

2回の連続した箱庭制作における作り手の主観的体験の検討

——印象評定とインタビュー分析を用いて——

久米 禎子

(キーワード：箱庭, 主観的体験, 制作プロセス)

1. 問題と目的

箱庭療法では、Kalff (1966) が「母子一体性」という表現によって示したような関係のもとで、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が、それは作り手の主観においてはどのように体験されているのだろうか。作り手はいったいどのような意識的態度で作品に取り組み、どのようなことを出来あがった作品から感じ、そしてそれは次の制作にどのように影響しているのだろうか。

本研究の目的は、箱庭の制作プロセスで生じる作り手の主観的体験の様相を明らかにすることである。それを連続して箱庭を制作する際の作り手の主観的体験と作品の変化を手がかりに検討する。第一に、自分の作品をどのように捉えているか、それは時間の経過とともに変化しうるか、という点をSD法による印象評定の分析によって、第二に、どのような意識的態度で作品に取り組み、出来あがった作品からどのようなことを感じているのか、それは次の体験にどのように影響しているのか、といったことをインタビュー分析によって、第三に、個人の中でどのような動きが起こり、それが具体的に作品にどのように反映されているのかということを実例の分析によって、それぞれ明らかにすることを試みる。

2. 方法

調査協力者：20歳代～40歳代の学生および社会人23名（男性3名、女性20名）。なお、箱庭制作が全く初めてであったのは、このうち3名であるが、筆者の立ち会いのもとで箱庭を置くのは全員が初めてである。

手続き：すべての事例において、筆者の立ち会いのもとで個別に箱庭を制作してもらった。制作は約2週間の期間を間において2回行った。使用した部屋、箱庭セットはすべて同じである。砂は乾いたものを使用した。作り手の希望があれば水の使用も認めた。

1回目：「ここにあるものでこの砂箱に自由に作品を作ってください」と教示した。制作終了後、作品に対する作り手の印象をSD法で評定してもらった（印象評定①）。また制作体験について筆者がインタビューを行った。印象評定には岡田（1984）を参考に20形容詞対を使用した（7件法）。インタビューは、まず作品や制作プロセスについて自由に話してもらい、その後、制作前、制作中、アイテムの選択や配置、砂等における作り手の内的な体験について尋ね、最後に出来あがった作品に対する感想、ストーリーやテーマを尋ねた。

2回目：箱庭制作と印象評定は1回目と同様の手続きで行った（印象評定②）。インタビューでは1回目と同じ内容を尋ねた後、「1回目と比べてどうでしたか」という質問を加えた。インタビュー後、1回目に制作した作品の写真の提示し、そこから受ける印象を評定してもらった（印象評定③）。なお印象評定については、制作体験を損なわないように作り手の様子に配慮しながら試行的に実施したため、有効なデータ数はそれぞれ①14名、②24名、③21名であった。

3. 結果と考察

(1) SD法による印象評定の検討

本研究では、①1回目の制作直後、②2回目の制作直後、③2回目の制作後1回目の作品の写真を見て、の計3回、自分の作品について印象評定を求めた。

i) 印象評定のプロフィールの検討

作品に対する印象のプロフィールは図1の通りである。1回目と2回目の制作直後の印象評定は重なる部分が多かった。また1回目の作品を後日写真で見て評定したものは、全体にそれらより中央寄りのプロフィールを描いていた。プロフィール間の相関係数は、①②が $r=0.687$ 、①③が $r=0.673$ 、②③が $r=0.489$ であった。

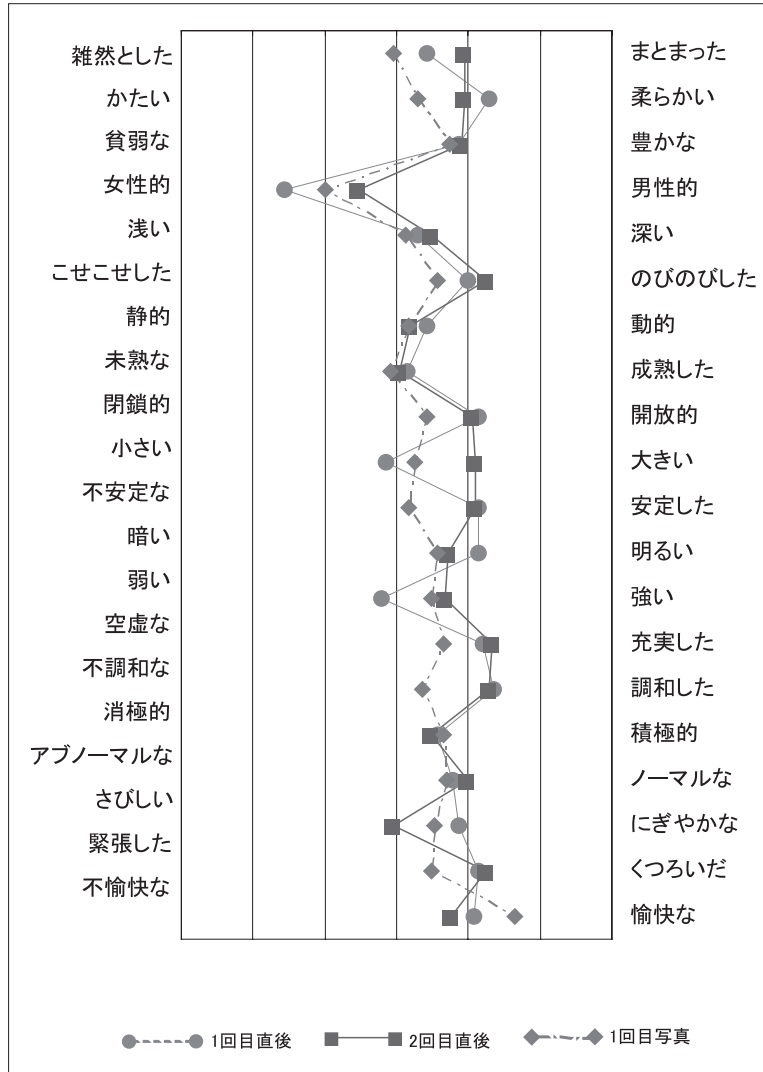


図1 作品に対する印象のプロフィール

①②はそれぞれの作品を作った直後の印象であり、これは①③、すなわち同じ作品を、制作直後としばらく時間を置いてから見たものとの相関の程度とほぼ同じである。それらと比較して、②③は、同じ回に、制作直後の2回目の作品と、1回目の作品の写真をみた印象の相関であり、これは①②の相関と比べると低い。その理由として、③の評定は、2回目の作品を制作した後に行ってもらったため、1回目と2回目の作品の印象の違いがより強調されて意識された可能性が考えられる。また、③のプロフィールが全体に中央寄りになっていることから、制作直後の方が作品の印象は強く、時間の経過とともにその印象は弱まっていくのかもしれない。時間が経過し、写真というフィルターを通すと、制作直後とは異なる捉え方がなされる可能性が示唆される。これらについては、さらにデータを収集して分析する必要がある。

ii) 形容詞対ごとの印象評定の変化の検討

ここでは、印象評定を3回とも行った14名のみを分析の対象とした。形容詞対ごとに①～③の各評定値の平均について1要因の分散分析を行ったところ、「女性的-男性的」(F(2,26)=3.61)、「小さい-大きい」(F(2,26)=4.64)、「不調和な-調和した」(F(2,26)=5.92)、「さびしい-にぎやかな」(F(2,26)=5.45)において5%

水準で有意な差が見られた。Bonferroni法による多重比較の結果、②より①の方がより「女性的」で「にぎやか」であり、①は③より「調和した」作品であると評定されていることが明らかになった。

作品の印象は重なるところも多いが、1回目の作品と比べて、2回目の作品は、「女性的」「にぎやか」な印象が弱まっていく傾向がある。使用したアイテム数の平均が1回目61.7、2回目43.7であったことを考慮すると、1回目では多くのアイテムを用い、にぎやかな印象を与える作品が作られ、また両者の制作時間はほぼ同じであったことから、2回目はよりじっくりと制作に取り組んでいたことが考えられる。制作に際して「やさしい雰囲気のものを作りたい」と答えた作り手が複数おり、こうした制作意図が女性的な印象の作品を作ることにつながっていたのかもしれないが、その理由についてはさらなる調査が必要である。また、1回目の作品について、制作直後よりも、時間を置いて写真で見た方が、「調和した」印象が弱い。i)の結果と同様に、時間の経過によって作品の捉え方が変化していく可能性が示唆される。

(2) インタビュー分析による作り手の主観的体験の検討

インタビューの逐語記録のうち、1回目と2回目の制作体験が比較しながら述べられている部分を分析対象とした。作り手の語りを意味のある最小限のまとまりごとに断片化し、それらを「作品への取り組み、期待」「完成した作品を見て」「制作体験について」のいずれかに分類して、内容的に共通するものをまとめた(表1～表3)。なお、()内の数字は度数を表している。

i) 作品への取り組み、期待

表1 作品への取り組み、期待

今日の作品をつくる(8)	前回のイメージがあったが、今日は同じものを作る気分ではない(2)
	前回とはイメージが違った(6)
同じアイテムへのこだわり(8)	惹かれるアイテムは似ている(8)
前回とは違う作品、新しい作品を作りたい(12)	作品のイメージを変えたい(2)
	同じアイテムは選ばないようにした(8)
	前回使っていないアイテムを使いたい(アイテムの種類が具体的に決まっている)(2)
新しいことをしてみたい(5)	使ったことのないアイテムを使ってみたい(具体的に決まっている)(2)
	水を使ってみたい(3)
前回できなかったことをやりたい(5)	自分を表すアイテムを置きたい(1)
	構成を変えてみたい(2)
	もっとうまく表現したい(1)
	作りたかったものを作りたい(1)
前回やりにくかったのでやめる(1)	

2回目の作品への取り組みや期待として、「前回とは違う作品、新しい作品を作りたい」「新しいことをしてみたい」「前回できなかったことをやりたい」というように、1回目とは異なる、新しい作品や体験への期待が伺われる。また、ここから、意識の程度には個人差があるが、2回目の作品を作る際には、ある程度1回目の作品を念頭に置いていることが読み取れる。

「新しい」作品を求める背景として、「同じアイテムへのこだわり」について述べられているように、どうしても毎回似たようなアイテムが気になったり、似たような雰囲気の作品を作ってしまうことへの自覚があると考えられる。だからこそ、意識的に「新しい」、これまでとは違った作品を作りたいということなのであろう。また、「新しいことをしてみたい」「前回できなかったことをやりたい」ということから、箱庭を舞台として、新しい体験にチャレンジしたいという心の動きが感じられる。このように、新たなことが実験的に行えることが箱庭の魅力の一つでもあろう。その一方で、同じアイテムが気になるということは、自分についての気づきを促す側面を持ち、これもまた重要な意味があると考えられる。

また、「今日の作品を作る」という語りからは、変化していく自分の心の「今」の状態を箱庭に表そうという思いが読み取れる。意識して前回と変えるわけではないが、「今」自分が置きたいものは前とは違っているかもしれない。また、前の自分と今の自分は同じではないかもしれない、というような含みがあるようにも感じられる。

ii) 完成した作品を見て

表2 完成した作品を見て

作品の共通性への気づき (11)	全体的印象 (2)
	アイテムが共通 (1)
	置き方が似ている (1)
	構図が似ている (4)
	イメージが共通している (3)
作品の連続性への気づき (3)	
作品の変化への気づき (11)	アイテムの変化 (2)
	置き方の変化 (1)
	構図の変化 (1)
	砂の形の変化 (2)
	印象の変化 (5)
新しい要素が入った感覚 (4)	前と違う置き方をした (1)
	前と違うアイテムが置きたくなった (3)
違和感 (3)	イメージと違う (2)
	空いている空間が気になる (1)
不思議, 驚き (5)	作品の変化 (3)
	置き方の変化 (2)

1回目と2回目の作品を比較して、「作品の変化への気づき」や「新しい要素が入った感覚」について述べられた。そして、これらは「不思議, 驚き」「違和感」といった感想につながっているようである。このような、作品の変化や、新しい自分の発見は、i) の「作品への取り組み, 期待」で述べられていたような、新しい作品を作りたいという期待と対応していると考えられる。

その一方で、「作品の共通性への気づき」についての言及も多かった。違うものを求めて箱庭を作るからこそ、逆に、そこに変わらずにある自分らしさにも、より気づくことになるということかもしれない。両者の連続性について述べた作り手もいたように、箱庭を連続して制作する場合、「共通性」によって自分らしさを発見、確認しながら、同時に「変化」や「新しい要素」も体験していくということが起きているのではないかと考えられる。

iii) 制作体験について

表3 制作体験について

構えの変化 (13)	自由に置ける, こだわらなくなった (4)
	構図なしに感覚で置く (3)
	感覚に忠実にアイテムを選ぶ (2)
	アイテムをじっくり選ぶ (3)
	自分の表現したいもの中心→自分中心 (1)
まとまり感 (2)	バラバラに置いてもそれなりにまとまっている。(1)
	まとまりにくい, 拡散。(1)
迷い (2)	迷いながら置いた。(1)
	時間がかかった。終わりが分からなかった。(1)

違和感 (4)	置けないアイテムがある (1)
	砂が扱いにくい (2)
	部屋のアイテムが変わっているような気がする (1)
作りやすさ (13)	無理をしない, しっくり感 (4)
	2度目で様子が分かっているので作りやすい (2)
	緊張しないで置けた (3)
	人の目を気にしないで置けた (4)
満足感 (6)	満足 (2)
	すっきり (2)
	やりきった感 (1)
	愛着 (1)
小さい頃の感性 (1)	
自分の変化への気づき (2)	
疲労 (1)	
しんどさ (1)	

制作体験においては、「構えの変化」について言及する作り手が多かった。1回目では、あらかじめ完成図を思い描いてそれに合わせようとしたり、配置の整合性を気にするといったように、現実世界でのルールに縛られて作品を作っていたのが、2回目になると、まとまりや整合性はあまり気にせず、自分の感覚を大事にしてアイテムを選んだり、置いていったりするようになったということが述べられた。言わば、箱庭を見る視点が自分の「外側」にあったのが、自分の「内側」から見る視点へと移行していったのだということができるかもしれない。また、1回目より2回目の方が「つくりやすさ」が増したという語りも多く得られた。「人の目を気にしないで置けた」「緊張しないで置けた」など、2回目の方が余分な力を抜いて、自分の内的な感覚に集中して箱庭を制作していたことが伺われる。1回目は、はじめての場所、はじめての見守り手で、不安と緊張が高く、身構えていた部分もあったのであろう。「構えの変化」とも合わせて、2回目の方が、より体験に集中できるようになったことを示していると思われる。

そして、その結果、「迷い」や「違和感」が生じたり、「疲労」を感じることも出てきている。あらかじめ完成図がない中で、自分の感覚に向き合って箱庭を置いていくことは創造的な作業であり、かなりのエネルギーを必要とする。それだけに、自分で納得できるものが表現できたときには、いっそう「満足感」が得られるのであろう。

SD法による印象評定で、1回目の作品と比べて、2回目の作品は、「女性的」「にぎやか」な印象が弱まっていく傾向があるという結果が得られたが、インタビュー分析の結果も合わせて考えると、制作体験が進む中で、本当に必要なもの、本当に置きたいものを吟味して置くようになった結果、アイテム数が減ったり、異質なアイテムが置かれるようになったりしたのかもしれない。これはあくまで一つの仮説であり、今後、検証していく必要がある。

(3) 事例の分析

(1)(2)の分析で抽出された結果が、個人の中で具体的にどのような動きとして起こり、作品にどのように反映されているのかを、制作後インタビューにおける作り手の語りを手がかりに検討する。作り手の発言は「」, 見守り手の発言は<>で示す。

1回目 制作後インタビュー (作品写真: 図2)

「何か自分の心の中が出るのかなと思って、ここにあるもので自分を表そうと思って、何を作るかは考えないで来た」「みかんの木から公園を連想して作っていった。途中で海を作りたいと思い、『遠くに旅立ちたいのかな』と思った」とのこと。

「ここにこれを置いたら変かな、と自分の感情で作るよりは、まわりを気にしている自分がいた」「私ってこう、

四角四面に置いてしまうんですが」「自分を客観的に見る自分が、なんか固いとか、発想が飛ばんと思って」「枠があるとその枠の中に入ろうとしてしまって、枠からはみ出したものは作れない自分がいて」などと、周囲や外的な枠組みを気にしてしまう自分のあり方について語る。作品で気に入ったところを尋ねると「この犬の雰囲気が好きです」と答える。そして、「今浮かんだのは、従順なワンちゃんかなって。従順ていうのが私のキーワードかもしれない」と付け加える。見守り手が<やんちゃだったりして>と返すと、「あ、どうしてわかりますか?」と、とても驚き、興奮した様子。「私、男の子先に選んだんです。女の子じゃなくて。で、これを見て、なんか私すごくやんちゃだったので、やんちゃだったなあというのを思い出しました。従順だと言いながら、実はやんちゃだったんです」「(やんちゃは) 今、私にぴったりの言葉」と語る。



図2 1回目の作品

2回目 制作後インタビュー (作品写真：図3)

「前ほど緊張しないで、置きたいものを置こうと思って、自分のこだわりで置けたかなと思います」「自分で探すのを楽しんで、自分が今表現したいものを考えながら置けた」「季節がぜんぜん違うなと思いつつも、もみじきれいな、と思って」ともみじを置き、そこから奥深い山をイメージ。勇壮な滝を置く。「わびさびの感じ」で、家と家畜、神社、橋、お墓などを置いていった。「やっぱり海も作りたくなって」貝殻を置いて海にする。「1回目だったら絶対こう置けなかったと思う」。

ストーリーやテーマを尋ねると、「回顧というか、懐かしい感じ」。「前は緊張して、整合性がないといけないとか、ちぐはぐになってはいけないとか、なんか型にとらわれて、外から見ても不自然じゃないように置かなきゃってという思いが強かったんですが、なんか、やんちゃな男の子を見て、自分のちっちゃい頃を思い出して～(中略)～自分の小さい頃のことを懐かしむというか、思い出しながら、～(中略)～わりと小さい頃の感性を思い出しながら置いていった」と。「今回は前回の作品のもとになるところに遡ったのかな」。



図3 2回目の作品

1回目の制作体験から自分についての気づきが得られ、作り手の独自の心理的テーマが活性化している。そして、2回目の制作では、意識の上で「だから次はこういう作品を作ろう」というのではなく、作り手にとって重要な心理的テーマが活性化しつつ、自分の感覚と向き合い、制作体験に没入していくことによって、自然に次の展開が生まれている様子が見て取れる。1回目の作品にすでに2回目の作品の兆しのようなものが現れている点も興味深い。

また、1回目の作品では、現実世界のルールに縛られているため、箱庭の世界が狭いものになっているが、2回目では、そのこだわりが減り、より自由に、箱庭の枠が広がっている。外的「現実」を置くのではなく、心的「現実」、「イメージ」を置く、という風に変わってきているのかもしれない。そして、まとまりも、頭で考える現実的な「まとまり」から、心で感じる「まとまり」へと変化しているのかもしれない。

4. 総合考察

本研究は、箱庭の制作プロセスにおける、作り手の主観的体験の様相を捉えることを目的として行った。インタビュー分析の結果からは次のようなことが考えられた。1回目の制作では、緊張や不安から身構えたり、あらかじめイメージされた作品に近づけるべく、作品の「見た目」を気にしたりする、というところに意識が向きがちである。しかし、しだいに、作品をコントロールするのではなく、コントロールを弱め、自分の内的な感覚に向き合い、心の動きを感じながら作品の自律性に身を委ねるといった方向へ意識の向け方が変化していく。そして、現実の枠にとらわれないイメージの世界がより自由に展開されていく。

そのような作品への向き合い方の変化が、作品や制作体験に変化をもたらし、また同時に、変化しない自分らしさも感じながら、そうした箱庭や体験からのフィードバックがさらに次の制作につながっていく、というような自己確認と自己発見の循環があると考えられる。

印象評定の分析結果からも示唆されるように、その過程では、過去の作品に対する印象、捉え方は変化しうるものであり、体験は過去も含めて常に動き続けている。また、そこに新しい作品や体験に挑戦したい思いも加わって、それがプロセスを進めていく一つの要因になっていると考えられる。

箱庭制作が進んでいく過程では、意識は、外的、現実的なところではなく、より内的、感覚的な、無意識に近いレベルに向かっていき、意識にあがるかあがらないかの領域で、活発な心の活動がなされていると考えられる。つまり、自我の働きは弱まるのではなく、自分自身に向き合うというところに向かっていくということである。そして、見守り手の役割として、作り手が安心して自分に向き合える空間を作ることが、内的な感覚や体験を活性化させ、心が動いている過程にある作り手を抱えるために非常に重要であると言えるだろう。

最後に、今回の調査では、制作後にインタビューを行って体験を言語化してもらったため、そのことが次の制作体験に与えた影響は考慮する必要があると考える。ただ、今回の調査では、2回目の体験において、より内的な感覚に向き合うようになった作り手が多かったことから考えると、見守り手との関係性や言語化の質が問題となるのは当然のことであるが、作り手によっては、制作後に体験をある程度言語化することは、作品への意識的コントロールを強めるとは限らず、むしろ、体験を味わい、深める効果を持つ可能性もあるかもしれない。

謝辞

本論文は日本箱庭療法学会第23回大会の発表に加筆修正したものです。調査にご協力くださった皆様、および発表に対してコメントをくださった皆様に心より感謝いたします。

文献

- 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)
- 岡田康伸: 箱庭療法の基礎, 誠信書房, 1984.

Examination of the subjective experience of makers in two consecutive Sandplay experiences

— based on the analysis of impression rating and interview —

KUME Teiko

The present study aimed to examine the aspect of the maker's subjective experience in the production process in the Sandplay. The following was thought from the result of the interview analysis. In initial Sandplay experience, subjects often get tense and have a plan in advance. But in second experience, they gradually feel their own inner sense, ease their conscious control, and rely on the autonomy of the Sandplay process. Then they can express their images in the Sandplay more freely and positively. As the result of the impression analysis also suggests, the impression or the cognition of the maker to the previous Sandplay works could be variable in the process; his experience always keeps on reconstructing including past. And he gradually directs his attention not only to the external reality but to the inner sense of himself, which is in deeper level than the former. As a role of therapist, therefore, it is very important to make the situation in such a way that the maker can devote himself to the Sandplay experience at ease, to make him activate his inner sense and to make his experience hold securely.