連する手法として、ブルシア (1998/2001) は「作曲の経験」の「バリエーション」に、「替え歌」を挙げている (p.128)。Robb (1996) は、歌作りは思考と感情の表現手段となるとして、入院中の青年の個人と集団への歌作りの取り組みとして、フィルイン・ザ・ブランクス (既存曲の歌詞の穴埋め) と即興を用いた歌作り (楽器を用いた対話型演奏形式からの言語表現への発展、言語表現から即興による曲作りへの発展) の過程を紹介している。Lings (2014) もまた、死別によるグリーフを経験している子供に対する取り組みとして、歌詞の穴埋めを臨床ニーズに沿った独自のテンプレートをもとに行うことを紹介している。この利点として、短期間で歌を完成させることを可能にすると述べている。Wigram (2005) は、共同編纂した「ソングライティング (*Songwriting*)」で紹介された事例における歌作りの技法を「歌詞創作 (Lyric creation)」と「音楽創作 (Music creation)」に分けて分類した。「歌詞創作 (Lyric creation)」には24の技法が、「音楽創作 (Music creation)」には、12の技法が紹介されている。さらにWigramはこれらを基に、歌作りにおける作業上のモデル (working model) を指針として提案している。それらは段階 (stage) で構成されていて、各段階にはそこで使われうる手法について述べられている。Wigramは、この歌作りの段階を「療法における歌作り (ソングライティング) の柔軟なアプローチ (Flexible Approach to Songwriting in Therapy: FAST)」と呼び、各段階を、(a) 歌作りへの導入 (Introduction to songwriting)、(b) 歌詞の形成 (Formulation of lyrics)、(c) 音楽の制作 (Development of music)、(d) 歌の書き出し (Writing down a song)、(e) 歌の上演 (Performing of song)、(f) 歌の録音 (Recording of song) と呼んでいる。Krout (2005) は、死別を経験した青年に向けた臨床的歌作りのために、より具体的な10のステップを提案し

ている。それらは、(a) 臨床的ニーズを検討することにより歌の焦点を定める、(b) 誰が、そしてなぜ歌を作るのか決める、(c) 歌詞が先か音楽が先か決める、(d) 歌詞の大まかな内容を決める（この時点では言葉のリズムや韻についてはこだわらない）、(e) 大まかな歌詞を起点に、曲のスタイルや雰囲気を選択する、(f) 歌詞のリズムや韻を洗練させる（選択可）、(g) コード進行を決めて、それを鳴らしながら歌詞を読み上げる、(h) コードの上にもロディを載せる、(i) 上記の7-9 (g-i) を合わせヴァースとコーラス形式にする、(j) その他の伴奏楽器やスタイルを盛り込み、曲を独自のものに仕上げる、というものである。このステップは、音楽療法教育の現場でも応用されている (Baker & Krout, 2011; Krout, Baker, & Muhlberger, 2010)。Dalton & Krout (2014) は、自身の先行研究での発見をもとに、死別を経験した子供から青年のための「統合的歌作り (Integrative songwriting)」を提案している。先行研究で明らかになった死別を経験した子供がたどる心理的過程をもとに、その過程に沿ったコーラス部分のある歌が五曲入ったCDをもとに、ヴァース部分をクライアントに作詞してもらうというものである。Meyers-Coffman, Baker, & Bradt (2020) は、「回復に向けた歌作りプログラム (Resilience Songwriting Program: RSP)」を、2007年に Sandlerらが発表した理論である「文脈的回復モデル (Contextual Resilience Model)」を基に構築し提案している。

歌作りに関する文献は、音楽療法教育に関する研究としても存在する。Baker & Krout (2011 a, 2011 b) は、前述した歌作りのための10のステップ (Krout, 2005) を応用し、音楽療法実習に関する学生同士の協働による歌作りを行った。その結果、協働による歌作りを通じた自己表現によるストレス解消や、ロールプレイングを通じた学生の音楽療法に関する深い理解 (2011 a)、歌作りにおける自己能力 (長所と短所) の認識や、相反する感情を表現できる歌作りの可能性の理解 (2011 b) に繋がったと報告している。Baker & Krout (2011 a) は、協働作業を行う者同士の馴染みの度合いの影響については見受けられなかったとしながらも、引き続き検証する必要があると述べている。また Kroutら (2010) は、音楽療法専攻生の歌作り能力向上を目的に、アメリカとオーストラリアの大学生同士でインターネット (Skype) を介した協働の歌作りの取り組みを行い、その意義と課題についてまとめている。

2. 1. 6 歌作りの評価

歌作りの効果を測定する評価尺度も開発されている。Baker & McDonalds (2016) は、自身の先行研究結果をもとに、“Meaningfulness of Songwriting Questionnaire” (歌作りの有意義性調査紙) を作成した。これは、感情 (affective)、認知 (cognitive)、関係性 (relational) の側面から構成され、歌作りの過程に関して13項目、歌作りの作品に関して8項目の質問がある。この21項目を通して、11の領域を評価する質問紙である。その11の領域とは、(a)

楽しみ (enjoyment)、(b) 発見／自己内省 (discovery/self-reflection)、(c) 感情の高まり (arousal of emotions)、(d) 創造性 (creativity)、(e) 取り組み (engagement)、(f) 挑戦 (challenge)、(g) 状況の理解 (understanding context)、(h) 連想 (associations)、(i) 達成 (achievement)、(j) 個人の価値観 (personal value)、(k) 自己観 (identity) である (Baker, Silverman, & McDonald, 2016、p. 63)。この評価紙は、急性期精神科病棟入院患者と薬物解毒ユニット患者との調査 (Baker et al., 2016) と、大学生との調査 (Baker, MacDonald, & Pollard, 2018) において、その内容的妥当性、内的整合性、再検査信頼性が確認されている。

2. 2 日本国内の文献

日本国内における歌作りの臨床現場での適応に関する文献は、海外のものとは比べると少ない。論文検索エンジンである CiNii において「歌作り」で検索すると、24 がヒットし、中でも療法的な目的で用いられるものは 4 論文のみであった。また同様に「ソングライティング」で検索すると 4 論文のみがヒットした。ここでは、音楽療法の文脈で書かれているもののみを紹介する。

星山 (2003) は、Werdnig-Hoffmann 病により全身の随意運動が失われた患者に対して、眼球運動によるコミュニケーションを通じた作曲の取り組みを紹介している。この症例においては、セラピストは一音ずつ対象者に音を尋ねる形で作曲の補佐を行った。完成した作品は、病院内コンサートや芸術会館にて演奏されたり、CD に作成されたりした。この過程を通して星山は、作曲が対象者の意欲を高め、作品発表を通して社会的な繋がりを増やし、生活の質の向上に繋がったと論じている。この症例においては、「作曲」についてのみが取り上げられており、「歌作り」という視点では述べられていない。

丹羽 (2016) は、構音障害により場面緘黙のある子供への即興とソングライティングの手法を用いた事例について述べている。丹羽は、即興あそびを通してセラピストと共に作った歌をクライアントがセッション内外で歌うようになり、歌うことや話すことに対する抵抗が減少したと報告している。また自作の歌を他者に聞いてもらいたいという意欲が、自己表現を促進したとも分析している。ここで丹羽は、非言語アプローチである遊びや即興による内面の投影の段階から、言語的アプローチであるソングライティングによる達成感と自己表現の段階的なプロセスが存在したと考察している。また丹羽は、ソングライティングの形態を、(a) クライアントが歌詞を創作、(b) クライアントが旋律を作曲、(c) クライアントが作詞と作曲するものがあると分類している (p. 75)。

河合 (2011) は、文献調査から音楽療法におけるソングライティングは、(a) クライアントとセラピストという治療関係における共同の取り組みである、(b) 臨床的目標を持つ、(c) 創造、記譜、録音のプロセスをもつとした。またその特性を五つ抽出し、ソングライ

ティングとは「言語手段によってクライアントの情動を外在化させ、それを音楽によって補完あるいは強化し、さらにそれを歌という形に整えることによって反復や再現を可能にさせるものであり、それはすなわち、(クライアントの感情の) 歌へのカプセル化によって(自己表現と内省を推し進める) ヴィークル(乗り物)の役割を果たすことのできる、セラピストとの相互関係によって行われる活動である」(p. 45)と定義している。また河合(2010)は、ソングライティングにおける「歌のヴィークル性」の観点から、精神科におけるグループ音楽療法におけるソングライティングの試みに関する事例を報告している。このセッションの手順としては、歌詞の後に旋律をつける方法が取られた。河合(2010)はここで作られた楽曲のポピュラー音楽に類似した特性から、ポピュラー音楽の持つ「個人的感情表現性」と「社会凝集性」(pp. 20-21)の過程が、歌作りを通して内省を促進するヴィークルとなったと述べている。

牧野(2007)は、関東大震災後流行した「復興節」をもとに、阪神・淡路大震災後に替え歌として生まれた「神戸復興節」制作の経験から、替え歌の音楽療法における有用性について述べている。この中で牧野は、小林和医師の言葉として替え歌は、「①個人としては自分自身の言葉で手軽にできる感情表現であり、②何人かで歌えば集団としてまとまりが出てくる」(p. 253)という側面を紹介している。そしてその例として内科・精神科で実践した、自分の願いを唱歌や童謡に合わせて歌う取り組みを紹介した。そして替え歌作りには、「歌詞生成」の「即場-既成」の尺度と、「表現意図」の「個人表現-集団共有」の尺度があり、替え歌はその尺度の中で流動的に動いていくものであるとした(pp. 260-262)。また別の書で牧野(2019)は、高齢者を対象にした実践や、替え歌作りが病院内の職員にも好意的に広がっていることも紹介している。

3. オンライン歌作りに関する文献

インターネットを介した音楽療法については、その関心が高まってきているが、歌作りと特定すると、その文献は少ない。Baker & Krout(2009)は、自閉スペクトラム症(アスペルガー症)のある青年を対象にしたインターネット(Skype)を介した歌作りを対面セッションの後に行った。その結果オンラインによる歌作りの過程が、対面環境よりも、クライアントの歌作りへの長時間の取り組みや創造性、自信の向上に繋がったと分析した。またこのオンラインの歌作りの取り組みの短所として、クライアントが演奏するギターの音がヘッドセットマイクで拾いにくかった点と、カメラがクライアントの演奏する全体の様子をとらえられなかった点が挙げられている。Baker & Krout(2011a)は、音楽療法実習に関する学生同士の協働による歌作りの研究の中の一部を、Skypeを用いて行った。この結果、筆者らの予想に反して、喋る順番を待たなければならないというオンライン・コミュニケーションの特性が、歌作りにうまく適応できたと報告されたと述べている。また

Kroutら（2010）は、Baker & Krout（2011 a）の研究を、よりテレヘルス（インターネットテクノロジーを利用した医療）の側面から検証した。その中で参加した大学生は、喋る順番を待つというオンライン・コミュニケーションの特性が歌作りにうまく適応でき、より簡潔明瞭なコミュニケーションを可能にしたとする一方、音声や映像の遅れが、精神的なつながりの面で阻害されたとも報告している。さらに、映像の質の悪さにより表情を読み取ることが難しく誤解を生じさせたり、不安にさせたりしたと報告した。

4. 考察

ここまでの文献調査からいくつかのことが明らかになった。それは、歌作りは、(a) 医療を含む広範な障害やニーズのある人を対象に、(b) 心理、社会、認知、スピリチュアルの側面のケアを目標として、(c) 個人や集団の形態で、(d) 替え歌や即興からの発展という幅広い技法が用いられ、(e) 一部には技法のテンプレートやプロトコルが存在し、(f) エビデンスに支えられ、(g) 専門の評価尺度も開発されているということである。しかしながら、音楽療法における歌作りの手法は、まだ発展途上の段階であり、探究の余地がある。特に数量研究における効果検証は、適応されている対象者の種類には偏りがある。ただし偏りが起こることは、その手法が発展していく上ではよく見られることである。例えば、ノードフ・ロビンズ音楽療法が元々は言葉でのコミュニケーションが苦手な発達障害のある子供から、その対象者が成人に広がっていったり（長江、2018年9月；タリー、1998/2017）、ボニー式音楽とイメージ誘導法（Bonny Method Guided Imagery and Music: BM-GIM）においても、自己成長を目的としたものから医療現場や精神病を患う人への実践へと拡大していったりしたのも同じことである（猪狩、2019）。特にこれまで事例研究を通して確認されていたグリーフを経験している人における歌作りの効果や意義が、テンプレート（Lings, 2014）やステップ（Krout, 2005）、モデル（Meyers-Coffman et al., 2020）の開発につながったと考えられる。これらの介入方法の提示が、死別によるグリーフを経験した人のみならず、その他の対象者に応用することにより、さらなる数量的な効果のエビデンスにつながられる可能性が考えられる。

それではこの歌作りの実践を、インターネットを介してオンラインで行う上で、どのような課題が考えられるか検討したい。Bates（2014）は、インターネット時代の音楽療法とその実践における倫理についてまとめている。Batesはインターネットを用いた音楽療法全般の課題として、インターネットを介して音楽療法を行う時の（a）実施可能範囲とその効果、（b）危険性、（c）テクノロジーに関する適応能力（コンピテンシー）が十分に検証されていないと警鐘を鳴らしている。この三つの点から、歌作りのオンラインでの実施に関する課題について論じる。

4. 1 実施可能範囲

実施可能範囲とその効果について考察すると、今回の文献調査において、オンラインで実施した歌作りについては、Baker & Krout (2009) の自閉スペクトラム症（アスペルガー症）のある青年を対象にしたもののみで、その実践対象範囲は狭い。それ以外の歌作りの文献は全て対面で行われているものであった。歌作りの効果と意義については様々なレベルのエビデンスやプロトコルがあるが、それをすぐにオンラインで適応できるわけではない。Baker & Krout (2009) の症例においても、全てのセッションをオンラインで行ったわけではなく、最初は対面でセッションを行った後に、オンラインセッションに移行したものである。またオンラインセッションと言っても、それは擬似的なもので、クライアントはセラピストがいる建物と同じ建物内にある、研究者のオフィスで行ったものである。これは何か不都合や不具合などの問題が生じた時に対応ができるように配慮するためであった。この自閉スペクトラム症（アスペルガー症）のある青年に対する症例では一定の効果が報告されたが、精神的つながりを感じにくいとされるオンラインによる歌作りの実践が（Krout et al., 2010）、その他の対象者へどの程度の効果や意義があるのか、検証が必要である。

精神的なつながりの面で関連するが、オンラインによる歌作りの効果や意義を検討する上で重要なのは、関係性である。音楽療法とは関係性におけるプロセスと考えられている（Abrams, 2012; Bruscia, 2014）。これが示すことは、歌作りもそれを一人で行うのではなく、その過程においてセラピストと共に（Rolvjord, 2005; 丹羽, 2016）、また同じ境遇にある人と共に集団で協働する（Day, 2005; Krout, 2005; 河合, 2010; スミス, 1991/2004; 牧野, 2007）ことから生まれる関係性が、治療効果や意義を高めるということである。つまりセラピストや集団におけるラポール形成は治療プロセスにおいて重要な一部ということである。実際、歌作りにおけるテンプレート（Lings, 2014）や手順（Dalton & Krout, 2014）、モデル（Meyers-Coffman et al., 2020）、研究プロトコル（Hon & Choi, 2011）の中でも、ラポール形成が第一の段階として明記されている。先行研究では、オンラインによる歌作りは精神的つながりを感じにくいとされているが（Krout et al., 2010）、これは約10年前に得られた知見である。当時よりもインターネット・テクノロジーは進化していると考えられる。現在のインターネット・テクノロジーにおいては、一対一のみならず集団とのビデオ会議も可能となっている。セラピストと、また集団セッション参加者同士の信頼関係構築や精神的なつながりが、オンラインにおいても対面と同じ程度できるのか、今後の検証が必要である。

4. 2 危険性

オンラインでの歌作りの危険性や悪影響に関する検討も必要である。例えば、死別は誰

もが人生において経験し、その過程で深い悲しみや絶望、怒りや虚しさを感じるものであるが、そのような人との歌作りに向けた療法的課題に関する話し合い（この場合故人に関する話し合い）が、クライアントを余計に精神的に脆弱（Vulnerable）な状態に陥れることがないのか検討が必要である。Baker（2015）はそのような過程も適切な範囲であればむしろ臨床的に意義があるとしながらも、そのような精神的に脆弱（Vulnerable）な状態が過度に起こり、クライアントを支えるリソースがなければリスクが効果を上回ってしまうと述べている。そのような時に、対面であればセラピストが支えるリソースになり得るが、クライアントを支えるリソースの有無がわからないままオンラインで歌作りの実践を行うのは危険となる。同様のことは、うつ病で自殺企図のある人（スミス、1991/2004）や精神科領域の問題のある成人（Rolvjord, 2005）、重度精神障害のある患者（Grocke et al., 2014）など、医学的診断を受けた人に対しても言える。逆に医療現場で入院している心理社会的ニーズのある人（Aasgaard, 2005; Baker, 2005; Baker et al., 2005; Dileo & Magil, 2005; O'Brian, 2005; Robb, 1996）であれば、オンラインでの歌作りを実践するのに、医療サポート態勢が整っているとも言える。オンラインによる歌作りをする上で、どの程度の精神的な安定性があれば可能なのか、またはどの程度の精神的な脆弱状態であれば不適切なのか、さらにどの程度の支援態勢がクライアント側にあれば可能なのか、検討が必要である。

作曲や歌作りの利点として、作られた作品をセッション外の他者と共有することの意義が、文献の中でも論じられている（Day, 2005; Lings, 2014; Dalton & Krout, 2014; 丹羽, 2016; 星山, 2003）。しかしながらこの点において、オンラインで実践を行う上では、注意が必要である。Baker（2015）が「成果物の配布に伴う危険」で述べているのは、セッションで作られた歌が自己探索の途中の産物である場合、クライアントがその中で表現される感情にスタック（はまり込んで動けない）状態になるということである。また他者がそれを聞くことにより、他者もそのスタックした状態がクライアント自身の通常のありようだと誤解する可能性がある。オンラインでの歌作りで生まれる作品のやり取りには、インターネットで受け渡しができるパソコン上の音声ファイルが用いられる可能性が高いが、その場合、クライアントがその音声ファイルを自らのソーシャル・メディア・ネットワーク（SNS）に投稿し不特定多数の人に拡散される危険がある。それにより、前述したような他者からの誤解が広範に拡がり、自己探索が途中の場合、それが阻害される可能性がある。また歌詞の中に、自分の虐待経験が歌われているのであれば、クライアント自身が自らのプライバシーを向こう見ずに晒すのみならず、虐待を行った人に対しても、世間からの嫌がらせや攻撃が始まる可能性がある。もちろん虐待行為は問題ではあるが、それを裁くのはインターネット越しにいる大衆ではない。オンラインでの歌作りが、クライアントや彼らに関係する人のプライバシーをどのように守れるのか、検討が必要である。

4. 3 コンピテンシー

クライアントとその関係する人のプライバシーに関する危険にも通じるのが、セラピスト側のテクノロジーに関する適応能力（コンピテンシー）である（Bates, 2014）。上記の例では、クライアントがSNSに自分の作品を載せる危険性であったが、セラピスト側がインターネット・テクノロジーを使用する上での十分な知識や技術がなく安全対策を怠っていたら、オンラインによる歌作りで扱われるクライアントのプライバシーに関わる内容が、外部に漏洩する危険性がある。またオンラインによる歌作りをする上で、インターネットに関する知識の乏しいクライアントをサポートする知識や能力も必要であると思われる。アメリカ音楽療法協会（American Music Therapy Association: AMTA, 2013）は、「専門家としてのコンピテンシー」の中で、テクノロジーの使用について言及している。特に条項13.14では、「治療目標と目的に向けたクライアントの進歩を支援するために、新しい技術に関する実務的な知識を維持し、必要に応じて実施する能力（Maintain a working knowledge of new technologies and implement as needed to support client progress towards treatment goals and objectives）」が必要であると明記されている。また条項17.16では、「テクノロジーを専門的に活用する場合に、臨床と倫理における基準や法律を遵守する能力（Adhere to clinical and ethical standards and laws when utilizing technology in any professional capacity）」が必要とされている。これらのコンピテンシーは、AMTAのカリキュラムガイドラインである、「教育と実践トレーニングにおける基準（Standards for Education and Clinical Training）」にも反映されている（2021）。しかしながら日本国内には、音楽療法士の専門家としてのコンピテンシーも存在しないほか、カリキュラムガイドラインの中にも、テクノロジーについては明記されていない。コンピュータ技術に関する授業は大学で提供されていても、それは選択科目としての履修となっている。オンラインにおける歌作りを行う上で、どの程度のインターネット・テクノロジーに関する知識や技術が必要なのか、検討が必要である。またどれほどの速さのあるネットワーク接続スピードと、どれほどの処理能力のある端末が必要で、どのようなセキュリティ・ソフトウェアと情報漏洩防止対策が必要なのか、検討が必要である。この時に最速の接続スピードのあるネットワークと処理能力のある端末を追求することで、社会経済的弱者が取り残されることのないような配慮が必要である。

歌作りにおけるテクノロジーの使用に関するコンピテンシーについては、特にViega（2018）がヒップホップというジャンルにおけるデジタル音楽制作機器の知識とそれらを扱える能力の重要性について述べている。歌作りは、ピアノやギターを用いても行えるが、音楽そのものが進化し多様化する中で、様々なジャンルやスタイルの音楽に精通するのみならず、それに付随するテクノロジーに関する知識と能力が必要になる。クライアントの臨床課題にオンラインによる歌作りが効果的に作用するために、どれほどの音楽制作技術

に関する知識と能力が必要になるのか、検証が必要になる。

5. 結語

本論文では、歌作り（ソングライティング）をオンラインで実施する上で必要な知見を、文献調査を行い収集した。そしてそれを Bates (2014) の、インターネット時代の音楽療法実践における倫理で提示された課題に沿って考察した。考察を通して、今後検証が必要となる課題が浮かび上がった。海外には歌作り（ソングライティング）の文献はまだ多数あり、本論文で全てを網羅的に紹介できていないわけではないため、本論文で提示した課題に対する回答は、他の論文に存在するかもしれない。今後も引き続きオンラインを用いた音楽療法や関連領域の実践と、歌作りに関する文献調査を行う必要がある。それでも答えが得られない課題については、様々な研究方法を用いて検証していきたい。

参考文献

- Aasgaard, T. (2005). Assisting children with malignant blood disease-to create and perform their own songs. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Abrams, B. (2012). A relationship-based theory of music therapy: Understanding processes and goals as being-together-musically. In K. E. Bruscia (Ed.), *Readings on music therapy theory* [iBooks]. Retrieved from http://www.barcelonapublishers.com/index.php?route=product/product&path=62&product_id=97
- American Music Therapy Association (2013). Professional Competencies. Retrieved from <https://www.musictherapy.org/about/competencies/>
- American Music Therapy Association (2021). Standards for Education and Clinical Training. Retrieved from <https://www.musictherapy.org/members/edctstan/>
- Baker, F. A. (2005). Working with impairments in pragmatics through songwriting following traumatic brain injury. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Baker, F. A. (2015). *Therapeutic songwriting: Developments in theory, methods, and practice*. New York, NY: Palgrave and Macmillan.
- Baker, F. A., Kennelly, J. & Tamplin, J. (2005). Songwriting to explore identity change and sense of self-concept following traumatic brain injury. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Baker, F. A. & Krout, R. (2009). Songwriting via Skype: An online music therapy intervention to enhance social skills in an adolescent diagnosed with Asperger's Syndrome. *British Journal of Music Therapy*, 23(2), 3-14.

- Baker, F. A. & Krout, R. (2011 a). Collaborative peer lyric writing during music therapy training: A tool for facilitating students' reflections about clinical practicum experiences. *Nordic Journal of Music Therapy*, 20(1), 62–89.
- Baker, F. A. & Krout, R. (2011 b). Turning experience into learning: Educational contributions of collaborative peer songwriting during music therapy training. *International Journal of Music Education*, 30(2), 133–147.
- Baker, F. A., Silverman, M. J., & McDonald, R. (2016). Reliability and validity of the Meaningfulness of Songwriting Scale (MSS) with adults on acute psychiatric and detoxification units. *Journal of Music Therapy*, 53(1), 55–74.
- Baker, F. A., MacDonald, R. A. R., & Pollard, M. C. (2018). Reliability and validity of the Meaningfulness of Songwriting Scale with university students taking a popular songwriting class. *Arts & health*, 10(1), 17–28.
- Baker, F. A., Richard, N., Tamplin, J., & Roddy, C. (2018). Flow and meaningfulness as mechanisms of change in self-concept and well-being following a songwriting intervention for people in the early phase of neurorehabilitation. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9: 299. doi:10.3389/fnhum.2015.00299
- Bates, D. (2009). Music therapy ethics “2.0”: Preventing user error in technology. *Music Therapy Perspectives*, 32, 136–141.
- Bruscia, K. E. (2014). *Defining music therapy*. [Book]. Retrieved from <http://www.barcelonapublishers.com/defining-music-therapy-3rd-edition>
- Dalton, T. A. & Krout, R. (2014). Integrative songwriting. In B. E. Thompson & R. A. Neimeyer (Eds.), *Grief and expressive arts: Practices for creating meaning*. New York, NY: Routledge.
- Davies, E. (2005). You ask me why I'm singing: Song-creating with children at a child and family psychiatric unit. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Day, T. (2005). Giving a voice to childhood trauma through therapeutic songwriting. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Derrington, P. (2005). Teenagers and songwriting: Supporting students in a mainstream secondary school. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Dileo, C. & Magill, L. (2005). Songwriting with oncology and hospice adult patients from multicultural perspective. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Grocke, D., Bloch, S., Castle, D., Thompson, G., Newton, R., Stewart, S., & Gold, C. (2014). Group music therapy for severe mental illness: a randomized embedded-experimental mixed methods study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 130, 144–153.
- Heath, B. (2014). Acrostic in therapeutic songwriting. In B. E. Thompson & R. A. Neimeyer (Eds.),

- Grief and expressive arts: Practices for creating meaning*. New York, NY: Routledge.
- Hoi, I. S. & Choi, M. J. (2011). Songwriting oriented activities improve the cognitive functions of the aged with dementia. *The Arts in Psychotherapy, 38*, 221–228.
- Krout, R. (2005). The music therapist as singer-songwriter: Applications with bereaved teenagers. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Krout, R., Baker, F. A., & Muhlberger, R. (2010). Designing, piloting, and evaluating an on-line collaborative songwriting environment and protocol using Skype telecommunication technology: Perceptions of music therapy student participants. *Music Therapy Perspectives, 28*, 79–85.
- Lings, J. (2014). Group songwriting using templates. In B. E. Thompson & R. A. Neimeyer (Eds.), *Grief and expressive arts: Practices for creating meaning*. New York, NY: Routledge.
- Meyers-Coffman, K., Baker, F. A., & Bradt, J. (2020). The resilience songwriting program: A working theoretical model and intervention protocol for adolescent bereavement. *Nordic Journal of Music Therapy, 29*(2), 132–149.
- O'Brien, E. (2005). Songwriting with adult patients in oncology and clinical haematology wards. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Robb, S. L. (1996). Techniques in song writing: Restoring emotional and physical well being in adolescents who have been traumatically injured. *Music Therapy Perspectives, 14*, 30–37.
- Rolvjord, R. (2005). Collaborations on songwriting with clients with mental health problems. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Silverman, M. J. (2011). Effects of music therapy on change readiness and craving in patients on a detoxification unit. *Journal of Music Therapy, 48*(4), 509–531.
- Silverman, M. J. (2012). Effects of group songwriting on motivation and readiness for treatment on patients in detoxification: A randomized wait-list effectiveness study. *Journal of Music Therapy, 49*(4), 414–429.
- Silverman, M. J. (2013). Effects of music therapy on self- and experienced stigma in patients on an acute care psychiatric unit: A randomized three group effectiveness study. *Archives of Psychiatric Nursing, 27*(5), 223–230.
- Silverman, M. J. (2016 a). Effects of educational music therapy on illness management knowledge and mood state in acute psychiatric inpatients: A randomized three group effectiveness study. *Nordic Journal of Music Therapy, 25*(1), 57–75.
- Silverman, M. J. (2016 b). Effects of educational music therapy on state hope for recovery in acute care mental health inpatients: A cluster-randomized effectiveness study. *Frontiers in Psychology, 7*, 1–10.
- Silverman, M. J. (2019 a). Quantitative comparison of group-based music therapy experiences in adults with substance use disorder on a detoxification unit: a three-group cluster-randomized study. *Arts and Health*, DOI:10.1080/17533015.2019.1608568
- Silverman, M. J. (2019 b). Quantitative comparison of group-based music therapy experiences in an acute care adult mental health setting: A four-group cluster-randomized study. *Nordic Journal of*

- Music Therapy*, 28(1), 41–59.
- Viega, (2018). A Humanistic understanding of the use of digital technology in therapeutic songwriting. *Music Therapy Perspectives*, 36, 152–160.
- Wigram, T. (2005). Songwriting methods-Similarities and differences: Developing a working model. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Wigram, T. & Baker, F. A. (2005). Introduction: Songwriting as therapy. In F. Baker & T. Wigram (Eds.), *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- アラン・タリー (1998/2017) 「ノードフ・ロビズ音楽療法における転移と逆転移」ケネス・E・ブルシア編集「音楽心理療法の力動～転移と逆転移をめぐる～」(小宮暖訳 The dynamics of music psychotherapy) より (pp. 198–257) NextPublishing Authors Press.
- 猪狩裕史 (2019) 「書評：“Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy”」名古屋音楽大学研究紀要 38, 95–99
- 河合環 (2010) 「音楽療法におけるソングライティングの意義－歌のヴィークル性」日本芸術療法学会誌 41(2), 16–23
- 河合環 (2011) 「音楽療法におけるソングライティングの特性と可能性－事例報告の検討から」日本音楽療法学会誌 11(1), 38–48
- ケネス・E・ブルシア (1998/2001) 「音楽療法を定義する」(生野里花訳 Defining music therapy) 東海大学出版社
- ケネス・E・ブルシア (1998/2017) 「音楽心理療法への導入」ケネス・E・ブルシア編集「音楽心理療法の力動～転移と逆転移をめぐる～」(小宮暖訳 The dynamics of music psychotherapy) より (pp. 26–41) NextPublishing Authors Press.
- ジョージア・ハドソン・スミス (1991/2004) 「歌作りのプロセス：鬱と自殺企図のある女性」ケネス・E・ブルシア編集「音楽療法ケーススタディ下」(よしだじゅんこ、酒井智華訳 Case studies in music therapy) より (pp. 224–244) 音楽之友社
- 長江朱夏(2018年9月)「ノードフ・ロビズ音楽療法：クリエイティブな自己を解放する音楽アプローチ」第18回日本音楽療法学会学術大会で行われた自主シンポジウムより 香川県高松市
- 丹羽裕紀子 (2016) 「構音障害により緘黙傾向を生じた幼児への音楽療法の試み－即興音楽療法、ソングライティングによる介入の効果について」日本音楽療法学会誌 16(1), 67–78
- 星山麻木 (2003) 「Werdnig-Hoffmann 病の患者のための音楽療法－眼球運動による作曲の試み－」日本音楽療法学会誌 3(1), 79–83
- 牧野英一郎 (2007) 「「替え歌」から「つくり歌」と「歌掛け」へ」国立音楽大学音楽研究所音楽療法研究部門編集「音楽療法の現在」より (pp. 239–264) 人間と歴史社
- 牧野英一郎 (2019) 「日本人のための音楽療法」幻冬舎