

箱庭療法における砂

The Sand as the effective tool of Sand Play Therapy

城 倉 登代子
Toyoko Jokura

（平成21年10月6日受理）

This study is about the effect of sand at Sand Play Therapy. The author prepared two groups; the group for using sand, and the group for using Rego blocks. This research draws a comparison between the aspects of Baum drawing which were drawn by those group members before and after the experiment. As the result, the group using Rego increases their energy, and also the group using sand draws better form. So playing by using tools makes mind calm, moreover using sand which is natural products leads clients active.

I. はじめに

箱庭療法の砂の治療的意味について考察する研究を、筆者はこれまで行なってきた。箱庭を用いての実験前後に描かれたバウム画を山口（2003）の客観的な指標を用いて分析することで、実験による変化を見た（山口、2005）。

その際に箱庭の砂を用いる群と比較する為に、何も行なわない統制群を設定した。しかしながら箱庭の実験の為に筆者のもとを4回訪れる実験群と、バウム画を描くために2回来る統制群では実験者との間の関係性に差が生じてしまう。両群の変化の違いは純粹に砂の効用とは言えず、治療者—患者関係によるものかもしれない。そこで本研究においては来所回数を揃えた上で砂とは触感の異なるブロックという素材を用いる群との比較によって、真に触れることの意味について明らかにすることを目的とする。

ブロックも箱庭同様に、遊戯療法でよく用いられるものである。しかし、両者は異なって箱庭のようにイメージを投影したりすることは出来ないのではないか。この点を明らかにする為に、実験を行なった。

II. 方法

1. 実験

2003～4年にかけて、大学生33名（男性7名、女性26名・平均年齢20.61歳）を対象として4週間にわたって4回行なった。砂での表現を行なった群（以下、砂表現群とする）については、箱

庭療法で使用する砂箱で砂のみを用いて制作してもらった。ブロックでの表現を行なった群（以下、ブロック群）については、レゴブロックを用いて箱庭の砂箱と同じ大きさの台の上で制作してもらった。両群ともに、「これを使って、自由に遊んで下さい。」と教示した。

4回の表現を行なう前と全て終了した後に、バウム画を描いてもらった。両群に「実のなる木を一本描いて下さい。」と教示し、A4の画用紙と4Bの鉛筆を提供した。

2. 分析

2004～5年に臨床家5名（平均経験年数4年）に対してランダムに呈示した実験前後のバウム画を、山口（2003）の7件法SD尺度29項目を用いて個別に評定してもらった。その平均値を、各項目の得点とした。先行研究との比較の為に、同じ項目で構成されたTable1にある6因子とした。因子を構成する形容詞対を共に示す。各因子を構成する項目の合計得点を元にして、砂とブロック両群の実験前後のバウム画の比較を行なった。

Table 1 各因子別形容詞対一覧

I. 緊張度：苦しそうなー楽しそうな、恐いーかわいい、冷たいー暖かい、暗いー明るい、不自由なー自由な、未完成のー完成した、険しいー和やかな、こせこせしたーのびのびした
II. 活力量：安定したー不安定な、強いー弱い、太いー細い、大胆なー臆病な、大きいー小さい
III. 力動性：にぎやかなー淋しい、特異なー普通の、動的なー静的な、尖ったー丸い、攻撃的なー防衛的な、激しいー穏やかな
IV. 形態：粗雑なー丁寧な、あいまいなー明確な、空虚なー充実した、白いー黒い、薄いー濃い
V. 巧緻性：立体的なー平面的な、複雑なー単純な、写実的なー印象的な
VI. 柔軟性：まっすぐなー曲がった、硬いー柔らかい

尚、結果については2因子で構成されていて補助的な因子である「柔軟性」以外の5因子について先行研究同様に検討していく。

III. 結果

5因子について、信頼性係数としてそれぞれ α 係数を算出した。「緊張度」から順に、0.94、0.94、0.87、0.94、0.97であった。どの因子も十分に高い値であったので、以降はこの因子で見えていくこととする。

実験前の両群のバウム画にはTable2の通り、各因子共に得点に有意差は見られなかった。そこで、それぞれの群で因子ごとに実験前後の得点を比較することとする。

Table 2 各因子の事前下位尺度得点の群間比較

		緊張度			活力量			力動性			
	N	df	Mean	SD	t	Mean	SD	t	Mean	SD	t
砂表現群	16	31	3.84	0.79	0.65 ^{n.s.}	4.08	1.07	1.05 ^{n.s.}	4.43	0.56	0.81 ^{n.s.}
ブロック群	17		3.67	0.71		4.42	0.82		4.22	0.92	
		形態				巧緻性					
	df	Mean	SD	t	df	Mean	SD	t			
砂表現群	30.48	3.59	0.88	0.45 ^{n.s.}	31	4.62	1.46	0.45 ^{n.s.}			
ブロック群		3.45	0.82			4.82	1.10				

実験前後の各因子の得点は、次のTable3の通りである。

Table 3 各因子の得点変化

				実験前		実験後		
		N	df	Mean	SD	Mean	SD	t
<緊張度>	砂表現群	16	15	3.84	0.78	3.85	0.55	0.08 ^{n.s.}
	ブロック群	17	16	3.67	0.71	3.63	0.76	0.32 ^{n.s.}
<活力量>	砂表現群	16	15	4.08	1.07	3.51	0.84	2.33*
	ブロック群	17	16	4.42	0.82	3.87	0.88	2.58*
<力動性>	砂表現群	16	15	4.43	0.56	3.73	0.60	4.44**
	ブロック群	17	16	4.22	0.92	3.84	0.58	1.90†
<形態>	砂表現群	16	15	3.59	0.88	4.12	0.95	2.60*
	ブロック群	17	16	3.45	0.82	3.72	0.86	1.49 ^{n.s.}
<巧緻性>	砂表現群	16	15	4.62	1.46	3.70	1.50	3.48**
	ブロック群	17	16	4.82	1.10	4.18	1.28	2.64*

† p<.10 *p<.05 **p<.01

「緊張度」については、変化がなかった。「活力量」や「巧緻性」については両群共に、実験前に比べて実験後には有意に良くなっていた。特に「巧緻性」において砂表現群は1%水準、ブロック表現群は5%水準で有意である。また「力動性」と「形態」の因子は、砂表現群のみが有意に改善されていた。ブロック群は「力動性」については傾向程度で、「形態」は変化がなかった。

IV. 考察

ブロックも遊戯療法においてはよく用いられる、イメージの表現によって治癒へと繋がる素材である。そこで箱庭の砂を用いた群同様に、制作の後のバウム画表現に変化が見られた部分

もある。山口（2005）と比較すると、もともと有意差がみられなかった「緊張度」以外はこの時の実験群と同じ方向の変化を両群とも示した。また先行研究で何も行なわない統制群では弱々しくなった「活力量」が本研究では上がったり、差が見られなかった「巧緻性」がブロックを用いても写実的になったりした。砂の表現にもブロックの表現にも共通していたことは、何であろうか。実験者との関係性や、幼い頃に遊んだ懐かしい素材を用いた手作業ということが考えられる。守られた中でこのような制作をするということが、青木（1988）で従来からエネルギー感と言われてきたような活力が増し、自己効力感を持てたり、心が安定して構えをなくしたりすることに影響すると考えた。

しかし箱庭で砂を用いた群はさらに「力動性」については動的になり、「形態」がより充実するといった描画の変化があった。躍動感があり、抑うつ的でなくなる。この点がブロックのような既製品の制作では得られない、砂という可塑性のある素材に触れることの持つ意味なのであろう。色があるブロックと違って、砂はより自然に近い素材である。またブロックの硬さと異なって、触れるとさらさらと流れ落ちる素材で感触も異なる。砂という可塑性のある、イメージが限定されない素材に触れることで、自由に表現を重ねていった結果として心が動かされるようになり、内面の豊かさにつながったと考え得る。

村林（2007）は、箱庭の砂について人工の砂との比較から「作り手に作用する」あるいは「歴史的・物語的時間を背負ったもの」である、「トポス空間を生む」、「自然性」そして「アクチュアリティ」を挙げている。作り手との相互作用を「自然と」引き起こし、個人をも超えるものとする。このような砂によって、イメージの展開が生じて来るのではないか。

また箱庭の砂箱は、さらなる守りの枠となる。枠は皆藤（1994）にあるように、「表現を保護すると同時に強いるという二重の機能」がある。つまり、より強い表現衝動を引き起こさせるものでもあるのだ。こうして精神の活性化に影響しているとも考え得る。

このようにブロックなどを使って遊ぶことは、心自体を元気にすると考える。加えて砂は、心の中に働きかける力のある素材なのではないかと考えている。

V. まとめとして

各群の特徴がよく表れている事例について実験前後のバウム画と得点変化、そして表現の様子を挙げながらまとめとして実際を見ていくこととする。

1. 砂表現群

「緊張度」は、事前の3.32点から実験後は3.47点とあまり変化なかった。しかし「活力量」は4.00から3.04へと、因子を構成する項目を考えると大胆で大きい表現に変わったと言える。「力動性」は4.47から3.37と、より動的になったと考えられる。「形態」については2.20から4.32へと、大きく丁寧で明確な表現となった。また「巧緻性」は5.13から2.60と、非常に複雑かつ写実的になっている。

この被験者のバウム画は、次の通りである。

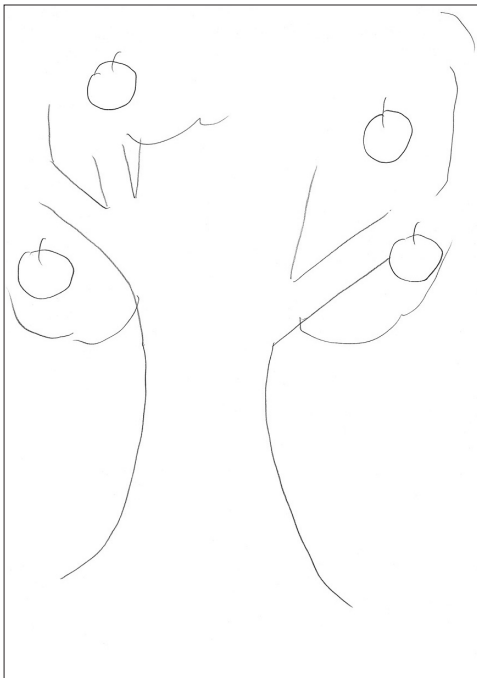


Figure 1 実験前のバウム画

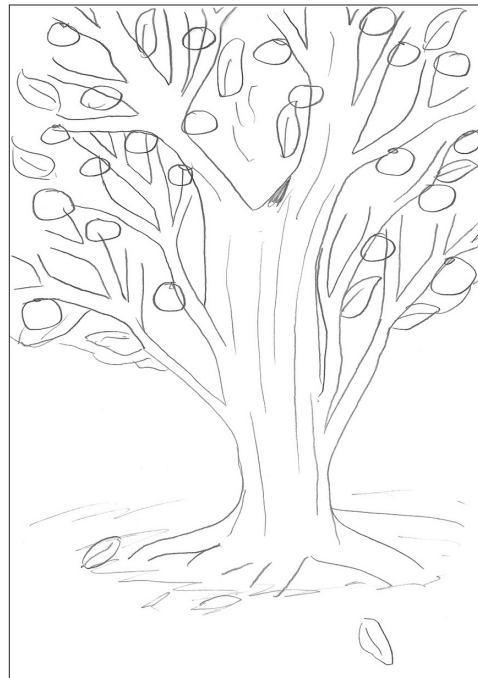


Figure 2 実験後のバウム画

実験後は葉も描かれ、しっかり根を張った力強いバウム画になっている。実験後の絵について、被験者は故郷の木や幼い頃に読んだ絵本の木だと言っている。子どもの頃のイメージが、遊びによって生じたのであろうか。

さて、この被験者の砂での表現を以下に呈示した。



Figure 3 1回目の砂表現



Figure 4 2回目の砂表現

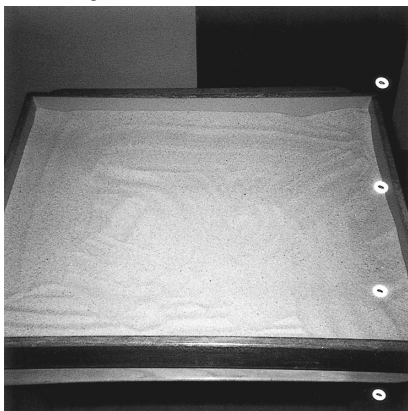


Figure 5 3回目の砂表現



Figure 6 4回目の砂表現

この被験者は、初回に風景を作ろうとして上手くいなくて「じゃれてるだけに」したと言う。流れるのを見て楽しかったとのことで、既に気持ちが動いていたと考えられる。2回目は前回と違って、「端に（砂が）残るのが嫌」と中央に集めて大きくかき混ぜている。3回目になると山を作ったり、逆に掘ったりする。そして終了後に感触が楽しかったことと、「砂の女」を思い出していたことなどを語った。4回目は手形をつけて、「いつぶりかな？楽しかった。」と感想を述べている。また初回に砂のことをサラサラしているとしていた被験者は、実際はそうでないのに、最終回は砂が湿っていたとした。包み込むような砂の母性的側面も、感じられたのかもしれない。

このように砂という素材は、意図的意識的な形にすることを拒むものでもある。それ故に戯れること、無意識に手を動かすことで逆に空想やイメージの活性化を導くのではないか。

2. ブロック群

一方、ブロックを使って表現した被験者の得点は「緊張度」は3.37から2.93とやや不自由な方向になった。しかし、「活力量」は5.72だったのが3.52に、エネルギーが非常に増している。「力動性」は4.17が3.80であり、わずかであるが動きが生じたと言えよう。そして「形態」においては2.40から4.93と、より描きこみが増した。「巧緻性」は5.60から5.90で、平面的な方向であるがあまり変化がない。

実際の絵の変化は、Figure7及び8に示した。

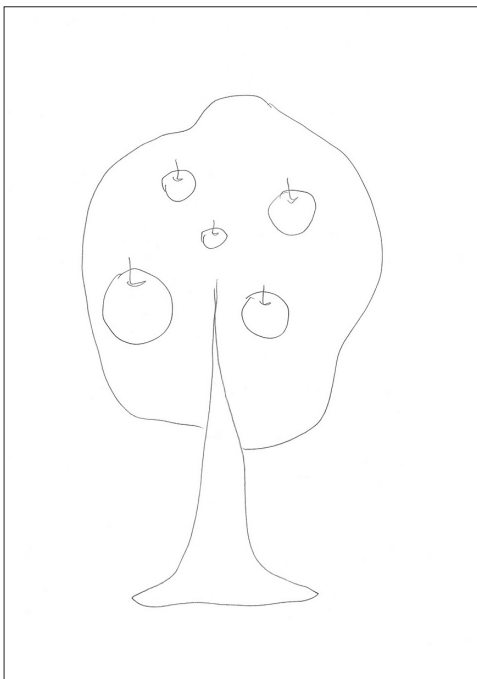


Figure 7 実験前のパウム画

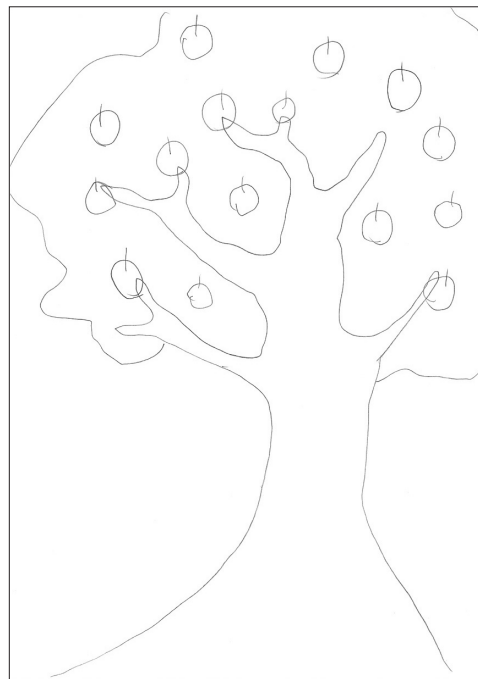


Figure 8 実験後のパウム画

実験後に描画は変化してサイズも大きくなったが、木としてのまとまりに欠ける印象がある。精神の高揚はあるが、和やかさや安心感を持ち難い絵となっている。Figure8のように枝の末端が閉じていることについて、Bolander, K. (1999) に「阻止されたエネルギーが潜在的に爆発しそうなほど、蓄積している」とある。この描画も、表現の場のない鬱積したものを感じさせるものとなっている。

この被験者のレゴブロックの表現を次に示す。



Figure 9 1回目のブロック表現

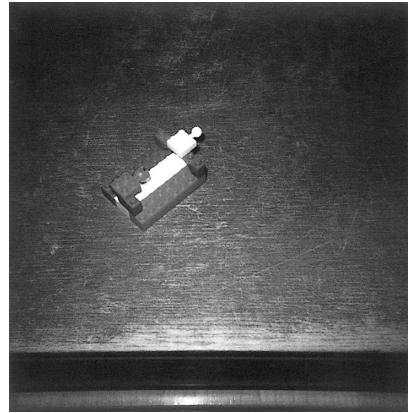


Figure10 2回目のブロック表現



Figure11 3回目のブロック表現

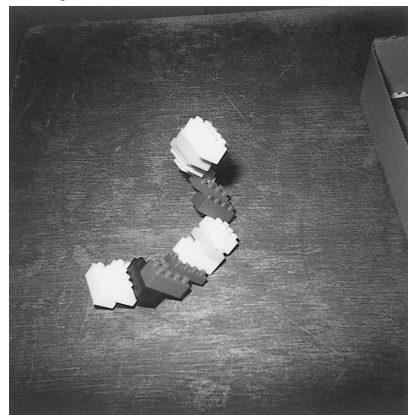


Figure12 4回目のブロック表現

初回は珍しい形のものを使ってみたかったと語って、作品を「近未来的」とした。2回目は国旗の色からか、「フランスっぽい」イメージにしたと言う。凱旋門も作った、とのことであった。3回目はやはりブロックの色から制作が生じており、火と燃え尽きた（黒）様子である。話を聞くとブロックの表現に自分の日常の疲労感を込めたのが、印象深かった。最後の回は螺旋階段にしたかったと、中空で試行錯誤しながら組んでいた。

この被験者からも分かるように、同じく手を使った遊びであってもブロックは感触を楽しむのではなくて形にすることが求められる。また色がついている為に、素材自体が強い印象を与えると考えられる。制作つまり自分の手を使って遊ぶことは、集中を招いて精神的エネルギーの充足には適している。しかし既製品は、その枠を出ないでイメージを限定させる。赤い小さなブロックの視覚刺激に、一面の白くて広い雪原は感じられないだろう。そこでは自分のイメージと合わなければ、合うものをまた探すという作業がまた必要になるのである。あるいは今手にしているブロックから、生じてくるイメージに自分の方を合せていくしかない。それは触感も用いながら、双方向的にイメージを広げていく砂のようなあり方ではない。素材と対面することでイメージを深めたり、収めたりと、内面を刺激することには砂が適しているのである。

また仁里（2002）は「砂箱のような確固とした<枠>や<容器>は、単にそこに表出させるだけでなく、表現されるものをまとめさせて一つの世界を創り上げらせようとする働きを強く持つ」としている。砂箱の中での制作と、中空でも作れるブロックでは作品やイメージひいては世界の収まりが異なってくる。それに、まとめられないものはより深い表現を強いることもないであろう。箱と一体である砂に、イメージを引き出す要因があるのではないか。

文献：

- 青木健次 1988 バウムテスト—バウム画を表現心理学から読む—
臨床精神医学 17 979-987
- 皆藤章 1994 風景構成法 その基礎と実践 誠信書房
- Karen Bolander (高橋依子・訳) 1999 樹木画によるパーソナリティの理解
ナカニシヤ出版
- 村林真夢 2007 箱庭の砂とリアリティ 岡田康伸、皆藤章、田中康裕・編
箱庭療法の事例と展開 創元社 37-47
- 仁里文美 2002 砂箱 岡田康伸・編 箱庭療法の現代的意義 至文堂 62-73
- 山口登代子・横山恭子 2003 SD法によるバウムテストの評定尺度作成
上智大学心理学年報 27巻 63-71
- 山口登代子 2005 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号 227-234

*本研究は、稲盛財団の研究助成に拠るものである。