



## 幼児のプレイ・セラピーの原理

小林 治 夫

落着きがない、乱暴だ、ひとまえて口がきけない、などの問題をもった子どもをつれて親が相談に見えるばあい、ただしたり顔で忠告をあたえて帰すだけでは、問題の解決になにも役立たないばあいがある。

子どもの問題は、多くは、親子の関係において生ずるから、親の態度を変えてもらうべく忠告することは当を得ているが、態度は人格のあるひとつの表現なのだから、一度の面接ぐらいでたやすく変化することを期待することはむずかしい。こんなとき、子どもに直接会って、子どもの側から徐々に問題をきりくずしていく方法があれば一番いい。プレイ・セラピーはこのような問題の治療に使われる子どものための心理療法である。

プレイ・セラピーは、おもにあそびを仲立ちに使うのでこのような名まえがつけられたのであるが、わが国では遊戯療法という名で

一般に通じている。この遊戯療法は治療者と子どもが一对一の関係で行なわれることもあるし、数人の子どもを一グループにして行なうこともあるが、後者のばあいをとくにグループ・セラピー（集団療法）と呼んでいる。

これらの遊戯療法はふつう一時間から一時間半くらいの時間で、一週に一度か二度の面接を行ない、継続期間は一応半年を目安にして、ばあいによっては一年から二年くらいのことがある。この治療に要する期間は予測することは難しいが、あらかじめ父兄に断っておくことが大切である。

### 〈遊戯治療室と道具〉

つぎに遊戯療法に使われる治療室と道具について一言しておこう。治療室といってもけっして大げさなものではなく、幼稚園がひ

けたあとの保育室で十分である。実際、保育室で行なわれたプレイ・セラピーの例はいくらかもある。ただ、プレイ・セラピーの進行に伴って生ずる事態についてあらかじめ考慮しておく必要がある。たとえば、その部屋におかれているもので、こわされてはならないもの、汚されてはならぬものなどは、事前に取りかたづけておくべきである。また壁に落書きされたり、床を汚されたりすることもあるから、時間が終わってからふき取りやすい絵具を使わせるという工夫も必要である。これらのことは当然のことであるが、思わぬことから思わぬ事態が生じてくるかもしれないことに対する予防として心得ておくべきことである。また、部屋から外へひんぱんに出られては後の收拾がつかなくなるから、あまり開放的ではない部屋を選んだ方がよい。

道具も、とりたてて述べるほどのこともないが、ただ、できるだけ子ども自己表現をたやすくさせるような玩具が望まれる、たとえばつぎのようなものがふつう使われる。テーブルと椅子数脚、哺乳びん、家族人形、おもちゃの家具と家、おもちゃの動物、ままごと道具、これには小さなテーブル、椅子、ベット、その他台所用用品などが含まれる。このほかにミルク飲み人形、洋服、指人形とその舞台、クレヨン、絵具、フィンガー・ペイント、ねんど、砂、水。鉄砲、トンカチ積木、木槌、自動車、飛行機、電話、小さな掃除道具、画用紙、積木(大きなもの)このほかに、組み立ててあそぶ玩

具や種々のゲームなども時には使われることもあるが、あまりすめられない。

#### 〈プレイ・セラピーの原理〉

セラピーの原理について述べることは至難なことであるが、ここでは、従来から言われているいくつかの重要な原理を紹介しておく。

**場面構成** 子どもにはじめて会ったときにとる治療者の態度は、これから始まる遊戯療法の枠組みを設定するための重要な意味になっている。子どもは自分の生活経験から遊戯室と治療者を、幼稚園の保育室と教師との関係で把えるかもしれない。しかしそれでは治療にはならない。

そこで治療者は、これから、この部屋で行なわれようとするものが何であるかを、子どもに端的に伝達してやる必要がある。これがことばによる最初の場面構成である。たとえばつぎのように言う。

—○○ちゃん、こんにちわ。今日から、毎週○曜日の○時から○時までこの一時間ここに来て、このお部屋で、あなたのしたいことがあればここにある玩具でどんなふうにあそんでもいいわ。またあそびたくなければあそばないでもいいのよ。だけどしたいことがあればどんなにしてあそんでもいいわ。○○ちゃんのいいようにね。もちろん、これは一例にすぎないが、要するに、子ども自ら

の責任で、行動を自由に選択し、決定できる機会をあたえる旨のこととがそこで約束されればよいわけである。

この場面構成は右に示したことでだけで十分ではない。これはフレイ・セラビの全過程を通じて、治療者の態度や行動のすべてで行なわれるものである。いいかえれば、フレイ・セラビは場面構成ではじまり、場面構成で終わるともいえよう。これからあげる治療者に要請されるいくつかの態度は、治療場面を構成し、それをさらに維持するために必要なものである。

ラポート 治療場面の構成は、先にあげたような主旨をことばでもって伝達することからはじまるわけであるが、治療者はあまりこのことにとらわれ過ぎて、子どもに温かさをあたえることを忘れがちである。治療者自身も、治療は特別な雰囲気をもったものだと自認しているから、ことばだけを厳密に考えるようになりやすい。しかし、子どもとのあいだに温いつながりがなければ、そのことばもその意味では受けとられない。自由にしてよい、と言われても治療者の表情や身のこなしが固ければ、くつろぐどころか緊張を増すだけである。治療者はいつも笑顔でいられるように、治療室に入るときは疲れていない状態にしておくことが大切である。治療の途中で眠くなれば、途中で切り上げるべきだと言われている。

**受容** 「この一時間、あなたがしたいようにできる」という治療者のことばが、子どもによって実行されるようにするには、まず治

療者は受容的でなければならぬ。部屋に入ったばかりの子どもがはじめての場所に慣れないために、あたりを探索するような目付きでじっとつ立っていれば、そのことも受け入れてやる。子どもが、ただじっとしていることにたまらなくなつて、「なにもすることがないの」「あそぶのがいやなの」などとしつこく尋ねることは、かえって子どもを後退させる。子どもがじっとしていたければ、じつとさせておくだけのおおらかさが治療者の側に必要である。しかし、時には温い調子で「はじめてなのでちょっとおどろいているのね」とか「どんなふうにあそんでもいいわ、もちろんあそびたいようにければあそぶなくたっていいのよ。どちらでもあなたのしたいようにね」と言つてやる。そのあいだ治療者は自分の仕事をやっていければよい。だがつねに、子どもに関心をそそいでいることは大切である。

**自由な雰囲気** 治療者が受容的な態度を一貫して示すことにより、子どもは自然に、ここではどんな気持ちでいることもできるという自由感を味わうことができる。ふだん母親に口うるさく注意されていることも、この部屋では何も注意されない。したがってどんな行爲でも行なうことができる。子どもに対する批評や評価がないから、子どもは本来の気持を表現できるのである。子どもをあるがままに受け入れるには、子どもの行爲を否認することはもちろんのこと、是認することすらよいことではない。子どもの治療室での行爲

は子どもの責任において行なわせ、行為の選択は子ども自身にあることを気づかせなければならぬ。

**子どもがリードする** どんな行ないも子どもに自由に選ばせるようにするには、治療者は子どもをリードしてはならない。子どもが少々荒気味だから静める必要があると思つて、「ここにクレヨンと画用紙がありますよ」とか「わたしとゲームしましょうか」などと示唆をあたえることはできない。子どものあるがままを受けいれ、子どもにリードをとらせることが肝要である。

**子どもの気持をとらえて明確化する** 治療者はおおらかな雰囲気をつくつて子どもに自由にあそばせても、ただそれだけならば、子ども自身にみずからの見通しをあたえることはできない。たとえば子どもが弟のことを治療者に話したあとで、「こんな人形なんかない方がいい」と言つて、壁に投げつけたようなばあい、治療者は子どものそのときの気持を認めて、「こんな人形はない方がいいのね」と言つてやる。これは遊戯療法では反射と言つてよく議論の対象になる。反射というのは、ちょうど鏡に子どもの気持をうつしてやることになぞらえられるが、重要なことは、治療者が適確に子どもの気持をとらえてやることである。それがなければ治療は発展しない。この例で、弟の話をしたあとで人形を投げつけたことは、弟がいけない方がいいという、子どもの気持の表明であるともとれるのである。「弟なんかいい方がいいのね」ということは、おそらく言い

過ぎになるだろう。それは子どもの気持ではなく、おとなの解釈になる恐れがある。

**制限の問題** 治療室で自由にさせるといつても、非常に現実的な制限は是非もつける必要がある。というよりも、かならず制限はつきものであると言つた方がよい。たとえばグルーブのばあいは、けんかをするとか、窓ガラスをこわすとかの身体的な危険があるばあい、また、玩具を家に持ちかえるとか、画用紙や水などを無制限に使うなどのことは当然制限しなければならぬことである。ただこれを最初の時間に伝達するか、あるいは事がおきてから伝えるかということがある。これはたしかに一考を要することだが、治療者の合った方法をとられるのがよいと思う。

以上、簡単にフレイ・セラピーの原理を紹介しておいたが、これだけの紙数ではなかなか意を尽すことはむずかしい。いや、実はフレイ・セラピーの原理は、心の持ち方の説明であるから、ことばで尽すことがどだい無理なことなのであろう。しかし、問題児あるいは不適応児の治療にはかかすことができないことなので、まずこれらの原理を手掛りとして、あとは経験で穴埋めしていただくことが望ましい。参考書もいくつかあるが、私の拙訳、アクスライ著・遊戯療法（岩崎書店）は事例が豊富なことで初心の人たちには参考になると思われるのでおすすめする。

（愛育研究所）