

親と子ども間のコミュニケーション支援 ——キュービック・ママを使用して——

Between Parent and Children Communication Support: Using Cubic Mam Method

下地 恭子

Yasuko Shimoji

研究の目的

現代社会は、AIが目まぐるしい勢いで普及し、都市化も進む一方で、地域社会との関わりも希薄化してきているのが現状である。そういう環境下において、小さい子どもを持つ親は、自分の子育てに対し不安や悩みを持ち、また核家族社会である現代では子育ての相談や頼れる人が少なく、特に若い世代の親は子育ての情報を、ネットの情報からという人も少なくない。そのような現状で、親と子に対し何かコミュニケーション支援ができればと思い、このキュービック・ママを使用した研究を進めていった。

キュービックとは、アドラー心理学やユング派の空間象徴性理論、投影法といった近代理論と、弁証法や立体五行説などの伝承理論を組み合わせたユニークでオリジナル手法であると、飯田(2008)によって言われている¹⁾。

キュービックは1988年の基本構想完成に始まり、約10年間に渡り約1万人のデータを蓄積し、実証的研究から得た結果で成り立っている。そして、キュービック・ママとしても発展していくがしかし、まだこのキュービックやキュービック・ママについての研究がほとんどされていないのが現状である。

詳細にキュービック・ママを見ていくと、まずキュービック・ママとは、中国の五行(立体五行説)の空間配置と、ユング派が提唱する空間象徴性理論、投影法、アドラー心理学、弁証法等の考え方を統合して作り出した図形である。キュービック・ママは、10色のクーピーペンシルと専用のシート(キュービック・ママシート)を、被験児に提示し実施してもらう実用的で効果を実感しやすいカラーセラピーである。

被験児にキュービック・ママシート上に自由に色を塗ってもらい、色を手掛かりに自分の気持ちを言葉にしやすくするようにする。また、自分自身をはっきり知る事ができ、客観的に自分の心や

気持ちと向き合う事ができるようになる (図1)。

一般的なカウンセリング手法やセラピーでは、今の状況を作り出している原因を過去から探る事を起点としているが、キュービックでは現在を起点とし、被験者の未来への前進をサポートするものである。

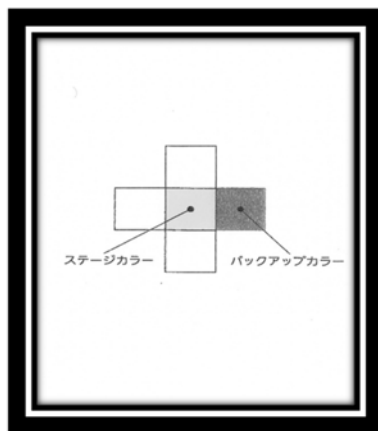


図1 キュービック・mamシート

研究方法

実験課題

キュービック・mam

まず最初に「株式会社フラックス」から発行されているキュービック・mam課題を使用し、親子各々に実施してもらう。やり方としては、5つの正方形の図形を各々に自由に色を塗ってもらう (使用色は決まっておらず、レッド・オレンジ・イエロー・グリーン・ブルー・パープル・ピンク・ライトブルー・ホワイト・ブラックの10色である)。

パーソナリティ・カラーチェック

親子の関係性を詳細に知る目的で、親と子ども各々のパーソナリティ・カラーチェック (株式会社フラックスから発行) を実施してもらう。まずは、親自身に実施し、次に子どものチェック (親側にチェックしてもらう) という順になる。

子どものストレスチェック (香港大学発達心理学チャン教授+週刊誌タイム共同開発テスト)²⁾

親自身から見て、子どものストレスはどの位あるのかを質問紙によりチェックしてもらう (10問)。15点以上がストレス状態である。

親自身の健康度診断質問チェック (中野敬子 ストレス・マネジメント入門 P.41~42より抜粋)³⁾

親自身のストレス自己診断を実施してもらう。この自己診断は、A (身体的健康度スコア)・B (精神的健康度スコア)・C (情緒的健康度スコア)・D (社会的健康度スコア) から構成されてい

る。19点以下が低い健康度である。

キュービックの被験者と被験児

研究に参加してくれた被験者（親）は22人、被験児（子ども）26人である。1人の親に対し、数人の子どもがいる場合もあるため、子ども的人数が多くなっている。

詳細として被験者は、30代～50代の母親18人、父親4人である。また、研究参加被験児の内訳は、3歳児1人（女児1人）・4歳児2人（男児1人、女児1人）・7歳児6人（男児2人、女児4人）・8歳児1人（男児1人）9歳児4人（男児1人、女児3人）・10歳児3人（男児2人、女児1人）・11歳児3人（男児2人、女児1人）・12歳児1人（女児1人）であった。

被験児は、きちんと色塗りができ、実験者側がキュービックの結果の解釈が可能な3歳～12歳児である。

今回は、気になる子や障がい児と診断された幼児や児童、0歳～2歳児（キュービック・ママは3歳から実施可能）は該当しないため3歳以上の定型発達児のみを対象とした。また、研究参加被験児が好きな色を使用している場合は、その結果を使用できないため、各々の親に協力してもらい、ステージカラーとバックアップカラーに好きな色を使用していないかチェックしてもらった。今回は被験児全員が好きな色を使用していない事がわかったため、全員のデータを使用する事とした。

実施期間

202X年4月～202X年7月

倫理的配慮

被験者（児）には、まず研究の主旨を説明し、その後研究結果を使用するという事とかつまた個人の特定ができないように配慮し、被験者（児）に不利益等は決して生じない旨を納得してもらい、研究参加協力の意思を同意書の提出にて確認した。

研究結果

親と子どもに、キュービック・ママやパーソナリティ・カラーチェック、ストレスチェック等々を実施し、その中で寒色系のキュービック・ママの結果であった子どもを中心に、研究を進めていった。

まず被験児の全体的な結果として、26人中21人は、ステージカラー（現在）に、子どもらしい明るい暖色系の色を塗っている様子が見られたが、5人は寒色系の暗い色を塗っていた（図2）。

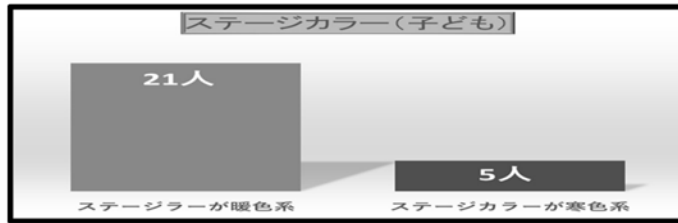


図2 子どものステージカラー

図2に示されているステージカラーが寒色系の5人のうちの3人の被験児のステージカラーと、バックアップカラーの興味深い結果を見ていく事にする。そしてその後、親との関係性も見ていく。



図3 12歳女兒のキュービック・ママ (母親30代)

まず1つ目の症例として、図3の結果から観察される事は、子ども側(12歳女兒)のキュービック・ママのステージカラー(現在)とバックアップカラー(未来)は、パープル(現在)と、ピンク(未来)である。そして、ストレスチェックでは16点(15点までがストレスなしの状態)であり、パーソナリティカラーは、イエローである。次に親側(30代・母親)のキュービック・ママのステージカラー(現在)とバックアップカラー(未来)は、黄色(現在)と、オレンジ(未来)である。ストレスチェックでは、32点と高い健康度を示していた。パーソナリティカラーは、オレンジ・ホワイトである。

次に2つ目の症例として、図4に示す。その結果から観察される事は、子ども側(7歳女兒)のキュービック・ママの現在と未来は、パープル(現在)とライトブルー(未来)である。ストレスチェックでは13点(ストレスなしの状態)であり、パーソナリティカラーは、グリーン・パープルである。次に親側(40代・父親)のキュービック・ママのステージカラー(現在)とバックアップカラー(未来)は、イエロー(現在)とピンク(未来)である。ストレスチェックでは28.4点と平均の健康度を示していた。パーソナリティカラーはパープルである。

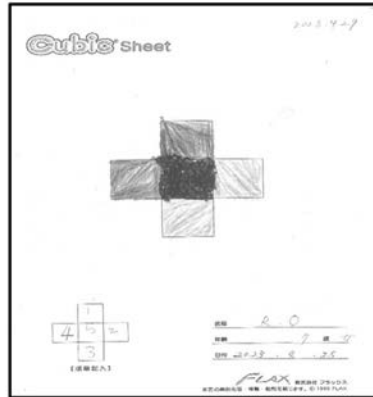


図4 7歳女児のキュービック・ママ（父親40代）

次に3つ目の症例として、図5に示す。その結果から観察される事は、子ども側（11歳女児）のキュービック・ママのステージカラー（現在）とバックアップカラー（未来）は、ブラック（現在）とイエロー（未来）である。ストレスチェックでは、16点（15点までがストレスなしの状態）であり、パーソナリティカラーはパープルである。次に親側（40代・母親）のキュービック・ママのステージカラー（現在）とバックアップカラー（未来）は、ホワイト（現在）とグリーン（未来）である。ストレスチェックでは、17.6点と低い健康度を示していた。パーソナリティカラーはホワイトである。

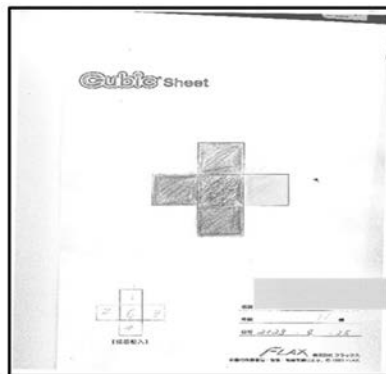


図5 11歳女児のキュービック・ママ（母親40代）

考 察

この研究は、子どもと親の間のコミュニケーションに対し、効果的な関わりが得られる事を目的にキュービック・ママを実施してきた。

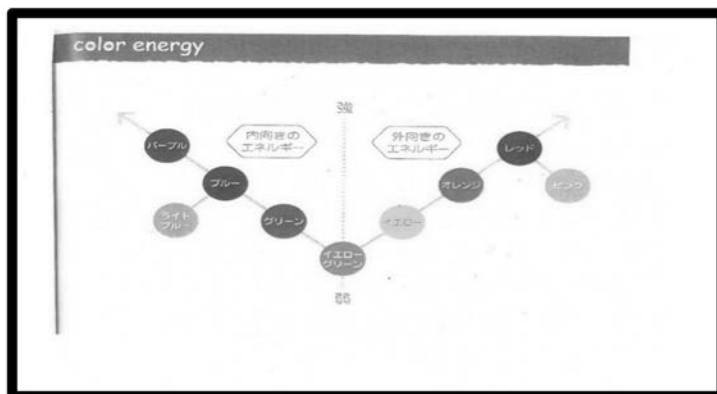


図6 有彩色のエネルギー関係図

図6は、有彩色のエネルギー関係図である。色のエネルギーには、強弱と方向性があり、人間のエネルギーの強弱とも密接に関わっている（シナジー反応）。自分のエネルギーが強い時は強い色のエネルギーを欲し、自分のエネルギーが弱っている時には弱い色のエネルギーを自然と欲するようになる（共振共鳴）。また、色の方向性には即時性興奮を表す外向性と、持続的沈静を表す内向性があり、それぞれの質が違っている。

今回の実験で読み取れる事は、子どもが側のステージカラー（現在）に、紫色や黒色があり、自分のエネルギーが弱っている時には弱い色のエネルギーを自然と欲するようになる色が現れている事がみられる。

まず1つ目の症例（図3）の考察として、子どものキュービック・マムの結果であるパープル（現在）と、ピンク（未来）からは飯田（2009）の解釈を参考にすると、「寂しさを自分で癒さなければならない、このパープルからピンクへのエネルギー変化は、この子にとっては、自分の世界から抜け出して、家族や周りの人に優しさを求めるという事でもある。親の方からスキンシップするようなコミュニケーションをとってほしい。」が解釈である。実際の母側のコメントとして、「毎日私が、ガンガン強い口調ではやしたてるので、萎縮してしまっているのではないか。塾に行きなさいという事に対しうんざりしているのでは、..。」であった。

また、母親のパーソナリティカラーは、オレンジとホワイトであったが、オレンジのタイプは【干渉傾向の親】であり、「〇〇終わったの?」「〇〇しないと・・・になるよ!」と、干渉する言葉を子どもに投げつけてしまう傾向がある。よってそのような言葉かけを控え、子どもを信じ自由にさせ、スキンシップやもっとコミュニケーションをとるよう母親に伝える。この11歳女兒のパーソナリティカラーはイエロータイプなので、甘えを許しつつすぐ反応をしてその場で褒めてあげる事がポイントとなる。ポジティブメッセージとしては、「いろんな事を知っているね!」とか「よく工夫したね!すごいアイデアだね!」の言葉かけをしてあげるともっとよくなると推測する。

2つ目の症例（図4）においては、子どものキュービック・マムの結果であるパープル（現在）と、ライトブルー（未来）からは、「現実に目を向けてないようなどこか上の空で気合が入っていな

い、ひょうひょうとした印象を持ち、親としてはやきもきして困ってしまうのである。しかし、そのゆるみをそっとサポートしよう」というのがこのケースの飯田（2009）の解釈である。7歳女兒と40代の父親のパーソナルカラーは、パープルと同じタイプであるために、「この子と自分の性格は似ている」と父親が実際に語っていた。また、この実験を実施したのがゴールデンウイーク前であったこともあり、現実から逃れ休憩をとりたいのであろうと父親も納得していた。子ども側のストレスチェックでも13点でストレスなしの状態であるため、大きな心配事はなさそうであると予測される。

また、父親のパーソナリティカラーはパープルであるが、パープルタイプは【命令・抑圧傾向の親】であり、「きちんとしなさい」「さっさとやりなさい」「さわらないで」「○○を先にしなさい」「自分が嫌な事は人にもしない」という言葉を発する傾向がある。このような、命令・抑圧傾向の言葉は避けるようアドバイスをする。

ポジティブメッセージとしては、「あなたらしいやり方でやればいいよ！」とか「自分のやり方でやってみたら！応援するよ！」の言葉かけがあげられる。

3つ目の症例（図5）は、子どものキュービック・マムの結果であるブラック（現在）とイエロー（未来）からは、飯田（2009）の解釈を参考にすると「苦手意識を克服して、目新しい事に挑戦してみたくなった状況である。閉ざしがちであった人とのコミュニケーションを再開するためにも、外に向かって出て行こうとするきっかけの色である。これからは、人との関わりを求めているので、いつもより多めに相手をしてあげて、言葉のコミュニケーションをたくさんとろう」がケースの解釈につながる。母親からの聞き取りによれば、父親とタイプがそっくりであり、1人の時間を大切に、マイペースで呼んでもすぐに来ないとこの事で母親が少々イライラした状態で話していた。「変わった子」という表現も何度か使用していた。この11歳の女兒はパープルタイプなので、1人の時間を認めてあげて、慎重に言葉を選んで伝える事がポイントとなる。ポジティブメッセージとしては、1人の時間を認めてあげ、慎重に言葉を選んで「あなたらしいやり方でやればいいのよ！」とか「自分のやり方でやってみたら！応援するよ！」の言葉かけが挙げられる。

また、母親のパーソナリティカラーは、ホワイトを示している。ホワイトのタイプは【つき放し・禁止傾向の親】であり、「絶対無理！」「勝手にやれば・好きにすれば！」「文句言わないの！」と、つき放す言葉を子どもに投げつけてしまう傾向がある。よって母親に、閉ざしがちであった人とのコミュニケーションを再開しようとしているので、つき放しの言葉はやめて、マイペースを認めて、応援してあげるよう伝えた。

各々の被験者である親に子どもの性格と、親との関係性の結果を丁寧に説明し、納得してもらい支援に結び付けられるようにした。その後、1週間後、1か月後、3か月後等々の子どもの変化を親に尋ねて様子を一緒に確認している状態である。

最後のまとめとして、今回の実験では、子どものキュービック・マムの結果の解釈と、親側がその結果を受け止めどのようになれば支援に結びつけられるのかということと、親のパーソナリティカラーのタイプ別に分類し、子どもへの対応の仕方（親側も自分のパーソナリティカラーを把握し、

子どもに対するマイナスな接し方に気を付ける) を色を媒介としてみてきたが、3つの興味深い結果から支援に結びつけられるのではないかと思われる。

飯田 (2008) が述べているように、時折人には「言葉にできない感情」が沸き起こり、言葉にする事ができないので周囲に伝える事ができない。しかし、キュービック・ママのように「感情を色に置き換えて表現する事」は、ストレスを緩和する事につながる¹⁾。

今後の研究課題として、被験者 (児) の実験参加人数を増やすという事と、父親の研究協力を増やし、母親との違いが見られるのかと言う事の確認等々が挙げられる。

引用文献

- 1) 飯田暢子. (2008) キュービック テキスト 基礎・応用・実践コース 株式会社フラックス
- 2) <https://www.mindfirst.jp/stresscheck1.html> 子どものストレスチェック (2023年4月1日14時00分)
- 3) 中野敬子. (2016) ストレス・マネジメント入門 金剛出版

参考文献

- 飯田暢子. (2009) Cubic mam ワークブック 株式会社フラックス
- 井梅由美子. (2017) 乳幼児を持つ母親の育児不安と子育て支援資源の利用について - 第1子の属性、所属等状況要因に着目して - 東京未来大学研究紀要 Vol.12. pp.1 ~ 12
- 加藤直子. (2019) 母親が子育て支援施設への参加を深めていく過程 - 「正統的周辺参加」論によるアプローチ - 保育学研究 第57巻第2号
- 長谷川かおり. (2011) 育児のイライラ感と就労 近親の支援者の関連 - 横浜市青葉区のアンケート調査より - 東洋英和女学院大学「人文・社会科学論集」 第29号

謝 辞

御多忙中でありながらも、質問に答えていただいたり、色を塗って協力していただいたりと、この研究に、快くかつまた興味を持って参加して下さった親御さんや子どもさんたちに、この場をかりて心より感謝申し上げます。