

氏 名 本郷 幸子（ほんごう さちこ）
学 位 の 種 類 博士（学術）
学 位 の 番 号 博甲第 131 号
学位授与の日付 2025 年 9 月 4 日
学位授与の要件 学位規則第 4 条第 1 項該当
学位論文題目 音楽療法による気分調整作用と対人相互作用の検討
ー心理・生理学的指標の観点よりー

論文審査委員 （主査）桜美林大学教授 鈴 木 平
（副査）桜美林大学教授 石 川 利 江
桜美林大学教授 松田チャップマン 与理子
神奈川大学教授 瀬 戸 正 弘

論文審査報告書

論文目次

第 1 章 序論	1
1.1 はじめに	1
1.2 音楽療法	1
1.3 受動的音楽療法	3
1.4 能動的音楽療法	7
1.5 コミュニケーションとリズム・同期	13
1.6 本博士論文の意義,新規性・有効性	15
1.7 本博士論文の目的	16

第2章 研究1 日常の音楽聴取・演奏前の気分状態と,音楽聴取・演奏が 音楽関与度・気分調整作用に及ぼす影響 調査 1-1	18
2.1 背景と目的	18
2.2 方法	19
2.3 結果	21
2.4 考察	27
2.5 まとめ	29
第3章 研究2 音楽関与度・気分調整作用の関連性および音楽聴取・演奏者の 心理的特性との関連性 調査 1-2	30
3.1 背景と目的	30
3.2 方法	32
3.3 結果	34
3.4 考察	44
3.5 まとめ	47
第4章 研究3 音楽聴取の気分調整作用が心理・生理指標に及ぼす影響 実験 1-1	48
4.1 背景と目的	48
4.2 方法	53
4.2.1 実験の日時・場所・実験協力者	53
4.2.2 実験材料	54
4.2.3 実験手続き	56
4.3 結果	58
4.3.1 心理指標	58
4.3.2 生理指標	61
4.4 考察	71
4.5 まとめ	74
第5章 研究4 音楽聴取による心理・生理指標の変化と,心理的特性との関連性 実験 1-2	75
5.1 背景と目的	75
5.2 方法	76
5.3 結果	77
5.4 考察	84
5.5 まとめ	86

第 6 章 研究 5 即興音楽療法の対人相互作用が心理・生理指標に及ぼす影響 実験 2	87
6.1 背景と目的	87
6.2 方法	91
6.3 結果	96
6.4 考察	101
6.5 まとめ	105
第 7 章 研究 6 即興的な音楽交流の対人相互作用が心理・生理指標に及ぼす影響 実験 3	107
7.1 背景と目的	107
7.2 方法	109
7.3 結果	111
7.4 考察	120
7.5 まとめ	123
第 8 章 総合考察	125
8.1 日常の音楽聴取・演奏前の気分状態と、音楽聴取・演奏が 音楽関与度・気分調整作用に及ぼす影響について	125
8.2 音楽聴取の気分調整作用が心理・生理指標に及ぼす影響について ー心理的特性との関連性ー	127
8.3 即興音楽療法の対人相互作用が心理・生理指標に及ぼす影響について ー共感性の検討ー	128
8.4 即興的な音楽交流の対人相互作用が心理・生理指標に及ぼす影響について	128
8.5 音楽聴取と、即興的な音楽交流における生理反応の変化について	129
8.6 音楽療法と心理臨床の比較検討について	130
8.7 本研究の限界と今後の課題	131
8.8 おわりに 本研究の意義と展望	132
文献	134
資料	145
謝辞	170

論文要旨

本研究は、音楽聴取による気分調整作用と、即興的な音楽交流による対人相互作用が、心理・生理指標に及ぼす影響を明らかにすることを目的としたものである。全体は人章から構成されている。

第一章(先行研究のレビュー)では、音楽療法を受動的療法の側面と能動的療法の側面から注目し音楽療法研究を概観した。音楽療法の効果のメカニズムを理解することは、治療セッションの枠組みを捉える上で重要であり、また対象者の心理的・行動的変容について理解する上でも重要であることが述べられた。

第二章(研究 1)では、音楽聴取や楽器演奏をすることで気分状態が音楽への関与や気分調整作用に与える影響を明らかにすることを目的として調査研究を行った。データ分析の結果、感情調節のために音楽療法を用いる事が効果的であることが明らかとなった。

第三章(研究 2)では、音楽への関与度と気分調整作用の関連性が調査研究によって検討された。音楽を聴取したり、演奏したりする時間が長い人は、自分が望む気分になることが示された。また、曲想に合致した気分が誘発される曲想理論を支持する結果がみられた。

第四章(研究 3)では、音楽聴取による気分調整作用が心理・生理指標にどのような影響を及ぼすのか明らかにすることを目的として実験研究が行われた。active 曲・relax 曲を聴取したときに、心理的、生理的变化についてどのような相違があるかが検討された。分析の結果、active 曲を聴くと気分はアクティブになり、relax 曲を聴くと気分はリラックスを示した。生理指標では、脈波・脳波の変化に性差がみられた。ただし、アクティブ、もしくはリラックスという目的気分に即した音楽聴取の効果の持続性を明らかにするためには、縦断的研究が必要であることが示唆される結果であった。

第五章(研究 4)では、音楽聴取による心理・生理的变化と心理的特性との関連を実験的に検討した。ここでは、音楽聴取による心理的、生理的变化と、外向性や共感性などの心理的特性との相関関係が分析された。分析の結果、外向性が高い人ほど relax 曲を聴くと活動的快の気分の変化量が少なくなっていた。情緒不安定性や怒りの内在化傾向、抑うつ傾向が高い人ほど relax 曲を聴くと活動的快の気分の変化量が多くなることが示された。主観的な目的気分に即した音楽聴取は、心理的特性をふまえることによって、より気分調整効果を高める可能性があると考えられる。

第六章(研究 5)では、即興的な楽器演奏の相互作用が心理的、生理的指標に及ぼす影響を明らかにするために実験研究を行った。分析の結果、即興的な音楽交流によって気分状態は全体的にポジティブになり、対人印象評定がポジティブに変化し、対人共感性が高まった。

第七章(研究 6)では、楽器(トーンチャイム)を用いて単独で演奏する場合と、

対人交流的に演奏する場合の違いについて実験的な検討が行われた。その結果、即興的な音楽交流は、ポジティブな心理・精神生理学的変化をもたらすが、対人交流的で即興的な音楽交流の方が単独演奏場面よりも、より大きな精神的活性化が促されることが明らかとなった。

第八章では、七章までの研究結果について総合考察が行われた。音楽療法の影響を心理的・精神生理的反応から明らかにしていくことは、様々なクライアントに対してどのような音楽をどのように提供するかという、音楽療法的支援の根拠につながると考えられた。健康の維持・増進や疾病予防に音楽療法が貢献できるという結果が得られたと言える。

論文審査要旨

2025年7月17日13時10分よりZoomを用いたオンラインでの口頭発表、質疑応答の後に審査会を実施した。音楽療法に関する研究は広く行われているが、その基礎研究はまだ不十分であり、心理学からの実証的研究の進展が望まれている分野であると本研究は、音楽に関する身近なかかわりに関する調査に始まり、心理的特性や心理状態、脈波や脳波などの生理データの特殊な解析を用いるレベルまで検討するなど、実証的な研究論文となっている。データの分析は詳細、かつ丁寧に行われていた。総合考察では音楽療法と心理療法との比較検討も試みるなど、新しいオリジナルな分析が注目された。音楽療法に関する研究を本論文だけで体系的に論じることには無理があるが(今後の基礎研究の発展に貢献できる内容であつたと言えるだろう。

審査会では、一部の文章に修正が行われることを条件に合格とした。その後、修正はすぐに適切に行われたことから、主査(副査全員下致して、博士論文として十分な研究水準に達していると評価し、その研究の意義の高さを認め、博士論文として合格とした。

口頭審査要旨

2025年7月17日13時10分よりZoomを用いたオンラインで30分の口頭発表の後、30分間の質疑応答が行われた。口頭発表は時間通りに行われ、博士学位請求論文の内容が適切に説明された。研究の内容・分量が多かったため、発表はこれまでの中間試問で発表した部分を一部簡略化して行われたが、パワーポイントの発表資料や配布資料はわかりやすく工夫されており、時間通りに発表が行われた。

質疑応答では、副査の先生方からの質問に対し、的確に応答が行われた。ただし、一部文章が重複しているという指摘があり、修正が求められた。(これら

はすぐに適切な修正がなされた。) また、論文の題目が簡潔すぎるとの意見もあったため、これを変更することとなった。研究内容については、その将来的意義について高い評価が得られ、博士論文として十分な研究水準に達していると評価され、審査会議にて全員一致して合格となった。