

中国蘇州における表現性心理療法国際学会での発表報告

「臨床心理士養成大学院生を対象とした
グループ表現アートセラピー研修プログラムの開発と評価」

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

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スマ總持寺、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

要約

中国蘇州で開催された第6回表現性心理療法国際学会における発表の報告およびワークショップの体験記を紹介する。本学会は2007年より隔年で開催され、中国（台湾、香港含む）および日本、その他諸国から毎回400名ほどの参加者が見込まれ、30種類のワークショップが企画された。3日間のプログラムでは、大会長山中康裕先生の講演、シンポジウム、ワークショップ、事例発表や研究報告が実施された。表現性心理療法には、さまざまな手法や理論背景があるが、最新の知見や技法を学ぶ機会は限られていることもあり、文化・学術交流を行う場として盛況のうちに終えた。著者らは、日本の臨床心理士養成大学院に在籍する学生を対象とした体験型のグループ表現アートセラピーの研修プログラムの開発および評価の試みの実践、さらには成果と課題について示唆した。

The 6th International Conference of Expressive Psychotherapy was held in Suzhou, China. The authors experienced the presentation and workshop during the conference. Three days conference consists of lectures, symposium, workshop, case conference, and research report. The participants were mostly from China (including Taiwan and Hong Kong) and Japan, about 400 attended 30 workshop was held during the 3 days conference. Professionals have very limited chance to learn about latest methods and theories related to different types of expressive psychotherapy. It ended a high note as a intercultural and academic exchange. The presentation was about a program aimed for providing hands-on opportunities of expressive art group session for trainees in clinical psychology. The discussion was about the attempt of developing and evaluating the experienced-based training program for professionals, outcomes and limitations of the program.

キーワード: 芸術療法 表現アートセラピー 国際学会 国際交流 日中関係

Key words: Art therapy, Creative arts, International conference, Intercultural exchange, Japan-China relationship

1. 大会概要

2017年8月4日～6日にかけて中国蘇州第一高等学校で第6回表現性心理療法国際シンポジウム(The 6th International Conference of Expressive Psychotherapy)が開催された。本報告では、学会発表の概要およびワークショップ会場の体験について記述を行い、国際学会を通じた知的交流、文化交流について紹介する。

表現性心理療法国際シンポジウムは、表現性心理療法を専門とする心理学者およびメンタルヘルスに関わる臨床家が中心となり、2007年より隔年で実施している。毎回400名ほどの参加が見込まれており、30種類のワークショップが実施されている。本大会は、「表現性心理療法を通じた人々の身体および精神的健康」をテーマとし、中国メンタルヘルス協会の集団心理療法・集団療法委員会の主催により開催に至っている。表現性心理療法を専門とする大学教員や臨床家が各国から招聘され、学生や研究者を含めて日本からの参加者は約30名であった。大会長は京都大学名誉教授の山中康裕氏および北京清華大学心理学教授の樊富珉(Fan Fumin)氏が務め、蘇州大学や立命館大学応用人間科学部の吉沅洪氏らが大会委員会として企画されている。

3日間にかけて表現性心理療法に関する講演およびワークショップ、演題発表が行われた。内容は、描画療法、箱庭療法、風景構成法、音楽療法、ムーブメントセラピー、ドラマセラピー、粘土療法、絵本療法、ライフヒストリー法など多岐にわたる。1・2日目には学会主催の講演と30のワークショップ、3日目に6つの研究報告(30分)と5つの事例発表(45分)が行われ、実践家や研究者にも発表の機会が設けられた。なかでも、ワークショップは、すべて予約制の有料であるが、各会場に40～180名の参加者が3時間かけて学ぶ。参加者の期待感や満足度は高く、学会委員会が最も力を入れている企画だと言う。

2日目の夜には、歌やダンス、演奏、能、書道などの芸術、芸能を通じた日中文化交流が行われ、夜通し盛り上がった。多趣味、多芸の方々が集まった会であることが印象づけられ、日本の学術大会との雰囲気の違いや参加者の熱意に驚いた。

参加者は、すでに心理学の関連領域で勤務する現場の専門家や教員であるが、心理療法自体が未開の地である中国では、研修の機会のごく限られているため、最新の動向を学び、アートセラピーの技法について体験するなどの自己研鑽の機会を求めて参加していた。そのため、講師の話も食い入るような様子で聴講し、参加者同士も熱心に議論をしていた様子が大変印象的であった。また、中国全土、台湾、香港からの参加者が圧倒的多数であったため、ワークショップは中国語(北京語)で行われた。

日本からの参加者が主催するワークショップや口頭発表は、日中・中日の逐次通訳を入れて行われた。以前より、本国際シンポジウムの学会運営および通訳(日中・中日、一部英語)および講師のアテンドは、立命館大学の元中国人留学生らが中心となって担っており、学会を支えている。教員や学会員、参加者の力のみならず、そのような人的資源やネットワークなしには開催は成立しないことがうかがえた。元留学生の日本語能力の高さとおもてなしの精神には感銘を受け、言語や環境が異なる場所で参加することになった人にとって、大変心強く、頭が下がる思いであったことは間違いない。

2. ワークショップ体験

著者らは、いくつかのワークショップを聴講、体験し、会場の熱気や参加者の表情を肌で感じる事ができた。まず、神戸学院大学客員教授高橋哲氏の「風景構成法による子どものアセスメント」では、クライアントとのコミュニケーションツールとして人生の物語を捉え、作品を通してセラピストが受けた感覚や衝撃を大切にすることが述べられた。絵の評価は、「雰囲気」「気 (chi)」を感じることから始まり、知的な理解ではなく、東洋医学や中国の伝統墨画にも通じるものであることが論じられた。単なる技法や方法論のみならず、アセスメントの基本や本質となる考えを学ぶことができた。

次に、立命館大学森岡正芳氏の「臨床ナラティブセラピー」のワークショップでは、名前の由来についての「私の物語」を互いに語り合い、名前に込められた思いについて知り、再発見する機会があった。その後、過去に受けた「痛みの体験」の描画や幼児期のイメージを左手で描画するワークを体験した。非言語的な手法を媒介として言語化し、対話することにより、クライアントが物語を構成し、セラピストは会話を積極的に作り上げていく相手として関わる。セラピストは、価値基準をするのではなく、物語の意味を協働で探求することが目的である、といったきわめて臨床的な態度を学んだ。

さらには、龍谷大学森田喜治氏の「ゲームセラピー、トラウマ、文化」のワークショップでは、始めに風景構成法を実施し、中国人参加者と日本人参加者で描き方の違いを見た。いくつか出された文化の違いの中でも、特に山の形は特徴的な違いがあり、日本はなだらかな山を描くことが多いが、中国ではそそり立つような山を描くことが多いことが示された。さらに、中国の地方ごとにも特徴的な描き方があると考えられ、文化を理解した上での解釈・分析の重要性が語られた。また、遊びとトラウマとの関連について、昔遊びである「花いちもんめ」「かごめかごめ」などは、遊びの中で辛い出来事を昇華してきた歴史がある。日本では、災害を神の仕業とトラウマ体験を意味づけ、神話が後世への注意喚起の役割を担っている。そして、同じコミュニティの者が助け合い、特別な空間として祭がある。このように、遊びを媒介とする点や非日常的な特別な空間がトラウマケアに通じるという点は、非常に重要な示唆となった。

3. 発表概要

著者らは、このような特徴ある国際学会に初めて参加し、研究報告をする機会をいただいた。発表の英文タイトルは、「An Expressive Art Group Therapy Training Program for Clinical Psychology Graduate Students in Japan: Program and Assessment (臨床心理士養成大学院生を対象としたグループ表現アートセラピー研修プログラムの開発と評価)」であった。発表言語は、英語と日本語での解説も交えて、中国語の通訳を介して行ったため、時間と労力が倍以上かかる中での発表となったことは特記しておく。

臨床心理士養成大学院に在籍する学生（以下心理大学院生）を対象としたグループ表現セラピーの研修プログラム¹を開発し、評価する試みについて報告した。トラウマを

¹ 2011年3月の東日本大震災直後、日本の被災地において心理社会的ケアを主とした国際人道支援が行われた。長期的なトラウマケアを実施するにあたり、2013年8月に一般社

扱う専門家として、言語的のみならず非言語での感情表出やグループ体験は臨床的感覚を磨くうえでも重要であるが、日本で系統的に学ぶ機会や専門的な研修を受ける機会は限られている（岡本ら，2016）。そのため、グループ表現セラピーのプログラムを開発し、実践するのみならず、評価を実証し、改良することがねらいである。発表概要は以下の通りである（原文のまま一部抜粋して掲載。和文は著者が翻訳した）。

Purpose 目的

- This program was aimed for providing opportunities of experienced-based training session for clinical psychology graduate students.
- The study was conducted qualitatively to:
 1. Clarify the psychological growth of the participants
 2. Analyze the group process of the training program

Structure 構造

- 3-5 graduate students major in clinical psychology (all female)
 - A closed group
 - Meeting once a month; 2 hours/session for a total of 6 sessions
 - 1-3 group facilitators* (Japanese society certified clinical psychologists)
- *One of the facilitators has completed a training session for professionals conducted by Japan International Center for Trauma-care and Emergency Relief (JICTER).

Method 方法

- After the end of each session, the group shared their experiences and insights
- Evaluation sheet was handed to each participants
- As a comparison and a tool for self-reflection, each participants made their own collage at the beginning and the end of the training program

Program Content プログラム構成

Date	Content	Members
#1: October, Year X	Pair squiggle; Making a bag for handiwork	2 participants, 2 facilitators
#2: November, Year X	“My peace of mind” self work; “My resource” collage	5 participants, 2 facilitators
#3: December, Year X	“My tree” self work; “Our forest” group work	5 participants, 2 facilitators

団法人日本イスラエイド・サポートプログラム (IsraAID) が設立された。その国内事業である、日本国際トラウマ／緊急支援センター (Japan International Center for Trauma-care and Emergency Relief; JICTER) では、トラウマケアを行う体験型のグループ表現セラピーによる PTSD/トラウマケアの専門家養成プログラムを提供している (JICTERHP より)。本プログラムは、上述した技法やノウハウを踏襲し、実践した初めての試みである。

#4: January, Year X+1	“My tree” self work; “My tree” pair work	4 participants, 3 facilitators
#5: February, Year X+1	“My bowl” cray work	4 participants, 2 facilitators
#6: March, Year X+1	“My resource” collage; Visualizing group process	2 participants, 2 facilitators

Training Program 研修進行

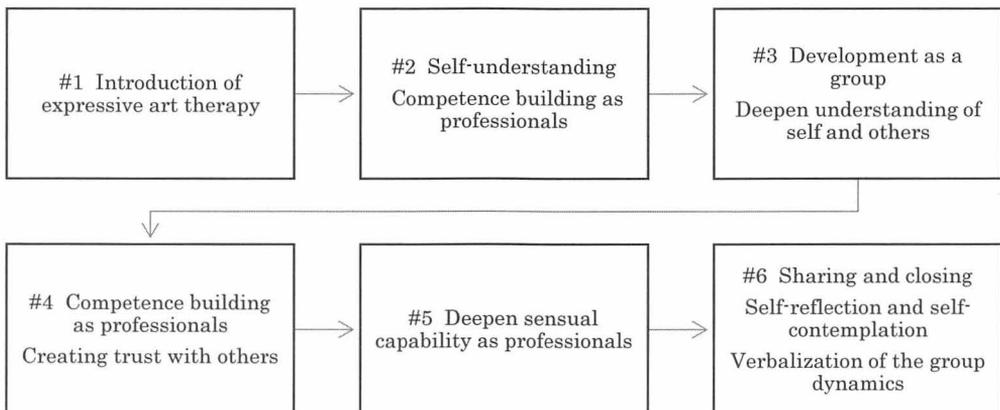


Photo 1: “My peace of mind” self work (#2)



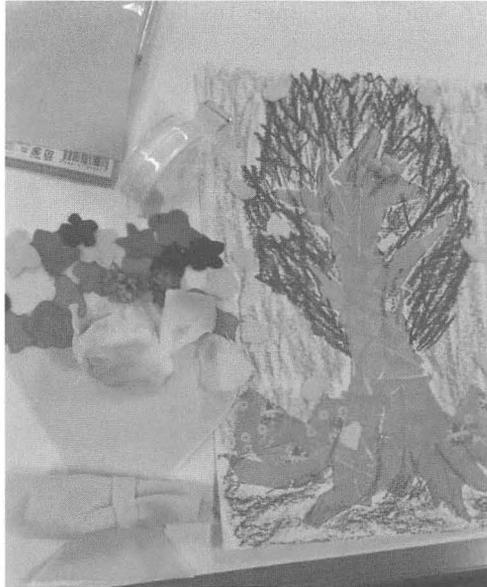
Photo 2: "My tree" self work (#3 & #4)



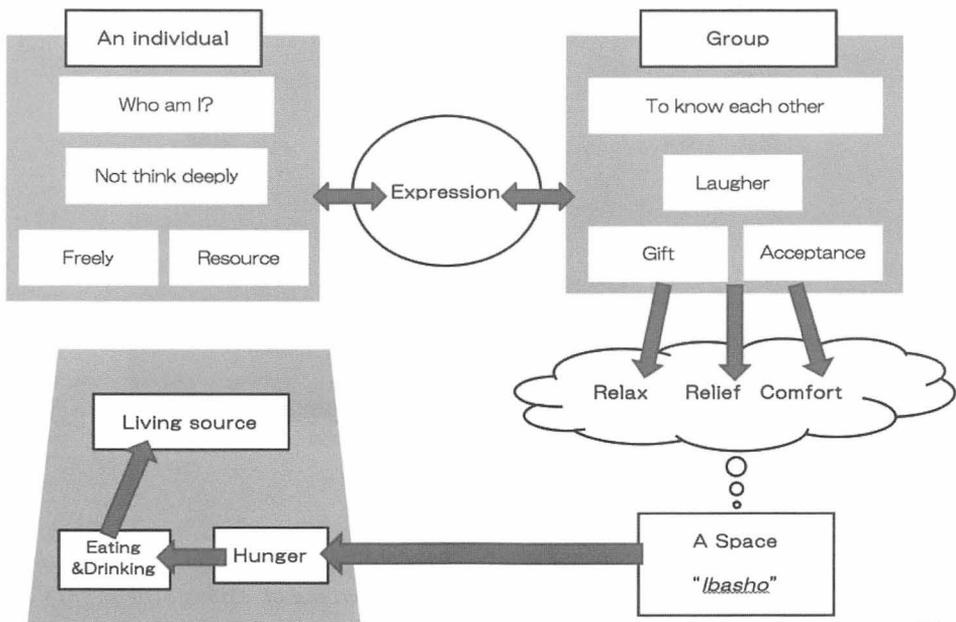
Photo 3: "Our forest" group work (#3)



Photo 4: "My tree" pair work (#4)



Reflection 振り返り



Sharing & Closing 共有と終結

Photo 5: “My resource” collage in the beginning (Participant A)



Participant A :

“I am not so good at expressing myself. When I try to do (art therapy) with other students, I am conscious about how others think about it me. Personally, it was a tough time for me, but I could feel ease when make this concentrating time” .

Photo 6: “My resource” collage in the beginning (Participant A)



Participant B :

“In the beginning, I thought that I have not found (myself) but I could see it when I clipped what I like. I am poor at presenting or expressing myself in front of people, but I felt good expressing myself when there’ s some one I can share” .

Photo 7: “My resource” collage in the beginning (Participant B)



Outcomes 成果

✓Experienced-based group art therapy is an effective tool for training clinical psychological professionals

- Deepened self-understanding (intellectual and sentiment)
- Lessened psychological resistance of self-expression using non-verbal techniques

✓However, the some participants did not complete the whole session (5 out of 3 dropped out)

- Program should be more modified to adapt to Japanese cultural context (learning before experiencing)
- Program could have a clear structure and a design so as the participants could built trust and safety in the group

Photo 8: Presentation in the conference



4. まとめ

報告によると、心理大学院生は体験型のネットワークを通して、①非言語的な技法を用いた自己表現することへの心理的抵抗感を弱め、②グループという安心できる自由な場所で居場所を感じ、さらには③自分自身の知的・感覚的な理解を深め、体験的な気づきと洞察を得ることができた。つまり、参加者がグループの中で安全かつ自由な空間として「そこにいる」ことができ、アートセラピーを通じて自己理解を深めることや、非言語の手法を用いて表現することの抵抗感が弱まっていくプロセスが見られた。

参加者が前半と後半に実施した「自分のリソース」のコラージュを分析したところ、まともなく混沌としていたものが、よりシンプルかつテーマ性のある作品になっていることから、グループの治療的効果は一定程度見られたのではないかと考えられた。

上記のことから、いくつかの限界点や改善点はあるものの、専門家養成プログラムとしての有用性が示唆された。一方、5名中3名が中断になったことの影響として、心理大学院生の学習プロセスやレディネスには個人差があったこと、グループファシリテーション経験の乏しさなどが挙げられた。

前者では、臨床心理学や描画検査を授業の一環として学び始めた時期であり、評価や分析・解釈なしにワークを実施することの難しさを参加者は体感していた。自身の中から沸き起こる感情や感覚と向き合い、かつグループの中で共有するといった作業は、心理的負担が大きいと感じた参加者もいたのではないかと考えられた。後者では、グループの力動を分析し、参加者が感じる不安や抵抗感をグループとして十分に抱える構造を作ることができなかったことが限界として示唆された。

発表会場には、香港の大学で教鞭を執られている Ming Yang 先生らからコメントいただき、他にも約 30 名の実践家や教員が参加し、中国での表現セラピーの実践活動の類似点と相違点について議論し、また本プログラムがその他の対人援助職向けにも汎用、活用できる可能性について意見が交わされた。

5. 今後の課題

今後のプログラム開発の改善点として、グループ表現セラピーといった手法をより日本の参加者にとって効果的かつ抵抗感がない形で改良することが求められる (Okamoto et.al., 2017)。例えば、日本の文脈の中で、馴染みがある画材を用いる、ウォーミングアップやペアワークに時間をかけるなどの工夫が考えられる。講義を通して知的に理解する機会が多い心理大学院生にとって、実践以前のプレワークやミニ講義などの場を設けるなどである。プログラムの構造化（目的の明確化）や参加者の選定、つまり、すでにアートセラピーを実践している専門家か、大学院生を対象に実施するのが有効かなども今後検討していきたい。

表現性心理療法国際シンポジウムでのワークショップの参加や口頭発表を通じて、こちらの深層に非言語的にアプローチすることの有効性と可能性、限界点について深く学ぶ機会となった。本発表の趣旨の一つとして、基盤となる文化社会的背景が異なるイスラエルでのトレーニングプログラムを日本のトラウマ専門家向けに導入することの可能性と難しさについて実践的に開発・評価する試みを紹介することであった。それを科学的に証明し、量または質的データを用いて実証することは、今後の課題である。

日本で実施する場合の留意点として、自由にアートで表現することの経験がそもそも参加者に不足していること、グループで実施する際に周囲の評価や反応に敏感になりがちであること、上手に描くことや説明できるように統制するなどの心理的防衛が強いことなどである。(岡本ら, 2016)

2017年現在、核兵器やテロなどの世界情勢が不安定な中、日中の文化・学術交流による平和への追求を願って止まない。トラウマティックな出来事や事件に遭遇することが日常茶飯事な世の中、表現アートを通じて感情や感覚を共有するための癒しと安心の場を提供することは臨床家の責務である(井上・いとう・エイタン, 2017)。

6. 謝辞

本報告およびプログラムは、科学研究費助成事業基盤研究(JSPS 科研費 JP15K04148)の一環で実施することができました。この実践研究に参加いただいた大学院生には、グループの体験から得た臨床感覚を生かし、さまざまな現場で今後活躍されることを願っています。

本国際学会での発表を実現するに当たり、企画および調整してくださった立命館大学の吉先生、日頃よりご指導いただいている井上先生といとう先生、本学会の資料作成および報告に尽力くださったマクロカウンセリングセンター(MCC) 目黒の皆様方に大変感謝いたします。また、ご後援くださった国立国際医療研究センター七野浩之小児科長ならびに同僚の皆様方に深くお礼申し上げます。

主要参考文献

岡本悠・成田彩乃・津田友理香・片岡真紀・井上孝代(2016) 井上孝代・いとうたけひこ編著、『トラウマケアにおける表現セラピー, 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の開発と苦勞体験学の構築』, 「(第 2 章) トラウマケアにおける表現セラピー」, 風間書房, 27-52.
- 井上孝代・いとうたけひこ・エイタン・オレン (2017) 「東日本大震災における国際連携支援とコミュニティ再生：グループ表現セラピーと語りにおける心的外傷後成長 (PTG)」, こころと文化, 16(1), 51-61.
- Tsuda, Yurika; Okamoto, Hisashi; Kataoka, Maki; Kodama, Saori; Narita, Ayano; Ito, Takehiko; Inoue, Takayo (2017) *An Expressive Art Group Therapy Training Program for Clinical Psychology Graduate Students in Japan: Program and Assessment*. Oral Presentation (Case Study) in the 6th International Conference of Expressive Psychotherapy. Suzhou, China.
- Okamoto, Hisashi; Kataoka, Maki; Kodama, Saori; Narita, Ayano; Tsuda, Yurika; Ito, Takehiko; Inoue, Takayo (2017) *A Basic Study on Professional Training Program of PTSD / Trauma Care through Expressive Art Therapy: Based on Trajectory Equifinality Approach*. Poster Presentation in the 31st International Congress of Psychology, Poster Presentation. Pacifico Yokohama, Japan.