

教員・保育者を志望する学生の芸術療法体験に関する研究
— フィジカルディスタンスを守った箱庭制作体験 —

**A study of art therapy experiences of students who wish to be teachers
and childcare workers**

— Creating a miniature garden experience with physical distance —

毛利 泰 剛

Yasutaka Mohri

教員・保育者を志望する学生の芸術療法体験に関する研究 — フィジカルディスタンスを守った箱庭制作体験 —

A study of art therapy experiences of students who wish to be teachers and childcare workers -Creating a miniature garden experience with physical distance-

毛利 泰 剛

Yasutaka Mohri

I 問題と目的

教員・保育者を志望する学生が必要とする資質や能力について、これまで様々な研究・議論が行われてきた。その一つとして、浅見（2000）は様々な課題を抱える子どもたちやその保護者に対応するため、教員や保育者にはカウンセリング的な資質が必要と述べている。

特に共感的理解といった相談の資質や技術の習得は今日の保育者及び教育者にとっては必要なものであるといえる。共感的な理解を進めていくには、まず自分のことについての客観的な受容である自己理解が必要であると考えられる。しかし、教員や保育者をめざす学生にとって、共感的理解の習得は簡単ではないし、自己理解を促していくことも簡単なことではない。

そのような共感的理解や自己理解を促進するための方法の一つとして、芸術療法の体験が挙げられる。芸術療法とは様々な芸術作品を創造する活動に従事することを通じて、心身の健康を回復することを目的とした心理療法全般のことである（心理学辞典，1999）。芸術‘療法’というだけあって、主に心理臨床、心理療法の一つとして用いられるものだが、どの技法であっても、もともとは作品を創作・制作するという点が挙げられる。毛利（2020）は芸術療法を体験する意義として自己理解を促す一つの方法であると同時に、他者を能動的に意識し、自己と他者に関わることができる機会になると述べている。

作品を制作する心理療法の一つとして箱庭療法が挙げられる。箱庭療法はD.M カルフによって治療技法として確立され、日本には河合隼雄によって「箱庭療法」として導入された心理療法の一つである。箱庭は通常、心理療法場面で用いられているが、イメージ体験や自己理解を目的として心理系の大学や大学院を中心に講義・演習においても取り入れられている（木村，1985）。実際、春日（2014）をはじめとして箱庭制作やその過程の見守りによって、学生の自己理解や他者への共感的理解を促すことに繋がることを明らかにした研究がなされている。また、友納（2022）は公認心理師養成のための心理演習において集団での箱庭制作過程における心的体験についての分析を行っており、資質の習得のための箱庭制作の有効性が明らかにされてきている。

一方で、教員・保育者の養成を考えたとき、心理系の学科と比べて心理学や教育相談に関する講義・演習の時間は限られている。そして、心理系の学生や大学院生のようにすべての学生が心理系の演習に対して興味・関心を高く持って学んでいるわけではない。そんな中、箱庭療法は英語で Sandplay Therapy というように、砂の入った箱と玩具を使用するという点において、子どもの遊びに関心を持っている教員・保育者をめざす学生にとっては興味を持ちやすく、楽しみやすい媒体の一つである。実際、久米（2021）は教育相談研修にグループ箱庭を用いることで教師の自己理解や他者理解が促進されるだけでなく、参加者がリラックスして楽しみながら参加できることもメリットである

と述べている。そのようなことから、箱庭制作は教員・保育者を指す学生においても有効な体験技法ということができ、筆者も演習に箱庭制作の体験を取り入れていた。

しかし、新型コロナウイルスの流行により、集団での実施、特に密になる体験を避ける必要に迫られた。従来の会話、フィジカルディスタンス（身体的距離）が近くなるような交流によるグループワークの実施は控える必要があり、演習であっても人と人の距離を持った対応も考える必要に迫られた。（なお、本稿では他者とのつながりである体験過程を検討し、実施方法において身体的距離のみをとった対応をしていることから、ソーシャルディスタンスではなく、フィジカルディスタンスという言葉を使用している）。箱庭制作も通常では密な空間になりやすかったり、グループ制作においては砂や玩具のふれあいがあったりも考えられるため、制限が必要になってくる。

このようにグループワークには様々な制限が起きることになるが、箱庭制作の場合、距離や会話を避けるという制限があったとしても、作品（制作物）という媒体があり、その交流は可能ではないかと考えられる。そこで、本稿ではフィジカルディスタンスを保った箱庭制作を通しての体験過程に注目し、その特徴や有効性を検証することを目的とする。

II 方法

対象 大学3年生 75名

時期 2020年12月

方法 今回は講義内における箱庭制作のグループ体験による体験過程を重視した。そのため、相談室等での箱庭療法と違い、講義が行われる教室において、持ち運び可能なメルコム社製の小さな箱庭セット CH-71 を使用した。玩具の数は付属している玩具を中心に70点と統制した。75名を事前に3クールに分け、1クールに4グループずつ、同室で箱庭を4つ使用して、同時進行で制作した。1グループあたりの人数は6～7名によるランダムグループで行った。1人10分以内の時間制限で制作してもらった。制作中、他のメンバーは全て見守り手として一定の距離をもって着席した状態（図1）で観察した。また制作中は、

制作者も見守り手も原則無言で行った。制作後、見守り手が感想を記入し、それを制作者が見るという形をとった。そして全員の制作を終えた後、個人で感想を記入してもらった。なお、学生の箱庭に対する知識として、具体的な内容の説明はしていないが、前の講義の際に相談室に設置されている箱庭を見学していた状態であった。また全員が今回初めて制作体験を行った。

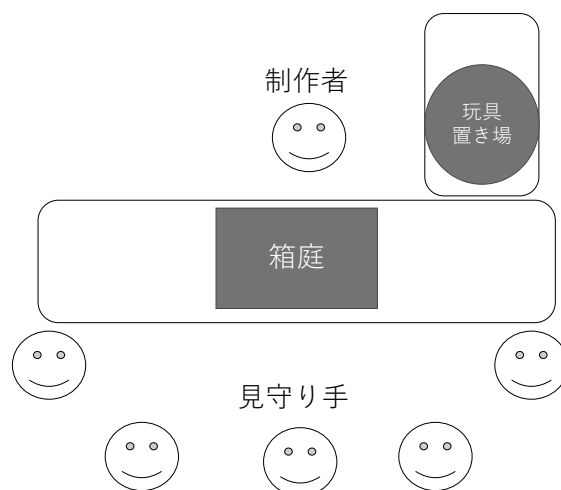


図1 箱庭の配置および着席のイメージ

倫理的配慮 講義内での実施であるため、心理療法体験自体の目的として心理療法の効果を得るためのものではないことを説明し、体験においていろいろなことを考えたり、感じたりするのは自由であるが、自己の内面等の表現については、人に公表できる範囲で表現するように注意した。

また事前に研究内容を紙面・口頭で説明し、研究に対する同意書を記入してもらった。完成した作品や提出してもらった感想は成績評価等には一切含まれないことを明示したうえで記入してもらった。なお、本調査は福岡女学院大学倫理委員会の倫理審査の承認を受けて実施した。

III 結果と考察

・分析手順とカテゴリーの生成

箱庭制作における体験過程の分析を75名の感想を対象として行った。修正版GTA（木下，2003）の手順を参考に「グループによる箱庭制作でどのような体

験をしていたか」というテーマで分析した。具体的な手順としては、分析テーマに沿い、具体例から概念を生成した。概念を創る際には概念名、定義、具体例、概念生成の検討メモを記した理論的メモからなる分析ワークシートを作成した。次に、分析ワークシートをもとに概念間の関係を検討し、カテゴリーを生成した。なお、分析対象が自由記述のため、理論的サンプリングについては限界があった。

その結果、18の概念と8のカテゴリーを生成した。またカテゴリーの相互の関係を検討した結果、3つのコアカテゴリーを生成した。それぞれの概念およびカテゴリーと具体例を表1に示す。

・箱庭制作の体験過程の説明

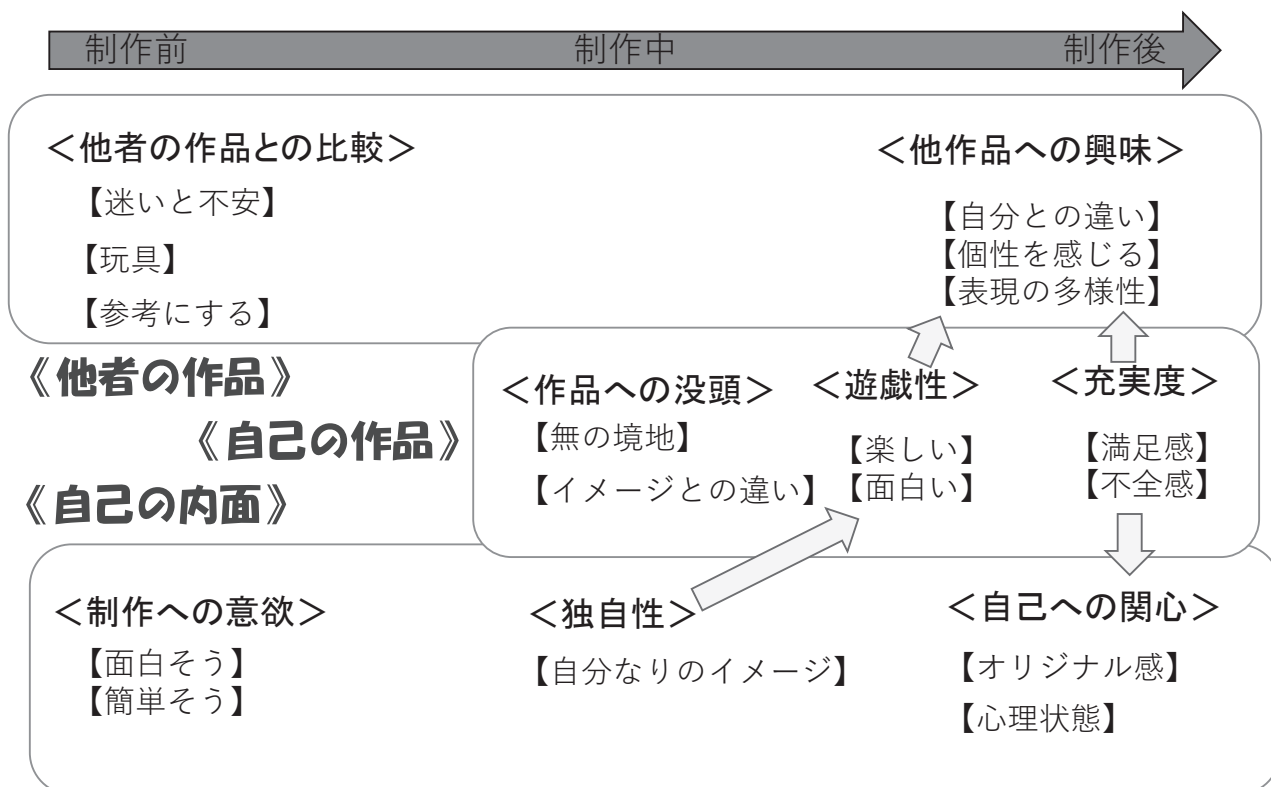
図2で示したグループによる箱庭制作の体験過程をストーリーラインとして文章で説明する。(《 》はコアカテゴリー、〈 〉はカテゴリー、【 】は概念を表すこととする。)

箱庭を目の前にすると、【面白そう】や【簡単そう】などという前向きな気持ちがあるとともに、具体的な【自分なりのイメージ】を考えている学生が多い。そ

の【自分なりのイメージ】が<他者の作品のとの比較>を通して、【玩具】の配置や見せ方を【参考にする】ことで具体性をもつ。最初に持っていたイメージが変化することから【迷いと不安】も生じることとなる。制作中は最初の作品の【イメージとの違い】を感じながらも【無の境地】といった<作品への没頭>がみられる学生が多い。そして、試行錯誤しながらも【自分なりのイメージ】の作品ができることが<独自性>であり、【楽しい】や【面白い】といった<遊戯性>を持つことになる。制作過程は遊べていても、完成した作品に対しては人によって【満足感】をもったり、【不快感】を持ったりと<充実度>は違っていた。自分の作品に対しての<充実度>を基準に他者の作品はどうかという<他作品への興味>も進み、《自己の作品》の制作過程と照らし合わせながら、より興味をもってみることで、【自分との違い】や【表現の多様性】を感じるようになる。またそれによって、自分の作品に対しての再関心が高まり、【オリジナル感】や自分の【心理状態】は何かという点も気になるようになっていく。

表1 箱庭制作における体験過程のカテゴリー表

コアカテゴリー	カテゴリー	概念	具体例
他者の作品	他者の作品との比較	迷いと不安	他の人を見ながら自分はどれを置こうかと考えていた
		玩具	動物を中心に見ていた
		参考にする	先に作った人のデザインを参考にした
	他作品への興味	自分との違い	他の子供たちを見て自分にはない置き方がたくさんあった
		個性を感じる	他の人を見て面白く個性が出ていてよかったと思う
		表現の多様性	みんなそれぞれのその人らしい表現があって面白かった
自己の作品	作品への没頭	無の境地	特に何も考えずに作った。実際に作るとその間の気持ちは無だった
		イメージとの違い	にぎやかにしたくてもイメージとは違うようになった
	遊戯性	楽しい	まっさらな箱に自分だけで作るのでワクワクして楽しかった
		面白い	使いたかったおもちゃを使えて、面白かった
	充実度	満足感	意外にストーリー性が考えられて楽しかったし満足です
		不快感	なんか少し物足りないなど、統一感はありませんでした
自己の内面	制作への意欲	面白そう	砂で遊んでみたい。いろんな想像ができて面白そう
		簡単そう	人が作るのを見ているときは簡単そうにみえてしまう
	独自性	自分なりのイメージ	やり始めたらいろいろとアイデアが浮かんできた
	自己への関心	オリジナル感	自分なりのオリジナルな世界や設定は誰にもまねができないと思う
心理状態		何がわかるのか気になった。自分の心理状態を知りたい	



(《 》はコアカテゴリー、< >はカテゴリー、【 】は概念を表す。)

図2 箱庭制作の体験過程モデル

・箱庭の制作時の体験過程について

図2とストーリーラインから、箱庭の制作時の体験過程の変化を制作前・制作中・制作ままとめると以下のようになる。

①制作前

《他者の作品》を見ながら、《自己の作品》のイメージを高めていくことで制作意欲が向上する。

②制作中

制作に没頭することにより【イメージとの違い】や<遊戯性>を実感する。

③制作後

制作における自分の作品の<充実度>と<他作品への興味>から、<自己への関心>が促進される。

この流れは箱庭の作品と感想を照らし合わせることも考えることができる。例えば写真1はあるグループで1人目に制作したAさんの作品である。Aさんは「最初は左側に文明の世界、右側に自然の世界をつくりたいと思っていたが、制作中に自分のイメージの通りに行かず、困っていた。そのとき橋を使うことを思いつき、そうすることでじっくりして満足できた」



写真1 1人目(Aさん)の箱庭

と述べている。

次に制作予定だったBさんはAさんの作品の制作過程を見ながら、「最初は島をつくろうと考えたが、Aさんを見て『橋』を使いたいと思うようになった」と述べている。写真2はそのBさんの作品である。4隅に島をつくとともに、右側の島には橋をかけている。「恐竜の世界を自分なりのイメージを表現する



写真2 2人目 (Bさん) の箱庭

ことができ満足である」と述べている。Aさんの作品に影響を受けながら、自分の作品を作れた満足感を感じ取ることができる。

また、AさんはBさんの作品の感想として、「自分がうまく分けられなかった世界をBさんは上手に分けられていた。自分のは自分らしいといえるが、何か自分の心の中がごちゃごちゃしているのかも気になった」と述べており、相手の作品をお互いに自分自身の作品と比較して自分の内面に影響していることがわかる。

一方で別のグループの1人目の制作者であるCさんは「難しかった。作り始めても難しくて表現できなかった」と【不全感】を述べていた。その後、このグループの2人目の制作者であるDさんは「創る前は何かを作るかうまく作れるか」と悩んでいたが、「創っていくうちにイメージが膨らんで楽しかった」と述べており、Cさんとは逆に制作を行うことで、【満足感】を得ている。CさんはDさんの作品を見ることによって、「自分と違って楽しそうに感じた」と述べており、作品を見比べることによって、自己の<充実度>を比較していた。

<充実度>の内容としては、制作者によってそれぞれポジティブにとらえている感想やネガティブにとらえている感想もあり、その変化や要因の違いについては見られなかったが、いずれにしても、制作自体は楽しんでおり、お互いの作品を見比べることによって制作物を鑑賞しあうことによる対話が生まれており、そのことによって、自己の内面について考える機会を得

ているといえる。

・フィジカルディスタンスをとった箱庭制作の特徴

このように会話がなくても、箱庭の作品を媒介としてイメージの対話が起きていることが明らかとなった。本来、箱庭療法においては制作中の会話をはじめとしたやりとりも、制作者と見守り手をつなぐ大事な要素ではある。だが、今回は会話がなからこそ、制作者は制作に没頭できたといえる。そして、見守り手は制作中に自分の内面やイメージを考える時間が増えた考えられる。それぞれの内面やイメージの感覚を記述することによって、会話よりも再認識を促すことができたのではないかと考えられる。

また一人の制作を集団で見守るという「制作をみる」という形は、「一人の子どもを集団で見守る雰囲気があった」との感想も見受けられた。もちろん複数人でみられることによる、緊張や迷いと不安も通常の箱庭制作より多いことが感想からも読み取れる。また距離を取っていることによる、「少し寂しいと感じた」と感想にあるように、孤独感を感じることも考えられる。しかし、教員や保育者は集団の前で話すことが求められているため、一人が集団から自分の表現に対して注目を浴びる体験をすることも一つの体験といえる。その際注目される対象が言語表現でなく、箱庭による非言語表現という点によって、いくらか緊張等を抑える要素にもなっていたといえる。実際には教員・保育者を志望する学生の多くは積極的なコミュニケーションを求めている学生も多く、制作前の緊張や不安も制作が進むと同時に見守り手に見守ってもらうことで消えていったと考えられる。

IV 総合考察

本稿ではフィジカルディスタンスを保った箱庭制作を通しての体験過程に注目し、その特徴や有効性を検証することを目的とした。

箱庭制作は多くの学生にとって興味を持ちやすいものであり、「楽しい」(春日, 2014)ものでもある。しかし、今回は物理的な「距離」、言語による「会話」という点において、不安や孤独感が増していた状態だったと考えられる。結果として、その不安や孤独感がより一層、自分や他者の作品に向き合うきっかけと

なり、さらには対話がないことによって自分の集中を周りに乱されないといったメリットも挙げられる。非言語の箱庭作品を媒体として、自己の内面を対話させることによって、自分の時間をじっくり味わうことが多くなり、より自己理解を促進できているのではないかと考えられる。

間島・植竹（2021）はソーシャルディスタンスを意識したグループワークを行う上での意識について、「重要な役割（分担）すなわち適材適所やお互いを理解する対話的關係によるチームワークの重要性」を指摘している。本稿の箱庭制作においては、それぞれの時間ごとに制作者と見守り手の役割分担を担い、お互いが箱庭を通しての対話的關係を作り上げてきたと考えられる。その関係性は、人と人との対話（会話）ではなく、制作物を鑑賞することによる対話（非言語的）が中心となっている。もちろん言語による会話は重要であり、否定をするものではない。実際には完全に無言ではなく、つい声が出たり、話してしまったりという場面も多々見られた。それも対話的關係が構築され、自分自身の感情や意識が抑えきれなくなったことによる発言と考えることもできるのではないだろうか。

一方で、箱庭制作を講義・演習で実施するにおいては様々な課題が挙げられる。特に今回はコロナ禍の感染対策として、意見交流を文面（今回はICTを活用した）で行ったことによる記入時間等の確保や制作後の玩具の消毒作業の負担があることが挙げられる。また持ち運び用とはいえ箱庭自体が高額であり、多人数で行う場合は複数準備する必要があること、そして複数の箱庭を教室まで運ぶ負担など、実際の講義で活用するにおいては授業者の負担が大きい点も課題といえる。また実際の箱庭と比較して、箱の大きさの違いや玩具数が圧倒的に少ないといった違いがあり、学生が興味を持ちやすく、「楽しい」という点のみを考えるのであれば通常の箱庭の方が望ましいといえる。

以上のように、箱庭を講義・演習等で活用する場合、メリットもあればデメリットも考えられる。しかし、箱庭のメリットを生かした様々な活用方法や効果の検証が重ねられていくことで、共感的理解や自己理解を促すグループワークの有効な一技法となることを期待したい。

V 引用文献

- 浅見均（2000）. 保育者の資質に関する一考察 保育現場から見た保育者の資質 青山学院女子短期大学紀要 54, 121-150.
- 神村栄一（1999）. 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁榊算男・立花政夫・箱田裕司（編）心理学辞典 有斐閣, p215.
- 春日由美（2014）. 教員・保育者を志望する学生のカウンセリング的資質の学びに関する一研究－箱庭制作を用いた共感的理解の学び－ 南九州大学人間発達研究 4, 13-22.
- 木村晴子（1985）箱庭療法－基礎的研究と実践－ 創元社
- 久米貞子（2021）. グループ箱庭を用いた教育相談研修における教師の体験と気づき－作品およびインタビューの分析から－ 鳴門教育大学研究紀要 36, 11-23.
- 間嶋崇・植竹朋文（2021）. ソーシャルディスタンスを意識したグループワーク手法の試案 専修大学情報科学研究所所報 98, 1-8.
- 毛利泰剛（2020）. 教員・保育者を希望する学生のグループ芸術療法体験の効果の検討－詩歌制作体験を通して－ 福岡女学院大学紀要・人間関係学部編 22, 47-54.
- 友納艶花（2022）. 「心理演習」における箱庭制作と観察役のロールプレイ体験について 九州共立大学紀要 13-1, 19-27.