

# 高等教育（短期大学）における「教員主導」のサークル活動 ～アートセラピーサークルの実践～

上淵真理江

## 1 はじめに

本研究においては、高等教育（短期大学）における学生の心理的支援の一環としての「教員主導」の「アートセラピーサークル」の実践について振り返り、考察を行う。

## 2 先行研究と本研究の位置づけ

近年の高等教育においては、授業以外においても様々な支援・サービス活動を通じて、学生の心理・社会的支援が多く試みられている。

例えば、UPIを新入生に実施し、その結果スクリーニングを行い、心理的リスクの高い学生への面接・連携調整（学生相談室・精神科等へのつなぎ）を行うことも学生への支援である。当短期大学文科においても毎年行っている。

しかし先行研究を調べてみると、学生の心理的支援としての「教員主導型」の「アートセラピーサークル」を中核に据えたグループワークの実践研究は、筆者の調べた範囲では見られない。しかし、アートセラピーではないが、教員主導の看護のサークル活動は行われているという研究がある（千明・片貝、2011）。

千明らの研究をここで述べる。この実践は、看護学生を対象とし、救急法や救急処置を学ぶことを目的としている。講義数も多く、実習時間も長く、学業が忙しい看護学生のためのサークルである。

また、サークルではないが、「高齢者」におけるアートセラピーの研究変遷についての研究も見られる（山崎・柳・奥野・朝田・戸村,2009）。

本研究においては、大学の中の学生支援として一对一の面接ではなく、グループワークを「サークル」と称して実施している。本論文では、以下この活動を「アートセラピーサークル」という名称で使用する事とする。

## 3 実践プロセスと考察

(1) 20X年：4月：2週間に一度昼休みに実施した。

サークル活動の内容：創作活動として、材料は教員である筆者が研究費または自腹で購入

した。不景気のせいか、学生は少しでも節約してお金を払うことに抵抗を示す可能性がある  
と想定したためである。「無料」であることで参加への敷居を低くした。

学生は授業・アルバイトで精一杯の方が本当に多い。短期大学ということもあり時間的余  
裕もない学生が多い。サークル活動・部活等正課外活動に参加している学生は多くはない。  
そこで学生の気分転換、悩みの相談、雑談、教員・助手とのふれあい、学生生活の楽しみの  
一つ、友達作り等を目指してサークルを立ち上げた次第である。

具体的内容は例えば、葉書コラージュ療法（短時間で満足できることを目指した）、粘土  
作り（「退行」を促し、講義、バイトで一杯の学生に「癒しとリラクセス」をもたらすこと  
を目指した）、水墨画、ハロウィンパーティー（心理学コース以外の学生も参加し、筆者  
が自腹でケーキを沢山購入し、仮装の用意も行った。宣伝が毎回大変である。大変盛り上  
がった。英語コースの学生さんはなじみと理解が深いせいか参加が多かった）、クリスマス  
ツリーオーナメント作り（クリスマスツリーは筆者が家から持参した）、人気だった「ス  
イーツデコ」は3回実施した。このスイーツデコも材料は筆者の自腹である。筆者はとにかく  
学生の喜ぶ顔を見たくて夢中で行っていた。

また黒い画用紙にクレヨンでカラフルに描画を行うことも実施した。これは黒い画用紙を  
用いることで自然とカラフルな明るい色を用いる流れになるため、自然と気持ちも明るく  
なることを目指したものである。

教員は作品を創作している学生に対して作品へのコメントを行ったりした。また日常の学  
生生活や様々なことの雑談も行った。「雑談」の大事さを心がけた。時には恋愛や家庭のこ  
となど深い悩みについても語りあった。また、「コアメンバー」を筆者の研究室に集めてお  
茶を飲みながら、サークルでやりたいことなどについても語り合った。その際創作活動以外  
に「悩み相談」をしたいという学生の気持ちが強く感じられた。

学生相談室に行くには敷居も高いし、普段は教員も学生も多忙なため、サークル運営のな  
かでいろいろなコミュニケーションが生まれた。筆者はその後講義もあるため、「感情労働」  
が多く、疲労はひどかった。しかし楽しみでもあった。

その中で、「助手さんのサポート」も多大であった。宣伝、呼びかけ、当日の材料運び、  
セッティング、筆者への応援、筆者のくじけそうな気持ちへのフォロー等ありがたいと思  
う。

対人恐怖症（社会不安障害）でマスクがとれない学生がいた。一人静かに作品を創作して  
いた。声をかけると、サークル活動が就職に有利かどうかとたずねてきた。筆者は有利であ  
るので、面接でもアピールできることを伝えた。「就職のためアートセラピーサークルに参  
加する」というのは筆者の大きな目的でもあった。就職活動支援についても面接で「エビ  
ソード」を語ることが大事であると考えた。本当にささやかなアートセラピーサークルの活  
動であっても、就職に役立つのであれば「利用」してほしいと考えていた。その後、その学  
生は「内定」をもらい、サークルへの感謝を述べてくれた。

サークル運営の問題点と解決については、学生の講義の時間割の事情もあり、多くの参加者を募りたいため、時間は「お昼休み」に設定した。学生はお弁当を食べたあとの短い時間の中で、作品を創作するため、短時間で満足がいくものを選んだ。

教員や助手とのコミュニケーションを目的とする学生も見られた。それも大歓迎である。サークルは人とのふれあいが大事である。また、名刺をアーティスティックに作ることにして、友達の輪を広げるように心がけた。

サークルの宣伝のため、実施の情報を毎週学内の様々な場所に貼った。

サークル活動のなか、次第に「コアメンバー」が確立した。

一方、筆者はサークル活動のあと講義を行うのは心身ともに大変であった。教員の企画と段取りにより行うため、負担は大きかった。喜びも勿論あった。また参加者を増やすためにケーキを筆者が提供した。

## (2) 先行研究との位置づけ

千明・片貝（2011）の研究においては、質的研究を行っている。「サークルに入った動機」、「サークル活動継続の理由」、「サークルに入って良かったこと」の3点についてインタビューを行い、分析を行っている。結果の一部として挙げると、「サークルからの学び・影響」として「触れ合い・かかわりの増加」、「蘇生救急法の学習・指導」、「救急への興味・関心」、「楽しみ・喜び」の4カテゴリーが見出された。

この研究を踏まえて、筆者のサークル運営を振り返る。

まず、本サークルの目的が今一つ、あいまいであった。まず「楽しむこと」、そして何より目的としたことは、「就職活動に役立つ」ことである。就職活動においては学業以外に頑張ったことを面接で聞かれることを想定した。特に「エピソード」を語る事が出来ることを目標にした。サークルが「楽しかった」だけでは本来はサークルの役割として不十分であると振り返る。サークルは出来れば「学生自身」が「苦勞し」、「サークルを作り上げていく」という努力が大事である。

しかし、短大生の忙しさなどを考慮し、またサークルの「責任」を負わされることが学生にとって負担であることを配慮し、「教員主導」として「過保護」に運営を行った。アートセラピーサークルの「試み」であるので、探索的であった。また何か「出来るようになる」という、単に楽しいだけでなく、「技術の獲得」も考慮することが今後の課題である。本サークルでは「アートセラピーの作品」を「解釈」できるようになることが目的の一つであっても良いのではないかと考える。

また、やはり「楽しいだけ」では運営継続は難しいかもしれない。教員主導と学生の自発性のバランスも課題である。

### (3) アートセラピーサークルの学生との打ち合わせの一例

\*日時：第2火曜日第4水曜日（より多くの学生が参加できるようにするために曜日を二種類にした）

\*開催場所：アットホームに活動できる教室にしたいと学生の要望があった（机の配置がコの字型になっている教室）

\*時々屋上でのびのび作成したいという声も学生から出た。

\*学生がサークルに求めるもの：癒し（授業中は90分間しばられているので開放されたい。思い切りアクティブなことを楽しみたい。何も考えないででいること。童心に戻りたい）という意見も出された。

\*要望その他：屋上で「大作」を作りたい：砂絵、集団コラージュ、タペストリーなど。粘土作品を作りたい一回で完結よりも、数回かけて大作を仕上げるほうが、参加率は高まるのではないか。ハロウィンパーティー、クリスマスパーティー、節分（お面作り）などを行いたい。

打ち合わせと受けての実施：ハロウィンパーティーで用いる装飾品作り、名刺作りを行った、ハロウィンパーティーの実施：仮装可として、各自お菓子を持ち寄ることとした。

### (4) アートセラピーサークルを実施したことにより、学生について幾分「変化」した点

- ① 普段の講義のなかでは他の学生と交流しなかった学生が積極的に参加していた。先にあげた対人恐怖症（社会不安障害）の学生も最後はマスクを外していた。
- ② コアメンバーが確立し、個人的な各々の悩みを筆者が聴き、アドバイスをを行うことにより、コアメンバーの「心理的成長」の一助となったと思われる。彼女らは単純にサークル活動に積極的に関わるだけではなく、その「学年のリーダー的存在」となり学年全体の活動を牽引するようになった。
- ③ サークル活動は初年度であったため試行錯誤であった。しかし筆者も、楽しい時間を過ごすことができた。今後は学生の費用の分担や学生の参加の度合いの増加が課題である。

初年度の終わりに筆者は力尽きて休会となった。いずれまた、工夫をこらし、なんらかの試みをすることで学生の充実した楽しい学生生活の一助としたい。

## 4 おわりに

筆者はある時思い立った。学生さんが更に楽しめる学生生活を送るために、何が自分に出来るか。授業の充実は勿論であるが、授業以外で学生さんと楽しく関わり、かつ「就職」にも役立ち、また、学生同士や助手、「教員と学生さんが交流する場」を作ろうと考えた。

100円均一ショップで沢山材料を買ったり、助手さんにいろいろ頼んだり、宣伝したり、

忙しくも楽しい時間であった。出来ればもっと長い時間活動を行いたかった。筆者のキャパシティー限界で活動を行っていた。またいつの日か工夫を重ねて何らかの形でサークル等の活動を行いたい。

## 5 謝辞

参加してくれた学生さんたち、ありがとうございます。特に、コアメンバーの学生たちは打ち合わせにも参加してくれてありがとうございます。一回だけの参加の学生さんでも、ささやかでも就職活動等何か役に立ったら幸いです。

そして多大に支えてくださった助手の金子智江さん、小山麻里奈さん本当に感謝しております。彼女たちなしではサークル活動は成り立ちませんでした。ここに感謝の意を表します。

## 6 引用文献

- 千明政好 片貝智恵 2011 「エンジョイ・レスキュー（ER）サークル」が看護学生に与える効果に関する研究 上武大学看護学部紀要 第6巻 第2号
- 山崎聖子 柳久子 奥野純子 朝田隆 戸村成男 2009 アートセラピーの変遷と高齢者への適応 老年医学 update medicalview



# アートセラピーサークル

♡紙粘土づくり♡

頭を使わないで身体感覚で創る。  
退行【より自然な自分になるので  
カタルシス(ストレス解消)が得ら  
れる。】

















