

## 臨床心理士養成大学院生を対象とした

### 体験型のグループ表現セラピーワークショップに関する試み

岡本 悠<sup>1</sup>・津田 友理香<sup>1</sup>・片岡 真紀<sup>2</sup>・小玉 紗織<sup>3</sup>・成田 彩乃<sup>4</sup>・いとう たけひこ<sup>5</sup>・井上 孝代<sup>6</sup>

1) 国立研究開発法人国立国際医療研究センター病院、2) 社会福祉法人諸岳会母子生活支援施設 アーサマ總持寺、3) 練馬区立学校教育支援センター、4) 捜真学院、5) 和光大学、6) 明治学院大学

#### 問題と目的

表現セラピーは「絵やコラージュ、粘土や造形といった視覚(ビジュアル)アートや、身体を使った表現、声や音楽、詩や散文、物語を書く、ドラマを演じるなど、様々な表現を用いる統合的な芸術療法」などと定義されている(小野,2005)。表現セラピーは、病院、学校などにおいて、様々なクライアントを対象に実施されており(Case, 1992 など)、現代の日本が抱える大きな問題の一つである、トラウマケアにも用いられている(井上・いとう・福本・エイタン, 2016 など)。しかし、日本においては、表現セラピーについて、系統的に学ぶ機会がほとんどないのが現状である(関, 2008)。

そのような中で、Japan International Center for Trauma-care and Emergency Relief (JICTER) は、体験型のグループ表現セラピーによる PTSD/トラウマケア専門家養成プログラムを提供してきた。同ワークショップの参加者は、表現セラピーの体験に加え、参加者間の対話をはじめとするグループ体験によって一個人としての気付きや、専門家としての気付きを得ていたことが示されている(岡本・小玉・片岡・津田・成田・いとう・井上, 2016)。

本研究では、JICTER のワークショップを基にして、臨床心理士養成大学院に在籍する学生を対象とする、体験型のグループ表現セラピーのワークショップを企画したため、その報告と考察を行う。

#### ワークショップの構造:

プログラムの趣旨: ①自己理解を深めること、②セルフケアの技術を高めることの二点を目的とし、グループ体験を重視しながら、体験的に表現セラピーについて学ぶ機会を提供する(各回の概要は表1に示した)。

対象者: A 大学大学院臨床心理学コース在籍中の大学院生 5名のクローズドグループ

ファシリテーター: JICTER のトレーニングを受けた臨床心理士1名および臨床心理士2名(経験年数3年~5年)

期間: X年10月~X+1年3月 17:45~19:45(月1回90分)

場所: A 大学大学院教室

方法: ①アンケート調査(5件法): グループへの安心感や、ワークショップへの満足感の程度、自己理解がどの程度深まったと感じているか。②グループおよび参加者の様子や発言に関する逐語記録。③コラージュ作品の自己分析: ワークショップの初期と終期に、同じテーマでコラージュを実施し、作品の変化の比較を行った。倫理的配慮: 参加者には、グループの守秘義務およびアンケートおよび写真の取り扱い等についての説明を十分に行い、同意を得た。

表1: ワークショップ概要

回数	内容	趣旨
#1 X年10月	①スクイグルのベアワーク ②作品袋の制作: 作品を保管するための袋を様々な画材を用いて制作する	・グループ表現セラピーの目的および趣旨の理解 ・ウォーミングアップ
#2 X年11月	①「私の安心」のアート: 「安心」をテーマに画材を用いて、湧いてきたイメージをアートで表現する ②「私のリソース」のコラージュ: 安心、自分の強みなどレジリエンスにつながるものを表現する	・自己理解 ・臨床家としてのコンピテンシ向上
#3 X年12月	①「自分の木」のアート: さまざまな画材を用いて、自分を木に喩えて表現する ②「みんなの森」のアート: 個々の「自分の木」の作品を生かしながら、ひとつの森を作り上げるグループワーク	・グループ表現セラピーの目的および趣旨の理解 ・自己理解の深化 ・グループ体験の深化
#4 X+1年1月	①「木」のワーク: 「自分の木」の作品を眺めて、自分と向き合う時間を取り、加えたいものを加える ②「木」のベアワーク: 互いの「木」を見せ、シェアリングし合い、それに基づいてギフトを作り合う	・臨床家としてのコンピテンシ向上 ・ベアワークによる他者理解および自己理解の深化
#5 X+1年2月	①「自分の器」作り: 素材(粘土)と触れ合うウォーミングアップ後、粘土で「自分の器」を形作る	・自己理解、自己内省 ・グループ体験の深化 ・臨床家としての自己理解およびスキル向上
#6 X+1年3月	①「私のリソース」のコラージュ: #2で実施したコラージュとの比較、自己分析 ②グループ体験プロセスの理解: 全体のセッションを振り返り、自分にとっての意味やグループ体験のプロセスについて共有する	・自己分析、グループプロセスによる変化の検討 ・感情理解およびおよびグループ体験の言語化

#### 結果と考察

アンケートの結果からは、参加者は、本ワークショップに参加することについて一定以上の安心感を得ており、グループ表現セラピーを通して、自己理解を深めることが出来ていたことが示された。

現時点では、ワークショップを実施中の段階であるため、文字データおよびコラージュ作品の変化については、当日報告を行う。

#### 主要参考文献

井上孝代・いとうたけひこ・福本敬子・エイタン・オレン(編)(2016).

トラウマケアと PTSD 予防のためのグループ表現セラピーと語りのちから: 国際連携専門家 養成プログラム開発と苦勞体験学の構築 風間書房

キーワード: グループ表現セラピー、クローズド・グループ、アートセラピー