



RAKUWA
lecture of health

第105回 らくわ健康教室

2012年6月30日



芸術療法って何？ (アートセラピー)

～ 心をほぐす実体験 ～

洛和会京都医療介護研究所
洛和会京都医学教育センター 係長

アートセラピスト やまね ふき 山根 落



子どもたちのために、未来へ…

洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院 洛和会音羽病院
洛和会音羽記念病院 洛和会みささぎ病院



RAKUWA
lecture of health

第 105 回 らくわ健康教室 2012 年 6 月 30 日

芸術療法 (アートセラピー) って何？

～ 心をほぐす実体験 ～

芸術療法 (アートセラピー) とは？

心理療法のひとつで、クライアントの皆さま (もしくは患者さま) が、セラピストとの信頼関係のもと、絵の具、クレヨン、粘土などを用いた絵画・造形活動を通じて、心の問題を解決したり、心や体のバランスを保つためのセラピーです。



さまざまな芸術の媒体を使ったセラピー

- アートセラピー
- 音楽療法
- ドラマセラピー
- ムーブメントセラピー
- ダンスセラピー など



アート/アートセラピーの始まりと発展

1 旧石器時代・洞窟壁画



「アルタミラ洞窟壁画」
<http://www.eonet.ne.jp/~wukkynomori/nenpyou/image/altamira.jpg>より

2 中近世 キリスト教画



「The Healing of Justinian by Saint Cosmas and Saint Damian」フラ・アンジェリコ
<http://art.pro.tok2.com/F/FraAngelico/ange19.jpg>より

3 19世紀 フランス象徴主義・後期印象主義



「ひまわりを描くフィンセント・ファン・ゴッホ」ポール・ゴーギャン 1888年
http://www.salvastyle.com/menu_impressionism/gauguin_gogh.htmlより

4 1920年代 表現主義・シュルレアリスム



「記憶の固執」サルバドール・ダリ
<http://matome.naver.jp/odai/2126265947427696701?page=2>より



5 1930年代～

アウトサイダーアート
アールブリュットが注目され始める



「水の花」 アンナ・ゼマンコヴァー
http://www.hiroshima-moca.jp/pic/press/pz_1.pdfより

6 1930年代以降 アートセラピー草創期

- ◆ **マーガレット・ナウムブルグ (米)**
教育現場で心の問題を抱える子どもたちへのアートの適用
- ◆ **エイドリアン・ヒル (英)**
自らも結核患者で、病気療養中に絵を描いていた体験から、ほかの患者にも描画活動を促す。病院内で活動を広める。
- ◆ **エドワード・アダムソン (英)**
精神病院内にアートスタジオを設け、精神病患者とのアート活動を広める。

- 美術教師とは分離して、治療的アート (Remedial Art) に対する資格として、アートセラピストのトレーニングを大学教育の中で確立
- 学会の設立

7 現在

病院の精神科	学校現場
異文化間セラピー	精神科デイケア
高齢者施設	患者会・家族会
緩和ケア病棟	障がい児・者施設
ケアする人のケアセラピー	

欧米では、病院の精神科、精神科デイケア、緩和ケア病棟、高齢者施設、患者会・家族会など、さまざまな領域でアートセラピーが実践されています。



なぜセラピーにアートを 用いるのか?

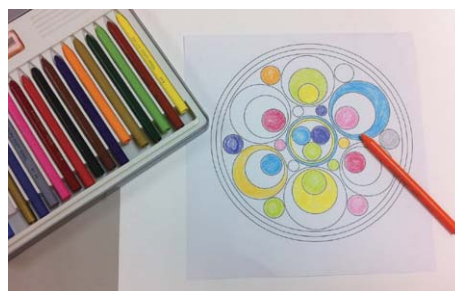
- 1 アート自体がリラックス効果や癒やしの働きを内在している。
- 2 粘土や絵の具などの材料を用いることで感覚刺激が与えられる。
- 3 作品には言葉を介さない内的世界が投影される。
- 4 自己表現の媒体であることによって、クライアントの怒りや攻撃性が分散・昇華されやすい。
- 5 アートは一人ひとりがもつ創造性を刺激する。
- 6 アート制作を行う過程で、材料や色を選んだりテーマを決めたりすることで、自発的な参加、能動的な行動を促すことができる。
- 7 グループセラピーではアート制作をすることにより、セラピストやほかのメンバーとのコミュニケーションが促される。
- 8 作品が残るため、クライアントは自分の作品やセラピーのプロセスを振り返ることができる。



アートセラピー実技

＊ ご自宅で応用できること I

マンダラ塗り絵



ご来場の皆さまに色鉛筆を使つての「曼荼羅(マンダラ)カラーリング」を体験していただきました。

作画後、皆さまに「グループで描いてみていかがでしたか?」「塗り絵をしてみて、どんな風に思われましたか?」とお聞きしたところ、「一人ひとり塗り方が違うのがおもしろい」「思わず集中してしまった」などのご意見をいただきました。

＊ ご自宅で応用できること II

マガジン・コラージュ

雑誌のなかの写真やイラストを切り抜き、貼っていきます。

