

アートグループ

その運営方針と活動状況

甲南大学心理臨床カウンセリングルーム ルーム相談員

内藤 あかね

一 アートグループとは

二〇〇〇年四月より、甲南大学心理臨床カウンセリングルームにおいて、筆者は「アートグループ」というグループワークを行っている。このプログラムは、学術フロンティア事業の一環であり、カウンセリングルームの他の活動と同様、学外の一般市民を対象にしている。二十歳から六十歳くらいという年齢枠で、大学暦に合わせて半期に一度参加者を募集しており、美術表現やグループ体験に関心のある人が集って、クロード・グループ形式で月二回、計八回を一期としてアート制作に取り組んでいる。講師としてお招きしている画家の椋田三佳氏と筆者とが、共同でグループを運営していて、今期は、臨床心理専攻の大学院生一名にもアシスタントとして参加してもらっている。

二 「アートグループ」ができるまで

大学付属相談室の可能性とは？

アートの治療的意義について筆者は関心を抱いてきたが、

学術フロンティアの支援を受けて通常は個人療法の枠内で行っているアートセラピー的な活動を、今回、集団形式でも行う機会を得た。どのようなグループを作っていくかを考えるに当たっては、まず、指向性という観点から検討した。アートセラピーを大別すると、サイコセラピーの方向か、アート制作重視の方向かという分け方ができる¹⁾。サイコセラピー指向と言っても、「自分を見つめる」、「自分を成長させる」ことを目的とするグループから、「治療、癒し」を目的とするグループまで幅があり、アート制作重視の方向にも、レクリエーションの中に治療力が働いたり、技術を磨くプロセスに自分を見つめる機会があったりするので、このような方向性によるグループの類型化は柔軟に考えなければならぬ。筆者のこれまでの限られた経験、つまり精神科病棟においてグループ・アートセラピーを行い、他の集団療法に参加・見学した経験から言って、神経症圏や精神病圏のクライエントを交えた集団活動は、相当にしっかりとした構造的枠組を必要とする。各クライエントの状態や治療経過を詳細に把握して進めなければならない治療重視型のサイコセラピー指向グループは、当ルームにおける月に二回の開催、セラピスト一名の枠では困難と判断し、アート制作重視の方向でのグループ作りを検討した。

加えて、当ルームが大学付属のカウンセリングルームであることも、グループの方向性を決める上で考慮した。場とし

ての大学は、市民に開かれていると同時に、市井とは離れた固有の空間であり、学びの場である。そして、カウンセリングルームとは、基本的に対話を通じた癒しや成長の場である。絵を描きに行くと言っても、美術教室やカルチャーセンターの講座へ行くのとも、病院のデイケアへ行くのとも異なる意識が、参加者にははたらくであろうと推測される。逆に言えば、それらの既存の場所がない特性を備えた場であれば意義は薄い。当カウンセリングルームには通常、成人の場合、ある程度の自我水準を維持しているものの社会的に何らかの深刻な不適応を起している人が訪れる。中には、いわゆる「引きこもり」に近い状態にいる人もいる。そのような状態にある人でも、気楽に参加できるようなグループを作ればよいというイメージを筆者は描いた。社会復帰の足がかりにできればということである。しかし、社会復帰の援助・促進を目的として掲げる活動は既にいろいろなところで実施されているので、ここでは差別化を図り、目標は各参加者に自分で設定してもらうような形をとることにした。いずれにせよ、参加希望者の希望は多様であると予想され、それに応えていくには、柔軟な形式でのグループ展開が望ましいと考えた。

このような理由から、まずグループの名称を「アートセラピー」ではなく、「アートグループ」に決定し、基本的にアートの制作を重視するクリエイティブなグループ活動を行っていくことにした。広報にもそのような主旨を載せている。そして講師には、アート制作が人間の成熟や治療に貢献し得ることという考え方が共有できる人に来ていただきたいというこ

とで、アーティストであり、かつ臨床心理学を本学で学んできた経歴のある椋田氏を招聘した。

三 システム

アート制作をある程度本格的に行おうとすると、常に場所の問題が浮上する。当ルームはグループ活動を目的とした部屋（和室）を備えているが、水道施設があり、かつ椅子に座って制作できる部屋が望ましいことから、アートグループは、思春期青年以上を対象としたブレイルームで行っている。毎回、可動式の長机と画材用チェストとを運び入れて準備をする。スタッフも含めて六〜八名が限度というごちんまりとしたスペースである。

時間的には、平日午後二時間の枠で行う。料金は一回につき千円で、別途材料費数百円が必要である。画材は、描画用に絵の具（水彩各種、アクリル、ポスターカラー）、クレパス、パステル、色鉛筆各種、鉛筆、墨などを用意し、筆毛洋画用と日本画用とを置いている。紙は画用紙、水彩紙、半紙、ボール紙などをいくつかのサイズに切って使っている。講師の椋田氏が水墨画家であることから、簡単な水墨画材を揃えているところが特徴的だと思う。造形用には粘土各種、染色材料、ウッドチップスなどを用意し、常備できない物を使う場合は、その都度購入する。

制作課題については、一回の活動ごとに課題が変わる。描画と造形をバランスよく体験できるように課題の組み方を椋田氏に考えて頂いている。参加者には、希望があれば申し出

でもらうように声をかけている。また、課題や元になる材料を指定することはあっても、どのように制作するかは個人の自由に任せている。例えば、時間の流れや季節の移り変わりを感ずるための課題として折々に取り入れていく、季節の花や野菜・果物をモチーフとした描画では、鉛筆デッサンから入っても、墨液を使ってもよいし、着彩の段階で水彩以外の画材が使いたければ、アーティスト自身が選べる。参加当初は誰でも椋田氏の示す手本やアイディアに添う形で制作することが多いが、制作に自信がついてきて、場にも慣れると、次第に自発性やオリジナリティを發揮するようになる。

技術的な補助、指導は椋田氏が行うが、このグループの特徴としては、スタッフも制作に携わることが挙げられる。スタッフもアーティストとして参加することによって、クリエイティブな雰囲気を増進させることがねらいである。産みの苦楽をともに体験することで、平等な空気がグループ内に生じることも重視している。

グループの進行は、制作に一時間半以上をかけ、最後に全体で作品のシェアリングをして終わる形式で毎回行う。基本的には個人制作なので、各自が作品や制作過程についてコメントをし、お互いの作品を味わう時間を重視している。視覚表現したものを、あえて言語化してもらい、制作にまつわる心の動きを振り返ることで、本人のみならずメンバーにも発見があったり、理解が深まったり、共感し合えることができたりする。場合によっては、他人の前で話をするのが、自己主張やコミュニケーションのトレーニングになるという効

果もあろう。

四 グループの現状

二〇〇二年十一月現在、六期目のグループを実施しているが、メンバーは数期に渡って継続的に参加している人、新規で入った人、休んでいる人とまちまちである。平日の午後という時間設定の影響もあってだろうが、加療中の人や主婦がほとんどである。動機づけとしては、絵を描いて楽しみたい、技術を伸ばしたい、リハビリ目的で何かしてみたいなどがある。制作態度は皆非常に熱心で、スタッフからリラックスを促すほどの緊張感が感じられるときもある。

どのような作品を制作しているかという点、描画が最も多く、その他、粘土や墨流しなどの造形や、ガラスや木に彩色するなどの工芸的作品制作を試みてきている。描画の場合、紙に描くだけでなく、日本画的な試みで色紙や短冊、団扇に描くこともある。多様な素材に触れ、多様な表現方法を学べるような工夫をしている。描画課題の中には先述のとおり、静物画という、オーソドックスなものもある。通常、内的なものを出発点を重視する成人対象のアートセラピーにおいては、このようなテーマは選ばれない。しかし、一時間半、対象をじっくり観察し、自分の見たものや感じたことを紙の上に再現していくプロセスは、非日常的な体験であり、心身のエネルギーを大いにつかう行為である。制作途中に小さな挫折はつきものであって、思い描いたイメージに技術が追いつかず、達成感が薄れることもある。アート制作には、自らへの対峙、

挑戦という側面もあって、真摯に取り組めば非常に充実したクリエイティブな時間となり得るだろう。ものの見え方が変わってくる可能性もあるだろう。しかし、このような課題があるために、一部のメンバーからもつと自由に自分の表現をしたいという不満が漏れたこともある。グループでは、フィッガーペインティングのような自由度の高い課題を採り入れる一方、「物語を聴いて印象に残ったイメージを描く」とか、「自分を何かにしたとえて描く」など、自己表現をより直接的に促すような課題もバランスよく取り入れるように努めている。

五 今後の課題

活動も六期目を迎え、いくつかの問題点が見えてきている。まず、グループの人数であるが、月に二回のこととはいえ、休みがちな人がいると、小規模なグループがますます小さくなってしまふことがある。現在、年に二回、公的機関と近隣のクリニックにちらしを配布する形で広報活動を行っているが、もう少し大掛かりな広報手段を考えて、人数一杯の参加者を確保する必要がある。

もう一点は、この活動がメンバーにどのように受けとめられ、どのような影響を与えているかが、グループの活動範囲からしかわかりえないという点である。この点については、一期のグループ終了後にアンケートに答えてもらう形でフィードバックを得ているが、今後はこのアンケートの内容をより詳細で充実したものに変えていこうと思っている。

カウンセリングルームにおけるアートをを用いたグループワー

クの可能性と意義を、この活動を通してさらに探求しながら、参加者の生に何らかの貢献ができればと願っている。

註

【1】筆者が最初にアートセラピーを学んだ米国では、アートセラピーの指向性をArt as TherapyとArt Psychotherapyに大別する考え方がある。詳しくは拙著「アート創作の治療的意義についての考察」(一) Edith Kramerのアートセラピー理論を手がかりに「(甲南大学学術フロンティア研究室編)心の危機と臨床の知」Vol.1(2000年)を参照してください。