

遊戯療法における「守り」—その小さな世界の中で何が起ころのか

PLAYTHERAPY as holding wings

深谷 和子

(東京成徳大学)

kazuko FUKAYA (Tokyo Seitoku University)

要約

親の<抱える翼の不具合>が広がりつつある。子どもの間で多発する問題行動の背後には、そうした<抱える翼>の弱体化があるように思われる。広く子どもの臨床的援助に使われる遊戯療法は、こうした状況におかれる子どもの内的世界に、どんな働きかけを行い、発達の支援をもたらすのかを考察する。

キーワード：抱える翼、守り、支え、母親に抱かれなかった子

はじめに

遊戯療法に関わっている者たちは、折々に、子どもの成長が多様な形で大きく支援される経験をする。しかし、なぜその子どもが適応のつまずきから回復したか、成長が促進されたかが分からぬまま、終結を迎えることも多い。むろん、期待された変化がなぜ起らなかったか、ついに分からずじまいのこともある。ケースの進行を確実に予測し、その変化をすべて説明仕切れたならばと、臨床家は誰もが思うであろう。

人の身体の病については、医師はそれに近い作業ができて人々かもしれないのである。しかし、人の心にかかわる過程はそうした予測や説明が難しい。ベテランの臨床家であっても、新しいケースに関わるときにはいつも不安が交錯するであろう。相手に寄り添うとか、支えるとかは、カウンセリングの心を説明する言葉だが、それはもしかしたら臨床家の無力、人の心の複雑さや人が

自分を立て直し回復していく力の大きさに圧倒されて見つけた、心理臨床家たちのポジションかもしれないのである。

しかし、それにもかかわらず、現実に遊戯療法の過程で、多くの子どもは確実に回復し、よき成長を遂げる。なぜ子どもは遊戯療法の中で変わるのか、成長を遂げるのか。この小さな空間の中で、何が起っているのかを少しなりとまとめてみるのが、不確実な心理臨床の作業の確度を上げていくのではないかと考えて、本稿を起すことにした。

I. 「守り」の薄い子どもたちと遊戯療法

臨床の場で最近の子どもが起こす問題の数々に接していると、子どもの心の不安定さや人と結ぶ心の絆の弱まりが心を重くする。今、子どもの成長環境にある問題として、子どもを<抱える翼>の不具合ともいふべき状況が広がって来ているか

に思われる。

1) 甲羅を剥がれた蟹

「守り」の薄い子が増えている。

ある臨床家は、相談室にやってくる子どもたちを「甲羅を剥がれた蟹」と形容した。ボイルされた蟹の甲羅を剥がしてみると、むき出しになった身や内蔵は本当に弱々しい。手足の中にある骨も、骨と言うよりスジ同然の薄っぺらさである。台風で家の屋根が飛ぶことがあるように、何かのほずみで浜にいる蟹の甲羅が剥がれてしまったら、蟹は到底生きられない。甲羅あつての蟹、甲羅に守られてこそその蟹であろう。海辺のヤドカリも同様である。彼が新しい貝殻をみつけて、いかにもみすばらしく小さい身を恥じるかのように、新しい自分の「守り」となる貝殻へ瞬時に移動する映像を見たことがある。

しかし蟹は、ヤドカリ以上に甲羅に守られた生き物である。ヒトの子どもも、誰かの「守り」、すなわち甲羅や貝殻を必要とする点では、蟹やヤドカリ以上であろう。何しろ人の赤ん坊は子宮外で胎児期を過ごす生き物なのだから。

しかし相談室にいて、虐待をはじめ、最近の社会問題となっている様々な子ども問題にかかわっていると、そこそこで「守り」の薄い子たちの姿に胸がつぶれる思いがする。

2) <抱える翼>の不具合

ベッドも保育器も持たない哺乳動物や鳥類は、わが子を自分の暖かい胸の下に抱えるか、鳥ならば、柔らかい羽毛と翼で雛や卵を大きく抱えて、外敵から守る。そうした<抱える翼>によって子どもたちは、自立の日まで安全に子ども時代を過ごす。ヒト以外の生き物の親たちは、どの固体もごく当たり前のようにその役割を果たしているが、ヒトの場合は、近ごろ少し様子が変わってきているのかもしれない。穴が空いた翼、抱え方のまずさで卵や雛がはみ出しているのに気づかない、ま

たは翼そのものが発育不全のまま親になるなどの状況が広がっている。

「抱える」といえば、多少とも心理臨床の知識をもつ人びとは、小児科医のウイニコットが提唱した、ホールディング (holding) の語を思い出す。彼は独自の視点で対象関係論を展開した研究者で、「抱える環境」の語を用いて、乳児がこの世界に生まれて母親 (親) に抱かれ世話され、この世界に安心感と万能感を体験する発達促進的な環境を説明した。

本稿での<抱える翼>は、親鳥がもつ豊かな翼をイメージして使っている語である。箱庭療法家のカルフは、箱庭療法の場面を「自由にして守られた空間」と表現したが、雛たちは親の<抱える翼>の下で守られた空間を与えられ、世界に対して安心と安全感を抱く。ポルトマンのいう子宮外胎児期にあって、大きな可塑性を与えられたヒトの子どもの成長には、とりわけ<抱える翼>によって守られた安全で安心で自由な時間と空間が必要である。

そして遊戯療法は、「守り」の少ない子どもに対して、セラピストの<抱える翼>で子どもを包む時間と、空間を提供する。

3) 母親に抱かれなかった子

虐待事件の報道を耳にすると、親から虐待された子どもの「守り」の薄さに胸を突かれる (山中康裕 1982)。子どもを守るという生物学的なセットが、ヒトの場合にどこかでおかしくなっている。

虐待する母親は、安全と敵意 (攻撃) の2つの顔を持つ両義的存在である。そうした母親の下で育つと、例え安全な状態におかれても、子どもは安心して相手に身を委ねることができなくなる。子どもは、優しい顔の裏に悪意の存在を見る。杉原安史がいう「一緒にいても、母がいなかった子ども」(杉原, 1993) である。安心している状態の中にも、次の瞬間には悪意からの反撃を予

想して、どんなときにも防御の構えを解くわけにはいかない。

何かの事情で親から離れて育つ子どもの施設を訪問すると、訪問者にまわりつく子どもたちに出会う。よい顔と悪い顔の2つをもった親の下で人生をスタートさせた子は、その内側に安定した「母なるもの」が取り入れられていない。従って、身体でまわりつくというやり方で、絶えず母親を探し求め、感じたがっているのかもしれない。

十分なく抱える翼>をもたない子は、その「守り」の薄さから安定感を失い、内的にも「守り」を築けずに、しばしば問題を起す。もしゆったりと大きな翼に抱えられていれば、子どもは一時的に発達軌道を逸れることがあっても、やがて自分の中にある力で回復を遂げていくような、成長力の旺盛な者たちではなかろうか。

親以外にも、家族や親戚、先生、友人など、翼の役割を果たす存在は多様に存在する。しかしこれらの人びとで抱え切れない時には、専門家のサポートがその役割を担う。プレイルームはその一つの間となる。

ではプレイルームの中では、いったいどんなことが起るのか。どのように、子どもはそこで成長の支援を受けるのか。

II. 何が子どもを変えるのか

相談室では受理面接が終わると、そのケースをサポートする方針が決まる。遊戯療法が必要と判断された子は、子ども担当者であるプレイセラピストに預けられる。プレイルームと名づけられた、おもちゃの沢山ある部屋で、毎週1回、プレイセラピストと1回に50分内外の密度の濃い時間を過ごすことになる。その時間と空間は、カルフのいう自由にして守られた世界である。

遊戯療法の中でプレイセラピストと過ごす時間は、何を子どもに提供し、この時空間のどんな機能が子どもは成長を援助するのか。

1) 遊びか人間関係か

遊戯療法家の中には、遊戯療法の中で成長が起るメカニズムを、①プレイルームにおけるセラピストと子どもの人間関係を重要と考える人々と、②遊びそのものの自癒的効果を重視する人々がいる。

筆者はこの問題を確かめるために、毎回子どもをプレイルームに残したままセラピストが退出し、その後の子どもの様子を観察するプログラムを組んだことがある。人間関係がうまくとれない子どもであれば、人のいない環境は安心で、自由で、のびのびと遊びに没頭する場となるかもしれない。

しかし、観察窓から見る子どもの姿は、セッションの回数を幾度重ねてもどこか不安げで、遊びへの集中や発展も、期待したようには見られなかった。遊戯療法には、子どもの遊びを見守るセラピストの存在、すなわち<抱える翼>の存在が重要であることを知るようになった。

村瀬嘉代子(1993)は、プレイルームを「現実と非現実の中間領域」とであると表現する。プレイルームという特別な空間は、現実の世界での制約や約束ごとから自由な世界である。遊具やプレイルームの設備は、子どもの活動の自由度を最大限保証するように工夫されている。しかし、その場が日常と異なった特別な空間であること、子どもが限りなく尊重され、その内界に何があり何を表現しようと、どんな活動を展開しようと、それらがセラピストによって関心と共感をもって受け入れられる経験があってはじめて、プレイルームの意義が生まれる。この場のもつ非日常性は、セラピストの存在によって子どもに伝えられる。無人の空間では、遊戯療法の<心>は、子どもに伝わらない。

その<心>の伝達は、言語的ではなく、近すぎない程度に子どものそばに寄り添っているセラピストの<まなざし、態度、動作>そして(控え目ではあるが)言葉の隅々から伝えられる性質のものである。「守り」もたずに成長をしてきた子

どもが、これまでに、これほど深く相手から関心をもたれ、理解され、受け止められ、抱えられたことがあったらどうか。これほど安心なく抱える翼>の下に置かれたことがあったらどうか。

村瀬の言う現実と非現実の中間領域であるためには、子どもを見守る深く暖かいまなざしが必要であり、子どもが通常出会う人々とは全く違った種類の大人（セラピスト）の存在とその人との関係が必要なのである。

2) 「守り」－作られた<枠>の中での自由な世界

遊戯療法の草分けの臨床家の一人であり、ロジャース、C. の高弟であったアクスライン、V. M. は（1959）遊戯療法における8つの原理を提示した。それはあらゆる理論的立場を越えて、今でも子どもと関わろうとする人々の間で、基本的な態度として受け継がれている。その中でも、とりわけ彼女が示した「制限（limitation）」の概念は、まことに示唆的であり、今日でも臨床家の間で<枠>の語で受け継がれている。

遊戯療法のランチの一つとも言える箱庭療法では、砂箱の枠の意味が重要視され、また主として診断的に使われる風景構成法でも、初めに画用紙にマジックペンで枠を書かせることから始める。枠は人を制限するかのようであり、実は<枠>に守られて大きな自由が保証される。枠が与えられない空間や時間は人を不安にし、活動は自分の中で規制され、過ごされる時間の密度も低下する。<枠のない>夏休みに生産性が低下するのは、誰もが経験する例かもしれない。

遊戯療法における枠は、子どもの「守り」となる。①枠の一つは、プレイルームという壁で仕切られた<空間の枠>であり、②もう一つは、50分という<時間の枠>であり、③さらに、正しいこととしてはいけないことがプレイルームのルールの形で提示される<行動の枠（制限）>である。

プレイルームは箱庭の枠同様に、まさに立体的な「守られた空間」である。そこには外部からの

音や侵入者がいない。子どものために用意された心地よいスペースで、子どもが好む活動が、自由に展開できる。日常の暮らしの中での「足音をばたばたさせないで、がたがた音を立てないで、家具を移動さないで、ものを壊さないで、暴れないで、お利口にして、我慢なさい」のような拘束は一切子どもの上にない。むろんプレイルームにも、一定のルール（制限）はあるが、そのルールはめったに発動されない。とりわけ初めのうちは、そのルールに触れそうになったときに、セラピストがそっと子どもを他の行動に外らしてくれるだけである。

こうした<枠>に守られて、限らない自由が生み出される。プレイルームは、限りなく安全で安心な空間であり、時間である。

3) のつべらぼうな時の流れに刻む「節目」の意味

一日には朝と夜がある。眠る時刻、朝に目覚める時刻はほぼ一定であるし、食事の時間も決まってやってくる。学校や幼稚園、保育園に出かける時間も決まっている。1週間には日曜があり、1年には年の初めと暮れがある。

もし、こうした時の節目がなかったら、人どのように生活の仕切り直しをするだろうか。朝に太陽が出る。陽はだんだん高くなり、また沈んで夜になる。人は毎日、1日の終わりに1度死んで、また翌朝復活する。毎日がその繰り返しの中で、明日はきっといいことがある、明日になれば何とかかなるだろう、明日はきっと自分の再生があると思う。その思いの中で、人は日々新たに生き直すことができる。古典的なタイプの不登校の子は、夜になると時間割をそろえ、明日になれば学校に行けると信じて「明日は学校に行く」と宣言する。生き直し願望、復活願望である。

遊戯療法のセッションは、人工的に作られた「時間の節目」である。○曜日の○時になれば、○○さん（○○先生）が自分を待っていてくれると思い、その空間の中に、自由でのびやかな時間

が流れることを心に刻んでいる。子どもは「その時がくるまで、とにかく精一杯生きてみよう」と思う。子どもは毎週（24時間×7－1時間の）167時間を現実の世界で過ごし、相談室での＜1時間＞を、現実と非現実の間の特別な世界で過ごす。

遊戯療法だけではない。大人のカウンセリングも同様である。1時間を、日常から切り取られた世界で過ごし、またその後の日常の中で人生や自分と戦ってみる。力尽きかけたところで、またあの特別な時間が待ち受けてくれる。遊戯療法でもカウンセリングでも、クライアントは週の、この区切りごとに生き直しを図る。量にすれば168時間の中のわずかに1時間に過ぎないが、節目が生み出す意味は、まことに大きなものがある。

プレイルームで子どもが変わり成長していく姿は、そうしたメカニズムの中で生み出される。

4) 偶然を生かすための準備

遊戯療法の過程で起こる子どもの成長が、しばしば偶然のできごとによって助けられることを経験する人は多い。

子どもの変化（成長）が止まり、膠着状態に入ったかに思えると、プレイセラピストは思案にくれる。焦ってはいけなそうと思いつつも、ケースの中に何かの見落としがあるのではないかと、自分の対応の仕方に問題があるのではないかと悩む。その膠着状態を破って、ケースに飛躍的な展開をもたらすのは、しばしば子どもの生活に起った＜偶然のできごと＞である。ケースを振り返るときに、あの時、あの出来事があったから、子どもの成長が大きく助けられたのだと思いつつも、それは珍しくない。偶然と思える出来事が、実は天の配慮ではなかったかと思いつつ、プレイセラピストはしばしば経験する。カウンセリングも例外ではない。

子どもは、どの子も自分の内側に大きな成長力を備えている。相談室でのプレイセラピストとの短いかかわりだけで、それまで長期間続いていた、

発達軌道からの逸脱または停滞が修正されるのではない。子どもはあらゆる機会に、いつも自分自身で「成長したがっている」生き物である。プレイセラピストも準備できなかった、また予測もできなかった「小さな偶然」や時には「大きな偶然」の力に助けられ、子どもは日々、小さな1歩、時には大きな1歩を踏み出していく。

そして、どんな偶然であれ、その偶然がやってきたときに、それをとらえて、子ども自身が成長に生かすことができるような準備を整えておく過程が、遊戯療法ではなからうか。もしその準備ができていなかったら、どんな偶然も生かされることなく、偶然は子どもの頭上を通り過ぎてしまう。

ヒロシ君は5歳になっても、母親から離れられない（母子分離のできない）子であった。医師は幼児自閉症を疑っていた。外では母親の袖をぎゅっと握って離さないし、家の中でも遊んでいながら絶えず母親のそばにやってきては、母親にさわって母親の反応を確かめて、また遊びに戻る子であった。

心配した母親は、ヒロシ君を幼稚園に通わせることにしたが、半年たっても母親の付き添いなしには、1日たりとも園で過ごせない子であった。母親は鬱という病気を抱えていたが、無理をして、1日中ヒロシ君に付き添っていた。

相談室に訪れたヒロシ君には、遊戯療法による援助計画が立てられた。プレイルームでも母子分離はできずに、母親はずっとヒロシ君のそばで座っていた。しかしやがて幼稚園で、ヒロシ君は他の子の遊びに関心が向くと、母親と5メートル位は離れて遊ぶことができるようになっていたが、すぐハッとしたように母親のそばに戻る。こうして3ヶ月が過ぎた。

そして、ヒロシ君の母子分離は、母親の入院という＜偶然＞によって実現した。交通事故で母親は入院を余儀なくさせられ、幼稚園には代わって父親が送り届けることになった。

それまで両親の間には不和状態があった。いわば、きっちりした母子連合（仲良し組）がヒロシ君と母親の間に作られたのは、そのためもあったのかもしれない。それ迄は家の中のヒロシ君は、父親を避け、父親の姿を見ると家具の陰に隠れてしまう状態を続けていた。しかし母親の入院の翌日から、あれほど隠れるようにしていた父親と一緒に幼稚園へ行くヒロシ君の姿があった。見事なほどの再生であった。

母親のほうも、動けない自分に代わってヒロシ君を世話をしてくれる夫に対して気持ちしが和らげられたのか、夫に歩み寄るかのような状況が生まれた。父母間の不和状態が多分に修復され、母親の入院は天の配剤であったかに思われる。

もし母親の入院という＜偶然＞がなかったら、ケースの膠着状態はいつまで続いたか。そして、この変化が起きるまでの3ヶ月のプレイセッションがもし無かったら、母子分離への準備がなかったまま、母親の入院はヒロシ君にパニックを引き起こし、父親による通園もできなかったかもしれない。

5) <抱える翼>のもたらす安心と自分からの成長

「守り」が薄く、この世界に安心感の抱けない子どもに、プレイセラピストは<抱える翼>を用意する。子どもをゆるやかに大きく包み、支えるのが、プレイセラピストである。遊戯療法における「守り」は、子どもに対して、ある特別な空間と時間と人間関係（治療関係）を用意する事から生まれる。セッションの中で、子どもは厚く守られながら、自分自身を発揮する機会を与えられ、自分を変えていくきっかけをつかむ。

遊戯療法では、優しい大人（プレイセラピスト）が、いつも、ある曜日のある時刻に、決まった場所で子どもを待っている。子どもの成長可能性を強く信じて、子どもに成長が起こるのを辛抱強く待っている。子どもには自分のために用意された部屋で、いつも変わらずに見守り続けてくれる存

在があって、そのまなざしに包まれる。それが子どもに大きな力を与える。自分を信頼し、世界を信頼することができるようになる。新しい自分と新しい世界への出発である。

こうした成長が起こるには、しばしば時間がかかる。それ故に、当分は今ままでいてもいい、そう急いで変わらなくてもいい、しばらくは大人にとっての困った存在でいてもいいのだと、大きく包んでくれる存在がプレイセラピストである。プレイセラピストにとってはどんな子ども、扱いに手を焼く「困った子」ではなく、一人の愛らしい「困ったちゃん」に過ぎないのである。（拙著「子どもを支える」2003）

以上のように、遊戯療法が子どもに引き起こす変化がなぜ起きるかは、いくつかの角度から説明できる。しかしこうした説明は、一般的な子どもの成長と発達の回復を説明するものではあっても、個々のケースの変化については、ただ奇跡としか思えないような体験に、臨床家はしばしば出会う。

子どもは、素晴らしい輝きを内側に秘めた生き物だと言う思いで、多くのプレイセラピストは今日も子どもの臨床に関わっている。

（以上）

引用・参考文献

- アクスライン, V. M. 小林治夫訳 (1959) 遊戯療法 岩崎書店
 飽田典子 (1999) 遊戯法—子どもの心理臨床入門 新曜社
 クーパー, S., ワナーマン, L. 作田 勉監訳 (1979) 初心者の子どものための精神療法 星和書店
 深谷和子 (1974) 幼児・児童の遊戯療法 黎明書房
 深谷和子 (1995) プレイ・セラピーとスーパービジョン in山崎晃資編 プレイセラピー 金剛出版
 深谷和子 (2003) 遊戯療法の示唆するもの in 幼児教育リーディングズ 北大路書房
 深谷和子 (2003) 子どもを支える—子どもの発達臨床

- の今とこれから 北大路書房
- 河合隼雄編 (1969) 箱庭療法入門 誠信書房
- 木之下隆夫／菅佐和子編 (2004) クラスに悩む子どもたち 人文書院
- 杉原保史 (1993) 子ども面接のノウハウ in 氏原寛・東山絃久・岡田康伸編 心理面接のノウハウ 誠信書房
- 高野清純 (1972) 遊戯療法の理論と技術 日本文化科学社
- 高橋雅春・北村依子 (1982) 幼児の心理療法 新曜社
- 橋本やよい (2000) 母親の心理療法—母と水子の物語 日本評論社
- 東山絃久 (1982) 遊戯療法の世界—子どもの内的世界を読む 創元社
- 東山絃久 (1994) 箱庭療法の世界 誠信書房
- 弘中正美 (2002) 遊戯療法と子どもの心的世界 金剛出版
- 弘中正美 (1998) 遊戯療法 in 大塚義孝編 心理面接プラクティス 現代のエスプリ別冊 至文堂
- 弘中正美編 (1999) 遊戯療法 現代のエスプリ389
- 森脇 要, 池田数好, 高木俊一郎 (1959) 子どもの心理療法—サイコセラピーの理論と実際
- 村瀬嘉代子 (1999) プレイセラピストの条件 in 弘中正美編 遊戯療法 現代のエスプリ389 至文堂
- 日本遊戯療法研究会編 (2000) 遊戯療法の研究 誠信書房
- リネット・マクマホン 鈴木聡志・鈴木純江訳 (2002.2) 遊戯療法ハンドブック プレーン出版
- 山中康裕 (1999) 遊戯療法の根本問題 in 弘中正美編 遊戯療法 現代のエスプリ389