

高校生を対象とした臨床心理学の授業

—「関係」を通しての体験学習の試み—

森田 美弥子*・加藤 大樹**

伊藤 里実**・服部 香子**

1. はじめに
2. 概要
3. 実施経過
4. 全体のまとめ

1. はじめに

近年、心理学とくに臨床心理学への関心が高まり、大学で学びたいと考える若者も多い。しかし、高校までに学問としての心理学に触れる機会は少なく、高校生の抱く心理学や臨床心理学のイメージは一様ではないと思われる。カウンセリングなどの臨床心理学的援助が必要となった時に、あるいはそうした援助の実践家や臨床心理学研究者を志向する人たちのために、より多くの適切な知識を伝えていくことは意味がある。

名古屋大学教育学部が主催する、高校生のための学びの杜「人間発達科学探究講座」(サマースクール)では、3日間にわたり教育学と心理学の計5講座が開講され、その1つとして臨床心理学の授業が行われた。そこでは、臨床心理学のキーワードの一つである「関係」に焦点を当て、関係を体験すること、自己・他者・関係について考えることがねらいとされた。その内容と経過を報告し、高校生向け臨床心理学の授業のあり方について検討する。

2. 概要

2006年度名古屋大学教育学部「人間発達科学探究講座」(サマースクール)は、8月2～4日に実施された。高校2年生を対象としており、今年度は19名(女子18名、男子1名)が参加した。受講生たちは2つのグループに分かれ、それぞれが3日間に5つの授業(各2時間半)を受講した。

臨床心理学に関する授業は、第5講座「成長発達する人間とその援助」(副題:自分や他人との

* 名古屋大学大学院教育発達科学研究科教授

** 名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士課程学生

関係から学ぶ心理臨床のこころ)として、初日午後と2日目午前に実施された。教育学部の心理学系教員1名と大学院後期課程の院生3名が担当した。

授業のねらいと概要 第5講座では、アートセラピーで用いられる技法を応用して「自己理解・他者理解」の手助けになるような体験学習課題をいくつか用意し、「関係を体験すること」を授業の主たるねらいとした。臨床心理学の実践においては、「関係」が重要な意味をもっている。カウンセリングなどの相談場面では、クライアントとカウンセラーとの「関係」を媒介として援助過程が進行する。クライアントの自己表現やカウンセラーからの治療的介入は、両者の信頼関係を基盤として成立するものである。また、日常生活においても対人関係は、精神健康や内的適応感などと相互に影響を及ぼし合い、ストレスの対象になることもあれば、サポートの手段として働くこともある。そこで、他人との関係、自分との関係に目を向けることは、臨床心理学の基礎を学ぶことになると考え、以下の内容で授業を構成した。

- ① 「臨床心理学って何？」——臨床心理学の定義や歴史、実践と研究の関係などについて、担当教員が簡単な講義をする。
- ② 「大学院生と語ろう！」——臨床心理学を学ぶ大学院生3人が、それぞれ心理学を勉強しようと思った経緯、学生生活、現在の研究テーマや臨床実践の場など、自分の経験を紹介し、質疑応答を行う。
- ③ 「あなたなら何描く？」——線が途中まで描かれた紙に自由に続きを描いて絵を完成させる投映描画法の課題を実施し、他のメンバーとの違いや似ているところを見つける。
- ④ 「みんなで作ろう！」——3～4名のグループに分かれて、ブロックを用いた作品を制作する。何を作ったか、共同作業の過程で何を感じたかなどについて、話し合う。
次に、授業の流れに沿って具体的な内容と経過を述べる。

3. 実施経過

(1) 臨床心理学って何？

目的 授業全体の導入として、臨床心理学とは何を扱う学問なのか、どのように位置づけられてきたか、どんな臨床実践が行われているかといった概略を伝える。

内容 臨床心理学の定義、キーワード、成立の経緯、臨床心理士の活躍の場、実践活動と研究との関係について、配布資料(本文末尾に添付)にもとづいて教員が簡単な講義を行った。(森田)

(2) 大学院生と語ろう！

目的 大学院生が自分の経験をふまえて話すことで、臨床心理学についてより理解を深めてもらう。また、名古屋大学でできる勉強や大学生活についてイメージをもってもらうことを目的とした。

内容 大学院生3名が、主に実践と研究の場でそれぞれ現在おこなっていることを紹介した。研究分野では芸術療法、ユーモア研究、友人関係研究について、実践分野では保健・医療、教育、福祉の場で働く心理士について紹介した。その後、セミナーの参加者から自由に質問を求め

た。

参加者からは、大学における講義や実習の内容、卒業後の就職先、資格取得など今後の進路選択に関する内容から、心理士として働くことの大変さややりがいなどの臨床実践における現状、またカウンセリングや心理療法の実際などに至るまで多様な質問が寄せられ、参加者の臨床心理分野に対する関心の高さが感じられた。(服部)

(3) あなたなら何描く？

目的 体験学習のウォーミングアップとして、まず「自分一人で表現をする体験」を実施した。後半に行う「グループで一つのことを表現」する場合との差をより明確に体験してもらうねらいがあった。具体的には、まず第一に、自分を表現することがどんなことなのかを体験することを目的とした。次に、表現した内容を他者と共有することで、個々人の相違を体験することを第二の目的とした。

内容 投映描画法を用いて、自己表現をする課題Ⅰとそれを互いに見て話し合う課題Ⅱとで構成された。

- ① 課題Ⅰ：自分を表現することと、その振り返り。Lallemant (2002) のワルテック描画テストを参照し、半円の弧を印刷したA4程度の用紙(図1)とサインペンをあらかじめ用意し、参加者に配布した。参加者は、半円の弧を使って、自由に絵の続きを描くことを求められた。その際、上手下手は関係ないこと、制限時間は特にないことが伝えられた。全員が絵を描き終えた後、参加者は簡単な質問に答えることを求められた(感想記入シート1：末尾に添付)。質問は、何を描いたのか(タイトルやテーマなどがあれば)、描いてみた感想の2点を尋ねるものであった。感想を記述するという形で残したのは、続く課題Ⅱで、他者の感想に影響されないようにするためである。

自分を表現してみたの感想としては、「もともと描いてあるものを使って、自分なりにうまく描けたと思う」「うまく描くことができている」といった完成した作品についての記述が多く見られた。また、「いろいろなアイデアが浮かんできて、どれにしようかと思って迷った」という作成過程についてふれた感想も見られた。

- ② 課題Ⅱ：他者の表現を感じる。課題Ⅰで描いた作品とそのタイトル、感想を、他のメンバーに向けて簡単に紹介してもらった。そして、全員の作品を紹介し終えた後、他者の作品を見て感じたことを自由に発言する時間を設けた。

他者が表現した作品を見ての感想としては、他者の作品について、「(円弧の) そういう使い方は思いつかなかった」「もともと描いてある形を、上手に生かしてあると思った」など、自分の発想との差異についてふれた感想が多く語られた。なかには、同じ物を描いた作品が複数あったが、「同じ物を思いついてびっくりした。でも、同じ物を描いていても、違うと思った」と、内容が同じであっても、細部の描写や装飾の仕方は異なることに言及した感想も見られた。(伊藤)

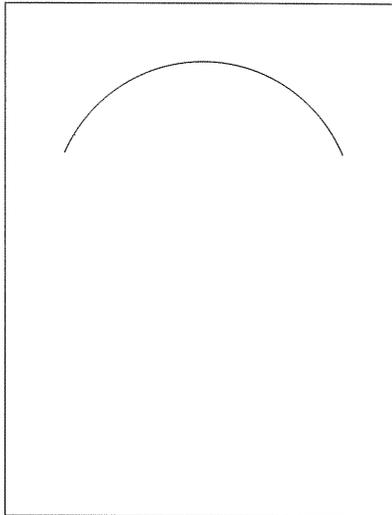


図1 「あなたなら何描く？」課題

(4) みんなで作ろう！(グループでの共同ブロック制作)

目的 10分程度の休憩をはさんで、グループによる共同ブロック制作を実施した。ここでは、一人一人による描画を体験した後で、他者と共同で表現をする体験をすることを目的とする。体験を通して、生徒たちが、イメージや表現などに関する理解を深めることや、他者とのコミュニケーションや関係作りに関する気づきなどを得ることが期待される。

内容 1日目、2日目とも、参加した生徒はランダムにA、B、Cの3つのグループに分かれた。各グループの人数は3～4人とした。その後、レゴブロックを用いて、グループごとに共同で1つの作品を制作した。素材としては、直方体の基本的なブロックや、窓枠やタイヤなど特殊な形状をしたブロック、レゴの既製の人形などが用意された。これらの素材が、1つ

の大きな箱の中に用意され、生徒たちはこの中から好きなものを選んで制作に取り組んだ。また、制作の際は、25cm×25cmの緑色の基礎板を正方形に4枚配置し、その板の上で自由な表現が行われた。制作後に、ブロック制作の体験や感想についての質問紙への回答が求められた(感想記入シート2)。

制作後の自由記述による感想を表1に、各グループの作品テーマを表2に示した。

生徒の感想からは、「楽しかった」、「懐かしかった」などの記述が多く認められた。これらの感想は、多くの芸術療法の効果としてみられる心理的退行の要素に関連するものであると考えられる。また、「集中した」、「新鮮な気分」、「すっきりした」、「自分を見つめ直した」、という記述からは、制作によって自分自身と向き合うことにより、様々な気づきがあったり、カタルシスの効果が得られたりしたのではないかと考えられる。ブロック制作体験を通して、生徒たちは、臨床心理学におけるイメージや、表現という領域に直接触れる体験をし、その効果や実際について自ら考えるきっかけになったのではないかと期待される。

また、今回のブロック制作では、グループによる共同制作であるという点が特徴である。そのため、生徒の感想にも、他者との関係性に関するものが多く認められた。具体的には、「みんなが仲良くなれたような気がした」、「何も知らなかった子の内面が少しわかったと思う」などの感想が見られた。共同で作品を制作することにより、ブロックを媒介としたコミュニケーションが生まれ、また、互いの意見や表現に触れることにより、他者に対する興味や理解が深まったのではないかと考えられる。

このことは、実際の作品例やその感想からも読み取ることができる。図2は、「コンビニエンスストア」というタイトルの作品である。このグループでは、はじめに何を作るかをメンバーで相談して、分担をして作品の制作を行った。一人一人が自分の領域を担当しながらも、途中でみんなで相談する場面も何度か見られた。制作後の感想には、「初めて会った子といろいろ相談しながらやる

のは新鮮で楽しい」というものもあり、メンバー間のコミュニケーションを反映しているものと考えられる。

図3は、「町」というタイトルの作品である。このグループは、はじめは分担して制作を行い、その後で1つのものを作るというスタイルであった。制作後の感想としては、「1人がアイデアを出して、他の人がどんどんつけたしていくように…。その時が一番楽しかった」という記述が見られた。また、「みんなは何を作っているのかなと思い、他のグループのも見ていた」という記述もあり、自分のグループのみでなく、他のグループに関する関心が生まれていることも伺える。

今回の共同制作におけるグループのメンバーには、サマースクールで初めて会う者どうしも多く、

表1. 制作後の感想

| | | |
|-----|-------|---|
| 1日目 | Aグループ | 最初は、こんなことやるとか思ったけど、やりはじめたら、面白くてもっとやりたかった。初めて会った子といろいろ相談しながらやるのは新鮮で楽しい。 何を作るか迷った。スペースが上手く使えなかったのが残念。作り始めてからはちゃんとできて楽しかった。 何を作るかいろいろ考えたのですっきりした。素直に楽しかった。 |
| | Bグループ | 保育園のころよく取り合っていたのを思い出した。なんとなく新鮮な気分。 すごい楽しかった。一緒に作業することでみんなが仲良くなれたような気がした。 時間を気にしないで楽しいことに集中したのは久しぶりだったのでよかった。 作り始めた時は、ただ単に懐かしいとか改めて面白いとしか思わなかったが、やっていくうちに、昔は思いつかなかったことを思いついたり、考えようともしなかったことを今はやっていたのでビックリした。 |
| | Cグループ | 童心にかえった気がしてとても楽しかった。仲間と意見を出し合い1つのものを作るのは新鮮。何も知らなかった子の内面が少しわかったと思う。 童心にかえれた感じがして楽しかった。自分って思っていたよりも創造性(想像性)があるなあ、と自分を見つめ直した。 子どものころにかえった気分で楽しかった。好きに作っていいのがうれしいけど、行動に迷いが出た。なぜ今はこういう遊びをしないのか不思議に思った。 |
| 2日目 | Aグループ | 楽しかった。考えることがそれぞれみんな違ってて、おもしろいなあと思った。 けっこう脳を使った気がする。それぞれの個性が板の上で共存している感じ。こんな場所がホントにあったらなあ…。 レゴをやるのは初めてで、最初はとまどったけど、やってるうちに何だか引き込まれていく感じがした。全く何も無い状態から何かを作るって結構難しいんだなあと思った。 |
| | Bグループ | 作品として上手ではないし、まとまりもないけど、自由につけていけて楽にできた。 他の人の作ったものに自分の工夫も加えたりできて、いろんな創造ができて楽しかった。自分以外の人の考えも分かったので面白かった。 何でもかんでもくつつけたって感じだったけど、ちょっと懐かしかった。 かなり怖い部分もあるけど、みんなで人をいっぱいのにぎやかにできてよかった。みんなで見えが言い合えてよかった。 |
| | Cグループ | すごく楽しかった。最初は分担していたけど、後半はみんなですべて1つのものを作った。1人がアイデアを出して、他の人がどんどんつけたしていくように…。その時が一番楽しかった。 すごく懐かしかった。自由に作っていいと言われると何を作ろうか考えて、わくわくして楽しかった。 小さい頃よく遊んだのを思い出した。懐かしい。こんなに多い人数でやることはなかったので、みんなは何を作っているのかなと思い、他のグループのも見ていた。 |

始めは戸惑いがあったことも考えられる。しかし、ブロックという素材を媒介にして、協力して1つの表現をすることにより、そこにコミュニケーションが生まれ、互いを知るきっかけになったのではないかと考えられる。このような、人間関係やコミュニケーションといった領域は、臨床心理学における重要なテーマの1つでもあり、今回の共同制作によって、参加した生徒たちが体験を通して、このテーマに関する気付きや興味を持つ1つのきっかけとなったのではないだろうか。(加藤)

表2. 各グループのブロック作品テーマ

| | | |
|-----|-------|------------|
| 1日目 | Aグループ | コンビニエンスストア |
| | Bグループ | お城 |
| | Cグループ | フランスの家 |
| 2日目 | Aグループ | ピラミッド |
| | Bグループ | 王国 |
| | Cグループ | 町 |

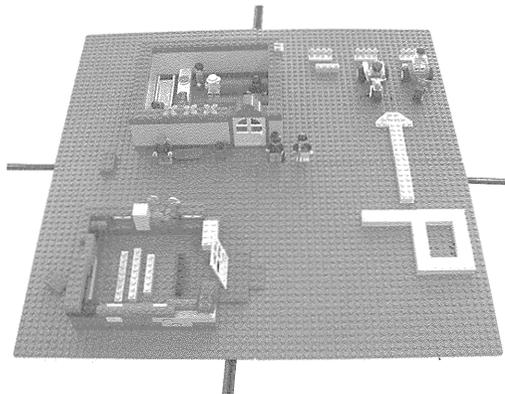


図2. 「コンビニエンスストア」

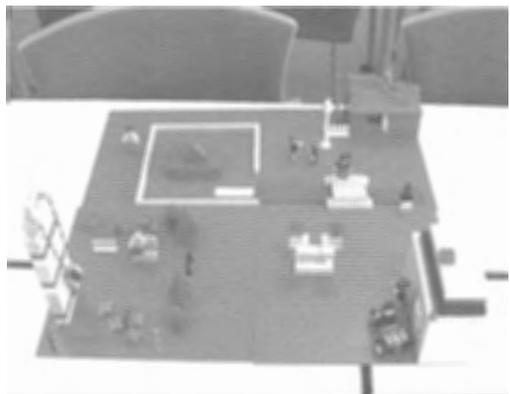


図3. 「町」

(5) 制作後のシェアリング (対人関係について)

目的 小グループでのブロック制作を通じて、対人関係の側面について感じたことを言語的・非言語的に表現し、ふりかえることを目的とした。

内容 質問紙において、ブロック製作を一緒におこなった小人数グループと個人の間を、絵や関係図で表すことを求めた。その後、絵や関係図で表現して思ったことや感じたことについて、さらに対人関係について日常を通して感じていることについての自由記述を求めた(感想記入シート3)。

- ① 関係図について：多くの参加者が「人」型でグループのメンバーそれぞれを表し、矢印や円を用いてメンバー間の関係を記述していた。自分を同定しているかどうか、個々が矢印でつながっているか円で表現されているか、などにおいて違いが見られた。また、実際の人や机、ブロックの位置を描いた空間図や、制作したブロックを描く者もあり、質問の意図が高校生にとって難しく伝わりにくかったためと考えられる。だが一方で、「人」型の距離を微妙に調整し

たり、円環や一方方向の矢印で関係や力動を表すなど鋭く自らと他者を観察した表現も見られ、対人関係に対する敏感な視線や様々な思いがうかがわれた。

- ② ブロック製作を通じた人間関係について:「役割があったみたいだと思う」など役割分担、「向かい合って作業するのがよかった、すごく安心した」「お互いに尊重しあいながら自分を表現した」など協力して一つのことを成し遂げる楽しさ、「誰かが強くなきゃまとまらないのかな」「みんなの同意を得るようにした」など共同制作の難しさ、「他校の人と楽しく会話できてすごうれしかった」「こうやって人と接しあうのも悪くないなと思いました」など初対面の人との共同制作に対する気持ち、「自分も輪にいて主観的にしか物事を見てないのかな」「自分は冷めて客観的な人間だからこんな感じ」「人付き合いは好きじゃない方」など自分の対人関係のあり方へのふりかえり、など様々な感想が見られた。初めて会ったメンバーと共同制作をするなかで、コミュニケーションの楽しさや難しさを実感し、自身の対人関係のあり方にあらためて目を向ける良い機会となったように思われる。
- ③ 日常の対人関係全般について:主に友人とのつきあい方に対する戸惑いや悩みが書かれていた。特に友人との距離のとり方の難しさ、自らの人との接し方に対するふりかえり、自分を見てほしい気持ちや認めてほしい気持ちなどに言及した感想が多く出され、友人とは何か、親友とは何かを考えながらも友人関係を深く必要とし、自分らしく懸命に他者との関係を築いている高校生の姿がうかがわれた。(服部)

4. 全体のまとめ

受講生の感想や授業中の様子から、非常に熱心に参加していたことが伺えた。「大学院生と語ろう」の時間では、臨床心理士の仕事について事前に調べ、かなり突っ込んだ質問が出されており、臨床心理学への関心の高さを感じさせた。2つのグループはいずれも熱心であったが、1つはかなり賑やかで質問も多かったのに対し、もう1つは発言は控えめだが自分の中で熟考しているようなタイプが多い印象を受けた。そうした違いがグループ作品にも反映されていた点が、興味深い。

描画およびブロック作品制作の課題では、楽しみながら、自己理解・他者理解を深めるという目的が十分果たせたと思われる。関係を体験し、考えるという視点から授業を振り返ると、「自己と他者の違い、距離への意識」「個性ある他者の存在への関心」「共同作業、コミュニケーションの楽しさと工夫」「自分自身の対人関係への気づき」などがテーマとなった。ただし、1回限りの授業であることから、各テーマを深めるには至らず、また、「関係は大切」という肯定的、理想的な側面が強調されていた。「関係がどのようにつくられていき、困難をどう乗り越えるか」といった変化や問題点を扱うには継続的な場が必要とも思われたが、「関係」に気づくための導入としては十分と考えられ、体験を通して学ぶことの有効性が示されたと考える。

【文献】

Ursula Av´e-Lallemant (高辻玲子・杉浦まみ子・渡邊祥子:訳) 2002 ワルテック描画テスト
川島書店.

〈配布資料〉



自分や他人との関係から 学ぶ心理臨床のこころ

名古屋大学教育学部人間発達科学科
発達教育臨床コース



臨床心理学って何？

臨床心理学は、科学、理論、実践を統合して、
人間行動の適応調整と人格の成長を促進し、
加えて不適応、障害、心の悩みの成因を研究し、
問題を予測し、かつそれらの問題を軽減させ、
解消させることをめざす学問である。

(APA: American Psychological Associationによる
1998年の定義)




臨床心理学のキーワード

- ▶ 行動－意識－無意識 → 多層的に人間を
理解するために
- ▶ 自己－他者－関係 → 「こころ」を援助するために
- ▶ 発達－成長－変化 → その人らしい生き方を
見つけるために
- ▶ 個人－家族－社会




臨床心理学はいつできたの？

- 1896年、アメリカで、Witmer,Lが
ペンシルバニア大学に障害児のための
心理相談室(Psychological Clinic)を創設。
- 1918年、APAに臨床心理部門ができる。
- 1947年、教育訓練のあり方が検討され、
「科学者-実践家モデル」が提唱される。
(Scientist-Practitioner model)




日本では、..

- 1950年前後に始まる。
- 1980年代に全国的な組織づくり。
(日本心理臨床学会、日本臨床心理士
資格認定協会、日本臨床心理士会)
- 1995年、スクールカウンセラー事業開始。
- 1996年、臨床心理士養成のための指定
大学院制度が発足。




具体的には何をしているの？

| | | |
|--------------------|---|---------------------|
| ＜研究＞ | と | ＜実践＞ |
| 「こころ」についての 基礎研究 | | 臨床心理面接 (カウンセリング) |
| 援助過程についての 実践研究 | | 臨床心理査定 (アセスメント) |
| | | 臨床心理地域援助 |




臨床心理士はどこにいるの？

- 保健・医療(病院、保健所、精神保健福祉センターなど)
- 教育・研究(スクールカウンセラー、学生相談室、心理発
達相談室、教育センターなど)
- 福祉(児童相談センター、福祉施設など)
- 司法(家庭裁判所、少年鑑別所、少年院、刑務所、警察、
犯罪被害者相談室など)
- 産業(企業内健康管理室、職業安定所など)
- 開業




実践に役立つ研究を目指して

- パーソナリティや行動の特徴をとらえる。
たとえば…女子中学生が友人関係グループをつくりやすいのは何故か？～青年期の対人関係の発達や自立の過程を知ることができる。人付き合いの悩みへの対応をする際の手がかりが得られる。
- 人間理解のための方法を開発する。
たとえば…指図などのイライラ表現を通して人はどれくらい、どんな自分をあらわすのか？～さまざまな人の共通点や相違点を知ること、カウンセリング場面で活用できる。
- カウンセリングなどの援助技法を開発する。
たとえば…ユーモアを感じたり使ったりする人はストレスを感じにくく精神的に健康な人が多いのではないか？～カウンセリングに活用して見ることが出来る。カウンセリングの進展や効果を知ることが出来る。




〈感想記入シート1〉

「絵の続き」を描いてみて

1. あなたは何を描きましたか？（答えられる場合は答えてください）

2. 絵を描いてみた感想を自由に書いてみよう。

（例）気に入っているところ、苦勞したところ

描いてみて気が付いたこと などなど

- ・
- ・
- ・
- ・

〈感想記入シート2〉

グループでのブロック制作について、以下の質問に答えてください。

グループ（ ）

今日の、グループでのブロック制作の感想を自由に書いてみよう。

一人で表現をする体験と、みんなで表現をする体験ではどんな違いがあったらう？

グループでのブロック制作は、授業の前半で、一人で絵を描いたときと比べて、どんな違い（または同じところ）があったかを書いてみよう。

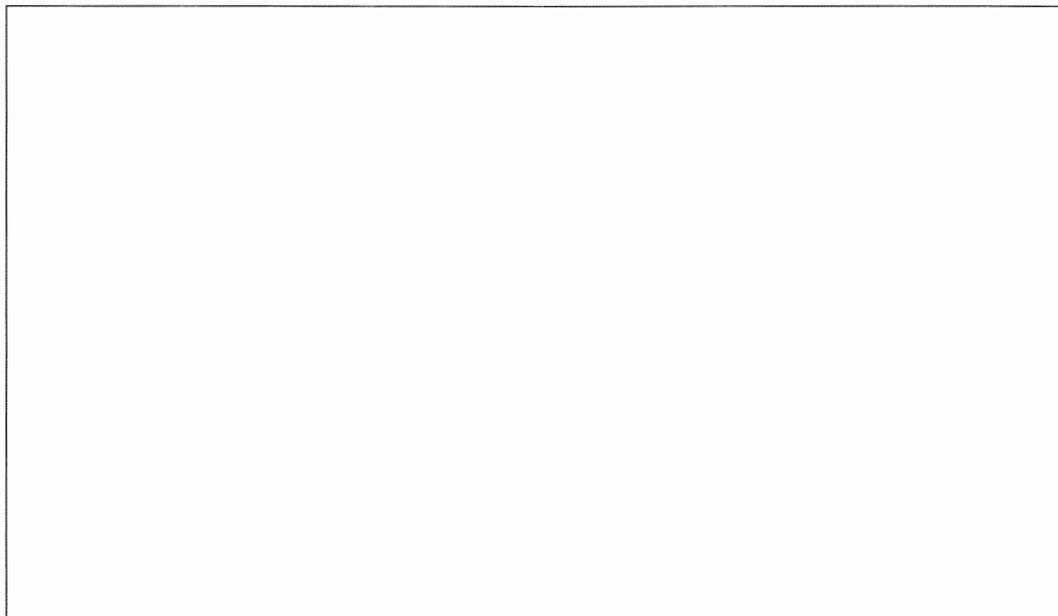
〈感想記入シート3〉

質問 1.

あなたと「ブロックを一緒に作ったグループ」の関係を、絵にあらわしてみてください。

絵は、グループとあなたの関係を、だいたいの関係図であらわしていただければ結構です。

また絵の中に、文章や言葉で説明をつけくわえてもらってもかまいません。



質問 2.

上の絵を描いて、思ったことや感じたことがあれば、以下にお書きください。

また人とのつきあい方や友人関係について、あなたが日頃感じていることがあれば、ご自由にお書きください。



ありがとうございました。

Class Work on Clinical Psychology for High School Students

— Learning and Experiencing ‘Human Relations’ —

Miyako MORITA * Daiki KATO** Satomi ITO** Kyoko HATTORI**

Class work on clinical psychology for high school students was held in the Summer School of the Department of Education of Nagoya University. Nineteen students who were in the second grade in high school (16-and 17-year-olds) attended the class. A professor and 3 graduate students taught them.

Several exercises were provided using art therapy technique. “Experiencing human relations” through those exercises was important in the class. The class consisted of the following sub-sessions: (1) “What is Clinical Psychology?”, a lecture on introduction to clinical psychology; (2) “Talk Together with Graduate Students!”, questions and answers about research and the work of clinical psychology; (3) “What will You Draw?”, self-expression and understanding of others’ expression, using the projective drawing method; (4) “Let’s Make Together with Blocks!”, participants were divided into 3 groups and each group worked together to represent something using blocks. After that work, they discussed and shared their experiences with one another. As a result of class, students were able to gain, through the process of sharing, cognition of the significance of human relations, interest in other people, and awareness of themselves.

Keywords : clinical psychology, high school student, human relations

* Professor, Graduate School of Education and Human Development, Nagoya University

** Graduate Student, Graduate School of Education and Human Development, Nagoya University