

箱庭療法のセラピストの見守りに関する一人称研究の試み - 実験状況における箱庭制作場面の質的分析 -

石原 宏^{1*}, 秋本 倫子², 伊藤 淳子³

1 島根大学学術研究院 人間科学系

2 東洋英和女学院大学 人間科学部

3 埼玉工業大学 人間社会学部

A Study on the Witnessing of Sandplay Therapist from First-Person Perspective - A Qualitative Analysis of Sandplay in an Experimental Situation -

Hiroshi Ishihara^{1*}, Michiko Akimoto², Junko Ito³

1 Institute of Human Sciences, Academic Assembly, Shimane University

2 Faculty of Human Sciences, Toyo Eiwa University

3 Faculty of Human and Social Studies, Saitama Institute of Technology

* Corresponding Author: hrsishr@hmn.shimane-u.ac.jp

概要

クライアント役 (Cl) とセラピスト (Th) による模擬的箱庭療法の 1 セッションにおいて、ウェアラブル NIRS (near-infrared spectroscopy) 装置を用いて両者の前頭葉の脳活動を同時計測した実験データのうち、約 10 分間の箱庭制作について、Th として当セッションに参加した第一著者の一人称視点から質的分析を行った。箱庭制作場面の見守り方について、Th の自己認識と、実際の見守りに存在したズレに着目し、Cl の表現に「ついていく」という言葉だけでは包含できない見守りの様相を記述することが可能となった。本稿での分析からは、箱庭療法の Th が、Cl の表現に直接手出しや口出しをしないという意味であくまで Cl フェースト に「ついていく」のではあるが、決してそれだけではなく、今まさに Cl によって生み出されようとしている表現を、現在と未来のはざまで先回りや予想も含めて Th 自身の心を動かしながら、楽しみに待ち受けていると言えることが考察された。

キーワード

箱庭療法, セラピストの見守り, 一人称研究, 臨床心理学

Abstract

In a single session of simulated sandplay therapy between a client (Cl) and a therapist (Th), we used a wearable near-infrared spectroscopy (NIRS) device to simultaneously measure the brain activity of both parties' frontal lobes. We conducted a qualitative analysis of the interaction between the Cl and Th during the sandtray creation (approx. 10 min) from the first-person perspective of the first author, who participated in the session as the therapist (Th). By focusing on the discrepancy between Th's self-perception and the actual way he witnessed the sandplay, it became possible to describe aspects of witnessing that cannot be encompassed by the expression "to follow the Cl". The analysis presented in this paper indicates that, in sandplay therapy, Th essentially "follows" Cl in the sense that they do not directly touch or interfere with Cl's expression. However, their role does not end there. They also await what is about to be created by Cl, moving their own mind between the present and the future, anticipating and predicting the outcome.

Keywords

Sandplay therapy, Therapist's witnessing, Study with first-person perspective, Clinical psychology

1 はじめに

箱庭療法は、砂の入った箱の中へ、ミニチュア玩具などの様々なアイテムを用いて自由に表現を行う心理療法の一技法である。Margaret Lowenfeld[1950]の世界技法を元に Dora Maria Kalff[1966/1972]がユング心理学を理論的基盤として発展させた。日本には河合隼雄[1969]が導入し、子どもから高齢者まで幅広い対象に用いられている。

箱庭療法は、クライアント（制作者、Cl）と箱庭（砂、箱、ミニチュア玩具等のアイテム）とセラピスト（Th）の三者関係から構成されている[岡田 1984]。箱庭を作るのはあくまで Cl であるが、「箱庭は治療者と被治療者との人間関係を母胎として生み出された一つの表現」[河合 1969, p.17]であると言われるように、Cl と Th の関係性が箱庭に反映されると考えられている。実際に、同じ Cl が同じ時期に作った箱庭であっても、誰が見ていたかによってその表現が大きく異なることが報告されている[石原 2013]。こうした意味で、箱庭は、Cl と Th の二者の相互作用を経て生まれる共同作品であると言える。

言語的なやりとりが主となる心理療法では、Cl の発言に対して Th が言語的に応答し、それにまた Cl が言語的に反応を返すという分かりやすい相互作用が行われる。それに比べ、箱庭療法では、Cl が箱庭を作り、Th は少し離れた位置から黙って見守るのが一般的である。Cl が何かを置いたとしても、Th が逐一反応を返すわけではなく、客観的な視点から見れば、直接的な関与はほとんど起きていないように見えることも多い。それでいて、Cl が作る箱庭に Th が深く関与しているという独特な二者の関係は、共創の観点からも興味深い研究課題である。

箱庭療法を専門としない人のために、箱庭療法が、標準化されていない技法であることも説明しておく必要があるだろう。箱庭で用いるミニチュア玩具等のアイテムは Th が好みや必要に応じて揃えており、Th ごとに、あるいは機関ごとにユニークなセットになっている。これは標準化する努力を怠っているというわけではなく、標準化しないことこそが箱庭の生命と考えられているのである。そのような技法であるため、箱庭を見守る Th の態度も、厳密に定められているわけではなく、ある程度共有された基本的態度はあるものの、実際の見守り方は、Th ごとにかなり異なっている。

箱庭療法の創始者 Kalff/カルフ[1966/1972]は、Th の態度について、「自由であると同時に保護された 1 つのある空間（freien und zugleich geschützten Raum）をわれわれの関係の中に作り出すということを自分の任務とし

てきた」(p.10)と述べ、このような空間は、「治療者がその子供を十分に受容できたときにはじめて生ずるのであり、それゆえ治療者は自分の目の前に起こってくるあらゆる出来事に、その子供自身のように誠実に、積極的に関与するのである」(p.10)としている。河合[河合ら, 2002]は、スイス留学中にカルフのもとで箱庭を作ったときのことを、「第一回目でしたが、私がやり出して、玩具の木の葉が潰れたり、落ちたりしたものを持つと、カルフ氏が慌てて作り出した。よく分かるなと思ったことがある」(p.22)と振り返っている。これは、河合が、木のミニチュアが足りなくなるほどたくさんの木を使いたがっていることを、カルフが無言のうちに察し、もっと木が使えるようにアイテムを整えはじめたということであるが、これなどは、箱庭療法の Th としてのカルフの「積極的な関与」を偲ばせるエピソードと言えよう。また、河合[河合 2002]は、Th としての自身について、「面白いのは、箱庭作っている人に話し掛ける時と黙っている時がある。しかもその話が世間話だったり、それも自然にやっています。『前は作りかけたら先生が話し掛けるから邪魔だなと思った、せっかくやっているのに世間話をされるし、応答しながら作ったが、今度作る時には何も言われませんでしたね』と、あるクライアントに言われたことがあり、違いがあるのです」(p.21)と語っており、実践的には、同じ Cl でも、時と場合によって黙って見ていたり、話しかけたり自然と態度を変えていたことが分かる。

箱庭療法の入門書で河合[1969]は、Th の態度について、「作品が作られる間、セラピストが傍にすることが大切である。そして、セラピストは、終始許容的な態度で、その作品ができあがってゆくのを共に味わい楽しむような気持で、それに接していることが望ましい」(p.8)、また、「われわれとしては治療者と患者との関係を重視し、治療者はできるだけ受容的に患者に接し作品が作られている間は無用な介入を避け、作品が作られた後の質問も、できるだけ少なくしている。いわゆる『解釈』のようなものは全然与えず、作品が作られていくときのクライアントの心の動きに、できるだけ従っていきこうとしている」(p.18-19)と書いている。こうした記述のみを見ると、箱庭療法の Th は、不要なことはせず、抑制的に Cl の箱庭を見ることが推奨されているように読める。河合以降の箱庭療法家も、教科書的な記述としては、「受容的な態度で観察することが治療者の態度といえよう」[岡田 1984, p.20] や、「制作中はあまりその表現に干渉しないよう、受容的な態度で見守っている」[木村 1985, p.8]と述べ、「受容的」であること、「干渉」をしないことが、箱庭療法の Th の態度として強調されてきたと言える。大学院など箱庭療法の Th を

教育する現場では、これを踏襲し、「CI の邪魔をせずに受容する」、「CI の表現についていく」などと Th の態度を言い表すことが多い。箱庭療法は、「クライアントの自己治癒の力に対する信頼」[河合 1982, p. viii]を基礎とする技法であるため、Th が下手に積極的に出て、CI の自己治癒的な展開を阻害してしまうことは避けなければならない。それゆえ Th は、CI の邪魔をせず、静かに黙って箱庭を見守ることを基本的態度として教育されることになる。

先のカルフや河合の実践から分かるように、「受容的」な態度は、決して「受動的」な態度と同義ではなく、静かに黙って見ていることは、何もせずにいることや心を動かさずにいることとは異なるはずである。では、Th は、静かに黙って何をしているのか。これを明らかにすることは、箱庭が CI と Th との間でどのように共創されてくるのかを理解することにも繋がると考えられる。本稿では、このことについて、Akimoto ら[Akimoto 2023]の研究で実施された実験状況における箱庭制作で得られたデータに基づき考えてみたい。

Akimoto ら[2023]では、脳活動の記録と行動の記録を突き合せた分析を行っているが、この実験では、Th 役が箱庭をどのように見守っていたかについて、箱庭制作の直後に振り返ったインタビュー記録が残されている。本稿では、このインタビュー記録と制作場面の動画記録を、Th 役本人(本稿の第一著者)が、「一人称視点」[諏訪 2019]から分析することで、箱庭療法の Th の態度や役割についての考察を試みる。

ここで言う「一人称視点」とは、「世界と自身がかかわり合うありさまを一人称の立場から見て、その相互作用(インタラクション)を感じたり考えたりすること」(p.223)[諏訪 2020]である。諏訪[2020]は、「一人称視点に依拠して知能や認知のありさまを探究すること」(p.226)を「一人称研究」と呼び、いくつかのタイプを挙げているが、本研究は、「分析者が『一人称的視点の自覚的経験』を有していて、その経験を振り返ることに依拠した一人称研究」(p.231)に当たると考えられる。つまり、箱庭制作場面に Th 役として関与した第一著者が、客観的に記録された制作場面の動画記録を分析することで、「一人称視点の自覚的な経験があるからこそ、ビデオに映る客観的なものごとの裏に潜む『二重構造』を推し量ることができる」(p.231)[諏訪 2020]という利点を活かした探究が可能になると期待される。

なお、箱庭療法における Th の見守り方に関する実証的研究のうち、Th の見守り方について Th へのインタビュー調査を行っている研究に、大浦・佐々木[2017]、大浦・佐々木[2018]、木村[2018]などがある。大浦・佐々

木[2017]では、研究者自身が箱庭の制作者となって、初心者 3 名と熟練者 3 名に見守られるという参与観察的方法をとり、制作者(研究者自身)の内省と見守り手の見守り体験の振り返りの語りを比較している。そして、熟練者の見守りは、「無関心でいるわけではないが、『背景』となり、制作の『邪魔をしない態度』を取っていること、また、そのことが制作者の制作体験に影響を与えたことを考察している。大浦・佐々木[2018]では、大浦・佐々木[2017]と同じ調査から得られたデータを「見守り行動」と「見守りの心構え」の観点から分析した結果、「見守り手が言語化することがより困難だと考えられる『非意図的な見守り』が、『見守る』ことの重要な点であり、そのため初心者や他分野の者が何をしているのかの分かりにくかったのであろう」との結論に至っている。木村[2018]は、臨床家 4 名と非臨床家 3 名を見守り手として、大学生 7 名とそれぞれペアを組んで箱庭制作を実施し、その見守り体験について対人プロセス想起(Interpersonal Process Recall: IPR)法によってインタビューするという方法を取っている。臨床家の見守りの特徴として「自然な流れの中で次の展開を待ちつつ、箱庭の展開に反応したり、違和感を感じたり、一つのミニチュアに驚いたりといった受動的な態度で見守るだけではなく、イメージを膨らませる、作り手の内面を推測する、といった箱庭や作り手にコミットする積極的な内的作業も行っていた」ことを挙げている。これらの先行研究は、データに基づいて箱庭療法の Th の見守り方の一端を示した優れた試みである。本研究では、Th 自身が研究者として一人称視点から見守り体験を分析することで、こうした先行研究で得られた知見に、新たな知見を加えることができるのではないかと期待される。

2 目的

本研究の目的は、実験状況における箱庭制作場面の動画データを質的に分析し、そこで Th が何をしていたのか、Th に何が起きていたのかを、Th の一人称視点から分析することにより、箱庭療法における CI と Th の相互作用と Th の態度や役割について考察することである。

3 方法

本稿で分析の対象となるデータは以下のような実験状況で得られたデータであった。

3.1 研究参加者

CI 役は研究参加者の募集に対して自ら志願した 20 代

前半の健常女子大学生 A (以下 CI), Th 役は 40 代前半, セラピスト歴 20 年の男性箱庭療法家 B (本稿の第一著者, 以下 Th) であった. 研究参加に先立ち, 文書と口頭で研究目的や方法, 倫理的配慮に関する説明を行い, 同意を得た.

3.2 実験手続き

実験用の個室でミニサイズ (480 x 390 x 60 mm) の砂箱とミニチュア玩具を用意し, 実験者 (本稿の第二著者) の全体進行のもと, 実験を実施した. 実験手続きと各手続きで得られたデータを, Table 1 に示した. Th と CI は初対面であり, 顔合わせの後, まずは箱庭を実施するのは別の部屋で, 1 対 1 で 5 分ほど大学での専攻や, 本実験に参加しようと思った動機などについて雑談する時間を持った (手順 0). 続いて, Th から CI に箱庭の作り方を説明し, 「砂箱とミニチュアを使って 10 分以内で自由に何かを作る」ことを教示した. その後, 箱庭を実施する実験室へ移動し, 箱庭実施中の脳活動を計測するため, 両者ともウェアラブル 2 チャンネル NIRS 装置 (HOT-2000, 日立製作所製) を額に装着した. CI は座位, Th は壁にもたれる形の立位を維持し, アーチファクトの混入を避けるため, 箱庭実施中も, 頭はできる限り動かさないよう指示した (Fig.1). NIRS 装置装着後は, 実験室内には CI と Th のみ残り, 実験者は, 実験室外から扉越しに指示を伝えた. その後, 30 秒間の脳活動のベースライン計測を経て, 実験者の「はじめてください」の発声を合図に, 箱庭制作に入った. 箱庭制作は, CI が完成の意思を示すか, 10 分が経過した時点で終了とした (手順 1). 制作終了後, Th から CI に対して制作中の思考と感情を振り返る半構造化インタビューを実施した (手順 2). インタビュー終了後, Th は別室に移動し, CI は実験室内で箱庭制作中の感情や箱庭作品について評定する質問紙に回答した (手順 3). CI の実験手続きは, ここで終了となり退室した.



Fig.1 実験風景

その後, Th は箱庭作品が残された実験室に戻り, 実験者が, Th に対し, セッション中の様子と Th 自身の内省を尋ねる見守り体験の振り返りインタビューを実施した (手順 4). 最後に, Th は箱庭制作中の感情や箱庭作品について評定する質問紙に回答した (手順 5). NIRS 装置の装着から Th に対するインタビューの終了までの様子をビデオカメラにより記録した. なお, CI と Th 両者に実施した感情や箱庭作品に関する質問紙への回答の検討は, 本稿では行わない.

3.3 分析手続き

本稿での主な分析対象は, Table 1 の手順 1, 4 における動画データであった. 動画の分析には, 動画解析ソフトウェア ELAN 5.9 (Max Planck Institute for Psycholinguistics) を用いた. 各場面における CI と Th の発話はすべて文字起こしした. 箱庭制作を含む非言語的な動作は, 一旦, 記述的に文字化した後, 「手の動き」「視線の動き」など, 分析視点自体を生成しながらさらなる記述とコード化を試みた. 本稿を作成するにあたり, 分析テーマを「Th は, CI の箱庭をどのように見ているのか」に定め, 手順 4 で得られたインタビューでの発話内容のうち, 分析テーマと強く関連している部分について, そこでの発話が示す意味を分析することとした. 発話内容において箱庭制作の特定の場面が言及されている場合は, 手順 1 で得られた動画データで当該場面における CI の動作, Th の動作を詳細に確認し, そこで何が起きていたのかを推測するという手続きをとった.

3.4 研究者の立場

本稿で分析対象とした箱庭制作場面の Th 役 (B) は, 本稿の第一著者であり, 当該実験を計画した第二著者の共同研究者として, 実験手続きの確認を兼ねたデータ収集に, Th 役として参加した (2019 年 8 月). この時点で第一著者は, あくまで一人の参加者としての立ち位置であり, ここで得られるデータを自ら分析する意図は有していなかった. また, この時点では, 本稿のような目的を持って自身が研究者兼研究対象となるとは考えておらず, 本稿の目的に沿ってインタビューに回答することは不可能であった. その後, 第二著者の発案で, 第一著者が Th 役となった動画データについて, 第一著者自身の内省を含めて分析する機会を与えられた (2020 年 3 月から). それ以降のデータ分析は, Th 役 (B) の第一著者による一人称視点から実施することとなった. なお, 本研究は, 東洋英和女学院大学利益相反・研究審査委員会の承認を得ている.

Table 1 実験手続きと記録されたデータ

手順	CI役	Th役	記録されたデータ
0	顔合わせと雑談（約5分）		なし
1	箱庭制作（CI）と見守り（Th）（約10分）		動画データ NIRSデータ
2	箱庭制作中の思考と感情を振り返る半構造化インタビュー（約12分）		動画データ NIRSデータ
3	質問紙記入（約5分）	休憩	質問紙への回答
4	（実験終了）	見守り体験の振り返りインタビュー（インタビュアー＝実験者：第二著者）（約9分）	動画データ
5		質問紙記入（約5分）	質問紙への回答

4 結果と考察

CI 役の A が作った箱庭と制作プロセスの概要を Fig. 2 に示した。



砂を大きく掘って【川】を作る→【橋】を架ける→左奥の【果樹】、【花】を植える→右手前の【生垣】を置く→右奥の【灯台】を置く→【貝殻】を置く→中央奥の【家】を置く→右手前の【テーブル、コーヒーカップ、イス】を置く→【舟】を置く→【メイちゃん】を右のイスの上に置く→サツキちゃんに触れて止め、【トトロ】を左のイスの上に置く→トトロを少しメイちゃんの方に向ける→家の周辺に【ニワトリ、イス、花、アヒル】を置く→右奥貝殻の傍に【白い木】を2つ置く

Fig. 2 A が作った箱庭と制作プロセスの概要

以下に、実験者である第二著者が Th に行ったインタビュー（手順4）の記録から、「Th は、CI の箱庭をどのように見ているのか」という分析テーマに特に関連深い発話内容を取り上げ、手順 1 の箱庭制作場面を参照しながら、考察する。なお、以下の考察は、第一著者が担当し、客観的記述と一人称視点からの記述を適宜織

り交ぜて執筆している。

4.1 CIに「ついていく」というThの自己認識

見守り体験の振り返りインタビューで Th (B) は、A の箱庭を見ていたときの体験を次のように語っていた。

〈なんか、あとはついていっている感じですね。特になんか、考えているというよりは、置いていくのを、「それ置くんや、それ置くんや」、という感じでついていった感じがします。〉

「1 はじめに」で論じたように、CI に「ついていく」という態度は、箱庭療法における Th の基本的態度と言えるものである。実験状況における見守りにおいても、B は、この基本的態度で臨んでいたと自己認識しており、CI が置いたものを、「それ置くんや、それ置くんや（それを置くのか、それを置くのか）」と後から追いかけていくように見ていたと振り返っている。

4.2 語っているのに語られない予想と先回り

ところで、上記の発言の直後に B は、〈面白かったのは〉と言って、〈テーブルのセットを持ってきて置くところ〉を挙げ、次のように語っていた。

〈木を置いて、花を置いた後に、この生垣をここ (Fig. 1 右手前) へ置かれたんですね。置いたんですけど、こっち (Fig. 1 川の向こう岸) は、なんか、あの、「にぎやかになっていくのかなあ」っていうイメージが、私も見守っていて、この (家の) 周りは「にぎやかになりそうだなあ」って思ってたんですけど、こっち (Fig. 1 川の手前) 側、生垣がこういう風 (Fig. 1 で見て水平方向) についたの、わりと「ここ (川と生垣の間のスペース) をどう使うのかなあ」というのを、見て、あの、こっち (家側) から繋がっているのか、こっち (川の手前) は別もののなのか、ちょっと「ここ (川の手前) の空間はどんな風になるのかなあ」と思っていたんですけど、テーブルセットがこう来て、コーヒーが置かれて、「あ、もうこの (家の側からの) 延長で庭があるんだな」ってい

う感じができて、で、イスが最初からこう（テーブルを挟んで2つ）だったんですけど、あの一、「このイスに合うような人間っていないよな」とちょっと思っているが、見ていて、ま、座れる人（座った姿勢のアイテム）もないしねえ、「あーどんな感じで置かな、あ、ひょっとしたら空けたままにしはるかもなあ」と思ってたんですけど、そしたらこのメイちゃん（『となりのトトロ』の登場キャラ）を選んで置いて（後略）

上記のBの発言で下線を引いた内容は、「～になっていくのかな」「どう使うかな」「どんな風になるかな」「どんな感じで置くのかな」など、刻々と変わる箱庭の状況を追いながら、Aが次にどのようなことをするのか、箱庭がこの後どうなっていくのかを予想しながら見守っていたことを示している。

ここで興味深いのは、Bが、これだけ先の展開を予想しながら見ていたことを滔滔と語りながらも、箱庭を見守っていた自身の態度に対する自己認識は、「（Aに）ついていった感じ」という言葉でしか語られず、予想や先回りをしていたとは語られない点である。実際、実験者からのインタビューを受けている時には、B（つまり第一著者）は、「ついていく」という言葉で自身の見守りの態度を言語化することに全く違和感を覚えていなかった。研究者の視点で、改めて自身のインタビューに向き合ってみたことで、初めて、予想を繰り返しながら見ている実際の見守り行為が、「ついていく」という言葉には収まりきっておらず、「ついていく」という表現と実際の見守り行為の間にズレがあることに気づいたのである。

こうしたズレに気づいた後に、改めて自身が箱庭をどのように見守っているかを振り返ってみると、Aの箱庭を見守ったこのときに限らず、日々の実践では、当たり前のように、次に何が置かれるのか、玩具がまだ置かれていない空間がどう使われるかなど、先の展開を予想しながら見ていることに気がついた。つまり、実践的には、CIが置いたものを見ながら後から追いかけてついていくだけでなく、CIが次に何をするのか先回りしていたのである。このような自身の見守り方を言語化しようとするときに、それを適切に表現する言葉を丁寧に探してみることなく、初期に受けた教育で覚えたままの「CIについていく」という言葉を使っており、今回のインタビューでも、まずはその言葉が出てきたのだと考えられる。

Th (B) が箱庭療法の実践家という立場のみに留まるならば、「CIについていく」という自己認識と、実践上の見守り行為がズレていても、大きな問題はないかもしれない。しかし、Th (B) は、大学院において箱庭療

法の初學者の教育も担当しており、実際、多くの大学院生に箱庭療法のThの基本的態度を、「CIの邪魔をせず、CIについていく」という言葉で伝えてきたことを考えると、問題は大きいだろう。諏訪[2020]は、野球の打者が投手の投球動作にタイミングを合わせてスイングを始動する行為について分析しているが、その中で、野球界で指導者によって使われる、「投手の重心が下がると同時に、スタンス状態からポンと一瞬重心を落として、バックスイングを始動せよ」という言い方では、打者がうまくタイミングを合わせられないことがあることを指摘している。このことは、ある技術についての指導者による不十分な言語化が、指導を受ける者に混乱をもたらすことがあることを示唆している。箱庭療法におけるThの態度もこれに似て、「邪魔せず、ついていく」という定番となった言い回しで済ませるだけでなく、絶えず実践上の態度を丁寧に反映した適切な言葉を見つけていく姿勢が重要になると言えるだろう。

4.3 見守り中のThの感情の動きと口元の変化

上記インタビューの続きで、Th (B) は、次のように語っていた。

〈(承前) そしたらこのメイちゃんを選んで置いて、で、たぶん、パッとサツキちゃん（『となりのトトロ』の登場キャラ。メイの姉）を見たと思うんですけど、そうじゃなくて、トトロを持ってきたっていうのがあの、人間-人間じゃなくてね、メイちゃんとトトロっていう組み合わせを置いたときに、「あー、面白いな」と思って。あの、はい、たぶんビデオを見たら、ニマッと笑ってるところが映ってしまっていると、あの、表情が変わっていると思います。ここがなんかすごくよかったですね。あの一「あ、そんな風にー（置くんだなー）」、なんかちょっと意外な感じもあり、うん、で、そうですね、これ（テーブル、メイちゃん、トトロ）ができたことで、「あ、もう、なんか（Aが）かなり満足は行ってるんじゃないか」という風には、ちょっと思いましたね。（中略）「これで終わっても大丈夫」って思えるくらい、ここは（Aが）納得したんじゃないかなって感じかな、がしました。〉

ここでは、Bの予想が裏切られ、意外な展開となったことに、「面白いな」と心を動かされていたことが語られている。それとともに同じ場面からAの心の動きへ目を向けて、「かなり満足は行ってるんじゃないか」「納得したんじゃないか」と推測していたことが語られている。Bがここで語っている制作場面で、Bが何を予想していたかと言うと、一つは、Aがイスの上には誰も置かずイスを空けたままで終わる、ということであり、「メイちゃん」が置かれたことでこの予想は裏切られ

た。二つ目は、「メイちゃん」が置かれた後に、残ったもう一つのイスには姉の「サツキちゃん」を置く、ということであり、「トトロ」が置かれたことでこの予想も裏切られている。この場面で、Th (B) は、見守っていた自身の表情が変わった自覚があったと語っていたが、この場面を動画データで確認すると、次のようになっていた。

実験開始から **5 分 58 秒** に A が「コーヒークップ」を手に取り、**6 分 37 秒** までかけて「テーブル、コーヒークップ、イス (2 脚)」を川の手前の空間に置く (**6 分 31 秒** A がイス 2 脚を砂へしっかりと定位しながら目でアイテムを探索しているところで、Th (B) の口元が緩む)。 **6 分 49 秒** に「メイちゃん」を手に取り、**6 分 53 秒** までかけて右側のイスの上に置く (**6 分 50 秒** Th (B) の口元が緩む)。 **6 分 55 秒** A 「サツキちゃん」に触れるが、すぐに手を放す。 **7 分 00 秒** A トトロを手に取り、**7 分 08 秒** までかけて左側のイスの上に置く (**7 分 04 秒** Th (B) の口元が緩む)。 **7 分 12 秒** A トトロとメイちゃんのイスを灯台の方へ向ける。

上記の制作場面で、Th (B) の口元が 3 回緩んでいたことが分かる。今回の実験は、CI も Th もともに頭部に NIRS 装置を付けており、実験者から「できるだけ頭を動かさないよう」教示されていたため、約 10 分間の箱庭制作中、Th (B) はほぼ直立不動で A の箱庭を見守っていた。このような状況で、感情の動きが表出される数少ないチャンネルが、口元の動きであった。振り返りのインタビューで言及された、「トトロ」が置かれたとき (7 分 04 秒) に確かに B の口元が緩んでいる。その少し前、6 分 50 秒の口元の緩みは「メイちゃん」が選ばれたときである。この 2 つは、B の予想に対して、A の実際の行為がある種の意外性を持っていたことへの反応と理解することができる。では、6 分 31 秒の口元の緩みは、どうだろうか。客観的に見れば、テーブルの上にコーヒークップが置かれているところへ、イス 2 脚が置かれているだけであって、感情が動くほどの場面ではないようにも見える。これを、一人称視点から振り返ると、イスが置かれた時点で、Th (B) は、「このイスに合う人間」について想像を膨らませ始めていた。インタビューでは、「このイスに合うような人間っていないよな」「あーどんな感じで置かな、あ、ひょっとしたら空けたままにしはるかもなあ」と考えていたと語っているが、より具体的に言えば、ここに用意されたアイテムの中で「A ならどれを置くだろうか」と考え、イメージの中でいくつかのアイテムをイスの上に置いてみていた、ということになる。A と Th (B) は、このときが初対面であり、「A ならどれを置くだろうか」と考えるための前提となる情報はほとんど持ち合わせて

いないのであるが、実験前の顔合わせと 5 分程度の雑談でのやりとり (手順 0) と、箱庭にテーブルセットが置かれるまでの約 6 分間の箱庭制作 (手順 1) から理解された範囲で Th (B) は、「A ならどれを置くか」を考えてみているのである。心理療法において Th は、CI とかわりながら、CI がどのような人であるか、どのような病態水準にあり、どのような心理的課題を抱えているのかなどをアセスメントする。これを心理療法における「見立て」と呼ぶが、Th (B) は、A と雑談をしながら A がどのような人物であるか「見立て」ようとしていたと言える。箱庭制作が始まってからも、「見立て」は更新されていき、その「見立て」を元に、箱庭に置かれたイスに「A ならどれを置くか」を考えることもまた、箱庭を通した A の「見立て」であると言える。Th (B) は、「イス」が置かれた時点で、イメージ上で、箱庭アイテムの人物のミニチュア玩具をいくつかイスの上に置いてみて、「この玩具は、このイスには合わないな」とか、「A がこれを選ぶことはないだろう」などと一人考える作業をしており、6 分 31 秒の口元の緩みは、その作業自体の楽しさと、実際には A が何を選ぶだろうかと心待ちにする楽しみから生じたものであったと考えられる。

4.4 箱庭療法において Th は何をしているか

以上見てきたように、箱庭制作場面において Th (B) は、CI (A) の制作行動をただただ後から追いかけているわけではなく、見守りの実際は、CI に「ついていく」という言葉では包含しきれないものであったことが分かる。

このような気づきを得たのちに、箱庭療法における Th の役割について述べた先行研究を改めて読み直してみると、東山[1994]が「箱庭が置かれる過程で、セラピストにはいろいろの直観が生じてくる。(中略) クライエントが川に何を置こうかと思案しているときに、絶対に『鯉』を置くだろうとか、『亀』だとか、『蛙』だとか、思案の末に何も置かないだろうとか、の思いがセラピストに生じる」(p.14)と述べているのを再発見することができた。東山[1994]の言う「直観」ほどの鋭さには欠けるかもしれないが、B が見守りの中で行っているのは、まさにこれである。また、中道[2010]が、砂の造形だけが刻々と変化していく箱庭を見守った臨床経験 41 年のベテランセラピストによる見守り体験の振り返りとして、「もしここに置けるとしたら、ブラックジャックの家が置けるかと。もう 1 つはアイルランドの白い家がおけるかと思ってるのよ。龍の頭みたいなのが来た時は、海に岩が置けたらなと思ってるのよ。岬だったら灯台や観音像、マリア像が置ける。(中略) ブラック

ジャックの家だったら、制作者は、ブラックジャックなのか、それともピノ子なのか、訪問者なのかと思って見ている。白い家だったら老夫婦が似合う。(中略)できてるものが変化していったら、変化に合わせて見てる。どうしてこう変化したかをずっと考えてる」(p.181-182)という語りを記録している。

そもそも Th 側から箱庭療法のねらいを考えると、大きな目的の一つは、CI が箱庭を作るのを見守ることを通して、CI をより深く理解することにあると言ってよいであろう。CI を理解すると言っても、CI はどこまでいっても完全に理解することはできるはずもない他者である。そのことをしっかりと心に刻みながら、それでも Th としてできる限りの CI 理解を試みていく。箱庭を通して CI をより深く理解するとは、既に置かれたアイテムを、事後的に三人称視点で分析して、その意味を解釈していくことではない。むしろ、刻々と変化していく箱庭の現場に臨場して、まっさらな砂箱に最初にどのように手を加えていくのかも含め、この状況で CI は次にどのようなアイテムを選び、どこに、どんな風に置いていくだろうかと、Th 自身の心を動かしながら、予想を働かせて、その予想と実際の CI の行動との一致やズレ、Th 自身に起きる納得や驚きを手がかりにして、現在進行形かつ未来予想的に CI を理解していく。本稿で見たように、予想と現実のズレこそが、他者としての CI を際立たせ、逆説的に Th による CI 理解を推進していくのであろう。本研究を通して、箱庭療法において Th は何をしているか、改めて考えてみると、CI の表現に直接手出しや口出しをしないという意味であくまで CI ファーストに「ついていく」のではあるが、決してそれだけではなく、今まさに CI によって生み出されようとしている表現を、現在と未来のはざままで Th 自身の心を動かしながら、楽しみに待ち受けていると言えるのではないだろうか。

4.5 実験状況による制限の影響について

今回の実験は、ミニサイズの砂箱を用いたこと、制作時間を 10 分以内としたことなど通常の箱庭療法とは異なる条件で実施されたが、なかでも CI と Th の双方が NIRS 装置を額に装着し頭をできる限り動かさないよう指示されていたことは、今回の箱庭セッションに大きな影響を及ぼしていたと考えられる。最後に、こうした制限が Th の見守り体験に及ぼした影響について考えておきたい。

箱庭療法の Th は、普段は自由に身体を動かせる状況で、箱庭を見守っている。立って見守る Th もいれば、座って見守る Th もいるし、少し歩いて立つ位置を変えながら見守る Th もいるだろう。また、おおかた座っ

て見ていながらときに箱の中を覗き込むように立ち上がるということもある。今回の実験状況のように、できるだけ頭を動かさずに直立不動で見守っている、というのは、通常の箱庭療法ではあり得ない事態である。

諏訪[2019]は、「自分と世界の間を生起しているインタラクションを一人称視点で観察し、記述する認知的行為」を「からだメタ認知」と呼び、一人称研究の重要な方法論になると述べている。「からだメタ認知」の記述対象は、「自身の身体動作、環境からの知覚、体内感覚」などを含む。このことを踏まえると、本稿での見守り体験の分析は、あくまで直立不動で見守るという条件下での「自身の身体動作、環境からの知覚、体内感覚」の「からだメタ認知」であったことを、押さえておかねばならない。ここには、①自然な見守り状況でも起きたであろうこと、および②自然な見守り状況では起きなかったであろうことが含まれており、また③自然な見守り状況なら起きたであろうことが欠落している可能性がある。この区別について、やはり Th (B) の一人称視点から考えてみると、4.1 で述べた CI に「ついていく」という Th の自己認識、および 4.2 で述べた予想と先回りについては、この実験に参加する以前の Th の普段の箱庭の見守りと大きな違いはなく、①自然な見守り状況でも起きたであろうことと捉えてよいと思われる。4.3 で述べた Th の感情の動きと口元の動きで記述した内容のうち、イメージ上で CI の「見立て」を行いつつ、実際に CI が何を置くだろうかと心待ちにする態度も普段の Th (B) の箱庭の見守り方と相違はなく、①自然な見守り状況でも起きたであろうこと、であったと考える。一方で、Th (B) の感情の動きが口元の緩みで表現されたことは、①自然な見守り状況でも起きたであろう可能性を含みながらも、②自然な見守り状況では起きなかったであろうことであった可能性も高い。例えば、4.3 で取り上げた、A が「メイちゃん」をイスの上に置いた場面で、自然に身体を動かせるのであれば、Th (B) は、口元の微かな緩みに留まらず、少し上体を反らせながら大きく頷くなどして、自身の驚きと A のその選択を興味深く受け取っていることを身体的に表現していたのではないかと思う。もし、Th (B) がそのような反応をしていたとすれば、その動きは、箱庭を制作する A の周辺視野に入ったであろうと思われ、そのことが A のその後の箱庭制作に影響を与えることになったのではないかと考えられる。つまり、できる限り頭を動かしてはならないという制限によって Th (B) の反応が抑制された点は、②自然な見守り状況では起きなかったであろうことであり、Th (B) の反応が抑制されたことで、Th から CI へのフィードバックが起きにくくなり、Th の反応が CI の箱庭制作に影響を与えるとい

う、③自然な見守り状況なら起きたであろうこと、は大幅に欠落してしまったと考えられる。

以上から、本稿で考察できたのは、Th の見守り体験のうち、Cl の箱庭制作を見守りながら Th が個人で行う内的な作業についてであり、この点は、制限のない箱庭療法の見守り体験にも適用可能なものになっていると考えられる。一方で、今回の実験状況では、Cl の表現を受けた Th の自然な身体的反応が Cl へのフィードバックとなって Cl の箱庭制作に影響を与え、そのことがまた Th の見守り体験に影響を与える、というようなダイナミックな相互作用は起き難かったと考えられ、本稿の考察はその点で限界を有している。こうしたダイナミックな相互作用こそが箱庭療法の「共創」的側面に大いに関わっている可能性が高く、より自然な設定による箱庭制作の記録に基づく検討が必要となるだろう。

5 結言

本稿では、箱庭療法の Th が、箱庭にどのようにむきあい、それを通してどのように Cl を理解していくのかという様相について Th の一人称視点を手がかりに考察した。これは限られた一例の分析であり、箱庭の見守り方のほんの一例にしかすぎない。そのため、他の Th にどの程度共通することであるのか、本稿のみでは分からない限界がある。また、第一著者が自己認識と実際の見守り行為のズレから気づいた内容も、東山[1994]や中道[2010]で既に記述されていたことであり、そこに新しい発見はなかったかもしれない。しかし、第一著者である Th (B) 本人にとっては、確実に「感じ方の分解能」[諏訪 2019]が上がる契機となった。また、個々の箱庭療法の Th に一人称視点から自らの見守りを振り返ってもらうことで、これまで適切に言語化されていなかった箱庭療法の見守りに関する臨床の知を記述できる可能性があることを示せたことに意義はあるだろう。なお、本研究は、4.5 で見たように心理臨床の現場で用いられている箱庭療法とは異なる要因がいくつも入った箱庭制作場面の検討となった。Cl と Th のよりダイナミックな相互作用を検討するためにも、今後は、このような制限がないなかでの Th の一人称研究を行う必要がある。

最後に、箱庭療法における「箱庭」は、三人称視点から一義的に確定される客観的な「意味」を持つものではなく、Cl と箱庭、Th と箱庭、Cl と Th の間で、関係性による変容、時間的な変容を受けながら、その都度、共創的に「意味」が形成されていくのではないかと考えて

いる。今後も、Cl と Th の相互作用をつぶさに検討し、丁寧に言語化していくことで、「共創」という観点から、探究することができればと考えている。

謝辞

本研究は JSPS 科研費 JP19K03351 の助成を受けたものです。精山明敏先生（国際教養大学）、星詳子先生（浜松医科大学光医学総合研究所）、成田慶一先生（京都大学大学院医学研究科）、久保田泰考先生（滋賀大学保健管理センター）、田中琢真先生（滋賀大学データサイエンス学部）、小林能成先生（東洋英和女学院大学人間科学部）、実験参加者の A さんの他、本研究にご助力下さった皆様に感謝申し上げます。

参考文献

- Akimoto, M., Ishihara, H., Ito, J., Tanaka, T., Kubota, Y. and Narita, K. (2023). Inter-Brain Synchronization in the Client-Therapist Relationship during Sandplay Therapy: An Explorative Study, *Journal of Sandplay Therapy*, 32 (1), 121-134.
- Kalff, D. M. (1966). *Sandspiel: Seine Therapeutische Wirkung auf die Psyche*. Rascher Verlag. (カルフ D. M. (1972). カルフ箱庭療法. 河合隼雄監修, 大原貢, 山中康裕訳, 誠信書房.)
- Lowenfeld, M. (1950). The Nature and Use of the Lowenfeld World Technique in Work with Children and Adults. *Journal of Psychology*, 30, 325-331. doi: 10.1080/00223980.1950.9916070.
- 石原宏 (2013). クライアントとセラピストの関係の違いが箱庭表現に及ぼす影響についての一考察—箱庭療法の臨床事例で起きたある出来事を手がかりに. *教育学部論集*, 24, 1-19.
- 大浦みなみ, 佐々木玲仁(2017). 箱庭制作プロセスにおける制作者と見守り手の相互作用: 制作者の内省と見守り手の語りの比較による探索的検討. *九州大学心理学研究 九州大学大学院人間環境学研究院紀要*, 18, 63-72.
- 大浦みなみ, 佐々木玲仁(2018). 箱庭における見守り手の見守り方が箱庭制作に与える影響. *箱庭療法学研究*, 30(3), 59-71.
- 岡田康伸 (1984). 箱庭療法の基礎, 誠信書房.
- 河合隼雄 (1969). 箱庭療法入門, 誠信書房.
- 河合隼雄 (1982). 箱庭療法の発展. 河合隼雄, 山中康裕編 *箱庭療法研究1*. 誠信書房, pp. vii-xviii.
- 河合隼雄, 藤原勝紀, 岡田康伸 (2002). 座談会 箱庭療法とイメージ—箱庭の輪郭と本質—. 岡田康伸編 *現代のエスプリ別冊 箱庭療法シリーズII 箱庭療法の本質と周辺*. 至文堂, 9-39.
- 木村晴子(1985). 箱庭療法: 基礎的研究と実践. 創元社.
- 木村大樹(2018). 箱庭療法における見守り手の体験過程に関する予備的研究—臨床家と非臨床家の違いも踏まえて—. *京都大学大学院教育学研究科附属臨床教育実践研究センター紀要*, 21, 58-68.
- 諏訪正樹 (2019). 二人称的 (共感的) 関わり—共創現象を解く鍵. *共創学*, 1(1), 39-43.
- 諏訪正樹 (2020). 間合い研究の本質. 諏訪正樹編著 「間合い」とは何か—二人称的身体論. 春秋社, pp.219-256.
- 中道泰子(2010). 箱庭療法の心層: 内的交流に迫る. 創元社.
- 東山紘久 (1994). 箱庭療法の世界, 誠信書房.