

グループ箱庭を用いた教育相談研修における教師の体験と気づき

—— 作品およびインタビューの分析から ——

久米 禎子

(キーワード：教育相談、教員研修、グループ箱庭、体験、気づき)

I. 問題

1. 今日の教育相談における課題

不登校やいじめ、暴力行為等の問題行動、児童虐待や相対的貧困率の高さなど、心理的、経済的に困難を抱える児童生徒は増加し、児童生徒とその家庭をめぐる問題は複雑多様化している。そうしたなか、文部科学省は平成29年2月「児童生徒の教育相談の充実について」(通知)を出し、こうした問題に適切に対応できる教育相談体制の充実や教員の教育相談能力の向上を学校現場における喫緊の課題とした。教育相談は1950年代にアメリカのガイダンス(生徒指導)とともにわが国に紹介され(西山, 2008)、学校現場で教育相談を担当する教師(教師カウンセラー)が主にその役割を担ってきた(鈴木, 2006)が、教育相談に関する研究を概観した中島(2012)は、その概念や定義、範疇はいまだ明確でなく、研究法の整備や研修の体系化が必要であることを指摘している。今日、教育相談はあらゆる教育活動において実践すべきものであり、その資質は全ての教師に求められるものとなっている。教師の教育相談的資質を高める効果的な研修の開発研究は急務であるが、わが国ではその具体的方法については未だ十分に検討されていない(春日, 2016)。

2. 教師に求められる教育相談的資質

従来の教育相談研修は、カウンセリングの専門的知識や応答技法の習得、ロールプレイ、事例検討などが主であったが(中島, 2012; 米田, 2008)、相談的スタンスと指導的スタンスの両立の難しさ、専門家ではないことからくる自信のなさなどから、せっかく学んだ知識や技法も実際の現場では生かされにくいという問題があった(清野, 2009)。また現在、教育相談とは「1対1の相談活動に限定することなく、すべての教師が生徒に接するあらゆる機会をとらえ、あらゆる教育活動の実践の中に生かす」(学習指導要領(中学校特別活動編))ものであると規定されている。したがって、カウンセリングの実践よりもむしろ「“教師ならではの”『教育相談的関わり』を行う」(笠井, 2015)ことが現実的かつ有効であると考えられる。

春日(2016)は、教師が身につけるべき基本的な教育相談的資質として、児童生徒理解とコミュニケーション能力を挙げている。両者は相互に関連し、あらゆる教育活動の基礎となるものでもある。これらの力を高めるには教師の自己理解と自己受容が不可欠である。教師が自己を理解し、受容することで、他者への共感的理解がすすみ、コミュニケーションの質が高まると考えられる(松本・谷川, 2015; 春日, 2016など)。教育相談的資質を身につけることは、児童生徒が抱える問題への対処能力が向上するだけでなく、教師自身のメンタルヘルスの問題の予防や改善に資することからも重要である(清野, 2009; 春日, 2016など)。しかし、このような資質は書籍等からの学習や1, 2回の単発的な研修で身につくものではない。一定の期間をかけて学び、その中で教師が自己を振り返り、教師自身の内面の変化が起こることで、教師の日々の態度として定着していくような性質のものだと考えられる(春日, 2016)。教師の教育相談力を向上させるための研修としては、自己理解や自己受容、他者理解、コミュニケーション能力などを高める内容が有益であり(春日, 2016)、方法としては体験的で継続的なものが効果的であると考えられる。そのような視点から行われた実践研究には安部(2012)、春日(2016)などがあるが、まだ数が少なく、方法の吟味や効果の検証が必要である。

3. 教育相談研修における「箱庭」の活用

自己理解や他者理解を促進する方法として、臨床心理学の分野では、エンカウンター・グループや感受性訓練をはじめ、さまざまな種類の体験的なワークが考案、実践されてきた。「箱庭」を用いたワークもその一つであ

る。「箱庭」とは、スイスのD.M.カルフによって治療技法として確立され、1965年に河合隼雄によって「箱庭療法」としてわが国に導入された心理療法の一技法である。治療者との安心できる関係のなかで、内法52×72×7cmの砂の入った箱にミニチュアの人形や動物、植物、乗り物、建築物などで内界を表現することで自己治癒力が活性化し、象徴体験によって治療が進んでいくと考えられている。箱庭は通常、心理療法場面で用いられるが、イメージ体験や自己理解、グループ力動などを体験的に学ぶために、心理系の大学・大学院を中心に実習やグループワークにも取り入れられている（木村、1985；久米、2015；岡田、1993；豊田、2014；谷地森、1997など）。心理療法としての箱庭は作り手と見守り手の1対1の関係性のなかで置かれるのが基本であるが、箱庭の実習やワークではさまざまなやり方が工夫されている。岡田（1993）が考案した「グループ箱庭」は、4～5人でひとつのグループを作り、4～6周をめぐりにメンバーが順に一つずつアイテムを置いていく、というものである。豊田（2014）は、個人制作とグループ箱庭を併用した箱庭体験グループを実践し、グループ箱庭では必ずしも自分の思い通りの箱庭ができるわけではないが、そこに生じる葛藤にこそ新しいものが生まれてくる可能性があり、個人制作とは異なる効果があることを指摘している。木村（1985）や岡田（1993）によれば、こうした箱庭を用いた実習やワークでは、砂に触れることでほどよい退行が促され、イメージが活性化し、自分に向き合うことができるとともに、他者に見守ってもらう体験は他者との関係を見直すきっかけともなりうる。また、箱庭は視覚的に表現され直観的に理解できるため、自己に対する気づきを得やすく、非言語的メッセージを受け取る感受性を高めることにも役立つ。筆者が臨床心理士を目指す大学院生に実施した箱庭体験グループでは、グループでの箱庭体験が自己への気づきを促し、感受性を高める点で効果があることが明らかとなっている（久米、2015）。

以上のことから、箱庭を用いた研修は教師の自己理解や自己受容、共感性を高めるのにも有効であると予想される。箱庭を教員研修に用いるメリットとして、以下のことが考えられる。①砂箱にミニチュアを置くだけで心理的抵抗感や負担感が少なく、②解釈や分析ではなく味わうことが重視されるので評価を気にせずリラックスして取り組める、③五感を使い感受性を高められる、④視覚的表現なので直観的な自己理解を得やすく、⑤他者とも共有や交流がしやすい。さらに、「箱庭療法」の原語は *sandplay therapy*（砂遊び療法）であり、箱庭が「遊び」であることは教師にとってとりわけ重要な意味をもつと考えられる。箱庭で「遊ぶ」ことによって、教師が囚われがちな他者評価や「～べき」思考から自分を解放し、イメージを通じて他者との交流を楽しむことができれば、自己や他者について新たな理解を得、メンタルヘルスを向上させることにつながると考えられるからである。

そこで本研究では、教師の自己理解や他者理解を促進するために、「箱庭」を活用した体験型グループ教育相談研修を実践し、その効果を検討する。本研究により、箱庭を用いた体験型グループ研修の有効性を示すことができれば、教育相談研修の有効なモデルの一つとして、不登校、いじめ等さまざまな問題を抱える児童生徒に対応できる教員養成や教師教育のあり方に新しい視座を与えることが期待できる。なお、本研究では個人制作とグループ箱庭を併用した箱庭体験グループを実施するが、本稿ではそのうちの「グループ箱庭」について、その効果を検討する。

Ⅱ. 目的

本稿の目的は、教師の教育相談力を高めることを目的として考案し、実践した「箱庭体験グループ」における「グループ箱庭」の効果を検討することである。グループで制作された作品とその変化、および参加者へのインタビューを分析することにより、具体的な体験のあり方や、そこから得られる気づきから、「グループ箱庭」が教師の自己理解や他者理解を促進するかどうかを明らかにする。

Ⅲ. 方法

1. 協力者：現職教員6名（A～F）

すべて女性であり、グループ実施時はいずれも教育系の大学院に在学中であった。勤務校種は小学校4名、中学校1名、高等学校1名であり、教職経験年数は3～9年が1名、10～19年が3名、20～29年が2名であった。また箱庭制作経験については、1名が1回、他の5名は今回が初めてであった。筆者が直接もしくは知り合いを通して協力者を募り、協力の意思を示した人に個別に本研究の内容やプライバシー遵守について書面と口頭にて説明した上で、研究協力の承諾を得た。

2. 手続き

(1) 箱庭体験グループ

個人箱庭制作とグループ箱庭制作からなる箱庭体験グループを、大学内の箱庭のある面接室において、月1回のペースで計7回実施した(表1)。全ての回で筆者がファシリテーター(見守り手)を務め、実施時間は1回あたり約2時間であった。箱庭制作の様子は、協力者の承諾を得てビデオカメラで撮影し、シェアリングはICレコーダで録音した。また、箱庭作品はデジタルカメラで撮影した。グループ箱庭の方法は、岡田(1993)および豊田(2014)を参考に表2のようにした。なお、置く順番は回ごとに協力者同士で相談して決めた。

(2) ふりかえりの記入と物語作成

各回の終了後から次の回までの約1カ月の間に、協力者には配布した用紙に体験のふりかえりを記入してもらった。また、岡田(1993)の物語作り法を参考に、協力者には自分が置いた作品(個人箱庭、グループ箱庭)について物語を作成してもらった。物語作り法は、「制作された作品をもとに物語を作ることで、作品をより深く、多様に把握し、理解」しようとするもので、本研究では協力者のイメージ体験をより深めるために行った。ふりかえりの質問項目は表3に示すとおりである。

(3) 事後インタビュー

全7回の箱庭体験グループが終了した後、1カ月ほどの間において、箱庭体験グループが協力者にとってどのような体験であったかを知るために半構造化面接を個別に行った。質問内容のうち、グループ箱庭についての質問項目は表4のとおりである。インタビューはあらかじめ設定した質問に沿って行ったが、必要に応じて適宜質問を加えたり、さらに詳しい説明を求めたりした。なお、インタビュー内容は協力者の了解を得てICレコーダに録音した。インタビュー時間は全体でおおよそ1時間程度であった。

表1. 箱庭体験グループの概要

回	内容
1	導入：砂に触れる体験 グループ箱庭①
2	個人箱庭①(3名)
3	個人箱庭①(3名) グループ箱庭②
4	個人箱庭②(4名)
5	個人箱庭②(2名) グループ箱庭③
6	個人箱庭③(4名)
7	個人箱庭③(2名) グループ箱庭④

表2. グループ箱庭のやり方

- ① 各メンバーが順番にアイテムを一つずつ置いていく。ただし、動物の群れや木、花、石等、種類が同じものは複数まとめて置いてもよいこととする。また、砂には自由に触ってよい。水の使用も可。
- ② 制作時間は20~30分程度とし、ファシリテーターがメンバーの動きや作品の制作状況を見て、ラスト一周を宣言する。
- ③ すでに置かれているアイテムを棚に戻すことは禁止されているが、箱の中のアイテムは自由に動かしてよい。
- ④ 制作中は無言で、お互いの意図は話し合わない。
- ⑤ 制作後、制作中に感じたことや作品を見た感想などを自由に述べ合う(シェアリング)。

表3. ふりかえりの質問項目

1. 自分について気づいたこと、考えたこと
2. 他者について気づいたこと、考えたこと
3. その他、感想や印象など
4. (箱庭制作者のみ) 箱庭のアイテムをすべて使って自由に物語を作ってください
5. (箱庭制作者のみ) 物語を作ってみての感想

表4. グループ箱庭に関する質問項目

1. グループ箱庭作品を見て思うこと
2. 制作体験について
3. シェアリングについて
4. 物語をつくって
5. グループ箱庭制作体験からの気づき

3. 実施時期：2018年6月~2019年2月

IV. 結果と考察

今回の箱庭体験グループの実践において、グループ箱庭は計4回制作された。まず、グループ箱庭作品とその変化について分析し、つづいて事後インタビューでの協力者の語りから、主観的な体験について分析する。

1. グループ箱庭作品とその変化

(1) 1回目(制作時間19分, 写真1)

【置いた順番】F→E→D→B→C→A(表5)

【制作過程】ほとんどのメンバーが初対面であり、緊張もあってか4巡目あたりまであまり動きはなく、めいめいが自分の領域で置いている感じであった。5巡目で翼竜(D)や滝(C)が置かれ、このあたりから動きが出てくる。他の人のアイテムの上に何かを置いたり、アイテム同士を関係づけて置いたりといったことも出てきはじめ、6巡して終了した。砂に触った人、置かれたアイテムを移動した人は全くいなかった。

【シェアリング】5巡目で置かれた翼竜に対して「大胆」という感想を述べる人が多かった。自らの箱庭制作に没頭するというよりも、他者の目を意識して置いていた人が多いようであった。



写真1. グループ箱庭①

表5. 1回目に使用されたアイテム

	F	E	D	B	C	A
1巡目	木	ピアノ	大木	ベンチ	すべり台	ゆりかご
2巡目	ペンギン	キリン	パンダ親子 (子は木に)	ねこ	橋	アヒル
3巡目	バイオリンを 弾く男性	新郎新婦	男の子	花(2)	実のなる木	犬
4巡目	木	親子	黒板	神父	虹	シマウマ
5巡目	ニワトリ	鳥居(2)	翼竜(木の上)	翼竜	滝	ブランコ
6巡目	白雪姫	人魚姫	ペンギン(3) (ベンチの上)	ビー玉(10)	花壇	制服男女

* () 内の数字は個数を示す

(2) 2回目(制作時間18分20秒, 写真2)

【置いた順番】E→B→A→D→C→F(表6)

【制作過程】最初に中央の砂が掘られ、湖が作られた(E)。大きめのアイテムが最初から置かれ、早い段階で空間が埋まっていた。3巡目あたりから動きが出てきた。最後の方はみな小さめのアイテムを楽しんで置いているようだった。5巡して終了。1回目と異なり砂には触れられたが、他の人のアイテムを移動した人はなかった。全体に前回よりもリラックスした雰囲気を感じられた。

【シェアリング】「今回はあまり色々あれこれ気にせずに置けた感じがしました」(B), 「前は人が置いたから、それに合わせたかなという気持ちがあったんですけど、今回は自分はこれが置きたいと思うものをパッと置けるようになったかなと思います」(A)と、1回目より自分が置きたいものを置けたという人や、逆に「前はあくまで自分の置きたいものを置いたんですけど、何か他の方の置いたのに関わらせたいと思った」(D)というように、他の人の置いたものを意識するようになったという人がいた。また、「前に見た時は、ダルマさんとか出たら『うん?』と思って、恐竜とか見たら『うん、うん?』と思ってたんですけど、今回はそういうこともあるんやろうみたいなのがありました。だから自分が置くのも置きやすかったのかなという気がします」(B), 「今回は置いた意図をどうしても他の人に伝えたいと思い、伝わったと思っています。すごく満足です」(C), 「純粋に楽しめました」(F)といった、他者との非言語的交流を1回目よりも楽しめるようになったというコメントも聞かれた。



写真2. グループ箱庭②

表6. 2回目に使用されたアイテム

	E	B	A	D	C	F
1巡目	(砂を掘り中央に湖)カバ	ピラミッド	ヤシの木(4)	だるま	笛を吹く女性	古代の男性
2巡目	恐竜	たき火	雲(2)	土偶	ライオン	青いビー玉(埋める)
3巡目	ガラスの鳥(2)	木の蔓	花(4)	カウボーイ	くじら	家(埋める)
4巡目	スフィンクス	オブジェ(砂をかける)	石(3)	ネイティブアメリカン	犬	黄色い車(埋める)
5巡目	サル(4)	ピアノ	カモメ(石の上に)	ダチョウ	白蛇	イス(埋める)

(3) 3回目(制作時間29分9秒, 写真3)

【置いた順番】F→B→A→C→D→E(表7)

(所用のためFは4巡目まで参加して途中退席)

【制作過程】まず中央にピンクのベンチ(F)が置かれる。つづいて空中から水色の球が落とされ(B), スペースシャトルが登場し(A), どのような世界ができていくのか予想がつかない感じで始まる。しかし, その後は周辺に置く人が多く, また置かれるアイテム同士距離があり, 砂に触れる人もほとんどなく, なかなか動きが起こってくる様子が見られなかった。とくにEは他の人の置くものとは関わらず, 自分の領域で置くことに専念しているようであった。中盤でCが作った池をBが広げ, くじらを置く。その後Dが雨雲雷を置き, 少し動きが出てくる。6巡して終了。



写真3. グループ箱庭③

【シェアリング】「最初はよく分からなくて, 何を置いたらいいかも分からないし, どうしたらいいのか分からなくて。でも, 途中からすごい楽しくなって, 最後はとても晴れ晴れと終わりました」(B), 「今日は私が『これを置くかな』と思っていた予想を裏切られたりとか, 人のやっているのを見るのが楽しいな, という感じを受けました」(A), 「誰か人を置いてほしいなと思ってたんだけど, 私は選べなかったんですよ。でも置いてくださったのがすごい雰囲気ピッタリで, ナイスチョイス!と思いました」(C)といった感想があった。本人たちもどのような箱庭ができるのか戸惑いつつ参加していたようであったが, そうした先の読めなさも少しずつ楽しめてきているようであった。一方, 自分の領域で置くことに専念していたEは「私はこれがとても置きたくて。キャビネットすごい精巧にできていて引き出しも開くんですよ。これにトキメキを覚えて, ひたすらここを作っていました」と語った。

ここまでのグループ箱庭をふり返り, 「最初の方は人の置いたものをすごく気にして, それを壊したらイカンなどか思って, これは怖くて置けなかったと思うんです。でも今日は人が置かれるものについても, それほど気

表7. 3回目に使用されたアイテム

	F	B	A	C	D	E
1巡目	ピンクのベンチ	水色の球	スペースシャトル	街灯(3)	クレーン	自転車
2巡目	機関車	寝そべる人(ベンチ)	ライオン(4)	柱時計	カウボーイ(クレーン)	ねこ
3巡目	帆船(緑)	花輪(2)	テトラポット	(砂を掘り)金魚(3)	修道女	チェスト
4巡目	工場	(池を整え)クジラ	実のなる木(2)	古代の家	雨雲雷	緑のクマ(チェスト)
5巡目		ワニ(雲の上)	トンネル	青いベンチ	綿(煙と雲をつなげる)	鉢植えの花(チェスト)
6巡目		帆船(黄色)	色とりどりの球(8)	本を読む少年(青ベンチ)	土偶	ねこ

にしなくなった感じがして、すごく不思議というか面白かったです」(B)、「最初はやはり緊張というか、すぐには自分を出せないような感じがあって、ちょっと硬かったかなと思うんですけど。今回は人が置いているのをゆっくり見られる余裕があったりとか、人のことが受け入れられる余裕ができてきたのかなと思いました」(A)、「最初の頃は何を置くかというのだけを見ていたと思うけど、今日は周りの人がアイテムを取って置く仕事とか、置く表情をずっと見ていて、最初の時はみんな無表情で緊張もあったと思うんですけど、今日は『よっしゃ、これに決めた!』みたいなのが表情に出ていたし、ものすごくいい顔をしていたんですよ」(C)など、最初の頃に比べて緊張がほぐれ、リラックスして置いたり、見守ったりできるようになったという感想が述べられた。

(4) 4回目(制作時間27分7秒, 写真4)

【置いた順番】A→E→B→C→D→F(表8)

【制作過程】どの人も1巡目から砂を水で濡らしたり、砂を掘ったり、かけたりして、積極的に砂に触れていた。ビルやピアノ、灯台は最初から倒された状態で置かれた。また、ビルの上にワオキツネザルを置く、大木にはしごを立てかける、ボートに仔ライオンを乗せるなど、他の人の置いたものに関係づけるような置き方がなされることもたびたびあった。制作中から楽しそうなわくわくした雰囲気があり、作品の完成時には「みんなで一つのものをつくり上げた」という充実感や満足感がメンバーの表情から感じられた。



写真4. グループ箱庭④

【シェアリング】「今日が最後ということで水も使ってみたいなというのがあって、その後で次の人も水を使ってくれたりというのもすごく楽しいというか、嬉しい感じがして」(A)、「私もこの波、すごく幻想的でいいなと思って、ユニコーンを置けたのが世界観が共有できたのかなと思いました」(E)、「今日はあまり分からないまま置いたんですけど、でもその分からないのが心地の悪い分からないではなくて、それはそれでいいのかなあと思いながら置いていって、なんか楽しかった」(B)、「ピアノを選ばれた時に『ホントそれ!』とすごいテンションが上がって『それ、それなのよ』と。しかも、ココすところも『そうなの!』みたいな。すごく興奮というか、ちょっとテンション高めで終えました」(F)など、それぞれが楽しさや満足感を語り、シェアリングによってさらにグループの一体感が増したようであった。

表8. 4回目に使用されたアイテム

	A	E	B	C	D	F
1巡目	(川を作り水を流す)波	(水を足す)ユニコーン	(川を延長)巻貝	ビー玉(14)	黒いビル(砂をかける)	(砂を盛り)風車
2巡目	ワオキツネザル(ビル)	ボート	どんぐり(7)	ピアノ	きりん	牛(2)
3巡目	大木	ガラスのイルカ	木	はしご(大木)	おじいさん	灯台
4巡目	街灯(3)	透明の石	透明の石(9)	柱時計	鐘 (川の砂を除く)	陶器の船
5巡目	花の咲く木(3)	人魚姫	男の子(はしご)	着物の女性	仔ライオン(2) (ボート)	ベンチ

(5) まとめ — 1回目から4回目までの流れをふり返って —

作品を時系列で並べてみると、1回目は砂も動かされず、まとまりはあるもののどこか表層的で硬い印象であった。2回目は中央に湖が掘られ、大きなアイテムも置かれて、メンバーが少しずつ自分を出してきているようであった。3回目は再び動きが少なくなり、少し硬い印象に戻ったようであるが、お互いに雰囲気を合わせたり、アイテム同士を関連づけるといったことはあまりせず、それぞれ置きたいものを置いているのが、1回目とは異なっている点である。最終回の4回目では、積極的に砂が動かされ、のびのびした自由さが感じられる。また、それぞれが自分の置きたいものを置いていながら、アイテム同士のつながりも感じられ、不思議に一体感のある作品となっている。

シェアリングに関しては、1 回目はお互いに様子見をしながら発言している感じが強かったが、回を重ねるにつれ、自分の思いを率直に語れるようになっていった。発言内容からも、回を追うごとに自分の置きたいものが自由に置けるようになったり、他の人の置くものも、たとえ自分にとっては多少違和感があるものでも、それとして受け入れられるようになり、自分にとって意外なことや違和感のあるものをむしろ楽しめるようになっていった様子がうかがえる。さらに、そうした他者の姿から、自分自身への気づきが生じている。

こうした変化の背景には、回を重ねる中で体験を共有したり、お互いの心の世界を少しずつ見せ合うことで、グループのメンバー同士の信頼関係や仲間意識ができ、安心して自分を出せるようになっていったということがあると思われる。他のメンバーが置くものや置く様子を見て刺激を受け、自分も思い切って新たなことにチャレンジするようになったということもあるだろう。また、グループ箱庭では、自分が置きたかったものを他の人が置いてくれた、というようなことがたびたび起こる。今回のグループでも何度もそのような場面があった。豊田（2014）はグループ箱庭では非言語的なコミュニケーションが非常に活発に行われており、メンバーが心のどこか深い部分でのつながりを体験していることを指摘している。そうした無意識的な部分での交流やつながりが、メンバー同士の安心感や一体感にもつながっていたのではないだろうか。

その一方で、今回のグループ箱庭では他者のアイテムを動かすことが最後までほとんど見られなかった。そういう意味では、メンバー同士にまだ多少の遠慮があったとも言えるが、人間関係や物理的環境が日常に近いグループの場合、退行し過ぎず、ほどほどのところで収めて日常に帰っていくことも必要なことなのかもしれない。

2. 事後インタビューの分析

ここでは事後インタビューの内容のうち、「グループ箱庭」に関する部分を分析対象とする。質問項目ごとに各協力者の語りを示し、協力者の内的体験や気づきについて検討する。語りは逐語記録を基本としているが、内容を損なわない範囲で読みやすくなるよう手を加えている。

(1) グループ箱庭作品を見て思うこと

協力者には、まずはじめに4つのグループ箱庭作品の写真を見てもらいながら、作品を見て思うことを自由に

表9. グループ箱庭作品を見て思うこと

A	この水の感じがパツと目に浮かんで、この大きな動物とか木というのがどの回にもあるのかなという風に感じました。並べている感じが、今パツと見たらすごくこれ（1回目）が直線的な感じ、硬そうな感じがして、2回目はこういうのに比べたらちょっと柔らかい感じとか。3回目は丸い感じがして、4回目が本当に自由に、あっち向いたり、こっち向いたり、倒れたり、伸び伸びと自分らしさとか、自由に表現をみんながしているという感じがしました。
B	何かパツと見る感じ、変化はしているような感じがして、何かこの2番目の作品の時はすごく印象に残っていて、この恐竜がバーンと置かれたときに、あまり恐竜とかは好きじゃないんじゃないかなと思われる方がバーンと置かれたのがすごく印象に残っていて。それから、その後は好きな物を置くようにしましたと言われたことが多くて。なので2番目の作品は、本当にワーッと出ている感じがして、皆さんの色んな意味で、で、だんだん4回目とかは無理なく、皆さんというか自分もそんなんですけど、無理せず置いているのに、何か納まってる感じがするなと思います。
C	何か1回目はアイテムごとの距離感があるような気はするんですけど、4回目は距離感があるのもあるし、ギュッと縮まっているものもあるし、というような感覚ですかね。バラバラだったのが1回ギュッと寄ったんだけど、最後またバラバラになるというか、それぞれの思いがあって、ちょっと1回集まってはみたんだけど、やはりそれぞれの個性が出て、最後の作品も個性が出たみたいな感じですかね。みんなの中の「和」というのもありつつのそれぞれ、という感じですね。
D	私が破壊的な物を1個どこかに入れがちだなというのは、プテラノドン置いてみたりとか。恐竜をドーンと置いたのもあったように思うし、この前の塔を倒した時にご指摘にもあったのですが、予定調和みたいなのを崩したいというのが自分の中にあるのかなと思いましたね。一応、関係は付けているのかなと思うんですが。でも他の方が置く物が羨ましかったというのがありますね。＜どういうことでしょう？＞お花畑とか、整った物を私は置かないなと思って。そんな物を皆さん置かれるので。でも私はだいたい壊す方向で行っているのかも…。
E	まず、（1回目）この恐竜が嫌だったんです。鳥居は私が立てたんです。この木は違う方でマッチしていて神聖な場所だと思っていたのに。あっ、こっち（2回目）はカバを置いたんだ。そうしたらみんな水辺に集まる動物となって嬉しかったんだ。こっち（3回目）はまったく理解不能でした。だって工場に雲、煙という発想が。最後（4回目）はユニコーンを置いたんです。私やたら真ん中に置いてませんか？ これは楽しかったです。この方舟キリンの足でトンネルみたいにDさんがしてくれたのが。こっちにおじいさんがいるんですね。これは理解不能です。
F	これ（1回目）とかこれ（2回目）の恐竜はすごく強烈なインパクトを受けたのを覚えています。この辺（3, 4回目）はもう慣れてきた感じ。今思えば、「合わさなくちゃ」みたいな何か最初の頃は強かったかな、で最後の方は本当に好きに「置きたいから置くんや」みたいな、そんな感じがあったような気がします。

語ってもらった（表9）。協力者のうち、A、B、Cの3名は作品の印象について語ってくれた。3名とも、1回目の作品は硬さがあったが、だんだんそれぞれが自分の個性を出すようになっていき、4回目には各人がのびのびと自由に置いていながらも、全体としてまとまりやつながりが感じられることを共通して指摘している。一方、D、E、Fの3名は自分自身のことについて言及していた。Dは「破壊的なものを置きたい自分」「予定調和を崩したい自分」への気づき、Eは他の人が置くアイテムが理解できなかったこと、Fは最初の頃は人に合わさなくてはという意識が強かったが最後の方は好きなように置けたこと、をそれぞれふり返った。作品を見た時に、作品全体に注目するのか、作品のなかの自分自身に注目するのかも、その人の個性の表れの一つかもしれない。

(2) 制作体験について

つづいてグループ箱庭の制作体験をふり返り、自由に感想を述べてもらった（表10）。どの人も他者と一緒に置くという体験のなかでさまざまな刺激を他者から受けていたが、5名はその体験を肯定的に捉えていたのに対して、1名は否定的に捉えていた。

肯定的に捉えていたのはA、B、C、D、Fの5名であった。A、C、Fは、自分とは異なるものを置く他者の姿を見て驚きを感じたと語り、こうした自分のコントロールの外にある展開を体験することが自分自身の枠を外すことにつながっていたようである。B、Cは、最初は人の邪魔にならないようにしたり、バランスを取ろうとしたりしていたが、他者の姿に刺激を受け、自分をより自由に出せるようになっていったと語っている。一方で、Dのように、最初は自分のことだけに集中していたのが、だんだん他者のことを意識するようになっていったという人もいた。また、Aはみなで順番に置いていくことで、刺激だけでなく、一緒にやっている一体感や安心感を感じていたことにも言及した。

Eは「グループ箱庭が嫌だった」といい、他者と一緒に置く体験が心地よいものではなかったようである。体験をふり返るなかで「テイストが違うものが同じ箱庭に置かれることが嫌な自分」にE自身が気づいていった。豊田（2014）も指摘するように、自分の思いどおりに置けない体験は葛藤を生む。それはある種のストレス状況

表10. 制作体験について

A	人が置く物が、自分はこんな置かないだろうとか、こんな置き方をするんだというので、「この人は、どういう人だろう？」というのを考えたりとか、「あっ、この人はこういうことをするんだあ」という風にビックリしたりとか、感心したりっていう風な、何か心が動く感じを受けました。自分も一人でするんだったら注目が集まって「どうしよう…」という風な感じになりがちなのかもしれないんですけども、順番に置いていくということで、何か一緒にやってる一体感とか、安心感みたいなものも感じたりして、一人で置くより、私は楽しかった気がします。
B	本当に最初は人の道の邪魔にならないように置きたいな。自分ですごく何か面白かったのは「これが最後です」と言われてから、バーッと自分が一番置きたい物をバーッと撒いてしまって、最後と言われたら自分の物が出せるけど、それまでは出せないと思ってんですけどね。ただ、最後のときにはそういうことはあまり考えなくて、今までだったら自分の中では「私、遠慮してるんだ」みたいな気があったんですけど、自分もそこに座っていいんだと何か思えたのかなあみたいなのが、この最後の作品の時にあって、それはすごく自分でも嬉しかったというか。だから私は人のために遠慮してるんだけどとか、そういうことは思わなくなっていた感じが（ありました）。
C	やっぱり繋がりとこののを考えると思うんですけど。自分だけが置くのではないので、周りとのバランスというか関係性というのを考えていたと思います、特に最初は。だけど、それぞれが自分の好きなものを置くんだな、という周りの人の置き方とか選び方を見て、そんなに合わせ過ぎなくてもいいんだなみたいなところで、気持ちは楽になりましたね。「エッ!？」という驚きが私の中では凄く影響があって、「何でもオッケーね」みたいな、許しを得たような気がしました。
D	最初は本当にみんなが置いているのを見ながらなんですけど、3個、4個ぐらい、「あっ今日はアレと目が合ったから、他の人はどうあっても置こう」というのがあったんですけど、3回目ぐらいからは人が置く物を見ながら目を付けていったというか。目が合ったから置いたというのが、ちょっと他の人を見ながら目が合うものを探してみたいのが変化したかな、というのを思います。
E	何かグループ箱庭が嫌でした。他意はないんですけど「そこに恐竜置く？」みたいな。なので自分の好きな世界観をやりたいたいな、という自分に気付かされました。3回目はグループなんですけど、自分の箇所だけを作っていました。3回目のグループ箱庭はキャビネットを置いて、そこに花と熊を置いてみたい、自分の完成をさせようと思っていました。他に関わらせたりとかはしなかった。「これ、なんで置くの?」と思うんです。<テイストが違うという感じ?>テイスト、そうだ、テイストを重視してるんだ、私。
F	仕事ではみんなではやるだけですけど自分の中で路線があるんです。相談はするけど、この次はこれをやって、で意見を聞いて、その次はこうみたい。それで一応、何となしには自分の思いの方向に行く。それとは真逆というか、何ですかね、路線もなければ、最近はやったことがないような感じでした。ここは本当に自由!という感じだったので、不思議なというか、あまり最近はやってない体験でした。

なのだが、実はそこにこそ新たなものが生まれてくる契機、自分はこうであると思い込んでいる枠を外すチャンスがある。しかしながら、自分の枠を外すことには不安が伴うので、それに対する抵抗も当然生じてくる。Eにとっても楽しいと思える瞬間もあり、グループ箱庭の全てが否定的な体験であったわけではないが、その時点でのEの状況や、筆者も含めたグループの人間関係は、Eが新たな変化を受け入れるには十分なものではなかったのであろう。「自分の思い通りにならないことや、他者を受け入れていくということで、自分というものが改めて非常に鮮明になっていくという作用もある」(豊田, 2014) のが、グループ箱庭ならではの意義ではあるが、グループの力動のなかで自然にそういう状態に至ることができる場合もあれば、何らかの工夫や配慮が必要な場合もあり、人によってはその時期が来るのを待つことが必要な場合もあるのかもしれない。

(3) シェアリングについて

シェアリングについての語りは表11のとおりである。心理療法として箱庭を行う場合は、無理に言語化を促すことはせず、作り手の自発的な語りに委ねるのが一般的である。しかし、今回の箱庭体験グループは自己理解や他者理解の促進を目的として行っていることから、自分の体験を意識化し、他者と共有することに意味があると考え、制作後に全員が自分の体験や印象について発言するシェアリングの機会をもった。ただし、発言内容は各自に委ねられ、拒否する自由も保障されている。実際に行ってみると、自分とは異なる他者の感じ方を知る機会となり、この時間を楽しみにしていたメンバーも多かったようである。他者の意図や思いは、自分と一致することもあれば、全く違っていることもある。そうした他者の意図や思いに自分との違いを感じたり (A, E)、刺激を受けたり (F)、見方が広がったり (C) していた。また自分と他者の思いを照合する体験を重ねることで、自分とは異なる他者を自然に受け入れることができるようになっていたり (B)、他者からのフィードバックによって自分を外から眺める機会ともなっていた (D)。どの協力者にとっても、他者の発言が刺激となって、自分自身についてよりはっきりと認識できる機会となっていたことがうかがわれる。

表11. シェアリングについて

A	やっぱり人が置いている物について、その人なりの考えがあって置いたんだなっていうのを聞いて、自分と違うところがあるなというような感じたり、人が置く物とか、こういう風に置いたっていうのを聞いたときに、自分もそういうのが好きだな、とか、あっ私と似ているなというようなことも感じたりもしました。
B	その時間も面白くて、ピッタリ合ってるみたいなのもあるし、「次にこれを置くのかな?と思ったら置きました」と言われたりする時とか、何となく合うという時と全然違ったりする時があって。自分がそう思ってるからそう感じてるということもあるし、何か人とシンクロすることもあるし、全てのことが自分の思ったとおりじゃないけど、全然それでいいんだみたいな時間になって。最初の頃は人が置いた物に、なんでそこにそんなのを置くんだろうなあ?みたいに思ったんですけど、段々それがなくなっていくのは話を聞いて聞いたりしたことあったのかなあみたいな感じもします。
C	実はもの凄く楽しみにしていて、割と自分は硬いし真面目な方だと思うので、一方向でしか物を見られてないんだけど、すごい色々な角度から色々なアイデアで言ってくださるので、自分の物の見方がすごく広がったような気がしました。
D	割と本当に思ったことを言っただけなんですけど、グループになったとき特に私が置いた物に対する反応というのが少なからずあったので、それに対しては「ああ、そう思うんだ」というか、狙って置いた訳じゃないけれども、そういう反応が返ってくるものなんだというのを感じて、それが新鮮ではありました。面白いと思う人がいるんだとか、そういう風に感じられるんだと、だいたい全部好意的な感じで皆さんおっしゃってくれるので、すごい何かちょっと面白いことをしたような気分になれる、みたいな。私の中では自然な流れで置いたので、そこに意外性を感じてくれてたんだというのは、置いている時は全然思っなくて、後からシェアする中で、ああこれ意外だったんだというのは気付くことが多かったです。
E	あまり覚えてないなあ。いつも他の人の想像力にはびっくりさせられます。そういう発想とかが私にはないので、何でもありみたいなのが羨ましかったです。
F	刺激がありました。「あっ、こんな風に思っただけじゃん」とか、やはり自分とは違うことをいっぱいおっしゃったりしているのを聞いて、「ああそんなや」と、純粋にそんな風に思いました。

(4) 物語をつくって

物語を作成した感想を表12に示す。ここでは物語の作りやすさに言及した人が多かった。作りやすかったという人 (F)、最初は作れるかなと感じていたが、やってみると意外と作れたという人 (A, B, C)、だんだん作りにくくなったという人 (D)、作りにくかった人という人 (E) がいた。箱庭から物語をつくるには、日常の決まりごとや常識的な見方から離れ、箱庭の世界に自ら入る、言いかえればイメージの世界で遊べる必要がある。グループ箱庭を楽しめる人は、イメージの世界で遊ぶことに親和性があると考えられ、比較的物語も作りやすかったのではないかと想像される。一方、グループ箱庭を楽しめなかったEには、テイストの違うアイテム同士を

イメージの力でつなぎ合わせるような動きがあまり生じなかったのかもしれない。そのためグループ箱庭から物語を作るのが難しかったのであろう。またDは自ら「客観的に見るのが多かった」と語っており、やはり箱庭の内側に入るというよりは、外側から見る傾向が強かったのかもしれない。そのため、心の中から物語が自然と紡ぎ出されるようなモードにはなりにくかったのかもしれない。

表12. 物語をつくって

A	自分の物だったら何か置く物が決まっているというか、自分らしく置いてあるから、何となくストーリーも考えやすいかなという気がして。で、グループのだったら、これはどう物語に繋げようというような感じで、ちょっと戸惑いもあったり、けれども自分と違う発想で違った物語を組み立てるというのも、それはそれで面白いという風に思いました。
B	一人で作るものよりも難しく、これで出来るのかな？みたいな感じもしながら、でもやってみたら出来たみたいな感じなんですけど。物語を作ることで、ちょっと整頓できた気はします。物語を作ることで、その時に思わなかったことを考えたりとかすることがあって、面白かったです。
C	最初は物語を作るようにと言われた時に、「エッこれで作れるのかな？」と、実は正直思っていたんですね。それこそ色々なアイテムがあって、人だろうが恐竜だろうが、無機質なものでしょうが、いっぱいあるんですけど、でもそれを使って物語を作ろうとか繋げようと思った時に、だんだん繋がってくるんですね、毎回。それがやっぱり不思議だなあとって、繋げたいなという思いというのがあって、進んでいくんだなと思いました。
D	私が文章を考えるのがワンパターンなものなんですけど、割と客観的に見るのが多かったのかなとは思っていますが、でも他の方とは全然違うのかなと思います。だから、他の人の物語も読んでみたかったなというのはありました。ただ回数が進むにつれてちょっと書きにくくなってきたというか、何だろう、この箱庭の中で満足したのかな、箱庭で表してシェアリングした時点で気持ちが満足してしまったのか、文字に書くというのが正直難しくなって、一番最後はちょっと書きにくかったです。全部喋っちゃったみたいにして。
E	作りにくいです。とてもテイストが違い過ぎて、どの国か時代かもはっきりしないし。工場とライオンですよ、難問をつきつけられているような印象です。
F	私は個人のとあまり差はなかった気がします。たぶんきちんと作れてなくて、色々な物の固有名詞が全部入ってなかったと思うんですけど、あまり差はなかったです。あまり悩んだことはなかったです。

(5) グループ箱庭制作体験からの気づき

グループ箱庭制作を体験したことによって得られた気づきを表13に示す。自分に対する気づき(A, B)や、自分の変化(C, D, F)、他者に対する気づき(E)が語られた。まず、自分に対する気づきについて語った2名であるが、Aは自分と他者の違いや自分の対人関係のあり方について、Bは自分の感じていることと他者の感じていることにはズレがあり得ることを、実感として体験していた。自分の変化について語った3名は、それぞれ自分の視野の広がり(C)、他者との関わりや他者の視点への気づき(D)、箱庭を楽しめるようになったこと(F)を具体的に挙げていた。Eのみ、自分のことではなく、他者について発見した意外な一面について言及した。自分自身のことではなく、他者のことがまず出てくるところにも、自分の内よりは外に関心が向きやすいEの特徴が表れているのかもしれない。

(6) まとめ — グループ箱庭における主観的な体験と気づき —

インタビューの分析から、協力者それぞれがグループ箱庭の体験からさまざまなことを感じ、そこから自己への気づきを得ていたことがわかった。とくに、他者とともにひとつの箱庭を置く制作体験と、それを言語化して共有するシェアリングにおいて、多くの気づきが得られたようであった。

まず、制作体験では、他者の置いたものに関して、最初の頃は戸惑いや違和感を覚える人が多かったが、やがてそれをその人の個性として受け入れられるようになっていった人が多かった。と同時に、自分もより自由に自分を表現し、自分の個性を認められるようにもなっていた。またシェアリングは、自分とは異なる他者の思いに気づき、そこから自分自身を改めて見つめ直す機会となっていた。自己理解のためには、他者という鏡、参照枠が必要である。私たちは日常的に他者と接してはいるが、そのつきあい方は必ずしも自分自身をコミットさせたものばかりではない。しかし、グループ箱庭では非言語的な表現世界のなかで、無意識な深い部分まで含む多層的なレベルでの交流が生じる。守られた場でのそうした深い交流を通して他者と出会うことで、知的に偏るのではない、体験レベルでの自己への気づきを得られ、深まるのではないかと考えられる。自己理解と他者理解はつながっており、自己への気づきが深まれば、それだけ他者への共感的理解も深まると考えられる。これらのことから、グループ箱庭には自己理解や他者理解を促進する効果があると考えられる。

しかしその一方で、グループ箱庭はすべてを自分が思った通りにはできないため、その体験を楽しめる人もいれば、逆にストレスを感じる人もいる。言い換えれば、葛藤状況を自分の枠を外す契機にできる人もいれば、不安を感じて防衛的になる人もいるということである。そこには、その人自身のその時点での心理的状况や、グループの関係性、ファシリテーターの守りの機能などが関わっていると考えられる。グループ箱庭を通して気づきを得られることは重要ではあるが、それはあくまでその人自身のペースでなされるものであり、防衛も含めて、その人のありようが尊重されることが何よりも重要だと思われる。

表13. グループ箱庭制作体験からの気づき

A	やっぱり人との似ているところとか違いとか、自分と比べるとということをしているというのにも気付いたし。それから、知らない人だったり、それからちょっと慣れてきたりというような、そういう関係の中で自分が一気にパッと出すというのではなくて、徐々に出して行って、関係を作っていくという風な、関係の作り方というのにも何となく気が付いた気がします。自分の出し方っていうか。
B	グループの箱庭は、やっぱり自分が思っていること、人に対して思っていることが全部正しい訳ではなくて、完全に間違ってるということもあるということ（実感できました）。あまり日常生活では体験しない、確かめようがないけれど、箱庭だったら、自分が正直に「あっ嫌だな」と思ったときに、全然そういうことではなかったみたいなのを確かめる、それを認めざるを得ないようなチャンスがあるので、自分が嫌だなと思ったり、苦手だなと思ったりすることが、あながち自分の思うとおりではないということが、すごく実感できたりする。自分についてもちょっと振り返ることがあった気がします。
C	最初は置く物とか置く場所というのに、もの凄く興味を持っていたんですね。それで大体こんな方かなというのが分かったので、「たぶんこれを置くだらうな」とか、「エッそれを置いた、まさか！」みたいなところがあったんですけど、たぶん気持ちの余裕もあったんだらうと思うんですけど、その人が置く表情とか、何かそういう仕草にまで興味が持てるようになったので、見るものの視野が広まったのかな、というような感覚がありました。ニンマリという方もいたし、足取り軽く取りに行く人もいたし、本当に色々だなと思いました。
D	自分の中で人の動きを見ながら、自分の置きたい物と絡めて置いていこうとだんだん思ってきた。人と絡めるというのがグループはすごい新鮮で、変わってきたところでもあるかなと思います。その後のシェアリングでも、ちょっと思い込みも激しいところもあるので、自分はこう思って置いたのが違う面白い解釈が来ると、あっそういうこともあるんだなというのがあって、そこは新鮮だったと思います。
E	他の方が最初はなめくじとか、ああいう兵隊を置きがちだったんですけど、最後私のガラス、私はひとかけ置いたんですけど、いっぱい並べてくれたんですよ。おっ？と思って、何か意外でした。
F	最後の方はすごく楽しかったので、自由なのにも慣れたらうし、この人はこれを置くかな？と思って、あれ？違ったみたいなのも楽しかったし、最後の回なんかは本当に特に楽しかったです。他の方たちが、「うわあ〜」と思うような所に置かれることが何回かあって、「おお〜」と思いながら楽しみました。

V. おわりに

グループ箱庭の作品およびインタビューの分析から、グループ箱庭に参加したことにより、教師の自己理解や他者理解が促進されたことが示された。この結果から、グループ箱庭を用いた研修は教育相談的資質の向上に一定の効果があると言える。また、そこで得られる気づきは、体験をとおして自ら得ていく性質のものであり、そのようにして得られた体験的理解はその人の考え方や態度に影響を及ぼし、日々の児童生徒との関わりにも反映されていく可能性が高いものと考えられる。さらに、参加者がリラックスして楽しみながら参加できることも、グループ箱庭を教員研修に活用するメリットであると考えられる。

ただし、グループ箱庭が参加者にとって意義深い体験となるためには、ファシリテーターやグループの関係性、参加者個人の要因等、さまざまなことが関係する。グループを安全かつ有効に実施するためにはどのようなことが必要なのか、今後さらに具体的に明らかにしていく必要がある。また、こうした効果が他のメンバーで行うグループでも同様に得られるのかどうかや、個人制作との違い・関連性についての検討、学校現場で実施する際の工夫なども今後の検討課題である。

付記 本研究は科学研究費補助金（基盤研究（C）（一般）課題番号18K02670）の補助を受けました。

文献

安部順子 遊戯療法と教育相談的態度 福岡教育大学教育実践研究指導センター, 20, 2012, 121-127

- 春日由美 教師の教育相談的資質向上研修における交換研究 南九州大学人間発達研究, 6, 2016, 63-70
- 笠井孝久 教育相談に対して教師が直面する困難 千葉大学教育学部研究紀要, 63, 2015, 187-197
- 木村晴子 箱庭療法—基礎的研究と実践— 1985, 創元社
- 清野由美香 教員の教育相談力を高めるための教員支援体制のあり方—メンタルヘルスの視点から見た支援を通して— 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 8, 2009, 161-169
- 久米禎子 心理面接の基礎訓練としての箱庭体験グループ 鳴門教育大学研究紀要, 30, 2015, 255-265
- 松本剛・谷川理恵 中学校における包括的児童生徒支援のための学校教育相談活動モデルの検討 兵庫教育大学学校教育学研究, 28, 2015, 81-88
- 文部科学省 児童生徒の教育相談の充実について(通知) 2017
- 中島正雄 教師の教育相談研修に関する研究 神奈川大学心理・教育研究論集, 32, 2012, 59-68
- 西山久子 教育相談の学校への定着に影響を与える組織外要因に関する一考察 山陽論叢, 15, 2008, 61-73
- 鈴木郁子 教師の資質向上を目的とした共感研究の必要性 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要心理発達科学, 53, 2006, 85-96
- 岡田康伸 箱庭療法の展開 1993, 誠信書房
- 豊田園子 箱庭を作ること, 見守ること, 分かちあうこと—箱庭体験グループの実践から— 箱庭療法学研究, 26(3), 2014, 101-118
- 谷地森久美子 箱庭を使ったグループ・ワークの試み: 一般学生に対する自己成長のための心理療法的アプローチの一報告 東洋大学児童相談研究, 16, 1997, 109-120
- 米田薫 教育センターにおける教育相談研修に関する研究 教育カウンセリング研究, 2(1), 2008, 26-33

Experience and awareness of teachers in educational consultation training using Group Sandplay: consideration of works and interviews

KUME Teiko

This research considered the effect of educational consultation training using Group Sandplay on teachers. In this research, 6 teachers participated the training group and they practiced Group Sandplay 4 times for 7 months. In the process of Group Sandplay, each member had gradually become able to act like herself. And in the interview after the training group, they told that they felt various things about others and themselves from the experience and got deeper awareness of themselves through the Group Sandplay. By sharing experiences over time and showing inner world little by little to each other, they could build a relationship of trust and had a sense of unity, which seemed to have helped bring about these changes. These results suggest that Group Sandplay could promote teacher's self-understanding and understanding of others. Therefore, it can be inferred that the training using Group Sandplay has a certain effect on improving the ability of educational counseling of teachers.