

グループ箱庭を用いたコミュニケーション力を高めるワークの開発

環境人間学部 井上 靖子

キーワード 箱庭療法、グループ箱庭、イメージ、自己洞察、コミュニケーション

研究概要

本研究では、3人～5名程度で箱庭をつくるという作業を通して、非言語的、言語的なコミュニケーションを促し、個人やグループ成員の自己洞察や対話力を高めることを目的としたワークの開発を行なっている。昨今、教育、福祉、医療における対人援助や一般企業においてもチームで共通の目標をもって活動をする場面が増えている。こうしたチームにおける連携や協働の作業において、チーム成員間のコミュニケーションがスムーズか否かはその活動の成果に直結している。そこで、箱庭のもつ非言語的、俯瞰的、構造的な表現の意義を見直し、グループで箱庭制作をするという取り組みを通して、チーム相互間の自己洞察やコミュニケーション力の向上を目指している。



アピールポイント

箱庭療法は誰もが取り組みやすいこと、個人もしくは集団でも実施ができること、日常とは異なる意識で自己表現できること、砂箱という枠による守りがあること、身体感覚や深い情動が活性化されやすく、心理療法としての浄化(カタルシス)や心理査定としての心の理解も可能である。

応用分野

心理療法としてだけでなく、教員、看護師、児童指導員、介護福祉士、社会福祉士などのチームにおける対人援助能力の向上、自己洞察、チームとしてのコミュニケーション力の育成に応用が可能である。