

〈事例研究〉

「箱庭-物語法」(サンドプレイ-ドラマ法)による自己探求の試み 1

—成人男性の事例を通して—

中垣ますみ (京都府総合教育センター北部研修所)

菅 佐和子 (京都橘大学健康科学部)

I はじめに

「箱庭-物語法」(サンドプレイ-ドラマ法)は、箱庭作品を作った後で、その作品を題材として空想物語を作る法であり、従来、主としてセラピストの訓練や教育分析のために用いられてきた(三木1992、岡田1993、東山1994)。

筆者らはそれを、健常者(研究協力者)を対象とした自己探求のための技法として確立したいと考え、そのための基盤として事例研究の蓄積を目指してきた(菅2003、小森・菅2014)。

本稿においては、本技法に関心を持ち、また、自己探求への動機づけを有する成人男性を研究協力者として施行した面接過程について報告し、考察を加えることを目的とする。

II 方 法

- (1) 対象者 C(40代後半、男性、公務員)
- (2) 期間・回数 X年6月～9月、隔週・計6回作成、その後面談1回を実施

(3) 手順

作り手は自由に箱庭を作成し、完成後デジタルカメラで撮影。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、次に箱庭を作成する際にその物語を書いた紙を見守り手に手渡した。箱庭づくりに関して、時間制限は特に設けなかったが各回とも20分程度であった。

見守り手は、全6回が終了するまで特にコメントをすることはせず、終了後、箱庭の写真と物語を一緒に眺めながら1時間の面談を行った。

なお、見守りと面談は中垣が行い、菅は必要に応じて中垣への助言・指導を行った。

III 箱庭と物語の過程

1 箱庭と物語

箱庭作品と物語を以下に示す。写真は、作り手が希望する方向から撮影した。

〈第1回〉

[箱庭1]



写真1 箱庭1-1



写真2 箱庭1-2

[物語 1]

Aは自動車の免許を取った。嫌味な教官から何度もガミガミ言われながらもやっとの思いで取れた運転免許。一番最初のドライブは大好きな彼女と行くんだ!と決めていた。必死でアルバイトをして買ったお気に入りの車、来週の日曜日が待ち遠しい。

けど大きな国道に出るのは初めて、ドキドキ、けれど…彼女にはいい恰好を見せないといけないし…。

大きな湖、大きな山、大きな音で走るトラック、さあどうする。

待ちに待ったドライブ、絶好の青空。けど、Aは、手に汗かいて、必死になって運転、大好きな彼女が話しかけることに耳を傾ける余裕がない。

「ねえ、話聞いているの?」と彼女がつぶやく。「ええっ、聞いているよ…」とあわてるA。「うそー、さっきからぶつぶつ言って返事もしてくれないじゃない」と早口で返す彼女。「そんなことないよ」とA。

「もう知らない!」

すっかり2人の間は冷め切ってしまった。

〈第2回〉

[箱庭 2]



写真 3 箱庭2-1



写真 4 箱庭2-2

[物語 2]

かつて青々茂っていたと思われる山はもう命の気配もなく、海にはもう生命の気配は見られない、油のような液体が辺り一面、魚が白い腹を見せて浮かんでいる。空の雲は銀色、時折稲光の閃光が辺り一面を明るくし、山の斜面の形を浮かび上がらせている。

まさにそこは死の世界、もしくはかつて繁栄していた世界が消滅し、もう一度生まれ変わる生への再出発かの様子を示している…太古の世界はこのような世界だったかもしれない。強い風、砂埃、誰も生きていないと思われたが、2人の親子が身を寄せ合って生きていた。この親子はどうして生き残ったのだろう、ほかには人が生きていようには思えない。これからどこに向かって歩みだすのだろうか…。

「ねえ、この映画なんだか怖いよ…」隣で座っているAに彼女がささやいた。

「しーっ」

Aはこの映画をどうしても彼女と観たかった。前売りのチケットを買っておくほど楽しみにしていたのである。きっと彼女も楽しんでくれると期待していた。

「あの母親役の女優は、アカデミー賞の候補なんだよ、作品だった原作を読んだら面白かったんだよ、これから面白くなるのだから…」Aは彼女に映画の蘊蓄を伝えたくて仕方

がない。

「私は恋愛ものとかアニメのほうがよかったのに、なんでこんな怖いような映画なんか選ぶのよ、デートでしょ、もー。」

Aにはそんな彼女の言葉は聞こえてこない。映画が楽しくて仕方がない。

〈第3回〉

[箱庭3]



写真5 箱庭3

[物語3]

人が住んでいる街は活気があっていいと思う。

人の声、自動車の音、電車の音、特に週初めの朝などはあたたかい。

そんな活気のある街が好きだ。

家族が住む住宅には、思い思いの凝ったデザインが施され、中にはあたたかい生活の営みがある。車道を走る自動車は秩序正しく進んでいく。電車は決まった時間に駅に着き、大勢の人を乗せて進んでいく。皆同じ方向へと向かうが、最終的な行先はそれぞれ違うことだろう。

特に変わったこともないいつもと同じ光景、そんな平凡な光景だけど、そこには人のぬくもりを感じる。決して緑がいっぱい自然がいっぱいでもない、人の手で作られた町並みだ

けどどことなくあたたかい。

そんなどこにでもある街の光景が好きだ。

〈第4回〉

[箱庭4]



写真6 箱庭4

[物語4]

海に潜ってみた。

最初はよく見えなかったが、目が慣れてきたらしだいによく見えるようになってきた。

海底まで沈んでみよう。結構深いぞ。しばらくすると。

不思議なほどきれいにかたどられた丸く大きなくぼみが見つかった。

そこには、図鑑でしか見たことのないような珍しい魚たちが数多くここで暮らしていた。

住み心地はよいのだろうか。魚たちは、楽しそうに海底の生活を謳歌している。

およそ、人が近づいてはいけない所なんだろう。そっとしておくほうが良さそうだ。

ああ、残念なことに息が続かなくなってきた。

仕方がない、あがろうとするか。

〈第5回〉

[箱庭5]



写真7 箱庭5-1



写真8 箱庭5-2

[物語5]

2人は踏み込んではいけないと伝えられている森に足を踏み入れたようである。探検を生業にしている2人とはいえ、森の奥深くに入っていくことは大変なことだった。いつしか日も暮れ、予定していたコースを外れてしまったようである。

「仕方がない、ここで野営するか」
「そうしましょう、朝になって帰り道を探しましょう」

しばらく進むと、うっそうと茂っているイバラの森から炎の明かり、なにやら声が聞こえてくる。

「えいやあ、お前なんか負けてたまるかー!」「今日こそはやっつけてやる!」
大きな声と武器がぶつかる金属音。その周りを囲むさまざまな男たちの声。
「やい、絶対勝てよ、オレは有り金はたいてお前さんに賭けてんだぞー」

ますます声は大きくなり、暗い森の中に響き渡っている。

どうやらそこは夜な夜な男たちが集まって決闘をしている場所ようである。奥の方ではきれいな女の人が男たちの闘いの様子をうかがっている。

「えらいところに来てしまったですね。隊長」若い隊員は、ガタガタと体を震わせている。
「あの奥にいる女の人はいったいどういう人なのだろう…」隊長がつぶやく。

〈第6回〉

[箱庭6]



写真9 箱庭6-1



写真10 箱庭6-2

[物語6]

「ボクが思うのは、そんなのは映画の中だけの話だって…」

ボクの親友の父さんは自称科学者。その親友から「そんなこと言わずに今度、家に来いよ、見せてやるよ。親父がついにタイムマシン

ンを発明したんだって…」と誘われていた。

親友の父さんは今まで多くの発明をして世間に発表していたが、どれも役に立たないものばかり、すっかり近所でも変わり者扱いされている。この前も、一気に火事を消火する消防自動車を発明したからって、その実験のために自分の実験室に自ら火をつけて試したらしい。すると余計に燃え広がり、すっかり全焼…ってな感じ。

今回のタイムマシンには自信があるという。

タイムマシンにいざ乗り込む、「どうせなら恐竜の時代に行こう！ちょうど映画も公開しているし、家のはあんなCGじゃなくて本物だぞ！」

ボクと親友は、親友の父さんの指示通りにスポーツカーのようなタイムマシンに乗り込む。恐竜の時代にセット。タイムマシンが大きな音をたてて震えだす。

しばらくすると、信じられないことに、白く美しい丘に、図鑑でしか見たこともないような多くの恐竜の姿がマシンの窓から見えた。恐竜の声らしき音も聞こえる、ケモノのような生臭い臭いもする。けどほんの一瞬だけで見えなくなった。ボクはもっと見たい気持ちでいっぱいだったが、タイムマシンはまだ開発中らしくこれが限界らしい。

「どうだいすごいだろう、オレの親父はみんな馬鹿にしてるけどすごいんだぜ！」

目の前には得意げな様子の親友と、不思議な出で立ちの親友の父さんが立っていた。信じられないけど、すごいことになっていることは理解できた。

2 最終面談において語られた感想の要約 (「」内はCの言葉)

自分のことを振り返ってみたいと思い、研究に協力することにした。

箱庭作りは、初めは自分でも固いと感じられ、ぎこちない自分を感じていたが、砂についていく指の跡が面白いと思えたり、怖いと感じたりすることなどを経て、徐々にこなれていったかもしれない。4回目、5回目は本当に楽しく作れ、作品にも満足感を持った。

物語を作ることは、初めは止まりながらということもあったが、だんだん慣れてきて、先に物語ができてくるということもあった。2回目の物語は、箱庭が破壊的・破滅的な作品になって自分でも怖くなって、映画仕立てにしたのかもしれない。4回目は、作品で十分語られる感じがあり、物語というよりサブタイトル程度にしようと思った。5回目の物語は、箱庭を作りながら生まれていて、登場人物の一人ひとりに物語を作ることができる感じだった。6回目は、映画をもじっているところもあるが、物語に自分が入ってその世界を体験している感じだった。

6回という回数は、工夫もできるため、よかった。

全体を振り返って、常は仕事のこと思い出しながら帰路につくのだが、箱庭を作った日は、作品についてあれこれ感じたり考えたりしながら帰っており、「ものづくりが好きな自分を思い出しました」。そもそももの作りが好きだったのに、このごろそんな風に楽しんでいなかったことに気付いた。大好きだったものづくり、ものづくりの楽しさ、それを忘れていた。今回体験してから、プラモデルを作ったり、美術館に絵を見に行ったりするようになった。「ものづくりに触れ直すというか、ものづくりの気持ちが湧き上がる、ワクワクっていうか…そんな感じです。」

IV 考 察

作り手Cの自己探求の過程について、制作された6つの箱庭と物語の流れに沿って見守り手の印象から考察したい。

第1回の箱庭は、まず砂をゆっくりかき分けるところから制作が始まった。少しずつ心を開きながら、内面を見ていこうとする様子のように感じられた。同種のアアイテムが2つずつ置かれているのが特徴的で、人物のフィギュアもペアで置かれている。「2」は相反する二極のものの存在を示

す数字であり、箱庭1は全体として調和的に見えるが、矛盾するあるいは対立的な状況をはらんでいて、そのことを理解しなおすこと、バランスをとっていくことが今回の体験のテーマになっていくかもしれないと推測された。道路が凸凹の砂の上や岩に掛けて置かれていること、道路が切れていることから、ある程度内的に揺れる状況を生じていることがうかがわれる。

物語では、登場人物Aの思いが空回りし、彼女との関係が冷めてしまう。彼女への熱い気持ちはあるものの現実への対応が精一杯の状況で、思いはうまくかみ合わず、むしろ望まない方向へ関係が動いていく。(頭で)考えてはいるが、(こころが)ついてこないという状態をイメージさせる展開であり、自覚はされていないまでも、このうまくいかなさがCを自己探求に向かわせたとも考えられる。「男性のこころの像は夢の中では女性像をとって現れることが多い」(河合、1967)とされ、第1回の箱庭、物語両方に女性が登場している。物語で抗議の声を上げているこの女性は、Cのこころの像(内なる女性)だろうと推察される。今後Cの内なる女性はどのようなメッセージを届けてくるのか、Cはそれをどのように理解していくのか、まさしく自己探求の始まりの箱庭であり、物語であると思われた。

第2回の箱庭では破滅したかのような世界が表現された。海の生物の死骸が吹き溜められ、ほとんどの生物が死んでいる中で、親子が祈り、マリア像がそれを守っている。山を囲む水の部分には不規則に渦巻く水紋が描かれた。Cの迷いやもがきが伝わるとともに、こんな海流のところを船が進もうとしているのかという困難性を感じさせるものであった。Cの内的世界で新たに調和を生み出していくためには、一旦死の世界をくぐる必要があるかもしれない。

物語ではまさに、迷いや戸惑いを抱えながらも「死の世界」「生への再出発」が描かれる。興味深いのは、それが物語中の物語になっていることである。Cも述べているように箱庭2を作成している時の体験は予想以上に「怖い」ものであり、劇中劇に仕立てることで一定の距離を置くことができた。C自身の健康度の高さもあるだろうが、物語を作ることで無意識の動きを適度に緩和できるという箱庭-物語法の優れた点とも考えられる。

物語2においては再び彼女が登場しているが、ここでも彼女の言葉はAに届かない。むしろ自分の思いが優先され内なる女性の言葉は置き去りにされてしまっている。心に向けてほしいというメッセージをまだ聴くことができていないのである。箱庭2の情景は、内なる女性の心象風景であるのかもしれない。

第3回の箱庭では、にぎやかな街並みが作られた。小さな家や人々が密に置かれ、ざわめきを感じるような活気のある街並みであった。砂は何かを使って均されることはあったが、触られることはなかった。表面をアイテムでびっしり覆うかのように置かれていることもあり、内面を守っている印象が強い。破滅的な箱庭2を補償するようでもあり、もう一度内面を守りなおしているようでもある。

物語では街並みの描写と平凡な営みへの愛情が綴られている。箱庭2・3は破滅と繁華の両極に振れているように感じられるが、物語では「人のぬくもり」を愛しく思い、「最終的な行先はそれぞれ違うことだろう」と様々な在りように心を寄せている。第3回の箱庭にも物語にも彼女は登場していないが、Cが内なる女性からのメッセージを感じし始めているのではないかと推察される。

第4回の箱庭では海、海底が作られた。制作過程において、勢いよく砂がかき分けられ、渦や唐草模様が描かれたり流れを作るかのように消されたりした。箱庭の中だけでなくその上の空間も取り込まれて、立体的三次元的に構成されているような印象を受けた。砂には水の動きで付いたと思われる模様が繊細に作られ、貝や魚、ヘビなどのアイテムが2つずつ寄り添うように置いていかれた。後で置き足すことで、クジラやワニは「2」から「3」に変わっていった。しばらく眺めてから、出来上がったことが伝えられた。海は精神内界、無意識を表すといわれるが、美しく魅惑的であり畏さも感じられる世界が広がっている。まさしく箱庭4はCの内界を表しているのだろうと思われる。

箱庭4を題材にした物語について、作品で十分語られているのでサブテーマ程度にしたかったとCは語っている。それほどに箱庭の体験がヌミノース的であったのではないだろうか。海底の世界は「不思議なほどきれい」で「生活を謳歌」す

るとともに、「人が近づいてはいけないところ」で「そっとしておくほうが良さそう」であると書いており、海(無意識)のもつ危険性にも感じている。さらに、「息が続かなくなってきた」「仕方がない、あがろう」という件は、「守り人シリーズ」(例えば「精霊の守り人」上橋菜穂子、1996)で呪術師がナユグとよばれる異界を垣間見るシーンを彷彿とさせる。無意識の海に潜り、根源的なものに触れ、意識の世界にもどってくるところまでが物語となっていることは重要であり、興味深い。

第5回の箱庭では動的なファンタジーの世界が作られた。中央に置かれた血の池を闘技場に見立てて男たちが闘い、火は燃え盛り、支配的な女性が一段高いところに位置している。内なる女性がエネルギーを得て暗躍しそうな気配が漂っている。

物語は探検の一シーンが展開されている。深い森はやはり無意識を表しており、そこを探検するというストーリーになっている。とはいえ暗い森に響き渡る声や決闘として表れている大きなエネルギーに近づくのは恐ろしいことでもあり、隊員たちは体を震わせながら見つからないように息を潜めている状態である。怖くもあり、隊長が女性を気にしているように惹かれる世界でもある。そこに近づいているものの、入っていくためにはもう少し何かを必要としているということなのかもしれない。また、今の段階で危険を冒さずにいることができるのもCの力であろう。

第6回の箱庭は、太古の世界に現代がつながろうとしている。エネルギーに満ちた太古の世界に自動車で近づいていくが、道が途中で切れており、まだ入ることはできないようである。しかし、意識の世界と無意識の世界は切り離されたものではなく、接触ができるようになったのではないだろうか。溶岩が流れている火山の上に薪がのせられ、あたかも火を噴いているようであるが、爆発的なエネルギーとともに神聖な印象もあった。Cが面談で述べているように、第6回はタイムマシンでジュラ紀に行くというCが楽しみにしている映画を多少もじって作られたものであった。しかし、その結果できた作品は、第4回・第5回に比べるとそれほど好きという感じではないとも述べている。第4回は物語を作らなくてもよいほどに、第5回は内から出てくる物語に引っ張られる

ようにして、それぞれ箱庭が作られていったことを思うと、第6回は、最終回なのでまとまりを付けたいと思う意識が関与しすぎてしまったのかもしれない。それによって、作り手にとって面白味がそがれてしまうということになったのではないだろうか。このことは、Cが内界からのメッセージに関心を向け、それを大切に思えるようになった故とも考えられる。

物語では、タイムマシンに乗って恐竜の時代に行こうとしている。光景や音だけでなく、匂いも感じているが、今の段階では「これが限界らしい」。無意識からのエネルギーを感じ、一部は受け取りつつ、適度な距離を保っていると考えてよいのではないだろうか。また、エネルギーに満ちた領域に入る手前でとどまっていることが第5回に続いて繰り返されている。第6回では入りたいが入れないという状況が描かれており、これ以上は無理に入らないという守りの意味とも、今回は最終回ということでの回数による限界とも考えられる。

これらの箱庭と物語については、他にも様々な考察が可能であろう。多様な考察を可能にするところもまた、本技法の魅力であろう。

V 終りに

Cは箱庭-物語法の体験を通して、現実の世界では「ものづくりが好きな自分を思い出し」、制作や鑑賞をするようになった。内的世界では、内なる女性との思いが通じないやり取り、破滅的な世界の体験を経て、無意識の世界を見、適度な距離を保ちながらそっと自分の内界に近づいて冒険を始めるという自己探求の過程をたどったと考えられる。Cにとってのものづくりは、内的世界との接点であり、滞っていた疎通がうまく通い出したように感じられる。Cの年代は仕事上の責任が増す時期であり、その世界に傾注するあまりこころを追いやってしまうことが往々にしてあり得る。Cにとって、箱庭-物語法は内界との接触を取り戻すひとつの体験となったのではないだろうか。

以上、箱庭-物語法において、無意識の水準で変容が起こること、物語を書くことで自我を守りながら展開することができる可能性が示唆された。なお、回数を6回に設定することは一定の制限に

なるものの、内界を探索する第一段階としての機会となり得ると考えられる。今後も箱庭-物語法の事例を集積し、検討をしていきたい。

文 献

- ジャン=シュヴァリエ・アラン=ゲールブラン、金光仁三郎・熊沢一衛・小井戸光彦・白井泰隆・山下誠・山辺雅彦(訳)(1996). 世界シンボル大事典 大修館書店. Jean Chevalier & Alain Gheerbrant (1982). Dictionnaire des Symboles. Robert Laffont et Jupiter.
- 東山紘久(1994). 箱庭療法の世界. 誠信書房.
- 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.
- 小森國寿・菅 佐和子(2014). 「箱庭-物語(サンドプレイ-ドラマ)法」を喪の仕事に役立てるための一試み. ヒューマン・ケア研究. 15(1). 22-33.
- 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.
- 岡田康伸(1993). 箱庭療法の展開. 誠信書房.
- 菅佐和子(2003). サンドプレイ-ドラマ法を用いた自己探求の一試み—現代日本女性の攻撃性と母娘関係について—. 京都大学医療技術短期大学部紀要. 23. 13-22.
- 上橋菜穂子(1996). 精霊の守り人. 偕成社.