

[梅花女子大学]

心理学科でのアニマルセラピーの試み

渡邊 力生 梅花女子大学心理こども学部心理学科講師

1 アニマルセラピーコースの沿革

梅花女子大学ではキリスト教精神に基づき、チャレンジ&エレガンスをモットーに、社会に貢献する理想の女性の育成を目指している。その一環として2013年に心理学科にアニマルセラピーコースが設置された。一般的に3つに分類されるアニマルセラピーの効果のうち、「心理的効果」の中にはいわゆるリラクゼーション作用だけではなく、自己有用感の向上や無条件の許容といったものも含まれる。これらは対人援助場面において重要な要素であり、そのニーズに応えるための教育・指導に資するものと期待された。

コース設置後まもなくNPO

法人日本アニマルセラピー協会の協力の下、本学初のセラピー犬、スタンダードプードルの「梅ちゃん」が入学。同時に学生のアニマルセラピストとしてのトレーニングも開始。その成果として特別養護老人ホームや幼稚園への訪問活動を行うことができるまでになった。

2015年からは獣医師、2017年からはドッグトレーナーといった専門家を迎え、より動物による福祉、人と動物の絆を重視した教育活動を目指してきた。現在はセラピー犬として「花ちゃん」も加わっている。

またドッグセラピーだけではなく、ホースセラピー、イルカセラピー、エレファントセラピーといったさまざまな分野のアニマルセラピーについて学ぶ機会も設けている。

2 セラピー犬の日々のトレーニングと実践

学外訪問活動や学内でのふれあいイベントを重ね、それらをより効果的に安全に行うためには「犬と人の信頼関係」が最重要であり、学生への教育としても最優先項目であるという認識が学科内で高まってきた。

そのためドッグトレーニングとは称しているものの、単

に人間が犬に動きを教え込むといった様相は呈していない。犬が「この人と一緒にいたら安心だ！楽しい！」と感じられること、学生たちには、セラピー犬にとつて自分たちが必要不可欠なパートナーであるという自覚を持つことを現在の大きなテーマとしている。トレーニングはもとより、日常的なお世話、健康チェック、散歩といった活動にも重点を置いているのはこのためである。またそれを支える講義科目の更なる充実も図っている。

それらの実践の場として高齢者施設、幼稚園、就労支援施設などに協力いただき、訪問活動は継続して実施している。写真にも示し

たように、体験者の方々に犬とのふれ合いを通して先述のような生理的効果を楽しんでいる。大きな目的である。しかし、それと同等かそれ以上に、訪問する学生との会話が生まれ



アニマルセラピーの様子

ることも目的としている。すなわちそれはアニマルセラピーの「社会的効果」であり、動物を介在して人と人とのつながりが生まれることを意味するものである。これこそまさに、本学においてアニマルセラピーコースを設置した大切な趣旨であり、今後アニマルセラピーそのものが発展する鍵になると考える。

3 今後の展望

現在は動物看護・セラピーコースと名称を変え、今後も「社会的効果」のある教育、普及に努めるとともに、本邦では発展途上の分野である「生理的効果」についての研究を模索していきたいと考える。

また、アニマルセラピーそのものを職業とすることは難しい現状を踏まえ、学生たちのキャリア形成のために動物看護領域の教育に力を入れ、広く動物関連業界への就職に寄与することを目指していきたい。生涯を通して人と動物の架け橋となるような人材育成につながれば幸いである。

[上智大学]

死と悲嘆から生きる意味を捉え返す 上智大学グリーンケア研究所

島 蘭 進 上智大学大学院実践宗教学研究科委員長、同グリーンケア研究所所長

1 死と悲嘆に向き合う学び

誰もが死を免れない。また、親しい人との死別がもたらす悲嘆はつらい。からだの一部をもぎとられたように感じて、立ち上がる気力が出てこない人もいる。だが、悲しみを通してこそ人は大切なもの、かけがえのないものを確かめていく。それが新たな生を生きる力となることもある。

死者との交わりが、遺された者の支えとなったり、大きな励ましとなったりする。ご仏壇で死者に挨拶したり、お墓参りをしたり、アルバムで遺影を振り返ったり、夢に死者が現れたりする。こんな経験は珍しいものではない。だが、こうした経験はどのような意味があるのか。死者とともにあることの悲しみ

と喜びを、他者とうつ分かち合っていくことができるだろう。

四谷の上智大学キャンパスで毎年60人の社会人がグリーンケア人材養成講座を受講する。水曜夜と土曜の午前午後が授業時間である。大阪の梅田にある上智大学大阪サテライトでも同じ講座があつて、こちらは定員が36人だ。2年間のコースを終えると臨床傾聴士の資格が得られることになっている。

18歳ぐらいから大学に入ってくる若者の受講者はいない。平均年齢は50歳ぐらいだ。だが、学ぶ意欲はたいへん高い。悲嘆を通して生きる意味を問直す。他者を助け癒し寄り添う、つまりはセラピーやケアのあり方を学ぶのだが、かなりの時間は自己を振り返ること、自ら死について生について思いをこらすことに向けられていく。グリーンケアの学びは、死生学という新しい学問領域と深く関わっている。

2 ケア・宗教・アート

グリーンケア人材養成講座は、このように自己と人間について、そして悲しみや心の痛みについて、学んでいくコースだ。実習・演習を通してケアについて学ぶ体験的学習が重要な構成要素だ。

心理学や医学についても学ぶが、宗教やアート(芸術)につ

いての学びが大きな要素となっている。キリスト教や仏教、あるいは日本の宗教文化について学ぶことも重視している。これまで人々は宗教文化を通して、死に向き合い、悲嘆に向き合うことが多かったからだ。

だが、現代では伝統的な宗教儀礼には距離を感じる人も多い。死を題材とした文学、映像作品が増えており、悲嘆をめぐる音楽も人気がある。アートを通して死や悲嘆に向き合う人が増えている。自らにじっくりする死生観を育てようとしている人も多く、この講座はその手助けにもなるはずだ。

人材養成講座で学んだものをどのように生かすのか。受講生のなかには、ケアや対人援助関係の仕事をしている人、あるいはその経験者がいる。看護師、医師、宗教者など。

他方、一般の企業に勤めていたり、ジャーナリズム関係、また自由な職種の人々も、主婦もいる。多くはないが、20代、30代の若い受講生もいる。新しい教養のあり方とも言える。

3 死生学やケアの学びをどう生かすのか

グリーフケアを生かす場合は、一对一の援助の場が想定されているわけではない。むしろ、つらい立場の人に寄り添ったり、集いを開いて支え合いの場をもつといった形が、より実情に

あっているようだ。

グリーフケアに関心が寄せられるようになったのは、1980年代以降で、とりわけ2011年3月11日の東日本大震災の影響が大きかった。津波等で親しい人と死別した方々に寄り添うような支援とはどのようなものか。慰霊や弔いの側面をはずすことはできない。慰霊や弔いの作法は宗教と切り離せないものだ。

災害だけではない。事件や事故が起こると、人々は犠牲者が出た場所を訪れ、花を手向ける。悲嘆は個人的な事柄であるとともに、集合的な事柄でもある。ともに悲嘆を分かち合うという経験に大きな意味がある。かつては、家族や親族、また地域社会の人々がともに悲嘆を担うことがふつうだった。だが、災害や事故や事件が起こると、多くの人々がともに慰霊や弔いに参与する。悲しみをともにすること、その意義を問うのも、グリーフケアの学びの重要な側面だ。

ここでの学びをさらに深める場として、大学院実践宗教学研究科がある。修士課程は定員10名だ。こちらも社会人が学びやすい時間に多くの授業が設定されているが、4年制の大学を終えた若者もかなり応募してくる。学部段階で死生学履修コースを習得することで、大学院で学ぶ準備を整えることもできる。

〔日本女子大学〕

通信教育課程 児童学科で アートセラピーを導入する意味

小野 京子 日本女子大学家政学部通信教育課程児童学科特任教授

1 導入の経緯

アートセラピーは、心身の解放、心理的問題や葛藤の解決、自己肯定感の向上、創造性の促進などを目的に、アート表現を用いて行われる心理療法である。本学科では2016年度から表現アートセラピー関連科目群を導入した。本学科には18歳から80代までの学生が学んでおり、すでに保育や幼児教育、その他の対人援助職に携わっている者、またこれから携わりたいと思っている者も多い。そのような学生たちにとって、この科目群を通して自らの心理的健康、創造性、共感能力を高め、子どもの心理的健康を育む視点を持つ意義は大きい。

アートセラピーの中でも、本

学で提供しているのは表現アートセラピーである。これは、多様なアート表現（絵や造形、ダンス・ムーブメント、音楽、詩や物語等）を用いる比較的新しい芸術療法である。科目は「表現アートセラピー基礎」「表現アートセラピー1、2」「応用表現アートセラピー」の4科目から構成される。「表現アートセラピー基礎」を除いてスクーリングで開講しており、授業の中では理論に加え、演習も豊富に取り入れている。「応用表現アートセラピー」では、小学校等での主要科目の学習促進にアート表現を取り入れる方法（アーツ・インテグレーション）を学ぶ。

2 「芸術・子ども支援プログラム」創設

2018年度からは芸術療法科目をさらに充実させ「芸術・子ども支援（大学認定）プログラム」を創設した。本学の児童学科は伝統的に児童文学や造形、音楽、身体表現などの芸術科目が充実している。そこに前述の4科目が加わり、さらに「音楽療法的アプローチ」「身体クリエイティブ表現」「分析的アートセラピー」及びカウンセリング科目を新設した。芸術に深く親しんだ上でこれらの科目群を学ぶことにより、心理臨床的視点を持ち、アート表

現を用いた心身の解放や心理的成長について理解を深め、子どもの自由な表現を促進し、心身の成長を見守ることのできる人を育てたいと考えている。また、芸術療法を学ぶことにより、学生の「自己知、自己覚知」（自分自身を知り、気づく力）が育つ。自己を知り受容することは、他者理解、共感力の基礎となるため、教育に関わる者にとって非常に重要であり、より効果的に子どもと関わることができる。

芸術療法科目と関連科目を含め所定の23単位を履修すると、卒業時に修了証が発行される。すでに2019年度卒業生のうち9名が修了している。

3 学生の反応

芸術療法を学べる教育機関が少ない中、それを目的に本学科に入学する学生もいる。授業に対する学生の反応は「自分をより深く知ることができた」「心が解放された」「みずみずしい感性を取り戻せた」「自己肯定感も増えた」「将来に前向きになれた」「子どもたちがより自由に表現できるよう、この授業で学んだことを生かしたい」「ありのままの自分を受け入れられ、子どもたちのありの

ままを受け入れることが大切とわかった」などである。なおアートセラピーの演習(体験)においては、学生の心理的安全を十分配慮して行っている。

学生の内面的成長を援助することは大変重要である。セラピーという切り口から、自分を大切にし、人を大切に
する視点が得られる。昨今、様々な分野において内面的成長が注目されている。例えば産業分野では、成人発達理論、ティール組織等に基づき主張として、上司やリーダーが自己を内省し人間的な成長を図ることにより、組織の改善や収益の向上が得られるという知見がある。今後さらに多様な分野において、個人の内面的成長の重要性が見直されるであろう。そのためにも本学科では「芸術・子ども支援プログラム」のさらなる充実を図っていききたい。



アートセラピーの演習