

VII 非言語的アプローチ

57 遊戯療法

西尾 弘

1 到達目標

- (1) 遊戯療法の意義と理論を理解する。
- (2) 遊戯療法の事例から治療過程・技法を理解する。
- (3) 事例の治療的機能を学び、遊戯療法を応用して、教育現場で活用できるようにする。

【キーワード】

治療的機能，治療的関係，意識と無意識，受容，洞察，制限

2 遊戯療法の意義と理論を理解する

この研修テキストで、遊戯療法の全てを紹介するのは不可能であるので、高野清純の著書「遊戯療法の理論と技術」とC・E・ムスターカスの著書（古屋健治 編訳）「児童の心理療法——遊戯療法を中心として——」の中から、基本的な考え方をまとめている。

(1) 遊戯療法の意義を理解する。

高野清純は、遊戯療法（play therapy）を子どもの心理療法（psychotherapy）の一形態であり、子どもの心理的・行動的障害の治療に遊びを利用する方法であると定義している。その理由として、「第1は、子どもの遊び自体が治療的機能を有する」、「第2は、子どもの遊びは治療的関係の形成を促進する」という2点をあげている。

(2) 遊戯療法の治療的機能の理論を理解する。

高野清純の「第1は、子どもの遊び自体が治療的機能を有する」については、ロジャーズ（C. R. Rogers）の来談者中心療法の原理を子どもの心理治療に適用して、遊戯療法の一つの理論的立場を構築したアクスライン（Axline, Virginia M. 1911~）の理論が参考になる。

アクスラインは、遊戯療法について「子どもは、くつろいだ気持ちになると、自分のうちにある自らの権利で、本当の自分になろうとする力を実現し、自分で決断を下し、もっと心理的な成長をとげ、そうすることによって個性を実現し始める」という考えを示して、プレイセラピストに必要な8原則を、次のように提示している。

- ①セラピストは、子どもと温かい友好的な関係をつくる。
- ②セラピストは、子どものあるがままの姿を受容する。
- ③セラピストは、子どもとの関係で、許容的な感情をつくり出すように努める。

- ④セラピストは、子どもが表出する感情を敏感に察知し、これらの感情をオーム返しに返し、自分の感情を洞察しやすくする。
- ⑤セラピストは、「子どもは、自分の問題を解決する機会を与えられるなら、子ども自ら解決できる能力をもっている」ことを信じて疑わない。選択し、変化し始めるかいなかは子どもの責任にしておく。
- ⑥セラピストは、かりそめにも子どもの行動や会話に指示を与えることのないようにする。子どもがリードし、セラピストが従う。
- ⑦セラピストは、治療を急がない。
- ⑧セラピストは、治療を現実の世界に関係づけておくのに必要な、また、子どもに治療関係での責任を自覚させるのに必要な制限を与えるだけである。

このアクスラインの8原則を、教育現場で活用する際には、「セラピストを教師に」、
「治療を保育や教育に」と、読み替えると遊戯療法と教師が行う教育活動との共通点が浮き彫りになる。

(3) 遊戯療法の治療的関係形成の理論を理解する。

高野清純の「第2は、子どもの遊びは治療的関係の形成を促進する」については、C・E・ムスターカスの著書「児童の心理療法」の第1章「子どもとのセラピの基本的条件」の冒頭にある「関係療法」という理論が参考になる。

第1章の1、「関係療法」の中では、「関係療法はふたりの人間によって創造されるユニークな成長体験である。そのひとは援助を求める人、もうひとは援助を提供する責任をとる人である。(略)セラピというものは、その成長体験の密度を高め、これを意識的に構造化したものであり、究極的にはふたりの人間の関係の中で体験される他の生活体験と同一の原理によって理解することができるし、基本的に少しもことなつたものではないのである。他の人間との関わりがあるという感じは、個人の成長にとって基本的な条件である。」と述べている。また、第1章の5「関係の構成」の中では、「セラピの初期は、関係の構成が重要な過程である。子どもはプレイルームに案内され、関係を構成するプレイセラピストの言葉を通して、子どもは、治療関係や彼が持つ自由と責任が何であるかを理解する。」と述べている。

(4) 遊戯療法の基本的な治療過程の理論を理解する。

C・E・ムスターカスの著書「児童の心理療法」の第2章「セラピの過程」の3では、事例を通して、次の治療過程の5段階を述べている。

- 第1段階 初期の面接では、子ども(情動障害児)の否定的態度は、焦点がなく、漠然としていることが多い。(筆者は「焦点がなく、漠然とした段階」と要約した。)
- 第2段階 第2の段階で、子どもは、漠然と不安になったかと思うと、つぎは漠然と敵意を示したりすることが多い。 (「漠然とした両向性を示す段階」)
- 第3段階 第3段階の特色は、敵意の焦点がはっきりして、強い恐れが一層表現されるところにある。(「遊戯場面で、特定の対象に対して恐れと怒りを示す段階」)
- 第4段階 第4段階では、両向性(ambivalences)が、ふたたび前面に出てくる。しかし、今度の両向性は、肯定的態度と否定的態度がまざりあつたものである。(「両向

性を具体的に示す段階」)

第5段階 最終の段階では、否定的態度と肯定的態度がはっきりと分かれてくる。

(「両向性の統合を示す段階」)

そして、第2章「セラピの過程」の4「むすび」では、次のように述べている。

「セラピの過程は、遊戯場面において、自動的に起こってくるものではない。それは、大人が、たえず、子どもの感情に敏感に反応し、彼の態度を受け入れ、彼を心から信頼する関係のなかで、はじめて可能になる。サイコセラピ (心理療法) における有意義な関係を通じて、情動障害児は、情動的成長の過程を体験する。子どもは、焦点のきまらない一般化された否定的態度——それは、人間としての潜在能力を十分に発展させない——の表現から、自分を価値あるものと感じ、真の才能や可能性を発展させる、肯定、否定を明確化する態度の表現へと変わっていく。利用可能となった自己能力 (self-capacity) と回復した自己尊重 (self-regard) とによって、子どもは新しい体験にとびこんでいき、他人との関係のなかでその新しい意味と価値を見出していくのである。」と述べている。

3 遊戯療法の事例から治療過程・技法を理解する

(1) 登校拒否児A男(小1)の遊戯療法過程—ひとりっ子の心理的母子分離の事例—

この事例は、公立教育研究所所員のときに担当したA男(小1)に対する延べ21回(X年10.20~X+1年8.7)の遊戯療法過程の概要をまとめている。この事例では、A男が克服したテーマを「ひとりっ子の母親からの自立」と考えている。A男が登校拒否を克服した心理的背景には、箱庭遊びの中で熱中した「制服姿の女性人形の首落とし(母親殺しのイメージ)」の場面を頂点にして、内面の心の動きをイメージとして鮮明に表現していた。今回、「A男が表現していたイメージ」の内容を考察することにより、A男の「母子分離不安をめぐる葛藤と自立への歩み」という個性化の過程を整理している。

① 相談前のA男の状態

i 対象児 A男(小1) 父(42) 母(41)。

ii 主訴の概要(10/20. 初回面接の記録から)

* 小学校入学後、6月中旬にプリントができないので残され、他の子が帰宅するのを見て「お母ちゃん、助けて…」と言って泣き先生に叱られる。その後、学校を怖がるようになる。7月から登校途中から帰宅するようになった。9月から、母が同伴して登校させているが、プリントが出されると、泣いて飛び出し帰宅することが多くなる。今は、何とか登校することができている。

* 父親は職人で、子育ては母親任せ。文化住宅の一室であるので、「幼児期より泣かさぬように甘やかさぬように育ててきたつもり」「3歳児頃より字を教えたり絵を習わせたが、外では遊ばなかった子」など。

② 第1期 学校から逃げ帰るときもあるが登校していた時期

(第1段階11月末までの4回の面接の概要)

1回目(11/2)のA男の行動は、プレイルームに案内すると、遊具を見て驚き、「こんなの幼稚園の子が遊ぶところや!」と言って、母親の手を離さなかった。相談員から握手を求めるとA男が応じたので、母親が親面接の部屋に移動することができた。

その後のA男は、相談員の手を握って離さず、甘えを見せてきた。初回の前半は建物の見学と言うので、屋上から1階まで階段を使ったが、相談員にべったり甘えを見せてくるのが印象的であった。残り15分間は、プレイルームの隣の創作室の箱庭を見て、A男の目が輝き、図1の「弱肉強食の動物の世界」の作品に取り組み、「アフリカの風景や!」と言った。また、別の箱庭にはタコ・イカなどの小動物を砂の中に埋めて、「海の底や!」と言っていた。

＊3回目(11/16)のA男は、箱庭で「弱者と強者が共存する世界」の作品を作り、図2の「カバが水を飲む」描画を描いて「このカバはぼくや。カバの反対はバカやから」と言うなど、自分の弱さを訴えていた。

この日から、プレイルームに入り、輪投げをするが、黒板に書かれた点数の一桁の計算ができないので困っていたが、両手の指を使って計算し、相談員の顔色を伺っていた。次のボーリング遊びでも計算で困っていたが、A男は自分の弱点を暴露する場面を克服し、遊びへの抵抗感もなくなった。

＊4回目(11/30)のA男は、プレイルームに居場所を見つけたように、今まで手をつかなかった天井から吊ってあるサンドバックに挑戦し、汗をかくまでになっていた。

③ 第2期 A男の登校拒否の再発と母子関係の対決から、無力感を訴える時期(第2段階 12月～1月中旬の5回の面接概要)

＊5回目(12/7)～6回目(12/14)のA男は、12/1より登校拒否が再発して、プレイルームが「休息の場」となっていた。最初からプレイルームに入り、ブランコに乗り、サンドバックを蹴るなどの激しい遊びを展開する。その合間には、プールに10cmほど水を入れて、4隻の船を浮かべて波に翻弄される遊びを楽しむ。また、6回目には、動物たちが逃げ惑うという図3の「混乱する動物達」の絵を描き、相談員の気持ちを確かめるようにカウンセリング的な対話を求めてきた。

＊7回目(12/21)～9回目(1/11)のA男は、深刻な心理状態に陥り、相談場面(遊戯治療)が「心の居場所」として位置づいてきた時期である。母親の話によると「父親が日

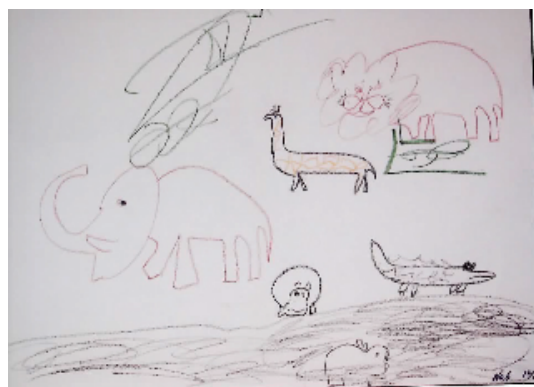
図1 (11/2) 「アフリカの風景」箱庭



図2 (11/16) 「水を飲むカバ」描画



図3 (12/14) 「混乱する動物達」描画



曜日にA男を食事に連れ出し、登校することを約束させた」。すると、月曜日に登校できなかったA男が、ガス管を外し、母親に「僕と一緒に死んで！」と訴えたのである。しかし、カウンセリングを通して心の安定感を回復していた母親は、「こんなことで、死ぬわけにはいかん」と突き放して頑張ったらしい。A男にとって、この母親からの拒絶は大きな精神的ショックを与えたのである。

7回目(12/21)のA男は、待合室に入らず母親と離れて、受付カウンターで相談員を待ちかねていた。A男は、創作室で持参した「魚の本」の内容を話し出すが、相談員は無意識に話題を現実の生活から外そうとしているだけでなく、左耳をしきりに引っ張る動作からチック症状が出ているのを感じていた。後半のA男は、「来年はネズミ年だ」と言って、得意な描画で黒色一色の「ネズミの泥棒」「ネズミの運動会」などの絵を描いていたが、明るい対話になると、チック症状が消えているのであった。

④ 第3期 母子登校を続けながら、A男が自立への転機を迎える時期（第3段階 1月中旬～3月末の6回の面接概要）

*11回目(2/1)～14回目(3/8)のA男は、男性像を確立するような遊びに熱中した。

A男は、それまでの相談員に遊んでもらう意識でなく、自分が相談員を誘いリードする遊びを展開していた。相談員は、家庭での父子関係が改善されているのを感じた。

3学期の最初の1週間、登校できなかったA男を、父親が学校に連れて行ったことがきっかけとなり、1月中頃より、母子登校だけでなく、母親も教室で待機する取り組みが始まり、1～2週間後にはA男も徐々に意欲を取り戻すようになった。

11回目(2/1)のA男は、自分から遊びをリードして腕相撲・指相撲をしながら、「お父ちゃんと、やってる遊びや」などと言った。また、プレイルームで激しい遊びをしたり、箱庭や描画では戦車や大砲などを置き、戦場場面を表現していた。

*15回目(3/14)のA男は、創作室にはいると、箱庭の砂の感触を楽しむかのように両腕の大部分を入れ、砂いじりをしながら、カウンセリング的な会話をしていた。

次に、「宝探しをしよう」と言って、小動物を10個ほど砂の中に埋め、あたかも乳房のような山を築いては、壊すという遊びに熱中する。そして、残り10分前頃には、首のところがグラグラしている制服姿の女性人形を見つけてきて、上から砂をかけて首を落下させる遊びに熱中する。A男は何回も繰り返すうちに、突然グラグラと大声で笑い出し、隣にいる相談員にも気付いていないのであった。相談員から、何気なく「これは、お母さんかな？先生かな？」と聞いてみても、A男は両方とも同じ感じの顔を見せっていたが、質問の意味も意識していない感じであった。そして7～8分後には、A男は満足した表情で「この人形、隠しておくわ」と言って、退室した。

相談員は、図4「女性人形への攻撃」の箱庭作品を、A男が無意識層に抑圧していた情動が一举に表現したイメージと感じたが、A男の行動とそのエネルギーに驚きながらも、遊戯療法の治療的機能が6～7歳児にも有効に働くことを感じていた。

とりわけA男が「母性的な乳房の愛撫」から一転して、「制服姿の女性人形の首落とし」へと対極的な両向性の感情を劇的に表現した事実には驚いた。しかし、ユングの元型の一つである「グレートマザー（太母）」との対決という深層心理であると解釈すると、A男のこの残虐な遊びが持つイメージの意味と登場する必然性も感じていた。

*16 回目 (4/5) の A 男は、1 年生も終えて、「春休みは近所の子とも遊んでいる」などの会話から始めるが、前回の首無し人形と再び遊び始める。しかし、最初は、「首を胴体の上に乗せて、砂で首を落下させる遊び」であったが、あまり笑うこともなく、「こいつも、よう頑張るとるわ」と独り言のように言っていた。そして、首と胴体を別々に埋めて、丸く円墳のようにして樹木で飾り、二つの墓を作っていた。しかし、これだけで満足できないのか、再び墓をあばきだし、ライオン・トラ・ヒョウ・ワニ・オオカミなどが首と胴体を食べてしまうシーンをつくりだしていた。

図 4 (3/14) 「女人形への攻撃」箱庭



そして 15 分後には、我に返ったような表情になり、人形をいたわるように棚の奥に隠して終わった。相談員は、A 男の円墳の墓は前回の行為に対する補償作用であるが、食肉獣に食べさせる攻撃性もあり、まだまだ心の整理ができていないのを感じた。

⑤ 第 4 期 A 男がカウンセリング的な会話を求め、内面の統合を図る時期 (第 4 段階 4 月中旬～5 月中旬の 4 回の面接概要)

* 20 回目 (5/16) の A 男は、この日が遊戯面接の最終日であることを予告していたので、最初から創作室に入り、箱庭の中央部に、金閣寺の本堂や五重の塔、周辺に赤い鳥居・神社を置き、宗教的な雰囲気をつくりだすが、「あとは、どうなるか、わからん。わからん……」と独り言を言いながら、次々と樹木を置き続け、深い森林状態を作り上げ、最後に一言「これは森林帝国や」と言って終わる。次に、A 男は図 5 の描画に取り組むが、用紙の右上の円形の部分に熱中して、茶色・黒色・青色・緑色・黄色などの色を何重にも塗り重ねていた。その途中で、A 男が相談員に「これ何の絵やと思う？」と聞いてくるので、「わからんなあー」と返事すると、A 男が「僕もわからん。やってみな、わからん……。最後になってみないと、わからん」と、独り言のようにつぶやいていた。数分後には、緑色の太い線を逆「の」の字のように一気に描き、黒色の部分(首)を描いて、「これは海蛇や。丸いところは“とぐろを巻いていた蛇”で、これは“眠っていた蛇が泳ぎ出す”ところや」と言っていた。

図 5 (5/16) 「海蛇の二つの姿」描画



相談員は、A 男が 1 回目に箱庭でつくった「弱肉強食の世界」のイメージが「植物帝国」のイメージとなり、もう一つの箱庭の海底に隠した小動物のイメージが「泳ぎ出す海蛇」のイメージとして表現して、「決別の儀式」をしたように感じた。

⑤ 第 5 期 A 男が内面の再統合を図る時期 (第 5 段階 8 月の 1 回の面接概要)

* 21 回目 (8/7) は、A 男の母親から電話があり、「A 男がもう 1 回、教育研究所に行

きたい」という依頼で、面接をすることになった。その日のA男は、最初から創作室に直行して、最初の10分間は、相談員相手に学校の話や腕相撲や指相撲などを楽しんでいた。その後、A男が棚の奥に隠してあった「首無し女性人形」を探し出してきて、箱庭の中でいたわりを込めたような砂かけをした後で、図6の「女性人形の墓づくり」を丁寧に仕上げて、25分で創作室を出ていった。

相談員は、A男が夏休みになって来談したかったのは「女性人形」に会いたかったからであり、A男の内面では「女性人形」の攻撃性に対しての相補性が働き、「女性人形」の弔いともいえる墓づくりで、内面の安定感を回復したものと感じた。

図6 (8/7) 「人形の墓づくり」箱庭



(2) A男の遊戯療法過程のまとめ

今回、6枚の図を掲載しているのは、C・E・ムスターカスの著書の中の「治療過程の5段階」を参考にすると、A男の心の変容過程が理解しやすいと考えたからである。

A男の遊戯療法過程を総合的に考察すると、「臨床心理学は『意識と無意識の相補性』や『心の全体性』に注目する学問である」ことを再確認した。一つの例として、ユング

は「心の全体性」について、次のように述べている。

《人間の心の中には、対極性が存在し、それらの間に相補的な関係が存在する。ユングは人間の意識も無意識も含めた心の全体性に注目し、そのような心全体の統合の中心として「自己」の存在を仮定するようになった。ユングは意識と無意識の両者の相補的な働きに注目して、「全人格の中心はもはや自我ではなく、自己であることを悟るであろう。自己は心の全体性であり、同時にその中心である。これは自我と一致するものでなく、大きい円を含むように、自我を包含する。》 河合隼雄 著 「無意識の構造」中公新書481から要約

この事例ではA男が無意識層に潜めていた情動（コンプレックス）を相談員に、遊び・箱庭・描画などを通して非言語的なイメージで表現し続けていた。相談員は、A男が気付いていないイメージをありのままに受容する援助的人間関係を保っていたが、A男が内面で抱えていた「母子分離未完成の課題」を自力で克服して、新しい母子関係を構築して、心の変容をしたものと考えている。それは、ユングの「無意識の元型的イメージが自我に統合することで個としての自立ができる」という個性化の過程と一致するからである。

4 遊戯療法から、教育現場での活用方法などを理解する

遊戯療法では、子どもと「遊ぶこと (doing)」よりも、「遊びの中に存在すること (being)」が治療的機能を高められると考えている。また、子どもに「遊ばせる・振舞わせること (behaving)」よりも、「遊びを共に体験すること (experiencing)」が治療的人間関係が

深められると考えている。そして、非言語的アプローチである遊戯療法では、子どもの内面からのメッセージである「イメージ（心の声）」が鍵となると考えている。

今回は、大学生が4週間の教育実習後に提出した記録の中から一つを紹介し、教育現場の学級担任教師の生徒指導の実践例を通して、遊戯療法の原理の一つである「イメージを自己表現させる」取り組みが、教育現場で活用されていることを報告する。

〔事例 5歳児 X（女）とY（男）〕

ある日、戸外活動から帰ってきたとき、私の所にXが飛んで来て、「Yくんがね、わたしに『おしっこ』と言った…」と訴えた。その時、私は「Yくんがトイレに行きたかったかもしれないよ？」と軽く考えて答えた。しかし、Xは「ううん、違うよ。Yくんはわたしがお片付けの時に、コーンを洗ってたら、それを見て『おしっこ』と言うたんや！」と怒っていた。そこで私は、Yを呼んで3人で話し合いをした。私がYに「Xちゃんに『おしっこ』と言うたん？」と聞くと、Yは静かに頷いて認めた。

そしてYは素直に謝ったが、Xは納得しなかった。私が困っていると、担任の先生が来られ、援助してもらった。その場面には、次のような会話が合った。

*先生「Yくん、『おしっこ』と言うたん？」 *Y「『おしっこ』みたいやったから…」 *先生「何が『おしっこ』みたいやったの？」 *Y「Xちゃんが、コーンの砂をとってるときなあ…。水が流れるのが『おしっこ』みたいやった」 *先生「そうかあ…。ほんとうやね。Yくん、その時、お片付けしてたの？」 *Y「ううん。見てただけや」 *X「あなの、先生。Yくんはお片付けしてないのに、わたしを見て『おしっこ』と言われたのが、嫌やったのや」 *先生「分かった。Yくんはお片付けしないで、Xちゃんが一生懸命お片付けてるのに、それ見て『おしっこみたい』と言われたので、Xちゃんが怒ってるんだね」 *Y「ごめんね……」 *先生「Yくんも、Xちゃんのことを『おしっこ』と言うたんじゃなくて、コーンから水が流れるのを見て『おしっこみたい』と思ったんやね……」 *Y（頷く） その後、二人は納得して、仲良く遊んでいた。

先生と子どもの会話を見て、保育者はトラブルが起こっていても、その時の情景を幼児の話から再現し、しっかり受け止め、幼児の心の問題も解決するという指導・援助の実際を目撃した。また、この先生と幼児の会話は、「教育現場で行うカウンセリングの実際なのだ」と、改めて思った。（学生の実習記録から掲載）

遊戯療法は、プレイルームなどで子どもの遊びを通して行う心理治療である。しかし、教育現場では「子どもたちが表現しているイメージの中に心の問題が秘められている」と考える非言語的コミュニケーションに着目する取り組みが一つの鍵となる。つまり、教師の工夫次第で「子どもの心の声」を表現させることができるのである。

例えば、精神科医が患者に風景のイメージを描かせる「風景構成法」では、画用紙の裏側に「いつ、何を、どんな気持ちで……」などの気持ち（心の声・心の叫び・ホンネ）を書かせて、対話する絵画療法があるが、教育現場でも応用ができる技法の一つである。

《参考引用文献》

C・E・ムスターカス 著 古屋健治 訳編「児童の心理療法——遊戯療法を中心として——」岩崎学術出版社 1968.2.5.

河合隼雄 著「無意識の構造」中公新書 481 1982.9.25.

高野清純 著「遊戯療法の理論と技術」日本文化科学者 1972. 1. 15.