

# 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（第2報）

－保健室登校支援のためのアートブック導入の意義と内容の検討－

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 for Health Promotion at schools in Japan (2)  
－Examination of the content of the Art Therapeutic Workbook for students in school infirmary－

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：**本研究の目的は、保健室登校の生徒数が近年増加傾向にある中で、保健室に来室する児童生徒への支援として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。第1報(市来他,2009)では、養護教諭らに半構造化面接を行い、これまで創作や表現活動を導入した経験を聞き取り、そのメリット、困難性について検討した。本論文では第1報での結果を鑑み、文献研究によって保健室登校の支援の本質的意義とそこでのアートワークブック作成の意味について検討し、2000年1月から2009年8月までにCiNiiに登録されている先行研究および関連図書レビューして今後のアートワークブックの内容の骨子を構築することを目的とした。保健室登校の支援は教室復帰のみをその最終目的とするのではなく、その過程の中で内省を深め、自己理解や自己指導力を育成する視点が重要である。そのために保健室で養護教諭に受容、共感されながら行う表現、創作活動が自己対象体験となり、自己愛の修復につながると考えた。文献研究の結果、概ね3段階の支援を想定することが有効であり、アートワークブックの内容もこの3段階が反映されるような内容を含む必要があることが示唆された。その内容は、1)子どもと信頼関係を結び、あるがままを受容する時期→こころの居場所への導入に関連した課題 2)自発的な活動に取り組んだり、自己理解や内省が進む時期→自己表現を促進する課題 3)社会化の過程で対人関係の経験を意識していく時期→社会化の過程を支援する課題であり、加えて4)身体感覚の表現と言語化に関する課題の重要性についても検討した。

**キーワード：**アートセラピー Art Therapy, 保健室登校 Students with special needs in school infirmary, 健康相談活動 Health Counseling, 自己対象体験 Selfobject Experience

## 1. はじめに

本研究では、保健室登校の生徒の増加に伴い、そこでの支援の一つとしてアートセラピーの考え方を導入したアートワークブック（以下アートブック）の開発作成を進めてきた（市来・生田・上田, 2009）。アートブックとは、保健室登校の児童生徒が（以下子どもたち）取り組めるような、アートセラピーで用いられるような課題（例、心のお天気を描くなど）を盛り込んだ冊子のことを指す。

第1報（市来ら, 2009）においては、養護教諭らに

半構造化面接と質問紙調査を行い、保健室登校への働きかけとして表現、創作活動（以下アート活動）を導入した経験やそのメリット、困難性等について調査した。また財団法人学校保健会（2008）が出版した資料を分析して、保健室登校の子どもたちの実態や養護教諭らの対応について検討した。

その結果、保健室登校支援として養護教諭らは経験則に従って表現や創作活動を取り入れているものの、それがどのような支援としての意義や方法があるのかは明確でなく、意図的に介入しているのではないことが課題の一つとして明らかとなった。

本論文では文献研究を通して、本研究における保健室登校支援の本質的意義を明確にし、アートセラピー的発想を導入すること、すなわちアートブックを作成する意味を明確にすることを第1の目的とする。さらに、2000年以降増加している保健室登校に関する先行研究を検討していくことによって、今後のアートブックの内容の骨子を構築していくことを第2の目的とする。

## 2. 方法

文献研究は、主にCiNii（国立情報学研究所の構築する学術論文のデータベース）の2000年1月から2009年8月までの保健室登校支援に関する学術論文の中で、アートブック作成に関連のありと判断した論文、またその引用文献から保健室登校、不登校等に関連ある図書をレビューし、内容を検討した。

### 3. 保健室登校児童生徒への支援の本質的意義

保健室登校の子どもたちは登校した後、保健室や別室になら行けるのに何故教室には行けないのであろうか？

数見・藤田（2005）や藤田（1998）の保健室登校の多くの症例検討をみていくと、その背後には母子分離不安やいじめられたことによる心的外傷体験、家族問題、非行傾向、怠学、神経症、無気力など様々な問題があり、その原因論となると単一ではない。

しかしそれらは、往々にして不登校と連動していることが多く、池原（1992）は、保健室登校を「・・・登校拒否の前後において、再登校もしくは教室への復帰の足場として、保健室登校がある（pp.389）」と記しており、藤田（1998）も、「不登校も保健室登校も、教室で他の子どもたちと一緒に学習に取り組めないという状態は同じであり、そのために家にとどまるか、保健室にとりあえずの居場所を求めるとかのちがいにすぎない。」と述べ、そこでの「根っこや問題の構造は（不登校と）同一であるとみてよい」（pp. 231）としている。そうであるならば、彼らへの支援の本質的な意義はいかなるものであろうか？

藤田（1998）はその支援の最終目標を「ただ教室に返すこと」にあるのではなく、「自立への援助」であることと示している。すなわち、そこでの援助はこちらがリードしたり、強く方向づけて教室に仕向けたりするというよりも、本人の主体性や自主性を育むプロセスとして保健室登校をとらえることが重要であると考えられる。数見ら（2005）は、日本教育保健学会の支援を得て、保健室登校に関する実態調査、聞き取り調査、事例検討会を行い、2年半に渡るプロジェクト研究の結果をまとめているがその中で、保健室登校

の支援の意義について、藤田（1998）の提唱を引き継ぎ、次のように述べ、その方向を明確に打ち出している。

…単なる健康確保の予防手段（不登校＝心の病気で、それに陥るのを防ぐ手段）とか教室復帰させるための1過程（教室復帰＝正常状態で、それにもっていくためのプロセスであり、手段）というようないくつもの過程や手段というのではなく、保健室への「登校」そのものがその子の発達・自立・成長に大事な意味をもつ教育的営みののだということに自覚する必要があるでしょう（pp.27）。

本研究もこの考えを支持し、保健室登校支援の教育的意義について、保健室登校中の本人の存在を十分に承認しながら、子どもたちが自身の否定的な側面を含めて受容し、内省しながら自己理解を深めていけるようなアートブックを開発していきたいと考える。藤岡（2005）は、適応に向けての不登校生の心理的な課題を整理しているが、その中で、「プロセス志向体験様式」の重要性を説いており、結果を急ぎすぎず、時々刻々の時間の流れに身を置くことを生徒が許せるようになることとしている。教室に入れないという結果志向から自信を喪失しがちな彼らの体験様式を抑制するためには、アートブックのような作業に時間をかけてじっくり取り組んだり、今まで気づいていなかった気持ちやわき起こってきた時にそれを味わったりする機会を与えることが重要なのである。

### 4. 保健室登校の経過および支援に関する研究のレビューから検討したアートセラピーの導入の方向性について

次に、保健室登校の子どもへの支援方法やその過程、心理的な変化等に関する近年の研究のレビューから検討したことについて述べる。表1に、それらの研究の概要、方法などについて示した。

CiNiiの関連論文を概観していくと、特に主な支援当事者である養護教諭による研究が2000年あたり以降、学会誌などにおいて増加し広がりを見せている。

いずれの対人援助の領域でもエビデンスが求められる昨今、保健室での日々の実践が基盤となり、理論化へと導くために、実証研究以外にも質的研究や事例研究、参与観察など様々な方法を用いて対象理解が進められていることが明らかとなった（山中・大谷・大橋・木幡・森田, 2005; 志賀・永井・森田・大谷, 2005; 山本, 2007; 大谷・山中・森田・大橋・木幡・中村・平岩, 2005）。

また養護教諭以外にも、スクールカウンセラー制度の導入にともなって、臨床心理学的な視点の研究（仲嶺・島田, 2008; 中畑・葛西, 2009）、あるいは社会教育学者の参与観察によるエスノメソドロジー（秋葉,

1. アートブック作成に関連すると思われる保健室登校への支援と経過に関する近年の研究（2000年～2009年のCiNiiより）

著・編者	発行年	研究の形態・方法・目的等	有効な支援の方法や経過（段階など）について
河村編	2002	著は、実践家である教諭たちとチームで検討の上、有効であったエクササイズや支援方法、子どもらの心理的特性などについて述べていた。	第1段階)子どもとのリレーションの形成 第2段階)心の問題を一緒に整理する 第3段階)新しい考え方・行動の仕方を練習する
國分・門田	2002	養護教諭である門田の事例分析などによる実践研究から支援モデルを構築した。	「第1段階:リレーションづくり」「第2段階:保健室登校への導入」「第3段階:保健室登校」「4段階:教室への再登校」という4段階に分け、問題解決志向を軸として、教職員ともチームを形成しながら徐々にシェーピングしていくための技法をアイビーのカウンセリング技法や認知療法の技法を折衷的に用いた。
日本教育保健学会、教見・藤田他	2005	プロジェクトチームで、事例や養護教諭から質問紙や聞き取り調査を行い、そこに共通に含まれる支援の要素を検討した。	保健室登校援助実践の構成要素として次の5点を抽出した。1)受容と承認 2)理解と共感(問題の全体像と発達課題・成長のための課題をつかむ) 3)支援(子どもに必要な課題の提示・働きかけなど) 4)連携(担任、保護者、外部機関などとの適切な連携) 5)協同(ワーキングによる支援)
志賀他	2005	25例の事例提供者に事例の内容を尋ねる用紙を記入してもらい、1)保健室での生活の様子 2)保健室で生活している時の気持ち 3)子どもの変化 4)養護教諭の対応の分析を行い、その後、さらに保健室での生活の様子の経過(初期、中期、後期)について整理し検討した。	養護教諭の対応を下記の3つの分類にまとめて、子どもの成長への影響について検討した。1)心の安定への支援(情緒を安定させる、話を聞いて受容する、居場所を提供する、一緒にいる) 2)コミュニケーションづくり(友人とかかわりをもたせる、保健室登校生とかかわらせる、ソーシャルスキルを学ばせる)3)環境調整(本人への周囲の係わり方を工夫する、好きな先生に係わってもらう、家族(父母)を支援する、個別学習をする、適応指導教室へ行かせる、情緒学級へ行かせる)4)専門機関につなげた。
有村	2006	保健室登校を過去(中高)に経験した7例の事例を検討し、内容分析を行った。	「責められない」「無条件で受け入れられる」などの体験の結果、自己肯定感が高まり、聞いてもらえること(養護教諭のカウンセリングマインド)によって自己への気づきや自己との向き合いが可能となった。さらにそこでの友人との交流や関係で、コミュニケーションスキルや社会性が育成された。
阿部他	2009	過去の高校で保健室登校の体験を持つ事例を修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(M-GTA)に基づいた質的研究法で検討した。	インタビューの逐語録から分析ワークシートを用い、21概念と7つのカテゴリーを抽出した。保健室登校生が揺れ動く自分の気持ちに引き合い、意志と力で教室復帰という困難を乗り越えていること、特に移行期から教室復帰に至るまでの期間に自分を立て直す場として保健室を活用することが不可欠である。
中畑・葛西	2009	これまでに係わった保健室登校の児童生徒の中で、「自発的な言語的・非言語的活動」があり、「心理的に自己表現をしている」と感じた事例があると回答した養護教諭に質問紙を配り、うち64名対象として初期、中期、後期に分けて、子どもの活動内容について自由記述で尋ね、それを分類した。加えて子どもの状態の変化と養護教諭の心理的变化についてもあわせて回答を得た。	結果から1) 初期・中期・後期と進むにつれて、低学年の遊びから高学年への遊びへと、すなわち初期の機能遊び、模倣遊びから中期のルール遊び、そして後期の構成遊びへと遊びの発達過程が変化した。  また子どもの状態像の変化については、心身の安定性、教室への接近度、友人・教師への積極性で有意差が認められ、「心理的な自己表現」によって内的世界が成長すると同時に、外的世界にも適応していく力が養われたことを示している。

2001) など多様な観点で研究が進められている。

これらの文献を検討した結果、総じて言えば、保健室登校への支援の研究は、その多くが以下のような3段階に分けた支援を想定することが多いと思われる(國分・門田, 1996; 河村, 2002; 志賀, 2002; 中畑2009)。國分らは、不登校の状態を始点として4段階としているが、保健室登校からは3段階の支援を仮定している。またその他にも、財団法人日本学校保健会が2001年に出版した「養護教諭が行う健康相談活動の進め方」の中の保健室における養護教諭の対応においても、3段階を設定した対応が推進されている。それぞれの研究の3段階を整理し、子どもたち側の視点からまとめると概ね以下のような時期として示すことができよう。

初期) 保健室での人との信頼や安心感を模索する時期  
 中期) 自発的な活動に取り組み、自己理解や表現が進む時期  
 後期) 社会化の過程で対人関係の経験を深める時期

すなわち、初期の保健室登校が始まる段階で、まだ緊張した面持ちで何とか毎日学校に来ることを目標とし、安心感を模索する段階。中期は登校には慣れてきて、自由活動や養護教諭との会話、学習、お手伝い、自己表現等の活動が増加する時期。後期は、保健室における小集団での体験等を通して、教室に復帰する可能性が出てくる時期である。

これらを支援する側の視点から整理すると、以下のように表記できる。

初期) 許容的な雰囲気であるがままを受容する時期  
 中期) 人間関係を深めるとともに、自己表現を促進する時期  
 後期) 社会化を促進できるように働きかける時期

一方、支援者からの視点ではなく、有村(2006)と阿部・井上・伊賀上(2009)は、支援された者、すなわち過去(中・高校時)に保健室登校を経験した者の側から保健室登校体験を考えるために、半構造化面接



の手法を使って検討している。有村（2006）は、そこで無条件に受け入れられた体験の重要性を述べ、そこから次の対人関係の交流が深まり、社会性の育成へとつながると結論づけている。阿部ら（2009）は、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて、その心理的な過程を7つのカテゴリーで説明している。それは教室復帰への意欲や周囲の支えに報いたい気持ちの中で戸惑いや大きな葛藤を抱えながら、自分を立て直そうとしている保健室登校の生徒の姿を映し出した。

これらの研究は、支援者側から見た3段階の支援が被支援者からみても、ほぼ同様に機能していることを示している。来ることにすでに計り知れないエネルギーを使っている初期段階から中後期にかけて徐々に社会化に向けて動き出すその葛藤の経過を理解することができる。

これらの過程を前提に、アートの表現活動の内容を検討していく上で、中畑ら（2009）の研究が参考になる。中畑ら（2009）は、保健室登校で、子どもたちが自然発生的に行う「自発的な活動」を通して成長していく過程に視点を投げ、上記の3段階においていわゆる遊びがどのように変化するかを養護教諭への質問紙調査から検討している。初期段階では「おんぶや抱っこ」「毛布に包まれる」などの発達初期段階の遊びの様式が現れ、「安心したい」「守られたい」「気持ちを表現したい」がその遊びから読み取れる課題であるとし、中期には、ごっこ遊びやルール遊び、競争遊びなどがみられ、「自分のイメージづくり」や「自分の力ためし」が読み取れるとしている。後期は、戦いごっこなどの競争的な遊びや規則的遊び、運動遊び・構成遊びの発展したものに該当する遊びが多くなり、そこから「自分史づくり」「外界との交流」「目標の達成」などが読み取れるとしている。これらの結果から、保健室登校の子どもたちが自由にすることを許された場合に生じる遊びの過程は、低年齢から高年齢への遊びへと変化し、また遊戯療法とよく似た過程をたどって回復していくとも述べている。そして状態像の変化として、「心理的な自己表現」によって内的世界が成長すると同時に、外的世界にも適応していく力が養われたとしている。

筆者らは、このように子どもが自然発生的に遊ぶ行為が自らを修復あるいは成長させるために取り組む姿であると仮定すると、自ずとそこで必要なアートブックの課題が見えてくるのではないかと考えた。つまり、初期は、保健室が十分に安心できる心の居場所と感じられるようなところの作業が必要になることを示しているし、中期では、受容されていく中で、自分を表現したい気持ちが強まり、自己理解や内省を促進させる課題が必要である。後期では、自律的に動ける範囲が徐々に増え、様々な対人関係を体験しながら、タ

イミングをみながら小集団やクラスに入る練習を行う時期であろう。従ってそのような体験後に動揺する気持ちを表現できたり、対人関係の様々な側面に焦点づけられるような課題が必要となろう。

もちろん、このような段階から想定した課題はあくまでも仮説であり、言うまでもなく、学習課題のように定期的に与えるものではない。行きつ戻りつしながら前進し、成長しようとしている子どもたちが自ら取り組もうとするアートの課題に、養護教諭は寄り添っていかなければならない。

その点で中畑ら（2009）が述べるとおり、Axline（1947）の遊戯療法に関する態度が共通の態度として必要なものであり、アートブックを提供する使用者が、その受容・共感的な態度の意味を深く理解している必要がある。

この「受容・共感」の場としての保健室と、アートという表現活動を提供する意義について次に述べる。

##### 5. 居場所論からみた、アートワークブックの意味 —自己愛の修復から自尊感情の獲得へ—

本間（2006）は、不登校やひきこもりの問題と「居場所」をめぐる論考の中で、「存在—自己愛の場」と「遂行—自尊心の場」の2つの場を提示し、その両方を提供する必要性を論じている。この論考は、上記に示した保健室登校への支援の3段階の過程を臨床心理学的に説明し、なおかつアートブックの導入に関しても有意義な示唆を与えてくれるものと考え、ここで提示したい。

本間（2006）の言う「存在—自己愛の場」とは、不登校者やひきこもり者たちがその「存在をまるごと認められる中で安心感や安全感を育み、…自己愛を高めていく（pp.10）」否定されない場を指す。一方、「遂行—自尊心の場」とは、「存在すること（Being）」をまるごと認められるようになると、自己愛が高まり、今度は野心や理想へと方向づけられ、能動的に何かを「すること（Doing）」への意欲が高まり、そこで自尊心を獲得していける場を意味している。本間（2006）は、コフォートの自己愛に照らしてそれらの解説を試み、不登校者やひきこもり者を支える支援者が自己対象的な役割を担う必要性を説いている。

筆者らは、まずこの「存在—自己愛の場」とは、保健室のいわゆる「心の居場所」と呼ばれる側面を指していると考えられる。つまりそこは、学校の中でも「学校的まなざし」からは若干解放された、異質なラジール（避難場所）であり、否定的な面に打ちのめされ、自らの存在が脅かされている子どもたちにとって、養護教諭が、その存在をまるごと受容し、共感することでWolf（1988）の言う、自分を肯定することのできる「自己対象（self object）体験」を持ち、自己愛を充

足させることを指しているのである。

自己対象とは、自分らしさを維持し、まとまりのある自己感覚を感じることができるよう働く機能であり、赤ちゃんで言えばそれは母親的存在によってもたらされる。養護教諭らが日々努めて接しておられるように、「本人を受け入れ、共感的に対応する（ある程度大目にする）」態度によって、子どもたちは、学校の中で、まずあるがままの存在を保証され、必要な自己愛を充足させることができるのである。Kohut (1978) の理論に従えば、発達途上で適切な自己対象を通して、否定的で不安に満たされた断片化した自己（集団になじめないダメな自分）が、現実と折り合いをつけて適切な自尊心や自己信頼を回復していき、まとまりを持った自己感を形成するとされている。

そして生徒にとって保健室は、養護教諭の受容的態度とともに、徐々に「遂行—自尊心の場」へとその意味の変容を遂げていく。実際に保健室からの一步を踏み出すのは容易なことではないが、養護教諭がそのような自己対象機能の提供者となることで、少なくとも視線は外に向かって動き始める可能性が生じる。そして普段顔色をみている養護教諭ならその時が来たかどうか分かる場合が多いように思われる。少し背中を押して、大丈夫そうな教科の時間には教室に行くことや全校集会で後ろに座ってみることを奨励するのがそれである。そのプロセスの中で、ささやかでも「少し参加できた」という肯定感が実感できれば、傷ついた自己愛は修正され、自尊心へとつながっていく。このような自己愛の修復から自尊心の獲得の過程を、横で寄り添って支援できるのが、養護教諭の保健室登校支援における重要な機能と言えないだろうか。

また、この「自己対象とは自己でも対象でもなく、関係性によって生じる機能の主観的な側面（Wolf, 1988）」、なのであるが、これは必ずしも実際の人を指すわけではなく、大人になるにつれて非人格化して、その種類も増えていくと想定される。Wolf (1988) は、「これらの体験（自己対象体験）の形態は年齢に応じて適切な形が異なるので、（pp.71）」と述べ、例として、青年は話し方や音楽、アイドル（偶像）のような若者文化によって提供される実在する対象やシンボルを通して、自己支持的な体験を持つことがあることを述べている。またそれが大人であれば、例えば精神的に消耗した際自分を慰めるためにベートーヴェンを聴いたり、絵画をみたり、スポーツ観戦をしたりすることも含めており、「それは無意識的な対象との関係の主観的側面であり、象徴的な存在を介して自己対象機能が効果的に提供されているのである(pp.72)」と言及している。

アートの活動のような非言語的な表現やシンボルを扱う自己支持的な体験も、本人にとってそれが自己のまとまりを維持するための内的な機能として働けば、

これに入るのではないだろうか。アートブックに取り組みながら、象徴表現やイメージを通じて自分の気持ちについて話しあったり、内省させたりしながら内的な統合をめざしていくことができると考えられる。

学校という自我機能の強化や学業がメインとなる場において、保健室登校という中途半端な状況に陥っている生徒を支援するためには、このようなある意味、自己愛的で退行的な非日常的活動—評価されない表現・創作活動—を許可することの意味がここにある。「保健室で絵なんか描いて遊ばせている」という「学校的まなざし」だけに偏った発言に対しては、このような表現活動の持つ意味についての理解が必要となる。

またアートの活動は、その退行的な性質と同時に、色を選択したり構成を考えたり、時間内に限定された空間に創っていくといった、一連の自我の力を養う機能を持っている。健康的な自我の一次的で可逆的な創造的退行（creative regression）の場を許すことは、結果的には、自我自律性を促進し、柔軟性と強さを獲得していきけるのではないかと考える。

先のいくつかの研究をみても、保健室登校生徒の成長過程は決して直線的なものではなく、行きつ戻りつしながら進んでいく。本間（2005）は、特に「遂行—自尊心の場」（本論文では実際に教室へ向けて動き出す場面）においては、失敗や挫折に打ちのめされ自己愛の傷つきが生じることが多いとしている。

そこでのアートブックの働きは、自己否定に満ちたエネルギーやマイナスの感情を吸収することである。もちろん描かせっぱなしではなく、養護教諭がそれと向かい合って、丁寧につきあっていくことが必要となる。通常は言葉にできにくい否定的な気持ちも描画をきっかけに言葉で紡ぎだされ、そこに粘り強く興味関心を示してくれる誰かがいて、その意味づけの過程につきあってくれれば、まとまりをもつ新たなストーリーとして吸収され、自己理解につながっていくと思われる。このような働きを持つのがもう一つのアートブックの意義である。

さらに、このアートの活動はアートブックの中で行うということが重要であり、そこには所有的、空間的な限定がある。すなわち「ブック」は、箱庭の箱やづけ法の枠と同様に「強制」と「保護」という意味を持ち、その中に描きこんでいくことで安心、安全を感じ、アートブックの中に自分の居場所があるというメタファーが提供される。箱庭と異なることは、制作後には取り壊されることなく、アートブックには自分の名前を書き込んでもよいので個人的所有感が生じる。子どもたちにとってアートブックは学校の中の保健室という枠の中の、更なる枠の意味を持つのである。

またアートが「もの」であるという残存性を生かして、養護教諭がそのアートブックを大切に保管してく



れると有効なラポール形成のための手段にもなる。居場所感覚の不確かな保健室登校の子どもたちにとって、このことは非常に有益なものとなる。

## 6. アートの課題の内容について

4.の先行研究において論じた3段階の支援経過に関連する望ましいアートの課題の内容とその例を提示する。6.1.が初期、6.2.が中期、6.3.が後期の段階を念頭に考案した課題である。6.4.の身体感覚の表現と言語化は、保健室での特有の援助と関連があり、いずれの段階においてもあてはまると想定される。

### 6. 1. こころの居場所への導入に関連した課題

保健室にいる自分を受け入れていくためには、まずは信頼できる大人と安心できる2者関係の構築が欠かせない。養護教諭とのラポールを形成させるためには、アートセラピーの中でも2者関係の構築を念頭においた課題の導入が有効である。例としては、スクイッグル (Winnicott, 1971)、MSSM (山中, 1992)、相互自由画、相互で行うコラージュなどが挙げられる。

導入に際しては、養護教諭は描画の巧拙には反応することなく、「上手だね～」という言葉かけは控えたほうがよい。というのは、描画というものが往々にして教科の美術と関連して評価を伴うものであると考えられがちだからであり、ここでは質の異なる表現活動としての位置づけを言外に示すことが重要である。

そして同じ1枚の紙に描く場合は、相手のテリトリーへの侵入が、本人への心理的な侵襲にならないように配慮すべきである。相手のイメージを共感的にそと受け取り、何気なく自分の表現を描き返すのが難しいと感じる場合は、画用紙を分割し色を塗っていくというような指示の明確な課題、例えば交互色彩分割法 (中里, 1978)等から始めるとよいものかもしれない。

また日常的に感情表現の機会を持つことは、不安定な気分を満たされている子どもでも、感情を見つめることに慣れをもたらすので重要である。そのためには簡便で短時間でできる方法が必要であり、土江 (2003)の「こころのお天気」が参考となる。角の丸い葉書大の枠どりのされた小さな紙 (18×13) に自分の今のこころ模様をお天気になぞらえて描くものである。図1は、筆者の自験例であり、この場合は「こころのお天気」そのものではないが、ハードの枠づけでこころを示したものを使用した。小3の女子が保健室において朝その日の気分を描いたものである。日記をつけるごとく、毎日のお天気に自分の感情をなぞらえて表現する方法は、アセスメントや会話のきっかけにもなりやすいと思われた (図1)。

岡田 (2006) は、日常の実践として学校の朝学活の時間を利用して、学級活動として描画を取り入れた活動を紹介している。めちゃくちゃ描きから、お絵かき



図1 今朝の気分

遊び (今の気持を描いてみる) を週1,2回取り入れる事によって、子どもたちが自分の気持ちを見つめ、自覚的になることで自己統制が可能になると述べている (pp. 49)。

日々の自己チェッ

ク機能を持つことと、その表現経験の積み重ねは自己理解につながるものであり、さらに会話の導入にもつながると思われる。

### 6. 2. 自己表現 (自己理解、内省) を促進する課題

アートセラピーで使われる全ての課題が、自分の状態を捉えなおしたり、内的資質を発見する課題となり得るが、中でも保健室登校の子どもたちに向けた課題を選出していく必要がある。

不登校の子どもたちのセラピーの中で行った筆者の経験では、カードに自分を表す色や言葉を描く方法、自分の生活時間を円グラフを用いて色で表す方法、海の孤島に流されて言葉の通じない部族に自分のことを伝えるためのポスターづくり、反対の気持ちの色をティッシュコラージュで表現する方法、ライフラインをつくるなど様々な課題が考えられる。

筆者のそのような経験の中で、不登校気味の生徒が経過を経て登校を始める前に、自ら学校のイメージを描いたことが何度かある。それはその生徒にとって学校というネガティブなモチーフを自分の中で再構成している姿であった。その経験から、スクールカウンセリングの中で保健室登校の生徒に学校の見取り図を描いてもらって、それぞれの場所に想起されるイメージの色を塗り、その場所にまつわる漠然とした不安を明確にしていったことがあった。もちろん本人の自発的な表現への意思は必要だが、養護教諭に支えられ、認めてもらうことで不安場面のイメージリハーサルの意味があると思われた (図2)。



図2 「学校探索：見取り図づくり」

### 6. 3. 社会化の過程を支援する課題

これは対人関係に関する表現や認知の再構成をねら

いと課題である。保健室登校の生徒たちと接していると、教室に行けない理由は明確に述べられないが、そこには集団になじめない原因となる何らかの認知の歪みや考え方のくせを持っていることが多い。「教室に入る時に全員が自分の顔をみるに違いない」「～さんに何か言われるんじゃないか」などである。2. の保健室登校支援の研究結果をみると、形態は異なるにせよ、教室復帰への道のりの中には必ずこの社会化への働きかけが含まれている。國分ら（1996）はそれを「グループ参加へのレディネス」「ヒューマンネットワーク」と呼び、仲の良い友達と一緒に学級にプリントをとりに行かせたり、対人関係のつながりを意図的に介入したりすることの重要性について説いている。保健室という場合は、小集団などを使って背中を少し押す支援ができる場所なのである。これらのことをテーマとして、本人の対人関係やそこから生じる気持ちなどについてのイメージ表現を促す課題が必要である。

また、この否定的なとらえ方を解きほぐしていくには、認知療法的な接近が有用であり、河村（2002）は、その手法を使って本人の悩みを書いてもらい、それらの気分などを評価させて、実施可能な解決行動や認知の再構成を狙った課題を提示している。アートブックの中にも、何らかの形でこの認知の再構成を意図した内容を盛り込むことが望ましい。

教室復帰を第一義的に目指すものでないとしても、本人の目標や自助努力の中にそれが含まれるとするならば、イメージを通して本人の社会化を促進させる課題内容が必要となろう。

#### 6. 4. 身体感覚の表現と言語化に関する課題

保健室は、カラダをケアしてくれるところで、「おなかや頭が痛い」という身体的な訴えはいくら言語化してもよい。子どもは心身相関的な要素が強い存在であり、通常養護教諭は、症状に応じて顔をうかがいながら処置し、安心させて教室に戻るのがルーチンであろう。このような保健室特有の支援パターンに追加するものとして身体感覚の非言語的な表出を狙った課題を含めていくことが重要であろう。

例えば何らかの身体症状を訴えて来室し、ルーチンの対応を終えた後に、それについて深めたければ、その症状（例えば、痛み）をイメージにして表現させたり、彩色させたりする方法がある。またそれを治すための儀式を絵のイメージ上で象徴的に行うことは、アートセラピーでよく行われる手法である。また過緊張の場合も、リラクゼーションや呼吸法を教える中で、カラダの部位で こっているところを彩色したり、痛みのイメージを線で表したりする方法もある。

スイスのBach（1998）は、チューリッヒ大学医学部で白血病を患う子どもたちの自由画の分析を数十年にわたって行い、子どもたちが経験する様々な身体的、感情的体験が如実に絵の中に現れることを実証した。

時には彼らは無意識の内に自分の死期さえも絵の中に描きこんでいたのである。

このことは子どもの場合、特に身体的な知が象徴的なレベルで現れることを示しており、そこに介入するためには、イメージ上でそれに取り組み、それについて話しあいながら、自分ではどうしようもない身体症状とそれにまつわる感情に距離をとり、自己統制の機会を与えることが重要である。

また、何らかのトラブルでイライラして保健室にやってくる場合など、否定的感情が表面化している時などには、前述したように粘土を握らせてしばらくこねながら、何か見えてきたらそこから何かを発展させてつくったり、そのイライラの絵を描いて、名前を付けたりする方法もある。自分のイライラやパニックの原因を「こころの虫がまた出てきたね」という形で、外在化させ、自己コントロールできるものとして捉え直させることが必要なのである。

## 7. まとめと今後の課題

本論文の目的は、文献研究から保健室登校支援の本質的意義とアートブック導入の意味、そしてその内容作成の方向性についての骨子を構築することであった。保健室で養護教諭が受容、共感する中でアート活動を行うことは、自分を取り戻すための自己対象体験となり得るために、保健室登校への支援の本質的意義を具体化できる方法であることがわかった。

そして近年の研究を検討した結果、保健室登校の過程はほぼ3段階に大別され、それぞれの段階を念頭においたアートブックの課題を考案していくことの重要性が明らかとなった。

なお第1報（市来ら、2009）で挙げられた検討事項の中で、本論文で触れていない部分、すなわち、「発達段階の選定」「設置、管理方法」「対象者選択や導入に関すること」、「作品の見方、返し方」などの点については今後の検討課題としたい。

このアートブックの開発が、何らかの理由で集団になじめない保健室登校の子どもたちの思いを受けとめる一助となれば幸いである。

## 8. 引用文献

- 阿部康子, 井上仁美, 伊賀上睦見 2009 保健室登校を経験した高校生の教室復帰に至るまでの気持ちの変化 日本養護教諭教育学会誌, 12 (1), 65-75.
- 秋葉昌樹 2001保健室登校からみる不登校問題-教育の臨床エスノメソドロジー研究の立場から- 教育社会学研究, 68 85-104.
- 有村信子 2006 保健室登校の教育的意義 -保健室登校を経験した人への面接調査の分析-

- 鹿児島純心女子短期大学研究紀要, 36, 19-34.
- Axline V. 1947 Play therapy, Boston: Houghton Mifflin.  
(小林治夫訳 1972遊戯療法 岩崎学術出版社)
- Bach, S 1998 老松克博ら訳 生命はその障害を描く  
誠信書房
- 本間友巳 2006 居場所とは何か 不登校・ひきこもりと  
居場所 ミネルヴァ書房 2-25.
- 藤岡孝志 2005 不登校臨床の心理学 誠信書房 59-60,  
213-223.
- 藤田和也共編 1998 教室へ行かない子どもたちと  
ともに 保健室登校・不登校・ツッパリ・いじめ- 東  
山書房
- 市来百合子, 生田周二, 上田光枝 2009 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-  
アートブック作成に向けての検討(第1報)- 奈  
良教育大学教育実践センター紀要, 241-246.
- 池原あさみ 1992 小・中学校における保健室登校の現  
状について 学校保健研究, 34(9) 386-396.
- 河村茂雄編集 2002 ワークシートによる教室復帰エク  
ササイズ 図書文化 9-15.
- 数見隆生, 藤田和也編 2005 保健室登校で育つ子ども  
たち-その発達支援のあり方を探る- 農文協
- Kohut, H. 1978 The Search for the Self: Selected writ-  
ings of Heinz Kohut: 1950-1978, Vols.1 & 2, ed. P.  
Ornstein. New York: International Universities  
Press.
- 國分康孝, 門田美恵子 1996 保健室からの登校 不登校  
児への支援モデル 誠信書房
- 中畑朋美, 葛西真記子 2009 保健室登校児童生徒にみら  
れる自発的な活動(遊び)に関する遊戯療法的視点  
からの考察-養護教諭への質問紙調査をとおして  
カウンセリング研究, 42 (2) , 125-133.
- 仲嶺裕子, 島田さつき 2008 「雨の中の私」画を用いた  
保健室登校女児とのかかわり カウンセリング研  
究 41(4) 315~322.
- 中里均 1978 交互色彩分割法-その手技から精神医療に  
おける位置づけまで- 日本芸術療法学会, 9, 17-24.
- 成田行子 2004 養護教諭が行う健康相談活動に関する  
研究-養護教諭の語りから捉えた保健室登校-  
学校臨床心理学研究:北海道教育大学大学院教育学  
研究科学校臨床心理学専攻研究紀要, 2, 69-82.
- 岡田珠江 2006 描画を活かした教師のためのカウンセ  
リング入門 明治図書 39-49.
- 大谷尚子, 山中寿江, 森田光子, 大橋芳枝, 木幡美奈子, 中  
村泰子, 平岩美呢彌子 2002保健室空間の意味に関  
する研究-参与観察法による分析から- 学校保  
健研究, 44, 22-36.
- 大谷尚子, 森田光子編著 2005 保健室登校の研究 健康  
教室 56 (16)
- 志賀恵子, 永井利枝, 森田光子, 大谷尚子 2005保健室登  
校生の保健室での生活の様子と養護教諭の対応  
学校保健相談研究, 1(1), 55-57.
- 上江正司 2003 フォーカシング-「感じ」の表現とこ  
ころの天気- 児童心理学 金子書房
- Winnicott, D. W. 1971 The Therapeutic Consultation  
in Child Psychiatry. Hogarth Press, London.
- Wolf, E. S. 1988 Treating the Self: Elements of Clinical  
Self Psychology. The Guilford Press, New York,  
London (安村直巳・角田豊訳 2001 自己心理学入  
門 金剛出版) 67-82.
- 山本浩子 2007 養護教諭の保健室登校援助の実践の構  
造 学校保健研究, 48, 497-507.
- 山中寿江, 大谷尚子, 大橋好枝, 木幡美奈子, 森田光子  
2005 保健室登校生徒の社会化の過程保健室登校  
生徒の社会化の課程 養護教諭の教育的機能に着  
目して 学校保健研究, 47, 116-128.
- 山中康裕 1992 風向構成法・枠付け方・スクイブル・ス  
クイグル・MSSM法 臨床心理学体系 6 人格の理  
解 2 金子書房
- 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年度調査報告
- 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-