

実践報告

就労移行支援事業所における フォーカシング指向アート・プログラムの試み ～フォーカシング指向アートセラピーの集団における実践～

一般社団法人 リエンゲージメント 橋場 優子
関西大学大学院心理学研究科博士課程後期課程 筒井 優介
NPO 法人日本学び協会 ワンモア八尾 狭間 美佳

要約

近年、日本の障害者就労は雇用の増進に向け、大きく変わり始めている。それに伴い、障害者就労支援も様々な福祉的サービスの展開や法制度の確立、改正等が進んでいる。本論は、精神障害者の就労支援の新たな取り組みとして、自身の身体感覚や感情、コミュニケーション等への気づきの促進を目的とし、フォーカシング指向アートセラピー（以降、FOAT）をプログラムに導入した実践を報告するものである。プログラムは月に数回、毎週および隔週で実施した。本論では、就労移行支援事業所を行っている一般社団法人リエンゲージメント（以下、当社）を卒業・退所した利用者のうち11名について報告する。11名の事例から、精神障害者に対するFOATの有用性を検討した。事例検討から、精神障害者に共通する特徴や傾向が認められた。FOATを取り入れたことで、①感情鈍麻・感覚鈍麻への働きかけに有用、②FOATを通して自身の生きざまの様々な変化を自他ともに感じることができる、③アート作品を振り返ることで利用者自身が自分の状態や変化をとらえることができる、④表現を通して満たされる感覚・カタルシス、⑤コミュニケーションの幅を広げる可能性の5点の有効性があることが考えられた。

キーワード：精神障害、カンパセーション・ドローイング、
体験過程流コラージュワーク、手のワーク、こころの天気

I. はじめに

近年、日本の障害者就労は雇用の増進に向け、大きく変わり始めている。平成28年4月、障害者の雇用の促進等に関する法律（厚生労働省、2013；以降、障害者雇用促進法）が改正された。この法律により、一般企業や公的機関において障害者の雇用・確保が義務付けられ、雇用している障害者に対し「当該障害者の障害の特性に配慮した必要な措置」を講じることとなった（第36条の2）。

障害者雇用促進法では、精神障害者の雇用も義務化されることとなった。厚生労働省（2015）によると、民間企業で働く精神障害者は34,637人であり、これは入院中でない日本全体の精神障害者の1.7%が該当する。また、精神障害者の法定雇用率を満たしていない企業は65.3%、そのうち一人も雇用していない企業は59.4%であり、多くの企業が精神障害者の雇用に消極的である傾向がみられる。これには精神障害者の雇用の中で問題視されている長期就労定着の難しさが影響していると考えられている。障害者

職業総合センター (2014) によると、平成 20 年 7 月から 10 月の期間に就労した精神障害者の平成 24 年での就労定着率は、継続中が 52.5%、離職中が 43.4%、不明が 4.0% だった。この現状が精神障害者の雇用が難しいといわれる一つの所以ともなっている。

この状況を打開するため、現在の日本における障害者の就労支援は様々な福祉のサービスの展開や法制度の確立、改正等を行っている。厚生労働省 (2017) によると、日本全体の就労移行支援事業所は平成 28 年現在で 3,323 箇所が存在する。中でも精神障害者の利用数は年々増加しており、就労移行支援事業所の利用者数は平成 20 年度から 4 倍以上に増加している。多くの障害者支援機関で就労定着支援に力を入れる傾向が強まっていることがうかがえる。

精神障害者の就労支援上の問題として、彼らが症状や障害により自身の感覚や感情が鈍磨していたり、気づきにくい状態になっていたりすることが挙げられる。これによって、長期の就労定着を難しくさせていることが考えられる。このように、精神障害者の長期就労定着のためにはメンタルヘルス上の安定が必要であり、自身の感覚や感情に気づけるよう支援することが求められる。本論では、その支援の一つとしてフォーカシング指向アートセラピー (Rappaport, 2009/2009) (以下、FOAT) を取り入れたプログラムの実践を報告し、精神障害者の就労移行支援に対する FOAT の適用可能性について検討する。

II. フォーカシング指向アートセラピー

FOAT は Rappaport, L. (2009/2009) によって考案された、表現アートセラピーとフォーカシングを融合させたアプローチである。Rappaport は表現アートセラピーの Rogers, N. と交流があり、Rappaport 自身 30 年間表現アートセラピストとして活動する一方で、フォーカシングを発見した Gendlin, E. T. に師事していた。Rappaport

は「臨床の仕事のさまざまな側面にフォーカシングを統合」(Rappaport, 2009, 邦訳 p.7) し、FOAT という一体化した理論的アプローチとして位置付けた。FOAT はその実践が表現アートセラピーと類似する部分が多く区別がつきにくいだが、矢野 (2016) はフェルトセンスの観点から両者の違いを指摘している。Rappaport (2009) は精神科デイケアでの取り組みも報告しており、「気持ちの表現」(邦訳 p.82) やカンバセーション・ドローイング (邦訳 p.85; 以下、Conv-D)、ストレスマネジメントをテーマとした 12 週のプログラムを取り上げている。

ところで、Rappaport は何度か来日しワークショップを開催している。池見ら (2012) はその内容を報告しており、手のワークや Conv-D、アートの振り返りのツールとしてジャーナリングなどを取り上げている。また、日本ではフォーカシングとアートを統合した取り組みが盛んであり、こころの天気 (土江、2008) や体験過程流コラージュワーク (Ikemi et al., 2007; 矢野, 2010; 以下、ECW) など独自の方法が考案されている。

III. プログラムの概要

プログラムは就労移行支援事業所を行っている一般社団法人リエンゲージメント (以下、当社) の横浜事業所で実施した。就労移行支援事業所は、就労を希望する者が就労に必要な知識や技術を身に付け、それぞれの持つ能力の向上を目的とした訓練を受け、就労及び就労先での定着を目指すことを支援する機関である。プログラムは月に数回、毎週および隔週で実施した。なお、プログラムは当社に通い始めた時点から参加することが可能で、卒業するまでに回数制限なく受けられる。但し、同時並行でその他の心理プログラムが行われていることもあるため、全員が同回数を受けられるわけではない。

本論では、当社を卒業・退所した利用者のうち 11 名についての体験報告を行う。各参加者

Table 1 参加者の内訳

対象者	年齢	診断名
A	30代前半	双極性障害Ⅱ型
B	40代前半	躁うつ病
C	40代前半	パニック障害
D	20代前半	回避性パーソナリティ障害
E	30代前半	うつ病
F	30代後半	自閉症スペクトラム障害、うつ病
G	30代前半	注意欠陥多動性障害、双極性障害Ⅱ型
H	30代前半	双極性障害Ⅰ型
I	30代前半	うつ病
J	30代前半	自閉症スペクトラム障害、うつ病
K	30代後半	適応障害

※広汎性発達障害の診断が出ていた対象者も、本論では自閉症スペクトラム障害と表記。

の内訳を Table 1 に示す（年齢は初回時）。プログラムでは、アートのためのウォーミングアップエクササイズ（池見ら，2012）、フェルトセンスの描写（池見ら，2012）を必ず実施し、その後にConv-Dや手のワーク（池見ら，2012）、こころの天気（土江，2008）、ランチボックスフォーカシング（森川，2015）、クレパス画フォーカシング（森川，2015）、ECW等のワークを取り入れた。以降ではワークの写真を交えながら、フェルトセンスの描写（Figure 1）、Conv-D（Figure 2）、こころの天気（Figure 3）、手のワーク（Figure 4）、ECW（Figure 5）における参加者のプロセスを示す（各図において写真が一事例に複数枚ある場合は左から右へ時系列で並べた）。

IV. アート体験のプロセス

① フェルトセンスの描写（Figure 1）

フェルトセンスの描写（池見ら，2012）では、自身がからだで感じている感覚や言葉になりにくい暗在的な質感であるフェルトセンスを、色や線、形で表現していく。これは描く行為を通して自身のフェルトセンスを感じとることに繋がる。一方で、描写したものからフェルトセンスが生まれたり、表現されたものと状態との

掛け合わせ（池見（2016）の“交差”）による体験の推進がなされ、自己の理解や発見のツールとして有効である。

参加者にはまず、リラックスした姿勢をとってもらい、呼吸法を行った。その後、支援者の教示で、自身の内側にどのような感覚があるかに目を向けていき、ある程度のイメージが明確化されたところで、個々人のペースで描写を進めた。

Aさんのプロセスにはフェルトセンスの大きな変化が見られた。当初は明るく楽しく絵を描いて参加していた。しかし、対人関係の問題などが出てくるようになると、自身の好きなもの、憧れるもの（花や海等）と嫌なもの（モヤモヤした絵）との分離を絵に描くようになっていった。その後もしばらくは類似した絵を描き続けていたが、一年程度経過したところで、感情が統合する（自身の問題に向き合う、集中する）ような様子が見られ、鳥を描くなどの変化が見られた。最後の家の絵だけは、「なぜ描いたのか（自分でも）わからない」「でも嫌なような感じはする」と話した。Aさんは通所当初から家族のトラブルを訴えることが多く、Aさんの絵から初めてそれが顕在化したと推察される。

Bさんは最初、FOATの実施についてなかなか難しいと話したが、次第に自身の身体感覚な

Aさんの「フェルトセンスの描写」



Bさんの「フェルトセンスの描写」



Cさんの「フェルトセンスの描写」



Dさんの「フェルトセンスの描写」



Eさんの「フェルトセンスの描写」



Fさんの「フェルトセンスの描写」



Gさんの「フェルトセンスの描写」



Figure 1 フェルトセンスの描写

どをしっかりと捉えて描写するようになっていった。それぞれの絵について「頭のあたりがもやもやする。重たい感じ」「お腹の調子がなんだか悪くて、重いものがある感じ」「いい天気の中に自分がある、そんな感じ。調子はいいかも」と感想を述べた。

Cさんは、Bさん同様に自身の身体感覚を描写できる参加者であった。冷房や外気で手足が冷えていること（1枚目、3枚目）や、自分の体調の悪さや嫌なものを「バケツのようなところに入れたい」こと（2枚目）を話した。自身の感じていることをそのまま表現できているという意味でBさんと同様のプロセスが見られた。

Dさんは、空間に1人であるような絵（1枚目）のように、通い始めの頃は孤独感のある絵が多かった。しかし、徐々に自身の状態や心の中で感じられていることを表現できるようになった。例えば、2枚目のように悩みながらも前に進もうと思うのが何か大きく遮っている感じがあることや、3枚目のように実家で飼い始めた犬や自分の楽しみを求めている感じなどであった。しかし、最後まで自身の中での孤独感はぬぐい切れなかった様子で、最後には夜に1つだけあるメリーゴーランドを描き、自身の孤独感を吐露していた。

Eさんは、通所当初は緊張度や不安が高かった人である。しかし、絵では徐々にエネルギーが出てくる様子が明らかになっていった。初めて描いた絵（1枚目）については、「自分の中は真っ暗だが、何か輝く原石のようなものがある」ということを話した。また、2枚目の絵では天秤を描き、「自分ではんびん座。なんか…それが印象に残った」と話すが、支援者間ではその時のEさんが自身のバランスを取ろうとする考え方などに気づき始めていることが表出したのではないかということを共有していた。また、3枚目のろうそくの絵も「自分の中で火が、静かに、でもしっかりと燃えている」と話し、エネルギーの高まりや力強さが出てきていることが見られた。

Fさんは、初回は「難しい」と話しながらも、1枚目の絵に見られるようにその場で感じられた「トゲトゲしたもの」や「もやもやしたもの」などを描いた。その後、少しずつ絵を描いた時点で自身の感情を認知できるようになった。2枚目の絵に対しては「これは怒り」、3枚目の金魚鉢の絵も「自由な感じで少し楽しい」等と話せるようになり、自分の気持ちをその場で他の参加者と話し、共有していた。

Gさんは、初回（1枚目）から自分の「悲しさ」や「寂しさ」、「涙の集まり」等と感じられていたものを表現し、話すことができていた。2枚目はアジサイの絵を描いた。自身も最初は「パッと出て…」と話していたが、自身でアジサイの花言葉を調べ、「移り気」の意味があることを知った。ちょうど恋愛の問題で悩んでいたことを話していたため、「今の自分を表しているんだな…って感じた。」「こういう形でも出るんですね…」と自分の暗的な体験を明在化させることに繋がっていた。3枚目描画時には就職が内定しており、「希望があるんです」と話し、真ん中は「光だ」と話していた。

② Conv-D (Figure 2)

Conv-Dとは「声を出さずに線や形などを一筆程度で交互に描き合うペアワーク」（筒井、2014）である。描画するものは描く時間がかかるもの以外は何でもよく、テーマを決めずに互いの感覚に従って描写を進める。会話は一切しないが、笑いが出る時は笑っても良い。

Aさんは、支援者とのペアではAさんも支援者も共に笑顔が多く、交流を楽しんでいた。ワーク終了後には「楽しかった!」と感想を交わしていた。しかし、Eさんとのペアでは笑顔は見られるものの、支援者とのConv-Dのときのように楽しんでいるような様子は認められなかった。Eさんも笑顔は浮かべているものの、言葉数は少なく、初めてのAさんとのワークに不安や緊張があったと考えられる。一方で、CさんとHさんは、日頃からもコミュニケーション

Aさんと支援者

AさんとEさん



CさんとHさん



Figure 2 カンバセーション・ドローイング

が頻繁にとられていたためか、双方ともにかすかに笑顔を浮かべながら落ち着いた様子でワークに取り組んでいた。ワーク後のシェアの時間でも積極的に意見や感想を交わしている様子が認められた。

また、それぞれの作品にもコミュニケーションの特徴が反映されていることが窺えた。AさんとEさんの作品は、2枚共にお互いが描きたいと思ったものを独立した形で連ねるように描いているところが認められる。例えば、2枚目の作品のテーマは夏バテを防止することであった。シェアで互いのプロセスを振りかえった際、夏バテ防止に効果的な食べ物を1つ1つ提示する展開となったが、片側がミキサーを描画することで食べ物をまとめてジュースにしたかどうかと提案し、もう一方が同意をする意味でジュースを描いて終えたというプロセスであったことが確認された。ミキサーとジュースの展開ではコミュニケーションとして成立しているが、それ以前の食べ物を提示し合う過程はお互いに独立したアイテムを描写することでコミュニケーションを図ろうとしていることが窺える。一方でCさんとHさんの場合、1枚目は冬の家の

絵、2枚目では富士山の絵というように全体で1つのテーマが成り立つような絵が作り上げられており、上記のAさんとEさんのプロセスとは対照的である。また、Aさんと支援者の事例では、テーマや作品性のようなものは明確ではなく、やや抽象的な絵になっていることが見受けられる。しかし、Aさんと支援者は交互に独立したものやイメージを描くことがありながらも全体を使い、一緒に1つの絵を製作しているような形となった。

③ ころの天気 (Figure 3)

ころの天気は心の感じを天気として表現したワークである。ころの天気ではワークシートを用いることが多く、当社のプログラムにおいても奥井(2013)を参考に作成した。

Iさんはころの天気を振り返りながら、次のように話した。「週末に親と自分の将来の話をし、『今は焦らずに、そのうち、将来は開ける』という話をした。“今は焦らずに”の部分が降る雪を耐える感じ。『将来は開ける』のが雲の間からさす光になった。暗い夜は『向こう側』には明るい月があるということが安心感になってお



Figure 3 こころの天気

り、『いずれは体調も良くなる』と思っている感情とリンクしているようだ。」また、Jさんは自身のこころの天気について「いい方向に向かっているような感じ。全体的にまだ気持ちが曇っている感じ」と話した。

④ 手のワーク (Figure 4)

手のワーク (池見・ラパポート・三宅, 2012) とは自身の手の形を敷き写しし、その手に自身の浮かんできたものを描くワークである。このワークでは、導入時に手によってできること (掴む、握る、受け取る、手渡す、持つ等) を参加

者とともに考えてから行った。教示の際に、自身が大切にしたいものや握っているもの、握っていたいもの等を描くように促した。

プログラムにおいて顕著に見られたのは、手の先に自身が大切にしたいものや求めているものを描く傾向があるということである。Aさんは花などで表現した自分の好きなもの、Cさんは自分の手に血が巡り「和」を求めていること、Eさんは健康とペット (以前からペットを飼っていたと話していた)、Kさんは希望や自分 (より良い方向に向かっている) をそれぞれ描いた。

一方で、自身の現状や感覚を描写する人もい

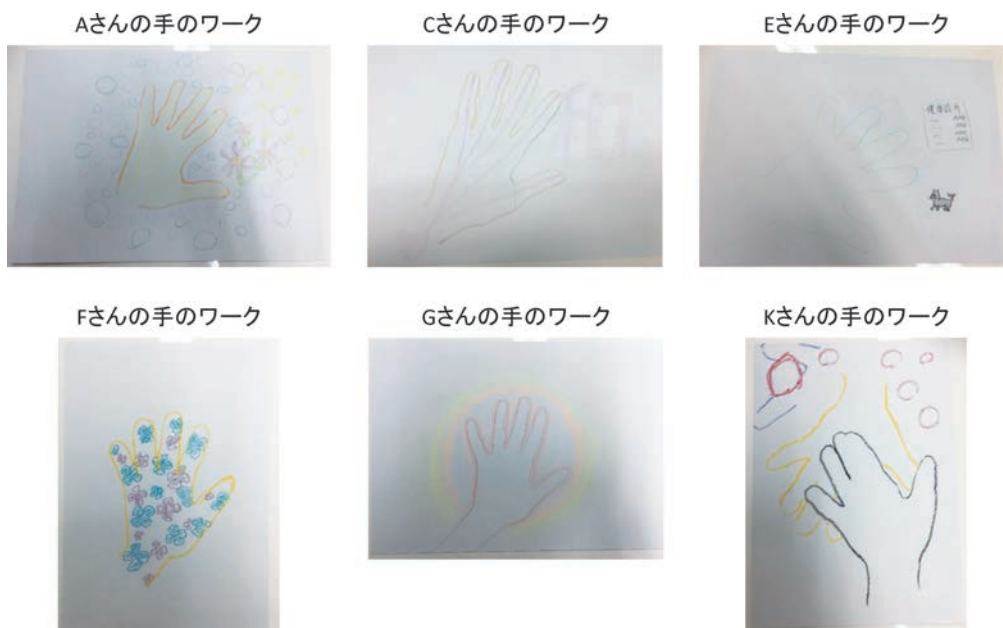


Figure 4 手のワーク

た。Fさんは自身の手をアジサイでいっぱいにした。終わったところで「悲しい気持ちになった」「なんだか…さみしい気持ちになる」と話していた。その後の面談で、Fさんは現状で家族の問題があると話した。支援者からアジサイの花言葉を調べてみたらどうかと提案したところ、後日アジサイの花言葉に「一家団欒」「家族のむすびつき」といった意味があることを知り、「すごく気持ちがすっきりしました」「悲しい気持ちがなくなった」と笑顔で話していた。Fさんは、自身の手の上に暖色の輪を何重にも描いていた。「とても暖かい感じ」「気持ちが落ち着いていく」と話していた。

⑤ ECW (Figure 5)

ECWとは「体験過程の流れを汲んだコラージュワーク」(池見・ラバポート・三宅, 2012, p.110)であり、コラージュ療法とは背景や手法が異なっている。コラージュ療法は製作する過程のみが強調され、専門家によって解釈される。一方でECWは、コラージュを作製する過程(making the art)だけでなく製作者本人がその意味を探求していく過程(processing the art)という二つの部分から構成されている。また、コラージュ療法では台紙の色が白色に統一されるなど制約があるが、ECWでは台紙の色を自由に選択できる。製作においては、〈今の感じ〉に合わせて台紙の選択や切り取るものを選定していく(矢野, 2016)ことが重要となる。当社のプログラムでは、ECWを2回に分けて実施した。第1回では個々人がコラージュを製作し、第2回ではそのコラージュを振り返った。第2回はグループを構成し、グループメンバーからの問いかけ等を受けながら、自身のコラージュについての理解を深めた。第2回の最後にはジャーナリングを取り入れている。宮本(2014)によると、ジャーナリングとは自らの体験をプロセスする方法であり、対話をする対象を選び、その対象との対話を書き表していくことである。

AさんのECWは、左が1回目のもの、右が半年後に作成した2回目のものである。1回目は女性たちを多く貼り、そこに過去の自分を投影していた。その後に行ったジャーナリングで過去の自分が現在の自分に対し、怒りをぶつけているやりとりがなされた。一方で、2回目では自身がスターウォーズのC-3POだと話した。そして、「1回目よりこっちのコラージュのほうが好き!」と話していた。1回目では現在の自分を受け入れることがなかなかできずにいたことを表現し、2回目では現在の自分を自己受容する方向に向かっていることを表現できているように感じられる。

DさんはECWの1回目と2回目とで「変化がない」と話すが、支援者間では「芯ができた感じ」、「大人になった感じ」がすると共有していた。これについてはDさんにもフィードバックしている。Dさん本人からも振り返りの希望があったため、話をした。Dさんは、1回目よりも2回目のほうが「選択」をするようになったと語った。中央にいる女性の行動(目を閉ざしている→本を選んでいる)に変化が認められる。自分の変化を明示できるほどに認知はなされていなくても感じているようであった。

Eさんは他の心理プログラムを受けたことで自己像が変化した。その変化はECWにも現れている。Eさんは通所当時から不安や緊張が強く、自分に自信がなかった。1回目の作品は自身の好きなものを中心に選んで貼り、ジャーナリングでは「自分はこの夜景の見えるビルにいる」「1人」「昔仕事をしていたときがそんな感じだった」と話していた。しかし、2回目までのワークの間に明るい面や人と関わりたい部分、ユーモア等に気付き、前に出せるようになった。コラージュでは、マニキュアや歌舞伎絵等、1回目では選ばなかった色合いの強いものを使っていた。更にマニキュアの塗られた爪を用いて、全体に大きな時計を作成した。Eさんも製作後は満足したようで、支援者や他の利用者にも笑顔を見せていた。

Aさんのコラージュ



Dさんのコラージュ



Eさんのコラージュ



Hさんのコラージュ



Figure 5 体験過程流コラージュワーク

Hさんはコラージュに抵抗感があった。最初に作った作品は気に入って持ち帰った。しかし、2回目を実施するときには「頭がグルグルして止まらない」「いっぱい出てくる」と話し、参加しなかった。1回目に自分の行きたい世界や憧れをたくさん貼っていたと話し、それに圧倒されたところがあったことが原因と推察される。3回目の実施が左側のものであり、1回目とは雰囲気が大きく変わった。家族関係なども変わり、今の自分を見つめられるようになっていく姿と考えられる。本人も「コラージュが苦手」「でも、なんか…こんな感じなんだよな」と話していた。

V. 考察

FOATのプロセスではそれぞれ、自身の感覚や感情の気づきの促進につながった。これより、精神障害・精神疾患の方にもFOATの適用は有益であることが示唆された。ここで、FOATによってFOATがどのように参加者にとって有益であったのかを検討する。

1) 感情鈍麻・感覚鈍麻への働きかけに有用

FOATのプログラムに参加している利用者の多くに、感情鈍麻・感覚鈍麻の状態からの変化が見られた。Bさんはフェルトセンスの描写で、当初は「どのようにやったらいいかわからない」と話していたが、回数を重ねる中で自身の身体感覚を描けるようになった。また、Fさんのフェルトセンスの描写の過程に見られたように、自分の感情を言語化することが難しい人でもFOATを通して表現することで自身の感情を自覚することにつながり、他者と感情の交流を図れるようになった。Gさんの手のワークでも「気持ち落ち着いていく」と実際に取り組みながら自分の感情の変化が起こっていることを感じ取ることができていた。利用者自身の感情や状態を他者に伝えることができるようになったことで、対人関係におけるコミュニケーション

の広がりに繋がった。

2) FOATを通し、自身の生きざまの様々な変化を感じることができる

これまで当社に在籍した利用者の様々な変化を、利用者・支援者ともにこのFOATを通して感じることができた。DさんのECWでは、最初は本人が変化を自覚していなかったが、作品を比較して「選択をするようになった」と自らの変化を感じることができた。Dさんの変化を支援者側も感じ取っており、本人と共有することができた。

また、Eさんの例は、当事者の変化を他者にも目で見える形で表現することができていた事例ともいえる。当社では他の心理プログラムの実践も行っていたため、利用者の変化がFOATのみによって促進されたと断定することができない。しかしDさんやEさんの例のように、自身の変化を感覚的に理解する上でFOATを取り入れることは大いに有効であると思われる。

3) 利用者自身が自分の状態や変化をとらえることができる

利用者自身が振り返りやこれまでの作品などをたどることで、変化を自覚することが多くあった。Aさんは、卒業時に自身から振り返りを希望した。そこで、自分の変化を追い、振り返る中で自分の成長や自分の転機に気づくことができていた。Eさんはフェルトセンスの描写で見られたように、徐々に活力やエネルギーの出る様子が伝わり、Eさん自身も自分が元気になっていっていることやエネルギーが出てきていることを自覚していた。IさんとJさんはこころの天気で見られたように、一見ネガティブなように見える・捉えられるものも、自身の振り返りの中で明るいものがあることを知った。また、CさんやDさんはフェルトセンスの描写において、自身の体の状態や感情を言語で明示できなくとも、色や重み等で表現することをたびたびしていた。言葉だけに捉われずに、自身

の状態を表現し、その変化を体感・自覚できるようにしていると考えられる。

4) 表現を通して満たされる感覚・カタルシス

FOAT のプログラムを通して、参加者から「描いたことで楽になった」、「もやもやしているものを描いているうちになんだかすっきりしていた」という話がよく出てきた。これは自身の状態が明確化されたことや外在化されたことで実感を得られたものと考えられる。また、問題や状態の外在化がなされることでカタルシスが発生したとも考えられる。これらのことが、利用者の FOAT に参加するモチベーションに繋がっている。A さんは別のプログラムの参加予定があった日に、「自習扱いでもいいので、今日は FOAT に参加したいです」と話し、自身の気持ちの整理を行っていたこともあった。利用者から FOAT について肯定的なフィードバックが得られていることから、自分の状態を客観視することや自分の感覚を外在化することの有効性を利用者自身も体感していることが推察される。

5) コミュニケーションの幅を広げる可能性

Conv-D のワークを通し、精神障害者のコミュニケーションの偏りを見ることが出来る。これについて、A さんと支援者、A さんと E さん、C さんと H さんの Conv-D の 3 つの事例から検討する。

A さんと E さんの Conv-D のように、双方の描きたいものを独立した形で連ねるように描き進めていく背景には、コミュニケーションにおいて物事ははっきりさせて正確に伝えたいという考えや、コミュニケーションをどのようにしたら良いのかという不安、あるいはコミュニケーションをとりたくない等の感情があると考えられる。これらの考えや感情が相互作用を何らかの形で阻害している可能性がある。一見すればコミュニケーションは取られているが、独立したアイテムの描写のやりとりに留まってお

り、相手の描画に対して何かを描くという相互作用によって作り上げられたものになっていないことがうかがえる。このような事例は A さんと E さんに限った事ではなく、多くの利用者間の Conv-D で認められた。一方で、C さんと H さんの Conv-D のように独立したものを描いても最終的に全体を使った 1 つの絵ができあがっている例もある。これは、日頃から言語的コミュニケーションが行われていることで関係性に安心を感じているという反省以前の理解が、アートに反映されたものと考えられる。それぞれが独立したものを描きながらも、双方の姿勢によって相互作用が発生し、最終的に一つの絵を作り上げることに繋がったのである。日頃からコミュニケーションをとっている利用者間の Conv-D では、同様に具体的なテーマを持った 1 つの絵ができあがるが多かった。

ここで、A さんと支援者の Conv-D を考えてみる。A さんと支援者の場合、抽象的な 1 つの絵ができあがっており、A さんは「楽しかった!」と感情を表明している。これらの点から、必ずしも具体的なものが明示されていなくても、相互作用的なコミュニケーションが成立することが窺える。Conv-D のような抽象的な表現を伴うコミュニケーションや共に織りなす感覚を体験することで、コミュニケーションが他者との相互作用でなされることや、コミュニケーションには必ずしも答えがないことを知る機会を作ることができる。

以上のことから、自身のコミュニケーションの姿勢を理解し、振り返り、抽象的な表現や感覚の共有による体験を経ることで、コミュニケーションの幅を広げることができると考えられる。

VI. おわりに

本研究を通し、精神障害者に対し、FOAT を実践することの有効性を感じ取ることができた。筆者（橋場）自身も支援者として、FOAT を通して利用者の変化を実感し、その変化を利用者

と共有することに喜びを感じることができた。

ところで、一般的に精神障害者にアートを用いることは危険視されている側面がある。Rappaport (2009) は精神科デイケアにおけるFOATの適用例を数例示しているものの、対象者の属性や疾患について詳細な報告がなく、どのような配慮を要したか不明である。本論ではFOATの有用性が証明されたが、FOATの効果を十分に発揮するためにも、精神障害者の特性を踏まえた活用の在り方を今後は検討していく必要があるだろう。

謝辞

本論文は第36回日本人間性心理学会での発表をもとに加筆修正したものです。事例の提供に承諾いただきました利用者の皆様、実践の機会を与えていただきました一般社団法人リエンゲージメントの皆様、御礼申し上げます。

文献

池見陽 (2016). セラピストが聴くとき何が起るのか. 池見陽 (編). 傾聴・心理臨床学アップデートとフォーカシング: 感じる・話す・聴くの基本, ナカニシヤ出版, pp.75-97.

Ikemi, A., Yano, K., Miyake, M., & Matsuoka, S. (2007). Experiential collage work. *Journal of Japanese Clinical Psychology*, 25, 464-475.

池見陽・ローリー・ラパポート・三宅麻希 (2012). アート表現のこころ, 誠信書房.

厚生労働省 (2013). 障害者雇用促進法 (平成25年改正) について. http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/shougaisakoyou/shougaisa_h25/index.html

厚生労働省 (2015). 平成27年障害者雇用状況の集計結果. <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/>

0000105446.html

厚生労働省 (2017). 平成28年社会福祉施設等調査の概況. <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/fukushi/16/dl/gaikyo.pdf>

宮本一平 (2014). JournalingとInterpersonal Process Recallを応用して自らを振り返り理解を深める試み. *Psychologist: 関西大学臨床心理専門職大学院紀要*, 4, 63-70.

森川友子 (2015). フォーカシング健康法: こころとからだが好き創作ワーク集, 誠信書房.

奥井智一郎 (2013). こころの天気 (大学での実践). 日笠摩子・堀尾直美・高瀬健一・小坂淑子 (編) 村山正治 (監修). フォーカシングはみんなのもの: コミュニティが元気になる31の方法, 創元社, pp.36-37.

Rappaport, L. (2009). *Focusing-Oriented Art Therapy*. London and Philadelphia. Jessica Kingsley Publishers. 池見陽・三宅麻希 (訳) (2009). フォーカシング指向アートセラピー, 誠信書房.

障害者職業総合センター (2014). 精神障害者の職場定着及び支援の状況に関する研究. <http://www.nivr.jeed.or.jp/download/houkoku/houkoku117.pdf>

土江正司 (2008). こころの天気を感じてごらん: 子どもと親と先生に贈るフォーカシングと「甘え」の本, コスモスライブラリー.

筒井優介 (2014). カンバセーション・ドロイングを連続的に行なうことの臨床的意義について, *Psychologist: 関西大学臨床心理専門職大学院紀要*, 4, 53-61.

矢野キエ (2010). 体験過程流コラージュワークと意味の創造, *人間性心理学研究*, 28, 63-76.

矢野キエ (2016). アートセラピーとフォーカシング. 池見陽 (編). 傾聴・心理臨床学アップデートとフォーカシング: 感じる・話す・聴くの基本, ナカニシヤ出版, pp.180-188.