

# 保健室におけるアートセラピー的手法の導入に関する開発的研究

－アートワークブック作成に向けての検討（第1報）－

市来百合子・生田周二  
(奈良教育大学 教育実践総合センター)  
上田光枝  
(奈良教育大学附属小学校)

Introduction of Art Therapy method to Health Promotion in schools of Japan  
－Developing Art Therapeutic Workbook for school students－

Yuriko ICHIKI, Syuji IKUTA  
(Center for Educational Research and Development, Nara University of Education)  
Mitsue UEDA  
(Elementary School Attached to Nara University of Education)

**要旨：**保健室登校の生徒数は近年増加傾向にあり、養護教諭にとってその適切な支援方法の開発は急務である。本研究の目的は、心因性で保健室に来室する児童生徒が自己表現や内省を促すようなアートワークブックを作成することにある。そのために養護教諭にインタビューを行い、これまでアート活動を導入した経験を聞き取り、そのメリット、困難性、今後の課題等について検討した。また財団法人日本学校保健会の「保健室利用状況に関する調査報告書」(2008)をレビューし、そこから心因性で来室する児童生徒の特徴や養護教諭の対応の現状を分析した。その結果今後の作成に向けて以下のことが確認された。1) 保健室にアートを導入する意義 2) 発達段階・性別への配慮 3) 来室する児童生徒の安心感を保障するための課題を盛り込むこと 4) 設置や保管を考慮に入れた作成 5) 利用の際の手引き(対象選択、画材、作品の見方と返し方、作成後の取り扱い等)の添付 6) 使用する前の養護教諭自身による体験学習の必要性。

このアートワークブックは広義の自己カウンセリングの意味を有しており、今後は事例研究などから、児童生徒の立場から考えた保健室登校の意義やそこでの目標を再検討し、それに応じたアート課題を考案していくことが重要である。

**キーワード：**学校カウンセリング School Counseling、アートセラピー Art Therapy、ワークブック Workbook

## 1. はじめに

平成18年の財団法人日本学校教育研究会の調査によると、学校にいる間教室ではなく、主に保健室にいる、いわゆる「保健室登校」の小学生の数が5年前の調査の約1.7倍、高校生が2倍に増えたとしている<sup>1)</sup>。学校での生徒指導上の問題が多様化する中で、保健室の養護教諭は子どもの心身の状態を捉え(アセスメント)、的確な対応(ヘルスカウンセリング)をするための技術の向上がますます重要となろう。

そのような中で、描画や創作活動を生徒理解の方法として学校現場に適切に取り入れることは、言葉で内面を表現しにくい児童生徒たちの心理状態の把握に役

立ち、教育的なカウンセリングの前提となる児童生徒との信頼関係を構築することも可能となろう。

2000年には日本描画テスト・描画療法学会発行の「臨床描画研究」の中で「学校と描画」の特集が組まれ、スクールカウンセラーや養護教諭らが、学校現場に描画などのツールを用い奏功したケースが報告され活発に議論が交わされた<sup>2)</sup>。

実際、保健室では養護教諭らは心因性による訴えが疑われる子どもたちに、自然発生的に絵を描くことを勧めて子どもの心を安定させたり、手作業をしながらおしゃべりすることの効用を経験的に知っている場合が多い。また児童生徒自身が、エネルギーを投入できる活動として描画や創作活動を選択する場合も少なく

ない。

本研究ではそれらのことから、今後アートセラピーの手法を取り入れた課題や実用の留意点などをまとめたアートワークブック（仮称）を作成し、保健室で児童生徒自身が手にとって取り組むことが出来る小冊子の開発を目指すことを目的とする。

その前段階として、本稿では養護教諭らにインタビューやアンケート調査を行い、心因性で来室する生徒への働きかけの実態やアート活動を導入した経験、やそこでのニーズがどのようなものかを探ることとする。

また財団法人学校保健会が出版した<sup>1,3)</sup>「保健室利用状況に関する調査報告書」と「健康相談の進め方ー保健室登校を中心にー」の中から、保健室登校や「心の問題」で継続支援を受けている児童生徒の実態を分析し、今後の望ましいアートワークブック実用化に向けての骨子を検討することを目的とする。なお、本稿で述べるアートの活動とは、主に描画を指すが、視覚芸術全般を指すものとして3次元的な創作も含むものとする。

## 2. 調査方法

### 2. 1. 調査1

筆者がスクールカウンセラーとして勤務していたY町の養護教諭らに保健室の業務と創作活動の導入についてグループインタビュー調査に参加協力してもらうよう依頼した。承諾を得た5名の養護教諭（小学校3名、中学校1名、高等学校1名）に事前に質問票を送付し、記入を求め、当日はその回答を分かち合う形でグループインタビューを行った。内容は下記の通りである。インタビュー開始時に、守秘義務が守られること、保健室での係わり方の巧拙を問う趣旨ではないことを伝えた。

後日インタビューで話された内容をまとめた結果を各自に再送し、ニュアンスの異なる点がないか等の確認を行ったが、その際に子どもたちとの保健室での係わりについて個別に聞き取りを行いたいと依頼したところ、2名の養護教諭（小学校と高等学校）に同意を得て、再度予約をとり、約1時間の半構造化面接を行った。内容は、前回のまとめの確認、さらにそこから連想すること、個別のケースや日常の頻回来室の生徒との係わり、アートを導入したケース、今後受けみたい研修などについてであった。了承を得てインタビューは録音し、その後逐語録を起こした。以下は、グループインタビュー時の質問内容である。

- ① 心因性で来室する児童生徒と保健室で過ごす場合、どのような対応（活動）をすることが多いか？
- ② その際、配慮していることはどのようなことか？

- ③ 保健室において描画や工作の活動を取り入れた経験の有無。あるとすればどのような内容か？
- ④ 導入された理由やその経過
- ⑤ 今後創作活動を効果的に取り入れるために、知りたいこと

### 2. 2. 調査2

調査1を再検討し、一部修正した質問票（心因性で来室する児童生徒への働きかけに関する調査）をN県の養護教諭の研究部会に依頼し、その場で記入してもらった。

対象者 幼稚園養護教諭1名、小学校々4名、中学校々4名、高等学校々2名の合計11名（平均勤続年数22年）

質問票は、調査1の内容に以下の質問を加えた。

1. 業務内容の概要と心理的負担感
2. これまでの経験の中でアートをを用いた目的、メリット、困難性

### 2. 3. 調査3

財団法人日本学校保健会の「保健室利用状況に関する調査報告書 平成18年度調査結果」と「養護教諭が行う健康相談の進め方」の中から、心因性で来室する児童生徒の属性や特徴、また養護教諭の対応の実態について必要なデータを選択した。

## 3. データの分析について

### 3. 1. 調査1及び2

事前の調査票の記述とグループ及び個別インタビュー中の発言、そして調査2の質問票に記入された内容を併せて全データとし、重複する設問は、まとめて分析した。発言や表記内容はできる限り生のデータをそのまま結果として示した。

### 3. 2. 調査3

日本学校保健会は、平成2、8、13年に続き「保健室利用状況調査」を実施しており、平成18年では小、中、高あわせ1,102校に調査を行った。本稿ではその資料を利用し、テーマと関連のある必要なデータを抜粋した。なお学校保健会の調査の詳細は文献を参考にされたい。また当該資料の中では、「保健室登校」と「心の問題のために養護教諭が継続支援した生徒」を分けている。保健室登校のここでの定義は「常時保健室にいるか、特定の授業に出席できても、学校にいる間は主として保健室にいる状態」を指す。本稿においては、頻回来室の児童生徒も含めるのでその対象は両方であり、総称して「心因性で来室する児童生徒」と称することとする。



#### 4. 結果

##### 4. 1. 心因性で来室する児童生徒と保健室で過ごす際の対応に関して (調査 1, 2, 順不同)

##### 4. 1. 1. 活動内容の種類

- ・雑談 (本人の得意分野について、交友関係、将来の夢、悩みなど)
- ・創作活動 (4. 1. 2 に詳細を記す)
- ・文芸活動: 詩を書く、自作のお話しをつくる
- ・歌を聴く
- ・カラダを動かす: けん玉、お手玉、おにごっこ、かけっこ、散歩、縄跳び、動作法、ストレスマネジメントその他: ぬいぐるみを使ってのごっこ遊び、手をつなぐ、だっこする
- ・自習・教科の学習 (プリント)
- ・保健室の仕事の簡単なお手伝い

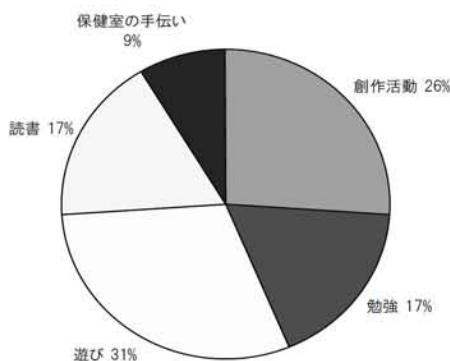


図1. 保健室での活動内容の内訳 N=11 (調査 2)

##### 4. 1. 2. 創作活動の内容

- ・自由画:
  - 画材: クレヨン、色鉛筆、色ペン、らくがき帳、筆、墨、クーピー
  - 内容: お習字、キャラクターを描いて特徴を作図する、自作のマンガ
- ・課題画: バウム、家族画
- ・模写: アニメを写す
- ・工芸的な活動: 折り紙、折り紙を作ったあとにそれで遊ぶ、使う、コラージュ
- ・塗り絵

##### 4. 1. 3. 心因性で来室する児童生徒に対応する際、配慮していること (順不同)

- ・本人の訴えを十分に聞く、共感しつつ、とにかく話を聞く (否定的になることは極力言わず)、自信を持たせる言葉かけ、目標を見つけさせる、あまり制限をしない、きつい思いをしていないかに配慮する、無理に聞き出そうとしない、あまりコメントせずになりたいように言わせる、言っていることに対して良いとも悪いとも言わない、自由に話せる雰囲気を

作る

- ・心身ともに寄り添う姿勢をみせる、ふとんにもぐらせて頭をなでてやり話をする、泣かせる。
- ・(場合によりますが) カラダに触れる
- ・本人が話しだしたり、動き出したりするまでむりせず、待つ。本人がやりたいこと、話したいことにつきあう
- ・子どもが自らやってみたくと言葉に出したこと、行動に起こしたことを尊重するようにした、その子どもが自らの力で意欲的で行動できるようにきっかけをつくったり、一緒に側に寄り添うようにした
- ・時間は一時間をめやす (長びくとしんどい)

##### 4. 1. 4. アート活動に関して有効だと思ったところ (順不同)

- ・気持ちの切り替えになる、気分転換、緊張がほぐれる、心が落ちつく、気持ちが明るくなる、やりたいことなので発散になった
- ・自分と生徒の関係づくり、コミュニケーションのきっかけ、絵を描いたり、折り紙をしながら会話することで関係ができた
- ・実用的なものを創ることで自信がつく、達成感や充実感を持てるようだった
- ・内面を引き出す一方でクールダウンできる
- ・その子の背景がみえてきた、色の使い方などで何となく今の気持ちがわかる
- ・作品を掲示することで自尊心を高めたようだ

##### 4. 1. 5. 今後アート活動について効果的に取り入れるために知りたい情報 (順不同)

- ・絵の見方
- ・どんな画材を置いておけばよいのか
- ・作ったもの描いたものをどのように保管、保存するのか、はっている絵をいつはずすか、何か、実的なもの (掲示物など) を描いてもらった場合、それをどのように扱うのか
- ・時期をみて助言できるとしたら、どのタイミングでどんな助言をすれば有効か
- ・発達に応じた、課題は何か
- ・アニメの扱い方
- ・どのような子どもが適用なのだろうか
- ・アートを導入することでどのような利点があるのかアートセラピーの理論を知りたい、どんな本があるのか知りたい。

#### 4. 2. 調査 3

「保健室利用状況に関する調査報告書」をみると、平成18年で1000人あたりの保健室登校の児童生徒数は、小学校2.0人、中学校6.6人、高等学校2.8人で、中学校が突出しており、平成13年の5年前と比較するといずれも増加していた。

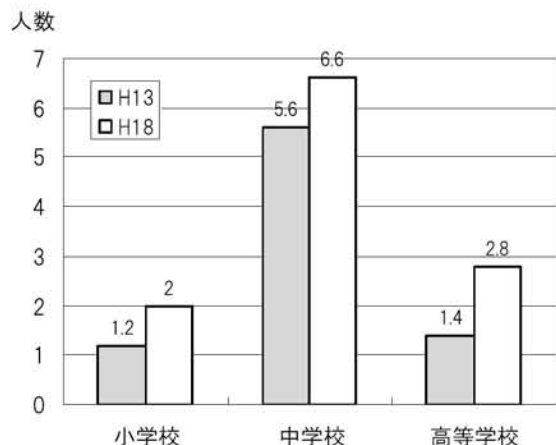


図2. 保健室登校の児童生徒数 (人/1,000)  
(H13・18対比)

また保健室登校生徒数の最も多い中学生を学年別にみると学年が進むにつれて増加し、性別にすると特に女子が多く、その傾向が顕著であった。

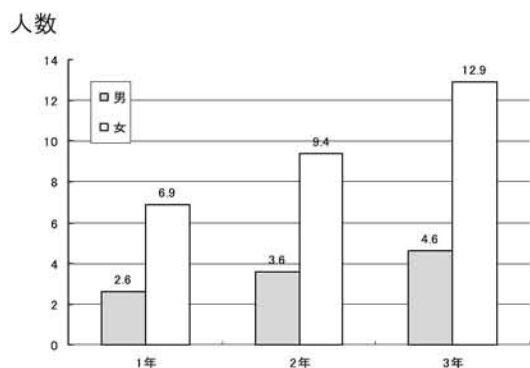


図3. 学年別：性別 保健室登校の児童生徒数  
(人/1,000) (H18) 中学校

次に、養護教諭が来室した生徒の中で記録の必要性「有」と判断した生徒の中で、「主に心に関する問題」を抱えていた生徒は、小中高とも40%を越えているの

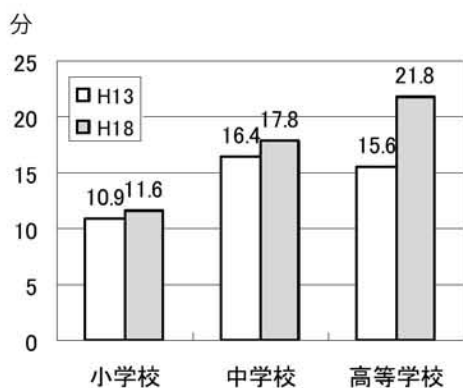


図4. 記録の必要性「有」の児童生徒  
一回平均の対応時間

だが、その生徒らへの対応時間は、図の通りで、10分～20分程度である。その内容はどの校種でも「基本的な生活習慣に関する問題」「いじめ・友人に関する問題」「学習や進路に関する問題」「家族に関する問題」が上位にあがっていた。

また「健康相談の進め方」のデータ<sup>3)</sup>の中で、健康相談活動のために必要な資料や情報は何かという質問には、「保健室登校の児童生徒への対応」に関して、小学校42.7%、中学校33.3%、高等学校42.7%の養護教諭が欲しいと思っており、「友達とうまく係われない児童生徒への対応」に関する情報に次いで、2番目に欲しい情報や資料であることがわかった。

## 5. まとめ

### 5. 1. 心因性で来室する児童生徒の特徴とアートワークブック作成に向けて

保健室登校の児童生徒は、割合から言うと、中学生が小、高等学校生の2～3倍おり、そのうち3年生が男女とも1年生の約2倍いる。また保健室を居場所としている女子はどの校種でも男子の約3倍いることが示された。またグループインタビューの中で「小学生低学年は自由画を描いてくれるが、中学生になると描かなくなる」と発言されたように、発達段階や性別によってその表現形態や方法も大きく異なるであろうことが推察される。今後発達段階をどのように分けてアートワークブックを作成すべきかが課題となるであろう。

### 5. 2. 保健室での養護教諭の対応からアートワークブックの作成に関してみてくるもの

#### 5. 2. 1. 対応の質

心因性で来室する児童生徒に対する留意点に関しての、養護教諭の発言は、調査1, 2の両方で、どの校種でも「本人がやりたいこと、話したいことにつきあう」「制限をしない」「基本的にしたいことを選ばせる」「尊重する」「寄り添う」「言いたいように言わせる」「無理をさせない」といったいわゆるカウンセリングマインドに関連した「受容・共感的な対応」を思わせる発言に終始していた。

養護教諭が保健室に来る児童生徒たちの心を受けとめ、更なる学校不適応感や不登校に陥る事態を回避し、何とか信頼関係をつくろうと個別に対応している姿がみとれる。そこではできるだけ児童生徒が安心して取りかかれる、構成度の高い、侵襲性の低い課題を用意し、取り組みやすく作成する必要があるだろう。

#### 5. 2. 2. 活動内容

来室の初期段階では本人のやりたいことや話したいことに付き合い、その後誘導するか、本人が望むかしてアートの活動が始まる。活動内容としては折り紙や



塗り絵、アニメ、課題画と様々であり、各々の養護教諭のアートに関する知識や経験、志向性によって導入するか否か分かれるらしいことがわかった。今後、実用に向けて必要なことは養護教諭自身が描いてみたり、画材に触れる体験を増やし、それぞれの課題がどのような心理的特徴を引き出すかについて体験学習していくことではないだろうか。

### 5. 3. 保健室でアートを導入する理由について

今回、改めて各々のアートを用いた経験を聞き取って、その効用について問い直してみると、次のようなアートセラピーの治療要因との共通点が再確認された。

例えば、「緊張がほぐれる」「発散になった」「気持ちの切り替え、クールダウン」などは、「感情の開放やカタルシス」の作用であり、「苦勞して折り紙を作って達成感を持てた」「描いた後、それについていろいろ話した」はいわば「自我機能の強化」と言える。

また個別インタビューの内容から、保健室や校内の掲示物を作るなどの実用的な作品の制作は、本人の自尊感情を高め、学校での存在意義を実感させることにつながるということがわかった。アートとは、内的世界が外に向けて表現されることであり、一旦表出されたものは有形物として独立した生命を持つ。つまり作品は、本人が望めば他の教員や生徒の目にも触れることが可能になる。例えばそれを校内に掲示することで、声をかけてもらったり、他の生徒からのフィードバックを得て、そこから新たな関係性が展開する可能性を含んでいるのである。

更にもう一つのアートの効用は、「本人と私との関係づくり」「対話のきっかけ」という発言に現れるような信頼関係の形成である。アートを介することで養護教諭と交流が生まれ、保健室にいる安心感をより高めることになると思われる。

最後に、「何となく絵から子どもの背景がみえた」とあるようにアートセラピーの代表的な機能として絵から読み取れる「アセスメント機能」がある。表出されたものは、言葉の少ない子どものある側面を確かに映し出す鏡である。こちらが正確にそれを翻訳可能かどうかは別としても、心理的な問題を抱え、分かりにくい子どもたちの状態を感覚的なレベルで教員が把握することが何にも増して重要なのではなかろうか。

このようなアートを保健室に導入するメリットを生かして、ワークブックの内容を作成する必要があるだろう。

### 5. 4. 養護教諭の今後知りたい情報

結果から、養護教諭の30～40%が「保健室登校の児童生徒への対応」について知りたいと思っているとあった。それに関連してこのアートワークブックには、その使用の方法などを説明した手引き書を添付する必要があると思われる。具体的には、1) アートの導入に

関する事項(適用の対象、導入のタイミング、画材の種類とそれぞれの心理的特性) 2) 作品の理解の仕方に関する事項 3) 出来たものについて一緒に話し合うときの留意点 4) 保管や取り扱いに関する注意点等が必要な情報であることがわかった。

### 5. 5. アートを導入する際の困難性と克服

保健室でアートを導入することに関する困難性の一つは「物理的な制限」である。グループインタビューの中で「保健室登校の生徒が、他の生徒の中に一人いると、双方に気を使い精神的な疲労感が大きい」と語られているように、養護教諭が必要だと判断した児童生徒の話をじっくり聴き、係わりようとしても、複数の児童生徒の出入りがある。また図4. は、たとえ一人に対応できたとしても、平均15分程度しかとれない現状を表している。

その点、このアートワークブックは机の上に常備しておけるように作成できれば、気軽に手にとって一人で好きなページから取り組むことが可能である。必ずしも養護教諭が側に寄り添わなくてもよいし、本人がその表現を分かちあいたければ、養護教諭の手のすいた時に分かち合うこともできる。

もう一点の「物理的な制限」はアートワークブックが有形物として残るが故の、「保管」の問題である。預かるのか、返すのか、どこにいつまで置いておくか等の実用上の問題と言えるが、実はその保管の仕方が支援の方向性と深い関連があることを忘れてはならない。例えば、養護教諭が本人の表現物を保健室の引き出しに大事にしまうことは、2者関係の強化や学校での居場所の確保という意味がある。しかし教室に戻った後の児童生徒の状態によっては、学期末の返却が本人にとっては、成長や自立を意味することもあるかもしれない。これらのことを考慮に入れてワークブックのサイズ、紙の材質、厚み、手軽さなどを検討していく必要があるだろう。

## 6. 最後に

心因性で来室する生徒の中には保健室から教室へと段階的なプロセスを経るものもいれば、不登校に突入するギリギリの防波堤として保健室に頻繁に来室するものもいる。彼らの悩みや不適應のきっかけは、友人関係や家庭問題など様々である。今後は事例研究を重ねることによって、生徒の側からの視点に立ち、保健室にいる意味や当面の目標に関して共通した課題は何かを考え、それに応じたアートによる表出方法を検討していくことが重要であろう。

保健室で自らの意思によって取り組むアートワークブックは広義の自己カウンセリング的な要素も有している。単に保健室に居ることを許すための課題ではな

く、養護教諭らが適宜利用できる積極的な支援のツールとして引き続き検討していきたい。

## 7. 参考文献

- 1) 財団法人日本学校保健会 2008保健室利用状況に関する調査報告書平成18年度調査結果11-15. 64-66.
- 2) 日本描画テスト・描画療法編 臨床描画研究XV学校と描画 2000 金剛出版
- 3) 財団法人日本学校保健会2001 養護教諭が行う健康相談活動の進め方-保健室登校を中心に-