幼児を対象とした箱庭遊びの試み

A report of *HAKONIWA* play for young children

杉　山　幸　子

要約　表現することには、心を開放し、癒し、成長へと向かわせる力がある。その意味で、「箱庭」は優れた表現技法であり、子どもから大人まで手軽に楽しく行えるという利点もある。本稿では、まず箱庭療法と遊びとしての箱庭の関係について考察し、次いで、筆者が幼稚園と短期大学の学生祭で実施した箱庭遊びについて報告する。箱庭において、子どもが安心して行える環境づくりが重要であること、また、子どもの箱庭遊びを見守ることは、学生にとって（保育者にとっても）子どもを理解する上で有益であることが確認できた。

1. 箱庭遊びとは

（1）　箱庭療法の概要

心理療法のひとつに箱庭療法があることは、臨床の関係者だけでなく、一般的にも広く知られている。両腕で抱えられる程度の砂の入った箱（57 × 72 × 7 cm）の中に、ミニチュア玩具を好きなように並べて自分のイメージを表現するというもので、箱の内側が青色に塗られているので、砂を掘って川や湖などの水を表現することもできる。ミニチュアには用具として市販されているものもあるが、その他に治療者が自分でいろいろと集めたものを用いることができる。

箱庭療法は遊戯療法や芸術療法に位置づけられることもあるが、木村（1985）によれば、表現療法のひとつであり、絵画療法と遊戯療法の間に位置するものである。絵画、箱庭、遊戯ともに非言語的な表現である点が共通しているが、箱庭の優れた点としては、遊戯とは違って子どもだけでなく青年や大人にとっても魅力的であること、絵画のように技術が必要でないため、誰にでも手軽に楽しく表現ができること、砂に触れることそのものが緊張を和らげ、治療的効果をもつことがあげられる。

箱庭療法の原形は、イギリスのローエンフェルト（Lowenfeld, M.）が1929年に子どものための治療技法として発案した「世界技法（World Technique）」に求められる。その

後、スイスの心理療法家のカルフ（Kalff, D.）がユング心理学を理論的基礎として、大人にも効果のある心理療法として発展させていった。海外では「砂遊び療法」（英 Sandplay Therapy, 独 Sandspiel Therapie）というが、これを「箱庭療法」という名前で日本に導入したのが河合隼雄である。

アメリカでは砂遊び療法が世界テスト（World Test）という心理テストとして発展した経緯もあるが、河合は日本に紹介する際に、西洋的な解釈理論を無理に当てはめる危険を冒すことのないように配慮を重ねた。そのため、一般に箱庭療法では治療者は解釈を慎み、クライエントの表現した世界を共に味わい、感じとるべきであることが強調されており、治療者の役割は基本的にクライエントを温かく見守ることだけである。

（2）　箱庭療法と遊び

箱庭療法は日本においてめざましい普及を遂げ、現在は相談所、病院、学校や企業のカウンセリングルームなど、さまざまな場で活用されている。その理由として、河合による導入の仕方が適切だったこと、生け花や盆栽などの伝統的な文化から窺われるように、非言語的・視覚的・具体的な表現方法が日本人に適していたことが指摘されるが、そもそも日本には「箱庭」という、箱の中に小世界を作る遊びが存在したことも大きいだろう。

箱庭という言葉には、箱庭療法についての知識の有無にかかわらず、日本人のイメージに訴える力がある。そのため、小説や漫画、ゲームなどの媒体で使用されることも多いようだ。とはいえ、現在では実際に箱庭を作った経験のある人は少ないだろうが、明治時代には庶民の遊びとして浸透しており、おもちゃ屋や夜店で「箱庭セット」のようなものも売っていたという（田中，2004）。河合隼雄が砂遊び療法に箱庭療法と命名したのも、ここから来ているのである。また、箱庭に類似したものとして「盆景」があるが、こちらは水盤のようなものに風景のミニチュアを作って飾るものであり、生け花に類似した伝統芸術と考えられる。

古い文章で、幼稚園に箱庭を導入することを提言している興味深いものがある。野口（1909）の紹介する箱庭は箱を使った盆景のようなもので、手軽で面白く、自然に親しむ遊びとして大いに推奨されている。SK生（1916）も同様で、箱庭は粘土細工の形成と積み木の立体配列と絵画の描出の3つの興味を合わせたものだという。

このように見ていくと、日本には箱庭療法の下地となる文化が存在していたことが了解される。ただし、遊びとしての箱庭の場合、作ること自体が楽しいのはもちろんだが、出来上がったものを鑑賞するという要素が強いため、この点はやはり箱庭療法とは異なっている。現代版の箱庭としては、親子を対象としたワークショップなどで、ドングリや松ぼっくり、木の枝、石などを使ったクラフトとして作る活動がインターネット上で散見される。

（3）　箱庭遊びの実践例

筆者が試みる箱庭遊びは、クラフトとしての箱庭づくりと箱庭療法の中間に位置付けられるものであり、簡単にいえば、箱庭療法の用具を用いた遊びである。伊藤ら（2012）が述べるように、子どもの箱庭づくりには砂遊

びから人形遊び、戦いごっこ、風景構成、ミニチュアのコラージュなどのさまざまな位相が含まれる。箱庭遊びは治療目的ではなく、あくまで遊びであるが、このようにして存分に遊ぶ（表現する）ことが子どもの気持ちの安定や成長につながることを期待している点で、鑑賞を主目的とする箱庭クラフトとは異なるといえる。

箱庭遊びを保育に取り入れている例としては、徳島のくるみ保育園がある（吉田・盛・吉田，2001）。ここでは園長がカウンセリングと箱庭療法を学んだことを契機に、箱庭を保育に導入したいという願いを抱き、そこから数人の保育士が研修を受けて、園内で「箱庭で遊ぶ」保育活動を実施するに至ったという。専用の部屋を設け、子ども一人ずつ、担当保育士が見守るなかで制作する形をとっているので、やり方は箱庭療法そのものといえる。保育園のホームページを見ると、年長児を対象に月２回ずつ行っているようである。

幼児対象ではないが、よりラフな形で箱庭を教育場面に取り入れた例として、小学校の校長室で箱庭遊びを行えるようにしたものがある（鈴木, 2001）。鈴木は過去に教育センターの教育相談室で箱庭療法を経験したことがあったため、開放していた校長室に将棋やけん玉に加えて箱庭の用具を置いてみたところ、そこで多くの子どもが箱庭遊びに熱中したそうである。作るのが休み時間や放課後の短い時間であること、制作中に電話や人の出入りがあること、複数の子どもが一緒に作ったりすること、校長は部屋にはいても制作をずっと見守ってはいないことなど、多くの点で箱庭療法のルールから外れているが、鈴木の報告からは、それでも箱庭が子どもたちに大きな意味をもっていたことが窺われる。

この例でも分かるように、療法という枠を離れて考えれば、箱庭は実施するのに格別の困難はない。必要なのは、用具とそれを置く空間と、見守る大人の存在だけである。鈴木は見守っていなかったと言っているが、おそらく場所が校長室という学校の中でも特別な部屋であったことが、子どもに「守られている」感覚を与えたのではないだろうか。

一方、上記のような形ではなく、通常の保育や教育の中でクラス全体で箱庭遊びを行おうとすると、用具の点で大きな困難が生じる。たとえ何人かで一つの箱庭を作るとしても、大勢が一度に行えるだけの用具を揃えることは現実的にきわめて困難だからである。この問題を解決するために編み出されたのがコラージュ療法だが、山上・岡田（2010）は独自の工夫で「ざる箱庭遊び」を考案している。これは小さな丸いざるに紙粘土を盛って形作り、その上に自分の好きなアイテムを置いたり彩色したりして物語を作るという活動である。砂遊びという動的な側面が抜け落ちてしまうため、アートクラフトに近いものとなるが、「心が満たされるための学級での表現活動」として行われている点で、箱庭療法のエッセンスを残しているといえよう。

2.　筆者が行った箱庭遊びの報告

これまで見てきたように、箱庭は子ども、そして幼児にとってもたいへん有効な表現方法である。筆者は箱庭を幼稚園や保育園に取り入れるには、くるみ保育園ほど厳格な方法でなくとも、鈴木校長のような存在と「箱庭の部屋」があって、子どもが作りたくなったときに自由にそこで作れたら素晴らしいのではないかと考えている。実際には自分でそれを実現するのは困難だが、そうした展望の下で、幼児を対象とした箱庭遊びをいくらか試みてきたので、以下でそれについて報告する。

(1)　幼稚園における箱庭遊びの実施

八戸短期大学（当時）附属幼稚園にご協力いただき、2010年3月に幼稚園を5回訪問し、預かり保育で残っている年長児を対象に箱庭遊びを実施した。場所は、幼稚園内の普段は子どもに開放されていない多目的ルームをお借りした。延べ17名（実人数16名）の子どもに実施した概要を表1に示す。子どもの年齢は5歳11ヶ月から6歳8ヶ月である。なお、幼児の箱庭表現を分析した研究としては、木村（1985）、伊藤ら（2007）があり、そこでは使用された玩具の数や種類、テーマ等について分析されているが、本稿ではケースが少ないこともあり、そうした分析は行わない。

表1で所要時間を見ると、ばらつきが非常に大きいことが分かる。木村（1985）は時間を制限せずに実施したところ、幼児の平均は20数分であり、伊藤ら（2007）は時間を30分に設定して行った結果、全員がほぼフルにその時間を使って行ったという。筆者は木村と同様、時間を制限せずに行ったが、いつまでも終わらず遊び続ける子どもいれば、3分、6分で終わる子どももいた。まず、目立って短時間で終了した子どもの作品を示そう。

写真1のL児は担任によると、特に困っていることはないが、言葉で気持ちを表現するのが苦手であるのと、制作では手本がないと「どうしよう、できない……」となりやすいそうである。また、写真2のN児は明るくて元気で、素直に気持ちを表現するが、失敗を恐れるところがあるというお話しだった。二人とも初めての活動には物怖じしやすい傾向があるようで、筆者が初対面だったこともあり、安心して遊ぶ（表現する）ことができなかったものと思われる。

また、写真3のF児は、L児やN児と同じように緊張が強かったと思われ、初めミニチュアを手に取らずにじっとしていて、10分以上たってから置きはじめた。担任によると、絵を描いたりお話しを作ったりするのが得意な子で、ただ、他人にとても気を遣い、相手が求めているようにきれいにまとめるところがあるそうである。10分間の沈黙が何を意味するのかは不明だが、作品はきれいな公園の風景になっている。

一方、最も長時間積極的に遊んだのがB児である。B児は初日に一度制作したが、後日「またやりたい」と自分から言って2度目の制作を行った。写真3と4はその時の写真である。初めの頃（写真3）は部分部分のモチーフがはっきりしているが、途中でどんどんアイテムを加えていって、いわゆる羅列的表現（木村，1985）に近づいてしまうのが分かる（この後でさらに加えていた）。B児は

表 1　箱庭遊びの概要

	性別	所要時間	制作の特徴
A	女	18 分	怪獣とウルトラマンとたくさんの人形を使う。「恐竜が人間をさらいに行った」
B	女	50 分*	絶えずおしゃべりしながら作る。どんどん変えていって終わらない。
C	男	25 分	すごい、これ埋めてもいいの？と言って、埋めたり電車を走らせたりして遊ぶ。
D	女	8 分	赤ちゃん（「バブちゃん」）の人間で遊ぶ。
E	女	20 分	公園と街の風景に人形を後ろ向きに置く。
F	女	30 分	初めはミニチュアを手にとらず、じっと眺めていて、10 分以上たって置きはじめる。
G	男	30 分*	「まだだよ。もうひとつ」としばらく粘り、最後には何とか区切りをつけて終える。
H	女	18 分	おしゃべりしながら公園と墓場を作る。
I	女	10 分	黙って静かに作る。
J	女	10 分	左隅の方だけに置いて終わる。
K	男	25 分	しきりにおしゃべりしながら、怪獣や動物を戦わせて遊ぶ。
L	女	3 分	ミニチュアを 4 つ置いて、「これでいい。終わり」
B	女	60 分	2 回目。やはりずっと話しながら作る。
M	男	18 分*	面白い、楽しいと飛び回りながら元気に作り、迎えが来ても「もっとやりたい」
N	女	6 分	ミニチュアを寝かせて横一列に並べる。
O	女	32 分	砂をよくいじり、何度も場面を作り直す。「砂遊びが好き」
P	男	10 分	いろいろな墓とウルトラマン、怪獣、は虫類、木を置く。

*途中でお迎えが来て終了したもの

写真 1　L 児の作品

写真 2　N 児の作品

写真３　Ｆ児の作品

写真４　Ｂ児（２回目）の作品１

写真５　Ｂ児（２回目）の作品２

担任によれば、ものごとをはっきり言える人なつこい子で、初めての場所でも入っていけるし、思ったことを素直にはっきり言う。のびのびと自由に育っているが、片づけは苦手とのことである。

幼稚園で箱庭遊びを行ってみて、Ｂ児や、写真はないがＣ児、Ｇ児、Ｋ児、Ｍ児のように、初めての人・場面でも物怖じせずに表現できる子どももいるが、Ｌ児、Ｎ児、Ｆ児のように、ひじょうに緊張の強い子どももいることが分かった。後者にとっては、普段はあまり行かない部屋に連れて行かれ、知らない人の前で遊ぶように誘われたことで、遊びの魅力よりも不安の方が大きかったのであろう。箱庭療法で強調されることだが、箱庭は「自由で保護された空間」で行われなくてはならないということを改めて感じさせられた。このときは短期間の実施だったが、継続して子どもとの関係を丁寧につくりながら実施すれば、子どもの遊び方も変化し、より実りのある体験に発展できるのではないかと思われる。

（2）　短期大学の学生祭における「箱庭の部屋」の実施

筆者は短期大学の幼児保育学科で教員をしており、ゼミナール活動にも箱庭を取り入れている。学生に箱庭制作を経験してもらったり、樹脂粘土でアイテムを作ったりし、イベントとして学生祭で「箱庭の部屋」という企画を実施したので、それについて報告する。

「箱庭の部屋」は，短大の校舎に箱庭遊びができる部屋を用意し、学生祭に来場した子どもに自由に体験してもらうというものである。筆者と学生数人がその部屋にいて子ども

写真６　学生祭「箱庭の部屋」の様子

の様子を見守り、作り終わったら保護者の許可を得て写真を撮影し、ミニチュアを元のケースに戻す作業を行う。これまでに３回実施したが、今年度は２日間で延べ100人以上の子どもが部屋を訪れて遊んでいった。たいへん盛況であり、１日目に来て楽しかったからと、２日目も来てくれた子どもも多かった。また、今年度は２年ぶりに実施したのだが、以前に経験した子どもと保護者が今年のプログラムを見て足を運んでくれたという嬉しい出来事もあった。遊んでいくのは幼児と小学生がほとんどだが、一緒に来た中学生くらいの兄姉が遊んでいくこともある。これまでの最年少は２歳である。なお、特に注意しなくても、砂をわざわざ箱の外にまき散らすような子どもはいなかった。

箱は正規の大きさのものを２つとミニ砂箱を１つ置き、ミニチュアは用具として市販されているものの他に、古いおもちゃや筆者が集めたもの、学生が粘土で作ったもの等を用意した。写真６のように、複数の子どもが一緒に作ることが多かったが、きょうだいや友人同士とは限らず、誰かが作っているところに後から来た子どもが入って一緒に作ることも少なくなかった。筆者にとっては不思議なのだが、他の子どもに手を出されるのを嫌がる子どもは少なく、多くの場合は平行遊びの状態で仲良く遊んでいた。部屋は時には箱が足りないくらい混雑することもあり、ゆっくり見守ることができない時間も少なくなかったが、大抵は保護者が一緒に来ていることもあって、どの子も思う存分遊んでいるように見受けられた。

子どもが遊んでいるときの保護者の態度には、いくつかのタイプがあった。まず、箱庭にあまり興味を示さず、子どもが遊んでいる様子にも関心を払わない人たちである。子どもがやりたがっても足を止めようとしなかったり、子どもが遊んでいる最中に止めて別の出し物や食事に移動するよう促す人もいた。しかし、多くの人は程度に差はあっても、子どもが作る箱庭に興味を示し、遊ぶ様子を見守っていて、子どもが作った箱庭に感心したり、写真を撮ったりする人も多かった。また、砂やミニチュアの入手経路や、遊びの意味について質問する人も少なくなかった。さらに、中には子どもに交じって楽しそうに箱庭を作る人もいた。

注意すべき点として、一つには、子どもが作っているときに口を出そうとする人が時折いたので、自由に遊ばせてあげて欲しいということを柔らかく伝えるようにした。また、箱庭療法についての知識から、心理テストではないかという疑いや警戒を示す人もいたので、そうではないということを丁寧に説明する必要があった。

3. 終　わ　り　に

幼稚園や学生祭で箱庭遊びを実施してみて、子どもにとっての有効性は確認できたと思われる。ただし、幼稚園での経験から分かるように、箱庭を行う環境の設定には十分な配慮をする必要があった。その意味では、子どもが信頼している保育者が見守るのでなければ、保護者が同席する場で行った方が望ましいかもしれない。

また、保護者が子どもの箱庭遊びを見守ることには、子どもを安心させるだけでなく、保護者にとっても意味があることが窺われた。前述したように、箱庭の優れた点として、絵画のように技術が問われないということがある。子どもが表現する箱庭には素直に大人を感心させるだけの魅力があり、子どもを見直すことにもつながるように思われた。

同様のことは学生に対しても当てはまる。「箱庭の部屋」の終了後、学生から感想を集めたが、子どもが生き生きと遊ぶ様子や思い思いに表現された箱庭に可愛さや面白さ、奥深さを感じたり、子どもと保護者が一緒に遊ぶ様子に感心したり、男児と女児の表現の違いに気づいたりする者もいた。保護者からの質問に困った学生もいたので、事前に箱庭についてもっと丁寧に講義しておくべきであったという反省はあるが、保育者を目指す学生にとって、有意義な経験になったのではないだろうか。

引　用　文　献

伊藤真理子・真壁あさみ・浅田剛正（2012）　箱庭表現の位相についての一考察―箱庭遊び sandplay と箱庭作品 sandplay-work のあいだにあるものとは―　新潟青陵大学大学院臨床心理学研究，6，15-22.

伊藤真理子・真壁あさみ・間藤侑・田中弘子・近田裕之・高橋徹（2007）　箱庭と遊び―幼稚園児の「箱庭遊び」の特徴について―　新潟青陵大学大学院臨床心理学研究，1，31-37.

木村晴子（1985）　箱庭療法―基礎的研究と実践．創元社

野口ゆか（1909）　子供の遊戯としての箱庭　婦人と子ども，9(9)，2-5.（お茶の水女子大学教育・研究成果コレクション TeaPot）

SK 生（1916）　箱庭　婦人と子ども，16(7)，294.（お茶の水女子大学教育・研究成果コレクション TeaPot）

田中信市（2004）　箱庭療法 こころが見えてくる方法．講談社＋α文庫.

山上克俊・岡田珠江（2010）「ざる箱庭遊び」による子ども理解　三重大学教育学部附属教育実践総合センター紀要，30，63-68.

吉田みを子・盛セイ子・吉田嘉高（2001）「箱庭で遊ぶ」保育活動．晃洋書房