

知的障害児の遊戯療法に関する一考察
—遊びを通じた「自己実現」という観点から—

小佐野 綾

A Study of Play Therapy in Children
with Mental Retardation :
Play From the ‘Self-Actualization’ Perspective

Aya Osano

Abstract

The aim of this paper is to understand the effects and significance of play therapy through an investigation of play therapy in a girl with mental retardation. Building on the benefits play therapy is said to have on children with mental retardation, the subject is approached from a “self-actualization” perspective. “Self-actualization” can be defined as the desire to maximize one's innate abilities, and together with searching for previously unknown self potential, to actuality develop these abilities. A feature of the play of the girl studied in this paper was that she realized her own world by inventing various characters and engaging in make-believe play with these characters, and secondly, she developed from a child into an adult through the interactions between her and the characters during this play. Helped by her rich imagery and powers of expression, a prosperous world opened up for her. While exploring her own potential through play, she became who she wanted to be, and she self-actualized through experiences for the moment where time seems to fly. Additionally, by learning to actualize through play, it was considered that she developed the ability to maximize her abilities even in real world situations.

Key Words: children with mental retardation, play therapy, ‘self-actualization’

I. はじめに

子どもは、遊びの名人である。大人が思いもよらないような発想で遊びを作り出していく。子どもは遊びの中で経験を積み、さまざまなことを学び、体験していく。遊びを通して、子どもの心も体も成長していくといっても過言ではない。そして傷ついた心を癒すのもまた遊びである。

子どもが何らかの心理的な葛藤を抱えた場合、言語による表現が十分でないため、子どもを対象とする心理療法の一つの技法として工夫されたのが、遊びを主なコミュニケーションの手段とする「遊戯療法 (playtherapy)」である。

これまで遊戯療法が行われてきた歴史があるが、果たして知的障害児に効果があるのかどうかについては、長い間討論されてきた経緯がある。東山¹⁾によれば、障害児に対する心理療法の研究において、それまでその効果は否定的であった。しかし1960年代に入り、知的な能力を上昇させることが治療効果と考える限りその変化は求めにくい、治療効果を人格不適応の改善であると考えれば心理療法は可能となる、という考え方が出てきた。そして現在は、むしろ必要だとする立場が一般的とされている、と指摘している。

また石井²⁾も発達障害児への遊戯療法について言及している。一般には心理療法の効果がないという考え方もあるとした上で、人間としての精神的な健康度を尊重することが大切であり、その意味では遊戯療法も効果が期待されると述べている。

さらに言えば、知的障害児の中には、状況の読み取りがうまくできず、自分が何をすればいいのか理解しにくかったり、対人関係でも十分なコミュニケーションを取ることが出来ず、そのために心理的な緊張や不安などを抱えてしまう場合が少なくない。山崎³⁾も指摘しているように、心身に何らかの障害がある子どもの場合、発達の遅れやそれに伴う精神的な緊張や苦悩、不安等を負っていることが少なくないため、精神的なストレス等を軽減することが大変重要である。このような場合も、遊戯療法を通して遊びの中で緊張や不安を和らげる上で遊戯療法は効果的である。

すなわち、知的障害児に対する遊戯療法によって、知的な側面の変化を求めることは難しいかもしれないが、緊張や不安からくるストレスの軽減、人格や精神という側面に焦点を当てた場合には、その効果と意義を求めることができると考えられている。

本稿では知的障害児に対する遊戯療法の効果や意義について、このような側面に加えて、「自己実現」という観点から検討したいと考えている。

では「自己実現(self-actualization)」とは何だろうか。マズロー (Maslow, A.H.)⁴⁾は、「人間は生まれながらにして、より成長しよう、自分の持てるものを最高に発揮しようという動機づけを持つ存在である」という考え方に立ち、「自己実現」を人間にとって究極の欲求として位置づけたが、これを受けて真仁田⁵⁾は、この「自己実現」とは、「自分の可能性を追求し、自己の持ち味を十分に発揮しながら生きようとする事」であるとまとめている。さらに平木⁶⁾は、「自己実現」について、「それぞれの人が、持てる能力や人間性を最高に発揮して生きることが、人間の望みであり、人間の方向性である」と述べ

ている。他の様々な定義を見てみると、広辞苑⁷⁾では、「自己実現」とは、「自分の中にひそむ可能性を見つけ、十分に発揮していくこと。またそれへの欲求」であるとし、心理学辞典⁸⁾では、「個人の中に存在するあらゆる可能性を自律的に実現し、本来の自分自身に向かうこと」であるとしている。

以上から、「自己実現」とは、「人は皆自分の持てる力を最高に発揮したいという望みを持っており、まだ出会ったことのないその自分自身の可能性を探求すると共に、それを実現し、実際に発揮していくこと」といえる。

来談者中心療法を提唱したロジャーズ (Rogers, C.R.)⁹⁾が、この「自己実現」を心理療法・カウンセリングの目的としたことはあまりにも有名である。

そこで本稿では、筆者が行った軽度知的障害をもつ一女兒の遊戯療法の事例を通して、知的障害児に対する遊戯療法の効果と意義について、「自己実現」という観点から検討することを目的とする。

Ⅱ. 事例

3年に渡って行った遊戯療法の実践事例を紹介する。

ごっこ遊びを通して、自分の世界を表現したA子の遊びの概要を記述した。本稿ではA子の遊びでの表現に焦点を当てたため、細かい治療経過は割愛した。また内容は基本的に本質を損なわぬ程度に改変している。

1. 事例の概要

学力の遅れ、みんなと同じことができない、という主訴で担任から紹介されて来室した小学4年生のA子。一人っ子であり、両親、父方の両親と暮らしている。遊戯療法は週1回50分のペースで、3年間行った。同時に別のカウンセラーが並行して母親の面接も行った。A子の第一印象は、「線が細くてか弱くおとなしい」感じであった。

A子はプレイルームをさまざまなシチュエーションに変え、プレイルームにある砂場や玩具を最大限に利用し、豊かに自分の世界を表現していった。

2. A子の遊戯療法の概要

初回、「きみはすばらしい友だち！」と筆者に言う。ここからA子の世界が始まる。筆者を自分の妹にし、妹が母親(筆者)のお腹の中から生まれる場面を再現させる。A子がそばについて母親を励ます。出産中、時々筆者に「もっとくるしんで！」と言い、うめき声をあげると「大丈夫よ、お母さん、がんばって!!」と励ましつづける。難産の末、妹が生まれる。A子は妹に「たつこ」と名づけた。

たつこが生まれてからA子は、小さなたつこのおしめを替えたり、乳母車に乗せ公園を散歩するなどして、献身的に世話をする。たつこが次第に大きくなると、2人はいつも一緒に行動する。一緒にお風呂に入り、布団を並べて眠る。またかぶと虫を捕まえに行き、弁当を持ってキャンプにも行く。かぶと虫の幼虫を砂場の中に発見した時は、両手の手のひ

らでゆっくりと幼虫をすくうようにして、土から出す。たつこは虫が好きではないのだが、そんなたつこにA子は「かわいいよ、こわくないよ」といい、ゆっくりたつこの前に差し出す。また「たつこ、虫！」と急に言っておどかし、「ふふふ、ほんとはいないよお」といたずらっぽく笑う。

毎日の食事は、歌い、踊りながらA子が作る。そのうちたつこも一緒に踊り出す。また母親が風邪を引き入院したり、父親が怪我で入退院を繰り返し、2人でお見舞いに行く。うんちをたくさんする為、掃除が大変な馬の「フフ」、時々いなくなる猫の「ぼー」も登場する。

たつこが中学生になり、2段ベッドで別々に寝ることになる（上段がA子）。朝A子がたつこを起こすことから一日が始まる。起こしてもなかなか起きないたつこに、いらいらしながらも粘り強く起こすA子。2人で一緒に顔を洗い、歯を磨いて朝ご飯を食べ、野球学校に出かける。野球学校までは自転車で行くのだが、途中でA子は「たつこ、転んで」と言う。A子の後をついて自転車をこぎ、しばらくしてたつこは「キャー」と叫びながら転倒する。するとA子は「まったくもう、おドジィ」と言いながら優しく起こし、怪我の手当てをする。ある日野球学校に、悪者が生徒たちを襲いに來る。A子とたつこは学校や先輩たちを守るために戦うのだが、たつこはいつもすぐに悪者に捕まってしまう、結局A子に助けってもらうことになる。「たつこは、ほんとにしょうがないなあ」と言いながらあきれたようにたつこを助ける。

A子には妹のほかにも兄がいる。最近まで外国に行っていたが、今もどこに行ったのか不明なままである。時々思い出したかのように家に帰ってくるが、すぐに再び出て行ってしまう。

たつこが中学生になった頃から、毎回セラピーの終了時間前に、2人で着飾ってからブレイルームを出るということが繰り返される。ワンウェイミラーに向かい、華やかなドレスを着るまねをして、互いにドレスについた背中のリボンを結び合う。ドレスを着おわると、今度は丁寧に化粧をし、頭には帽子や髪飾りをつけ、バックを持って完成である。

学校場面ではA子が学校の先生。生徒はたつこ、他には2人の先輩がいる。A子は黒板を使って授業をしたり、行儀の悪い生徒を叱ったりと先生ぶりを発揮する。またA子が生徒になることもある。生徒のときは日直の仕事も行ってた。黒板にその日の授業の時間割を書くのが日直の仕事である。大変成績優秀な生徒であり、先生から毎時間ほめられる。

現実にA子が中学生になり学校の生活も忙しくなったこともあって、3年にわたる遊戯療法は終了となった。

3. 考察

A子の遊戯療法の世界を言葉にすること、A子の遊びの豊かさを表現することは、筆者の筆に余る。その世界を十分に伝えることは難しいが、A子と筆者が行った遊戯療法の特徴について検討し、さらにその意義について「自己実現」という観点から考察を加えたい。

A子の遊びの特徴として次の二つが挙げられる。一つ目は、いろいろなキャラクターを

生み出し、そのキャラクターを通してごっこ遊びの中で自分の世界を表現したということである。遊びにでてくるキャラクターたちは、例えば母親、父親、兄、妹、教師、学校の先輩たち、馬・猫などであり、毎回さまざまなストーリーを繰り広げていった。

これらのキャラクターは、A子のもつさまざまな可能性であり、A子の分身である。自分自身の可能性を、分身を使って表現することで、A子は「自己実現」していったといえる。

さらにA子は、筆者にいくつかのキャラクターを演じさせた。筆者は、毎回必ず登場する妹を演じるのだが、それをどの程度表現してよいか戸惑うことが何度かあった。筆者の表現がA子のイメージとずれている場合、A子は「こうして!」「ちがう!」と言ってその都度訂正した。また父親と兄は、筆者が声のみで演じていたが、A子が「～って言って」などと言うことを指示し、それに従って筆者は役割を演じた。

このようなA子の様子から、自己実現をめざして自分の中の分身のイメージを表現しようとする必死な姿がみてとれた。

二つ目は、遊びの中でキャラクターと自分とのかかわりを通して、子どもから大人へと成長していったことである。

初回では、母親が子どもを産み、その子はA子の妹たつこととして誕生した。たつこを誕生させることによって、遊びの中で姉としてのA子が生まれ、たつこととの関係を中心にA子の世界が広がっていった。たつこが生まれるまでの間、そばにいて「がんばって!」と母親を励まし続けたA子の姿は、たつこの誕生を心から待ちわびているようだった。

A子はたつこを世話しながら大事に育てていった。たつこが小さいうちは乳母車に乗せ公園を散歩し、大きくなると一緒にキャンプに出掛けたりと、2人で過ごす時間が多かった。

それが、たつこがだんだん成長し中学生になると、2人の生活は変化していく。それまで一緒に布団を並べて寝ていた2人だったが、二段ベッドで別々に寝ることになる。しかも姉であるA子が上の段である。さらに野球学校にも通い始め、2人で過ごすことの多かった日々から、他の人とも関わるような環境へと広がっていった。実際のA子が中学生になるにはもう少し時間があったが、A子は遊びの中で中学生になることで、現実中学生になるための準備をしていたといえるのではないだろうか。

この他にも野球学校へ行く間に、自転車で転んでしまうたつこの世話をしたり、野球学校を襲う悪者を退治するはずが、たつこが捕まってしまう助けるという場面を繰り返し表現していた。また学校場面では、クラスのための仕事をする日直であり、いつも先生にほめられるような優等生であった。これらのことは、村瀬¹⁰⁾が、子どもは言いたい、やってみなければ現実生活では許されないことを遊びの場で果たそうとし、現実生活では許されていても、あるいはそうふるまうことが期待されていても、自分一人ではできないことを遊びの場で反復して、自分を訓練しようとする、と指摘するように、A子は、世話をされる立場から世話をする立場に、あるいはなりたいと望んでいる自分の像を思い描き、それを遊びの中で実現したと考えられる。

以上のことは、普段からA子が母親に話していた「先輩になりたい!」ということばとも大いに関連する。つまりA子は家では大人に囲まれて生活しており、学校でもA子の人当

たりのいい穏やかな性格もあって、クラスの子どもたちが一つ一つ手取り足取り面倒をみていたという状況があった。このA子のことばに表されているように、子ども扱いされてきたA子が「大人になりたい」「大人のようにふるまいたい」と願い、なりたい自分をさまざまな表現を使って実現する、これはまさにA子の成長であり「自己実現」といえるだろう。

さらにこのような遊びが展開されている頃、遊びの終了時間が近づくと、ドレスを着たり化粧をしたり着飾ってからプレイルームを後にする、というA子の姿がみられた。着飾ったり化粧をすることも、大人になる第一歩であると考えられる。

これまで遊戯療法の終了時間を告げると、「もう時間?」「あと少し!」と時間の延長をせがむことが何度となくあった。50分という時間が「あっという間に過ぎた」と感じたのは、A子だけでなく筆者もまた同じであった。このことに関して真仁田¹⁾は、心理療法の中で子どもが「瞬間体験」を味わえることが大切であり、そのことが子どもを変化と成長へと導くことを指摘している。まさしく遊びの時間での体験は、A子にとっても筆者にとっても「瞬間体験」であった。これまでみてきたように、A子は遊びの中で、その一瞬一瞬に生きるような体験を通して、普段の生活の中で気付かなかった自分に気付き、持てる力を発揮し、子どもから大人へと成長していったといえるだろう。「瞬間体験」とは、この意味でまさしく「自己実現」の時間体験であろう。

遊戯療法を始めてしばらくの間、A子は「一生懸命遊びます!」と母親に宣言してから遊び始めていた。しかし回を重ねていくにつれて、このことばは次第に聞かれなくなっていった。このことは、初めは誰かのために遊んでいたA子だったが、次第に遊びでの体験が自分の「生きる時間」、まさに「自己実現」の場となっていくことを示しているのかもしれない。

先にも触れたように、周りから世話をされるような受身的な立場におかれることの多い現実の状況とは違って、遊びの場ではA子自身が遊びのリーダーとなり、自分の思い通りに実行に移すことができた。このような状況において、遊びが真に自由で創造的な時空間の体験を子供にもたらすことができると、子どもは精神的エネルギーを蓄積することができる^{1 2)}といわれるように、3年にわたる遊戯療法が終わりを迎える頃には、A子は最初に出会ったときの「線の細い、か弱」かった印象から、エネルギーを蓄えて、たくましく芯の強い感じへと変わっていた。

A子は中学生になり、障害児学級へ在籍することとなった。学校でのA子は、自ら立候補してクラス委員となり、クラスメートの世話をするなどしてリーダーシップを発揮しているということだった。このように、十分に適応していると思われたこと、学校行事も忙しくなり相談室へも通いにくくなったこともあって、遊戯療法は終了となった。A子は遊びの中の体験を現実場面でも発揮したといえるであろう。

IV おわりに

イメージを媒介に自分の世界を表現したA子と出会い、その豊かさを目の当たりにした時、A子に対する畏敬の念と、もっとA子の表現したものをしっかり受け止めたい、治療

者としてもっと成長したい、という気持ちを抱かずにはいられなかった。今でも A 子との遊びの様子をありありと思い出す。知的な側面と情緒的な豊かさは比例しないことを、筆者は A 子を通して学んだ。

遊戯療法の中で、さまざまな自分の可能性に気づき、持てる力を発揮し「自己実現」していった A 子。A 子を、たくましく芯の強い女の子にしたのは、A 子が遊びを通して表現している時間にまさに「生きていた」からではないだろうか。

<文献>

- 1) 東山紘久 (1970) 「精神薄弱児の遊戯療法にみられる象徴的表現」臨床心理学研究 9 (3) : 9 - 15
- 2) 石井哲夫 (1992) 「発達障害児への遊戯療法」教育と医学 40 : 735 - 740
- 3) 山崎晃資 (1995) 『プレイ・セラピー』金剛出版 : 17 - 18
- 4) 小川捷之・詫摩武俊・三好暁光編 (1990) 『臨床心理学大系第 2 巻 パーソナリティ』金子書房 : 204 - 210
- 5) 真仁田昭 (1985) 『つながりを求める子どもたち』図書文化 : 26 - 27
- 6) 平木典子 (1989) 『カウンセリングの話』朝日新聞社 : 21 - 25
- 7) 新村 出 (1998) 『広辞苑 第 5 版』岩崎書店 : 1159
- 8) 中島義明他 (1999) 『心理学辞典』有斐閣 : 331
- 9) Rogers, C.R (1965) The Complete Works of C.R. Rogers (村山正治編訳 (1967) 『ロジャーズ全集 人間論』岩崎学術出版)
- 10) 村瀬嘉代子 (1991) 「プレーセラピストに求められるもの 現実と非現実の中間領域を生きるために」精神療法 金剛出版 17 : 119 - 125
- 11) 真仁田昭 (1988) 『生きる意欲を支える先生』日本文化図書協会 : 34 - 36
- 12) 村瀬 (前掲) : 125

