

氏名	岡田 珠江
学位の種類	博士（学術）
学位記の番号	乙第 64 号
学位授与年月日	2015（平成 27）年 2 月 23 日
学位授与の条件	学位規則第 4 条第 2 項該当
学位論文題目	自己表現・自己洞察を促進する描画手法の開発と有効性 ークライアント中心療法による思春期青年期の心理臨床を中心にー
論文審査委員	主査 川上清子（人間発達学専攻 教授） 副査 吉澤一弥（人間発達学専攻 教授） 副査 篠原聡子（生活環境学専攻 教授） 副査 駒米勝利（公益社団法人 宮城県精神保健福祉協会 みやぎ心のケアセンター・気仙沼地域センター副センター長、仁愛大学名誉教授）
※なお本博士論文は、「博士論文のインターネット公表に関するガイドライン」3（2）により、以下の 8,000 字の要約及び可能な限りマスキングをした博士論文を掲載する。	

## 博士論文要約書

ここ 20～30 年程の間、日本における臨床心理学に対する社会的認知の進展、とりわけ子どもを対象とした心理臨床の活動の場の拡がりや目覚ましいものがある。筆者は 20 余年に渡り教育領域において、クライアント中心療法の立場で心理臨床の実践を継続してきた。心理臨床の実践の場では、思春期青年期のクライアントが自己表現を容易にできないことも多く、カウンセラーも苦慮する場面に遭遇した。そこで筆者はクライアントにとって心理的負荷が少なく、つまりカウンセリングへの導入が自然に行え、治療的展開に貢献する手法を模索し続けた。また、近年では義務教育段階の学校においても子ども達に対する問題行動の予防や早期発見が要請されるようになり、教職員とともに心理的支援に参画した。これらの実践的研究を基盤として本論文を構成する研究が生み出された。

本研究は 2 部で構成されている。第 1 部（第 2 章～第 4 章）は、狭義のカウンセリング、すなわち個別的心理面接での実践において創造した描画手法を提案し、これを用いてクライアントが表現した内的世界の理解や事例の展開を分析することで、クライアント中心療法による心理治療的援助過程での各々の描画手法の特徴とその意義を検討した。第 2 部（第 5 章）は、第 1 部をふまえ、心理療法の原理を学校場面に応用し考案した、学級単位で行う心理教育としての描画手法について、試行において子ども達が表現した内的世界の理解や事例の展開を分析することにより、心理教育的アプローチとしての意義を検討した。

主たる研究方法は、いずれも心理臨床の実践におけるクライアント（子ども）の自己表現やカウ

セラール（教師）による主観的事実からの活動記録を基にした事例研究方法である。以下、目次に従い、各章の概要を記述する。

## 第1章 序論

**第1節 研究の背景** では、日本における臨床心理学・スクールカウンセリングの流れを示し、筆者自身の立脚点を①描画を用いたクライアント中心療法の実践的体現、②学級で行う予防的心理教育として示し、本研究の位置づけを行った。**第2節 方法論としての事例研究方法** では、本研究の方法論である事例研究方法の特徴と適切性について論じた。**第3節 描画手法を開発する意義** では、自己表現と自己洞察が人間的成長を促すというクライアント中心療法における考え方を示し、思春期青年期の心理臨床においては自己表現と自己洞察を促進するために描画という媒体ツールを活用することが適切であることを示した。**第4節 本研究の目的** において、2つの目的を示した。第1の目的は、クライアント中心療法の立場での臨床実践の中で開発した3つの描画手法を提案し、これらを用いてクライアントが表現した内的世界の理解や事例の展開を分析し、心理的援助過程における各々の描画手法の有効性を検討することである。第2の目的は心理療法を基礎として開発した描画手法が、小学校での心理教育として有効なアプローチであるかを検討することである。

### 【第1部 個別的な心理面接における描画手法】

## 第2章 「氏名を用いた関係創り」の考案

**第1節 本章の目的**では、心理臨床活動において思春期のクライアントが相談室に来談し、初回面接を行う際の自己紹介での氏名の扱い方を工夫することによって、クライアントとカウンセラーの関係創りを促進させる手法を提案し、この手法が関係創りにどのように影響するかを考察することが目的であることを示した。**第2節「氏名を用いた関係創り」の着想** は、心理相談活動における初回面接が、クライアントとラポールを形成しつつ心理アセスメントに比重を置き、その後の治療方針を示すものであるにもかかわらず、思春期のクライアントの場合、この時期の発達段階の心理的特性もあってクライアントが自ずと防衛機制を働かせるため、対話が表層的なものにすぎなかったり、クライアントに半強制的な応答に終始したりしてしまう状況を示した。これを打破するために、出会ったときの挨拶や自己紹介という、相手に違和感のない双方向のコミュニケーションの工夫が、対話の場づくりになり、ひいては関係創りになると考えた。**第3節「氏名を用いた関係創り」の施行法** では、本手法で準備するものと施行法を具体的に示した。①準備するものはメモ用紙、コピー用紙等の白い紙と筆記用具である。②初回面接で自己紹介として互いに氏名を書き、③氏名の書き方について触れる。④記載された氏名について触れ、⑤「○○さんって呼んでいい?」と呼び方を確認する。⑥さらに氏名について触れる。そして⑦氏名を書いた紙を大切に扱うことを示し、クライアントの内的世界を守ることを留意点として示した。**第4節「氏名を用いた関係創り」の試行** では、試行の方法と事例の概要を示した。具体的には①期間:1994年4月～1996年3月、②人数:11名（小学5年～中学3年）、③場所:東京都内の公立教育相談室であり、「氏名を用いた関係創り」を試行した全11名の概要を表で示した。第5節「氏名を用いた関係創り」を試行した事例では、本手法を試行した事例

のうち、初回面接時に氏名を話題にすることが関係創りに役立たず、「氏名を用いた関係創り」が心理面接に影響を及ぼさなかった事例1例、関係創りに役立ち、肯定的影響を及ぼした事例1例、氏名を話題にすることでクライアントが過剰に語り早期に心理的問題に直面化し、心理面接に肯定的にも否定的にも影響を与えたと考えられる1事例、全3事例を示した。**第6節 事例にみる本手法の関係創りへの影響** では、第5節で示した本手法が関係創りに深く関連した事柄を基に、肯定的影響をもたらす要因について検討した。**第7節 「氏名を用いた関係創り」の治療的意義** では、自らについて表現したい欲求は強いが、そうすることに困難を抱える思春期のクライアントにとって、氏名を書く行為は最も容易で、主体性を発揮しやすく、そのうえ氏名はその人のルーツを示すため、自己同一性に関連した本質的な話題へと展開が可能であり、継続面接の初期の課題であるラポール形成に大いに役立つことを確認した。

### 第3章 「落描き」の考案

**第1節 本章の目的** では、カウンセリングにおいてクライアントが自発的に絵や文字を描くことを「落描き」と名づけ、「落描き」がどのような特徴をもち、カウンセリングにおいて「落描き」はどのような役割を果たすのか、その意義と効用について検討することを目的とする旨を示した。**第2節 「落描き」の着想** では、筆者が教育相談機関でのカウンセリングを行っていたときに、クライアントが何気なく「落描き」をし、そのことがカウンセリングの展開に有効に働いたことに気づいた経験を述べた。**第3節 「落描き」の施行法** では、①セッティングと「落描き」が出現したときの扱い方、②「落描き」の描画療法における位置づけ、③日常用語の「落書き」と「落描き」の比較、④従来の描画法と「落描き」の相違について記述した。**第4節 「落描き」の試行** では、試行の方法と事例の概要を示した。具体的には①期間：1995年4月～2000年3月、②人数：30名（中学1年～大学4年）、③場所：東京都内の公立教育相談室・大学付設心理相談センター・大学付設学生相談室である。このうち実際に「落描き」をした思春期青年期のクライアントは5名（予め伝えたクライアントの13.3%）の概要について表（表3-2）で示した。**第5節 「落描き」を施行した事例** では、「落描き」をしながら対話を行い、面接が展開した事例のうち、カウンセリングの過程で「落描き」の果たす役割が異なる3例について報告し、「落描き」の意義とその効用を検討した。**第6節 カウンセリングにおける「落描き」の意義とその効用** では、「落描き」の意義と効用として、一般的に継続面接の初期から中期にかけて治療的關係が深化するときに働く防衛機制を緩めることができ、クライアントとカウンセラーの「間」に一定の距離を保てることから防衛機制を保証できることにもなること、さらに「落描き」による表出物を視覚的に対象化できることから、自己理解や自己探索を促進できることを示した。

### 第4章 「家族イメージ彩色法」の考案

**第1節 本章の目的** では、色とかたちの組み合わせによって家族構成員をイメージし、1枚の画用紙に描画する投射的家族画を「家族イメージ彩色法」として提案するとともに、心理臨床の実践において適用した事例を提示することで、「家族イメージ彩色法」の特徴とカウンセリング過程における意

義と役割を明らかにすることを目的とする旨を示した。**第2節 「家族イメージ彩色法」の着想** では、家族関係を知ることの重要性を認識する一方で、カウンセラーとして従来の家族画を施行するときに困難を経験したこと、ならびにロールシャッハ研究会における自分を「色にたとえ」表現した経験が重なり、本手法が着想された経緯について示した。**第3節 従来の家族画の変遷** では、従来の家族画がグッドイナフによる人物画による知能検査(Goodenough G.L., 1926, 小林, 1977)やバック (Buck J. N.) の HTP 法(House-Tree-person: 家屋-樹木-人物画テスト; 1949)によって見出された人物画の性格分析から発展し、多くの家族画が開発され、心理臨床の実践に活用されてきた。ここではその変遷について述べた。**第4節 「家族イメージ彩色法」の施行法** では、「家族イメージ彩色法」を施行する際に準備するもの、ならびに手続きの詳細について示し、施行するタイミングについて言及した。**第5節 「家族イメージ彩色法」と従来の家族画との相違** では、「家族イメージ彩色法」と従来の家族画法との相違点は、先に色を、後から単純なかたちを選択して描くことである。そのため描画のスキルをあまり必要とせず、家族構成員の情緒的性質を色に投射して描けるため、結果としてより象徴的な描画になることを詳述した。**第6節 「家族イメージ彩色法」の試行** では、「家族イメージ彩色法」の試行の方法と事例の概要を示した。具体的には①期間：1997年4月～2002年3月、②人数：8名(小学6年～会社員23歳)、③場所：③場所：大学付設心理相談センター・公立小学校でのスクールカウンセリング活動・大学付設学生相談室(2機関)・大学付設心理相談室である。クライアント8名についての事例の概要について表で示した。**第7節 「家族イメージ彩色法」を試行した事例** では、概要を示した8名のうち3事例を提示し、各々の事例における「家族イメージ彩色法」のカウンセリング過程における意義と役割について述べた。**第8節 「家族イメージ彩色法」の特徴と治療的意義** では、本手法の特徴として、色の性質と色彩の解釈の多義性が活かすこと、象徴性が高くなること、描画の解釈においては全体的印象の把握・形式分析・内容分析ができることを示した。また、治療的意義として本手法は複雑な家族構成員の性質と相互の関係を容易に表現できるものであり、これにより自己や家族関係を見つめたりその変化を確認したりできることを示した。

## 【第2部小学校での心理教育における描画手法】

### 第5章「お絵かき遊び」の考案

**第1節 本章の目的** では、「お絵かき遊び」の試行において子ども達が表現した内的世界の理解や事例の展開を分析することにより、「お絵かき遊び」の心理教育的アプローチとしての意義を検討することが本章の目的であることを示した。**第2節 「お絵かき遊び」の着想** では、臨床心理士がスクールカウンセラーとして派遣されるようになった1995年以降、心理士による学校現場での児童生徒の心理的支援の機会が拡大されていること、公立小・中学校の教員も児童生徒の心身の健康管理や心理的成長をめざした生徒指導や教育相談の質の向上をめざして研修を重ねていること、スキルトレーニングや構成的グループエンカウンター等が心理教育的アプローチとして試みられていること等、学校教育現場での心理的支援の現状を示した。そのような状況の中で遊戯療法や描画療法の考え方を応用して、学級において子どもに自己治癒的価値を高めた描画活動ができる時間と空間を教員が保障

することで、心理的発達を促進できると考え、「お絵かき遊び」を開発した過程を示した。第3節「お絵かき遊び」の施行法では「お絵かき遊び」の施行法と実施上の注意点を記述し、続く第4節「お絵かき遊び」の心理教育的機序で施行法における心理的機序について説明した。施行法はまず、子どもが着席し、閉眼して深呼吸をする。これは筋弛緩を促し、覚醒状態を低め、心を落ち着かせリラックスするためである。そのときに「今、ここで」感じている気分を確認したり、それがどんな色かを尋ねたりすることで、子どもが自分の心的状態に目を向けられるように教示をする。内的世界は意識と無意識が混在し明確ではないことは多いが、情緒的ニュアンスは色での表現が容易だからである。その後開眼して、クレパスで描画用紙に思うがまま描く。さらに可能な子どもには作品に題名・物語・自分の気持ちにどの程度フィットしたものが描けたかをスケーリングするように勧めた。つまり「お絵かき遊び」の心理教育的機序としては、まず覚醒水準を低くして、心的表現を行い、そこでの無意識的な表現を意識につなぎとめ、客観的に自己を見つめることができるようになっている。第5節「お絵かき遊び」の試行では、「お絵かき遊び」の試行の概要を示した。2005～2009年、試行は教員（延べ12名）が行い、対象者は延べ12小学校、全学年、17学級、延べ542名であった。各年度6～10ヶ月（平均7.4ヶ月）継続的に実施した。本手法が遊戯療法の要素を含み、教員がそれを会得して児童とかかわることが必要であったので、実施者である教員は月1回の研究会に参加し、筆者はスーパーヴァイザーとして心理アセスメントや児童の支援方法を検討した。第6節試行の結果と考察では試行の結果を示した。試行では、子ども達の感想から8割の子ども達がこの活動をととても楽しいと感じており、各クラスにいた若干名の学級になじめていない子や神経症傾向のある子は緊張感や不安を軽減させたことが確認できた。また、大半の子どもがカタルシスの効果を得ていたこと、1割程度の子どもは自分の心的世界に目を向けることができ、ストレスマネジメントの機能を果たしたと推測された。イメージーションが膨らまない発達障害のある子ども・心理的課題や不安が大きく、内省しにくい子ども・実施に反抗的な態度を示す子どもについては、個別的对応が必要であり、さらに個別的对応によって学級への適応やその後の活動への反応が肯定的に変化することを具体的に事例で示した。また、小学校1年から6年までの子どもを対象にしたが、対象の年齢幅のなかで発達段階が異なるため、学年毎に試行の方法については多少の修正を要した。具体的には低学年では文字の記載や小さい空間への描写が困難なので、描画用紙の書式を変更して描画内容を聞き取りしたり、高学年では幼い子どものための活動と思われ、否定的に受け止められることが懸念されたので、試行の導入にあたっては本活動をストレスマネジメントの一環として位置付けて説明したりした。本試行をした学級担任からは、多くの子どもが通常の授業とは異なる生き生きとした表情を見せたり学級が活気づいたりすると感じており、それらが教師との信頼関係の深まりや他の授業時間にも肯定的な変化をもたらすことが示された。また、月曜日の朝の気分を切り替える効果があり、本活動は家庭から学校生活への移行の時間と空間としての意味をもつことがわかった。描画作品を通して子ども理解が深まり、子どものSOSを早期に発見し対応できた例や、学校内の教職員の連携に貢献した例もあった。以上のようなことから「お絵かき遊び」は小学校での包括的な心理教育的アプローチとして提唱できると考えられた。

## 第6章総合的な考察

**第1章から第5章までの概要の俯瞰** では、各章の概要を俯瞰的に捉えて記述した。**第2節各々の描画手法の関連性** では、開発された描画手法の関連性を次のように示した。本研究が主として対象とした思春期青年期の人は、その特徴として意識的・無意識的に自我同一性に関する心理的課題をもっており、それまでの人生を振り返り、自分探しをして、その後の人生の生き方を考えることとなる。しかしクライアントは不安が一層高まる上、必然的に防衛機制が強くなり働き、自己開示や自己表現が困難な場合が非常に多い。本研究で開発した、このような対象に対する個別的心理面接場面での描画手法は、いずれもクライアントに大きな負荷をかけず、防衛機制を緩め、心を開くことに貢献するものであった。描画表現は内的世界を映す視覚的対象物になり、クライアントに気づきを与える、つまり自己理解や自己洞察を深めることになる。クライアントはカウンセラーとの受容的共感的な関係を基盤としてこれらの描画活動を行うことにより自己受容と自己一致を促し、自己肯定感を高め、潜在的な能力を引き出したり心理的成熟をもたらしたりしたと考えられた。個別的心理面接における描画手法は、いずれも心理面接の過程が膠着するようなターニングポイントにおいて導入され、これにより新たな状況を切り開き、面接を創造的に展開するのに役立つものであった。第2部の心理教育においても、子ども達にとって自由に表現することを保障された枠組みでの内的表現は重要であり、これを受けとめる教職員（他者）との関係性を通して自己理解が促進され、自己表現を受容する／される体験を重ねることで、心理的成熟が促進されるものと考えられた。**第3節 描画手法を一般化する際の留意点** では、描画手法を扱うカウンセラー自身が紙に描くことに親和性をもっていることが必要であり、自己開示の程度を統制できないクライアントに対して注意を要すること等を指摘した。目の前にいるクライアントに資する心理的支援が第一義である心理臨床の実践において、筆者が提案する描画手法をどのようなタイミングでどのように扱うかは、各々の臨床心理士や現場の教員に委ねられる。心理教育的アプローチでは、これに携わる教員の心理療法の原理に対する知識と経験、および描画の適用の可否を判断できる心理アセスメントが、活動の質に大きな影響を与えることを指摘した。**第4節 今後の課題** では、画材の吟味や描画の分析基準の明確化等を挙げた。総じて筆者が心理臨床の実践の中で探求しながら築いた手法は、クライアント（子ども）が無理なく自己開示、すなわち心を開き、自己表現できるように促すものであり、自らその表現を確認し気づきを得、カウンセラー（または教員）は描画表現を基にクライアント（または子ども）を理解し、カウンセリング（または子ども支援）に活かし心理治療（心理教育）を展開できるものであると結論づけた。

### 論文審査結果の要旨

申請者は、本学で児童学とクライアント中心療法によるカウンセリングを学び、教育領域において主に子どもを対象とした心理臨床活動を25年近く継続している。その中でクライアントの負荷が少なく、しかも円滑に心理治療ができる表現手法を模索し続けてきた。

本論文は、申請者が開発した種々の描画手法を用いて、クライアントが表現した内的世界の

理解や事例を分析することで、心理的援助過程における各描画手法の臨床的意義を検討することを目的としている。

本論文の構成は以下のとおりである。

## 第1章 序論

### 第1部 個別的心理面接における描画手法

#### 第2章 「氏名を用いた関係創り」の考案

#### 第3章 「落描き」の考案

#### 第4章 「家族イメージ彩色法」の考案

### 第2部 小学校での心理教育における描画手法

#### 第5章 「お絵かき遊び」の考案

#### 第6章 総合的な考察

第1章の序論では、研究の背景、本論文の位置づけ・目的を明らかにし、本論文の特徴と方法を示している。

第2章～5章は本論で、大きく2つの部分に分かれている。第1部の2章～4章は、個別面接の臨床の場において、どのようにしたら子どもたちがカウンセラーに心を開いてくれ、問題解決に向け共に歩んでいくことができるか、理論と実践の間で試行錯誤した過程をまとめたものである。第2部の5章は、子どもたちを取り巻く環境は年を追う毎に厳しい状況になってきているが、小学校の学級単位で担任、養護教諭等が一見普通に生活している子どもたちの問題を早期に見つけ出すことのできる方略を探る試みである。

最後に結論として、第6章で各章を総括し総合的な考察を行い、今後の課題を示している。

本論の各章の概要は下記の通りである。

第2章『「氏名を用いた関係創り」の考案』では、思春期のクライアントと出会う初回面接で、カウンセラーとクライアントが互いに紙に名前を書くことを通して関係づくりを行う手法の提案を行った。ここではラポール形成に大いに有効であることを確認した。

第3章『「落描き」の考案』は、クライアントが心理面接の中で、自発的に文字を書いたり絵を描いたりしながら対話をする手法の提案である。クライアントの種々の防衛規制を緩めることができたり、反対に言語以外の表現を呈示することで防衛規制を保証するなど、様々な活

用法がある。総じて話題を対象化でき、自己理解・自己探索を可能とすることを確認した。

第4章『「家族イメージ彩色法」の考案』は、色と形の組み合わせによって、家族のイメージを1枚の画用紙に描画する投影的治療技法の提案である。従来の家族画法との相違点の1つは先に色を、後から形を選んで描くという順序であり、もう1つは単純な形を描くことで、スキルをあまり必要としないことである。この手法は継続面接において、家族関係を見つめ洞察したり、自己の成長を確認したりする上で役立つことが示唆された。

第5章『「お絵かき遊び」の考案』は、遊戯療法の原理を基に小学校で行う心理療法の手法の提案である。担任あるいは養護教諭が学級単位で実施し、申請者はスーパーヴァイザーの役割をとっている。子どもたちは授業中とは異なる表情を見せ、その内の1割程度は自己洞察を深めることを確認した。また、この活動を通じて教師は子どもと信頼関係を構築し、描画から得た情報を子ども理解に役立てることができ、特に心理的問題の早期発見により、個別支援を行うことができることを明らかにした。

身近にある紙と鉛筆、クレヨンなどの簡単な筆記用具をなるべく自然な状況で用い、子どもたちに負担を掛けない方法を模索し続けてきた申請者の、カウンセラーとしての基本的姿勢を評価したい。そして、20年以上に亘る実践に裏打ちされた本論文で示されたことは、問題を抱える子どもたちだけでなく、問題の早期発見にも少なからず貢献できるのではないかと期待でき、審査委員会は、博士（学術）の授与に値するものと判断した。