

遊びを使って子どもと養育者をつなぐ試み セラプレイの活用

遊びを使って病児を支援する専門職、ホスピタル・プレイ・スペシャリスト（以下HPS）を養成するプログラムを立案、実施している報告者は、これまでの研究から英国で誕生したPlay Parkの発展とともに確立されたPlay Workerに代表されるような「遊びの目的は遊びにあり、遊びは子どもの権利である」という遊びのとらえ方と、遊びの持つ治癒的な力を子どもの課題解決に応用するプレイ・セラピーの考え方、その両面からホスピタル・プレイの目的や機能をとらえることが必要であると考えられるようになった。簡略に言うならば、治療という名のもとに、排除されやすい病児の意見を表現する権利などは遊びをメディア（媒体）にすることにより保証することができるし、また治療の過程で遊びを積極的に導入することにより、病児の感情の表出を促しセルフコントロール感を取り戻し、対処方法を獲得していくことが可能になるのである。養育者と子どもの関係を遊びを使って評価し改善していくセラプレイは、ホスピタル・プレイを研究する過程で実践方法を学んだ1つのプレイ・セラピーであるが、これは隔離病棟に入院しているなど、特にストレスを感じやすい子どもとその親に対する支援方法として応用できるし、また、在宅にて療養する病児や障害児とその親の支援方法として用いることができる考えた。その他、セラプレイが効果的であると考えた領域は、子どもとのかかわりが難しいと考えている親に対する支援として、また現在のセラプレイがおこなわれているように虐待を受けた子どもと支援者との関係づくりのために用いることができると考えた。現在は、ホスピタル・プレイにだけでなく、児童養護施設の職員と子どもとの良好な関係を形成するために有効であると考え、静岡県東部にある児童養護施設においてセラプレイを用いた支援プログラムを実施している。本報告書ではその効果についても報告したい。

1. セラプレイの特徴

セラプレイは1960年代に米国シカゴで誕生したプレイ・セラピーの1つである。Head Start計画の一環として集められた就学前のスラムの子供たちに、遊びを使って集団での活動を可能にしようとしたことが始まりであるとセラプレイ創設者のひとりPhyllis Rubin（現在86歳）は説明した。Phyllisは、幼稚園教諭として勤めた後、1960年代初頭に英国のTavistock Institute of Human Relationsで1年間研修を受けたことが、セラプレイの開発につながったという。Tavistock Instituteには、John BowlbyやJames Robertsonなど、HPSの創立に大きな影響を与えた先駆者が多く所属していた研究所でありHospital Playとの共通性を応用性を感じる。

セラプレイは子どもの抱える問題をとらえるときに、その子どもにだけ焦点を当てるのではなく、子どもと養育者の関係性の中で生じるととらえ、子どものよりよい生き方

や人とかかわる力を形成するために、遊びの力を用いて養育者と子どもの関係性を強化しようとするセラピーである。よって、基本的にセラプレイは養育者と子ども、そしてセラプレイ・セラピストが1名ないし2名入り遊びを介在させながらおこなう。

セラプレイの特徴は以下の7点にまとめることができる。

- 親と子どもの関係性に焦点を当てており、相互のかかわりを積極的に促す
- 直接的で今この時に分かる経験を形成する
- 大人が信頼できる存在であることを伝える
- 共感、反応、調和、リフレクションを中心にしている
- 左脳ではなく右脳に働きかける
- 健康なタッチを多く使い感覚的である
- 遊びであり、楽しい

現在イリノイ州ではセラプレイは里親と子どもの関係を改善するために用いられており、報告者が受講した初級セラプレイ講座の受講者25名も、その多くは里親を支援する機関や団体の職員であった。

2. セラプレイの活動内容と評価方法

セラプレイで用いる遊びは、とても簡単な日常に存在する道具や材料(新聞紙、ハンドクリーム、枕など)を用いておこなわれる。1つのセッションにおいて複数の遊びを連続して取り組んで行くのだが、それぞれの遊びにはディメンションがあり、セラピストは養育者と子どもの関係の強みと弱さを4つの方向性から評価し、強い部分をより強め、弱い部分を減少させるためにそのディメンションに当てはまる遊びを提供するのである。次が4つのディメンションである。

Structure(構造をつくる力)。子どもは自立に向けて歩む存在だが、自立するためには安心安全な環境の中で自分自身の能力を試し、社会のルールと折り合いをつけながら成長する必要がある。この安心で安全な環境を作り、一人一人の子どもの成長にあった範囲や規範を示す力が親に求められているのである。

Engagement(かかわる力)。成長の過程で、親と子のかかわりは必要不可欠であり、子どもがどのような状態や気持ちであっても、親は子どもに無関心ではなく親が子どもにかかわり続ける姿勢や考え持っている存在であることを子どもに示す必要がある。

Nurture(愛でる力)。愛でる力を親から感じながら子どもが成長する必要性に異論はないだろう。愛でる力を示すためには、やさしい体の触れあいが必要である(なでる、さする、トントンするなど)。特に継続的な医療とのかかわりや虐待を経験している子どもは、大人からさわられる経験はしているが、それは痛みや不快感を伴う場

合があるため、修正が必要である。

Challenge(挑戦する力)。親との豊かなかわりの中で、子どもは自分の身体的、心理的、物理的限界に挑戦しようという気持ちが育み、可能性の範囲を広げていく。成長の過程には、適切な挑戦を促す親のかかわりが重要であり、信頼できる大人である養育者から挑戦を促されることは、子どもの成長に必要である。

遊びの具体例を使って4つのディメンションを説明すると、例えば、ハンドクリームを子どもの手にやさしく塗りながら小さな傷やあざ、あるいはほくろに気付き、それをこどもに言葉を用いて伝えていくというセラプレイの遊びがある。これは、養育者の愛でる力を育てるための活動であり、その後続く手形を取る活動は構造を示す力、そして手形にシッカロールをふりかけ、手形を浮かび上がらせる遊びは挑戦する力に働き掛ける分類である。最後に、その手形の大きさを養育者と子どもとで協力しながら紙テープではかる活動は、かかわる力に働き掛ける遊びである。実際、セラプレイは養育者の愛でる力をこどもに感じてもらう遊びから入ることが多く、タイムアウトなどの方法では、虐待を受けた子どもと養育者の良好な関係を築くことは難しいとセラプレイでは考えている。

3. 児童養護施設におけるセラプレイ

静岡県東部にある児童養護施設に出向きセラプレイを実践している。セラプレイを担当する子どもとともに受けた職員の感想を2つ紹介する。

職員 A さん 3年目の児童支援員

担当する小学校1年生の男子の様子を振り返り

セラプレイ後、大きく変わったのは自然な形で“お膝”を求めてくるようになったと感じる。今まで、幼児が座っているところに強引に割り込んできたり、それを「うらやましい」と思う気持ちを上手く表せず、実習生さんや幼児にあたり、私に反発？したりしていたが、「半分こしよ？」と自らお願いして一緒に座ったり、そっと自然に座るような場面が増えた。

毎日行うことはできていないが、教えて頂いた「キラキラ星」や「お天気予報」を就寝前に行うことを研修後、意識している。毎晩、就寝直前まで落ち着かなかった子どもたちが静かに布団に入り、眠りにつくようになってきたと感じている。

何気ない時間に、今日教えて頂いたセラプレイを取り入れていきたいと思います。

「ちほお姉さんダイスキ」「すっごく長くて大きいんだよね」と抱きついてきてくれるようなことが見られることもある。

3歳の男児の様子を振り返り

・ハンドクリームを手に塗り、紙に手形をつけて魔法の粉をかける...子供はとても興味

深そうに見つめ、自分ができたときは笑顔でみせてくれた。その後、私がハンドクリームを塗っていると「塗って、塗って」と言い、「いいおてて」「かわいいおてて」「大きなおてて」など声をかけながら塗るようにすると、とても満足そうな笑顔になった。

・お菓子を食べさせてあげたり、お腹や背中をマッサージしながらお話をしたり、たくさんさんのスキンシップをとったせいか、その日のお昼寝はとても寝つきがよかったように感じた。

・その後もスキンシップを多くとるように心がけている。子供同士がけんかをして口調が強くなったり、手を出してしまった時も、スキンシップをとると気持ちが落ち着いていくのが早いように感じた。

職員 B さん 5年目の児童支援員

担当する小学校2年女子の様子を振り返り

・セラプレイを受け、棟に戻ってきた時から「明日の学校の支度しなきゃ。洋服もちゃんと出しておくれ！」といった、いつも以上に気持ちの良い発言が見られた。特に印象的だったのが、「今日はなんだか気持ちが良いんだ。なんでかわからないけど。」といった言葉で、感受性の強い R さんだからこそ、自分の気持ちの変化を感じ、言葉にしたのだろうと思った。

・その日の夜、他の棟の幼児さんが転んだ際に、「大丈夫？」と声をかけたり、保育者の近くにやってきた別の幼児さんに「本、読んであげようか？」と自ら声をかけてくれる姿が見られた。いつもなら、同じような場面では、「R ちゃんも！E おねえさん（担当支援員）は R ちゃんのだから！」と対等になってしまうことが多かったので、お姉さんらしい振る舞いに、こちらが驚いてしまった。

・研修を受けて1週間が経つが、以前よりも素直に「して」と要求したり、甘えを出しているように感じる。特に、お膝に乗る際、自然に体の力が抜けているような、これまでとは少し違った感覚があり、抱き心地・居心地の良さをこちらが感じている。わたし自身も今まで以上に自然と心から「かわいい」「ギュッとしたい」という気持ちが生まれてくる瞬間が増えたように思う。（以前は何かしら注意したり、ぶつかり合う事の方が多く、どこかすっきりと気持ちの切り換えが出来ず、引きずったままの関わりが多かったのだと思う）

・その後、ぶつかり合うことが全くなかったわけではないが、どこか自分の中でも「大丈夫。また受け止められる。」という今までとは少し違った思いがある。担当している6人の中でも、関係性の面では特に気になっていた麗羅さんと一緒にセラプレイを受け、R さんの変化もたくさん見られたが、自分自身の R さんに対する気持ちの変化も感じている。