

日本における遊戯療法についての一考察

ー治療メカニズムとセラピストのあり方についてー

中 井 章 子

1. 目的

筆者が遊戯療法をおこなっている時に、クライアントが何のためにここへきているのかについて、明確に把握できないままに治療が始め、それがクライアントの治療への疑問ともなっているようにも感じた。しかし筆者がこのような感じをもっているのにもかかわらず、クライアントが変化してきているということを、母親面接からも、観察からも理解できた。このことは弘中（1995）の、「表現することがなぜ心理的な治癒に結びつくのか」、氏原（1993）の、「遊戯療法や箱庭療法で、言語的レベルの洞察がほとんどないのにクライアントがよくなっていくことが少なくない」という問題提起とつながったのである。

2. 方法

そこで、本研究では、遊戯療法のあり方と治療メカニズムを文献により検討していくこととする。まず、子どもにとっての遊びの意味と、遊戯療法では遊びの意味をどのように捉えているのかを比較検討し、次に精神分析的遊戯療法、関係療法的遊戯療法、非指示的遊戯療法の各理論を列挙した。そして最後に、発表された事例から、各セラピストの考え方や対応を考察した。

3. 結果

弘中（1995）らは、非言語的レベルで生じる現象を心の治癒といかに結びつけるのかという問題を Gendlin, E. が提唱した体験療法過程の枠組みで捉えることが有効であると考えた。それは無理に言語化しようとせずに、遊びを体験しつくすということである。そしてそれを、遊びという枠と、治療の枠の二つの枠で守ることが、体験しつくすためには必要であると考えた。

4. 考察

言語化できない状態を、言語化できないままに体験しつくすためには、セラピスト自身がリラックスした心もちで居ることの重要性と、それが自分自身の治療の場面でのセラピストとしてのあり方の一つとして必要であることが理解できた。

今後の課題としては、文化の異なる諸外国から導入された遊戯療法の、日本的あり方についてさらに検討し、よりよい方法を見出していくことである。