

セラピーとしてのスヌーズレンに関する考察

ー ドイツ・オランダにおける調査を中心に ー

姉崎 弘

ドイツ・オランダにおいて、スヌーズレンを実践している特別支援学校やリハビリテーションセンター、知的障害者ホーム、特別養護老人ホーム、スヌーズレン器材の生産販売会社を対象に「セラピーとしてのスヌーズレン」に関する聞き取り調査を実施した。なお、調査対象は任意に抽出した。その結果、すべての機関でスヌーズレンはセラピストなどによりセラピーとして実施されていて、スヌーズレンの指導目標と評価等が記録されていた。スヌーズレンの効果として、「リラックスできる」「注視力の向上」「コミュニケーション力の向上」「不安な気持ちの除去」「職員との信頼関係ができる」「睡眠薬・抗うつ剤の投与量の減少」「乱暴な行為の減少」「慢性的な痛みの軽減・除去」があげられた。今回の結果は、諸外国の「スヌーズレンをセラピーとみなす」先行論文の結果を支持するものであった。わが国では、今日スヌーズレンはレジャーやレクリエーションとしては認められても、セラピーとしてはまだ認知されていないのが現状である。今後、特に作業療法の分野において、スヌーズレンが実践されセラピーとして研究される必要がある。またスヌーズレンの概念図についても考察を行った。

キーワード：スヌーズレン、セラピー、作業療法、不安や痛みの軽減・除去、睡眠薬・抗うつ剤の減少

1. はじめに

わが国では、1999年に日本スヌーズレン協会が設立された。当協会によると、スヌーズレンはレジャーあるいはレクリエーションとしては認めているが、セラピーや教育としては認めていない。すなわち、日本スヌーズレン協会のホームページによると、スヌーズレンは、「治療法でも教育法でもありません。」と明確に明示している¹⁾が、その根拠を明らかにしていない。

しかし果たして、スヌーズレンは治療法でも教育法でもないと言明できるのであろうか。確かに、スヌーズレンは当初オランダで、レジャーあるいはレクリエーション活動として始められた²⁾が、その後の研究で、Mertens, K (2003)³⁾や姉崎 (2005)⁴⁾は、それぞれ障害児教育の経験からスヌーズレンにはセラピーや教育としての側面があることを明確に指摘している。

筆者は、これまでイギリスの特別支援学校でのスヌーズレンの調査 (姉崎、2007)⁵⁾及びカナダの子ども病院でのスヌーズレン・プールの調査 (姉崎、2008)⁶⁾などを報告し、それぞれスヌーズレンが教育及びセラピーとして実践されていることを紹介した。このように今日では、世界的に見て、スヌーズレンは教育やセラピーとしても活用されているのが現状である。

そこで、本稿では、上述したイギリスやカナダ以外の諸外国、ここではドイツ及びオランダにおけるさまざま

な機関でのスヌーズレンの現地調査を実施し、特に「セラピーとしてのスヌーズレン」の取り組みについて考察を行い、スヌーズレンの概念について検討を試みたので報告する。

2. 方 法

(1) 調査期間：2008年10月中旬。

(2) 調査対象：

ドイツ：①知的障害特別支援学校3箇所

②リハビリテーションセンター1箇所

③知的障害者ホーム1箇所

オランダ：①特別養護老人ホーム1箇所

②スヌーズレン器材の生産販売会社1箇所

※調査対象は任意に抽出したものである。

(3) 調査方法：聞き取り調査を実施。

3. 結 果

(1) ドイツでの調査結果

表1に、ドイツにおけるスヌーズレンの調査結果を示した。なお、知的障害特別支援学校3校はいずれも調査結果が同じであったことから、1つにまとめて記した。

ドイツでは、知的障害特別支援学校 (Gustav-Myer-Schule 他2校)、リハビリテーションセンター (Centrum für Ergotherapie & Prävention)、知的障害者

表1 ドイツにおけるスヌーズレンの調査結果

調査項目 \ 場 所	知的障害特別支援学校 (ベルリン市)	リハビリテーションセンター (ハンブルク市)	知的障害者ホーム (ベルリン市)
①スヌーズレンの実践者	・エルゴセラピスト (作業療法士)	・エルゴセラピスト (作業療法士)	・リハビリスタッフ
②スヌーズレンはセラピーで すか	・セラピーである	・セラピーである	・リハビリの一環(セラピー) である
③スヌーズレンの対象者	・児童生徒(特に重度の知的 障害者)	・精神疾患患者など	・入所者(知的障害者・脳損 傷患者など)
④スヌーズレンの部屋の様子	・ホワイトルーム ^{*1}	・ホワイトルーム ^{*1}	・ベッドと光刺激など薄暗い 空間
⑤スヌーズレンの目標	・リラクゼーション ・視覚機能の活用・向上 ・コミュニケーションの促進	・リラクゼーション ・情緒の安定	・リラクゼーション ・信頼(人間)関係の構築
⑥スヌーズレンによる利用者 への効果	・リラックスする ・注視力の向上 ・コミュニケーション力の向上	・リラックスする ・不安が軽減・除去される	・リラックスする ・職員との信頼関係が深まる
⑦スヌーズレンの目標設定と 評価	・IEPに指導の目標・評価等 を記載している	・記録用紙に指導の目標・評 価等を記載している	・記録用紙に指導の目標・評 価等を記載している

注 *1 ホワイトルームは、スヌーズレンの代表的な部屋で、バブルチューブ、ミラーボール、ファイバークロー、ベッド、プロジェクターの映像、アロマテラピー、リラクゼーションミュージックなどの機器が置かれている。

ホーム(P.A.N.ZENTRUM für Post-Akute Neuro-rehabilitation)の3つをそれぞれ調査したが、いずれにおいても、スヌーズレンを「セラピー」ととらえて実践を行っていた。

特別支援学校では、エルゴセラピスト(作業療法士)というセラピーの専門家が学校の職員として配置され、学校の教育活動を補う指導(関連サービス)としてスヌーズレン・セラピーを、特に重度知的障害児の発達促進(障害の改善)を目的に行っていた。またリハビリテーションセンターでは、エルゴセラピスト(作業療法士)が精神疾患患者などに対して、リラックスや不安の軽減・除去を目的に実践していた。ここは、民間のリハビリテーションセンターで、完全予約制で1回30分間で1,200円(有料制)であった。さらに知的障害者ホームでは、さまざまなリハビリスタッフが知的障害者や脳損傷患者などに対して、リハビリの最初に相当する「スタッフとの信頼関係の構築」やリラックスを目的に行われていた。

そしてそれぞれ利用者の「指導の目標と評価等」の記録を付けていた。各機関でのスヌーズレンによる利用者への効果として、「リラックスする」「注視力の向上」「コミュニケーション力の向上」「不安の除去」「職員との信頼関係が深まる」といったポジティブな評価があげられていた。このように、スヌーズレンの実施によるセラピー効果がそれぞれの機関で対象者に対して確認されていた。

(2) オランダでの調査結果

表2に、オランダにおけるスヌーズレンの調査結果を

示した。

オランダでは、認知症者を対象にした特別養護老人ホーム(ナーシングホーム)(Vreugdehof)とスヌーズレン器材の生産販売会社(Barry Emons 本社)の2つをそれぞれ調査したが、いずれにおいても、スヌーズレンを「セラピー」ととらえて実践を行っていた。

特別養護老人ホームでは、高齢の認知症者を対象としており、いろいろなスタッフが日常的にさまざまな場を利用してスヌーズレンを実践していた。居室やお風呂などにもスヌーズレンの機器が配置され、毎日ごく自然にスヌーズレンに慣れ親しむ環境が用意されていた。特に、パロ(癒しロボット)は動物的な反応を示し、認知症者に好評で、パロと触れ合うことでアニマルセラピーと同様な効果が得られ、心理的なストレスを軽減させたり、あるいは精神的な好作用が期待される⁷⁾と言われる。このように認知症者の不安や恐れを軽減したり除去したりして、日中できるだけ穏やかに楽しく過ごせるようになることを目的にスヌーズレンが実践されていた。

またスヌーズレン機器の生産販売会社では、2005年に開発されたミュージックセラピー・ウォーターベッドを紹介していただいた。このベッドは鎮痛効果があり、その原理は音楽の音波の振動数をその人の振動数に合わせることで、体の痛みを感じにくくするというものである。慢性的な痛みのあるヘルニアや癌の患者が毎日2回、1回20～30分程度ベッドに横になることで、半年後には痛みがすっかりとれて仕事に復帰していった症例が報告されているという。治療効果のあるセラピーベッドとして今後世界的に注目されるものと思われる。

表2 オランダにおけるスヌーズレンの調査結果

調査項目 \ 場 所	認知症者を対象とした特別養護老人ホーム (アムステルダム市)	スヌーズレン器材の生産販売会社 (ジールンド市)
①スヌーズレンの実践者	・ホームのスタッフ（看護師、介護職員、作業療法士など）	・セラピスト
②スヌーズレンはセラピーですか	・セラピーである	・セラピーである
③スヌーズレンの対象者	・ホーム在住の認知症の高齢者	・慢性痛感患者
④スヌーズレンの部屋の様子	・安楽椅子を置いたホワイトルーム ・バスタブを置いたホワイトルームなど、さまざまな部屋がある ・パロ ^{*2} （アザラシの形で人の心を豊かにするメンタルコミットロボット）が2体	・部屋の中央に、ミュージックセラピー・ウォーターベッド ・薄暗い空間
⑤スヌーズレンの目標	・できるだけ穏やかに過ごす ・日常生活の中に楽しいことを増やす ・不安や恐れを軽減や除去	・痛みの緩和・除去
⑥スヌーズレンによる利用者への効果	・睡眠薬・抗うつ剤の投与量の減少 ・乱暴な行為の減少 ・リラックスして過ごせる ・楽しく過ごせる ・不安な気持ちが軽減される	・慢性的な痛みが軽減・除去される
⑦スヌーズレンの目標設定と評価	・記録用紙に指導の目標・評価等を記載している	・毎回患者の話を記録し、指導の効果の評価を行っている

注 *2 パロ（PARO）は、日本の独立行政法人産業技術総合研究所が開発したアザラシ型ロボット。2002年にギネスブックから世界一の癒しロボットとして認定されている。

そしてそれぞれ利用者の「指導の目標と評価等」の記録を付けていた。また、各機関でのスヌーズレンによる利用者への効果として、「睡眠薬・抗うつ剤の投与量の減少」「乱暴な行為の減少」「リラックスして過ごせる」「楽しく過ごせる」「不安な気持ちが軽減される」「慢性的な痛みが軽減・除去される」といったポジティブな評価があげられていた。このように、スヌーズレンの実施によるセラピー効果がそれぞれの機関において確認されている。またドイツでもオランダでも、1回のスヌーズレンの時間は、30～60分程度であった。

4. 考 察

(1) わが国におけるスヌーズレンのとらえ方

わが国における海外のスヌーズレンの紹介は、出口（1989）⁸⁾が、社会福祉法人清水基金による海外研修で、ベルギーにおける心身障害児の治療教育を報告する中で、スヌーズレン法を紹介したのが最初である。次いで同海外研修で、島田療育センターの山中（1990）⁹⁾と鈴木（1992）¹⁰⁾が相次いでオランダの Hartenberg Center でスヌーズレンの創始者である Verheul, A. らに出会い、スヌーズレンを学び、帰国後「オランダから始まる重度知的障害をもつ人々の活動」としてスヌーズレンを紹介している。

鈴木（1992）¹⁰⁾は、スヌーズレンの理念を以下のように述べている。「Ad Verheul によれば、スヌーズレンでは重い知的障害を持つ人々が自分自身の時間を、自分自身の選択で、活動できるように発展させてきた、とのこと。ここではサービスを提供する専門家にとって構造化された援助ではなく、その人のためだけに時間と空間を共にする友人とでもいえる存在として職員は存在します。特別な部屋で感覚刺激を提供し、知的障害を持つ人々は自分の選択に任されて活動するのです。“以前は発達させること、知的障害を持つ人々を私たちのレベルにまで引き上げることに主眼が置かれていました。現在、私たちが知的障害を持つ人々のレベルに近付こうとしています。”主眼は発達ではなく、楽しむことなのです。」

わが国におけるスヌーズレンの実践は、1993年に島田療育センターにおいてスヌーズレンの実践を始めたことに端を発する。鈴木（1993）は、OT ジャーナル誌等でスヌーズレンをいち早く紹介している¹¹⁾。

また太田（2004）は、「本来、スヌーズレンは、従来の療法、指導法、教育法などとは一線を画するものである。すなわち療法、教育法とは、利用者の機能改善や発達促進など治療教育的効果を期待して行われる実践であるが、スヌーズレンでは、そのような効果を期待しない楽しみや安らぎの体験である」¹²⁾と述べ、さらに「スヌーズレンでは『指導者－被指導者』という立場を限りなく

取り除くことから始まる。つまり、『非指導的な関係』の構築である。』¹²⁾とも述べている。

上述した日本スヌーズレン協会の鈴木（1992）や太田（2004）によるわが国におけるスヌーズレンのとらえ方は、スヌーズレンの創始者である Verheul, A. と Hulsege, J.（1987）のスヌーズレン開始当初の考え方を踏襲したものであるといえる。このように、わが国では、一般的にスヌーズレンの器材・グッズやその空間、スタッフを利用して、利用者の治療ニーズや教育ニーズといったさまざまなニーズに応じていこうとする発想が見られないのが特徴である。

（2）世界におけるスヌーズレンのとらえ方

国際スヌーズレン協会の代表であり、かつ世界のスヌーズレン研究の第一人者であるドイツ・フンボルト大学教授の Mertens, K.（2003）は、世界で初めてスヌーズレンの理論と実践の体系化を行った³⁾。Mertens, K. はその著書の中で、スヌーズレンの適用される領域として、以下の3つをあげている。筆者の Verheul, A. への聞き取りでは、Verheul, A. も Mertens, K. の説を容認している。

①治療としてのスヌーズレン

スヌーズレンを「神経物理的基礎に立つ運動療法」と位置づけ、障害の改善、痛みの除去等に役立つとされる。

②教育的発達支援としてのスヌーズレン

教育的意図をもった関わりによって、子どもの発達を促進させる。

③自由な選択によるスヌーズレン

利用者主体の取り組みであり、レジャーやレクリエーションとして休息やリラクセスに役立つとされる。

これ以降、世界各地で、スヌーズレンをレジャーやレクリエーションとしてばかりではなく、特にセラピーとして理解し適用した論文が散見されるようになる。たとえば、

Lavie, E., Shapiro, M., Julius, M.（2005）¹³⁾;

Chan, S., Fung, MY., Tong, CW., et al（2005）¹⁴⁾;

Staal, J., Sacks, A..（2005）¹⁵⁾; Hotz, GA.,

Castelblanco, A., Lara, IM., et al（2006）¹⁶⁾;

Staal, JA., Sacks, A., Matheis, R., et al（2007）¹⁷⁾;

Chan, SWC. Thompson, DR., Chau, JPC., et al（2010）¹⁸⁾

などの論文があげられる。いずれもスヌーズレンを“multisensory therapy”（多重感覚セラピー）や“multisensory behavior therapy”（多重感覚行動セラピー）、さらに“multisensory stimulation therapy”（多重感覚刺激セラピー）といった呼び方をしている。

また国際スヌーズレン協会（ISNA）のホームページ（英語版）¹⁹⁾においても、“What is Snoezelen?”の中で、

“Snoezelen is therapy as well as promotion and is used for all stages of development (from toddlers to old people)”（Mertens, K. 2006 より）と記されている。すなわち、「スヌーズレンはセラピーであり、同時に促進であり、あらゆる発達段階の人びと（幼児から高齢者まで）に利用されるものである」としている。

このように今日では、スヌーズレンは世界的にレジャーであるばかりか、セラピーとしても公式に認定されるようになったのである。この今日の世界における認識をわが国と比べると、わが国は欧米に少なくとも15年は遅れているものと思われる。今後、わが国では、世界的な視野に立って、今日のスヌーズレンの実践・研究の成果に関する情報の収集・分析が求められよう。

（3）本調査における「セラピーとしてのスヌーズレン」について

2008年にドイツ及びオランダにおける数箇所の調査を実施したが、調査したすべての機関（子どもから大人までを対象）において、スヌーズレンがセラピーとして実施されていた。

ドイツの特別支援学校やリハビリテーションセンターにおいて、スヌーズレンはエルゴセラピスト（作業療法士）がセラピーの一環として実践されていた。また知的障害者ホームでも、スヌーズレンはリハビリの一環（セラピー）として実践されていた。

わが国では、ごく一部の書籍において、作業療法の分野で重症心身障害児者に対する治療的もしくはレクリエーション活動として紹介されている²⁰⁾。しかし、ここでは、指導の目標と評価のある計画的なセラピーというよりは、リラクゼーションを目的としたレクリエーション的な意味合いが強いことから、スヌーズレンがセラピーとして位置づけられているとは言い難い。

オランダの特別養護老人ホームでは、長期間スヌーズレンに囲まれた生活を行った複数の認知症の高齢者における睡眠薬・抗うつ剤の投与量の減少が報告されている。この結果はスヌーズレンのセラピー効果を科学的に裏付けるものであるといえる。このことは文献でも指摘されている³⁾。またスヌーズレン器材の生産販売会社で近年開発されたミュージックセラピー・ウォーターベッド²¹⁾は、患者の慢性的な痛みを緩和したり、除去したりする究極のセラピーと言われる。今後、痛みが治癒した症例が増えれば、全世界で科学的にセラピー効果のあるベッドとして市場に登場するであろう。

わが国では、日本メディックス社が開発した水圧式マッサージベッドの「アクアラグーン」²²⁾が市販されている。ヒーリングの曲も流れる癒しのセラピーベッドであるが、慢性的な痛みまでは除去することができない。

今回の調査は対象が限定されてはいたが、スヌーズレ

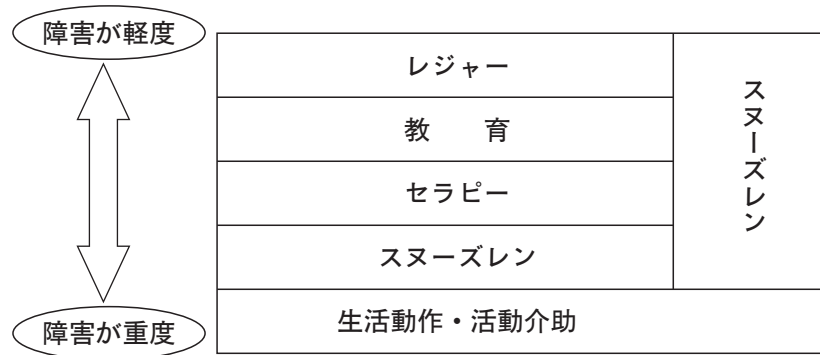


図1 スヌーズレンの概念図

ンは明らかにセラピーとしての一面を有していることが理解された。この結果は、スヌーズレンをセラピーと考えて適用した上述の諸々の海外の先行論文の結果を支持するものであった。

今後、わが国において、スヌーズレンがセラピーとして認定されるためには、特に医学の作業療法の分野においてスヌーズレンがセラピーとして実施され、そのセラピー効果を科学的に明らかにする必要があるであろう。

(4) スヌーズレンの概念について

姉崎（2007）は、従前の研究においてスヌーズレンをレジャーとセラピーと教育の3つの概念を統合した概念としてとらえている⁹⁾。すなわち、スヌーズレンは、レジャーの他に、セラピーや教育としての側面を併せ持つと考えることができるからである。本稿では、セラピーとしてのスヌーズレンに焦点を当てて考察したが、教育的発達支援としてのスヌーズレンについては、誌面を改めて別の機会に論じることとする。

またスヌーズレンの概念として、上記の概念図が考えられる（図1）。たとえば、重度障害児者を例にすると、生活をする上で、まず常時生活動作・活動介助等を必要とする。その上で、スヌーズレン、セラピー、教育、レジャーの順に利用者のニーズがあると考えられる。また一方では、セラピーと教育とレジャーはスヌーズレンとしての側面を併せ持つことから、生活動作・活動介助の次にスヌーズレンが大きく位置づけられる（図1の右側）、という構図も考えられるのである。この大きく2パターンに分けられる。いずれにしても、障害児者が生活をしていく上で、スヌーズレン（心地よさやリラックスなど）はなくてはならない基本的なコンセプトであるといえる。

5. 今後の課題

(1) 今回の調査は、ドイツ・オランダを対象にしたものであった。今後、他の諸外国においても同様の調査を実施し、さらに検討する必要がある。

(2) 国際スヌーズレン協会は、スヌーズレンの概念について、「セラピーである」と同時に「促進である」としている。ここには「教育」という用語は見られない。今後、「教育としてのスヌーズレン」について実証的に検討を行い、スヌーズレンの概念を明確にする研究が必要がある。

付記

本研究は、「2008年度大学教育の国際化加速プログラム」に採択され、実施されたものである。

謝辞

本調査を実施するにあたり、ドイツ・フンボルト大学のMertens, K. 教授並びにオランダのVerheul, A. 氏に多大なるご協力を頂いた。ここに記して感謝申し上げる。

引用・参考文献及び参考サイト

- 1) 日本スヌーズレン協会ホームページ
<http://snoezelen.jp/snoezelen.html>
- 2) Hulsege, J. & Verheul, A. Snoezelen-another world. ROMPA in the U. K. 1987
- 3) Mertens, K. Snoezelen-Eine Einführung in die Praxis. Verlag moderns lernen., 2003: 29-31. 姉崎 弘（監訳）スヌーズレンの基礎理論と実際一心を癒す多重感覚環境の世界ー。大学教育出版, 2009: 21-23.
- 4) 姉崎 弘. 英国における障害児者へのスヌーズレンの福祉実践（Ⅱ）－Multi-Sensory Room の今日的意義ー。三重大学教育学部附属教育実践総合センター紀要, 25, 53-58, 2005.
- 5) 姉崎 弘. 英国の Special School における Snoezelen の教育実践に関する調査研究－Snoezelen の概念をめぐってー。三重大学教育学部研究紀要, 58, 教育科学, 99-105, 2007.

- 6) 姉崎 弘. カナダにおける障害児者へのスヌーズレンの医療・福祉実践－Snoezelen Poolの今日的意義－. 三重大学教育学部附属教育実践総合センター紀要, 28, 59-64, 2008.
- 7) パロのホームページ <http://ja.wikipedia.org/wiki/>
- 8) 出口隆一. ベルギーにおける心身障害児の治療教育. 社会福祉法人清水基金第7回海外研修報告書, 14-15., 1989.
- 9) 山中裕子. オランダに広まる重度障害者のための新しいケアの方法と概念－スヌーズレン－. 社会福祉法人清水基金第8回海外研修報告書, 43-44, 1990.
- 10) 鈴木清子. オランダから広まる知的重度・重複障害を持つ人々の活動－スヌーズレン－. 社会福祉法人清水基金第10回海外研修報告書, 15-22, 1992.
- 11) 鈴木清子. “スヌーズレン”－重度知的障害を持つ人々の活動－. OT ジャーナル, 27, 1256-1259, 1993.
- 12) 太田篤志. スヌーズレン. 月刊福祉, 8月号, 84-87, 2004
- 13) Lavie, E., Shapiro, M., Julius, M. Hydrotherapy combined with Snoezelen multisensory therapy. *Int J Aolesc Med Health*, 17 (1), 83-87, 2005.
- 14) Chan, S., Fung, MY., Tong, CW., et al. The clinical effectiveness of a multisensory therapy on clients with developmental disability. *Research in developmental disabilities*, 26 (2), 131-142, 2005.
- 15) Staal, J., Sacks, A.. Combination treatment: Snoezelen, multi sensory behavior therapy (MSBT) and Standard psychiatric care on activities of daily living (ADLs), agitation and apathy on dementia patients on a geriatric psychiatric unit. *Gerontologist*, 45 (2), 131, 2005.
- 16) Hotz, GA., Castelblanco, A., Lara, IM., et al. Snoezelen: A controlled multi-sensory stimulation therapy for children recovering from severe brain injury. *Brain injury*, 20 (8), 879-888, 2006.
- 17) Staal, JA., Sacks, A., Matheis, R., et al. The effects of Snoezelen (multi-sensory behavior therapy) and Psychiatric care on agitation, apathy, and activities of daily living in dementia patients on a short term geriatric psychiatric inpatient unit. *International journal of psychiatry in medicine*, 37 (4), 357-370, 2007.
- 18) Chan, SWC. Thompson, DR., Chau, JPC., et al. The effects of multisensory therapy on behavior of adult clients with developmental disabilities-A systematic review. *International journal of nursing studies*, 47 (1), 108-122, 2010.
- 19) 国際スヌーズレン協会ホームページ <http://www.isna.de>
- 20) 寺山久美子 (監修). レクリエーション改訂第2版 社会参加を促す治療的レクリエーション. 三輪書店, 192-193, 2004.
- 21) ミュージクセラピー・ウォーターベッドのホームページ <http://www.youtube.com/watch?v=npZdLLs4IjY>
- 22) アクアラグーンのホームページ <http://www.nihonmedix.co.jp/commodity/log/entry/02/142.html>