

ホリスティック教育としての「体ほぐしの運動」に関する研究（その2） —描画分析を通して—

The Efficacy of “Karada Hogushi no Undo (Exercise for Relaxing Body and Mind)” as a Holistic Education (2) —From the view of drawings

隈元 みちる* 中島 利美** 松本 剛*
KUMAMOTO Michiru NAKAJIMA Toshimi MATSUMOTO Tsuyoshi

本論文では、ホリスティック教育としての体ほぐしの運動プログラムの効果を児童の描画という側面から分析した。心理臨床の場面では、描画は患者の状態を知るために大いに活用されてきている。Furth (1988/2001) は、心身の健康な人の絵画にもその人の無意識や身体の状態が現れるとして、3つの原則からなる分析方法を呈示した。本論文では、Furthの方法に従って、プログラム前後の児童の描画の分析を行った。児童の描画にはプログラム前後に変化が見られ、プログラムによって児童に一定の変容を促せたと考えられた。また、描画はより地に足のついたもの、多義的なものへと変化しており、プログラムによって児童が自我だけにとらわれない、より身体や無意識を巻き込んだ「ホリスティックな私」へと近づいたのではないかと考えられた。

キーワード：ホリスティック教育、体ほぐしの運動、描画

Key words: holistic education, “Karada Hogushi no Undo (Exercise for Relaxing Body and Mind)”, drawings

I. はじめに

筆者らは、ホリスティック教育としての体ほぐしの運動(1)(松本他, 2007)(以下、前報とする)において、体ほぐしの運動の成り立ちと、その「私全体」つまりホリスティックな私へと働きかける効用について述べた。さらに具体的な実施プログラムを紹介し、本プログラム実施による効果検証の必要性を指摘してきた。

本報においては、プログラムの実施による児童の変容について考察したい。質問紙法による効果の量的分析はまた別報に譲ることとし、本報では特に児童のプログラム前後の描画によって分析を行うこととする。

なお本報執筆に当たり、中島がプログラム及び描画を実施して、その際の児童の様子を書き留め、松本がスーパーヴァイズを行い、隈元が描画の読み取り及び全体の考察を担当した。

II. 体ほぐしの運動と描画

体ほぐしの運動は、前報で述べたとおりホリスティックな私を喚起するための一方略である。この体ほぐしの運動の前後に描画による活動を取り入れることはどのような意味があり、またどのような分析を可能とするのだろうか。

「絵を描く」というのは、人が生まれてから早い時期

に覚える重要な遊びであり、また表現手段の一つだといえる。重篤な病気を患った子どもたちの描画を研究したスーザン・バッチは、子どもの絵を取り上げる理由について、子どもは概して絵を描くのが好きであり、大人のように自意識過剰になったり抑制が働きすぎるといったことがないから、と述べている(Bach, 1990/1998)。バッチが述べるように、学校に入り大人になるにつれ、だんだんと「自分は絵が下手だ」「思った通りに描けない」「恥ずかしい」といった感情が生まれ、絵を描く機会から遠ざかることも多い。それでもやはりある時、どうしてもなく絵を描きたい衝動に襲われたり、あるいは人の描いた絵を見て大きな衝撃を受けることがある。絵とはそのような力をもつものなのである。

心理臨床の場で、患者の自由画に関心が持たれはじめたのは20世紀初頭であり、当初は、絵画の特徴と特定の精神疾患とを関連づけることに力点が置かれていた(Bach, 1990/1998)。最近では、バウムテスト、HTPテスト、家族画、風景構成法など数え上げればきりがなほど多くの描画テストが考案され、それぞれの現場で大きな役割を担っている。これらは主として、描画から発達段階やある場面での適応状態を知るために使われるものである。しかし、例えば風景構成法は、テストという性格だけでなく絵を描くことそのものもつ治療効果を

も期待する(山中, 1984)。テストとして一方的に診断の材料とするだけでなく、人と絵、絵を介した人と人とのやりとりを重視する描画法のあり方とあってよいであろう。スーザン・バッハは、さらにその考え方をすすめ、絵にはその人自身も知らない身体の状態や無意識が表現されているとし、その絵を読み解くための方法を提示した(Bach, 1990/1998)。

ここまで述べてきたものは、もともとは臨床現場で患者の絵を読み解く方法として洗練されてきたものである。しかしその研究の途上で、Furth (1988/2001) は患者だけでなく心身ともに健康な人の描画にも、重要な無意識的内容が表現されていることが明らかになった、としている。そして、「絵はすべて、人のところや無意識内容に通じている (p.47)」として、自由画だけにとどまらず様々な教示によって描かれた絵にも、無意識内容が表現されると述べた。

プログラム前後の児童の描画を読み取ることによって、質問紙法による意識的・行動的な変化の測定に留まらない、ホリスティックな児童の変容を捉えることが期待できる。

Ⅲ. 描画方法と指標の変化

1. 対象 A 小学校5年生31名(男子15名, 女子16名)
2. 実施場所と期間 体ほぐしの運動プログラムは、X年6月第3週～第4週にかけて1回45分×6回をA小学校体育館で行った。描画は、プログラム実施の前日と翌日に、対象となる児童の教室で行った。実施時間は各15分ほどであり、全員が鉛筆をおき、描画を終えた時点で終了とした。
3. 描画の手続き 学校での児童のあり方や友人との関係性を見るために、Prout&Phillips (1974) の動的学校画法 (Kinetic School Drawing : KSD) を、「友達と何かをしているところを絵に描いてください。人物は棒人間にならないようにしてください」という児童にわかりやすいような教示にして実施した。集団で実施し、A4の用紙と各々の鉛筆及びケシゴムを使用した。児童からの「どんな風には書けばいいの？」等という質問には「思った通りでいいよ」と答えた。描画終了後、一人ずつ手渡しで回収した。
4. 指標の変化 Knoff (1985/2000) に従い、特徴10項目・行為2項目・様式8項目の計20項目(表1)の指標を取り上げて比較検討を行った。評定は、現職の教員1名および心理臨床を専門とする大学教員2名の協議によった。この評定結果について、プログラム実施前・後の比較を行うためMcNemar検定を行ったが、全体として有意差が出た項目はなかった。

表1 描画分析の指標

特	陰影・殴り書き	行為	行為
	編み目		程度
徴	部分的誇張	様式	区分
	部分的省略		折り紙
	表情		包囲
	衣服装飾		辺縁
	大きさ		人物下線
	人物の傾き		上部の線
	正確すぎる描画		下部の線
	筆圧		紙上の場所

Ⅳ. 描画の読み取り

ここでは、描画を無意識由来の表現として扱い、Furth (1988/2001) の方法に則って読み取った。彼は、「絵の解釈に必要なルールはただ一つ。人は絵の語ることをただ「聞く」だけでよい」述べた上で、3つの原則を呈示している。

第一の原則：常に絵の第一印象に注意を払うこと。絵を解釈するのではなく、むしろ自分が最初に抱いた感じに集中すべきである。

第二の原則：研究者として振る舞うこと。絵の表現を客観的に、注目点を体系的に見ていくべきである。

ここでの注目点とは、以下のようなものを指す。「その絵からどんな感じが伝わってくるか」、「何が奇妙か」、「障害物」、「何が中心に有るか」、「大きさ」、「形のゆがみ」、「複数有るもの」、「視点」、「絵の中に自分を移してみる」、「陰影付け」、「エッジング」、「周りの世界と比べてみる」、「時期はずれ」、「カプセル化」、「延長物」、「絵の裏側」、「下線付け」、「消去」、「絵の中の言葉」、「上端を横切る線」、「透明性」、「動き一軌跡」、「抽象的なもの」、「充実vsからっぽ」、「木と年齢」、「絵を重ねてみる」

第三の原則：個々の構成要素から分かった内容を総合し、一つの全体へとくみ上げること。

31名の児童の描画の中から、特徴的なものを3人分取りだし、プログラム前後の描画の読み取りを上記の方法に則って行う。また現実場面での様子も併記し、描画との関連について考察する。

なお、プライバシー保護のため児童の名前はすべて仮名とし、描画の読み取りに支障のない範囲で内容を一部改変してある。また、図1～6は筆者らによる模写である。

1. 雅美(仮名)

【前(図1)】「委員会の仕事をしている」という題の絵である。活動画面いっぱいに理科室の様子が描かれ、その中段右に「私」、左にもう一人の友達が描かれてい

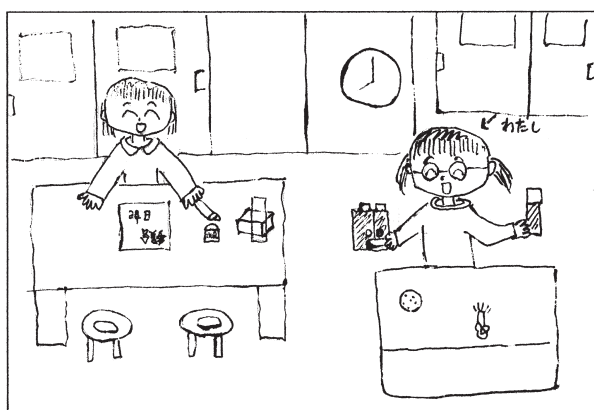


図1 雅美（前）

る。「私」は蛇口をひねって両手にピーカーのような実験用具を持ち、洗おうとしているところのようである。左側の友達は、「委員会日誌」を机に出して、座っている。

描かれている二人はどちらも明るい表情であるが、特徴的なことに、彼女ら二人共脚が描かれていない。「私」は洗面台、友達は机によって、それらの脚が覆い隠されているのである。脚は人間が、地に立ち、またある場所から別の場所へと移動するために重要な役割を持つ。それが描かれていないことはどのような意味を持つのであろうか。Furth (1988/2001) は、足のない母親像を描いた女性の絵を紹介し、その女性のコメントが「母は自分の二本の足で立てない人」であったことを紹介している。また隈元 (2005) も足を描かなかったアレキシサイミアの女性の絵の変化を論じた。足とはつまり、自分が自分として確かにあることを象徴するものと考えられることができるだろう。また、絵の中で足を覆い隠しているのが、机や理科室の洗面台であるというのも注目すべき点であろう。彼女にとって、学校の備品（あるいは学校が象徴するものそのもの）は、彼女が自身を十分に一人の人間として立たせるための障害物になっている、と考えられるのである。

壁に大きく掛けられた8時を指す時計も目をひくものである。時計はドアよりも低いところに描かれており、彼女が無理をしてでもこの時計を描きたかった気持ちが表れている。画面の中で時計を描く線の筆圧が一番高いことも、これを裏付ける証拠となるだろう。時計は、工業化され、組織化された社会にのみ必要なものである。逆に彼女が、時計がないと不安な状態である、と考えれば、その神経質にならざるを得ない状況、自身の中の規律に縛られて自由になれない様子が伝わってくる。Knoff&Prout (1985/2000) は、時計が示すものを「時間についての一般的認識」であるか、あるいは「規律や社会構造、非人間的な教師特有な時間の圧迫」であると述べている。ここでは後者と捉えることが適当であろう。時計と共に

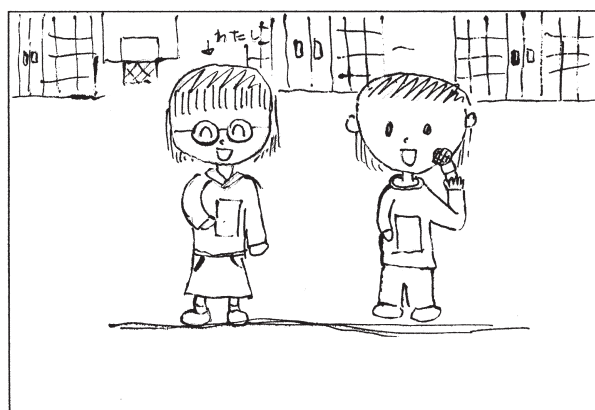


図2 雅美（後）

「委員会日誌」「けしごむ」と多くの文字が絵の中に書かれているのも、彼女の几帳面さとする種の硬さ、そして自由になれない感じを感じさせる。ただ、机の上に置かれた箱—これは何度も書き直しの後がある—が斜めになっているところに、何とか自身を縛るものから自由になりたい、という切実な彼女の願いをみる思いがする。絵の中で水平-垂直軸からはずれているのは、この箱だけである。彼女が自身の足でしっかりと地面に立ち、そして自由な彼女自身を発揮できるようになること、それが雅美にとって一番重要なことである、と言えるだろう。

【後（図2）】「体育館で委員会の練習をしている」絵である。一見して【前】との違いが明らかなのは、「私」と友達の両者に足があることである。「体育館」は、今回のプログラムが行われた場所でもある。プログラムは多少なりとも、彼女が彼女であることを実感するために寄与できたのであろうか。【前】の「仕事」から、今回は「練習」である。同じ委員会関連の題材だが、やや緊張が下がったことを意味しているのかもしれない。

【前】にあれば強調されていた時計も、今回は見あたらない。この絵を見ていると、放課後に友達とああでもない、こうでもないときゃあきゃあいいながら「練習」している様子が浮かんでくる。まだ「遊び」とまではいえないが、自由度が増し、彼女本来の姿を示せるようになってきたのではないかと想像させる。

ただ、やはり若干の不安感があるのであろう。人物の下には薄く何本かの線が引いてある。バウムテストでも、地面のラインを描くのは不安があり他からの保証を求めようとするものと解釈される（高橋・高橋、1986）。Furth (1988/2001) も、下線付けの意味を、地に足のついていないことが多い人を補強するための表現としている。こうしてみると、やはりまだ何の支えも無しに彼女らが二本の足で立つのは難しいようであり、さらに彼女が「立つ」ための援助を求めているのではないかと考えられる。ただ、「私」と友達の間にあった机などの障

害は取り除かれ、お互いの距離も随分近くなっている。自身の足で、自分らしく「立つ」ために、友達が欠かさない存在であることは、彼女の中にしっかりと根付いたようである。環境にとらわれずのびのびと、彼女らしく生活している彼女の姿に、いつか会ってみたいと思える絵である。

【現実場面での様子】雅美はそれまで、友達に対して自分から声をかけることはほとんど無く、いつも集団に後ろからついて行っているような状態だった。雅美自身も友達関係について、「何とかしたい」と思っていたようだが、現実にはなかなか自分を表現できないことが続いていた。

体ほぐしの運動プログラムの第一時における、互いに居心地の良い距離を見つける『近づいたり離れたたり』の活動時には、雅美の有り様を象徴するかのようなことが起こった。近づいてくる男子に、雅美は顔ではとまどいを表すものの自ら後退することはなく、大丈夫と思ったその男子がさらに近づいてきて、最後には雅美が泣き出してしまったのである。実施者がすかさずフォローしたこともあり、それ以後プログラムの中で少しずつ自分を出しながら友達と関われるようになっていった。6時間のプログラム終了後には、「少し気持ちがリラックスするようになってきた」「初めは恥ずかしくて何もできなかったけれど、やっていくうちにだんだんいろんなことができた」と述べた。また、「今までとても緊張していたり、仲間を作れなくてとても恥ずかしかった。でもやっていくうちに友達が男女いっぱいふえて、体育をやった良かったなと思った。」との感想も記述している。

2. 徹（仮名）

【前（図3）】一見してエネルギーに乏しい絵である。友人とサッカーをしているところを書いているのであろうが、絵の中心にあるのは、ひよろひよろっと宙に浮かぶサッカーボールである。足下にあるボールは、きれい

な球形に描かれているが、真ん中に浮かび上がったボールは、書き直しの跡が見える上に、形も歪み、模様までもかすんでいる。まるで脳みそのようにもみえる。きちんとした丸いボールを書く能力が示されているのだから、この歪みは必要な歪みなのであろう。

左側に描かれた「自分」に目を移してみる。最初に気付くのは、逆立った髪の毛と、うつろな目、左手が欠けていることである。左手は、後ろ向きに描かれた跡もあるが、それは消され結局前に突き出す一本の線しか残らなかった。彼は右足でボールを蹴ろうとしている。何とかボールのところまで足を届けようと奮闘した跡が見られる。彼の胴のあたりにたなびく線は、「動き」を表すためであろうか。しかし、遠目に見ると彼はさも逆行する川の中において身体を奪われているようにもみえる。奇妙なことに徹のTシャツのゼッケンの数字は逆向きである。逆向きの2という数字は、彼にとってどんな意味を持つのだろうか。

画面右側に描かれているのは、ゴールに囲まれたキーパーである。キーパーは、手を大きく横に広げ、右手はゴールの線をも突き抜けてゴールを守っている。キーパーの目は、徹と比べ少なくとも意思を持っているように感じられる。ゼッケン番号は4。Bach (1990/1998) は、絵の中の数字に注目し、その特別な意味を考慮するように求めている。彼にとって、逆さの2、そして4にはどのような意味が込められているのだろうか。実生活に照らして考えてみなければならないだろう。さて、もう一度キーパーに目を戻すと、動きのあるはずの徹より、ゴールという檻に三方を固められているキーパーの方が自由であるように感じられる。

徹は何かボールを蹴ろうとするが、そこにはやや無理があり、蹴られたボールも飛んでいく先をうまく見つけることができないでいる。この絵からは、ゴールが決まりそうな予感も微塵も感じられない。とりあえずなすべきことにもがき、自分では何がしたいのかをじっくりと感じる間もないまま動き続けている、そんな状態が描

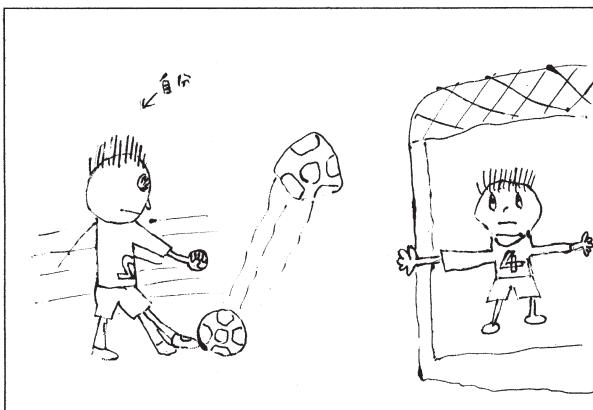


図3 徹（前）

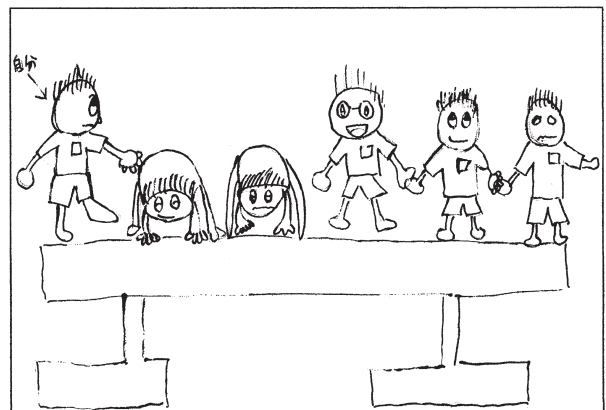


図4 徹（後）

かれているようだ。「逆さの国」は死者の国でもある。ボールに込められた魂は、どこに飛んでいくのだろうか。

【後（図4）】平均台遊びの絵である。一番左端にいる「自分」が、これから平均台の上でかがんでいる友達の上を越えていこうとしている。友達は5人おり、自分と合わせて6人の絵である。2と4がきちんと足しあわされたようである。

最初に目につくのは、それぞれの子も達がそれぞれの表情をしていることである。「自分」にも意思が見える。名札に名は書かれていないが、目にははっきりとした黒目が入った。口は真一文字に結んであり、この難題に挑もうとする様子が見られる。今回は指が見えないながら、後ろ手に右手が描かれ、左足をあげていざ渡らんとしている。最初にかがんでいる友達は、足下はややおぼつかないながら、指をしっかりと広げて平均台に捕まっている。2番目の友達は、かがむ姿勢に疲れたのだろうか。口をへんの字に曲げて耐えているようである。3番目の友達からは、まだ立ったまま成り行きをみている。2番目の子ども以外、子ども達の足はやや平均台から浮いている。3番目の友達は、口を大きく開けて、楽しそうな様子だ。4番目の友達も前後の友達と手をつなぎ（左手には指まで見えている）落ち着いている様子、最後尾の友達は、口を振るわせ、目も大きく見開いて、左足は平均台から早くおりたげに腰を引いている。

それにしてもなんと高い平均台だろう。皆の背丈ほどある高さである。徹の感じる安定感は、まだまだ十分とはいえないだろう。それでも、足取りはしっかりと、様々な表情を捉えることができるほどには、「この世」に着地した、と言えるのではないだろうか。

【現実場面での様子】徹は、体格が良く、体を動かすことがあまり得意ではなかった。体育にも苦手意識を持っていた。しかし体ほぐしの運動プログラムでは、その出来を気にせずに運動に取り組むことが出来た。プログラ

ム中盤では、授業終了後に「体を動かしてスッキリした。気持ちいい。」と述べている。第6時に行った、平均台の上にグループ全員が乗り、指定された条件に従って並べ替えをする『バランスラインナップ』が、徹にとって特に楽しかったようである。これまでの体育で味わったことのない楽しさだったようであり、プログラム終了後も何度も繰り返しその話をしていた。

プログラム終了後に変化した点として、徹自身が「みんなと色々な活動が出来るようになった」と記述している。学級での対人関係にも広がりが見られており、休み時間などに屋外で活動する機会が増えている。

3. 沙耶（仮名）

【前（図5）】一見すると、画面に何人もの子ども達が溢れ、にぎやかな絵である。しかし、次の瞬間画面が空疎に見えてくることに気付く。その印象は、それぞれの子も達が同じ場所にいながら、それぞれ別のことをしていることから来るのだろう。彼女は自身の名を書いて自分の存在を示しているが、今滑り台をまさに滑っているところである。「きゃーっ」という声が聞こえて来そうな表情である。洋服には天使の羽根が描かれ、靴のひもまで細かく描かれている。そんなに高い滑り台なのだろうか。彼女の後ろには、もう一人友達が滑り台を滑ってきている。同じような表情だが、歯を食いしばっているようにも見える。そして彼女の手足は、隠されている。「手」の持つ意味を考えてみると、手は人間がその活動を行うために必要なもの、人と関わるための手段と考えられる。Furth（1988/2001）は「手のない母親」を書いた女性のコメントを紹介している。それは、「小切手の書き方や車の運転の仕方さえ知らない依存的な女性」としての母親像であった。Toyoda（2006）はさらに、おとぎ話や芸術作品を読み解く中で、「手」が女性にとってその霊性及び創造性に深くつながるものであることを示している。手はこれほどまでに、重要なものなのであるが、沙耶の絵には、それがいくつか欠けている。沙耶

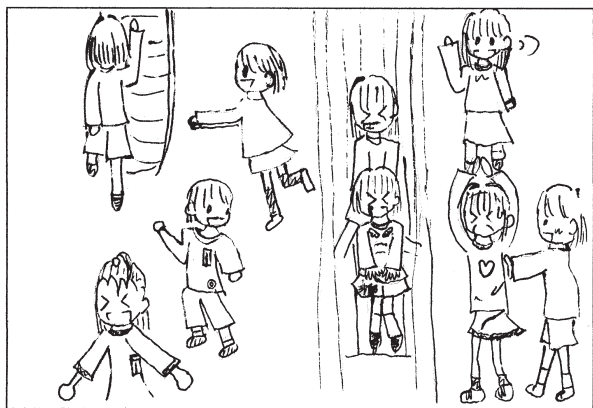


図5 沙耶（前）

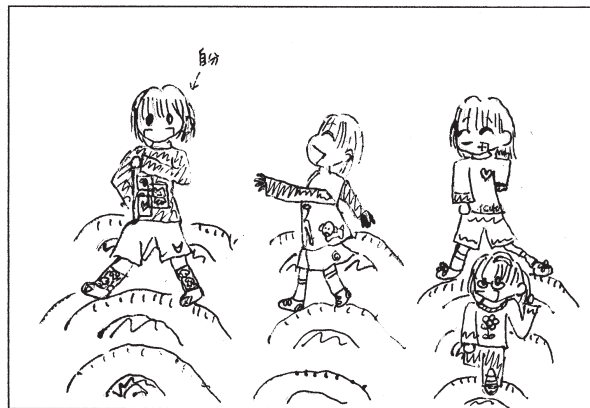


図6 沙耶（後）

は今「手」のもつ力を発揮できないでいるのではないだろうか。

さて、画面に戻ると、他の友達達もそれぞれの遊びに昂じている。画面中央の子は、滑り台に続く階段の方へ走り寄っている。その左手には、階段を上ろうとしている友達の姿もあるが、その表情は見えない。画面中央下部には、この中でただ一人ズボンをはいた友達の姿が見える。洋服には名札が付けられ、洋服の下の方には、小さく二重丸がついている。その左下には、もう一人女の子。画面全体がほぼ迷いのない線で描かれている中で、この友達については、何度か書き直しの後が見られる。髪の毛の形も特徴的で名札もついており、たぶん彼女がアンビバレンツな感情を抱く友達の描写なのだろう。この友達の足は画面からはみ出しており（描かれておらず）、そのことをいっそう意識させられる。

滑り台の右手には、3人の友達。上部に誰かに声をかけようとしている女の子。下部に二人、友達にタッチをしていること、タッチをされて、手を挙げ、「えーっ」という声を出していきそうな冷や汗をかいた女の子。「バナナオニをしているところ」という絵の題が付いている。そうすると、一番右手の女の子がオニなのであるだろうか。オニはタッチしながらも、どこかうろたえているようにも見える。

オニは、古来から日本の神事芸能に欠かせない存在であった。昔話の『一寸法師』や『桃太郎』に描かれているように、オニはただ怖いもの、恐ろしいものというだけでなく、退治された後に金銀を分け与えるなど豊饒を与えるものという二面性を持つものである。里の外に住む異質なものでありながら、オニの存在によって里の新陳代謝が進められる欠かせない存在であるともいえよう。里の者は、怖れながらオニを崇めたのである。そんなオニの存在を感じながら、もう一度画面を見ると、彼女自身の洋服にある小さな羽根が大きな意味を持っているように感じられる。天使は人ではない、という意味でオニと同じであるが、反面天使は二面性を持たない（二面性を持つ者は、墮天使として天使そのものからは区別される）。清いもの、人に神の恩寵や信託を告げ、悪魔を追い払うものとして一義的な存在で有り続けるのである（De Vries, 1974/1984）。一見楽しそうなこの絵から受ける空疎な感じは、彼女の放つ「学校は楽しいもの」「友達とは仲良し」といった一義的な言葉に収束させようとする雰囲気から来るのかもしれない、と感じられる。

【後(図6)】上部1/4程の空白があり、下部が詰まっている印象を受ける絵である。絵の重心が下の方に有ると言えようか。画面には、4人の女の子が描かれている。人物は【前】のものに比べると大きくなり、それぞれの特徴が細かく書き込まれている。一番左端にるのが、

「自分」。黒目が描かれ、生気が感じられる絵になってきている。特徴的なのはその服装である。まばらな線によって塗られた上着には、ネコと何かの模様のアップリケが付いている。キュロットには、「？」の徴、そして靴下は髑髏模様である。天使の羽とはまるで逆の象徴があらわれている。左手は握りしめられ、右手は背中に隠れて見えない。彼女の手がその力を取り戻すにはもう少し時間があるのであろう。手の特徴は、他の3人の友達にも見られる。真ん中の友達は、ハート柄の靴下と渦巻き印のキュロットをはいているのだが、左肩がずれやや下方についている。ハートの印の上着を着た右上の友達も右上腕部が隠れ、その後ろからわずかに指をのぞかせている。花柄のTシャツの右下の友達も、手は握りしめられている。「タイヤ鬼」は、タイヤの下は地獄、という遊びである。当然友達とは地続きでなく、一人一つのタイヤに乗ることしかできない。【前】で描かれたバナナオニよりも、足下がおぼつかないという実体験と遊びのテーマが一致していることが大きな変化であろう。彼女にとって、友達との間には恐ろしい海溝が広がっている、という思いが意識近くまで浮かび上がってきているのかもしれない。その距離は、可愛らしい服装をした友達と、髑髏模様を纏った彼女自身として描かれている、とも考えられるだろう。どこか一義的で、表面的な感じをもたらした【前】のものに比べると、より自身と友達を実感として意識するようになっていこうと考えられよう。それは、彼女にとってこれまでは回避してきた姿勢だったのではないだろうか。「私」と「あなた」の間にある、深くて暗い—地獄のような—溝。それを意識して初めて、その海溝の上に手を伸ばし、「あなた」とつながろうとする姿勢が生まれるのかもしれない。画面中央の女の子の上着には、小さく、やや薄いタッチで子犬が描かれている。この子犬の表情は何とも自然である。笑うことも、ほえることもなく、ちょっと未来をいぶかしげに見るようなそんな顔をしている。そしてその前に1/3程見えている人の姿。この犬と人が正面から描かれる日が楽しみである。

【現実場面での様子】沙耶は、体ほぐしの運動プログラムの時にも、ペアやグループ作りに自分から動こうとせず、いつも最後まで残る存在であった。いつも誰かが声をかけてくれるのを待っていた。しかしそれでも、毎回プログラム終了時には、「心身の安定感」や「集団に対する帰属感」が上昇していた。

プログラム終了後に変化した点について、沙耶は「みんな仲良くなった。みんな活動しているときに楽しそう」と記述している。

プログラム終了後、日常生活において、それまであまりグループに加わらなかった沙耶が活発な女子グループ

に加わり、友人関係が大きく広がった。それとともに自分に対する自信が深まり、学習面でも飛躍的な伸びが見られた。

V. 考察

体ほぐしの運動プログラムの前後の児童の絵を読み取り、現実場面での様子を併せて記述してきた。ここでは絵と現実場面の関連について論じ、その上で体ほぐしの運動の効果について考察する。

雅美の描画は、緊張感が高く自由度が低いことが特徴であったが、現実場面の様子からもそれは裏付けられている。プログラムによって、自身の感情や身体反応をもう一度再確認し、その上で他者と関わる体験をしたことが、雅美の緊張感を緩和させる要因になったと思われる。また、自分を実感し直したことが、自信にもつながり、新たな人間関係を作り出すための一歩が踏み出したのではないかと考えられる。

徹の描画からは、課されたことに取り組むことに精一杯で、それが何を意味するのか、何のためにしているのかということが了解されないまま不安定な状態あることが読み取れた。徹にとっては、これまでの体育もそのような「なさねばならぬこと」の一つにすぎず、楽しみを感じられるようなものではなかったであろう。しかし、体ほぐしの運動プログラムでは、まず自身を体感することが重視され結果としての出来には重点が置かれなかった。それによって、徹はほとんど初めて、身体を動かすことが楽しい、と身体とところの一致を体験したのではないだろうか。第6時の様子は【後】の絵にも描くほどに印象深かったと考えられ、課されたこととしてではなく自分から取り組む様子が描画の表情からも伝わってくる。プログラムによって、徹が自分自身にしっかりと根ざし、そこから外界とつながるための端緒についた、と言えるのではないだろうか。

沙耶の描画は、多くの友達が描かれているのにも関わらず、どこか空疎な印象を受けるものであった。現実場面でも、多くの友達に囲まれてはいるものの自分からは関わろうとせず、受動的な様子であった。毎回のプログラム終了後には、「心身の安定感」「集団に対する帰属感」が向上するものの、感想ではやはり「みんな楽しそう」とどこか自分とは乖離した感想が述べられている。ただ、【後】の描画においては、自我の状態だけではない部分が描かれている。つまり自分が本当は「一人」であること、「他の誰でもない私」であることを自覚しつつある状態である。これは、沙耶のその後の変化の先取りになっているのではないかと考えられる。これまで避けてきたと思われるそのような実感に、プログラムによって気づいたことが重要であったのだろう。

現実場面と描画を検討すると、各々は相互に関連し合っ

ていることが見て取れる。また描画の読み取りによって、現実場面に見られることや、本人が語ること以上の状態をも捉えることが可能であった。

これらの分析の結果、プログラムの前後には3人ともに描画に変化が見られており、身体ほぐしの運動プログラムによって、児童に一定の変容を促せたのではないかと考えられる。さらに、描画はより地に足のついたもの、多義的なものへと変化していることから、プログラムによって、自我だけにとらわれない、より身体や無意識を巻き込んだ「ホリスティックな私」に近づくという目的が達成されたといえるのではないだろうか。

VI. おわりに

筆者らは、体ほぐしの運動をホリスティック教育の一つとして考え、そのプログラムを紹介した（松本他、2007）。本報においては、プログラムの実施による児童の変容について、プログラム前後の描画によって分析を行った。その結果、身体ほぐしの運動プログラムによって、児童が自我だけにとらわれない、身体や無意識を巻き込んだより「ホリスティックな私」へと変容する様子が見られた。

最後に、体ほぐしの運動の呼び水としての描画のもつ意味について触れておきたい。筆者は、プログラム前に絵を描くことによって、身体が開かれていくという効果もあったのではないかと考える。徳田（1984）は、描画における「書く」という行為、つまり手を動かし目で見るという「身体感覚」は、イメージ体験にとって大きな役割を果たしている、と述べる。描画もその一つであるイメージ体験と身体感覚は分かちがたく結びついているのである。河合（1991）も、イメージ体験は「ばらばらになって切れている」人間の心と身体を結ぶ重要な役割をもつと述べ、自我が身体から遠くなった現代人にとってのイメージ体験の重要性を述べている。

このように、イメージ体験と身体性は相互に作用し合うものであり、李（1997）はその関係は、無意識のレベルが深く関与するにつれて、身体感覚を喚起しやすくなるものであると述べている。描画を取り入れることで、よりホリスティックな私への関与への準備が可能になる、と考えられるのではないだろうか。

今回の体ほぐしの運動プログラムと描画は、1) イメージ（描画）を使って、より無意識が自由に意識に入り込めるようにすること、そして、2) 体ほぐしの運動によって、さらに意識と無意識の疎通性をよくすること、の2つの相乗効果があったと言える。それらを通して、よりホリスティックな私への変容が起りえたのではないだろうか。

ホリスティック教育としての体ほぐしの運動については、やっと研究の糸口についたところである。今後さら

に事例を増やし、考察を深めていきたい。

【文献】

- Bach, S. (1990): Life Paints its own Span - On the Significance of Spontaneous Pictures by Severely Ill Children. Susan Bach Stiftung and Daimon Verlag, Einsiedeln. (生命はその障害を描く, 老松克博・角野善宏訳 (1998) 誠心書房)
- De Vries, A. (1974): Dictionary of Symbols and Imagery, North-Holland Publishing Company. (イメージ・シンボル事典, 山下主一郎主幹 (1984) 大修館書店)
- Furth, G. M. (1988): The Secret World of Drawings: Healing Through Art, Sigo Press (絵が語る秘密ーユング派分析家による絵画療法のでびき, 角野善宏・老松克博訳 (2001) 日本評論社)
- 片畑真由美 (2003): 身体感覚がイメージ体験に及ぼす影響, 心理臨床学研究, 21 (5), 462-470
- 河合隼雄 (1991): イメージの心理学, 青土社
- Knoff, H.M. & Prout, H.T. (1985): Kinetic Drawings System for Family and School: A Handbook, Western Psychological Services. (学校画・家族画ハンドブック, 加東孝正・神戸誠訳 (2000) 金剛出版)
- 松本剛・中島利美・隈元みちる (2007): ホリスティック教育としての体ほぐしの運動に関する研究 (1), 兵庫教育大学紀要, 第31巻, 43-48
- 隈元みちる (2005) 心身症を契機とした「身体」についての一考察, 生徒指導研究, 第16号, 51-59
- 高橋 雅春・高橋 依子 (1986): 樹木画テスト, 文教書院
- 徳田良仁 (1984): 芸術・箱庭・図式的投影法とイメージ療法, 水島圭一・小川捷之編, イメージの臨床心理学, 誠信書房, 81-132
- Toyoda, S. (2006): Memories of Our Lost Hands: Searching for Feminine Spirituality and Creativity, Texas A&M University Press.
- Prout, H.Y. & Phillips, P.D. (1974): A Clinical Note: The Kinetic School Drawing. Psychology in the school. 11, 303-306.
- 李敏子 (1997): 心理療法における言葉と身体, ミネルヴァ書房
- 山中康裕 (編) (1984): 中井久夫著作集 別巻 (1) H・Nakai風景構成法, 岩崎学術出版社