

箱庭療法において砂を用いることの意味

The Meaning to use Sand in Sand Play Therapy

山 口 登代子
Toyoko YAMAGUCHI

(平成16年9月29日受理)

It is said that clients at Sand Play Therapy become to feel their minds by touching sand which brings relaxation. In this research of using sand, I examined whether the changes of unconsciousness are provoked or not. Baum drawings written by the participants as the projection of unconsciousness were measured with SD method. The participants who used sand got high score in the factors of "form" and "art". This result showed the growth of their personality.

I. はじめに

1929年にイギリスのLowenfeldによって世界技法(The World Technique)としてはじめられた箱庭療法は、今日世界中の様々な臨床現場で用いられている。河合(1969)をもとに、箱庭療法について以下に少し述べておく。Lowenfeldは子どもが複雑な内面を自己表現するには触覚の要素が必要であると主張し、それまで行われていた“Floor Games”に砂箱を取り入れたとされている。こうして砂が入った箱の中でミニチュアを用いて構成を行うという、現在の箱庭の原型が出来上がった。その後テスト的な使用ではなく、箱庭療法(Sand Play Technique)として治療的側面を発展させたのはスイスのKalffである。Kalffは箱庭の「自由にして保護された空間」という点を重視し、砂箱の枠や見守り手である治療者との関係といった守りの中でクライアントの深い内界のイメージが表現されるとした。さらに日本へは1965年に河合隼雄が導入して以来、言葉に頼らない自己表現の有効な手段として日本人に適していたこともあって、子どもばかりでなく大人の治療においても普及した。現在では箱庭療法は学校、教育センター等教育現場や児童養護施設、児童相談所といった福祉領域、さらには病院臨床の分野というように幅広く取り入れられている。

さて治療者との信頼関係の中で緊張が緩み、意識されていないことが意識化されて自己表現が進むことが箱庭療法の治療的要因とされている。また箱庭作品の出来栄への満足感がクライアントの自己肯定感を導く。そして特に砂は動的な素材と戯れることでリラックスさせて適度な心理的退行を引き起こしたり(木村, 1985)、触れることによってイメージの発生と関係するとされ(三浦・小川, 1993)、箱庭療法の中で重要な治療要因である。横山(1989)に話すことが苦手な場面緘黙の子どもが砂に触れることで育む大地にふれて、自ら新しい内的基盤を獲得していく過程が報告されているように、臨

床事例では箱庭療法において砂の持つ意味が様々検討されている。しかしながら基礎的研究は塩田(1994)の砂と水を用いた表現後にSD法を使って砂のイメージを分析するといった研究などがあるだけで、砂の持つ治療的意味について客観的には検討されていないのが現状である。

そこで筆者は実験的研究を通して箱庭療法の砂が持つ意味について明らかにしていくため、被験者の母性と砂の使用との関連についてみた(山口, 1997)。その結果、母性的な人ほど箱庭療法においても砂をよく用いることが分かった。砂に触れるという行為は汚さも含む育児つまりは母性行動と繋がると考えられ、このような点で母性と砂の関連が言えるのであろう。この時の研究では箱庭をテスト的に1回用いたが、本来箱庭療法は経過を追い、治療の一環として用いるものである。その点をふまえて、より治療的側面から箱庭療法の砂の持つ意味について明らかにすることを目的として本研究を行うこととした。治療初期と考えられる4回継続して治療的構造の中で箱庭の砂で遊んでもらうことで、心に響くことがあってイメージの変化が生じるのかを検討する。その際玩具(ミニチュア)による要因を排除する為、砂だけを用いての実験を行なう。イメージの変化については被験者の内面を知る簡便な投影法テストとして広く用いられているバウムテストを実施し、絵の変化を通して無意識的な変化を捉える視点としたい。バウムテストは「心理治療の効果の評価や治療的人格変化を検討するのに有効」とされる(津田, 1994)からである。しかしながら本来のバウム画は検査者の経験によって評価され、主観的なところが大きい検査である。そこで今回の研究では山口(2003)のSD評定尺度を用いることでより客観的な評価の道具として、砂に触れたことで生じる無意識の変化を捉えることとする。

II. 方 法

(1) 箱庭実験

1997年に実験群、統制群各20名ずつ合計40名(男性13名、女性27名)の私立大学生を対象に行なった。実験群の被験者には個別に毎週同時刻4週間にわたって大学内のプレイルームに来てもらい、箱庭療法の砂箱のみを用いて実験を行なった。「自由に遊んで下さい」と教示し、筆者が立ち会った。各回終了後に用紙に感想の記述を求めた。そして1回目の実験前にバウム画を、最終の4回目の実験終了後に再度バウム画を描かせた。統制群には箱庭でのプロセス以外の部分を実施した。つまりプレイルームで個別にバウム画を施行した4週間後に、再度来室して描いてもらった。

(2) バウム画評価

80枚のバウム画をランダムに提示し、2004年に4名の臨床家(平均臨床経験年数:6.5年)に山口(2003)の7件法のSD評定尺度29項目を用いて各バウム画の評価を個別にしてもらった。

(3) SD評定の分析

それぞれの絵についての各臨床家が評定したものの平均値を各項目の得点として、再度因子分析を行なった。各因子について、Cronbachの α 係数を算出した。各因子を構成する項目の合計得点をもとにして、実験群と統制群の間で実験前後のバウム画を比較検討した。

III. 結果と考察

因子分析の結果、累積寄与率72.92%で4因子解が適当と判断された。山口(2003)の因子分析結果と比較すると、「緊張度」はほぼ同じ項目で因子を構成していたが、「活力量」と「力動性」、「形態」と「巧緻性」はそれぞれ2つの因子が1つにまとまった為に4因子となっていた。本研究の目的は群間の比較であって、分析対象の枚数も限られている。また2項目で構成されているので補助的に捉え

る必要がある「柔軟性」を除いて、信頼性係数としての α 係数を算出した。すると「緊張度」から順に0.90, 0.86, 0.66, 0.86, 0.94とそれぞれ十分に高かった。よって山口(2003)の因子分析によって抽出された「緊張度」「活力量」「力動性」「形態」「巧緻性」の各因子を構成する項目の合計を下位尺度得点とし、両群の比較検討を行なうこととする。比較に用いる因子を構成する形容詞対を、臨床家の評定の際に用いた順の項目番号と共に表1に示す。尚、○囲み数字は逆転項目である。

表1 各因子別形容詞対一覧

(1) 緊張度	④楽しそうな-苦しそうな	11 怖い-かわいい	18 冷たい-暖かい
	23 暗い-明るい	26 不自由な-自由な	27 未完成の-完成した
	28 険しい-和やかな	29 こせこせした-のびのびした	
(2) 活力量	④不安定な-安定した	8 強い-弱い	10 太い-細い
	14 大胆な-臆病な	24 大きい-小さい	
(3) 力動性	2 にぎやかな-淋しい	5 特異な-普通の	⑦ 静的な-動的な
	⑮丸い-尖った	⑩防衛的な-攻撃的な	25 激しい-穏やかな
(4) 形態	1 粗雑な-丁寧な	3 あいまいな-明確な	⑥ 充実した-空虚な
	13 白い-黒い	17 薄い-濃い	
(5) 巧緻性	12 立体的な-平面的な	19 複雑な-単純な	20 写実的な-印象的な
(6) 柔軟性	21 まっすぐな-曲がった	22 硬い-柔らかい	

実験群と統制群の間で実験によるバウム画の変化を見るために、先に1回目のバウム画の両群の各下位尺度得点を比較した。結果は表2の通りである。

表2 各因子の事前下位尺度得点の群間比較

	N	緊張度			活力量			力動性						
		df	Mean	SD	t	Mean	SD	t	Mean	SD	t			
実験群	20	38	30.00	4.25	1.00	n.s.	19.13	3.29	0.32	n.s.	21.87	3.41	1.29	n.s.
統制群	20		31.40	4.60			19.52	4.24			23.28	3.53		
		形態			巧緻性									
		df	Mean	SD	t	df	Mean	SD	t					
実験群		37	18.58	4.94	0.17	n.s.	38	13.85	3.59	0.29	n.s.			
統制群			18.83	4.38			14.18	3.82						

各因子共、両群間に事前の下位尺度得点の差が見られなかった。そこで実験後のバウム画の下位尺度得点の群間比較及び各群の事前事後での得点変化について見ることにした。

表3にあるように「緊張度」に関しては変化も小さく、事後得点も有意差がみられなかった。しかし「活力量」の因子では $t(38) = 2.23, p < .05$ で、「形態」は $t(38) = 2.21, p < .05$ と、両群間に有意差があった。また「力動性」と「巧緻性」には $t(38) = 1.76, p < .10$ と $t(38) = 1.80, p < .10$ の有意傾向がそれぞれあった。

表3 各因子の下位尺度得点の変化

		事後得点					得点変化			
		N	df	Mean	SD	t	df	Mean	SD	t
緊張度	実験群	20	38	30.50	6.67	0.04 ^{n.s.}	19	0.50	5.09	0.44 ^{n.s.}
	統制群	20		30.43	4.14			-0.97	5.48	0.79 ^{n.s.}
活力量	実験群	20	38	18.33	3.62	2.23*	19	-0.80	3.91	0.92 ^{n.s.}
	統制群	20		21.05	4.07			1.53	2.96	2.31*
力動性	実験群	20	38	21.02	2.72	1.76 [†]	19	-0.85	3.07	1.24 ^{n.s.}
	統制群	20		22.73	3.42			-1.40	2.47	0.69 ^{n.s.}
形態	実験群	20	38	20.23	4.32	2.21*	19	1.65	3.51	2.10*
	統制群	20		17.43	3.67			-1.40	2.47	2.53*
巧緻性	実験群	20	38	11.97	3.48	1.80 [†]	19	-1.88	2.63	3.20**
	統制群	20		14.12	4.04			-0.07	1.99	0.15 ^{n.s.}

[†] $p < .10$ * $p < .05$ ** $p < .01$

以下、因子ごとに各群について細かく見ていく。緊張度の因子はリラックスを測ることの出来る因子と考え、治療の進展が表れやすい項目群と考えていた。項目構成から考察すると砂に触れた実験群の方がのびのびした暖かい絵となり、バウム画のみ試行した統制群は険しく不自由なものへという変化の方向性は示していたが、いずれも有意ではない。箱庭の砂箱と向き合うという作業は被験者の内面により働きかけるものが多く、見守り手である実験者との間に生じる関係性が反映されると考えられる「緊張度」は4回の中では統計的には大きな変化が見られなかったのかもしれない。

さて「活力量」については実験後の両群の得点には有意差があり、実験群の方が統制群よりも活力があると考えられる。その内容は実験群は大きな安定した木という方向へ変化し、逆に統制群は細く弱い方へと有意に変わった ($t(19) = 2.31, p < .05$) というものである。青木(1988)はバウムのサイズで基本的なエネルギー感を測るとよいとしている。本来のバウムテストは心理療法等の影響がなければ再検査信頼性が確かめられているが(津田, 1992)、精神的エネルギーという点に関しては大学生が被験者だったこともあって、日常的に変化があるのかもしれない。その中で箱庭を実施していた群は平均してややエネルギーが増したのが貴重なことであろう。

次に「力動性」の実験後の得点は統制群に比べて実験群の方が有意に低い、つまりより動きのある傾向がみられた。両群とも実験前後の得点変化では有意差がないものの、両群共にぎやかで動的な方向へと動いている。激しい運筆は感情の生動性を表すとされ(Koch, 1970)、横山ら(1992)にも絵に投影される動きが描いた人のもっている躍動感を表わすとしている。箱庭の砂を大きく動かして造形することを通して、内的にも突き動かされ、自己表現衝動が高まったのではないかと考える。

さらに「形態」は箱庭実験後の両群の得点に有意な違いが見られ、実験群の形態の方がしっかりしていた。群ごとに見ていくと、有意に実験群が丁寧で明確になり ($t(19) = 2.10, p < .05$), 統制群は $t(19) = 2.53, p < .05$ と粗雑で空虚な絵になっていたと言える。鈴木 (1999) にあるように、これは「巧緻性」と併せて「成熟度」の得点と言われるものである。パーソナリティーの「成熟度」を反映する得点の好転は、砂に触れたことでのパーソナリティーの発達を示していると言えよう。

最後に「巧緻性」においては実験群の事後得点が低い有意な傾向があり、つまり巧緻性が統制群より高かった。変化のない統制群に対して実験群は有意に写実的で複雑な描画と変化した ($t(19) = 3.20, p < .01$)。この因子は高橋 (1986) にあるようにテストへの態度も表している。実験群の方が実験に参加して自身を見つめる機会が増え、より真剣に向き合っていたと言えるのかもしれない。

次に、実験群の得点変化が有意だった「形態」と「巧緻性」それぞれの因子について得点変化が大きかった実験群の被験者のバウム画を実験前後の比較の例として図1～図4で挙げた。

下の被験者は14.00点だった「形態」の事前得点が事後得点は27.33点とされた。無意識を表すとされる (Bolander, K, 1999) 根の処理も曖昧で全体的に薄かった表現が、上部も濃くて充実した形態のはっきりした描画になった様が図1から図2への変化に表れている。

また次頁の被験者の「巧緻性」は13.33点だった事前得点が、実験後は7.67点へと変化した。それは図3から図4への変化にあるように、同じ被験者の描画に見えない位、平面的だったバウム画が実験後は巧緻性の増した、立体感のある複雑な絵となっている。元々楽しそうではあるが、少し窮屈な印象もある木であった。それが紙面を横に使っての充実した描画となり、箱庭での砂に触れる実験を通して内面への取り組み方が真摯になった様子が表れている。

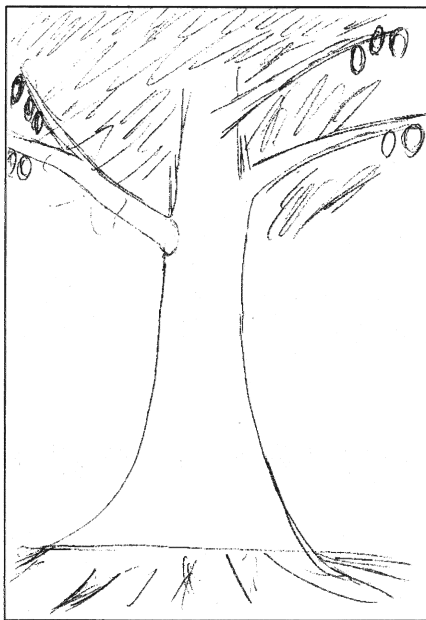


図1 実験前のバウム画 (形態)

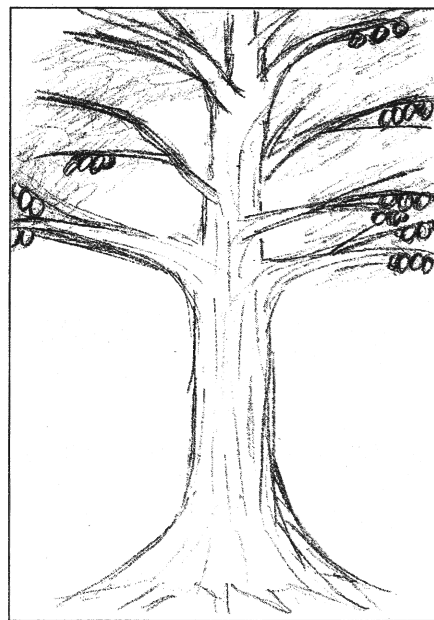


図2 実験後のバウム画 (形態)

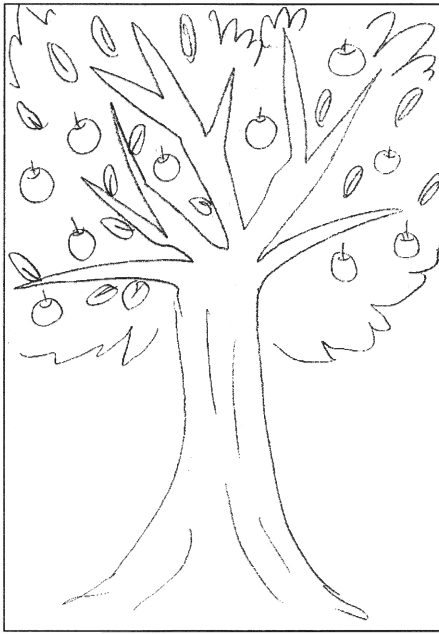


図3 実験前のバウム画（巧緻性）



図4 実験後のバウム画（巧緻性）

「巧緻性」の変化が大きかったこの被験者については4回の砂の表現を図5～図8に順に示した上で、各回実験後の被験者の感想も交えながら制作において起きていたことを個別に見ていきたい。

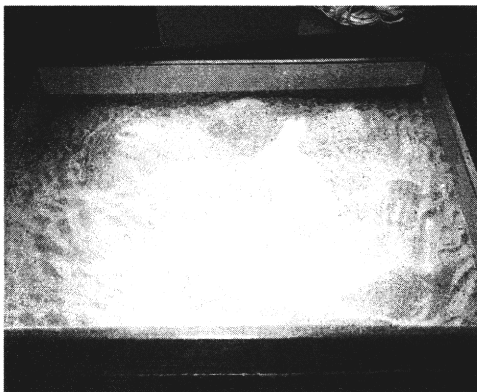


図5 1回目の砂の表現

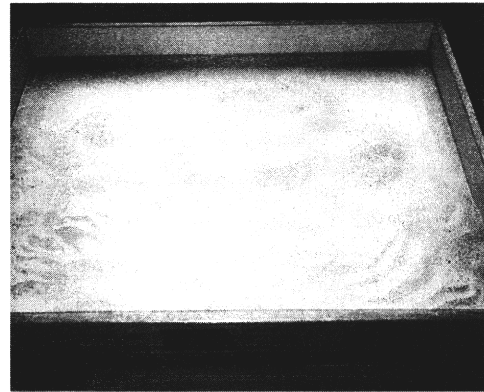


図6 2回目の砂の表現

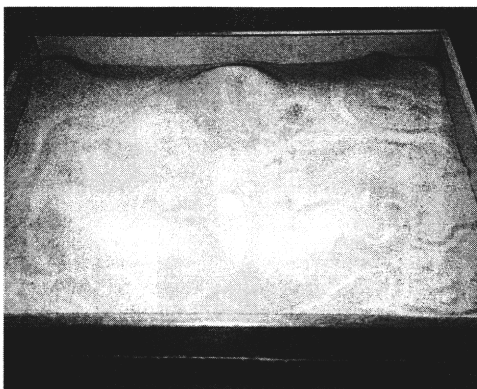


図7 3回目の砂の表現

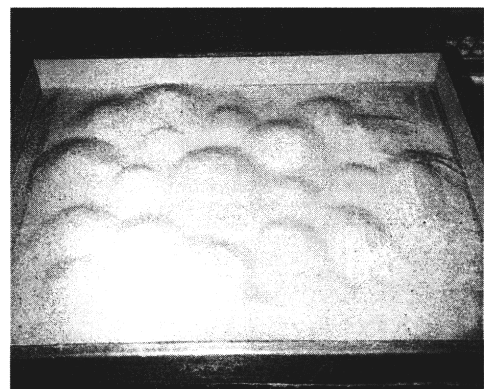


図8 4回目の砂の表現

初回は15分かけて、砂をさらさらと落したりしながら制作していた。完成後に被験者は図5の作品を「山と湖」と記述した。砂については「ズシッと重い時もあるし、サラサラと頼りない時もある」と客観的に述べている。砂によく触れたという印象を筆者は持った。

この被験者は2回目以降もいつも10分以上かけて砂箱で遊んでいた。「次から次にイメージがわいてきて、前回よりも楽しく熱中した」そうで、最終的には空想に充ちた図6の「夏の青い空に浮かぶ入どう雲」とした。また砂から「小さい頃」や「子供」を思い出したと述べ、退行とつながることと考えられる。

3回目では実験者側に背を向けて体で砂箱を覆うような体勢を取って、パンをこねているように作っていた。「最初何もイメージがわからず、なんとなく砂の感触を味わっていたが、そうしているうちに長野オリンピックの風景が頭に浮かんできた。」と、図7のように「川やジャンプ台や山々にはスキーコース、スケートリンクやキャンプ村」を作ったとした。砂に触れることで変化する形からイメージが展開する様子が見られた。さらに砂は「やわらかくてきもちいい」と、触ってみての自分の体験に基づいて述べた。

最終回の図8では山をたくさん作った。「再び砂をかければ簡単に修復でき、なにげに感心」と、砂の可塑性という特徴についてもふれている。「静の中に動がある」と、砂のイメージも広がりを見せた。このような中での被験者の内的な成長や豊かさが、バウム画の立体的な深みのある表現に表れたと考えられる。

河合（前出）は箱庭療法について「使用されるエネルギーが増大するにつれて、念入りで力動感のある表現へと変化してくる」と記述している。もちろん最初は砂に触れることの出来ないクライエントも居る。セラピストとの関係や治療が深まって守りが整い、準備が出来たところから砂と触れ合うことが始まるのだ。また木村（前出）は「箱庭表現は制作者に多くのことをフィードバックする。（中略）自らの表現が目に見える形で目前に展開し、しかもそれが極めて具体的な様相を呈するため、制作者自身がそこから気づくことは数多い」としている。「視覚」という身体と切り離された客観性を体感へと近づける「触覚」が加わることで、両者の相互交流によってより直接的に制作者に訴えかけるのだろう。さらに先の事例では、視覚的イメージを手で表現するうちに集中してプロセスが進んだ様子が明らかになった。今回の実験では砂を用いて力動感のある表現を重ねるうちに、作品から受ける印象やメッセージに賦活されて、そこにかけるエネルギーも実験群の被験者は増していったと考えられる。それがバウム画の生き生きとした表現として統計的にも明らかになったのではなかろうか。4回砂に触れるという体験は、当初予想していたリラックス以上に被験者の内面に働きかけるものが大きかった。河合（1991）は心理療法において「治る」のに重要である、無意識内にある自己治癒力の活性化には自我のコントロールを弛める必要があるとする。また砂に触れることは子どもの頃の感覚が戻るとも言っている。（河合ら、1993）実験によって生じた退行の体験は自己治癒力を高め、更には新たな成長へと導いたと考える。

IV. おわりに

本研究を通して、箱庭の砂の入った箱を使って遊ぶという体験を経た被験者は、統制群と比べて実験後のバウム画はより健康的なものとなった。特に「形態」や「巧緻性」といった側面で、実験群の樹木画は有意に成熟さが増していた。つまり砂に触れるという箱庭での作業を通じてリラックスし、内的なイメージと向き合い、それがパーソナリティーの成熟につながったと考えられる。

しかしながら今回の研究では実験群と統制群の間に参加する回数の差があった。その為、実験群の

無意識の変化は砂と触れたこと以外に実験者との関係性の深まりから生じてきたものとも考え得る。箱庭療法は「母子一体」とされる場を提供するからである。そこで砂という素材の持つ純粹な意味を検討するために、感触が異なる別の「遊び」の素材を用いた統制群と比較する実験を今後更におこなっていきたい。

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
- Bolander, K. (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
- 河合隼雄, 1969: 箱庭療法入門。誠信書房
- 河合隼雄, 1991: イメージの心理学。青土社
- 河合隼雄・中村雄二郎, 1993: トポスの知 箱庭療法の世界。TBSブリタニカ
- Koch, C. (林勝造, 国吉政一, 一谷彊・訳), 1970: バウム・テスト—樹木画による人格診断法。日本文化科学社
- 木村晴子, 1985: 箱庭療法—基礎的研究と実践。創元社
- 三浦和夫・小川捷之, 1993: 箱庭療法の体験—はじめての箱庭制作の感想—。上智大学心理学年報, 17, 65-76
- 塩田泰子, 1994: 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), 24-35
- 鈴木慶子・鍋田恭孝, 1999: バウム画の全体的印象評定尺度の構成—S-D法による因子的検討—。大正大学臨床心理学専攻紀要, 2, 82-89
- 高橋雅春・高橋依子, 1986: 樹木画テスト。文教書院
- 津田浩一, 1992: 日本のバウムテスト 幼児・児童期を中心に。日本文化科学社
- 津田浩一, 1994: バウムテストと児童臨床—心理治療過程におけるバウムの変化—。臨床描画研究, IX, 金剛出版, 41-59
- 山口登代子, 1997: 箱庭療法における砂と母性。性格心理学研究, 5(1), 58-60
- 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, 63-71
- 横山恭子・中村俊哉・福島章, 1992: 青年期心性の心理測定学的研究(第4報)—SD法からみたバウムテストにおける10年間の変化—。上智大学心理学年報, 16, 19-26
- 横山剛, 1989: 砂のみによって表現された内的コスモロジー—場面緘黙症児の箱庭療法過程を通して。箱庭療法学研究, 2(1), 15-27