

保育現場における音楽療法的活動導入についての一考察

～平成 25 年度 3 歳児の活動から～

内田礼子(久良岐保育園) 鈴木泰子(聖セシリア女子短期大学)

はじめに

神奈川県横浜市のK保育園では、8年前から月に1度の割合で講師を招き音楽療法的活動を行なってきた。音楽療法的活動とは、保育所保育指針に示されているような「音楽に親しみ、歌を歌ったり、簡単なリズム楽器を使ったりする楽しさを味わう」を目的とするのではなく、各クラスの目標や時には子ども個人の目標に向かって、音楽を使ったプログラムを行なうことで日常生活に還元していこうという試みである。

音楽療法の対象は一般的に障がい児・者や高齢者、精神疾患者などであるが、広義では一般市民も含まれる。さらに、保育現場において「気になる子」が多くなってきている現代において、一般的な保育現場への音楽療法的活動の介入は非常に意味深いものがあると考えている。

本園ではこれまで主として3歳、4歳、5歳のクラスで活動を行なってきた。全クラスの柱となる目標は

- ①よく聴く
- ②よく観る
- ③物事をていねいに扱う

と掲げ、個人の目標は担任と話し合いを重ね設定してきた。内容は主に不適切行動の減少といったものであった。

ここでは平成 25 年度 3 歳児の成果一部を報告していきたい。

音楽療法について

〈定義〉

日本音楽療法学会による定義は次のように定められている。

「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をさすものとする」

〈広義の音楽療法と狭義の音楽療法〉

広義の音楽療法

気分転換に音楽を傾聴したりカラオケに行ったり、楽器の演奏をしたりといった自己啓発活動やホテル、レストランのBGMまで幅広い。対象者は特に疾患でなく一般的な市民である。

狭義の音楽療法

治療者が先の定義のもと、対象者に音楽を活かして、意図的により良い状態の回復、維持、改善などの目的のために行なう。対象は主に発達障がい児・者、身体障がい児・者、精神障がい児・者、高齢者などである。ターミナルケアとしても有効とされている。

方法として個人で行なうものとグループで行うもの、能動的なものを受動的なものがある。

方法と手順

K 保育園 3 歳児 25 名を対象に次のような手順で行なった。なお、このクラスは 2 歳児の 11 月～少しずつ活動を開始した。

- 1) 「よく聴く」「よく観る」「ていねいに」を大きな目標に音楽療法的活動を 1 回 30 分ずつ行なった。
(平成 25 年 4 月～平成 26 年 1 月までの 9 回)
- 2) 毎回活動後のクラスの様子を担当と話し合い、次回までの担任への課題等について話し合いを行なった。
(午睡時間を利用)
- 3) 活動当日の記録に加え、1 ヶ月の子どもの様子を担任が記入し、次回音楽療法的活動時直前に園長より講師自宅に郵送し、次のプログラムを設定していった。

音楽活動内容とクラスでの取り組み

プログラム1 ハープの弦を触れてみる活動

目的は「よく聴く」である。

アイリッシュハープをひとりずつ自分の指でならし、音に耳を傾ける活動である。自らの身体にも楽器の振動を感じる。さらに、小さな音は静かにしないと聞こえないということを学ぶ。クラス全体が集中して耳を傾けるよう留意した。

クラスでは朝の会や外への散歩などみんなで集う時に、あえて「耳を澄ます」ことを担任が留意していった



プログラム2 リズムに合わせボールを担任が両手で投げ子どもが受け取る活動

目的は「よく観る」である。

この活動は大人から子どもへボールを投げるものであるが、ボールの大きさ、柔らかさは子どもの様子によって変えていった。相手が受け取りやすいようにボールを両手投げするよう声をかけて行なった。目と手を協応させること、よく観ること、相手に優しくボールを戻すことを要求した。

プログラム3 音を出さずに「スズ」を隣へ回す活動

目的は「ていねいに扱う」である。通常、「スズ」は音を出して使用するが、あえて音を出さずに、半円形に並んだクラス全員を対象にひとつのスズを隣へ受け渡していくという活動である。丁寧さとともに状況を良く把握することも求められる。通常の保育では「ゆっくり」「ていねい」に物事に関わるよう担任が言葉がけを行なっていた。



考察

音楽療法的活動では特定の歌唱や合奏の練習といった音楽的スキルの向上を目的には特にしていない。これらの活動の目的は前述したように周囲や状況をよく観ること、そして小さな音をよく聴くこと、そして物事をていねいに扱うことである。ここではプログラム1～3を示したが直接内容に伴う事への変化だけでなく、たとえばどのプログラムにも共通するのは「相手の立場に立つ」ということである。プログラムをひとりずつ順番に行っていく時には自分の番が終わっても鈴の行方を見守る、ボールを受け取って投げる友だちの姿を応援することは人に心を寄せることになり、やがては相手の立場に立つことにつながっていくのである。今年度担任との話し合いでは、鈴の活動から「給食後の食器をそっと返却するようになった」「おもちゃ箱に玩具と人形を乱暴に片づけていたが分けてしまうようになった」「そっと椅子をしまえるようになった」、或いは、「自分中心ではなく、相手の気持ちを考えるようになった」という生活面での還元と思われる意見があった。音楽療法はあくまでも「音楽」の特長を活かし不適切行動の減少や生活の質の向上に向けようというものである。担任と連携した目標設定が行動変容に繋がったと推測される。

まとめと今後の課題

今回は平成25年度3歳児のわずかな報告であるが、8年間の手ごたえとして、「よく聴く」「よく観る」の2点の目的は「集中力」や「話を聴くことができる」に繋がることを感じる。性急な効果を求めるのではなく、クラス全員に届かなくてもおとなが子どもに伝え続ける事、その呼びかけに応えてくれる子どもがいることで次第にクラスの空気も変わっていくのだと担任も実感している。しかしながら、この活動を行なうに当たっては園長や理事長の理解が必須であること、そして保育者がその意図を理解して持続的に日常保育にあたることが求められる。限られた時間の音楽療法的活動の意図を保育の中におろして継続するのは容易ではない。少数の理解できる担任が実践するのではなく職員全体が共通の姿勢を持っていることが大切である。

今後は内容をよく吟味しつつ 継続的な活動をしていきたいと考えている。

