

箱庭 - 物語法 …… 見守り手の考察を深める試み (2)

中垣 ますみ・永尾 彰子・菅佐 和子

Sandplay-drama method: Approaches to deepening the observer's investigation(2)

Masumi NAKAGAKI, Akiko NAGAO, Sawako SUGA

教職キャリア高度化センター教育実践研究紀要

第5号 (2023年1月)

Journal of Educational Research
Center for Educational Career Enhancement

No.5 (January 2023)

箱庭-物語法……見守り手の考察を深める試み(2)

中垣ますみ・永尾彰子・菅佐和子

(京都教育大学教職キャリア高度化センター) (京都府総合教育センター) (京都大学名誉教授)

Sandplay-drama method: Approaches to deepening the observer's investigation(2)

Masumi NAKAGAKI・Akiko NAGAO・Sawako SUGA

2022年8月30日受理

抄録：箱庭制作の過程において、作り手と見守り手を感じていたことの記録から、無意識のレベルでどのような交流が生じていたか検討することを試みた。「見守る」ということがあって箱庭が作られていくだけでなく、作り手の無意識もまた見守り手に影響を与えることが明らかとなった。また双方の心を耕すことが出来る技法であることも示唆された。

キーワード：箱庭-物語法、内的世界、見守り手の心の動き、作り手と見守り手の内的な呼応

I. はじめに

前稿(中垣ら、2022)では、「箱庭-物語法」の見守り手が、箱庭制作を見守るなかで感じたこと、考えたこと等を手掛かりとして作品を読み解く試みを報告した。本稿は、6回にわたる箱庭制作時に、作り手と見守り手の間でどのような心の交流が行われ、それが双方にどのような影響を与えたかを、作り手の感想などを手掛かりに、明らかにすることを目的としたものである。

箱庭療法においては、解釈を加えることよりも、そっと「見守る」ことの大切さが広く知られている。しかし、その見守りが治療的に働くためには、東山(1994)が述べているように「見守る態度のなかに、セラピストが、箱庭で表現されたクライアントの内的イメージの意味が分かっていることが必要」であると考えたためである。

さらに東山は、「クライアントが箱庭を置いているのを見てみると、セラピストの側に色々な思いが生じる。箱庭によってセラピストの心が刺激され、セラピストの直観が活発に働きだす。箱庭療法のセラピストが、この直観をクライアントにコミュニケーションできないと、箱庭療法がセラピストとクライアントの共同作業にならない」と指摘している。東山のいうコミュニケーションとは、言語化されたものだけでなく、むしろそれ以上に「イメージレベルでのコミュニケーション」を指している。筆者らも前稿において「作り手と見守り手が、無意識のレベルで心の交流を持っていたのではないかと述べ、本稿においてそれについて考察を行いたいと考えた。

筆者らは、「箱庭-物語法」を、学校教育のなかで、児童・生徒に対して有益に活用する道を探りたいと考える。また、久米(2021)は教員に対する箱庭実施の経験を報告しているが、筆者らも、教職を目指す学生や現職教員を対象として本技法を取り入れ、内的世界に触れる体験を促進したい。本稿がその一助となれば幸いである。

II. 研究の方法

箱庭及び物語の作り手は「茜さん(仮名)」、30歳代後半の女性。X年10月からX+1年の1月まで、隔週で計6回制作、すべてが終了後インタビュー(面談)1回を実施した。作り手は自由に箱庭を制作。完成後デジタルカメラで撮影し、画像を持ち帰って、次回までにその画像を題材にした物語を作成、次の箱庭制作時にその物語を見守り手に渡した。箱庭制作の時間は、各回とも概ね30分程度。インタビューは、約1時間であった。

見守り手は、箱庭が制作されていく様子を見守りながら、制作のプロセスとともに、その時に見守り手の中に湧き上がるイメージや思いを書き留めていった。

箱庭制作後に作り手が少し感想をつぶやくことがあり、見守り手はそのつぶやきも書き留めた。また、茜さん

は箱庭を制作した帰宅後に、感想を書き留めていた。感想文が書かれたのは第1回から第4回であり、今回その感想文も寄せられた。箱庭・物語の作り手である茜さんからは、感想文掲載等の許可を得ている。

Ⅲ. 箱庭制作の過程

第1回から第6回の制作回ごとに、(1)箱庭作品、(2)箱庭が制作される過程で見守り手が感じ解釈したことの抜粋、(3)制作直後の作り手(茜さん)のつぶやきの抜粋、(4)茜さんから寄せられた感想文、(5)インタビューで語られたことの抜粋を記載。なお、…は省略部分である。

1. 第1回の箱庭制作をめぐって

(1) 第1回箱庭



図1 第1回箱庭
中垣・永尾・菅(2022). p.40

(2) 箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

…砂をかき分け青い底を出す。川だろう。それほど湿っていないのにしっとりした感じになっていく。景色の作られ方をみていると、作っている景色の下に、豊かな水脈があるように感じられた。この豊かな水脈は作り手が豊かな内的世界を持っているということであろうし、ふとウンディーネを連想した。…今ここには何らかの物語があったのだろうと思う。…女の子の方はちょっと不満を言いたそうな目つきに見える。自転車を乗り捨て危ない橋を二人で渡り冒険するということがかもしれない。…

(3) 制作直後の作り手のつぶやき

「作っていくうちに出てきました」、「不思議」、山にならないなあと思って樹を置いたら、小さい時に遊んだ川が出来て、そこからクワガタ取りとか、トンネルがあったことなどを思い出した。人形は兄と自分。自転車が一台しかなかったが、実際、二人乗りして遊びに行ったなあ、ちゃんと停めずに、乗り捨てるようにして倒しておいたりしたな等思い出した。橋のところで、兄が早く来いというが、怖いので行けない。「目線が合う角度に置きたくて」、「今日のテーマは「子どもの頃、遊んだ情景」です」、「何だかすっとした」。

(4) 帰宅後の茜さんの感想文

箱庭をすることは初めてであった。する前は自分で収められないようなものが溢れ出てきたらどうしようかと不安もあった。第1回、何をどうしたらいいのか、不安もありながら、少し楽しみな心の状態でスタート。1つアイテムを置いていくと、いろんなイメージが心(頭)の中に広がり、自分が幼かった頃の思い出が浮かんで来て、ドンドン置いていけた。後から思うと、その頃の経験が、自分の躊躇なく冒険しようとする面の原点であったように思う。兄がいたから不安を和らげることもでき、ワクワクは共有できたと思う。兄や兄の友達と川遊びをしたりして遊んだこと、兄が風邪をひいた私を病院に連れて行ってくれたことなど、箱庭を通して自分の幼少期を思い出す。1回目を終えて、納得のいく作品が作れた満足感が広がった。砂に少し水を混ぜると心地いい質感になり、創作しやすく、またイメージも広がりやすかった。

(5) インタビューで語られたこと

○最初に箱庭作りに取り組んだとき

砂にぱっと触ったときに、海を作ろうと思ったが川が出てきた。川を作ると、昔遊んでいたときのことを思い出し、設定が子どもの時ということになっていった。「薄暗い朝の虫採りは、冒険でした！始まりはいつも兄と一緒にでした」、「キーは、乗り捨てた自転車！」、自転車は子どもの頃の自分が最大限動けるツール。第1回の箱庭は「大事な思い出」。「何でもあまり怖がらずにやる自分がいて、その基になっている体験がこれだったのか」と思った。「兄の存在があったから、怖がらずにいけた」ということも思った。

○最初に物語作りに取り組んだとき

「ああ、「おにいちゃ〜ん、待って！めっちゃ怖いねん」「大丈夫や！おいで！」って、兄が引っ張ってくれる

ので、探検に踏み出せた」、「自分が動けば、そういう体験が得られる、できることもある」という体験ができた。物語は「実体験ですね」。1回目にこれが出てきたのは、こういうことが自分の「ベースにあったんですね」。物語の最後に「トンネルの向こうを目指します」というのは、小さいときの体験があったからかもしれない。

2. 第2回の箱庭制作をめぐる

(1) 第2回箱庭



図2 第2回箱庭

中垣・永尾・菅(2022). p.41

(2) 箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

…人は何人も置かれているのに、なぜか寂しい印象がある。作られていく風景の奥の方では雷も鳴って雨も降っている。…小さい雲を対角に置き直したり、木を置き足したり木を移動したり。何となくピッタリした感じがないのだろうか、びったり感じる場所をさがしているようでもある。…グルグル回りながら視線をかなり下げて全体をみている。その様子からは何らかのストーリーがある、あるいはできているように感じられた。…

(3) 制作直後の作り手のつぶやき

「今日は、雲にピンときて」置いた。母の実家の近くに泳ぐところがあって、山を越えて行く。山の向こうから天気が悪くなっている。お祖母ちゃんは実際はそこには行かないが、お祖母ちゃんが作ってくれたお弁当を持って、箱庭のように、皆で海に行った。箱庭にいる人たちは、家族や親戚。今日は「お祖母ちゃんがポイントかも」。「作っていくうちに、今日は、違う、違うと思うことが多く」何度も動かした。こういうものを作るという事はなかったが、結果的に小さい時の風景を置いた。「どうしてなのでしょう」、「そういうものなんですか?」。今日の箱庭のメインは海岸と海のエリアだと思う。

(4) 帰宅後の茜さんの感想文

1回目よりも緊張がほぐれ、1回目に作りたかった母の実家近くにある海を作ろうとなんとなく思っていて開始。箱庭の前に、見守り手と違う話をしたことも緊張がほぐれ、心が楽な状態で始められた。見守り手と作り手の関係で作るものが変わってくるだろうと思う。箱庭を作り始めると見守り手の存在や目線が気になったが、作っているうちに時間も気にならず没頭していく。人のアイテムの目線など、アイテムの置き方や、砂の形状、水の感じなど細かいところにもこだわりたいと感じる。第2回の箱庭のポイントは、穏やかな海と山側のもうすぐくであろう雷。作っているときに、海の潮風の感じやにおい、夏の日差し、浮き輪を使って海に浮かんでいる時のチャブチャブ聞こえる水の音、雨が降り出しそうな空気感やにおい、おばあちゃんが作ってくれた紫蘇ワカメのおにぎりや卵焼きの味などもなんとなく感じながら箱庭を作る。砂浜の感じが本物と似ているような感じに作れた。自分では大事な思い出であることを認識していたが、箱庭を作ることで再認識。2回目を終えて、山の感じは少し満足いかなかったが、1回目と同じく自分の大切な思い出に浸ったような感じ。また自分の大切な思い出を見守り手に伝えたいような感情があることに気づく。自分をわかってもらいたい感じ。また、一人では最後まで作り上げるというようなことはしなかったかもしれないが、見守り手がいること、伝えたいような気持ちからこだわったようにも思う。

(5) インタビューで語られたこと

○2回目に箱庭作りに取り組んだとき

今回は海。幼少期の母の田舎での体験が基にある。海は怖い感じがしない。自然の怖さや新しいことへの怖さがなく入れたのは、こういう体験からかも。第1回の箱庭の情景は「自分自身の第一のふるさと」、第2回は「年1回くらいだけ第二のふるさと」だと思う。小4の時、一人で新幹線に乗って母の実家で1ヶ月ほど過ごしたことがある。泣き通しで、車中で隣に座っていた大学生がずっと慰めてくれていた。父と母は仕事で忙しくて、自分一人で母の実家に行って過ごした。泣き通しだったが、「そういうことができたのも、第二のふるさとと思えていたから」だろうし、「何でもやってみようと思えた」からだとも思う。

○2回目に物語作りに取り組んだとき

「自分が住んでいる町とは離れた場所で、文化も違うんですよね。ちょっと違う世界、この夏の期間は」、「母が迎えに来たとき、熱が出たと思います」、楽しいこともあったけれど、熱を出してしまうほどの体験を一人でしていたのだと思う。「そのあと私は少し変わったと母が言っていました、体験をして成長したという感じ」。イトコとけんかをしたり、何か言い返したくても言わないで自分の中におさえていたり、泣かないようにしていたし、楽しいこともあったけれど、いろいろな体験をそのときにしたと思う。

3. 第3回の箱庭制作をめぐる

(1) 第3回箱庭



図3 第3回箱庭

中垣・永尾・菅(2022), p.41

(2) 箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

「目が合ってしまった」と言って、赤茶色の大きな恐竜を手取る。…恐竜で表されるのは本能だろうか。そう考えると、内的世界の深いところでは金銀つまり「財」は意味を持たないということかもしれない…恐竜のエネルギー感と、風景の荒涼感が浮き立ってくる。…多くの枯れ木がおかれ、しかも針金のような細さ、焼け焦げたもの等があり、痛々しさを感じる。「荒涼」というより「破壊的」の方が実感に近いかもしれない。…人を置き直す。その人の目で見るとかのように低い体勢で中を見ている。枯れ木を斜めにし

たり倒したりして行く。…1回目の豊かさと、2回目の思い出をもって、3回目はタイムマシンに乗るようにして時空を飛び超え、自分を探求する旅に出始めたのかもしれない。

(3) 制作直後の作り手のつぶやき

機関車はタイムマシン。車掌さんと開発した研究者。研究者の1人は、こういう世界だったのかとちょっと驚いて引いている。車掌さんは冷静で、恐竜の世界と現代をつないでくれている人、けっこう重要。タイムマシンで来てみると、恐竜の時代の終わりくらいだった、という感じで、人の目線で見ると、木が倒れている感じの方が良くて、倒した。金とかは意味を持たない時代。これまでは箱庭を置いて、物語を書いた。今日は、恐竜と目が合って置き始めたが、途中でどうしようかと思うこともあったが、最後まで置けた。箱庭を置きながらストーリーを考えていた。三人が話している声が聞こえるような感じで、何を話しているのかなあとか。水を使うことで砂の手触りが変わり、それを触っているうちにイメージが湧いてくる。サラサラではなく、少し湿っているほうが良い感じ。

(4) 帰宅後の茜さんの感想文

1・2回目で、自分の第一と第二の故郷となる場所を作ったため、ぼんやり次は何を作ろうかと考える一方で、行ってみてから考えようとも思っていた。箱庭を作り始めると恐竜と目が合う。あ、これや！と絶対手にしないであろうアイテムからスタート。第3回、恐竜を置いた後は、頭の中でどういう設定にするか考えてアイテムを置いていくとストーリーも展開していく。人のアイテムがどのように恐竜を眺めているか目線にもものすごくこだわった。ポイントは、タイムマシンである機関車と操縦士。できた時は、自分の分野ではないような作品ができたので嬉しかった。

(5) インタビューで語られたこと

○3回目に箱庭作りに取り組んだとき

「ファンタジーの世界は、苦手で怖い」と思っているの、「この箱庭ができたとき、不思議でした」。箱庭を作りながら物語も作っていたように思う。タイムマシンができてここに来たという設定が途中出て来た。わくわくしながら作っていった。タイムマシンから降りた時代は、「恐竜の最盛期でなく、絶滅期に近かったのは、何故なのでしょう」。「恐竜を使って作ったのは、今でも不思議です」。そう思うと、この箱庭は「自分にとって冒険の箱庭」です。箱庭の中の人たちにはどんな風に見えるかを気にして箱庭をおいたような気がする。「自分が、その人たちに入っていたかも」、「人形の目を通して、わくわくしたものを作りたいかった」ように思う。「2回目の箱庭のキーは雷で、3回目のは機関車と機関士です」。機関車と機関士は「つないでくれるものです」。

○3回目に物語作りに取り組んだとき

「物語の「完成までの道のりと、これから見る未知の世界に思いを馳せる」というところ、自分たちが時間と力とお金もつぎ込んで、これまでの道のりがあるから、ワクワクや感動も気持ちもわいてくる」。青い空は、「時代が変わっても変わらないものがある」、「何万年も前ともつながっている」。

4. 第4回の箱庭制作をめぐって

(1) 第4回箱庭



図4 第4回箱庭
中垣・永尾・菅(2022). p.42

(2) 箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

…中央に火山、その周りを渦のようにする。…感情の爆発のようにも感じられる。…輪廻を表すものが作られているのか、あるいは、天上も地獄も合わせたあの世か曼荼羅がつくられるのか、想像が掻き立てられる。…ピンクのエリアにある桜の木が緑のエリア寄りに動かされたように、それぞれのエリアに所属しているアイテムのいくつかが少しずつ隣のエリア寄りに動かされる。すると、四つのエリアに分かれていた世界が緩やかにつながっていく感じになり、すごいと思い感動した。…アイテムをとりかえることが何回もある。どこか迷っているのか、ピッタリ感を探っているようにも見える。…今回は何かを模したというより内面そのもの

が表現されたような印象がある。まさに自己探求の旅をしているように感じられる。今回の火山に当たるものが本人にとってどのようなものかはわからないが、そのことに触れたことは本人にどのような体験になるか、しばらく留意を要するかもしれない。

(3) 制作直後の作り手のつぶやき

「今日は時間がかかりましたか？」感情が溢れている感じを作ろうとした。ドロドロした感じや、支えてくれている人など。喜怒哀楽のエリアを作ろうかと思っていたが、置いているうちに変わって来て、途中で行き詰まった感じだった。区切られている感じだったのが、つながった感じがあって、そのときにスッと楽になった。感情が溢れているということで、泉を使いたかったが、ピッタリくるのがなくて、火山でもいいかなと思って火山にした。実は、少し前から体調があまり良くなって、肩こりからくる頭痛が続いている、友達の悩みを聞いているということも関係があると思う。だから、なんだか溢れてくるものを置いてみようと思ったのかもしれない。今日の箱庭は、何かよくわからない、ピッタリという感じでもないように思う。

(4) 帰宅後の茜さんの感想文

4回目までに、どんな箱庭を作ろうかと考えていた。3回目の作品で自分が思っていない作品が作れたことで、実在しないものを自分なりに作ってみたくなる。時期的に自分でもいろんなことを考えてしんどい時期でもあったため、ぼんやりと自分の心からあふれ出るような雰囲気のある箱庭を作りたいと考えていた。見守り手に見守ってもらいながら作ったという経験が自信になって、今後は自分一人でも作れるようになるのかも。

(5) インタビューで語られたこと

○4回目に箱庭作りに取り組んだとき

このときは、「自分の心の情景を表したい」と思った。真ん中をわき出る泉にしたかったけれど、そういうアイテムがなくて、火山にしたが、「今となれば、火山がぴったり」だった。わき出すと言っても、感情がドロドロしたのだから、サラサラとした水よりむしろ火山の方がぴったりだったのかも。次はこんなを作りたいかと思うが、思いもよらないものができてくる。第3回の箱庭も、未知の得意でないものが作れた。「私にもできた！という感じ」。第1・2回は大切なきれいな思い出。「でも、きれい事ばかりでないし、ドロドロしたものを表したいと思った」、「自発的に現れてくる感情、火山からわいてくる感情にぴったり、せき止めることはできない、よい感情も悪い感情も」、「火山から出てくるドロドロしたものも、人や自然やいろいろなものが癒やしてくれている、ドロドロしたものを出してもいいんやということを作ることができて、よかった」。

○4回目に物語作りに取り組んだとき

「4回目からです。それまではストーリーだったけどポエムになってきた。何でかな」、物語だと途中をつなげていくことを書いていくことになるが、4回目はもっと短く「直接的に書きたいようになってきた」。物語を作るというより、ストーリーというよりポエム、「何でだろう」。4回目の箱庭はストーリーでなく感情そのものを作ったから、「感情はストーリーでは表せない」、「そのまま言葉と言葉で、より感情に近く」表現したのでろう。

5. 第5回の箱庭制作をめぐる

(1) 第5回箱庭



図5 第5回箱庭

中垣・永尾・菅(2022). p.43

(2) 箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

…砂を均すようにしながら、トントンと小さな音が聞こえるほど押さえつけて固めていく。これほど押さえる感じは初めてかもしれない。押さえることで何かを守っているのだろうか。はじめのころの「国生み」を連想するようなダイナミックさを思うと、思いを鎮めるような感じでもある。…展望台だとすると、雲がある方から展望しているの、天国から見ているの?とも思う。…星の位置が変わることで、ステージの方は昼間、反対側の木の方は夜のように感じられた。時間の動きが箱庭に表現されるように感じるのも、茜さんの箱庭で印象的なことの一つである。今回は初めにステージが

展望台にみえたことで、時間というより彼岸と此岸という感じもした。…みんな一緒、等しいという感じだろうか、何かしら茜さんの願いが込められた箱庭のような気がした。

(3) 制作直後の作り手のつぶやき

実際に野外コンサートに行ったときの場面を置いた。「色々な人が一体感を感じている」、「いろんな感性を持ちながら、それぞれの人生があって、それを楽しんでいる」、「人種や世代を超えて1つになる」そんな感じがした野外コンサートを置いた。夕方に始まって、西から陽がさしていたのが、終わった頃には星が出ていたので、それも表現してみた。「今日のテーマは、「大事な思い出」です、一体感を味わった」。「言うのもなんですが、力作です！作ってよかった！」(目が潤んでいる)。実は友人が突然亡くなった。前の週に会っていたのに、信じられなかった。今週は辛かった。それでも、普通に生活しているなあとも思った。その友人も含めて一緒に行った野外コンサートを箱庭に置いた。今回は箱庭が置けないかなあと思っていたが、電車の中で野外コンサートを置いてみようと思った。置いてみて、なんかホッとしたような落ち着いたような感じがする。置いてよかった。

(4) 帰宅後の茜さんの感想文

第5回制作後の感想は書かれていない。

(5) インタビューで語られたこと

○5回目に箱庭作りに取り組んだとき

「ああ、辛い別れがあったときの箱庭」(涙)。この回は、作れるかな?とっていた。「終わったとき「大作です」って言ったと思うんですけど、本当に作れてよかったなあってものすごく感じました」。寂しい辛いという感情を表すというより、心の状態でなく、「大切な思い出を、情景を残して、そこに心も入れて、作れた」、「いろんな思い出を大事な情景にして残せた」、「写真でなく、自分が振り返って作った。「自分自身が作る」ということができた」、「そのときの感情とその子との思い出を詰められた」。この週は「自分の中で激動だった」。告別式のあと、普段に戻る自分を、あれは嘘だったのかなとか思うこともあった。「大事な感情をここに詰められた」。

○5回目に物語作りに取り組んだとき

この物語は、亡くなった友人を追悼する内容ではないが、辛い思いではなく、ライブの感じに思いを詰めている。「友人は、ライブで、いったいどんな感じを受けてたんだろう」。「感情を残しておくことも大切、自分が主体的に作ったところも大切」だと思う。

6. 第6回の箱庭制作をめぐって

(1) 第6回箱庭



図6 第6回箱庭
中垣・永尾・菅(2022). p.44

(2) 箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

…どこか山登りの思い出だろうか。現実の体験を置くことで再体験することにも意味がある、あるいは新たな意味を生じることもあるだろうと思う。…稜線は果て無く続き空につながっていくように見え…二つの領域になってはいるが、全体性もあるように感じられる。…稜線は4回目の火山のかさぶたのようにも感じられた。

(3) 制作直後の作り手のつぶやき

今回は最後なので、「これから大事にしたい、今大切な時間が作りたいと思って」作った。「山に登って見る風景が好きで、

これからも大切にしたい」。今日は今日の箱庭として考えていたが、初めは子どもの頃の思い出を置いたし、今日はこれからのことを思う箱庭を置いた、あつながっていると気がついた。何も考えずにずっと置いてきたのに、こんなふうにつながっていたなんて、「箱庭って不思議」。途中で恐竜を置いたりして、なんでそんなファンタジーのようなものをおいたのか今でもわからないが、そういうことも含めて、なんかつながっていたのかもしれないと思える、不思議。山登りはしんどくて、休みながら、待ちながら、頑張れとかもいいながら続けていく。置いてある人形は「それぞれが、みんな自分の姿だと思えます」。山登りや山登りを置いた今回の箱庭は「人生ですね。苦しいし、怖いところもあるけど、それぞれ人生を生きていく」、「タイトルをつけるとすれば、「終わりなき旅」ですね、前回の5回目からつながっていると思います」、前回があつて、今回の山登り・終わりなき旅につながっていると気づいた。「山は、つながりやエネルギーを感じさせてくれる、そういうところ」。箱庭って不思議、つながっていたことに気づいて不思議。箱庭を置くのが終わること、箱庭を片付けること、それがとても名残惜しい。

(4) 帰宅後の茜さんの感想文

第6回制作後の感想は書かれていない。

(5) インタビューで語られたこと

○6回目に箱庭作りに取り組んだとき

山登りは、しんどくてやめたいと思うこともあったが、振り返ってみると、これだけ来たと思える。「励ましてくれる人、星空、風景、いろんなものがすばらしい」、「デジタルではない世界、自分の足で歩く、変わらない自然、時代が変わっても変わらず生き続けている自然のすごさ、価値の変わらないものが感じられる」。「頂上についても、そこがゴールでもない」、下山もあるしそのあとに日常も続いていく。これから続ける上で、エネルギーをもらえる。お地蔵さんはそこにお参りすることで足を止めて休ませてくれる。先人が残してくれた道しるべもある。はじめに稜線を作ったが、これも挑戦だろうと思う。その挑戦のあと、何が待っているか。今まで以上に人とつながった感じがする。

○6回目に物語作りに取り組んだとき

「まだ続くっていう感じですね、人生も、いろんなことも」。「心のエネルギーを得るものを作りたかった。物語もそう、道は続いていくということを言いたかった」。今が大事だけれど、しんどいときはそこに焦点を当てるけど、ふと振り返ると、ここまで来たと思えるだろう。これからのピンチも、ここまでやってきたと思って前に進むのだろうと思う。満天の星空は本当にすごい。そのためのそこまでの道のり。山登りは、同期の仲間と挑戦しようということで始まった。それが続いている。これからも続けていく。

IV. 考察

本研究における箱庭制作の過程を通して、見守り手には様々な思いが生じた。箱庭制作時だけでなく、その後も何度となく作品について思い出すことがあり、箱庭を表現する言葉を何度も検討することがあった。

本研究は「箱庭-物語法」という技法についての検討のために行ったものであり、「見守り手の個人差による影響を最小限に抑え」る必要もあり、「経過途上では極力、介入しないようにして」(菅,2020)進めてきた。本研究でも、直接的に言語化してフィードバックしたのは最後の面談の時であった。しかし、見守り手が箱庭によって刺激されたことは明らかで、言語化しなくても作り手と見守り手の心の動きが呼応していたのではないかと感じられる制作過程であった。作り手のインタビューや制作後の感想、見守り手の印象から、内的な呼応(非言語的交流)について検討してみたい。

1. 作り手と見守り手の内的な呼応について

第1回では、見守り手は「作っている景色の下に、豊かな水脈があるように感じ」ており、ウンディーネを連想した。ウンディーネは美しく、悲恋の物語も伝えられる水の精霊である。作り手は制作後の感想で「自分で収められないようなものが溢れ出てきたらどうしようと不安もあった」と書いているが、豊かな無意識の世界は、時には氾濫する恐ろしさも秘めており、作り手と見守り手は、豊かさや畏れを共有していたのではないだろうか。また、作り手はアイテムを置いているうちに「自分が幼かった頃の思い出が浮かんできて」、「箱庭を通して自分の幼少期を思い出」したと書いているが、見守り手の「何かここには物語があったのだろうか」という感じが湧いてきたこととつながっているように思われる。

第2回では、第二の故郷といえるところでの大切な思い出ではあるが、インタビューで、たった一人で過ごした夏の思い出であり「泣き通しだった」、「泣かないようにしていたし、楽しいこともあったけれど、いろいろな体験をその時にしたと思う」と語っている。見守り手が感じた「人は何人も置かれているのに、何か寂しい印象があった。(箱庭の風景の)奥では雷も鳴って雨も降っている」という気持ちは、作り手が作っているときには意識していなかった感情を受け取っていたのかもしれない。また、制作後の感想では、「心が楽な状態で始められた。見守り手と作り手の関係で、作るものが変わってくるだろうと思う」、「自分の大切な思い出を見守り手に伝えたいような感情があることに気付く。自分をわかってもらいたい感じ」と書いており、見守り手に望まれる「言語化はしなくても、見守り手のこころのなかで生き生きとした想像や共感的理解」(菅,2020)を作り手も求め、箱庭-物語を進めていく上で重要なポイントになっていると考えられる。

第3回において、箱庭の制作中に見守り手は「荒涼感」を感じたとしながらも、どことなく違和感を覚えており、数日後によりびったりした表現を考えるという体験をしている。作り手は、インタビューでは「わくわくしながら作っていった」と語っており、制作後の感想でも「自分の分野ではないような作品ができたので嬉しかった」と書いている。見守り手の印象が作り手の気持ちとずれを生じており、そのことが表現を吟味することにつながったように感じられる。作り手と見守り手の非言語的交流は、箱庭が制作されている時だけでなく、折に触れ行われるものということであろう。

第3回は、「わかってもらいたい」との思いがこもった箱庭のあと、作り手が想像もしなかったような世界が作られた。幼い頃の思い出を受け止めてもらえたという体験が、表現することへの自信を得て、これまで踏み入れたことのない世界を表現してみようと思えたのかもしれない。作り手と見守り手の非言語的交流が成立してこそ、自己を探求するプロセスが生じると考えられる。また、個人の歴史を肯定されることをもって、より普遍的な無意識に入っていけるのではないかとすることも示唆されている。

第4回は、第1・2回、第3回を経て、一連の作品の中では茜さんの深みにある内的世界を垣間見るような箱庭作品が作られた。見守り手はこれまでも引き込まれるような思いを感じていたが、「想像が掻き立てられ」たり「すごいと思ひ感動した」と記録するほど、茜さんの箱庭作品の中に引っ張り込まれた時間であった。とりわけ、見守り手が記録している「それぞれのエリアに所属しているアイテムのいくつかが少しずつ隣のエリア寄りに動かされる。すると、四つのエリアに分かれていた世界が緩やかにつながっていく感じになり、すごいと思ひ感動した」ときは、おそらく作り手が「途中で行き詰った感じ」の後、「区切られている感じだったのが、つながった感じがあって、その時にずっと楽になった」と感じた時とおそらく一致していると考えられ、作り手と見守り手が箱庭の中で一体となるような瞬間が生まれていたのではないだろうか。見守り手は枠として守りの役割を果たしつつ、枠の中で起きていることを身の内に取り込むような体験もしているように思われる。

また、作り手は、初め「泉を使いたかったが」思うようなアイテムがなく「火山にした」とのことであり、びったりした感じではなかったようである。しかし、見守り手は、作られつつあるものが「感情の爆発のようにも

感じられ」てむしろ火山にびったりした感じを受けていた。作り手にとっては内的に深い世界にあるものだけに、明確に意識されるものではなかったのだろうが、見守り手は箱庭に置かれていく世界を比較的ストレートに受け止めることができたのかもしれない。作り手はインタビューで「今となれば、火山がびったり」だったと述べていることや、流れ出ようとするものがサラサラというより「ドロドロしたもの」だと思っておしていることも、制作時には作り手は気付かない状態であったメッセージを見守り手はリアルタイムで感知しており、作り手は作品を振り返ることで意識化したということだろう。

第5回は、作り手は友人の死という悲しい出来事を心にもちながら制作された。そのことが語られたのは制作後であり、作られた箱庭も野外コンサートの場面であったが、見守り手が制作過程で「思いを鎮めるような感じ」、「天国から見ているの?」、「彼岸と此岸」、「茜さんの願いが込められた」等と感じたことは、作り手と見守り手の関係性によって生まれた内的な交流だろうと思われる。見守り手は当日を振り返って、「箱庭を通して作り手と見守り手も対話するのだと、改めてしみじみ感じる」とメモをしている。制作時は、それほどに「無言の対話」をしていたのだろう。

茜さんが書き留めていた「制作後の感想」は第5回以降は書かれていない。第5回が重いテーマであったということもあろうが、インタビューで「大切な思い出を、情景を残して、そこに心も入れて、作れた」と語っているように、二人の関係性を基に、鎮めの意味も含めて気持ちを箱庭に納めることができたのではないだろうか。

見守り手は、箱庭制作に立ち会う前後に感じていることや気づいたこともメモとして残してきた。第4回の制作の前のメモには次のように書いている。「昨日からどうも不思議な感じが私自身にあることを思い出した。昨日は困りごとが次々起こるし、何人もが同じようなタイミングで電話をかけてくる。今日は全く知らない人に話しかけられるなど、私自身が侵入されやすくなっているのか等と思う」。振り返ってみると、箱庭-物語による茜さんの内的世界への旅が深まってきており、見守り手も内的な世界に近づくことで、かえって日常の世界への対応に揺れるような状況になりやすくなっていたのかもしれない。また、第4回のあと茜さんが語っていた自身の体調の不調ともつながっているようにも思われる。

第6回の箱庭制作の過程では、見守り手は作り手にとっての山登りやつながるということの意味についてメッセージを受け取っていたように感じている。同時に、第4回の内的世界に触れることの恐れや、衝撃的な出来事を鎮めようとした第5回を経て、第6回は稜線に気がかりを残しながらも、全体としてはゆったりとおおらかな気持ちにもなり、茜さんは大丈夫だという安心感を持ったようにも思われた。見守り手の感じていたことの中に、山に登った体験を箱庭に置くことで「再体験することの意味」、「新たな意味を生じる」と書いており、茜さんの山登りの体験は癒しでもありこれからの決意とも感じられたのだと思われる。作り手が制作後に「山は、つながりやエネルギーをくれる、そういうところ」とつぶやき、インタビューでも「エネルギーをもらえる」、「心のエネルギーを得るものを作りたかった」と述べていることから、作品を作ることでエネルギーを充填することができたのかもしれない。また、見守り手が感じていた「二つの領域になってはいるが、全体性もあるように感じ」、厳しい山の稜線を「4回目の火山のかさぶたのように」感じているが、これは茜さん自身のつながりを感じ取って纏め上げる力や治癒力を感じさせるものである。

これらのことが、見守り手に安心感をもたらしたのではないだろうか。安心感を得て、見守り手も茜さんの旅の供(同伴者)を終えられたのだと思われる。

2. 全体を通して

箱庭の制作過程を見守りながら、見守り手は作り手の心とつながっていく感覚を強く感じ、回を追うごとに深くなっていった。このことは、茜さんは帰宅後に感想文を書いていたが、第5回・第6回は書かれていないということとも関連しているように思われる。箱庭に思いを詰められたという満足感もあったのであろうが、見守り手に伝えたいという気持ちを持ちながら作っていた第2回の頃からだんだんと内的な呼応が順調になり、見守り手は受け止める器として機能し、作り手の気持ちを見守り手が先に感じるような深まりを持つようになったことから、茜さんは感想を書かなくてもよくなったのではないだろうか。この内的な呼応が深まっていくとき、弘中(2020)の言う「コミットメント」に近づいていたのではないかとと思われる。

見守り手は茜さんの箱庭制作の過程で、あたかもその箱庭のどこかに自分が立っていたり、そこから景色や空

を見上げたりしているような臨場感を味わっていた。興味深くもあり少し恐れもあったように思う。このような体験や内的に呼応していることの確認を通して、見守り手自身は自分の感性で語ることを許されたように感じ、自分を表現することに拓かれていったように思われる。

弘中(2020)は、「クライアントとセラピストの生々しく、また生き生きとした絡み合いこそが心理臨床の基底部で動いているものの正体」と述べている。これは、箱庭を媒体とすることで特に顕著に生じるものかもしれない。本稿において、箱庭制作をめぐって作り手と見守り手の間に生じた内的な呼応は、そのことを如実に示している。作り手と見守り手が内的に呼応してこそ、供となって内的世界を旅することが出来るのではないだろうか。

V. おわりに

福岡ほか(2021)が人間の「ピュシス」と「ロゴス」について言及しており、ふと、この箱庭・物語法のことを心の中に浮かんできた。「ピュシス」とは人間が本来的に持ち、溢れ出てくる「自然」のことを指し、「ロゴス」とはピュシスを言語、構造、アルゴリズムなどによって客観化し、外化し、相対化した「論理」を指す。箱庭・物語法の過程において、作り手のピュシスが溢れ出て、そのピュシスが徐々に箱庭に表現され、よりロゴス化された物語として言葉となり、作り手と見守り手が対話しているのではないかと考える。しかしながら、果たして作り手のピュシスのみが源泉となっているのだろうかという疑問が湧いてきた。そこで、改めて箱庭制作過程で見守り手が感じていたことと、作り手のつぶやきやインタビューから考察を深めていくと、双方が感じ合っていることが見て取れた。箱庭・物語法の過程においては、見守り手のピュシスも同時に溢れ出ており、互いのピュシスが身体性をもって呼応し合い、それが箱庭として作られ、物語として紡がれているのではないかと感じる。箱庭・物語法は、作り手のみならず、双方の言わば心の源泉を耕す技法だと言えよう。

本研究報告は、中垣、永尾、菅が協議を重ねた上で、次のように執筆を分担し、菅が全体を監修した。Ⅰ：菅、Ⅱ・Ⅲ・Ⅳ：中垣、Ⅴ：永尾

なお、本稿は、中垣・永尾・奥澤(2020)について加筆及び再考を加えたものである。本稿の箱庭や物語は株式会社「木立の文庫」の許諾を得て掲載している。

引用・参考文献

- アト・ド・フリース(1984). イメージ・シンボル事典、山下主一郎ほか訳、大修館書店
- 福岡伸一・伊藤亜紗・藤原辰史(2021). ポストコロナの生命哲学、集英社新書
- 東山紘久(1994). 箱庭療法の世界、誠信書房
- 弘中正美(2020). 主体性とコミットメント、山王教育研究所「セラピストの主体性とコミットメント 心理臨床の基底部で動くもの」、創元社. 3-4. 9-25
- 河合隼雄(1967). ユング心理学入門、培風館
- 木村晴子(1985). 箱庭療法—基礎的研究と実践、創元社
- 久米禎子(2021). 箱庭を活用した教育相談研修の効果—自他に対する理解と受容に着目して—、日本箱庭療法学会第34回大会抄録集. 69-70
- 三木アヤ(1992). 増補・自己への道—箱庭療法による内的訓育—、黎明書房
- 中垣ますみ・永尾彰子・奥澤嘉久(2020). 道はつづく、菅佐和子編著「箱庭ものがたり こころの綴りかた教室」、木立の文庫、第三章、55-81
- 中垣ますみ・永尾彰子・菅佐和子(2022). 箱庭・物語法……見守り手の考察を深める試み(1)、京都教育大学教職キャリア高度化センター教育実践研究紀要. 4. 39-48
- 岡田康伸(1993). 箱庭療法の展開、誠信書房
- 菅佐和子(2016). 「箱庭・物語法 (サンドプレイ・ドラマ法)」の起源と展開過程を辿る、京都橘大学心理臨床センター紀要 2. 25-30
- 菅佐和子編著(2020). 箱庭ものがたり こころの綴りかた教室、木立の文庫