



発行日：2021年10月1日

発行者：芝共立キャンパス学生相談室 TEL 03-5400-2640

「箱庭」について



慶應義塾大学の学生相談室には「箱庭」があります。芝共立キャンパスの相談室にもあります。今回は、「箱庭」についてご紹介したいと思います。

「箱庭」は、その名の通り、57cm×72cm×7cmの大きさの砂の入った箱に、さまざまなミニチュアの置物やフィギュアなどの玩具を選んで、何らかの表現をするものです。「箱庭療法」とも言われます。英語では「sand play」と呼ばれます。玩具は、人、動物、木、花、乗り物、建築物、橋、柵、石、などがあります。最初は子どものための心理療法の一つ的手段として、子どもがその内的世界を表現するための技法として考案されましたが、それを成人にも効果のあるものとして発展させました。盆栽のように非常に日本的な感じがしますが、もとはスイスで発展したものです。それを心理学者の河合隼雄が日本に紹介しました。「カウンセリング」は言葉で自分を表現しますが、子どもにとっては「遊び」が自分の世界の表現手段であり、「絵画療法」は絵で表現すること、「箱庭」は砂の入った箱と玩具を使って表現するものと言えます。

中学校でスクールカウンセラーをしていた時に相談室に来るようになった中1の不登校の女子生徒は、非常に緊張感が強く、いわゆる「いい子」の受け答えが目立っていましたが、「箱庭」に興味を持ち、毎回「箱庭」を使って何かを作るようになりました。10回あまり夢中で「箱庭」を作る回が続きましたが、最初は箱の真ん中のごくごく小さな場所から始まり、途中で真ん中を流れる川が出てきて、川の向こうの世界とこちらの世界、渡りたいけど渡れない、という状態を経て、ついに川を渡し、いろんな動物がいる世界を表現して、その頃に

は「箱庭」の説明をしながら、それ以外にも言葉で自分の世界を表現するようになっており、その回を最後に「箱庭」なしで言葉だけのカウンセリングになっていきました。並行して現実世界では、教室に戻ることにチャレンジしていて、不思議なことに、ちょうど川を渡る「箱庭」を作った頃に、現実世界でも初めて授業に参加していました。緊張感が高く、いい子になってしまう彼女にとっては、相談室で自分を表現するのにまず言葉を用いない「箱庭」を使うことが必要だったのだと思います。「箱庭」を介して自分の中で起こっていることを表現し、「箱庭」の世界のことを説明しながら、自分のことを語ることに少しずつ慣れていったのではないかと思います。

「箱庭」は、癒しと変容だと言われます。言葉で語る世界は知的に作り上げた世界であり、人はそれだけでなく普段意識していない無意識といわれる世界を持っており、その二つの世界の間には当然ズレがあるのですが、そのズレが大きいほどしんどさを感じる状態であり、様々な症状となって出てきたりするのでしょうか。その言葉にならないものを形にするために「箱庭」は一つの方法として使うことができます。

今回は学生相談室に置いてある「箱庭」についてご紹介しました。流れの中で理解する必要があるため、一度だけやってみて意味を解釈することあまり意味はなく、また人によって向き不向きがあるため、誰にでも適用できるわけではありませんが、もし興味や関心がわいたら、相談室に来てそのように言うてみてください。

参考：『箱庭療法入門』河合隼雄 編 誠信書房
（文責：石田絵理）



学生相談室を利用してみよう！



Q1. どのような場所ですか？

学生相談室は、皆さんが学生生活を送っていく中で
出会うさまざまな事柄について、気軽に相談できる場所です。

Q2. どのような相談ができますか？

たとえば、人間関係について、サークルや友人について、学業上の悩み、家庭のこと、心身の健康問題、性格や適性について、進路、人生観、自分自身を知りたい・見つけ直したいなど、様々な悩みについて相談できます。また、必要に応じて他の窓口への紹介も行います。相談内容については秘密を守ります。

Q3. 相談の申込はどのようにすればいいですか？

原則として予約制となります。

予約をご希望の場合は、下記に直接電話をしてください。



芝共立学生相談室／03-5400-2640

月曜日[大江]・水曜日[小林]／12:00～13:30

木曜日[横田]／16:30～18:00

金曜日[石田]／13:00～17:30

※開室時間以外のご予約・お問い合わせは下記までお願いします。

三田学生相談室／03-5427-1575(月～金曜日 9:30～16:30)

学生課学生生活担当／03-5400-2683(月～金曜日 8:45～16:45)

学生相談室グループアワー開催中！

学生相談室では、2021年度の第3弾として10/13(水)に「第一印象がすべて?」、
第4弾として10/25(月)に「コミュニケーションに活かす観察力」というテーマでグループ
アワーを実施します。詳細は学生相談室 HP に掲載していますのでご覧ください。

<https://www.students.keio.ac.jp/com/life/consult/counseling-room.html>

【学生相談室 電話相談】

所属キャンパスにかかわらず、三田・日吉・矢上の学生相談室もご利用いただけます(原則、電話相談です。WEB相談・対面相談についてはお問い合わせください)。

▶三田学生相談室／03-5427-1575

▶日吉学生相談室／045-566-1027

月～金曜日

開室時間:9:30～16:30(昼休み 11:30～12:30)

▶矢上学生相談室／045-566-1431

月・水・木・金曜日

開室時間:10:00～17:00(昼休み 11:30～12:30)



【学生向けコロナ相談窓口(薬学部)】

薬学部学生対象に「コロナ相談窓口(薬学部)」が開設されています。

講義や研究活動のことなど、学生生活に関連したことについてメールで相談していただけます。こちらも合わせてご利用ください。

相談メールアドレス: pha-covid@adst.keio.ac.jp

発行日: 2021年10月1日

発行者: 芝共立キャンパス学生相談室 TEL 03-5400-2640