

# 「オープンキャンパス・神大フェスタの感想」

人間科学科 2年 小畑 摩希子・横川 友里

箱庭とは

箱庭療法とは、心理療法の一種です。縦57cm×横72cm×高さ7cmの内側が水色に塗られた箱の中に砂が入っていて、砂をよけて水を表現したり、砂をよせて山を表現したりできます。また、人や動物、建物、植物などたくさんミニチュアがあり、クライエントはそこから好きなものを好きなように置いていきます。箱庭を作るうえで大切なのは、クライエントがセラピストに見守られるなかで、安心感を持って自由に楽しみながら作るということです。

体験者の感想

体験者にはあらかじめ「楽しむことが大切です。自由に作って下さい」と話してあったためか、楽しかった。という感想が多く聞かれました。



た。また、なんだかすっきりしたような気がする。難しかったけど慣れてくるとすんなり置ける。という感想も聞かれました。

やはり体験者が気になるのは自分が作った箱庭の解釈だったようで、説明を受けたいとほとんどの人が言っていました。しかし、「楽しむことで自分の内面を表現できるので、それですっきりしてもらうのが一番の目的だ」と話したいという人は納得し、笑顔で帰ってくれました。

私たちの感想

私たちは普段ゼミの中で箱庭を学習し、実際にゼミ生でペアを作って体験もしていました。しかし、オープンキャンパス・神大フェスタでは、普段接しているゼミ生の箱庭とは違いさまざま

な箱庭に出会うことができました。オープンキャンパスでは、大学を見に来た高校生が多かったので箱庭は比較的私たちが普段作っている箱



庭に近く、抱える問題点も近いように感じるものがほとんどでした。オープンキャンパスに比べて神大フェスタでは、地域の方（家族連れの方）から神大の学生や他大学の学

生まで幅広い年齢層の方の箱庭に出会うことができました。作る箱庭も今まで実際に見てきたものとは違い、初めて見るものがたくさんありました。子どもの箱庭は元氣あふれる子どもらしい箱庭であり、年配の方の箱庭は比較的現実に近いものを置かれるということを目の当たりにしました。

中でも印象的な体験だったのは、箱庭を見て怖くなった、という箱庭と出会ったことです。セラピストはクライエントを見守らなければならないのに、箱庭ができていくのを見ているうちにクライエントとの距離を感じてしまいました。近づいて見守らなければならぬと感じているのに近づけない、という体験は初めてでした。実際箱庭が完成してから怖いという印象が残っていました

が、先生や他のゼミ生の力も借りて体験した方は納得して帰ってくれました。また、出来上がった箱庭を見て、先生に詳しく解釈してもらわなければならないと感じた箱庭もありました。この方は先生の解釈を受けて納得し、笑顔でも「ありがとうございます」と言って帰っていきました。

私たちが日ごろ接している箱庭は同年代の箱庭で、これからの課題となるものも似ているものでした。しかし、今回の体験で、今までに体験したことのない箱庭を見、先生が実際にクライエントさんに解釈している現場を見ることができました。実際に現場に出たら、箱庭に怖がったり、戸惑ったりしてはいけないということを知りました。先生を見ていいると言葉を選び、クライエントさんが不安にならないようにどんな変化が起きているのかということ伝え、しっかりフォローもしている姿を見られたので、これからの勉強の参考になりました。また、クライエントさんは自分でも意識していないようなことを新たに発見でき、誰かに今抱えている問題を分かってもらえた、という感情から気持ちに楽になるのではないかと考え、箱庭の必要性、心理療法の大切さを実感しました。