

# 遊戯療法における子どもの甘え行動について

Children's amae behavior in play therapy

池田 有里奈

Yurina Ikeda

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：甘え, 遊戯療法, 治療関係

Key words : Amae, Play therapy, Therapeutic relationship

## 1. 研究目的

心理臨床の実践において、「甘え」の問題はクライアントを理解するために重要な意味を持つ。「甘え」は精神科医の土居健郎によって提起された概念であり、「相手の好意をあてにして振る舞うこと」と定義される(土居, 1971;2001). 土居(1971)によれば、「甘え」の原初体験の場は母子関係にあるとされ、心理学の分野では子どもの発達を考える上で早期の母子関係が特に重要視されてきた。「甘え」は乳幼児が母親から受身的に愛されることを願う受身的対象愛(Balint, 1952)と重なり合う概念で、「愛する」というより「愛されたい欲求」であり、「対象を求める」ことではなく「対象に求める」ことである(土居, 1961).

「甘え」には相手との相互的な信頼を軸とした「健康で素直な甘え」と一方的な要求の形をとる「自己愛的で屈折した甘え」の2つがあることが想定されている(土居, 2001). 「健康で素直な甘え」は非言語的で本人に甘えているという自覚がないのに対し、「自己愛的で屈折した甘え」では甘えたい欲求が自覚される。「屈折した甘え」を持つ人は、「甘え」を与えることと受け取ることのバランスをとることができないと考えられ、甘えの欲求を十分満たしてくれない他者に対して不満や怒りを伴うという性質がある(稲垣, 2005). 甘えるということは他者を頼り助けを求めるという援助希求的態度にも繋がる場所があり、「屈折した甘え」にあたる「甘えたくても甘えられない」心理状態は心理・社会的不適応を引き起こす可能性がある。「甘え」という言葉はマイナスなニュアンスを伴って用いられることも多いが、「甘え」を通じた情緒的な交流は健康な心の発達を促す上でなくては

ならないものであり、「甘え」の体験を通して、対人関係のあり方を学ぶといえる(玉瀬・今村, 2006).

幼児期の子どもは、身体接触を求めたり、自分でできることでもやってほしいと要求したりする形で母親への甘えを表現する(池田, 2024). しかし、きょうだいがいる場合には母親の関心を独占できないという「甘えたくても甘えられない」状況に陥ることがあり、そのような場合、きょうだいに意地悪をしたり、退行したりするという屈折した形で甘えを表現することがある. 子どもが抱える心理的問題の背景には、こうした「甘え」にまつわる葛藤が潜んでいることも少なくないと考えられ、心理療法を行う際には当事者だけでなく家族や周囲の対人関係も含めてアセスメントすることが基本となる.

発達の停滞やつまづきを起こしている子どもへの援助の方法は、大きく分けて2つある. ①子どもの周囲の人々、親やその他の大人たちへ働きかけて、人的環境の調整をしていく方法(環境調整)と、②子どもに直接働きかける方法(心理療法、心理的援助)で、後者にしばしば用いられるのが遊戯療法である(深谷, 2005). 子どもにとって、自分の内面で渦巻く葛藤や耐え難い感情を言葉で表現することは難しい. そのため、プレイルームという守られた世界の中で遊びを通して感情を開放し、言葉にならない思いを表現することが治療に繋がっていく.

Winnicott(1960)は「抱えること(holding)」という言葉を用いて、乳児が母親に世話をされることで世界に対する安心感を体験するという発達促進的な環境を説明した. 子どもは親からの身体的・情緒的な関わりによって抱えられ、安心できる環境の中で心の力を育んでいく. 親の抱える力の不十分さは、親戚、先生、友人など周囲の人のサポ

ートで補われるが、それでもまだサポートが不足している子どもの場合には、専門家の力が必要になる(深谷, 2005)。遊戯療法において、セラピストは子どもが表現する世界を読み取り、距離感や動作といった関わり方を工夫しながら、子どもを「抱えること」によって子どもが本来持っている回復力を引き出し、情緒の発達や問題の解決に働きかけることが求められるといえる。

そのような中で、「甘え」に関する満たされない欲求や葛藤は遊戯療法においてどのように表現され、展開していくのだろうか。飯田(2019)の事例では、クライアントがセラピストに母親を投影し、敵意や攻撃性を向ける段階を経て、「かくれんぼ」を通して乳児へ退行していき、最終的に情緒的な混乱がみられなくなったことが報告されている。

「かくれんぼ」は自分を見つけてもらうという甘え欲求の現れと考えられ、遊戯療法の場面では子どもの愛されたい欲求、つまり甘えをセラピストが適切に捉え、保護し、安心できる環境を提供すること(抱えること)で治療が展開していくと考えられる。

玉瀬・今村(2006)は「甘えの程度や示し方によって、カウンセラーはそのクライアントに適する対応の仕方を考えなければならない」と指摘している。適切な支援を行うために、セラピストは子どもの置かれた状況や甘え行動の背景にある動機を考えながら関わり方を模索していく必要がある。土居(1971)は『『それでいいんだよ』と無言の中にこちらを暖かく見守ってくれていると感ずることで甘えが成立する』と述べた。セラピストと子どもの中に「甘え」が成立するためには、セラピスト自身の心と感性で子どもを感じながらそばで見守ること、気持ちや行動といった非言語的などころで子どもに寄り添い、繋がっている感覚を持つことが重要である。「甘え」は母子関係の文脈で理解することができるため、先行研究では母子間における「甘え」に着目したものも多い(小林・渡部, 2020; 緒方・徳田・原口, 2016)。しかし、プレイルームを訪れる子どもに対して、特別な大人として存在するセラピストとの関係において生じる「甘え」について検討されたものは事例研究が多数であり、実証的な研究は少ない。そこで本研究では、遊戯療法における子どもの甘え行動についてセラピストの視点から検討し、甘え行動に関するセラピストの洞察や関わり方について探索的に検討することを目的とする。

本研究により、子どもを理解するための臨床的

な知見を深めることができ、子どもに対する心理支援の一助となると考える。

## 方法

**研究 1:** 遊戯療法の事例が報告されている学会誌等の文献のメタ分析を行い、研究 2 の調査協力者やインタビュー項目について検討する。

**研究 2:** 子どもに対する遊戯療法の実施経験のある臨床心理士もしくは公認心理師 5 名程度へ半構造化面接法によるインタビュー調査を実施する。調査実施後は面接内容の逐語録を作成し、質的な分析を行う。

## 2. 研究実施内容

日本心理臨床学会第 43 回大会に参加し、甘え概念に関する臨床的な知見を得ることができた。適応指導教室および児童思春期精神科クリニックへの実習へ参加し、子どもの臨床現場の実際について体験的に学ぶことができた。3 月には、専攻内で行われた修士論文構想発表会にて、発表を行い様々な指摘を得て、より詳細な研究計画へと修正を行った。

## 3. まとめと今後の課題

まとめとして、今年度は甘えや子どもの発達に関する文献の収集、検討を行い、甘え概念への理解を深めることができた。今後の予定としては、研究 1 を進めつつ、大妻女子大学生命科学研究倫理委員会の倫理審査を申請し、承認が得られ次第調査を実施する。

## 付記

本研究は、大妻女子大学人間生活文化研究所令和 6 年度大学院生研究助成(B) (DB2401)「児童期における甘え行動の発達の变化—学校適応感に着目して—」を受けて行った。

## 主要参考文献

- Balint, M. (1952). *Primary love and psycho-analytic technique*. London: Hogarth Press. (バリント, M. 森 茂起・栞矢和子・中井久夫(共訳)(1999). 一次愛と精神分析技法 みすず書房).
- 土居健郎(1961). 精神療法と精神分析 金子書房.
- 土居健郎(1971). 「甘え」の構造 弘文堂.

土居健郎(1997). 「甘え」理論と精神分析療法 金剛出版.

土居健郎(2001). 続「甘え」の構造 弘文堂.

深谷和子(2005). 遊戯療法—子どもの成長と発達の支援 金子書房.

飯田法子(2019). プレイセラピーにおいて「かくれんぼ」がみられた事例の検討—「乳幼児の

精神発達」と「虐待」の視点から— 別府大学短期大学部紀要, 38, 43-52.

Winnicott D. W. (1960). *In The Maturation Process and the Facilitating Environment*. London: Hogarth Press. (ウイニコット, D. 大矢泰士(訳)(2022). 完訳成熟過程と促進的環境—情緒発達理論の研究— 岩崎学術出版社).