

プレイセラピーにおける砂の意味

久米 禎子

(キーワード：プレイセラピー、箱庭療法、砂)

1. はじめに

砂は、心理療法においては、箱庭療法の基本的な道具立ての一つであり、またプレイセラピーに用いるプレイルームには、砂遊びができるように砂場が備えつけられている場合も多い。砂が心理療法の治療的な展開の中で重要な役割を果たしていることは多くの事例研究に見ることができるが、いったい、砂はどのような意味や治療的効果を持つ素材なのだろうか。箱庭療法における砂の意味については、いくつかの先行研究があり、さまざまな側面が明らかにされている。一方、プレイセラピーにおける砂の意味については、事例研究が主で、素材としての砂を特に取り上げて論じたものは見当たらないようである。プレイセラピーにおける砂の治療効果は、箱庭療法における砂の治療効果と、ある程度重なる部分があると考えられる。しかしながら、箱庭療法とプレイセラピーでは、共通する面もあるものの、相違点もある。そこで、まずは砂の持つ象徴的意味、および箱庭療法における砂の意味を概観し、箱庭療法とプレイセラピーの違いをふまえたうえで、プレイセラピーにおいて砂が持つ治療的な意味について考えてみたい。

2. 砂の持つ象徴的意味

de Vries (1974) の『イメージ・シンボル事典』には、以下のような砂の象徴的な意味が挙げられている。

1. 砂漠と関連し、不毛、徒労を表す
2. 無限で、数えきれない数を表す
3. 浜辺に関連して、希望（潮れることのない）安全性を表す。またははかなさを表す
4. 砂時計の連想から、時間を表す
5. 水に抗するがゆえに、忍耐、勇気を表す
6. 子供の目に砂を撒いて目をこすらせ、眠くさせるという眠りの精を表す
7. 岩と対極をなし、不安定さを表す
8. 火の粉とともに降りかかってくる焼けつく砂は、地獄における罰の1つである
9. 感受性を表す
10. もっとも小さい世界、小宇宙を表す

これらは西洋文明を背景にして記述されたものである。しかしながら、文明を越えて、人類に共通の普遍的な側面もあると思われ、このような象徴的な意味を知っていることは、箱庭療法やプレイセラピーでの砂の用いられ方や、表現を見るときに大いに参考になると思われる。とくに、子どもは意識化あるいは言語化以前の世界を表現することが多いので、イメージ豊かに表現を読み取っていくことが求められる。

砂のイメージについては、中道(2010)が箱庭療法の素材としての砂を取り上げる中で、さまざまな側面から、詳細に検討している。それによれば、砂は「地」のイメージを喚起する場合が多く、それを不毛な地である「砂漠」と捉えるのか、生命を育む「大地」と捉えるのかの二側面があるという。そして、日本の地鎮祭や神社の宗教儀式に用いられる清砂、チベット仏教における「砂曼陀羅」などを例に挙げて、宗教性との関連を指摘している。また、大地と母性の結びつきから、母性の「生み育む」側面と「浸食し、呑みこみ、崩壊へと導く」側面の両面性を砂と関連づけている。これらは、先に述べた de Vries (1974) で挙げられている砂の象徴的意味とも

重なる部分があると思われる。

3. 箱庭療法における砂

箱庭療法とは、Kalff (1966) によって確立された心理療法の一技法で、縦57cm×横72cm×高さ7cmの砂箱の中に、人間や動植物、乗り物や建物などのミニチュア玩具（アイテム）をセラピストの見守りのもとで配置して、何らかの表現を行うというものである。ここでは、Kalff (1966) が「母子一体性」という表現によって示したような、クライアントとセラピストの関係性が重視される。そのような自由で保護された空間の中で、クライアントの自己治癒の力が働き始め、象徴体験によって治療が進んでいくと考えられている。箱庭に表現されるのはイメージ、すなわち「意識と無意識、内界と外界の交錯する領域に生じたものを、視覚的な像として捉えたもの」（河合、1969）であり、具象性、直接性、集約性という特徴を持ったこれらのイメージを見ていく中で、クライアントに治療的变化が生じると考えられる。

箱庭療法において、砂は基本的な道具立ての1つであり、その治療的意味について、先に挙げた中道（2010）の他にも、いくつか検討がなされている。

木村（1985）は、箱庭制作における治療的要因として、「砂という動的な素材の使用」を挙げている。砂は表現の一部であるばかりでなく、「それ自体、治療的な素材」であり、「その感触によって人間の深い部分に訴えかけてくる」、「砂との戯れは心の防衛を解き、人をリラックスさせ」、「こうした生理的な刺激に助けられてクライアントは緊張がほぐれ、少しずつ自己の内面の深い世界を表出するようになる」としている。つまり、砂を触ること自体に治療的効果が認められる。また、砂が「その中にものを埋めたり、掘り下げたり、積みあげたりして、様々な使い方ができる可塑性に富んだ素材」であることで、クライアントのテーマを表現するうえで、重要な役割を果たし得る。ただ、その一方で、さらさらと崩れ落ちる感じから崩壊感を招きやすいため、クライアントによっては危険な素材となりうる可能性も指摘している。

岡田（1993）は、箱庭療法における砂の働きについて、次の3点を挙げている。すなわち、①退行を促すこと、②大地として、③感覚に働きかけること、である。ここでも砂の感触のよさが注目されており、それが①において、退行を促し、温かさや心地よさが母性性に関係してくるという指摘につながっている。また、ここでなされている、砂が存在することで治療者への不必要な依存が減るという指摘は重要であると思われる。②は先に挙げた木村の、クライアントのテーマを表現する素材であるという指摘と重なるものであろう。③は①とも関連するが、砂が「触覚を通して、動物的・本能的な、人間本来が持っている、忘れがちになっている感覚機能に働きかけている」ということであり、身体との関連が指摘されている。そして、このような側面が、クライアントを自然への流れに戻していくのに効果があるとしている。

中道（2010）は、先に挙げた砂のイメージの検討の他に、素材としての砂のもつ特徴も検討している。それによれば、素材としての砂の特性として、「可塑性」と「流動性」、身体との密接な関連性が挙げられている。基礎的研究としては、塩田（1994）がSD法を用いて砂と水のイメージ分析を行い、砂の「生命力」「成長（伸縮）性」を見出している。そして、砂は水とともに、その個人の内的基盤であり、身体により近い表現であること、崩壊感、自由にならなさといった特徴ももつことを述べている。城倉も一連の研究において、砂の治療効果を検討し、母性との関連や、他の素材との比較による特徴などの検討を行っている（山口、1997、2005；城倉、2010）。これらの基礎的研究は、上記の木村や岡田の指摘を裏付けるものでもあろう。

これらの知見から、砂には大きく分けて、感覚を通して身体に直接的に働きかけてくる面と、質感そのものや可塑性を生かした造形などからイメージを豊かに喚起する面とがあり、それぞれにプロセスを促進する効果があると考えられる。しかし、実際のところ、これらの二側面は不可分で、混じり合い、また同時的に起こるのではないと思われる。また、それらは肯定的なものにも、否定的なものにもなり得る。砂は身体レベルの深い部分に直接的に働きかけてくるため、それに耐え、自分のものにできる、クライアントのある程度の自我の強さや、そのプロセスを支えるセラピストとの関係性がなければ、否定的なものになる危険性ははらんでいる。しかし、その一方で、クライアントに意義深い変容をもたらす可能性も秘めているのである。

4. 箱庭療法とプレイセラピー

プレイセラピーにおいても箱庭が用いられることはあり、年齢が小さい場合はとくに、作品を作るというより、

砂遊びのような用いられ方をすることも多い。また、どちらも非言語的表現が主に用いられ、イメージの世界でプロセスが展開していく点では共通している。東山（1994）も、「〔箱庭療法を確立した〕カルフが退行と母子一体感を強調したところは、まさに箱庭が『砂遊び』を原点とし、遊戯療法との近似性を示しているといえる」と指摘している。したがって、箱庭療法とプレイセラピーは、クライアントが子どもの場合はとくに、行っていることにそれほど大きな違いがないともいえる。しかし、箱庭療法で用いる場合は、砂は砂箱に入っており、一方、プレイセラピーの場合は砂場である。ここには大きな違いあるともいえる。

砂箱と砂場の顕著な違いは、大きさと、枠の有無もしくは明確さであろう。箱庭療法の場合は砂箱というかなり限定された枠組みがあるが、プレイルームの砂場は通常、砂箱よりも大きいし、砂場のふちはあるが、内外の区別が砂箱ほど明確ではない。

砂箱は、腰の高さに置くのが普通なので、作っている際にもちょうど視野に収まる大きさであるのに対して、砂場はそこで何かをしている最中には砂場全体をとらえることは難しく、通常はその中に自分が入ることになる。つまり、砂箱はある程度対象化が可能だが、砂場はその中に自らが含まれ、より一体感を体験しやすいといえる。箱庭療法においても、中には砂箱に入るクライアントもいるので、場合によっては砂場に似た使われ方をすることもないわけではないが、それでも大きさや砂の量から言っても、一体化の程度は砂場よりは小さいであろう。

箱庭の枠については、中井（1985）の「表出を保護すると同時に強いるという二重性」をもつ、という言葉によって、その特徴が言い表されることが多い。河合（1982）は、箱庭の「箱」という限定された空間が与えられることによって、クライアントは無言のうちに、そこに「一つのまとまった表現」をすることが要求され、これがセラピストとの関係性ととも二重の守りになるのだと述べている。仁里（2002）は、箱庭療法で用いる砂箱について述べる中で、ただ物理的に存在する砂箱と、そこに創出される箱庭空間とを区別して、箱庭空間がいかにして創出されるかを論じている。それによれば、「砂箱としての物理的な空間の区切りがまずあり、その箱庭に取り組むクライアントが創り出す空間がそこに創られ、そして箱庭に取り組むクライアントを見守るセラピストが創り出す空間がそれを抱え、さらに面接室という、その内側でセラピストとクライアントが共に向かい合い、クライアントの抱える問題に取り組もうとする外から区切られた空間がそれを包み込む、という四つの意味づけられた空間が重なり合うことによって、何重にも守られ、励磁された箱庭空間が創り出され、象徴的で治療的な過程がその内側で進行するのを促進するものとなりうる」のだという。このような箱庭空間が創出され、象徴性をもつためには、クライアントのみならず、セラピストもその砂箱に創出される空間に集中し、没入することが必要であるとも述べている。箱庭の砂箱が、ただ物理的にそこにある砂箱ではなく、象徴表現が可能になるような空間として現出するためには、セラピストのコミットメントも含めた、何重もの守りが必要なのである。

ところで、河合（1982）は、先ほどの箱庭の「箱」の二重の守りについて言及する際に、「子どもの場合は、箱庭をそれほどの限定とも受け取らないので断定すべきではないが」と前置きしている。箱庭の枠であっても、子どもの場合は、おとなほど、表現を強いるもの、何らかのまとまった表現をすべきもの、とは受け取らないことが多い。それが、子どもが箱庭を砂遊び的に用いることが多い理由でもあろう。砂場の場合は、その枠がさらにあいまいになる。このことは、プレイセラピーにおける砂遊びにおいて、守りが薄くなることを意味するのだろうか。

ここで、東山（1994）がプレイセラピーと箱庭療法の違いについて述べていることを取り上げてみたい。東山（1994）は次のように述べている。「プレイは、イメージの世界に入って子どもと接するので、プレイに表現されたクライアントのイメージを、セラピストも表現する必要がある。これは通常の言語的コミュニケーションと異なっているので、筆者は『プレイ語』と呼んでいる。『プレイ語』と『プレイ語』の交流がプレイセラピーの醍醐味である。これは箱庭以上に危険なことなのに、危険性が少ない。それは、クライアントが子どもだからである。子どもの世界は、半ばイメージそのままの世界であり、可塑性に富んでいる」。

箱庭療法においては何重もの守りの中で象徴的な表現が可能になるが、それはとくに、作り手がおとなの場合に当てはまる。クライアントが子どもの場合は、子どものもつ可塑性や発達可能性といった健康な力のおかげで、おとなほど強固な枠を必要としない場合が多いと考えられる。もちろん、子どもの状態によって個別の判断や配慮が必要であるし、これはあくまでおとなとの比較であって、子どもが時間や空間といった物理的な枠組みや、何よりセラピストとの関係性によって十分に守られていなければならないことは言うまでもない。また、プレイセラピーの過程で、子どもの内的世界が生き生きと表現され、その治療力がはたらき始めるためには、東山（1994）が「プレイ語」という言葉で表現したようなイメージの世界の表現にセラピストが開かれている必要がある。プ

レイセラピーにおいては、表現を抱える物理的な枠は箱庭に比べてゆるやかなものになるが、こうしたセラピストの態度こそ、プレイセラピーにおいてクライアントである子どもの守りとなるのではないだろうか。

5. プレイセラピーにおける砂

さて、ここまで箱庭療法において砂および砂箱が持つ意味を中心に見てきた。これらはプレイセラピーにおける砂遊びにも当てはまる部分が多いと思われる。それでは、プレイセラピーに特有な、素材としての砂がもつ意味はあるのだろうか。

プレイルームにはさまざまな玩具が置かれているので、砂（砂場）はその選択肢のうちの一つである。全く砂を触らない子ども、あるいは触るのを嫌がる子どももいる。最初は触ることに抵抗を示していたが、プロセスの中で次第に触るようになる子どももいる。子どもは自分に必要な玩具を必要なやり方で用いるので、砂を用いるかどうか、その子どもの心理的なテーマとの関連で必要性が変わってくるころであろう。しかしながら、砂を好んで触る子どもは多いし、これまでに挙げてきたような、感触のよさや可塑性に富むという点で、多くの子どもにとって魅力的な素材であることは確かである。実際、子どもの頃に砂遊びに熱中した人は多いであろう。

砂箱と砂場の違いの点で、先に大きさの違いを指摘したが、砂場は空間的に広がりがあるので、子どもは砂のある空間の中に自分の身を置くことになる。つまり、その世界に自分も含まれている感覚、いわば砂との一体感を体験しやすい。砂の上に直接寝そべったり、自分が埋まったりすることもできるので、そうすると、よりいっそう、文字通り砂に包まれている感覚になる。大地あるいは母性との一体化を直接的に体験しやすいのである。プレイセラピーの事例で、砂場に寝そべったり、自分を埋めたりする子どもの様子から、母性との一体感の回復を連想させられることがある。箱庭においては主に手の感覚によって感じられる砂との一体感を、砂場においては、全身を使って感じる事が可能なのである。

素材としての自由度もより大きくなる。たとえば、砂を何かにかけてたり、詰め込んだり、というのは、箱庭でもある程度は可能だが、空間が広がる分、プレイルームではその程度も大きく、激しくなり得る。また、砂をつかんで投げる、ということもできる。これは、直接的な攻撃性の表現になることもある。さらに、紙や別の素材の上に砂を落とすことで、音を楽しんだり、味わったりすることもできる。砂の深さも箱庭よりはあるので、何かを砂に突き刺して立てたり、穴やトンネルを掘ったりする表現も可能である。このように、砂場での表現は、砂箱での表現よりも、より直接的、身体的な表現が出やすく、空間的にも広がりをもったものになりやすいと考えられる。箱庭と比較すると、イメージがより身体性を用いて表現される傾向があると言えるかもしれない。そして、砂場は箱庭よりも枠組みがあいまいな分、砂場およびそれを含むプレイルーム全体が混沌とした状態になる可能性を持つ。河合（1969）が著した『箱庭療法入門』においても、特に攻撃性の強い子どもなどの場合に水や砂を床にまき散らしたりする場合を想定して、箱庭での水の使用に慎重な姿勢が示されているが、砂や水は、プレイルームを、復旧が難しいほどの混乱状態に陥れる可能性をもった素材なのである。このことは、セラピストの姿勢や態度にも直接的に影響してくる問題である。子どもの表現をどの程度許容するのか、どのように理解し、見守り、関与するのか。それは、そのセラピストの個性や感性、許容度、そして当然のことながらクライアントのテーマやクライアントとの関係の中でさまざまに変わってくるものであり、一概に決められるようなものではない。だからこそ、そこでのセラピストの判断、関与の仕方がプレイセラピーのプロセスをさまざまに左右していくことになるのである。

6. プレイセラピーにおける混沌

子どもの行動や表現が、セラピストが安心して見守ることができるようなものであれば、セラピストの迷いはそれほど生じないのではないかとと思われる。しかし、セラピーが心の内界を扱うものである以上、セラピストに不安やわからなさを起こさせるようなものがセラピーの場に出てくることは、必然ではないだろうか。むしろ、セラピストが安心してきいて、わかったつもりになっていることの方が問題かもしれない。そして、砂というのは、さまざまな表現可能性を潜在的にもつ素材であるだけに、セラピストが理解しにくかったり、受け止め難かったりするような表現がなされる可能性を多く含んでいると言える。

先ほど述べたことともあわせて、砂は場合によってはプレイルームを混乱状態に陥れる可能性をもった素材であり、それはまた、セラピストの安定を脅かす面をもっているものでもある。しかしながら、そうしたことから

生じる混沌や不安定な状態こそが、治療的变化の契機となる点も見逃してはならないように思われる。

織田(2008)は箱庭療法についての論考の中で、次のように述べている。「わたしたちのこころの傷つきは、自我が精神内界とかかわりを持つ、つまり自然発生的な想像力の世界と向き合うことによって治癒が生じる。しかし想像力の世界は、建設的で治癒促進的な内容のみで満たされているわけではない。自身に対してもクライエントに対しても、建設的なものばかりでなく破壊的なものを取り扱うためには、わたしたちは無意識からの侵襲に対処しなければならない。このとき治療者とクライエントのあいだの、心理的な関係性が、侵襲に対する支えとなる」。

プレイセラピーにおいては、混沌や破壊を、プレイルームやセラピストとの関係性という守りの中で体験していくことこそ、クライエントの治癒において重要な意味を持つのではないだろうか。混沌や破壊によってプレイルームの守りが崩されてしまってはならないことは言うまでもない。しかし、だからといって、そのような一見、否定的に見えるエネルギーをすべて排除しようとするとは治癒は生じないであろう。

プレイセラピーにおいては、クライエントのみならず、セラピスト自身も、イメージの世界をより身体に迫って体験することが多くなる。イメージの世界に開かれることは、そこにさまざまなものが生じてくる可能性が出てくるということである。本論では、砂という素材を取り上げたが、このような身体的で自由度の高い素材を用いる場合はとくに、混沌や破壊という危機的状況も生じやすいと思われる。そのような状況において、セラピストがイメージの世界に開かれ、主体的に関与し、混沌や破壊に呑み込まれることなくそこにい続ける、そのようなセラピストの態度こそが、子どもの守りになるのではないか。

7. まとめ

表現を理解し、抱える器になるためには、セラピストが素材のもつ意味をよく知っていることが必要である。そして、それから喚起されるイメージや体験を常に豊かにすることが求められる。そういう理解の上こそ、子どものもつ力への信頼を持ち、状況に応じた適切な判断をすることも可能になるであろう。

今回は砂のみを取り上げてその治療的な意味を検討したが、砂は水とともに使われることも多い。箱庭療法でも、プレイセラピーでも、部屋やクライエントの状態など諸条件によって水の使用を禁じたり、控えたりする場合もあるだろうが、水の使用は、砂の表現の幅をさらに広げるものであるように思われる。全く水を使用しない乾いた状態と、水で湿らせた状態、水の量を多くして泥水のようにした状態では、砂は見た目も感触もまったく異なる。そのような水との関係における砂の特徴や意味についても、今後検討を行いたい。

文 献

- de Vries, Ad. Dictionary of Symbols and Imagery, North-Holland Publishing Company, 1974. (山下主一郎 他訳:『イメージ・シンボル事典』大修館書店, 1984.)
- 東山紘久:箱庭療法の世界, 誠信書房, 1994.
- 城倉登代子:箱庭療法における砂, 静岡大学教育学部研究報告 人文・社会・自然科学篇 60, p113-120, 2010.
- Kalff, D.M.: Sandspiel-Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche, Ernst Reinhardt Verlag, 1966. (河合隼雄監修;大原貢・山中康裕訳『カルフ箱庭療法』誠信書房, 1972.)
- 河合隼雄:箱庭療法入門, 誠信書房, 1969.
- 河合隼雄:箱庭療法の発展, 箱庭療法研究1, 誠信書房, 1982.
- 木村晴子:箱庭療法, 創元社, 1985.
- 中井久夫:枠づけ法と枠づけ二枚法(中井久夫著作集第2巻, 岩崎学術出版社, 1985.)
- 中道泰子:箱庭療法の心層, 創元社, 2010.
- 仁里文美:砂箱(岡田康伸編, 箱庭療法の現代的意義, 現代のエスプリ, 至文堂, 2002.)
- 織田尚生・大住誠:現代箱庭療法, 誠信書房, 2008.
- 岡田康伸:箱庭療法の展開, 誠信書房, 1993.
- 塩田泰子:箱庭療法における砂と水による表現にみられる特徴に関する研究, 箱庭療法学研究, 7(1), p24-35, 1994.

山口登代子：箱庭療法における砂と母性，性格心理学研究，第5巻，第1号，p58-60，1997.

山口登代子：箱庭療法において砂を用いることの意味，静岡大学教育学部研究報告人文・社会科学篇55，p227-234，2004.

The meaning of sand in play therapy

KUME Teiko

The purpose of this paper is to consider the therapeutic meaning of sand in play therapy. In sandplay therapy, it has been pointed out that sand has therapeutic meanings in some ways. They can be roughly divided into two aspects. One is that it works upon clients physically through sensation. And the other is that it evokes various images to clients by its texture and plasticity. These two aspects seem to be indivisible and simultaneously promote the therapeutic process. In play therapy, sand tends to be used more spatially and physically than sandplay therapy. So therapist is more likely to experience critical situation of destruction or chaos in the therapy. In these situation, it is very important for therapist to be involved in the imaginary world and to survive the situation. For that, therapist needs to know the meanings of materials of the therapy well and enrich the images and experiences of them constantly.