

遊戯療法と教育



玉井 収 介

△遊戯療法とは▽

遊戯療法(Play Therapy)とは、あそびを手段としたトリートメントの一つの変法である。心理的なトリートメントは子どもとセラピストの間に成立する信頼関係をもとにして進行する。

この人は信頼できる、この人の前では何でもいえる、そういった安心感ができて、自由に感情を表現できるようになったとき、治療的な関係が成立したという。カウンセリングとかケース・ワークとか心理療法とかいわれるプロセスはみなこの関係をもとにして進展するのである。

相手がおとなであると通常その手段として話し合い、面接が用いられる。つまり、媒介になるのは言語であり、それは、おとなは、ことばによって感情を表現することができるからである。

しかし、相手が子どもであると、ことばで感情を表現することがむづかしい。そこで、ことばのかわりに、子どもにとってもっとも自由な活動であるあそびが使われるのである。すなわち、あそびを手段、あるいは媒介としてその感情を自由に表現させることにねらいがあるのである。

だからあそびは子どもの思いのままに自由であることの方がのぞましい。一定のプレイ・ルームとそこに備えつける玩具遊具の類にも大体のワケがあるが、その使い方はどこまでも子どもの自由である。

したがって遊戯療法といっても、一定のきまったお遊戯をするわけではない。もしそう理解されているとしたらそれは誤解であり、プレイ・セラピーを遊戯療法と訳したことに問題があるのかもしれない。

ともかくそこで子どもは、日常の他の場面では禁止されるような感情、たとえば攻撃、敵意、不満、反抗なども自由に表現できる。そのあらわれとして悪態をつこうが、乱暴な遊びをしようが、品の悪いことを使おうが妨げられることはない。

ただ、いくつかの制限はある。たとえば、治療者を直接攻撃するとか、はじめからこわすことを目標にしてこわすとかいった行動である。しかし、この場合も、制限されるのは、攻撃や破壊の活動そのものであって、攻撃しよう、破壊しようという欲求はおさえられることはない。たとえば、治療者にものを投げたり、なぐったりする行為そのものはとめられるけれども、「先生に向かって何です」といった形で、そのもとにある欲求、衝動そのものまでおさえられることはない。ここが大切なところで、それだからこその子どもは、それらの欲求を抑圧することなく、しかも、もっと承認されやすい形で、たとえば口でいうなどという形で表現することを身につけていくことができるようになる。いいかえればよりよい適応の仕方をつけていくことになるのである。

それ故、遊戯療法では、何か知識を教えこもうというような色彩はなくて、むしろ子どもの情緒的な面に働きかけようという意味がつよいのである。

そして、そのような意味での助けを必要とする子どもに対して有効な手段である。いいかえれば情緒的な障害をもつ児童に對してそれを治すために用いられる技術の一つなのである。

遊戯療法の機能を上述のように考えると、それは、教育あるいは保育の機能とはかなり異なったものである。そこに成立する治療的關係が、遊戯療法進行の基底になるが、それは教師對生徒という關係とはちがったものであると考えられる。それ故それはそれなりの訓練や經驗をもつ人でなければいけないということにもなるし、そういう条件をみたした人であっても、それ以前にその子どもと別的關係をもっている具合がわるいのである。

たとえば、どんなに有能なプレイ・セラピストであっても自分の子どものプレイ・セラピーはできない。なぜなら、ある一時間だけ親子でない關係をもつなどという器用な使いわけが簡単にできるものではないからである。

同様に、学校や幼稚園でも担任の先生がうけもっている子どもにある時間だけ遊戯療法的關係になるということもむづかしい。

したがって、幼稚園の保育や学校の教育の中で同時にこれを併行していこうというのは無理である、ということになる。そ

れはやはり、それに必要な訓練をうけた人がすることであると
いえよう。

しかし、ここで注意しなければならないのは、問題のある子
どもを治す方法は、遊戯療法ばかりではない。今このように
い方をしたのは、遊戯療法というものを、理論に支えられ、デ
ータにうらづけられた技術として高めたいという念願からには
かならない。それが玩具やあそびという日常ありふれた手段を
利用する無形の技術であるだけに、そのことばの用い方は慎重
でありたいのである。

先生が生徒と一しょにあそんでくれるということはもちろん
有意義なことである。それは子どもにとってもうれしいことであ
らう。それで、問題のある子どもがよくなることもあるであ
らう。しかし、一しょにあそんでいるうちによくなっていった
のだから、あれは遊戯療法をやっていたことになる、というい
い方することは不適當である。遊戯療法とはやはり最初から
意図して行なわれるものであるはずなのである。

それでは実際にどのような遊び方をするのか、という問題に
なると、そのよって立つ理論や立場の相違によっていろいろな
ちがいがあつた。しかし、およそ共通にいえることは、一定の
プレイ・ルームという場所で、一定の時間（ほば、毎週一回一
時間程度）を基準とし、そこで使用される遊具、玩具の類にも

大体のワクがある。もちろんセラピストと相手の子どもとは同
一でなければならない。それが何回もくりかえされていくので
ある。

そして多くの場合、親に対しても治療的な意味をもった面接
が併行して行なわれるのが原則である。一般に子どもの年令が
低ければ低いほど親の面接のもつ比重が増してくる。おそら
く、わたくしの経験では三、四才くらいが限度であつてそれ以
下の子どもでは親の面接だけが主要な方法になるであらう。

さて、このような遊戯療法の考え方を普通の教育、保育の場
の中に生かすことはできないであらうか、ということを最後に
考えておきたい。

遊びを通して子どもの心、子どもの考え方を理解しようとす
る、という限りにおいてはそれは十分に応用できるものであ
る。自由なあそびの中にこそかえって子どもはその本当の感情
や欲求をありのままに表現することが多いからである。

しかし、療法ということばはやはり、正常、あるいは平均か
ら逸脱したものに對してそれを引きもどす試みに對して用いら
れるべきものと考えるべきであらう。だからこの用語の使い方
は慎重でありたいと思う。