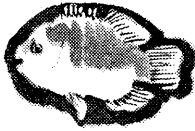


子どものプレイ・セラピー

〈ある人間の歩み〉



堀 越 清

——事の始まり、本をたよりにして——

こういう題名ですと、何か改まったものを書かなくてはという気持ちになりますし、それではどのように書けばいいかなと思うと何にも浮かんでこない、と言うよりプレイ・セラピーのお手本みたいな内容を考えて私にはとても書けそうもない気がいたします。そんな無理をするよりは、日頃自分のやっている事をこの紙上を借りてたしかめる方が、自分にとってやり易いようでもあるし、またその方が私の思っている事をかえって伝えやすいのでは、という気がします。同時にこういう奴でもプレイ・セラピーらしきものを目指して何かやっているということが何かご参考になるかもしれないと思って筆をとることにしました。

私が「相談」という仕事に首を突っ込んだのはかれこれ五年も前のことですが、年月を重ねた割にはたいして進歩はしなかつ

た、中でも子どものプレイ・セラピーという事を念頭におくようになったのはそれよりも後で、それも始めの中は、自分は子どもが好きだし、連れてきた親の方の相談が終るまでただ待たせておくのも何だからそれまで一しよに遊んでやろう、という程度の意識しかなかった、つまり子どものお守りから始まったというわけです。そういう場合には、その子どもに好かれようと、取っときの声”を出して子どもに近づき、子どもがニッコリするとこちらも嬉しくなつて一しよに遊んだ、結構一しよになってドタバタ動き廻ったり、ママ事遊びのお客さんとして神妙になっていたりしていました。ところがただ何となくやっていけば無事平穩の目が続いたのでしょうが、そうやっていっている事が何か次第につまらなくなってきました。これでは托児所の焼直しみたい

じゃないか、もう少し何とかならないものかとか、いつまでも子どものお守りでもあるまい、もっとやり甲斐のあることはないか、と思ひ始めたのがそもそも間違いのものと、その為いろいろな苦労するなどは夢にも思っていなかったのですから呑気なものです。ちょうどその頃、ロジャーズの提唱している「来談者中心的立場」ということば（当時はノン・ディレクティブと言ふことばが専ら使われていました）が私の周囲の口から出ていましたが、それと同時に「ブレイ・セラピー」ということばもボツボツ現われ始めました。それに当る日本語は言うまでもなく「遊戯療法」ですが、どちらの言い方にしても、私には極めてぎん新なしかもスマートで魅力的な響きに感じられました。もしも自分が子どもに対してやっている事がブレイ・セラピーだとしたらどんなにすばらしいだろう、俺も一ちようやったるか、といった調子で腰をあげた、まあブレイ・セラピーということばに

酔ったとでも言うのでしょうか。とは言ってもただ何となくやってたのでは何としても心許ない、では何か道しるべになるものはないかと思つて仲間いきいてみますと、彼はアクスラインの「ブレイ・セラピー」という本を教えてくださいました。早速それをもといてみますと、なるほどいろいろの事が書いてある。曰くブレイ・セラピーとは云々……。なかなか魅力的な文章が並んでいます。何か「独立宣言」をよんでるようですが、どうも私という人間は、何か本をよくむ時、ちょうど小説が何かをよむように、空想上の自己をその中に置いてその文章や流れにひたつてしまふ、肝心の自己をその時はどこかへ置いておく傾向がありました。て、何か現実感が乏しいと言ふより現実の自分の在り方と結びつけてよもうという姿勢が稀薄なようです。この時もそういうよみ方をしてしまいました。……さてその本には、いろいろのテーゼと言ふか、ブレイ・

セラピーを実行する際の原則が、公式みたいに幾つか並んでいたと記憶しておりますが、一番目についたのが例の「受容」という奴です。これは、ブレイ・セラピーの中心となるのは、子どものその時その時の感情に対するセラピストの受容的態度の如何にかかわっている云々……、と言ふところですが、このことばにまいったかどうかはともかく、私なりにこの中心として目に映つたのは、セラピストが受容的態度を持つためには、子どもの言っている事を繰り返してこちらが言つてやり、相手の感情の明確化を助けていく事が……”という箇所です。そこで、なるほど、子どもが言つた事をこちらが繰り返すのも受容のひとつか、しかも受容という事がセラピストとして大切だ、うんよし、これなら俺でもできそうだが、では”と頗る簡単に呑み込んで早速実行に及んだもので、たあいがないと言へばそれまでですが、それでも私は張り切りました。それで万事うまく行けばいいの

ですが、幸か不幸かそうは問屋がおろしま
せんでした。……かくてそのような意気込
みで或る子どもを受け持つ事にしました。

その最初の出合いの時、今日は今までのよ
うに子どものお守りをするのではない、私
はブレイ・セラビーをやるのだ、と自分に
いきかせながらそれでもどことなく力み
返った姿で子どもにぶつかった、先ず型の
如くよんだ通りに場面構成とゆきました。

「ここでは君は自由なんだし、今から四十
分、何でもしたい事をやっていいんだよ……
」どうも言いながら妙な気持です。子ど
もがそれを分ろうが分るまいが私はこれで
ノルマの一つを果たしたような気持でホッ
としました。

子どもの方はブレイ室にいろいろなオモ
チャがあるし、私のそんな話しかけは上の
空でそれらのオモチャを見廻しています。
……「おじさん、ビストルある？」「ビス
トルがどこにあるかきいてるんだね」（ビ
ストルが好きかい、とは言えない）うん、

「どこだい？」「どこにあるのかおじさんに
ききたいんだね」……まるで漫才ですが、
当人は大まじめです。今でもこの情景を思
い出すと何だか肩のあたりがムズムズして
きます。ところで子どもの方は待つてはい
ません。ひとりでさっさとビストルを探し
出すと再び私にきくのです。「おじさん、タ

——借り物で動くということ——

こうした形の上だけの繰り返しをやって
みたところで、それをやっている本人が妙な
気持になるのは当然かもしれませんし、何
か白々しさをすら感ずるはずなのですが、
その時の私にとつてはアクスラインの本は
「教育勅語」みたいなものでした。「汝ゆ
め信じて疑うべからず」とばかり自分勝手
に思い込んでいましたから、おかしいなど
は思っても、自分の受けとり方が間違つた
などとは思ってはいない、まして首だけ前
に突き出したヘッピリ腰の自分の姿に気づ

マある？」「タマがあるかときいてるんだ
ね」……「おじさんて変な人ね、ほとくの言
つてる事をマネしてるよ……」「????」
これで私はケチョンとしてしまった、ゴム
風船の空気が一ぺんに抜けたみたいにとつ
かりがなくなつた気持になつてしまいま
した。

子どもにふられる

くまでは時間がかかります。その時は子
どもの方が「生きがよくて」私がひとり
何かにこだわっている姿にはお構いなしに
自分でどんどん動いてくれたし母親の方が
カウンセリングで立ち直つてその後一、二
回で終結になったからよかつたようなもの
の、私の方にはこの子とやった事について
は何とも張り合いとか何かやれたという実
感も余りなかつた……。
ところがその後、或る相談機関で子ども
のブレイ・セラビーをやることになり、或

る男の子と始めの二回は何とか一しよに遊んだものの、三回目の時、いつものように仲間の相談員（母親と会う）と連れだって待合所まで迎えに行きますと、その子は私の姿を見ると背中をこちらへ向けて、下へ降りる階段の方に逃げるように走って行くではありませんか。私は少々狼狽しながら「〇〇君今日は」と声をかけますと、今度は本当に階段を下りかけます。……ようやく母親や他の相談員のとりなしで彼は遊戯室へ入ったのですが、入口のドアをしめると彼は窓際へ行ってしまつて黙つて外の空をみつめているばかりです。何か声をかけようとしても私も声にならない、そばに近よることも何かこわい、腫物にさわるようなものです。殆んど無言のまま時間がすぎて行く……、時間が終つて「じゃまたね」と私が言つても彼は黙つて部屋の外へ、どんどん出て行つてしまふ、生来お人好しで他人にあまり嫌われたことの無い私にとつて、これほどハッキリと私に対して拒否的

な態度をぶつけられたことは全く初めてでしたし、これは手強いぞとは俺には歯が立たないといった感じよりは、何かショックだったという感じの方が強かつたと思いません。むしろ呆然自失に近かつたのかもしれない。で、とてもそのままではやっていけません。でも、それもそのままではやっていけそうもない気がして、他の相談員にかわつてもらいましたが、このときの経験がその後の私にいろいろな教訓を与えました。単にそれだけの事でしたら、何だそんな事はどこにでもある事じゃないか、人と人が何らかの関わりを持つ時は相手に嫌悪の感情をぶつけられることだつてよくある、そのショックをのり越えながら進むテだつてであろうし、またはその相手を避けることだつてできるではないか、ということになるのでしようが、いやしくもブレイ・セラピーを志して、相手に嫌われたところで簡

単にやめるわけにも行かない、しかし実際にはこの私は立往生して動きがとれなくなりかかつてしまつた、結局他の人に引きついでもらつたものの、結果としてはやめたも同然である、しかもそうした子どもは今後いくらでも私の前に立ち現われるかもしれないし、それをいちいち避けるわけにも行かない、しかしあの時の私のザマはどうだ、と頭の上の理想と現実とが相反する形で私の中を駆けめぐり出した、更に、大体が自分の姿勢というのが安易なレベルに安住していたからこうなつたのじゃないか、という反省も少し起こつてまいりました。……何と言つても自信を失なつたことが大きかつた、それは同時に心のゆとりを失なう事も意味します。……それからの私は、自信を自己の中に取り戻すための巡礼を始めることになつたのです。

——さまざまの迷い、否定的な自分——

一時は妙に反省的に自分を見るような動きになってしまいました。何か自分のやっている事は否定的に感じたり見たりする、そのくせ他人のやっている事は肯定的に感ぜず、他人が何か自分に話しかけたり聞いかけたりすると、これは自分を否定的な目で見ているのだなということ先ず感じてしまう（実際はともかく）。しかも相手のそうした目はやはり正しいのであるといったふうに、相手を肯定的に見てしまう、つまり、常に相手をより一段上に在る如く感じて、自己を必要以上に下に評価するほどまでになってしまいました。そうなりますと、「在りのままの自己をみつめる」とか「自己に素直に生きる」というロジャーズやアクスラインの言っている事もことはの上でしか受けとらず、その通りに動こうとしてもむしろ逆効果と言うか、自己を歪曲した形でみつめざるを得ない、しかもそれが自己反省の仕方だと思っていたのですから、思えば妙な悪循環となっていたわけ

す。そういう時の自分は、何ともみじめなものです。こうした低迷状態は一年以上続きました。しかしながら、この、子どもにもふられた経験は、私のそれまでの在り方とか人生経験に対して一つの転機にはなりませんでした。こうしたさまざまの迷いやもがきの中から得た収穫は、「借物の形で生きよう」としていた私に少しずつではあるが目が向きだした事です。何か、「受容的態度」というヨロイカブト」を身につけないでは動けないと思っていたのが、そのヨロイカブトの中身である私自身は生きてはいなかったという感じがします。自分をどこかに置き忘れたまま「受容の押しつけ」をやったり、「強いて素直になろうとてかえって固苦しくなる」事など借り物以外の何もでもないようです。例えば或る子どもが急に「ほくこないだお母さんと映画見に行きたよ」とホソツと言った時など、私は「さあ受容のチャンスだ、この子が言っている気持ち分ろうとしなくてはならない」と自

分に言いかけながら彼の言う事を分ろうとするポーズをとっているのに、肝心の彼の気持の方はスイスイどこから抜け出てしまう、ハテ何の事だったかな？ と考えこんでしまう、結局そんなポーズは何の役にも立たなかった、私がナイーブな姿でいてれば、この子お母さんと余りこうした事をやった事がないし嬉しかったんだな」ということがピンとくるものが、「受容」というポーズをとろうとして、むしろ分らなくなってしまったのが、正にあてはまると思います。これを逆説的に言えば「私が借り物の姿で動いている時は自分の生きた姿は出てこないが、かえって子どもにも拒否されて立往生したり、子どもに何かいわれられてもたついている自分の姿こそ正に自分で生きている姿である」ということになる、即ち出すまいと思いがら出してしまっている地金を今まで見逃しすぎていた事を意味します。

もちろんこの間、他の子どもを扱ってう

まく子どもが変化したり、かん黙児で私ひとり話しかけながら徐々にその子が新たな動きを示し始めたという経験はあります。が、それですら何か公式論ばかり頼って自分を頼らなかつたという意味で余り意義を感じてはいませんでした。何だか子どもの事より自分の事に話しが移ってしまいました。が、今はその方が肝要だと思えますし、少し恥ずかしいのですがこのまま続けさせていただきます。……こうした私の巡礼は今でもまだ続いています。多少廻り道をしたなとは思ってもむだではなかつたようです。何と言ってもこれまでの私の生き方では余りに乏しかった「自己の在り方」に目がむいてきた事は意味があります。それでも自己に対する失望、不安、期待、願望といったいろいろのものが渦を巻いていました。その中からつかみかけてきたものが幾つかありますが、単にフレイ・セラピーやカウンセリングの場面のみならず日常の自己の在り方を含めて、自分という人間が、自分

に生きるという事に対する経験が稀薄であり貧弱であった事をしみじみと感じられるようになってきたのです。何か他人の言う事はいちいちもつともだ、その通りだと感じながら当の俺はいつたいどこへ行ったのだろうと感じたことがその現われです。……自分の人生には波もなければ成功失敗といった感じ、悲しみ喜び怒りなどもろもろの感情も薄い、何とも淡々とした味気のない自分、何か物分りがよさそうな顔をしてその実何にも相手の事が分っちゃいな

—— 現実に生きるということ ——

石の上にも三年、とは誰が言ったのかはともかく、現実という事に対する私なりの現実感というものが湧き出してきた、こう言い切ってしまったのは何かものものしいですが、例えば或る子どもと接している時に瞬間的ではありませんが、如何にもこの子どもらしい、生き生きとしている、素直な動き

い、自分、何かこれこそ自分なりの意見だと思つて口から出たことばがよくよく見ると書物や仲間の言っている事の借り物だったり、テープに自分の会話を入れて自分で聞きながら自分のしゃべり方に自分がついて行けなくなるような面がある事が分つたり、そのぎごちない重苦しさの伴つた自分のしゃべり方の中にも自分らしいかすかな動きのある事が感じてきたりするなど少しずつ自分というものを回復し出してきました。これが何と今年に入つてからです。

だな”と感ずることが誰でもあると思いますが、まあそういつたようなものとか、私自身に対しても、なるほどこれは俺らしいものいい方だ”とか、ハハ俺はここで何か相手に対してこだわっているな”と瞬間的に自分に感じることなどです。ですから別な言い方をすると、相手と関わってい

る間に、その人らしい生き生きとしたものを感じながら同時に自分の中にも生き生きとしたものを感じるということになりました。これは少なくとも現在の私にとってひとつの支え、生活のよりどころになっています。ペテランのセラピストからみればこれは別にたいした事ではないかもしれませんが、自分のでそうした事を自らの中に感じられるというのは何としても嬉しいことです。ただ惜しむらくは四・六時中それを感じ続けるわけではない、更にそれを他の人との関わりの中から、より多くの時間の流れの上で感じるようになるにはどうすればよいか、となるとこれは私にとって非常に難かしい問題で、またそこまでは行つてはおりません。今はただ、自然にそういうものを感じとれる瞬間があるものだという程度です。……

ちょうどこの頃、といつてもついこの間の事です。昨年秋から受け持っている男子のケースで、年末年始にかけて中断して

いたのが再び来るようになったのですが、再開したこの出会いの時、彼は私に会えてとても嬉しそうだった、何しろ私を見るや母親のうしろからとび出してきて、「おじさん今日は」と元気よく言う、つくづく可愛いのだと思いましたが、問題はその時の私の態度です。たしかに彼は私に会いたい気持ちでいる、私もそれが嬉しいのに、そうして嬉しい素振りは示しているのに口から出たことばは、「ここに来たかったんだね」ともったいぶった言い方をしている、つまり嬉しいという自分の気持が態度の上には出ているのに、ことの方は何かその時の自分とは距りをおいた形で出ているところ。はまたまた私に非現実的要素（照れくさいからそんないい方をしたてはすまない）が根強く残っていることを意味します。素直にことは出ない、こんな持って廻つた言い方ではおもしろくもかゆくもありません。逆に今までそんな生き方をしていた自分を振り返りますと寒気すらわいてくるほ

どです。そういう点、我が道は遠しという感じがします。……ところでこの子とその時フレイ・ルームに入りますと、彼はチャンバラを私としたいために刀を手にとっていることがよく分る、私も「よしやろうな」と言いながら刀を手にしたのですが、その瞬間的に「こういう場合にはフレイ・セラピーではどう動くのかな？」という例の「勅語」が頭に浮かんできました。途端に動きが止まりそうな気がしたのですが、同時に、俺は今この子とチャンバラや何かで遊んでやるといふより一しよに遊びたくなっている」という気持も湧いてきました。

一瞬の後、「ええまよ、フレイ・セラピーか何か知らないが、ここは俺なりの流儀でこの子と遊んじやえ」とフレイ・セラピーにこたわる自分には目をつぶって思い切つて「よしやろうな」と彼に働らきかけました。その時は時間になるまで元気に楽しく遊べた、いつもの照れくささ（いい年をして俺とした事が何たるサマでドタバタや

っているのだ)もちょっと首をもたげかけたのですが、間もなく引っ込んでしまった、二人とも終りの時互いにその息づかいがき

—— 先ず子どもと遊べること ——

この子が帰った後、その時を振り返ってつくづくと感じた事は、私は今まで、余りにも知識の上での原則論にこだわって自分の動きを抑えていたこと、今日はそれにこだわらずに自分を振りどばして思い切り彼と遊んだ事で、この方が何か意味がありそうだといいことです。たとえ将来は私なりにプレイ・セラピーをがっちりやろうとは思ひ、その点今日のそれはプレイ・セラピーとはちがうのかも知れないが、先ずこれが必要なんだな今の私にとっては“という何か”あるもの”を感じた、この方が少なくとも私の方は生き生きとやれるからです。或る意味ではこうしたやり方は、セラピストの勝手気儘な行動とも受けとら

こえるほど動き廻ったわけですが、“遊んだなあ”という充されたような気持で互いにニココリしました。

れるでしょうが、これまで数年間の私の在り方を辿ってみたとき、先ず事を始めるに当ってあれやこれやと考えを先ず固めて、あの時はああすべきだ、この時はこうすべきだとして動く事が多すぎた、それに対して今日の経験は先ず自分なりに動いてみてから考える、または動きながらたしかめて行くやり方の方が私にとって受け入れやすい、後で反省の時間になっても、自分がその時にやりたいように動いただけに種々の評価をされたり、プレイを妨げる要因たる私の持つ仮説的な枠組みというものを指摘されても割合素直に受け入れやすい事も感じてきました。

ですが何よりも、“この子と思いきり遊ぶ

ような相手になれる”という経験が最も貴重なものと思います。たしかにプレイ・セラピーの本筋からみれば、受容とか理解する瞬間瞬間のチャンスを逃しているところも少なくないとは思いますが、そこ、て遊ぶ事によつてお互いに素朴な生き生きとしたものがからみ合う事が、技術的に自己の態度を操作する以前に大切なものだという事を私はこの経験から得ました。今の私としてはこのところを踏まえてすっかり立つ事が初歩的な行き方かも知れませんが、先ず基本線として必要な気がします。

もちろん、その事とプレイ・セラピーがどうつながるか、私の今後の課題ですが、たしかに今の自分のやっている事がプレイ・セラピーであるとは思いませんし、それだけに、以前とは違った意味でプレイ・セラピーなるものを改めて考える必要も生じるわけです。ただ、そのプレイ・セラピーそのものの意味がどうも私にはまだハッキリ

りしない、なるほどブレイ・セラピーをことば通りに受けとれば、「遊びを通じて治す事」を意味するのでしょうか、この「治す」ということが、私にはよくのみこめない。「治す」と言うからには、何か子どもの或る症状とか或る行動の仕方とか、在り方・態度などが消えたり変っていくように、「こちら」が仕向けることなのでしょうが、そうして、その中心として、前に述べた感情の受容とかそういう事がセラピストに要請されるのでしょうか、今の私にそれがこたわると、やはり分別くさいもののがわかったような、もっともらしい紋切り型の（そのうえ自分には生きてない）態度で、子どもとの「通じ合い」をよりねじまげてしまふ以前のやり方が、またぞろ頭をもたげてくるおそれが多分にある、そういう点で、今の在り方と「治す」ということが、あまり私の中ではつながらないのです。いま、「通じ合い」ということを使ってしまったが、お互いの生き生きとし

たもののおつかること、たとえそれが一時的には、二人の間の気持のながれにマイナスの要因となっても、全体としては何かプラスになっていく原動力となるのではないのでしょうか。今の私は、子どもには以前ほど親切でもありませんし、ことは使っても、もっといぶつた調子は、だいたい消えています。時としては、自分でもハッとするようなことばを相手に発することがありますが、相手にはたいして支障となっていない、かえって、配慮したものの言い方の方が妙にとられてその後には妨げになりそうな位です。しかし一しょに遊んでいる間に、子どもが新しい自発的なうごきを出してくるとうれいしいのですし、二人でいろいろなこと、おそらく未知であり、未経験の事が二人にとつても多いのでしょうか、むしろそうした事を二人でいろいろ味わって経験する事が、現在私のやりたい事です。うまくいく・いかないは結果論で、二人でやってみなければならぬ。ゆくゆくは、これが

ブレイ・セラピーだというものを体で味わってみたいとは思っています、今はまあそんなところで、ただおとなにくらべて録音の問題など種々の難点があり、後での反省的なしめがけがブレイ・セラピーではむずかしいので、その点、しっかりしたスーパー・ヴァイザーを確保することが今の私にとつて必要なようです。

話しがまわりくどくなりましたけれど、こうして何かをつかみたがっている私のうごきがわかっていただければ、ということ、やはりセラピストとしての自分が問題であると思ひ、ブレイ・セラピーに名をかりていろいろと述べさせていただいたつもりですが、ずいぶん抜けているところや落としているところ、或いは自分では気がつかない私という人間がはらんでいる問題など、この文から嗅ぎとつて、適切な助言をいただければありがたいと思います。