

プレイセラピーにおける子どもの「感情の伝え返し」についての研究

三重県教育委員会事務局
研修企画・支援課
研修員 阪 恵理子

I 研究の目的

昨年度は、「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」について研究した。子どもとのプレイセラピーから4つのかかわり方を考察し、学校現場に生かす方法を提案した。4つのかかわり方をもとに子どもとかかわることで、子どもは今まで表現できずにいた思いを遊びや言葉などで表現できるようになっていった。子どもの心を受けとめ、子どもと教師の関係性を深めることが大切だと感じ、そのようなかかわりを教育相談で出会う子どもたちとの間で継続してきた。

関係性が深まってくることで、暴力で解決しようとする、自分のことを悪く言い続けるなど苦しい表現をする子どももいた。このような表現をする子どもは、自分の感情が捉えきれずにおらず、訳も分からず表現する状態であると考えられる。感情に振り回されている子どもが変容・成長し、一歩進んでいくためには、訳も分からず表現する状態から、自分の表現、感情を少しずつ知っていき、自分について考えられるようになることが必要である。そのため、子ども自身が捉えきれない子ども自身の感情を、担当者が「伝え返し」していくことは、子どもの変容・成長に有効であると考えた。

以上のことから本年度は、筆者（以下、担当者）が子どもに対し、子ども自身の感情を伝える「感情の伝え返し」について、プレイセラピーにおける子どもとかかわりをとおして考察することとした。

本研究では、以下のことを仮定し、考察を進める。

仮説 子ども自身が捉えきれない子ども自身の感情を、担当者が「伝え返し」していくことは、子どもの変容・成長に有効である







II 研究の内容

1 本研究における「感情の伝え返し」

本研究では、プレイセラピー場面での子どもと担当者のかかわりにおいて、子どもの表現から感じ取った子ども自身の感情を、担当者が子どもに伝え返すことを「感情の伝え返し」とする。

2 本研究での分析の尺度

「EXP スケール」を参考に独自に設定したものが、以下の2つの分析の尺度である。

「感情の伝え返し」の基準	具体例		レベル
担当者は子どもの感情を伝え返そうとしていないが、応答している	反応、繰り返し		1
担当者は子どもの感情を伝え返そうとしており、単純に感情を伝え返している	単純に感情を伝える		2
担当者は子どもの感情を伝え返そうとしており、詳しく感情を伝え返している	詳しく感情を伝える		3
子どもの表現の基準	具体例		レベル
自分の感情として受け入れない	無視 同じ内容の繰り返し		1
自分の感情として受け入れるが、その感情を自分で扱うことはない	気持ちの肯定 納得、行動の区切り		2
自分の感情として受け入れ、さらにその感情を自分なりに扱うことができる	自分の感情を、落ち着いて遊びや言葉で詳しく表現しようとする		3

(様式4)

3 臨床実習（プレイセラピー場面より）

6名の小学生について3段階の尺度を用いて、プレイセラピー場面を分析した（事例A～F）。特に事例A、B、Cについては細かく考察を加えた。

事例A 「感情の伝え返し」の段階によって子どもの表現に違いがあることが分かった。詳しく感情を伝えれば伝えるほど、自分の感情を捉えることができていたと推察された。

事例B 年齢が高い子どもは、単純に感情を伝える「感情の伝え返し」からも、自分のことばで感情を表現することにつなげる場合が多いことが推察された。

事例C 「感情の伝え返し」によって自分のことばで考えられるようになると、自分で自分のことを振り返ることができることが推察された。

事例A～Fの考察から、以下の3つのまとめを見出すことができた。

まとめ① 感情を細かに詳しく伝えるほど、子ども自身の自己理解が深まる

まとめ② 低学年よりも高学年の子どもの方が、単純に感情を伝える「感情の伝え返し」から、自己理解を深めることができる

まとめ③ 関係性ができてから「感情の伝え返し」をすると、子どもは伝え返しを受け取りやすく、自分のことばになりやすい

これらのことから、『子ども自身が捉えきれていない子ども自身の感情を、担当者が「伝え返し」していくことは、子どもの変容・成長に有効である』という仮説は実証された。

III まとめ

1 「感情の伝え返し」を学校現場で生かすヒント～具体例～

「感情の伝え返し」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3つ想定し、提案した。「まとめ①」の活用を例に挙げる。

<想定場面>

小学校低学年のPは、登校しづらく、母親に車で送迎してもらうことになった。しかし、車から降りた後、言葉にならない声で叫びながら暴れ出した。落ち着くまでに1時間ほどかかった。この混乱状態は、週に何回か見られるようになった。

まとめ①：感情を細かに詳しく伝えるほど、子どもの自己理解が深まる

<活用例>

教師 「お母さんと離れることを、すごくがんばってしまって、辛いだね」

<予想される反応>

Pは、教師の話に耳を傾けるようになる。母親と素直に別れるには、時間がかかるかもしれないが、言葉で辛いことや寂しいことを表現できるようになり、母親にも辛い気持ちが伝わりやすくなる。そのことで、少しずつ、落ち着くようになる。

2 課題

「感情の伝え返し」を効果的に活用することができれば、子どもの変容・成長に有効であることが分かった。「感情の伝え返し」は、学校現場での子どもとのかかわりに使っていくことができる。ただし、「感情の伝え返し」は一方的なものではなく、その子どもとその担当者という特別な関係性があるからこそ成り立つものである。「感情の伝え返し」には、その子、その関係性に応じた時期がある。子どもや担当者の個性も踏まえて、「感情の伝え返し」がより効果的に作用する時期についての考察を深める必要がある。