

保育者養成コースにおける“表現する”活動の試み(Ⅲ)

—箱庭療法体験の実践例より—

番匠明美

Akemi BANSHO

保育者養成のための授業の中で、子どもとかかわる視点に、心理療法的な考え方を取り入れてきた。その1つとして行ってきた“表現する”活動は、保育者を目指す学生達が子どもを捉える力を深め、青年期にある自分を見つめ直すことを支える等のねらいがある。本稿は本学児童教育学科2年、及び専攻科(保育専攻)1年の計3年間に、筆者が学生達と体験してきたそれら“表現する”活動についてまとめた一連の研究報告の1つである。ゼミのテーマに特に箱庭療法を選んだ専攻科生の事例から、授業の中で行われた箱庭体験を通じ、学生が自分自身と向き合った心の作業をたどることで、“表現する”活動の実践を報告する。また箱庭療法を活用に関する今後の研究の一助としたい。

キーワード：保育者養成、“表現する”活動、箱庭療法、自分らしさ

1. はじめに

本学に入学し専攻科で3年目を迎える学生達は、これまで保育者を目指し歩んで来た或は子どもの理解を深めるために学んできたことの集大成として、「修了研究及び論文」という授業の中で、各自のテーマを探求する。そしてそれらを論文として仕上げる作業に取り組む。これは各大学でも見られるいわゆるゼミの形式をとるものである。

主に保育者を目指す学生達との授業を通じたかかわりの中で、筆者は“心理療法的な視点を保育に生かす”という立場を大切にしてきた。青年期にある学生達は、実習等のさまざまな機会を通して、自らの幼児期を繰り返し振り返りながら、心の中で子ども達と向き合っていく。そして保育者となる自分自身の姿をたえずぬり換えつつ、“自分らしい保育者像”を育てていく。この“自分らしさ”を育てていくうえで、内的な世界と向き合う方法として、筆者はイメージの表現を利用できるのではないかと考えている。また心理治療で使われる表現療法の手法を用いる過程で、子どもは自分の大切なイメージの世界を、安心できる人(例えば保育

者)と共有し味わうということを体験することができる。そのことが子どもの心の成長に非常に重要なものをもたらすのである。そこで、将来保育者となる学生達にも表現療法を利用した活動を通して①青年期の課題として保育者を目指す自分をどう受け止めていくのか。②保育者として子どもが表現したものにどう向き合うのか。③この時代の中で幼児期にある子ども達に対して保育者として何を大切に守っていくのか。これらのテーマに取り組んでもらいたいと考えている。本稿では、まず学生達が3年間に授業の中で体験してきた“表現する”活動についてとらえる。さらにそれらを卒業後の保育者としての成長に繋げていく意味で、ゼミのテーマに心理治療の1技法である箱庭療法を取りあげた例を紹介する。保育者を目指す学生が箱庭体験と論文作成を通じて“自分を見つめる”心の作業に取り組むことの重要性について検討し、その実践について報告したいと考えている。

2. 表現する活動とその取り組み

授業の中で取りあげている“表現する”活動と

は、もともと心理療法を行う者が訓練のために体験するものや表現療法の技法を利用して行っているものである。あえて表現療法の用語を使用しない理由は次の2点からであった。1つには授業において学生達と行っていることを治療的なかわりと区別しておきたいという思いが当初筆者の中にあっただけである。しかしこの点に関しては実際に学生達と体験を重ねる中で、区別する必要性はないのではないかという思いに変化している。箱庭療法がどのような対象者に有効であるかについてはまた他の機会に考察していきたい。もう1点は結果として完成した作品に着目するだけでなく、表現していくその過程に目を向け、そこで身体的な感覚も含め、どんな思いが展開していったのかを学生達に捉えてもらいたいと考えていたため“表現する”活動というような言い回しを使うこととなった。より適切な用語がないか、現在も検討中である。

活動の内容としては、最近の学生が携帯電話やパソコン、ゲーム等といった想像上の世界の中で仮の体験を重ねている傾向を感じるため、それに対してできるだけ生の素材のおもしろさに直接触れて楽しめるものを選んだ。また、現場に出た時に子供たちと共に体験することができるもの、そして日常生活に近いところであって「今、その時」を大切にしながらなおかつ変化を楽しめる素材を取り入れるように心掛けた。

次に、専攻科で箱庭療法を体験する学生がそれまでのどのような“表現する”活動を経験してきたのかをまとめておくために、羅列的になってしまうがここで紹介しておく。

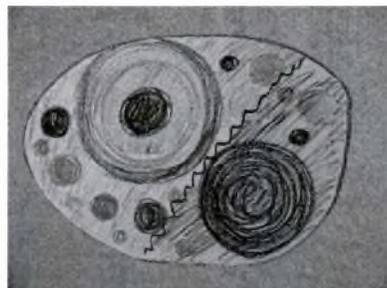
(1) 卵型色彩法

幼児期にある子どもが心に苦しいものを抱えた時、遊戯療法という遊びの特性をいかして治療する方法がある。この特性の1つとしてあげられる自己表現に関して学生達が実体験することがねらいである。自分を表現するということが怖くもあり心配でもあり、おもしろく楽しいことでもあるという不思議な思いの中で経験されるものであることを実感してもらおう。

四つ切り画用紙に自分の好きな卵型を描き、それをはさみで切り取る。その卵型を回しながら自分の気持ちにびったり来る方向が見つかったら、そこに自分の中に浮かび上がってきたものを自由に描いていく。一概には言えないが、立て向きの卵には変化、横向き卵には安定した印象が感じられる。保育者にとっては卵が持つイメージはとても大切に位置づけられている

と思うが、授業では作業に取り組む前に、卵から連想するものを出し合う。卵は我々にとってとても日常生活に根ざした存在であり、また殻で守られたその宇宙の中に新しい命をはらむ可能性を秘めている存在でもある。さらに非常に大切な“守り”となっている殻が実は大変壊れやすく、また温かく大切に扱われることを必要としている。こういった連想をこの体験に参加する学生同士で言語化し、明確に共有するところから始めている。これは子どもも我々大人も、自分や他者が抱える可能性を大切に守り育てていきながら、同時に自分自身も温かく守られることを必要としている存在であることに気づいておきたいからである。

出来上がった作品はみんなで味わい、最後にこの体験の中で感じたことを1人ずつ自分の作品を見せながら発表し、感想を出し合い、筆者からもコメントを述べる。自分の内的な世界を表現した作品を見せ、発表することには最初はかなり抵抗感がある。しかしこの体験は絵の上手下手に関係なく、自分らしさが表現されることが大切であること、どんな表現にもその人なりの意味があり、正しいとか間違いであるといった評価をするものではない。ということが友人の感想や筆者のコメントから伝わっていくと、落ち着いて自分の言葉で作品について語れるようになってくる。現場に出た時に、子ども達のどんな表現にも何かその子なりの意味が込められているということ、そしてそれをどんな風に受け止められることでその子どもの気持ちに何がもたらされるのか。といったところに思いを馳せられる心の準備をこの卵型色彩法の体験を通して行ってもらいたい。



(写真1：卵型色彩法の一例)

卵型色彩法は“表現する”活動の中で、学生達が初めて体験するものであるため、少し詳しく述べた。以下、他の活動内容については簡単に挙げておく。

(2) 風景構成法

風景構成法は日本では治療場面で比較的好く使われている心理テストの1つである。A4画用紙に黒のフェルトペンで川山などと言われる順に描いていき、最終的に自分なりの風景を完成させる。授業の中では分析方法の説明の後、簡単な自己分析をし、希望者は別に時間を取って、面談を受けることができる。ここでは詳しい自己分析もさることながら表現されたもの全体から受ける印象を捉える力、全体の中から気になる部分に着目する力、それらを言葉にして拾い上げる力を体験的に身に付けてもらいたいと考えている。



(写真2: 風景構成法の一例)

(3) コラージュ療法

コラージュ療法は表現療法の1技法で、雑誌の切り抜きや写真等を画用紙に自由に貼付けていくものである。出来上がったものを利用して表現していくため上記の卵型色彩法のように絵の上手下手等にこだわらず気楽に取り組むことができる。既製の表現を借りながら心の中にたまった思いを整理したり、出来上がった表現の中から今後の自分の進んでいく方向性を見つけ出すこと等ができる。切り貼りする過程ではさみを使うことで、自分の気持ちをカットしたり、自分の意志をより強く主張させることができる。



(写真3: コラージュ療法の一例)

(4) 粘土遊び

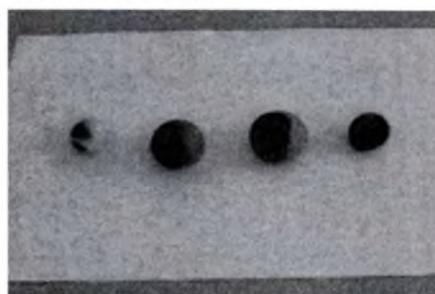
こねたり、板にぶつけたりする動作の過程で自分の抱えている気持ちを発散したり、粘土が吸収してくれたり、素材との対話が一番深まる活動である。粘土は潰れてもまた形が整えられるという可塑性がある。「崩すからこそまた新しく何かが生まれてくる」という自分が変容していくイメージを支える体験ができる。



(写真4: 粘土遊びの一例)

(5) フェルトボール作り

染色した羊毛を重ねて丸めたものに石鹼を溶かしたぬるま湯をつけながら手のひらの中で優しく一定の振動を与えていくことで羊毛が収縮しフェルトボールが出来上がる。フェルトの感触を味わうとともに羊毛の変化を手のひらで感じ取りながら作業を進める。少々大げさかもしれないが一連の活動の中では“私”がつくった作品として、自分の分身のように最も強く唯一性を感じられるものである。



(写真5: フェルトボール作りの一例)

(6) 砂絵遊び

アメリカのナバホのメディスンマン(アメリカ先住民によるシャーマンに対する呼称)が治療や儀式のために地面に砂絵を描くところからヒントを得て、箱庭療法の治療者の訓練のために紹介されたものである。布地の上に色砂を置いていくことで表現するため、やり直しはできない。今その時の瞬間を大切に作業をし

ていくが、失敗したらそれをも自分の表現として取り入れ作品を仕上げる。いろいろな面を全部含めて、自分らしさ(作品)と向き合う。最後は布上の砂を1つにまとめ、表現されたイメージを心に戻して終了する。



(写真6:砂絵遊びの一例)

(7) グループ箱庭と箱庭療法

箱庭療法は心理療法の中の一技法である。用意された様々なミニチュア玩具の中から好きなものを選び、内側を青く塗った、砂の入った箱の中に並べて表現していく。制作者と治療者との関係性が重視されており、治療者は母子一体感のような全てを受け入れられる場を作り出すように努める。箱庭療法の場合は、筆者と1対1で行うため、授業という集団の中で体験する他の活動に比べ、より細やかに自分自身と向き合うことができる。一方、グループ箱庭は数人で相談せずに順番に玩具を置いていき、表現を完成させるもので、箱庭療法とはちがいが思わぬ刺激を他者から受け、それをどのように自分なりに受け止めグループとしての表現に繋げていくかが問題となる。

上記(1)と(2)については幼稚園教諭をめざす2回生が全員体験している。そしてそのうち総合演習或は修了研究及び論文(ゼミ)の両授業で筆者のコースを選択した学生が(3)～(7)について行うことになる。その中で箱庭療法体験はゼミのテーマに選んだ学生のみが取り組んでいく。これまでの自分と向き合うことをテーマとした様々な体験をふまえて、最後にどんな自分と出会うことができるのか。学生はかなり期待が高まった状態でこのテーマに望むようである。

3. 実践例 -専攻科生Nさんの箱庭療法体験

前述の“表現する”活動を体験し、そのまとめの意味を含め、箱庭療法をゼミのテーマに取り上げた専攻

科生の事例を紹介する。

ゼミでは自分の選んだテーマについて1年をかけ研究し、論文にまとめることになっている。

筆者はゼミの初日に、専攻科を終了後社会に出て過ごす時に自分の自信につながるようなテーマを選ぶように学生達に話している。

ゼミ生の多くが保育にかかわる仕事に就く。経験のない者が子どもの前に立った時に「これは1年をかけてやったことなので、少しは自信がある」というものを持っていることが子どもとのかかわりにおいてぶれない自分を支えてくれる1つになると考えるからである。自分らしく生きる中心線がゆらがない人の前で子どもは安定し、心を開くものである。

箱庭の中に表現された世界は、制作者にとって「自分らしい世界」である。箱庭表現を媒介として、何か物足りないとか、うまく作れなかった等の気持ちも全て含めた「私の世界」を治療者に受け止めてもらう。そういった経験を重ねることによって、自分らしさをつかもうとする終わりのない道を歩いていくことができる。保育者が子どもと向き合うということは、子どもの生きていく過程に、自分も自身の道を歩みつつ、寄り添うことである。箱庭体験を通して、自分自身と向き合う力を付けながら、それを子どもと共に歩む時に生かしていってもらいたい。

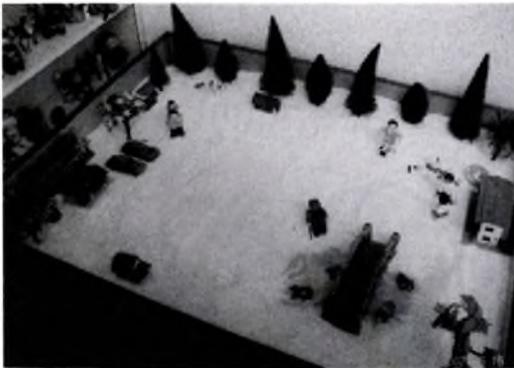
ここで紹介するゼミ生のNさんは5月から7月の間に1週間から3週間程度の間隔で5回の箱庭療法を体験している。ゼミで箱庭体験をテーマにした場合、最低5回は継続して行うようにしている。これは1回1回の表現だけでなく、継続した箱庭表現の流れの中にその人らしさが浮かび上がってくると考えているためである。

学生はそれらを毎回写真とスケッチで記録する。この記録作業を行うことで、箱庭に表現された、分身のように思える自分の世界を客観的に見つめるための適度な距離感が生まれる。さらに、6回目には、筆者と面談し、記録した写真を全て見直して箱庭表現の流れを捉え直す心の作業を行う。箱庭体験中は、考えた通りに作成するよりも何となく置きたい気持ちにそって表現していくことがむしろ大切である。そうすることで日頃気がついていない自分という心の少し深いところからのメッセージを箱庭表現という形ですくい取ることができる。そして後の面談や論文作成の言語化する過程においてそれらをより明確に自分のものにしていくのである。しかし、ここで言語化は全てできるものではない。また、しきれないものが10年、20年の時を

経て自分の中で言葉になってくるものだというあり方が重要だと考えている。それは子どもの可能性が開かれていくのかかわりつつ、見守りつつ支えていくことと似ている。箱庭表現を継続しておこなっていくと、箱の中に表れた世界を言葉にして理解できるとき、言葉にはならないレベルでなんとなく何かをキャッチする瞬間に出会う。それぞれの“わかる”体験が、時と場所を超えて自分の中でうまく統合されたときに、自分の存在全てをかけて“わかる”経験となる。これが箱庭療法で自分らしさをつかむということだと考えている。

以下に専攻科生であったNさんの体験した5回の箱庭作品を提示し、その表現に見えてくるものを捉えていきたい。

(1) 第1回 箱庭体験 (写真7)



(写真7 第1回箱庭体験)

制作後題名が「日常」と付けられた。箱の左の方は実家の家族をイメージして表現している。右側上部はサッカーの好きなNさんがイメージした学校の風景で、下部は父親を連想しながら釣りをしている様子が表現されている。左よりの中央には何も置いていない。

題名にも付けられているように、彼女の中の穏やかな日常性が伝わってくる。現実的な家族との結びつきや、保育者を目指す将来像から来る学校の表現、現実とは違うあちらの世界へ渡っていくことを連想させる橋、自分の内面へと糸を垂らしているような印象の釣りをする男性、そこに何かが表示れてくることを予見させるような空白の部分など、これからの箱庭表現を暗示させるような彼女の心の中のいろいろな領域が示された初回らしい表現である。

(2) 第2回 箱庭体験 (写真8)

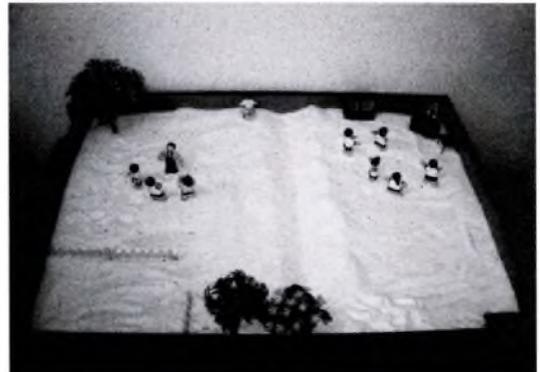
題名は「海」と付けられた。海の中をクジラとシャ

チの親子が気持ち良さそうに泳いでいるのを2組の家族が眺めているところ。海の向こうに島が見える。白い砂の入った箱と普通の砂浜によくあるような砂の入った箱と2台用意してあるが、この第2回目以外は全て白い砂の箱を使用している。制作者達は黒っぽい砂に現実的な世界、白い砂に宗教性や清らかな印象を持ち、非日常的な世界をイメージする傾向がある。Nさんの5回の箱庭の中で筆者はこの2回目の表現がどこか現実的な感じがして、一番印象が薄く、他の箱庭表現の方に彼女らしさを感じていた。しかし、Nさん自身はこの第2回の箱庭が一番気に入っていると述べているのが印象的だ。穏やかで広々とした自然に包まれ家族が過ごす様子は、Nさんの心を支える、基盤となる大切な風景なのかもしれない。海の向こうに見える島は彼女の中に何か新しい領域が芽生え始めていることを感じさせる。



(写真8 第2回箱庭体験)

(3) 第3回 箱庭体験 (写真9)



(写真9 第3回箱庭体験)

題名は「保育所」。中央よりに砂を掘って箱を左右に分ける線が引かれている。左側は園庭で、手前に柵で

囲まれた砂場があり、男性保育士が子ども達と遊んでいる「外の世界」。右側は女性保育士がピアノを弾き、そのまわりに子ども達が集まっている「内の世界」。左右の世界を分ける線の横に、時計が置かれている。制作数日前に終了した実習に刺激された現実に即した表現である。それとともに、保育実習というこれまでとは違った世界で生活することからNさんの心の奥にあったテーマが刺激され浮かび上がってきたようにも感じた。左右に分けられた世界、これまで気がついていなかった領域と自分でわかっている領域をどう繋げていくのか、そのテーマに向き合う“時”が来たようだ。

Nさんの中で箱庭の中にもっといろいろミニチュアを置かなければという思いと、ごちゃごちゃしているのが好きでない自分とがこれまで入り交じっていたようだ。が、この回に「あまりたくさん玩具を置かなくても良いのだと思えるようになった」と述べている。これは「もう自分らしいやり方でいくぞ」という彼女の宣言に聞こえた。

(4) 第4回 箱庭体験 (写真10)

題名は「ケーキ屋さん」。左上のケーキ屋の前に男性と女性のパティシエが立っている。箱中央にあるのは、ケーキ屋のショーケースのなかにあるはずのケーキ。ガラスの石が1つ5歳で真ん中のキャラクターが1歳、合計21歳となり、誕生日を数日後に迎えるNさんの年齢になっている。前回分離していた2つの世界が彼女が以前から憧れていた男女のパティシエによって



(写真10 第4回箱庭体験)

統合され、偶然にもその数日後に迎える誕生日のデコレーションケーキとして表現された。筆者には中央のケーキは心の奥から伸び上がってきた今ここに“私”がいるのだ、という彼女の実感を体現したものと思われる。使用されたミニチュアの数は5回の中で最も少ないが、砂でたくさんの渦を描き、初めて箱全体を使

うことができたと感じたようである。

(5) 第5回 箱庭体験 (写真11)



(写真11 第5回箱庭体験)

題名は「夏休み」。数日後から始まる夏休みをイメージした表現。左側は夏休みに家族がよくいくところから連想して動物園、シロクマと氷、ペンギン、バナナがなる木と象。右側は夏休みに高校時代の部活仲間と遊びに行く川、部活は女子サッカー部のマネージャーをしていたのでサッカーをしているミッキーを置いている。中央は現在向き合うべきことで、本の載った机と椅子。この回で箱庭体験を終了することを意識して制作しており、前回は使われたミッキーはこれから取り組んでいくいろいろな問題(川の中のガラス)にどう向き合っていくかと考えているNさん自身を表しているように感じる。また左側に出てきた動物は初めて使われたミニチュアで彼女の心の奥に眠っていた本能的なエネルギーと今後どう向き合っていくのか、それは机と椅子で表されたこれからしなければいけないと思っていることがカギになるように思われる。前回の、箱庭全体でぐっと自分を表現した後に今回は少しお休みをしてエネルギーを補給し、これから彼女が向き合っていく課題が示された表現となっているように感じられた。

箱庭表現に毎回題名を付けるのは、何となく出来上がってきたイメージを制作後集約し、明確に捉え直す時に役立つ。しかし、前にも述べたようにすべてを言語化することはできないので、自分で作ったものでもぴたりくる題名を思いつけないことはよくあることである。Nさんの場合はシンプルな言葉でさっと自分の表現したものをすくいあげ、「それでよし」と思える題名を毎回付けていた。言葉にして自分の思いを整理するのが上手である。最後に修士研究にまとめられた彼女の文章(N, 2007)を引用しながら、箱庭の中でどんな

心の流れが起こっていたのかを見ていく。

第1回目(写真7)、箱のまわりに木等を並べておいたことに関してそうすることによって「…箱とは別に自分の作った新しい空間ができ……私自身が手前に立って箱庭を作っているという目線なので、手前を囲う必要はなかった。…」と述べており、箱庭という道具を利用して自分自身と向き合おうとしている様子がうかがえる。また、箱の中央に空白の領域があることについては、「…作っているとき真ん中に何かを置くことによって、全てがばらばらになりそうで玩具を置くことが嫌だった。…」と述べており、一般的には中心を作ることで箱庭の表現にまとまり感が出てくることを考えると、これはとても彼女らしい感じ方を表しており、興味深いところである。そして記録のために各部分の写真を撮ったことで「…様々な場面が集まり1つの作品になっている。1つ1つの場所全てが私に関係している場所である。」と述べているところから、自分の中にあるいろいろな面に気づき、それらを1つ1つ大切にしていきたいという思いが感じられる。第2回目(写真8)、「…(黒っぽい色の)砂に触ったことにより新しい印象を受けそれが海に繋がった。」そこから幼い頃から家族とよく行った海の表現が生まれ、自分の心の中心を支えるものと向き合う。また第3回(写真9)では、今目指している保育の現場を体験し、箱庭にそれを表現したことで、自分の将来像を見つめ、いろいろあった心の中の領域が2つの世界に整理されていったようである。そして第4回目(写真10)、それらは彼女が憧れていた男女のパティシエが見守る中、パースデーケーキという形で1つに統合され、まさに新しい彼女の誕生が表現される。この回、作品に対する感想を「今までの私が作った箱庭とは少し違った感じに仕上がっている」と述べている。利用したミニチュアについてや、砂の触れ方について、さらに空白の部分が多いにもかかわらず、全体を利用できたという彼女の印象に対して“(この回が)はじめて”という言葉で繰り返し表現している。Nさんがこれまでにない新しい何かを感じ取っていることがうかがえる。箱庭表現で自分らしさを実現し、大きく変容した回である。第5回目(写真11)は最後の回であるが、そこにはこれから始まる、新しいテーマが示された。「…箱庭を作っているのが自分であって、自分のポジションは箱の外側で、それを見ているという感覚だった。そして、5回行った全ての箱庭で表現されているものは、私の中で印象に残っていることや、興味・関心が強いものであり、

全ての回が自分自身に関係のあるものに仕上がっている。」こういった言葉から、Nさんが箱庭を自分を捉えるための素材としてうまく使っていることがわかる。自分らしいものを表現し、その作品と対話しつつ、将来の自分の姿を視野に入れながら“私”について考えていった様子がうかがえる。

4. 今後の課題

専攻科生たちとの箱庭体験には、治療の中で出会う、心の底深くくぐるような迫力のある表現がなされることは少ない。しかし、物語の行間を読み取っていくところに静かにその人となりが浮かび上がっていくような興味深さがある。これらのかかわりの中から、カルプの言う「関係性」が大切にされた場があれば、どのような箱庭体験であれ、1人1人の「自分らしい世界」がそこに表現され、その人らしい“私”を支えていくことができることを改めて考えさせられた。今回は専攻科生の1事例を報告したが、箱庭の継続した表現の中に捉えられる特徴的なテーマや展開について今後事例数を増やす中で検討していきたい。

また、体験的に箱庭を行う時に、5回という回数は、自分を見つめる入り口に立ち、少しずつ内的な世界に目を向け、転換点に立ち、今後のテーマが出て、まとめとなるという流れで、経験的にちょうど良い回数と感じている。このあたりももう少し考察を深めたいと思っている。

これまで行ってきた“表現する”活動を一度系列的にまとめたいという思いがあり、今回はそれぞれの活動内容を列挙するのみとなった。今後はこれらを一人の体験例として、全ての活動において表現されるものを見通すことで、イメージを利用した取り組みが学生の心の成長にどのように意味を持つのか検討してみたいと考えている。

最後になったが本稿に事例を提供してくれたNさんに深く感謝したい。彼女は地面をしっかりと踏みしめつつ、前に進んでいく伸びやかさと、緩やかな粋をきちんとはめる確かさを持ち合わせた人である。それらをベースにして、明確な言葉でぱっと事柄をつかみ取る表現力が、きっと彼女を育てていくと思われる。これからは子ども達の思いを汲み取り、共に感じることでできる保育者として成長されることを願っている。

5. 引用文献・参考文献

- K.N (2007) : 箱庭療法について～5回の自己分析を通して～ 保育専攻科修了論文
番匠明美 (2007) : 京大心理臨床シリーズ5 心理臨床における個と集団 「保育者養成コースにおける“表現する”活動」 創元社 pp280-290
番匠明美 (2008) : 保育者養成コースにおける“表現する”活動の試み(Ⅱ) 甲南心理臨床学会紀要第10号 pp35-43

<ピアスーパーバイザーからのコメント>

近年、芸術療法への関心は、アートの世界でも高まっていますが、それは、アートの持つ原初的な意味があるからです。うまいへたではなく、言葉にはならないもの、なりにくいもの、言葉になる前のものを“表現”する。その衝動とプロセスの中には、医療とアートの境界を越えて、人間として共有する「何か」がある。その視点を保持した真摯な実践報告であり、Nさんとの5回に亘る箱庭体験には感激と共に参考となるものがありました。

(担当：美術・デザイン学科 青野卓司)