

学校生活に適応しづらい子どもの心を受けとめるかかわり方の研究 ～プレイセラピーでの子どもの表現を手がかりに考察する～

三重県教育委員会事務局

研修企画・支援課 教育相談班

研修員 阪 恵理子

I 研究の目的

学校にはさまざまな子どもがいる。その中に、学校生活に適応しづらい子どももおり、困り感を抱えている。報告者は、そのような子どもたちに受容的にかかわれば、彼らの気持ちが分かり、学校生活を送りやすくなるだろうと考え、一所懸命にかかわってきた。しかし、子どもが何を求めているのかが分からなくなることも多く、子どもの心を受けとめるかかわり方ができていないのではないかと考えるようになった。そのころ、同僚の若手教員と子どもへのかかわり方について話し合う機会があった。報告者と同じような悩みを持ち、子どもの心を受けとめるかかわり方について考えたいと思う教員は多いと感じられた。

そこで本研究では、プレイセラピー場面での、子どもの表現を手がかりに、「学校生活に適応しづらい子どもの心を受けとめるかかわり方」について、以下の2つを目的として研究をまとめることとした。

- ・「学校生活に適応しづらい子どもの心を受けとめるかかわり方」とは、どのようなかかわり方なのかを、プレイセラピー場面から考察する。
- ・学校現場での「学校生活に適応しづらい子どもの心を受けとめるかかわり方」について提案する。

II 研究の内容

1 研究の方法

「子どもの心を受けとめるかかわり方」とは、子どもがセラピスト（研修員、以下Th）に「受けとめてもらった」という体験が生じるかかわり方である。しかし、子ども自身に「受けとめてもらった」かどうかを質問したとしても、明確な返答が得られるとは限らない。その一方で、「受けとめてもらった」という体験が生じた場合、子どもの様々な表現に「受けとめてもらった」というメッセージが表れ、Thはメッセージを感じ取ることができると考えられる。これらのことから、子どもの心を受けとめるかかわり方をすると、子どもの表現からメッセージをThは感じ取ることができると仮定し、「学校生活に適応しづらい子どもの心を受けとめるかかわり方」について考察する。

また、本研究では、プレイセラピー場面での子どもの表現を5つの観点（①遊びの内容、②言葉、③表情、④行動、⑤様子）で分析し、Thのかかわり方が、子どもの心を受けとめるかかわり方であったのかについて考察する。プレイセラピーとは遊びを通して行われる心理療法で、言語表現能力の発達途上にある子どものセラピーに適しているとされる。

2 プレイセラピー場面から

教育相談で出会った3人の学校生活に適応しづらい子どもたちとのプレイセラピーにおける4つの場面を取り上げ、それぞれのかかわり方と表現について分析し、考察した。

1つ目の場面では、分析の観点「②：言葉」「⑤：様子」を用いた。子どもの遊びから感じた、子どもの「一緒に遊びたい」思いに、Th自身の気持ちを遊びで表現することで、Thの様子をうかがって緊張して遊んでいた子どもが、肩の力を抜いてThとの遊びに夢中になる姿を見せた。

2つ目の場面では、分析の観点「③：表情」を用いた。不安定なバランスゲームを子どもと一緒に遊ぶことで、Thに合わせて、淡々と話し、感情を出さなかった子どもが、感情を表に出し、夢中でThと遊ぶようになった。

(様式4)

3つ目の場面では、分析の観点「④：行動」を用いた。Thが子どもと同じ立場で話を聞いて、Th自身の気持ちを表すことで、Thに対して一方的にかかわっていた子どもが、Thと一緒に生き生きと遊ぶようになっている。

4つ目の場面では、分析の観点「①：遊びの内容」を用いた。どうにもならない思いに苦しんでいる子どもに対し、Thが苦しみをともに悩み、ともに試行錯誤することで、自分一人で何とかするという厳しい遊びをしていた子どもが、Thと一体となって何とかしていくという遊びをし始めた。

III 成果と課題

1 成果

プレイセラピー場面での子どもの様々な表現を手がかりにして、以下の4つの「学校生活に適応しづらい子どもの心を受けとめるかかわり方」を見出すことができた。

【かかわり方】

- ①目に見える子どもの遊びから、子どもが抱えている不安を感じ取り、感じ取った思いを信じて、その思いに対してThが主体的に遊び返していく。
- ②子どもの遊びの世界で、Thが子どもの持つ不安定さをともに体験し、共有する。
- ③子どもと同じ世界で遊ぶ仲間になり、同じように遊ぶ。
- ④子どもの隣で、楽しさも苦しさも一緒に体験し、一緒に悩む。

また、上記のようなかかわり方をすると、子どもには、以下の4つの変化・成長が見られた。

【変化・成長】

- ①Thの様子をうかがって緊張して遊ぶ姿 ⇒ 肩の力を抜いてThとの遊びに夢中になる姿
- ②Thに合わせて、淡々と話し、感情を出さない。⇒ 感情を表に出し、夢中でThと遊ぶ。
- ③一方的に動物や人形の説明をする。⇒ Thと一緒に生き生きと遊ぶ。
- ④自分一人で何とかするという厳しい遊び ⇒ Thと一体となって何とかしていくという遊び

2 学校現場でのかかわり方 4つの提案

プレイセラピー場面での「学校生活に適応しづらい子どもの心を受けとめるかかわり方」の、学校現場における活用について、学校現場で起こりうる場面を4つ想定し、提案した。「かかわり方①」の活用を例に挙げる。

想定場面1 ある日、Pは、寝坊のため1時間ほど遅刻して登校してきた。徐々に遅刻の回数が増え、そのうちに欠席が増えてきた。登校すると友だちが誘いに来て、楽しそうに外へ遊びに出ていた。しかし、ある日の朝、「頭が痛い」と欠席し、そのまま登校しなくなった。放課後や休日には特定の友だちと遊んだり、買い物に行ったりすることはできる。家庭訪問時も、直接会うことはできるが、視線が動き、担任の方を見ずに「うん」「はい」という返事だけで、口数も少ない。

「かかわり方①」の活用

Pの視線がよく動くことから、人とかわることへの不安を感じ取り、まずは教師との一対一の関係をつくっていくために、教師自身が肩の力を抜き、Pが話したいと思うことに耳を傾けていく。

【変化・成長】

子どもの肩の力も抜け、教師と話してみよう、かかわってみようとする。

3 課題

本研究で取り上げた子どもたちは、思春期以外の子どもたちであった。そのため、思春期の子どもにも、今回の研究で考察されたかかわり方が有効であるのかの検証が必要である。さらに、実際に現場で有効であるのかについて、現場における検証が必要である。