

学校不適応の児童に対する遊戯療法の効果

浦野 エイミ*

Effects of Play Therapy for Maladapted Children in Elementary School

Eimi URANO

はじめに

学校不適応という場合には不登校だけではなく様々な形態や状態が考えられる。登校して教室で授業を受けることはできるが、集団活動や人間関係が上手くできずに孤立したり、友だちとのトラブルが多発する児童。登校はするが教室には入れず保健室や別室で過ごす児童。登校はできないが学外の適応指導教室やフリースクールには通うことができる児童。学校や学外の施設だけでなく家からの外出もできない児童。このように様々な形態の児童が考えられるが、不適応の原因や心身に表れる症状も多様である。学校への拒否感以外には心身の症状を訴えない状態、腹痛や頭痛などの身体症状が強い状態、情緒障害など精神症状が主として現れる状態、発達障害などの二次障害の症状が考えられる状態など様々な状態が考えられる。

そのために学校における対応を考える場合には、不適応の形態と児童の状態に応じた対応を考える必要がある。小学校ではクラスの状況を一番よく把握している担任がまず対応策を考えることが多いと思われる。本人の苦手意識や不安を取り除いたり、友だちとの関係を調整したりすることで解決する場合もある。それでも上手く行かない場合は学年主任、養護教諭、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーなどがチームで対応策を検討することになるだろう。それと同時に家庭での生活にも変化が見られる場合や心身に症状が出ている場合には保護者の協力や医療機関との連携も必要になってくる。

本稿では医療機関との連携が必要となった児童の改善例を通して、学校不適応の児童に対する遊戯療法の効果について考察を行う。

医療機関における遊戯療法

筆者が過去に勤務していた精神科病院の児童・思春期外来には多くの小学生、中学生、高校生が不登校や学校不適応を主訴に来院していた。内科や小児科から紹介されてくる場合や学校からの紹介という場合が多かった。精神科医の診察・投薬と筆者（臨床心理士）の心理療法を組み合わせで行っていたが、症状が改善されるに伴い、筆者との心理療法が中心となっていた。また学校との連携も不可欠であったため、診察に担任や養護教諭が同行した場合には、精神科医と筆者が学校での様子などの報告を聞いた後、本人の状態に応じた今後の対応などについて話し合いを行った。また時には学校からの要請で精神科医と共に学校へ出向き、事例検討会を行うこともあった。

心理療法ではまず児童・生徒の言葉や表現を傾聴し、共感的に理解することで本人も気づいていない心の状態を把握し明らかにしていくようにした。初めは日常生活のこと、好きなこと、楽しいことなどを本人のペースで話してもらいながら信頼関係を作っていった。筆者との関わりの中で次第に内面的な心の状態を言葉にすることができたり、自分自身に対する否定的、悲観的な感情が軽減されたりしていった。そして新たな気づきや肯定感や自信を取り戻すことができ、結果的に不登校や学校不適応が改善されていった。

小学校の児童の場合には、「精神的なものという自覚症状が少なく身体症状や習癖となって現れやすいため、交流の手段として言語のみならず、行動も含まなければならない」と村瀬（1995）が言うように、言葉だけで心理療法を行うことは難しい。そのため、一般的には様々な遊具を備えたプレイルームにおいて遊戯療法が行われることが多い。

* 熊本大学教育学部附属教育実践総合センター

学校不適應の児童に対する遊戯療法の効果

対象	性別	年齢 学年	症状	経過	内容	回	期間
1	女	6 小1	不登校傾向 遺糞	母子分離困難。7回目から母親同席で T と遊ぶ。15回目から登校が比較的良好。17回目には母親から離れ T と遊ぶ。	塗り絵 パズル 描画 箱庭	21	14 ヶ月
2	女	7 小2	集団不適應 多動 癩癩	初回から会話は多い。ふざけて体ごとぶつかる。気分の変動が大きい。5回目から落ち着く。	箱庭 描画 相撲 ボール 粘土 本読み	6	3 ヶ月
3	女	7 小2	心身症 (腹痛) 集団不適應 不登校傾向	初回から描画をしながら会話は多い。合同描画を楽しむ。絵に自信をもつ。	描画	12	10 ヶ月
4	男	8 小2	不登校 心身症 (腹痛)	母子分離不安が強い。6回目から母親と離れ T と遊ぶ。8回目で登校は可能。12回目に自分のことを「心の病気」と言う。	箱庭 ゲーム 列車遊び ダーツ	20	7 ヶ月
5	女	8 小3	不登校 不安・不眠 食欲不振	初回、会話は少ないが熱心に遊ぶ。3回目には大声ではしゃぎ積極的に遊ぶ。7回目の後に保健室登校をする。3ヵ月後には教室に復帰する。	箱庭 あやとり パズル	8	10 ヶ月
6	男	8 小3	対人不安 集団不適應 不登校傾向	初回は緊張が強く、独りで遊ぶ。2回目からリラックスして T と遊ぶ。会話は少ないが5回目には元気に挨拶。活発に遊ぶ。	箱庭 ミニ卓球 紙粘土	3	3 ヶ月
7	女	9 小3	不安障害 集団不適應 不登校傾向	初回は緊張がすぐ取れて遊びに集中する。会話も多い。9回目の後、1年間中断し10回目から再開。すぐに慣れて遊びを楽しむ。	箱庭 折り紙 パズル 人形遊び ダーツ 紙粘土	15	4 ヶ月半

8	男	9 小3	不登校 不安障害	初回は会話も積極性も少ない。3回目の卓球から活発さが出てくる。8回目から時々登校する。	箱庭 列車遊び 卓球 ビリヤード ミニ四駆	19	12ヵ月
9	男	9 小3	自律神経失調症 頭痛・胸痛	初回から会話は多い。3回目に症状が少し減少する。4回目からはチックが出現するが、9回目には症状がすべて消失した。	箱庭 パズル 列車遊び	9	8ヵ月
10	男	9 小4	不安障害 不登校	初回は不安な様子だったがダーツを気に入り、笑顔が出た。5回目には自作の木工の船やマンガ本を持参して見せてくれる。6回目には不安がなくなり活発さが出てきた。元気に登校できるようになる。	ダーツ マンガ	6	3ヵ月
11	女	11 小6	不登校 摂食障害 不安・不眠	初回はきつそうにしている。2回目でトランプをすると笑顔が出る。3回目でオセロをして勝つと明るくなる。ゲームを家から持参する。会話が増える。 8回目に塗り絵を完成させる。その後、登校する。	トランプ オセロ ジュンカ 塗り絵	8	4ヵ月
12	男	12 小6	心気症 不登校傾向 適応障害	初回に母親も参加してダーツで対戦する。2回目には保健室登校ができる。4回目には教室に登校する。トランプをしながら会話も自然な感じになる。	ダーツ トランプ	5	3ヵ月

遊戯療法とは「言語によって十分に表現するに至らないクライアントを対象に、遊ぶことを通してクライアントの人格の成長と変容を目指す創造的活動である」と村瀬（1991）は定義づけているが、治療理論には大きく分けてアンナ・フロイトの精神分析的立場とアクスラインの子ども中心療法的な立場がある（東山，1999）。筆者は後者のアクスラインの理論である「治療者が児童のあるがままの姿を受容し、許容的な態度で接することによって対人的な安心感を獲得し、心理的に自由になり、自ら自己実現に近づく」（Axline, 1972）という子ども中心療法的な立場で遊戯療法の実践を行ってきた。

一覧表は筆者が児童・思春期外来で行った小学校1年生から6年生までの事例の中で、定期的に遊戯

療法を実施したことで症状が軽減・解消され、結果的に不登校や学校不適応が改善し、終了した12例をまとめたものである。

「症状」は初診時の診断名である。不登校、不登校傾向と共に心身症（腹痛）、集団不適応、不安障害、食欲不振・摂食障害、不眠、心気症、適応障害などを伴う事例の他、不登校ではないが事例2の多動や癩癪などの集団不適応や事例9の自律神経失調症、心身症（腹痛、胸痛）という事例もあった。

治療の「回数・期間」は5回（3ヵ月）から21回（14ヵ月）であったが、症状や環境調整の状況による違いであり、年齢差や性差は認められなかった。

「内容」は行われた遊びのことで、女子では描画、箱庭、粘土、パズル、折り紙、塗り絵、ままごと、

あやとりなど、男子では箱庭、列車遊び、ダーツ、ビリヤード、ミニ卓球、ミニ四駆などが行われることが多く、遊びには性差が見られた。1回（1時間程度）の療法では様々な遊びが展開される場合が多かったが、中には事例3の毎回は描画という場合や事例9の毎回は主に箱庭（浦野，2002）という場合もあった。

「経過」は簡略なまとめである。Tはセラピスト（筆者）の略。初めは母子分離が困難だったり、緊張が強く導入が難しい場合もあれば、筆者との会話や遊びを積極的に行う場合もあるなど様々であったが、回を追うごとに遊びを楽しみ、活発さが増していく様子が各事例で見られた。症状の軽減・解消により、終結となるまでには不登校や学校不適應も改善されていった。

遊戯療法は、症状やその背後にある、学校での不適應感（いじめ、トラブル、学業不振の不安など）や家庭での問題（親子関係、同胞間葛藤など）を直接扱うわけではない。しかし筆者との守られた場の中で対人的な安心感を獲得し、遊びによる自己表現を通して自己肯定感や自信を取り戻したことが結果的に不登校や学校不適應の改善に繋がったといえる。

遊戯療法の実際

事例3の経過を通して遊戯療法の実際を紹介してみたい。

〔事例の概要〕

小学校2年生（7歳）女子A子。父と母の三人家族。小学校1年生の時、学校で毎日のように男子B男から殴られていることが分かり、母が担任に抗議した。しかし担任は「B男は元気がいいので仕方がない。殴っている子どもの心を傷つけない。」と言って問題にすることを避けた。他の児童によると「A子がすぐ泣くので、その顔を見るのがおもしろい」ということだった。父がB男の保護者に知らせたことで殴るといいうじめは収まったが、学校に対する不信感が残った。今後のことを考えて、小学校2年生で転校するために家族で引っ越しをした。転校先の小学校は担任も児童も優しく、いじめもなく、A子も友だちと楽しく遊べるようになった。ところが夏休み明けの2学期になって、朝から腹痛を訴えて学校に行くのを嫌がるようになった。理由を聞いても何も言わないし、強く登校を促すと泣き出してしまう。休ませると腹痛は治り、普段と変わらず家で過ごしている。何か心の問題があるかもしれないので相談したいと、筆者が勤める精神科病院の児童・思春期外来を受診することになった。

〔遊戯療法の経過〕

「 」はA子、< >はT（セラピスト・筆者）の言葉

*は母からの報告

◎は母からの電話

◆は遊戯療法の様子

第1回 X年9月第3週

◆待合室で本を読んでいるA子に声をかけ、手をつないでプレイルームへ向かう。部屋に入ると机の上のお絵かき帳と色鉛筆に目を止める。<お絵かきしていいよ>と言うとにっこりして絵を描き始める。描きながら「1年の時、お山に階段で登って、それから水が落ちている所に行って足を入れたら、冷たくてヒリヒリしたよ」とA子の方から話し出す。用紙いっぱい「あみだくじ」を描く。まずTが引くと「大あたり」で、次にA子が引くと「大はずれ」。しばらく「あみだくじ」で遊ぶ。学校の休み時間に「あみだくじ」をして遊んでいる話をする。次に「あみだくじ」の周りに飾りを描く。描きながら「絵を描くのがとても好き」と言う。「家でも絵を描いている」と嬉しそうに話す。本も好きでよく読んでいることや学校の運動会の練習の話や家で飼っている猫の話などをする。「あのね、しっぽがしましまなんだよ」と言うので、Tが<こんな風？>と描いてみると、「ううん、こんなふうになってる」と隣に描く。猫の話で盛り上がったところで<今度はその猫の絵を描いて見せて>と言うと「うん、いいよ」と喜んで終わる。

第2回 X年9月第4週

*第1回のあとは、毎日登校している。

◆学校での運動会の練習の話や友だちとの「手紙けんか」の話をする。約束していた飼い猫の絵を「ここはこうなってね、耳のところはよく出来たでしょ」などと話ながら描く。顔の周りに花飾りやクリスマス飾りをつけ、出来上がりに満足して終わる。

第3回 X年10月第2週

*毎日登校し、放課後も友だちと遊びに出かけることが多い。

◆自分で考えついた「ジャンケンあみだくじ」を描く。6回続けて引くというルールだと言う。Tが先に行き、負け続けて6回目に1勝すると、A子が手を叩いて喜ぶ。次に山や木の絵を描く。「秋の風景よ」と言いながら紅



葉の様子を熱心に描く。湖を描く時には色の塗り方を説明する。国語で“ビーバーのダム工事”を習っていて、その北アメリカのビーバーの住む湖の風景だと言う。最後に「今度は何を描くか決めてこよう！」と言って終わる。

第4回 X年10月第3週

*家にA子の友だちが4～5人遊びに来るようになった。学校で髪飾りを無くし「ママに叱られる」とA子が泣き止まないと担任から電話があった。

◆今回は描くものを決めてきたと言って、“公園”の絵を描き始める。近所にある友だちといつも遊びに行く公園だと言う。アスレチックの下に続く掘り鉢状の砂場では“ありじごく”という遊びをしている。水飲み場では水を飲んだり、怪我をした人のためにハンカチを湿らせたりしている。自分も怪我をした人に濡らしたハンカチを巻いてやったことがあると話す。人は全員棒状だが表情には少しずつ違いが見られる。顔を○で描いて緑色に塗る。「緑星人だよ」と言う。実際にはない砂場も書き足す。終了時間になっても「まだ終わっていない」と言って、ブランコ、木、空、太陽、雲を描く。表側だけでは足りず裏側にも描く。

第5回 X年10月第4週

*A子の友だちが家に遊びに来なくなった。昨日の朝、登校渋りがあった。A子は「友だちとの“やくざごっこ”に加わりたくない」と言った。本を持って行くように提案して登校させた。帰ってきてから「休み時間に友だちと一緒に本を読んだ」と話した。

◆家から持ってきた“紙を綴じたもの”を差し出す。花火の絵の輪郭だけを描いてある。好きな色を塗って完成させるのだと言う。「先生も一緒にしよう！」と言って塗り方を教えてくれる。一緒に色塗りをしながら、学校の友だちの話や休み時間のお絵かきのことや家族旅行の話などをする。完成した絵は置いて帰る。

第6回 X年11月第4週

*この1か月は元気に登校している。特に問題はなくなったが、A子が楽しみにしているのに月に1回にして続けたい。

◆もうすぐ12月ということでクリスマス話題になる。「カードに願い事を書いて窓に挿しておくとお天使が取りにきてサンタクロースに届けてくれるんだって」と話す。クリスマスツリーの話になり、「今日はクリスマスツリーを描こう！」とA子が提案する。A子とTの両方に白い紙がくるようにお絵かき

帳を置き、2人でそれぞれ描くのだと言う。<どう描けばいいかな?>と尋ねると、A子は描いて見せながら木や飾りの描き方を教えてくれる。Tが教えられた通りに描くと満足そうにしている。Tのアイデアを真似たりもする。同じようなツリーの絵が出来上がり喜ぶが、描き足りない様子。「もう少し続けよう。今度は真ん中に衝立を置いて、お互いが見えないようにしてクリスマスにちなんだものを描こう」とA子が提案する。10分位お互いに描いて衝立をはずして見せ合う。A子は小さなベルを組み合わせた飾り物、Tはドアに飾るリースを描いたのを見て満足して終わる。

第7回 X年12月第3週

*学校には喜んで登校している。病気をしても次の日は行きたがる。

◆A子は家から定規を持ってきて「貸すよ」と言ってTに手渡す。学校で年賀状の練習をした時に定規で富士山を描いたと話す。「鳥を描こう」と言うので<来年が酉年だから?>と聞くと「そう」と言いながら“にわとり”を描き始める。<詳しいね>と言うと「毎日、学校で観察しているから」と話す。次に「正月にちなんだものを描こう」と言う。お互いに好きなものを描いていくが、時々、Tの描き方がおかしいと言って描き方を教えてくれる。描きながら「学校で絵のコンクールがあって選ばれた」と嬉しそうに話す。描き終えた絵に名前を書き込みながら「“ふくわらい”を家で作ってみようかな」と言って終わる。

第8回 X+1年1月第2週

*正月休みに友だちが誰も遊びに来なかったのがA子は少し情緒不安定になったが、学校が始まったら喜んで登校している。

◆プレイルームに入るとすぐに「早く描こう！」と催促する。「今日は好きな模様を描くことにしよう、出来上がるまでお互いに見たらだめだよ」と言って、お絵かき帳の真ん中に衝立を置いてお互いに描きだす。描きながら学校で花を植えたこと、虫歯が1本も無いこと、4年生になったら犬を飼ってもいいと言われていたことなどを話す。出来上がった絵を見せ合う。Tの熊の絵がおかしいと言って描き方をアドバイスしてくれたり、自分の絵の中で好きな模様を選ばせたりする。「今度はお花畑を描こうね」と言って終わる。

◎X+1年2月第1週 母から電話

A子の誕生会に友だちを招待したが、用事があると断りがあつたり、行くことを反対されたりして誰

も来なかった。A子はとても寂しそうだった。反対された友だちが泣きながら親に連れられてプレゼントを持ってきた。遊んで行くように言ったが親が連れて帰ってしまった。この辺では誕生日会をしないからという理由だったがおかしいと思う。A子は明日どうすればいいのだろう。担任に言った方がいいだろうか。このままではA子がかわいそうだ。

第9回 X+1年2月第2週

*電話の後は特に問題はなかった。友だちもまた遊びに来ている。

◆「今日はお花畑を描こう!」と言って、今回も衝立をしてお互いに描く。描きながら“なぞなぞ”を出したり、学校の話などをする。描き終わると、お互いの絵を見ながら話をする。「次は木を描こう」と言って終わる。

第10回 X+1年3月第2週

*A子は学校で容姿のことでいじめられたが、一緒にいた友だちと2人でそばにあった物を投げたりして応戦したようだ。そのことを担任から“よく頑張ったね”と褒められ、いじめた子も謝ってくれたとA子は喜んでいて、学校には変わりなく行っている。

◆「いろんな木を描こう」と言って、いつものように衝立をしてお互いに描き出す。描きながら「3年生になってもクラスは今のままで先生だけ替わる。今度の先生も知っているし、やさしい先生だから心配していない」と学校の話をする。家の庭にはビワの木があるが最近、サクランボとリンゴの木を植えたと言う。出来上がった絵には1本の木にリンゴ、レモン、サクランボ、ブドウ、パパイヤ、ブルーベリーの果が描かれていた。「春の野の花を見たい」と次回は院内散歩を希望する。

◎X+1年3月第5週 母からキャンセルの電話。また連絡するとのこと。

第11回 X+1年6月第1週

*先日「友だちが約束を破る」と言ってA子が落ち込んでいた。朝から足が痛いと言ったので休ませた。家で勉強をさせたら、次の日は登校した。テーブルの上に“Cちゃんが約束を破るから嫌いだ”という内容の手紙が置いてあった。A子が友人関係で躓いたりすると、転校させたせいだろうかと自分を責めてしまう。

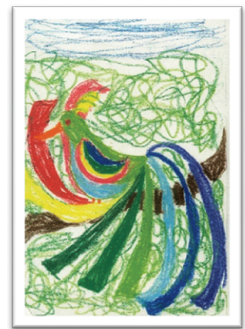
◆3月以来の来院なので楽しみにしていた様子が伺える。「8月にキャンプに行くからキャンプ場を描

こう」と言って、いつものように衝立をしてお互いに描く。描きながら学校での友だちの話をする。〈誰とよく話す?〉「Cちゃん」〈どんな人?〉「Dちゃんから怒られてばかりいる」〈CちゃんはDちゃんのことを何て言ってる?〉「2人の時はすかんと言ってる」と話してくれた。出来上がったお互いの絵を見ながら話をする。A子は紙面いっぱいキャンプ場を描いている。滝、湖、木、テント、コンロ、切り株の椅子などが描いてあるが人は描かれていない。「5人でやってきたが3人は木の実を採りに行ってる」と説明する。「今度は小鳥の絵を描こう」と言って終わる。

第12回 X+1年7月第4週

*約束を破るCちゃんにA子が怒って「約束を守ってよ」とはっきりと言ったようだ。友だちと嫌なことがあっても、少し落ち着くと1人でお絵かきしたりして過ごせる。友だちのことで嫌なことがあると考えてしまうが、学校は楽しいと言っているので今のままでよいのかなと思う。

◆前回の約束通り「鳥の絵を描こう」と言う。いつものように衝立をしてお互いに描く。描きながら「遊んでいて楽しいのはEちゃん。1人で過ごす時は“お絵かき”が一番好き。将来は“絵描き”になって展示会を開きたい」と話していた。描き終わるとお互いに見せ合う。A子は紙面いっぱいにカラフルな鳥の絵を描いていた。「無人島に住む鳥で、女王さまだ」と言っていた。



遊戯療法の効果

遊戯療法は一見すると、プレイルームの中でセラピストと子どもが遊んでいるだけのように見える。しかし自由な遊びの中にも時間と場所と制限という構造化された遊戯療法は回を重ねていくことで、子どもの心身の症状や問題が軽減されたり改善されたりする。これはどのようなことが効果的に働くからであろうか。河合(1987)は「子どもの主体性をできる限り尊重して、子どもの自由な遊びを促す。そうすると、その遊びのなかに子ども自身の自ら治ってゆく力が発揮されて、治ってゆくのである。」と子どもの主体的な遊びを尊重することが治療に効果的であると述べている。また遊戯療法における遊びについて村瀬(1991)は「非現実的な空想や実現困難

なことを実現できるもの、自分の意思決定を実行に移せるもの、コミュニケーションの道具となるもの、創造的な体験から精神的エネルギーを蓄積できるもの」と子どもの内的世界を表現する手段と意味づけしている。つまり遊戯療法は子どもとセラピストとの関係と遊びのもつ機能が相まって治療効果をもつといえるのである(小倉, 1992)。

ではA子の遊戯療法の効果をセラピストとの関係、遊びのもつ機能、それに伴う学校での様子や友だちとの関係の変化という観点から見ていきたい。

まずセラピストとの関係であるが、初回から最後の回までA子が遊びの主導権を握っていた。プレイルームには様々なおもちゃがあるが、大好きな“お絵かき”だけを毎回、行っていた。セラピストはそれを眺めたり、“あみだくじ”の相手をしたりしたが、5回目からはA子に促され一緒に描くようになった。6回目以降はA子の提案で衝立を立て見えないようにして、A子が考えたテーマでお互いに描くことになった。描き終わるとお互いに見せ合って話をしたが、A子は出来上がりに満足しており、上手に描けないセラピストに描き方を教えたりしていた。セラピストが指示や提案をせず、徹底して大好きな“お絵かき”に付き合ったことが、A子の対人的な安心感と“お絵かき”に対する自信に繋がったと思われる。

次に遊びとしての“お絵かき”であるが、A子の内的世界を表現する「外在化されたイメージ」(河合, 1991)といえるかもしれない。内的なイメージを“絵”という「外在化されたイメージ」で表現することについて山中(1978)は、「これまで症状としてしか表面化していなかった心の中のわだかまりがイメージという形でその出口をみつけると、その表現の中にそれまでは内に籠っていた感情や情緒が発散していく。さらにイメージはイメージをよび、そこに全く新しいつながりが生じ、これまではみられなかった心の中での統合(まとめ)が可能となって心の問題が解消していくことになる。」とその効果を述べている。A子の表現した絵は、初めは学校など現実の世界とつながった題材(1回~3回)だったが、4回目からは心の中に浮かんだイメージが毎回のテーマになっていった。描きたいものを描きたいように描くことによって感情や情緒が発散されていくようだった。そして最後の12回目では“無人島に住む鳥の女王さま”を紙面いっぱいカラフルに描き上げた。それは将来、“絵描き”になりたいと言う、たくましく成長したA子自身のイメージを感じさせる絵であった。

では最後に学校での様子や友だちとの関係がどの

ように変化したかを見ていきたい。初診時は朝から腹痛を訴えて登校を渋っていたが、2回目では毎日、登校ができていた。学校の運動会を楽しみにしているが、友だちとは“手紙けんか”をしている。3回目では放課後に友だちと遊びに出かけたり、4回目では友だちが4~5人遊びに来るようになっていたが、学校で髪飾りを無くして泣き止まないなど不安定なところも見られる。5回目では友だちが遊びに来なくなったり、友だちとの遊びに加わりたくないと言って登校を渋ったりしている。しかし休み時間の過ごし方を工夫するなどして、6回目以降は問題なく登校ができていた。7回目では学校の絵画コンクールに選ばれたことを嬉しそうに話す。その後も喜んで登校しているが、10回目では学校で容姿のことでいじめられたが友だちと2人で応戦し、先生からも頑張ったと褒められ、いじめた子からも謝ってもらえたという嬉しい体験をしている。3年生ではクラス替えはなく、進級することに心配はしていないと話す。3年生になった11回目で友だちが約束を破ることに腹を立て“Cちゃんは嫌いだ”と手紙に書き記している。12回目ではCちゃんに直接「約束を守ってよ」とはっきり言うことができていた。家でも学校が楽しいと言い、その後、3年生を無事に過ごすことができていた。

このように2回目以降、登校はできていても友だち関係などで不安定さが見られていたA子だったが、回を重ねることで自分の絵に自信を持ち、いじめる相手にも応戦し、友だちにもはっきりと気持ちを伝えられるように変化していった。最後の12回目では「将来は絵描きになりたい」と今後の生き方を決められるまでに成長した姿を見せてくれた。

おわりに

本稿では不登校や学校不適應の児童に対する遊戯療法の効果について事例を通して考察した。児童一人一人の主体性を尊重し、元々持っていた成長する力を発揮させる遊戯療法が児童の自己肯定感や自信を取り戻し、結果的に学校での適應も改善することがわかった。遊戯療法は医療機関や相談機関で主に行われるため、学校はその効果を十分に理解した上で連携していくことが求められる。

また、今回の研究から考えられるのは、遊戯療法の効果を学校教育の中で応用できるのではないかとことである。学級集団が児童・生徒にとって安心できる場になり、児童・生徒一人一人の潜在力、可能性、主体性を大切にする教育の方法(河合, 1995)が活用されるならば、不適應になる児童・生徒の理

解や支援だけではなく、未然防止にも結びつくのではないかと考えられる。

今後は、児童・生徒が不適應にならないための、安心できる学級集団作りや児童・生徒一人一人を大切に考える教育の方法について、臨床心理学の視点から研究を深めたいと思っている。

*事例の発表を承諾して下さったA子さんに心から感謝いたします。

文 献

Axline,V.H (1972) : Play thrapy. 小林治夫(訳)(1992) 遊戯療法. 岩崎学術出版.

東山弘子(1999) アクスラインの子ども中心療法. 弘中正美(編) 遊戯療法. 現代のエスプリ, 389, 37-47. 至文堂.
河合隼雄(1987) 子どもの宇宙. 岩波新書.
河合隼雄(1991) イメージの心理学. 青土社.
河合隼雄(1995) 臨床教育学入門. 岩波書店
村瀬嘉代子(1991) プレーセラピストに求められるもの. 精神療法, 17(2), 119-125. 金剛出版.
村瀬嘉代子(1995) 子どもと大人の心の架け橋. 金剛出版.
小倉 清(1992) プレイ・セラピィの基本的な考え方. 精神療法, 18(3), 207-214. 金剛出版.
浦野エイミ(2002) 心身症の児童に対する遊戯療法. 九州ルーテル学院大学発達心理臨床センター年報, 1, 15-19.
山中康裕(1978) 少年期の心. 中公新書.