

児童発達支援センターでの集団療育を通じた心理的支援 — 抱える環境の提供 —

子ども発達支援センターからふる 心理士 佐々木 彩 文

1. 問題と目的

子どもに何らかの躓きがある場合、対人関係の中で新たな躓きが後天的に生じることがある。それは、対人関係での失敗経験が続くことによる基本的な信頼関係や自己肯定感の不十分さや心理的な傷つきである（小林・鯨岡, 2005）。そしてその傷つきがまた対人関係での失敗経験を招き、傷つきやすさを強化するというスパイラルを生じさせる。

傷つきやすい子どもへの対応として、精神分析的心理療法では支持的関わりが重視される。その中心概念として、「抱えること」（Winnicott, 1986）と「心的抱っこ」（平井, 2011）が挙げられる。前者は、支援者が子どもに、自由に表現したり安心して遊んだりすることができるような心的空間を与えることである。つまり、子どもを心理的に抱えていこうとする態度である。子どもを傷つきから守り、子どもの心が奈落の底に落ちていくのを守ろうとする、積極的で献身的な関わりとも言える。後者は、子どもが考えられない感情について、支援者が積極的に代わりに考えて言語化することを通して子どもの不安を軽減しようとする態度である。Winnicott（1986）は「抱えること」がなされる環境のみを「抱える環境」としているが、本研究ではさらに幅広い意味で、「抱えること」や「心的抱っこ」がなされる環境を「抱える環境」と定義する。

児童発達支援センターでの療育においては子どもと家族を抱えることに加えて家庭を、子どもをしっかりと抱える環境として十分に活性化させることが重要だと考えられる。療育の中で支援者が子どもに関わるのは短い時間である一方、家族が子どもへ関わる時間は誰よりも長いのである。以上を踏まえ、本研究では児童発達支援センターにおける、支援者から子どもと家族への直接的な「抱える環境」の提供と家族の「抱える環境」機能の強化の重要性について検討を行う。

2. 方法

(1) 対象者

子ども発達支援センターからフルに通う年長児のAくん。

(2) 期間

平成26年8月から平成27年3月までの月2回、2時間のペースで実施した。

(3) 実施者

心理士である筆者と保育士1名の2人で担当した。

(4) グループの特徴

年長の男児4名である。

(5) 活動内容

集団療育として、①アートセラピー、②ソーシャルスキルトレーニング（以下：SST）、③

心理劇、④課題遊び、⑤心理教育を行う。それぞれの内容と目的は表1の通りである。

(6) 対象者の特徴

Aくんは、療育の必要性を保護者が感じて、筆者らの行う療育へと繋げられた。保育園では友達への関わりはほとんどなく、急に大声を出すことがある。活動に対しては消極的で保育園に行くことを嫌がる。自尊心が低く対人関係への不安があるという点において、傷つきやすさを持っている。

活動名	目的	活動の例
アートセラピー	①自己表現 ②自己受容 ③支持される経験 ④児に必要な支援についての判断	コラージュ療法、星と波描画テスト、動物家族画、粘土を用いたクリアリング・ア・スペース
SST	ロールプレイやゲームを通じた社会生活スキルの獲得を図る。	けんかのきもち、謝る練習、相手をほめる、相手と協力してゲームに取り組む
心理劇	即興劇を通して ①自己表現 ②自己理解 ③支持される経験を促す	1. 2. 3の創作体操、動物レース
課題遊び	①みんなで話し合っ遊びを決める ②ルールを守ってみんなで遊ぶ	かくれんぼ、風船運びレース、探検ごっこ
心理教育	①保護者の悩みの軽減 ②保護者が子どもを心理的に抱える余裕を持つための情報提供	10分から15分程度、個別に面接。解決志向短期療法（本人の希望的未来を活性化させる面接技法）をベースに保護者の気持ちを傾聴する。そのうえで、具体的な解決策の発見を促す。

表1：活動内容

3. 結果

#1 Aくんは部屋に入室すると、大声を出しておもちゃを投げる。筆者が剣道の話について話しかけると、穏やかに会話をするが、不安になると大声を出す。従って筆者は、「何が起こるかわからないから怖いかもしれないね」と伝えると、Aくんは肯定し不安について話す。

なぐり描きでは不安や自己否定が伺える。筆者の掛け声に合わせて、クレヨンで大きくなぐり描きをするアートであったがAくんは、黒のクレヨンで小さい丸をいくつか描いただけである。

【考察】 Aくんは、自分で自分の心を抱え続ける余裕がないようである。なぐり描きの様子から、社会的圧力を感じていることや強い自己否定が感じられる。そのために、初めての環境に対する不安に圧倒され、不安を1人で抱えることができない。従って、大声を出したりおもちゃを投げたりすることで不安という感情を、自分の代わりに抱えてくれる人を求めて、周囲に撒き散らしているのだと考えられる。従って筆者は、Aくんが投げかけてくる感情を積極的に抱える。

#2 「ほしいもの」というテーマで行った九分割統合絵画法では、「引越しをしたい」という願望を描く。自由遊びでは「魔法の砂」を繰り返し筆者に渡す。そのため筆者は「嫌なことを消してくれる魔法がほしいのかもしれないね」と伝え、「魔法の砂」をAくんにプレゼントする。

【考察】 Aくんは、筆者に抱えてもらうことを望んでいることが推測される。具体的に言うと、Aくんは、筆者から「魔法の砂」をもらうことを望んでいたのである。この「魔法の砂」とはおそらく、現在Aくんの周りで起こっている嫌なことを消し去って新しいスタートをもたらす魔法であると考えられる。従って、筆者は「魔法の砂」をAくんに具体的にプレゼントすることを通して、Aくんこれから「魔法の砂」のような「抱える環境」を提供していくつもりであることを伝える。

#3 粘土を使ったクリアリング・ア・スペースを実施する。クリアリング・ア・スペースとは、嫌な感情と心理的に距離をとるための技法でありフォーカシングという心理療法の方法である。Aくんは嫌いなものとしていろいろな強い動物をつくり、箱に閉じ込める。そして好きなものとして蛇をつくる。筆者は自由遊びの時にAくん「引っ越したい」気持ちについて尋ねると肯定する。そこで筆者は、Aくんが今感じているかもしれない辛さについて伝え、これからどうなりたいのかという気持ちについて一緒に考える。Aくんはスーパースターのようになりたいと話している。

【考察】 Aくんは今の環境の辛さと新しい未来への希望を抱いている。Aくんは粘土で蛇を作る。蛇は生まれ変わりの象徴であり、Aくんは「リスタート」への希望を持っているのだと感じられる。そこで筆者は、今抱えているであろう生きづらさについて伝え、そのうえで共感する。そして希望の将来について一緒に考えることで希望の未来を少しずつ具体的なものとしていく。

#4 筆者と2人で部屋にいるときに、Aくんはサングラスをかけて、「スーパースター」と叫びながら部屋を走り回ったり、筆者に手品をたくさん見せたりする。そのため筆者は、「スーパースターになりたいんだね」と共感して、Aくんにはたくさん素晴らしいところがあることを伝える。

【考察】 Aくんの良い自己部分が表面に出てくるようになる。Aくんは「スーパースター」になる遊びを通して、良い自己像を表現し、「スーパースター」になった自分を体験する。その遊びの中で筆者は、Aくんの憧れを言語化して、現在Aくんにも「スーパースター」のような良い自己部分がたくさん存在することを伝えることを通して、Aくんの良い自己部分を抱える。

#5 コラージュ療法を実施する。作品（資料1）は、画用紙の右領域は使われず、左下領域の強調である。写真の大半は物であり、画用紙の真ん中左端に唯一人である「母」を象徴する写真を貼っている。Aくんが作成する間は、筆者はAくんに声をかけることなく、あたたかく見守る。

心理教育では、コラージュ療法でわかったAくんの様子や気持ち



写真1：コラージュ療法

について伝える。母からの話によると、Aくんは母に抱きしめて欲しいと要求し、甘えることが増えたとのことである。従って、「Aくんが必要とする時はたくさん甘えさせてあげてください」と伝える。母は最後に、「私の絵を見ても私の気持ちとかわかりますか？」と筆者に訪ねる。そのため、不安なことがあるのかもしれないことを伝え、「いつでも声をかけてください」と伝える。

【考察】 コラージュの解釈は次の通りである。Aくんは、保育園での不安に圧倒されて、エネルギーが自己に向いており、他の人や保育園のことについて考えられない状態である。しかし、不安に圧倒されながらもなんとか頑張っている状態である。そのため、エネルギー補給のために、母からの母性的関わりを求めているということである。

家族への介入が必要であると考えられる。この時期、保護者は心理的に余裕を持っていないと考えられる。Aくんの保育園での問題について悩みに加え、急にとても甘えてくるようになったAくんへの対応が分からないことが大きな要因であると思われる。そのため保護者は、抱えきれない不安や疑問について、筆者と一緒に抱えてもらい、解消してほしいと感じ、筆者に「私の絵を見ても私の気持ちとかわかりますか？」と尋ねたのだと思われる。従って、筆者はAくんの保護者の抱えきれない不安を抱え、Aくんの保護者がAくんを強く抱えられるように具体的なアドバイスを行う。

#6 音楽発表会直前になり、Aくんは不安を減らすための防衛機制を働かせる。Aくんは、母だけに、他児のことを上から目線で話している（「あいつの演奏下手だから」など）。そのためAくんの母はどう対応すれば良いかわからないでいる。従って筆者は、その行動は、Aくんが自信を持ち続けるための精一杯の努力であるということを伝える。その上で保護者に①Aくんの気持ちを共感しながら傾聴して、②Aくんが話したことは他の人には秘密するように伝える。

この頃からAくんは、保育園での生活を楽しめるようになる。本療育を使うまでの4ヶ月、Aくんは保育園に行くのが怖くていつも泣いていたが、最近は父に対して、「お父さん、早く行こう」と言って保育園に行くようになっていく。保育園の活動で、外部の人の前で合唱をする時は、自信を持って歌っており、その声の大きさは同じ組の中で一番大きいと担任に聞いたと報告されている。

【考察】 Aくんは母を、自分を支えてくれる存在として活用することができるようになる。今までは抱えきれない感情を、大声を出したり、物を投げたりするなど、受け取ってくれる誰かを探すように周囲にまき散らしている。しかしこの時は母を抱えてくれる存在としてみなしている。自分の不安を受け止め、より安全な不安へと変換してくれる存在とみなしている。

少しずつ、外へエネルギーを放出しようと思えている可能性が考えられる。#6のコラージュ療法では、Aくんはエネルギーを内に向けやすいところが見られた。しかし、少し外の世界にエネルギーを向けてみよう、つまり保育園でも頑張ってみようと思えたのかもしれない。

#7 この頃からAくんの、支援者の抱える力の限界を試す行動が増える。Aくんはクリスマスツリーの絵に貼る自分が欲しいものを描いたのであるが、その作品をぐちゃぐちゃにして捨てる。そこで筆者はその作品をゴミ箱から拾い、その作品の素晴らしさを皆の前で伝え、皆から見える場所に飾る。その後Aくんは、うんちやしっこ等の「汚いもの」をいくつも紙に描き、筆者に渡す。従

って筆者は、「今日先生は汚いものをたくさんもらうんだね」と伝え、全部笑顔で受け取る。

Aくんの自信を高める出来事が起こる。Aくんが描いた絵が市のコンクールで特賞をもらったのである。筆者はそのことを褒め、皆の前でそのことを発表してみないかと提案する。提案に対してAくんは恥ずかしそうに「えー」と言いながら頷く。そのため活動中に皆を集め、Aくんの頑張ったことについて発表する。Aくんは恥ずかしそうにしながらも後で筆者に嬉しい気持ちを伝えてくる。

【考察】 Aくんは、支援者を心の中の不快なもの（うんちやしっこのような）を抱えてくれる存在とみなす。従って筆者はAくんの心の中にある不快なものを抱えること、そして不快なものをたくさん受け取っても、筆者は壊れることなく生き残ることを示すために笑顔で対応を行う。

#8 SSTでは謝る練習を行う。ロールプレイでは、Aくんに謝る役をするよう伝え、拒否する。「謝るのは嫌だから」と話す。従ってAくんが気持ちを表現し、理由を話せたことについて褒める。

【考察】 Aくんは自信がないために、拒否という意見を言葉で伝えるのではなく、大声を出し、物を投げるという行動を通して拒否という意見を伝えていた。従って、今回言葉で拒否を伝えられたのは、とても良い経験である。従って褒めることを通して、この良いソーシャルスキルに対して強化を行った。またその際に重視したのは、Aくんが頑張って伝えた拒否を活動への拒否とみなすのではなく、逆に活動への参加とみなすことで、Aくんを抱えたことである。

#9 「炎の絵」（資料2）では、画用紙いっぱいには炎を描いた。炎は激しく燃え、画用紙をはみ出してしまいそうな大きさである。その後「炎を消火」をするよう教示をする。その結果Aくんは雨で火を消火したが、逆に火が大きくなったというストーリーを展開する。

【考察】 Aくんは誰かに抱えてもらうことを求めていることが考えられる。自分の炎（怒り）を消せずに、炎（怒り）が大きくなってコントロール不可能になっていく様子がストーリーから伺われる。従って炎（怒り）を消火するためには、他の誰かが一緒にAくんの炎（怒り）を消火していく必要があるのだと考えられる。従ってその旨を保護者に伝え、一緒にAくんの怒り（炎）を消してあげるよ



写真2：炎の絵

うな関わりが第一に必要なことを伝える。その結果、保護者は今までのAくんとの関わりについて振り返り、今までAくんの怒り（炎）を強くしてしまう対応をしていたこと、これからのAくんの怒り（炎）を消していく方法の重要性についての気づきを得られる。

#10 保護者への心理教育では希望の活性化を行う。Aくんの行動への否定的な捉え方が強いのである。従って、タイムマシン・クエスチョンを用いた質問を行う。「今からタイムマシンに乗り

ます。そしてAくんが小学校1年生になっているところを見に行きました。1年生になったAくんを見てあなたは、もう全て問題はない、うまくいっていると思いました。さて、全てうまくいっていると感じたとき、今のAくんと1年生のAくんではどんなところが違うと思いますか。」という質問である。保護者は、自分の一日のスケジュールの管理と身支度などを1人でできるようになることを挙げる。他に尋ねると、保育園でうまくいかないことなどは受け入れようという気持ちである。日常生活で保護者が余裕を持てるように、Aくんが自分のことを1人でできれば十分であるという気づきを話す。

【考察】 解決志向短期療法的な介入によって、保護者の希望を活性化する。その結果、Aくんが小学生になった時という明るい未来について具体的にイメージできる。そして現在の悩みについて、不明確になっていた、Aくんについて受け入れられることと受け入れられないこととのラインを明確化する。そのことによって、受け入れられないことの領域を少し減らす。

#11 アートセラピーでは、皆の前で作品を発表することを恥ずかしそうに拒否するが、皆の前で発表できる。自由遊びでは、皆の意見をまとめ、活動の中では積極的にリーダーとして皆を引っ張る。殴り書きでは、穏やかに小さな丸を描く。妹の世話をし、優しい兄としても頑張っている。

【考察】 Aくんは優しい兄として、頑張る姿が見られる。未だ他者に見られることへの抵抗、恥ずかしさや他者に受け入れてもらえるかどうかという不安はあるが、少しずつ自分を表現してもいいかもしれないと感じているようである。妹のお世話を頑張っており、他者に気をかけることができている。従って、Aくんは支援者や家族などに抱えてもらう体験を通して、自己受容が促され、他者に気にかける程の心のスペースを十分に持っているのだと考えられる。

4. 総合考察

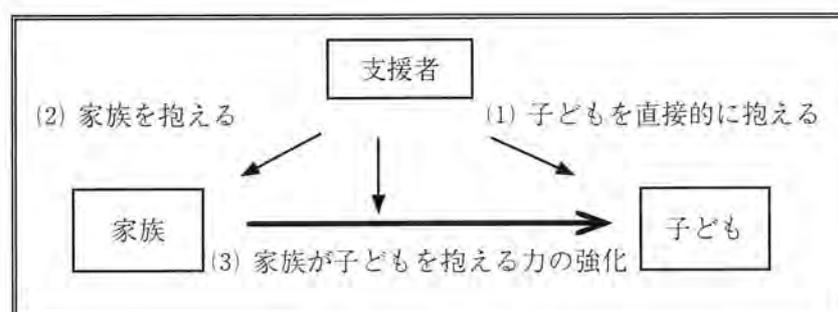


図1：抱える環境の提供

Aくんの事例から、児童発達支援センターでの療育において、子どもに対する「抱える環境」の提供は3つのルート（図1）を通じて行うことができる可能性が示唆される。それは、(1) 子どもを直接抱えること、(2) 家族全体を抱えること、(3) 家族が子どもを抱える力を強化することである。

(1) 子どもを直接抱えること

本事例では、支援者が子どもの心を積極的に抱えるという形で介入を行った。抱える方法と

して、Winnicott (1986) の「抱えること」と、平井 (2012) の「心的抱っこ」を用いた。前者の介入として筆者はAくんの行動について受容し、積極的に肯定的に関わることを通して、Aくんを心理的に抱えた。その結果、Aくんは安心感を育て、自己肯定感を高めていったのだと考えられる。安心感を得る事によって、本療育内に限らず、保育園でも安心して過ごすことができるようになったのだと思われる。Winnicott (1986) は、信頼できる他者を心に取り入れることによって、安心して「一人でいられる」能力について強調している。Aくんは、抱える環境を心に内在化することを通して、安心して一人で保育園にいられるようになったのだと考えられる。後者では、Aくんが感じているが考えることができずに圧倒されているであろう不安について積極的に言語化して伝えて行った。そのことにより、Aくんは、不安を言語化することを通して不安から距離を少しずつとることができた。

(2) 家族全体を抱えること

Aくんの保護者は、Aくんについて非常に悩んでいた。保護者は筆者に、「私の絵を見たら、私の気持ちもわかりますか」と問いかけている。このことは、保護者の気持ちにも気づいてほしい、抱えてほしいとの必死のアピールであったと思われる。従って、筆者は積極的に保護者の熱心な養育について労い、保護者が感じているかもしれない気持ちについて言語化して伝えた。その結果保護者は「あーなんか考えすぎていましたね」、「私がカッとなりすぎましたね。」などの気づきを得ている。つまり、思考に囚われていた状態（認知的フュージョン）から、思考について距離をとって考えられるようになった（脱フュージョン）のである。以上から、家族は行き詰まりを起こしており、否定的な感情に囚われている場合がある。その時は、支援者がまず家族の言葉を傾聴し、家族が気持ちについて客観的に捉えられるように、支援者が感じたことを伝える。それらの過程を通して、家族の行き詰まりを解消し、家族全体を抱えていくことができるのではないかと思われる。

(3) 家族が子どもを抱える力を強化すること

本事例で筆者は、家族がAくんを抱えていくための心の態勢を持てるように促進した。Aくんへのアートセラピーで得たAくんの心についての理解と解決志向短期療法を用いた心理教育である。

まずアートセラピーを通した保護者への心理教育である。本事例では、アートセラピーの題材として主に描画テストの内容を用いた。描画テストで得られた、Aくんから保護者に伝えようとしているメッセージを保護者に伝え、具体的にどう対応していけば良いのかを伝えた。このような支援を通して、保護者のAくんについての理解が促進され、受容していこうという態度がより強くなった。

Aくんの保護者は、Aくんの将来の姿について具体的・肯定的にイメージを持つことができていなかった。そのため、リフレーミングの技法を用いて、保育園でのけんかについて、発達の現れであり、他者に働きかけてみようと思えた気持ちの現れであるというように思考の枠組みの変換を行った。その上で、タイムマシン・クエスチョンを用いて、将来の希望を活性化させ、希望の未来に近づくためにはどのようなことが必要なのかを具体的にイメージしてもらっ

た。そのことでAくんの保護者は、今まで考えたことのなかった将来のAくんの希望についてイメージをする経験をした。そして今までAくんの行動について持っていたネガティブなイメージを減らし、Aくんの行動について積極的に抱えていこうという態度が見られるようになった。また筆者はAくんの保護者に、どのようにしてAくんを抱えていけばよいのかを具体的に伝えた。例えば、Aくんが保護者に対して甘えてくる行動は、Aくんが外の世界で頑張るためのエネルギーを回復するために重要な働きを持っているので、可能な限り受け入れるように伝えた。Aくんの保護者は、Aくんの甘えについて受け入れられずに戸惑っていたが、徐々に甘える行動を受け入れ、積極的にAくんの行動を受け入れていこうという態度が強くなった。このようにして、家族が子どもを抱える力を強化した。

5. 課題

本事例では、Aくんの気持ちや行動、態度の変化についての量的な検討、同じ描画テストを繰り返し実施することによる検討を行うことができなかった。従って今後の研究では、対象者の変化を実証するために、心理尺度や、描画テストを複数回実施する必要があると思われる。

6. 展望

本児童発達支援センターでは、心理療法を取り入れた集団療育を行っている。療育では、子どもの傷つきやすさや基本的な他者との信頼感などに対するアプローチに加えて、保護者の子どもを抱える力への介入を行っている。子どもの傷つきやすさや家族が子どもを抱える力の重要性を考慮すると、心理療法を取り入れた集団療育は非常に有用であると考えられる。

7. 文献

- ・平井正三（2012）精神分析的な心理療法と象徴化コンテインメントをめぐる臨床思考。岩崎学術出版社
- ・小林隆児・鯨岡俊（2005）自閉症児の関係発達臨床。日本評論社
- ・Winnicott, D. W. (1986) Holding and interpretation: Fragment of an analysis. New York: Grove Press. 北山修監訳（1995）.『抱えることと解釈』。岩崎学術出版社。