

「箱庭を作る」だけでしたら、それでも良いかもしれませんが、作品をめぐって会話（シェアリング）をすることがとても大事です。

シェアリングをして、作品の世界を^{みま}観直し、言葉で語り、声にすることで、イメージの世界から、現実の世界に戻していきます。作った作品は非言語で無意識的に表現されていますので、これを他人との対話＝コミュニケーションに乗せていくことが大切になってくるわけです。

— ちょっと難しそうです…。具体的にカウンセラーは何をするのでしょうか。

よく『見守り手』や『見守り役』と表現しますが、作者が作品を作っている間は手を出さず、静かに寄り添って見守る。困ったことがあったらお手伝いする程度。まずは、これが大事です。

よく公園の砂場で、子どもが遊んでいるところを、お母さんがじっと見守っている光景がありますよね。あんな感じです。

その見守り手のあり方が、作者にとっては、存在をまるごと受け入れてもらえる安心感に繋がります。これは普通の社会生活では、なかなか得られないものです。この安心感が、自由な表現を可能にしてくれるわけです。

作品が出来上がった後は、その作品について作者と話をします。見守り手は、作品に興味を持ち、関心を持って作品を見せてもらう。

お子さんの場合なら、「すごいねー」とか「おもしろいねー」など声かけしたり、「どんな風に作ったの?」「これは何かな?」などと質問します（大人でもあまり変わりませんが）。そうすると、本人が作品につい

て思ったことを話してくれます。見守り手は聞き役に徹して、作者の言葉や表情、態度を共感を持って受け止め、聴くことが大切です。無理に話を引き出すことはありませんし、作者の作品や言葉にコメントを出す必要もありません。

安心空間で自由に作られた作品には、作者の内面が象徴的な形で表現されています。回を重ねて少しずつ言語化していくことが大事で、そうすることで日常生活が自然と活性化していきます。

— 箱庭と言えば心理を分析するイメージがあるのですが。

専門家は、確かに分析しますが、それというのも、作られた作品を作者とともに深いところで味わうことを大切にするためです。作品は本来作者のもので、本当の意味はご本人が受け止め、自己実現していけるものですからね。

— この度、小学校・中学校『教材整備指針』の特別支援教育枠に、箱庭が加えられたのですが、学校などで心理の専門でない方が使う場合の留意点などありますか。

箱庭を作る時間は学ぶ時間ではなく、自分を表現して遊ぶ時間ですので、やりたくない時には強要しないことが大切です。また、作品を作り出しても手が止まったり、出来上がった作品が、例えば芋虫を一個置いただけで終わっても、関心を持って見守り、その状況や作品を受け止める言葉かけをしてあげるといいでしょう。

箱庭の時間は、最初にルール（砂を箱の外に出さない、時間を守るなど）を設定するだけで、あとは、お子さんが自由に表現するのを見守り、楽しく受け止めていくこ

とだと思います。

もしも対応に困難を感じた場合は、スクールカウンセラーや専門家に必ず相談されることをお勧めします。

学校は心理療法の場ではありません。心理療法として扱うなら、専門的な知識と研修やトレーニングが必要です。

— 学校ですと、グループで作品を作ることもあるかと思いますが、どのような方法がありますか。

複数で一つの作品作りをする時は、テーマ（『夏休み』『行きたいところ』など）を決めた方が、協力関係やコミュニケーションが活性化します。メンバーによって、作品作りに時間が掛かりそうな場合は、「おもちゃは一人3個まで」などのルールを作り、時間管理がしやすいようにしておくことも大切です。

— 最後に、先生からのメッセージを。

箱庭での表現を楽しいものにしていくために、案内役兼見守り手は大切な役割を担っています。

見守り手をされようと思う方は、まずご自身が箱庭を置いてみることをお勧めします。初めて作るときのドキドキ感、「面白いな」「これはいいぞ」と変化する様々な心の動きや楽しい感触、作品を作った後の満足感を実感していることは大切です。また、実際に箱庭を置いてみると、かなり心のエネルギーを使いますので、それに気付いていることも大事ですね。

先生が楽しんでいると、子ども達も「なに？なに？」と必ず興味を持ってくれると思います。

学校での箱庭活用を知るなら、この1冊。

月刊学校教育相談 2011年8月号（特大号定価 920円）

特集2：箱庭を子どもの心を開ききっかけに

小学校から高校まで、学校現場で箱庭を活用されている先生方8人が、ご自身の体験と事例について語られた特集です。現場の生き生きとした雰囲気を知ることができる、オススメの1冊。

発行元：ほんの森出版 <http://www.honnomori.co.jp>

※ 弊社でも取り扱い可能です。お気軽にお問い合わせ下さい。

