

研究分野のキーワード：カウンセリング，箱庭療法，精神保健福祉，臨床心理学

## 研究紹介

人は生きていく中でさまざまな悩みを抱えることがあります。一人で解決するには難しいこともあります。そのときに、悩みをもった人の相談に乗る行為のことをカウンセリングと言います。そして、「心」という視点からカウンセリングの技法や理論を考える学問が臨床心理学です。私はこれまで子どもを対象にしたカウンセリングや、障害をもった方の心理的リハビリテーションを仕事としてきました。愛知教育大学では、そのような経験から、臨床心理学や精神保健福祉の授業を担当しています。

皆さんは、箱庭療法というものをご存知ですか。これはカウンセリングの技法の一つなのですが、相談に来た人（クライアントと言います）に砂遊びの要領で一つの作品を作ってもらおうというものです。具体的には、白い砂を敷いた大きな箱の上に、自分の好きなミニチュア・おもちゃ・木・石などを置いて、自分のなりの世界を一つ作っていただきます。鉄道模型のジオラマを思い描いてもらうと近いかもしれません。これは出来上がったものからその人の性格を知るような心理テストではありません。むしろ、その人がそのとき「自由に」「創造的に」作ることで、その人自身でも気がつかなかった＜治る力＞が働き出すものなのです。もちろん、なんでも作ればよいのではなく、それについて専門家と対話することが大切で、それが箱庭療法をカウンセリング足らしめている大事なポイントでもあります。

臨床心理学は一人一人個別な人のあり方（自分らしい生き方と言ってもよいかもしれません）にかかわることですので、あらゆる方向から研究が可能です。人の行動の共通法則を知ることが臨床心理学のごく一部に過ぎません。また、そのとき、自分の研究していることはゆくゆくは悩みを抱えた人の役に立つだろうかという視点をもつことが大切です。

たとえば、先ほどの箱庭療法では、日本人は石の使い方に特徴があります。私は、そのような関心から、神社に祀られている石やお寺の石庭、道端に置かれている石などを写真に撮って歩いたことがあります。また、石にまつわる伝説や物語を探して読んでみたりもしました。これはカウンセリングとは一見関係のないような行為ですが、その後クライアントさんが箱庭の中で石を使ったときに、以前分からなかったことがより理解できるようになったという感覚がありました。また、そのことをクライアントさんと話し合うことでカウンセリングが展開したという経験があります。したがって、石について研究することもカウンセリングのひとつの研究分野と言ってよいほどなのです。

このような領域に関する幅広い興味と熱意のある若い方の入学をお待ちしています。