

原著

音楽活動における作業療法学生の 気分変化と学習への影響

—認知症高齢者に対する音楽活動の授業からの予備的研究—

中 前 智 通 大 瀧 誠
梶 田 博 之 中 島 綾
森 川 孝 子

神戸学院大学総合リハビリテーション学部
医療リハビリテーション学科
作業療法学専攻

【要約】 認知症高齢者への音楽活動は、音楽療法に限らず、作業療法でも介入手段として用いている。この音楽活動は、作業療法学生（以下、学生）にとっても重要な学習の要素である。本研究では、本学作業療法学専攻の精神障害評価学実習における音楽活動による学生気分の変化を検討し、学生に対する学習の有効性を確認した。対象は本学作業療法学専攻の精神障害評価学実習を履修し、同意の得られた学生44名とした。音楽活動は、40分間のグループによる合唱を行った。評価は、日本語版UWIST気分チェックリスト（以下JUMACL）でTA（tense arousal：緊張覚醒）及びEA（energetic arousal：エネルギー覚醒）を測定した。また、この結果を学生に伝え、音楽活動の肯定的な影響の認識について確認を行った。本研究の結果、音楽活動のTAの点数に有意な減少がみられ、EAの点数に有意な増加がみられた。音楽活動の肯定的な影響の認識に対する確認では、44名全員が肯定的な影響を感じていた。本研究の結果から、本学の精神障害評価学実習における音楽活動（歌唱）が「緊張覚醒」や「エネルギー覚醒」に肯定的な影響を及ぼす可能性が示唆された。それらの結果の学生への提示は、作業療法における音楽活動の効果的な学習の一助となる可能性が推測された。

キーワード：音楽活動、作業療法学生、緊張覚醒、エネルギー覚醒、学習

I はじめに

認知症高齢者の医療福祉における音楽の利用に関しては、音楽療法士に限らず、作業療法士や看護師、介護福祉士などの医療福祉の従事者が、様々な病院や施設で介入手段の1つとして利用している〔1〕〔2〕。著者らの所属する大学の作業療法学専攻の学生にとっても、認知症に対する作業療法の手段の1つとして重要な学習の要素となっている。また、音楽活動の講義のみではなく、学生が実体験を通して、音楽活動の気分への影響を学

ぶことは、将来作業療法士として臨床に従事する学生にとって貴重な体験となると考えられる。

著者らは、本学の作業療法学専攻における精神障害評価学実習において、認知症高齢者に対する音楽活動とその影響について講義と実習を行っている。また、音楽活動の前後においてJUMACLを用いて学生気分の変化を測定している。測定結果に関しては学生にフィードバックを行い、学生自身が行う音楽活動の有効性を実体験を通して実感、学習し、自己効力感を促すように指導している。

今回、本学学生を対象に認知症高齢者に対する音楽活動の実習を行い、その前後で測定したJUMACLの点数の変化を、音楽活動の開始前と終了後で比較検討した。また、本研究の結果が作業療法学生への効果的な音楽活動の学習となり、作業療法士としての音楽活動に対する自己効力感向上への一助となり得るかどうかを確認した。

Ⅱ 対象と方法

A 対象

対象者は、2012年12月の時点で神戸学院大学総合リハビリテーション学部 作業療法学専攻に所属し、本研究の趣旨を説明後に同意が得られた学生44名（男性16名、女性28名、授業実施時の平均年齢 19.86 ± 0.35 ）を対象とした。

なお、本研究は、神戸学院大学ヒトを対象とする研究等倫理委員会において審査及び承認されている（承認番号HEB11221-3）。

B 方法

1. 課題内容

課題内容としては、本学作業療法学専攻の精神障害評価学実習の履修学生50名に対し、音楽活動（合唱）の実習を行った。音楽活動内容は、1チーム10名のグループを5グループに分けて、各グループごとに音楽活動を実施した。各グループは、対象者全員が知っている6曲の歌をグループ全員で40分間合唱した。使用した歌は、1）ハナミズキ（作詞・歌：一青窈、作曲：マシコタツロウ）、

2）涙そうそう（作詞：森山良子、作曲：BEGIN）、3）栄光の架け橋（作詞・作曲：北川悠二）、4）Best Friend（作詞・作曲：玉城千春）、5）もみじ（作詞・作曲：岡野貞一）、6）赤とんぼ（作詞：三木露風 作曲：山田耕筰）で、歌謡曲4曲と童謡2曲であった。指導者は履修学生に対し、JUMACLの記載方法の説明および配布と回収、合唱方法の説明を行った。なお、この課題は2011年11月に授業として対象者に実施した。

2. 手続き

対象者は、授業開始後すぐに教室の机に着席し、JUMACLの測定を行った。その後、40分間の音楽活動に関する実習（歌唱）を行い、終了後すぐに教室の机に着席し、再度JUMACLを測定した。実験の流れを（図1）に示す。

C 評価

実習における音楽活動の開始前と終了後の気分をJUMACLを用いて測定した。JUMACLは、そのときの覚醒の程度を測ることが出来る質問紙法の一つであり、覚醒には緊張覚醒（tense arousal : TA）、エネルギー覚醒（energetic arousal : EA）の2種類がある。その時の覚醒状態を測るものであるため、同じ人でもその時の状況によって変化する。性格などの指標と違って安定的な傾向を示すものではない。TAは、「緊張している」「びくびくしている」「ピリピリしている」「不安である」状態を示し、EAは、「エネルギーである」「生き生きしている」「活動的である」状態を示す[3]。

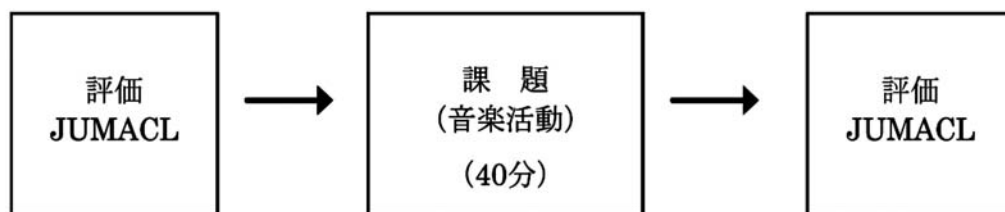


図1 実験の流れ

なお、この評価の結果は、授業の後日に授業履修学生にフィードバックされた。

D 分析方法

データ分析は、実習における音楽活動の開始前と終了後のJUMACLの点数をWilcoxonの符号順位検定を用いて比較検討した。有意水準は5%とし、統計解析ソフトにはSPSS13.0を使用した。

Ⅲ 結果

本研究の結果、JUMACLのTAの点数は有意に減少し ($p=0.005$)、EAの点数は有意に増加した ($p=0.003$)。この結果を表1に示す。この内、TAの点数が減少した人数は44名中の30名 (68.2%) であり、EAの点数が増加した人数は44名中の33名 (75.0%) であった。参加状況は、対象者は44名全員が音楽活動を最後まで完遂した。また、これらの結果を学生に伝え、音楽活動の肯定的な影響を感じたかどうかについて、挙手にて確認したところ、44名全員が肯定的な変化を感じた方に挙手を行った。

Ⅳ 考察

今回、本研究において、本学作業療法学専攻の学生を対象に精神障害評価学実習で行われている

音楽活動 (合唱) 実習を行い、その開始前と終了後で測定したJUMACLの点数の変化を、比較検討した。その結果、JUMACLのTAの点数は有意に減少し、EAの点数は有意に増加した。この結果から、本学作業療法学専攻の精神障害評価学実習で行われる音楽活動は、「緊張覚醒」を減少させ、「エネルギー覚醒」を増加させることが示唆された。Jostは、音楽には精神の高揚、新たなエネルギー刺激などをもたらす、周囲の人間との調和及びコミュニケーションの可能性を広げると述べている [4]。また栗原らは、音楽の心理面への研究の中で、音楽が抑うつ・不安的な感情を減少させたことを報告している [5]。これら先行研究や本研究の結果から、音楽活動が、緊張や不安状態 (緊張覚醒) 及びエネルギー高揚や活動的な状態 (エネルギー覚醒) に、より肯定的な影響を及ぼす可能性が推測される。

またこの結果を学生に伝え、音楽活動の肯定的な影響を感じたかどうかについて、挙手にて確認したところ、44名全員が肯定的な変化を感じていた。作業療法学生の学習面においては、音楽活動前後の自分自身の気分変化を実体験し、JUMACL点数の肯定的な有意な変化があったことをフィードバックされることで、より効果的な学習となると推測される。また、自分自身が実施する音楽活動により「他者の気分に影響を与えられる」という自己効力感向上への一助につながるかもしれない。

表1 音楽活動の開始前と開始後におけるJUMACLの点数の比較

	開始前	開始後	P 值
	平均 (SD)		
TA	16.73 (4.90)	14.64 (3.98)	0.005*
EA	26.32 (5.16)	29.93 (5.49)	0.003*
SD: Standard deviation			* p<0.05

SD: Standard deviation * $p<0.05$

本研究の限界として、本介入で使用した音楽をこの時期の大学生の知っている範囲の歌謡曲や童謡に固定したため、音楽ジャンルや音楽の好き嫌いなどの個人的要素を考慮することができなかった。また、本研究はコントロール群のない前後比較であるため、教員や実習形態そのものの影響などが排除できなかった。

今後は、コントロール群を用いた無作為化比較試験を行い、他の影響を排除した純粋な音楽活動の気分への影響を検討していく必要がある。また、学生の学習効果や自己効力感についても、アンケートや標準化された効果指標を用いた検討を実施していかなければならない。

【引用文献】

- [1] 山口康保, 牧陽子. 認知症の相補代替医療 (CAM). 老年医学雑誌2011; 22(1): 9-15.
- [2] 丸山敬子. 認知症高齢者の音楽療法. 老年医学雑誌 2011; 22(1): 39-44.
- [3] 箱田裕司. 日本語版UWIST気分チェックリスト解説. 株式会社トーヨーフィジカル2005.
- [4] Jost J (永田丕: 監訳). 音楽療法と精神音楽技法-フランスにおける実践-. 春秋社 2001; 151-159.
- [5] 栗原理恵子, 伊藤義美. 音楽聴取がもたらす感情的変化に関する心理学的研究-不快感情状態における音楽聴取の効果の検討. 情報文化研究 (名古屋大学情報文化学部)2011; 14: 75-88.

Effects of Musical Activities on the Mood and Learning of Occupational Therapy Students

A pilot study from Musical Activities for the Elderly with Dementia

**Toshimichi Nakamae OT MS, Makoto Otaki OT MS,
Hiroyuki Kajita OT MS, Aya Nakajima OT MS,
Takako Morikawa OT MS**

Kobegakuin University, Faculty of Rehabilitation
Department of Medical Rehabilitation

Musical activities for the elderly with dementia are not limited to music therapy. They are also used as intervention methods in occupational therapy. These musical activities are important elements to be learned by students of occupational therapy. In this research study, we investigated a musical activity's effects on the mood of students in Kobe Gakuin University's Course of Occupational Therapy while they learned to evaluate mental disorders. We found that this musical activity was beneficial to the students for learning. The subjects of the study were 44 students in the Course of Occupational Therapy enrolled in the class on mental disorder evaluation who consented to participating in the study. For the musical activity, the subjects participated in group singing for 40 minutes. For evaluation, the Japanese version of the UWIST Mood Adjective Checklist (JUMACL) was used to measure tense arousal (TA) and energetic arousal (EA). The results were also presented to the students, and confirmation of the students' awareness of the positive effects of the musical activity was carried out. The results of the study showed that the musical activity lowered the TA score significantly and increased the EA score significantly. As for confirmation of the awareness of the musical activity's positive effects, all 44 subjects reported feeling positive effects. The results of the study suggest that musical activity (singing) during this university's mental disorder evaluation training can have positive effects on tense arousal and energetic arousal. We believe that presenting these results to students can contribute to their effective learning of musical activities in occupational therapy.

Key Words : musical activity, occupational therapy students, tense arousal, energetic arousal, learning