博士後期課程「障害臨床論」授業報告

―博士論文研究をめぐる「戸惑い」についてのグループ自己研究―

河田　あかり　お茶の水女子大学大学院　人間文化創成科学研究科
岩根　由佳　お茶の水女子大学大学院　人間文化創成科学研究科
岡本　みどり　お茶の水女子大学大学院　人間文化創成科学研究科
加藤　碧子　お茶の水女子大学大学院　人間文化創成科学研究科
中山　晶衣　お茶の水女子大学大学院　人間文化創成科学研究科
山田　美穂　お茶の水女子大学　基幹研究院／コンピテンシー育成開発研究所

要約

本稿は，お茶の水女子大学大学院発達臨床心理学領域の講義科目「障害臨床論」の授業報告である。本講義の受講生は筆者ら博士後期課程の大学院生 5 名であり，担当教員は山田美穂准教授であった。本講義では，博士論文研究をめぐる「戸惑い」をテーマとして設定し，アートベース・リサーチの枠組みを用いた演習を行い，その演習を通して自己研究を行った。本稿執筆の目的は，受講生や教員としての体験を振り返り執筆することで，自己研究や質的研究についての理解や自分自身についての理解を深めることである。本講義での体験と本稿執筆を通して，自己理解の深まり，表現の幅の広がり，つながりの再認識といった豊かで確かな感覚が得られた。加えて，本講義での体験から博論研究に携わる者にとっての芸術技法を用いたグループ自己研究の重要性も明らかになったと考える。

キー・ワード：授業報告，アートベース・リサーチ，グループ，自己研究，博論研究

Ⅰ　はじめに

本稿は，発達臨床心理学領域の講義科目「障害臨床論」（前期・不定期）の報告である。2023 年度は博士後期課程の大学院生（以下，D 生）5 人が受講した。全員が本学あるいは他大学の博士前期課程から進学したばかりの 1 年生であった。

授業担当者である山田は，本講義の担当が 2 年目であったが，どういう授業をしたらよいか悩んでいた。山田の専門の一つは，障害のある子ども・高齢者とのダンスセラピー実践である。また，発達臨床領域において「障害」というと「発達障害」をイメージする人が多いかもしれない。受講生は「障害」が研究のメインテーマである人もそうでない人もいるが，「障害のある人への支援」を「テーマ」とした授業をすれば，受講生は必ず自らの学習意欲に何かを響かせて，何かを学び取ってくれるだろう。

しかし，それだけでは物足りないのではないかと考えた。D 生の主なミッションは，博士論文執筆を通して，さまざまな人と協力しながら，自分を育て，自立した研究者として成長していくことである。教員が既に身に着けている知を伝授することも大切だが，もっと受講生がこのミッションに直接的・主体的に取り組むための授業ができな

いだろうか。他者の「障害」を臨床・研究の「テーマ」として考えるだけでなく，自分が臨床・研究をしようとする時に向き合うべき，内なる「障害（障壁）」に向き合い，語り合い，付き合っていく方法を探ることも，D 生にとっては重要な学びになるのではないだろうか。そのために，山田が探究を続けている，協働的な自己研究や身体を通した質的研究の方法論を役立てられるのではないだろうか。主流の方法ではないけれど，こういう面白い方法もあるよ！と，一緒に体験してもらってもいいかもしれない。

このような発想から，本講義では「発達臨床心理学領域における『博士論文研究』に関して大学院生が感じる『戸惑い』とは何か―探索的・ミニ・グループ・自己研究を通した学習―」というテーマを設定し，アートベース・リサーチの枠組みを用いた演習を行うこととした。

また，履修者の学習目標を①共同研究の体験学習，②質的研究の体験学習，③自己研究の体験学習とし，授業担当者（山田）の学習目標を①D 生との演習授業の運営，授業における共同研究の実践について体験的に学ぶ，②大学院生の体験に触れ，大学院教育（研究指導）の課題を抽出する，とした。本稿の執筆についても，執筆作業そのものがこれらの学習目標を実現することにつながると考えている。

本授業は，定まったコマ位置のない不定期開講の授業であり，多忙な D 生全員が揃う日時を確保することも難しかったことから，文献講読等の課題を多く設定し，受講生 5 人と山田が集合できた計 4 回の授業回に演習を行った。演習は，各種アート技法を用いて自己と向き合う作業が中心であり，心理的に安全な場を作ることが何よりも重要であったため，やりたくない時はやらない，話したくないことは話さなくてよいこと，教室の出入りも自由にしてよいこと，やらないという体験も大事な学習であること，を繰り返し伝えた。

（山田美穂）

Ⅱ　アートベース・リサーチ（arts-based research：ABR）を用いたグループ自己研究

1. アートベース・リサーチとは

アートベース・リサーチとは，研究の手段として視覚芸術や音楽，ダンスといった芸術技法を用いるものである。質的研究の一種とも捉えられ，山田先生が専門とするダンスセラピーなどの芸術療法の分野では盛んになりつつある方法論である（山田, 2021）。

アートベース・リサーチは社会学や教育学でも用いられる非常に包括的な概念であり，その特徴に対して統一的な見解は得られていない（伊藤, 2018）。しかし，その中で通底する共通理解として，知るための方法として芸術を用いるのがアートベース・リサーチである（山田, 2021）。

とは言っても，芸術表現は人それぞれに解釈が異なるものであり，抽象性が高いために，方法論として統計的分析や質的には言語的分析に勝るものはないだろうと疑問に思われる方もいるかもしれない。もちろんアートベース・リサーチという研究方法としての課題はあるものの，方法論として言えることは，アートベース・リサーチは真理を探究したり，一般化したりすることが目的なのではなく，芸術という，言語という特定の枠組みから超えたものから表現をすることで，新たな理解や意味を見出すことを目的としているということである（伊藤, 2018）。これは，あらゆる芸術の潮流が社会や時代に影響され，社会的なメッセージを暗に示していることや，あるいは，臨床においても芸術療法が効果をもたらしているように，芸術表現は，言語を超えたメッセージ性を秘めており，かつそれらは何らかの気づきやカタルシスを我々にもたらしうることからもわかるであろう。

つまり，アートベース・リサーチを用いることは，一連の研究プロセスの中でも，自己探究的に研究に対する課題に対し洞察的に気づきを得たり，プロセスを深めることに適している。本稿においても，アートベース・リサーチ的探究を言語表現

に書き起こすことで，言語先行で頭でっかちになりやすい研究作業において，何らかの示唆を得ながら自らの研究に役立てることが期待される。

（加藤碧子）

2. ABR を用いた自己研究とテーマ設定

自己を対象とした研究の総称を自己研究といい（伊藤，2006），近年，心理学などの人間科学において，質的研究の一つのあり方として，研究者自身を対象とした研究が行われている（藤井，2012；山田，2019）。研究者が自らの経験を研究対象とする方法論的課題は残るものの，従来の三人称的な視点からの科学では不要とされてきた一人称的な視点が積極的に組み入れられ，「生身の人間」として経験する身体的主体の実感に立ち返り内実を明らかにすることの必要性が論じられている（藤井，2012）。

本講義において，博士論文研究という受講生全員に共通する課題が授業のテーマであり，研究者自身の研究に関する経験が自己研究の対象である。博士後期課程に進学したばかりの D 生にとって，博士論文研究は身近でありながら分からなさの残るものであり，不安や困難を含むがうまく言葉にならない戸惑いを抱く課題である。その当事者としての実感を明らかにする試みは，D 生自身の研究をめぐる学びや成長に役立つと考えられる。

また質的研究には，客観的な行動に関する記述を越え，個人のもつ主観的な意味の世界を言葉という概念的な道具を用いて探求し表現していくことで，新たな視点を探索し様々な現象を捉え直していくという特徴がある（能智，2011）。

この特徴は前述したアートベース・リサーチの目的とも重なっており，これらを活かし D 生一人一人が「生身の人間」として博士論文研究に関してアートベース・リサーチを用いた自己研究を行うことは，個人の博士論文に関する主観的な世界を芸術を用いて表現し，それを互いに共有する体験の中で，自らの博士論文研究を新たな視点から捉え直していく経験ともなりうるだろう。

また当事者の経験の一人称的な記述は，その読み手に自己省察を引き起こしやすく，気づきを与える可能性も開かれている（藤井，2012）。授業報告として授業での体験を記述することで，D 生自身だけでなく読み手にも何らかの気づきをもたらすことを期待したい。

（岩根由佳）

Ⅲ　講義内容

本講義は，山田先生指導のもと月 1 回の頻度で，全 4 回実施された。内容としては，特定のテーマについて，アートベース・リサーチに基づき，履修生と協働的に，また身体感覚を用いて探ってゆく作業を行った。各講義では，第 1 回：絵，第 2 回：粘土，第 3 回：ダンスムーブメント，第 4 回：箱庭が媒体として用いられた。

1. 第 1 回（2023 年 5 月実施）

第 1 回は，授業で一貫するテーマを決めることとなった。まず，フォーカシングを行い，博士論文執筆に当たり D 生が身体で感じられる感覚を探り，全体で共有した。その結果，授業全体を通したテーマ「『博士論文研究』に関して感じる『戸惑い』」が決定した。

次に，このテーマについて更にフォーカシングで深め，感じられたものについてクレヨンを用いて枠づけした白紙の紙に描き出し，完成した絵にタイトルを付けた。その後，フォーカシングの感想や絵に関する簡単な説明を全体で共有した。また，次回の講義までに「絵について言語化すること，なおどこまで言語化するかは各自で決めること」という課題が与えられた。

2. 第 2 回（2023 年 6 月実施）

第 2 回は，まず前回の講義時も与えられた課題である「絵についての言語化」を行った。その後，粘土を用いて「『博士論文研究』に関して感じる『戸

惑い』」を表現した。15 分程度で作成を終えた後は，それぞれの作品について簡単に発表を行い，その後感想を共有した。また，授業終了間際には，山田先生の提案で，6 つの作品（教員作成分 1 つと D 生作成分 5 つ）を横一列に並べ，それぞれの作品間にどのような繋がりを見出すことができそうかを検討した。

3. 第 3 回（2023 年 7 月実施）

第 3 回は，各自の研究を象徴するキーワードを，カラフルな布やフープといったアイテムを用いてダンスムーブメントで表現した。まず，ダンスムーブメントを実施するに当たり，山田先生からダンスを通じて科学者が自身の研究を紹介するコンテスト「Dance your PhD」の作品が紹介された。次に，D 生が自身の研究テーマに関連があるキーワードを発表し，それに対して全員がアイテムや身体で表現するという作業を行い，その後感想を共有した。

4. 第 4 回（2023 年 8 月実施）

最後の講義となる第 4 回では，博士論文執筆終了や博士課程修了という意味の「終わり」だけではなく，「終わり」という言葉から連想される，様々な意味合いを含む「変化」や「終わり」に関して箱庭を用いて表現した。なお，箱庭は通常サイズの箱庭ではなく，小さめの箱庭を使用し，D 生それぞれが個別の箱庭を用いた。20 分程度で作成を終えた後は，それぞれが作成した箱庭について簡単に発表を行い，解釈や分析は行わずに，作成された箱庭に対する感想を共有した。

（岡本みどり・中山晶衣）

Ⅳ　ABR を用いたグループ自己研究の体験－自身の研究と繋げて－

講義全体の感想と自らの研究や博士論文研究にどのようにこの講義での体験がつながっているか，つながっていきそうかについて各々の体験として以下に記す。

1. 受講生の体験

1）戸惑いを受け止める（岩根由佳）

本講義を通じて，自分の中の博士論文研究に関する考えや感覚が変化していった。第 1 回の授業時，私にとっての博士論文研究は，広大で終わりの見えない海のようなイメージであった。まだ自らの博士論文研究の全体像も見えておらず，何年かかるのか，そもそも完成させることができるのかといった不安を抱えており，それらが頭の中で渦巻いていた。フォーカシングを行った際も，暗闇の中に自分だけが落とされているような感覚があり，錨のように重い戸惑いを手放さなくてはと思いつつ抱え，一人きりで茫然と立ち尽くしている感覚として絵にも表れていたように思う。

第 2 回，第 3 回と講義が進むにつれ，コントロールは難しくとも何とか動き出そうとする様子が粘土で表現されていたり，研究テーマを身体で表現することで思考とは異なる新たな視点を得るなど，状況が変化していたと振り返ってみて思う。特に，第 4 回の「終わり」に関する箱庭では，1 つのパーティの冒険の終わりをイメージし，複数の動物たちが同じ方向を向いて動いてきたことが表されていた。第 4 回の授業時には意識していなかったが，一人きりで立ち尽くしていた第 1 回を考えると大きな変化であろう。

こうした変化に，各講義における感想共有の時間が影響していたと感じる。自らの作品や動きを説明することで，頭の中でもやもやと留まっていた感覚を言葉や身振りで表出することができた。その場で言葉にすることは，生じた感覚を逃さず精一杯掴もうとすることにも繋がっていたと感じる。また他の受講生や山田先生の話を聞くことは，似た経験をもつ立場であっても異なるそれぞれの感覚を知り，自らの感覚を新たに捉え直す切り口ともなった。これは，自分一人が不安や暗闇に取り残されているのではなく，それぞれに戸惑いが

あり，個々に困難を抱えつつも頑張っていると感じる体験でもあった。自分一人きりではないと思えたことが，第４回でパーティのメンバーの存在として表れていたのではないだろうか。

講義を終え報告を書いてみて，まだ先が見えない不安はあるものの，博士論文研究は，ただ闇雲に進み続けるものではなく，いつか何らかの形で終わりを迎えることができる物語のようなイメージとなった。現在はその物語の中で努力している最中だと感じ，だからこそ戸惑いがあるのは自然だと思うことができた。自分自身の戸惑いを否定せずありのまま受け止めることができたのは，今後のＤ生としての生活で呼吸がしやすくなるような，大切な体験であった。

2）漠然とした「戸惑い」を解きほぐす（岡本みどり）

私にとって本講義は戸惑いや不安を解きほぐす自分探しの作業であった。私は修士論文を通して研究することに面白さを感じていた。研究の腕を磨けたらという漠然とした期待を持ちながら博士課程に進学したものの，博士論文研究のテーマは決めきれず，また執筆作業は果てしなく感じていた。先が見えないことから来るであろう「もやもやとした感覚」は，私にとって次第に負担になっていた。このような状態にある私にとって，「『博士論文研究』に関して感じる『戸惑い』」という本講義のテーマは正にピッタリという感じがした。

本講義のはじめに山田先生から身体を通した自己の探求が提案されたとき，私は「このもやもやとした感覚をなんとかする機会になるのではないか」と期待を抱いていた。というのも，私は自分の博士論文研究の先行きを，頭で考え過ぎて戸惑い，不安になっていたためである。普段使いすぎている頭だけでなく身体感覚も用いることは，私にとって新鮮であり，必要なことであると感じていた。また身体感覚が私に教えてくれることもあるだろうと思った。

絵やダンスムーブメントなど様々な媒体で表現する作業を通して感じたことや連想されたことで印象に残っている体験を２つ挙げたい。一つ目は，本講義のテーマについて粘土で表現した際に感じた体験である。粘土で作りたいイメージは浮かぶが，形にすることが難しかった。早く作らなければと悩んだが，なんとなく粘土をこねてコロコロと転がすと心地よく，丸まった粘土ができると「これは大きな岩にしたいな」と思うようになった。粘土の心地よい触覚に身を任せながら捏ねていると，徐々に表現したいものが形になってきた。この体験を振り返ると，迷ったときは焦らずに自分が心地よいものに身を任せてみることも間違いではないし，またそこから新しいものが生れるかもしれないと言われているようで感じて仕方なかった。

二つ目は，私が博士論文研究をどのように捉えているかを広い視点から見たような体験である。第１回では本講義のテーマについてフォーカシングを行い，今感じられたものを絵で表現する作業を行った。私が描いた絵のタイトルは「探検」であり，不安そうな顔の人物が洞窟を歩いているような絵であった。一方，第４回で「終わり」というテーマで箱庭を作成した際は，「綺麗な光を纏って宇宙から地球への帰還。…地球では誰かがケーキを用意して待っていてくれる。解放感もあり，同時に寂しさもある」というイメージから箱庭が

Figure1　箱庭作品

表現された。第 4 回の箱庭作品の写真を Figure1 に示す。山田先生や受講生から「第 1 回の絵と第 4 回の箱庭で表現されたものが繋がっている気がする」という感想があった。「今は探検家のように暗い洞窟を不安になりながら歩いているように感じていても，いつかは誰かが待っている温かい場所に帰る」という正に未知の世界への探検のようなものが，私が捉えている博士論文研究のプロセスと終わりなのかもしれない。また「私はこのケーキを用意して待ってる人でありたい」といった感想をいただいたとき，心がフワッと温かくなった。博士論文研究に対して，本稿を執筆中の今も戸惑いや不安は感じている。しかし，確実に以前よりも心が軽くなった感覚があり，また楽しみながら研究したいという思いが強くなった。

3）枠組みを捉える（加藤碧子）

博論研究はもちろん，アートベース・リサーチを用いた自己研究という授業テーマにも戸惑いを感じていた。単に絵を描いたり，工作ができるのは楽しそうだという期待感と，芸術表現を体系的な手段として用いることへの抵抗感が入り混じっていた。しかしどうやら私は，この抵抗感の背景にも，博論研究に対しても，枠組みを捉えることに戸惑いがあったらしい。

「博士論文に対する取り組み」をテーマとして描画や紙粘土などの種々の表現をおこなってきたが，その表現過程がとても強烈な体験となった。はじめは「表現」にことばや解釈を与えることが野暮のように感じていたところがあったのだが，その考え方自体が本質から離れたところにあったと思う。表現をする過程は，必ずしも容易ではなく，自分自身が追い詰められていくような，境界がわからなくなってしまうような侵襲性を感じることもあった。そうした葛藤を感じながらも表現していくことで，言葉ではないにせよ，なんらかの形や枠組みが与えられることになる。それは，自分自身の中にある何か，混沌としたものから，形象的な段階に持ち上げなくてはならないのであり，より自分と向き合わなくてはならなかった。

さらに，作品の共有過程では，普段感じるような，うまく伝えられているのか，伝わったのかという不安もあまり感じなかったように思う。なんとなく伝わっている実感があった。これは，言語的な意味の縛りや，共通言語を用いなければならない緊張感といった言語的な制限の少なさという余白を含んでいるからこそのものであったと思う。

様々な芸術的表現には，いい意味でも悪い意味でも言葉ほどの拘束力はないが，自分自身の内面と外的な関わりとの間に緩やかな結びつきを生じさせる。そうすることで，結果的に自然と言語表現にもしやすくなり，考えや物事を捉える箱や型を用意してくれるような体験であったように思う。

この授業期間で表現された作品たちは，表象的な具体性や，印象が大きく変化していった。はじめは，博士課程進学という人生の節目を迎えた時期であり，博論に対する漠然とした戸惑いがあった。しかし，授業の回数を追うにつれて，その作品たちは，徐々に形あるものとして表現しやくなっていた。進捗が明らかになり，自分の中でもわからなさや抵抗感が薄れていたのだと思う。

今は，必ずしも言葉だけではない，手段としてのアートに可能性を感じている。自分の博論研究がどのような段階にいて，自分自身が何を感じているのかなどの探求のため，今後も活用していきたい。

4）表現の幅が広がった体験を研究につなげる（河田あかり）

一番大きな感想は，自分が思っていたよりも作品や動きで表現できることに対する驚きである。今まで，自分の思いや研究を表現しようと思う時には，文字や言葉を選ぶことが多かった。しかし，クレパスや紙粘土を手にとって表現するテーマについて考えたり，他の人の真似をしながら動いていると，こう描きたい・こういう形を作りたい・こんな感じの動きというイメージが湧いてきて，とても新鮮な体験だった。それはどの回にも感じ

た感覚で，自分が言葉にできないことや自分でも気づいていない面を動きや作品では表現しており，自分の思いや研究テーマについても発見が多かった。また，他の受講生の作品を見たり作品の説明を聞くことも興味深い体験だった。自分だけではなく，各々が戸惑いながら博士論文研究に向かっているのだという安心感を抱けた。その一方で，同じ大学院の同期であるという似たような環境にいても，博論研究との向き合い方やテーマの感じ方が違うということにも改めて気づいた。加えて，自分の研究テーマのキーワードについて，他の人にも表現してもらうと，他者から見たキーワードのイメージや自分のイメージとの相違点も分かり，テーマに対する理解が深まった。

この講義を通して，芸術技法は見聞きする側も体感しやすい共通言語なのだと学んだ。一般的に，情報を共有するために使用されるのは言語的な表現であることが多いと思う。しかし，同じ言葉でも，実は人によってとらえているイメージやニュアンスが違うことがあることにも今回気づけた。芸術技法はそのような違いや細かなニュアンスを，表現を見ている側にも体験できる形で表現できる。自分の研究について言葉で研究を発表したり説明する際に，私が伝えたつもりになっていても内容や詳細が伝わっていないこともよくある。それは，私が無意識に一つの言葉に込めている様々な意味を言葉にできていなかったり，ぴったりした表現ができていなかったりするときに起こるのだと考える。そのような時に，絵や図，動きで表現してみると，私が無意識に言葉に込めた言外の意味が分かり，より伝わりやすい研究発表にできるのではないかと思った。また，私は現在，母親の子育てに対する心理的体験を研究テーマとしているが，似たような環境にいるのに感じ方や信念が違うという現象は，母親達の間でも起こっていると実感している。そして，子育てに対するイメージのズレは，養育者達と社会との間でも生じていると感じる。ここまで自分の体験を執筆してみて，私の研究の目標の一つは，研究を通して養育者達や社会で共有されるべき共通言語や共通意識を形成していくことなのかもしれないと気づいた。

各回を振り返ってみると，私の中の博論研究や自分の研究テーマに対する私のイメージや気持ちは日々変化していた。博論研究への戸惑いも，形は変わったが未だに私の中から消えてはいない。しかし，本講義で作成した私の作品を概観すると，どの作品も次の何かにつなげるために前を向こうとしているように感じた。これからも，私は戸惑いながらも研究に向き合っていくのだと思う。しかし，その戸惑いを抱えながら，様々な表現方法を試し，模索しながら，子育て中の母親の心理に関するイメージのズレを埋めるための研究や研究発表をしていきたいと改めて思った。

5）みんな戸惑っていることを知る（中山晶衣）

全４回の講義を通して，博論研究に対する戸惑いが消えたわけではない。むしろ，講義の中で様々な表現手段を用いて，自分自身が感じている戸惑いに向き合ううちに，戸惑いを感じている自分の輪郭をよりはっきりと認識することができ，戸惑いをないものにしようとするのではなく，落ち着いて正面から向き合う姿勢が生まれたように思う。

博士後期課程に入学してからの数か月間，漠然とした不安や戸惑いを感じる機会が増えていた。博論研究に関してやらなくてはいけないことがたくさんあると十分に理解してはいるものの，どこから何をどんな風に始めたらよいかわからず，漠然とした不安に圧倒されていた。その理由の一つに，所属するコースや研究室が同じでも，それぞれの学生の研究テーマは異なっており，個別性が高いために，博論研究そのものが孤独な作業になりやすいことがあるのではないかと思う。講義の中で，他の受講生が感じている様々な戸惑いを作品やダンスを通じて目の当たりにすることができたことで，私と同様に他の受講生も戸惑いを感じており，日々不安に向き合いながら，博論研究を行っているということを実感することができた。

そして，こんな風に漠然とした不安や戸惑いを感じていたのは自分だけではなかったと知り，自分と同じ仲間がいるという安心感を得られたことは一番の大きな収穫だったように思う。

また，講義を通じて，博論研究の終わりとは何かということや，今後のキャリア形成等を含む自分の人生について，自分自身の中で考えが深まったように感じている。私の博論研究は始まったばかりだが，「博論研究の終わり」という目的地や，そこに至るまでの過程を考え，ぼんやりとでも見据えることができたことは戸惑いを和らげてくれたように感じている。これまで，「終わり」と言えば，卒業や何かを成し遂げることをイメージしていたように思う。しかし，講義を通じて，博論研究の終わりというのは，博論執筆が完了することだけでなく，今後の人生の中で生じうる様々な出来事やそれに伴う自分自身の変化に合わせて，柔軟な終わり方，例えば休学や退学等がありうるということが腑に落ちたように感じている。現時点では，博論執筆を完了して卒業したいというのが第一希望ではあるものの，それ以外の柔軟な終わり方をする自分がいても良いのだという自分自身に対する許しのような感覚も多少なりとも得ることができたように思う。講義を通して，これまでの人生を振り返る時間が増えたことで，博論研究も臨床活動も大切にしたいと感じている活動ではあるものの，それらはあくまでも人生の一部分あり，全てではないことを改めて認識することができた。

このように，自分自身に常に完璧を求めることなく，状況に応じて柔軟に過ごしていく感覚は，私の研究テーマである「摂食障害からの回復」と通じる部分がある。真面目な頑張り屋さんが罹患しやすいと言われている摂食障害においては，そうした感覚を頭で理解するだけではなく，この講義で体験したように身体感覚として味わうことも有益なのではないかと感じた。

2. 教員の体験（山田美穂准教授）

Ⅰに記したように，本授業では二つの「授業担当者の学習目標」を設定していた。これらに沿って，私が D 生との授業を通して 1）授業者として何を学んだか，2）研究指導に何が必要だと感じたか，について考えてみる。

1）授業者として何を学んだか

本授業を計画し，実践することは，少し勇気を要するチャレンジだった。臨床実践・教育実践・研究実践を，からだごとやっていきたいと考え，学部でも博士前期課程でも，さまざまな工夫をして演習授業に取り組んできたが，D 生との演習授業には，それらとは少し質の異なる難しさがいくつかあるように感じていた。

一つ目は，アート体験や身体的アプローチを通して「感じる」「動く」「気づく」の先の「考える」ところまでたどり着けるかということだった。おそらく今まで「あたま」と「ことば」中心で捉えてきた博論研究と，「からだ」を結びつけようとするのは，D 生にとって想像しにくく，「やってみたら楽しかったけど，これが何になるの？」で止まってしまうのではないか？という不安があった。

実際にやってみると，受講生は感じることと考えることをさほど違和感なく架橋しているように見えた。深く論理的に思考することまでは至っていないとしても，今までとは違う角度から，少し新鮮に，自分にとっての博論研究を眺め直しているように見えた。博論の「テーマ」よりも，博論研究への「取り組み」に焦点を当てたことが功を奏したのだろうと考えている。また，演習の時にはいきなりハードルの高い課題を提示するのではなく，感触を確かめながら，段階的に少しずつ，適宜モデルを示しながら進めるようにしているが，その重要性を再確認できた。

二つ目は，個人で深める部分とグループで分かち合う部分の按配であった。博士論文は単著で書くもの（個人の作業）であるが，研究には様々な協働や相互支援が不可欠である（グループ作業）。

演習授業の中でもその両方を実現したいところだが，はたしてどのように両立させられるか，授業開始まではあまり見えていなかった。

しかし，初回の授業で，受講生たちが自分の趣味から「紙粘土」のアイデアを出したり，「戸惑い」というキーワードを思いついたりしてくれたこと，その時にグループ全体でさっと「あっ！それだ！それがよさそうだね！」という共有がなされたことによって，なんだかあっさり解決した。表現が難しいが，このグループでは何か大事なことを共有でき，それぞれの体験や感覚や思考が異なっていてもお互いに尊重し合える，という信頼感を持つことができた。そうすると，授業の中での「個人」と「グループ」のバランスも，それぞれの博論研究に必要なようにおのずと決まっていくだろう，と思えて楽になった。

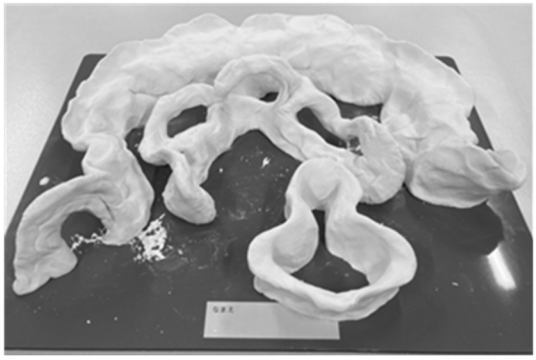
まとめると，本授業は私にとって，チャレンジングで，とても面白く，D 生の力を感じられた学習体験だった。

2）研究指導に何が必要だと感じたか

研究指導は大変にやり甲斐のある仕事だが，正解がないのでいつも悩ましい。特に博論指導については個別性が高く，誰かの指導法を真似できるようなものでもなく，私自身の経験も浅いので，どうすれば博論研究は進むのか，指導者として何をどうしたらいいのかをずっと考えている。

本授業では，私も絵を描き（#1），粘土をこね（#2），身体で表現する（#3）ということをした。

Figure2　教員の粘土作品



箱庭（#4）は受講生の制作の見守り役をしていたので自分では制作していないが，他の回は「博論研究における戸惑い」という受講生のテーマを，私は「博論研究指導における戸惑い」に変換して，自己表現に取り組んだ。毎回，私の表現には，開放口のある囲いのようなものが繰り返し顕れていた。それらのうち，写真に記録を残すことができた#2 の粘土作品を Figure2 に示す。

その時はひとまず「セミクローズドな三重の守り」と名付けたが，確かに私は D 生にとっての大学院や研究室や教員などがそういう場所として機能できるといいと思っている。しかし実際にこのイメージを体現し，機能できているのか，果たしてそれが有効なのかは，全くわからない。演習では，そのような模索の途上の信念を，外在化された作品として自分で見たり，受講生に共有してもらったりすることで，はっきりと意識することができた。

また，至極当然のことであり，1)でも挙げた「個人とグループ」に通じることでもあるが，私が直面している「博論研究指導」は，それぞれの受講生「（自分の）博論研究」と重なりつつも同じではないということを，改めてしみじみと感じることができた。本当に当たり前なのだが，D 生一人一人の違いを理解し，それに応じた指導をすることが，難しくも重要であることと同じく，もしくはそれ以上に，指導関係にある教員と D 生との間にある様々な違いを十分に認識することは，とても難しいがとても重要なことである。これからもそのことを忘れずに取り組んでいくためのヒントと意欲を与えてくれた，受講生 5 人に感謝している。

Ⅴ　おわりに

各々の体験について執筆した後，全員でそれぞれの体験を読み，再度オンラインミーティングを行い，講義全体と体験を執筆したことを振り返って感想を語り合った。その語り合いを通して，考えたことを結びとして記す。

各々の体験を読むと，内容や体験執筆の観点も六者六様であり，同じ講義を体験しながらもそれぞれがそれぞれの受け止め方で振り返っていたことが分かる。一方で，体験の共通点もあった。受講生の体験の中では，この講義を通して“安心感が得られた”，“呼吸がしやすくなった”というような感想が共通してみられ，この講義は，ホッとしリラックスできるような体験となっていたことが分かる。臨床心理学領域の博士課程での生活は，孤独を感じることが多い生活のように思う（博士課程だけではなく研究という営みそのものが孤独なのかもしれないが）。人口的にも博士課程の院生は少なく，修士課程の頃と比べると同期の院生と会ったりみんなで何かをしたりする機会も減った。全 4 回という限られた時間の中でも，自分の思いを表現し，受け止め合い，レスポンスをもらうというこの講義での体験は，自分は 1 人ではない・誰かとつながっていると感じられる体験だったと考える。

このような共鳴し合い安心感が得られる体験に至った理由としては，大きく二つあると考える。一つは，このメンバーで講義をできたことである。今回の受講生は全員博士課程に入学したての 1 年生であり，博論研究の進度についてもほとんど差がなく，類似性の高い受講生であったと思う。そのため，よりそれぞれの個性が表現されやすく，その表現を受け止め合う雰囲気が築かれていたのだと考える。二つ目は，言葉ではない芸術技法で表現し，その表現する過程も一緒に体験したことである。言葉や文字として研究し表現することが多い，受講生（ないし，D 生）にとって，芸術技法で表現したことは，言葉では言い表すことができない部分も含めて表現し分かち合う貴重な体験となった。そして，自らの気持ちを表現しようと自分の心と身体に意識を集中させたり，作品を作ったり，動きを模索したりする過程の時間も共有できたことで，より自分と他者に対する理解も深まった。個々で作った作品を持ち寄って感想を言い合うだけでは，このような体験は得られていなかったと考える。つまり，表現の過程を共有することで，相手がどのように考えて表現しているのかについて理解しようと努め，自分と比べてみてより自分について理解するということが自然にできていたと感じる。これらの体験から，博士論文研究に携わる者にとっての，芸術技法を用いたグループ自己研究の重要性も示されたと考える。

本稿では，アートベース・リサーチの枠組みを用いた演習を通して，グループで自己研究を行い，その体験を記した。何かを表現し，それを文字に起こし，その文章や作品を見てまた何かを感じ表現するという循環は，アートベース・リサーチが目指す形の一つであると考える。本講義と本稿執筆を通して，自己についての理解の深まり，表現の幅の広がり，つながりの再認識といった豊かで確かな感覚が得られた。加えて，こうして集まって表現し受け止め合うことができたという体験が，これからも戸惑いを抱えながら孤独に研究をする中での，安全基地のように作用し，立ち止まったらまたここに戻ってこようと思えるような体験になったと感じている。

（河田あかり）

文献

藤井 真樹（2012）．共感を支える「共にある」という地平――父の闘病に寄り添う体験の記述から――　質的心理学研究，*11*，45-62. https://doi.org/10.24525/jaqp.11.1_63

伊藤 秀子（2006）．「学習教授科学」の研究法　日本心理学会第 70 回大会発表論文集，1AM016. https://doi.org/10.4992/pacjpa.70.0_1AM016

伊藤 留美（2018）．アートベース・リサーチの展開と可能性についての一考察　南山大学短期大学部紀要，終刊号，203-213. https://doi.org/10.15119/00001738

能智 正博（2011）．質的研究法　東京大学出版会

山田美穂（2019）．ダンス・ムーブメント・セラピーのトレーニングにおける自己探索のプロセス――TAE ステップを用いて――　人間性心理学研究，*36*（2），193-205.

山田 美穂（2021）. 心理臨床 セラピストの身体と共感――ダンス/ムーブメントとフェルトセンスの活用――　春風社