

## 〈事例研究〉

# 穏やかに、静かに展開した「箱庭-物語法」の1事例

菅 佐和子（京都橘大学健康科学部）

吉田晴美・岡部世里佳・大黒麻木・佐藤可南子（ユリノキ「箱庭-物語法」研究会）

## I はじめに

筆者らは、「箱庭-物語法」を自己探求の一つの方法として確立するため、研究協力者を募り、研究倫理を踏まえたうえで、事例の集積を試みてきた。研究協力者は、従来から箱庭療法に多少なりとも知識や関心を持ち、研究の意図を理解し、作り手になることに快く同意した方々(学生、院生、社会人)ばかりであった。

しかし、実際に箱庭づくりや物語づくりを始めると、内界の表現が抑圧または抑制され、加工される場合があることも感じられた。見守り手という他者の前で、内界の表現に抑圧や抑制、ないしは加工が生じるのはきわめて当然のことであろう。それは、本研究で集積してきたすべての作品に多かれ少なかれ該当することかもしれない。但し、見守り手にとってそのことが「気にならない」ケースもあれば、どこことなく「気にかかる」ケースがあることも事実である。「気にかかる」ということは、それ自体、見守り手が何らかのメッセージを受け取っていることでもあると推察される。

本稿においては、きれいな世界がどこまでも穏やかに、静かに展開し、見守り手にとって、そのことが「気にかかる」ケースを取り上げ、検討を行いたい。

なお、研究方法としては、約3か月間に計6回の箱庭と物語を作成、最後に約1時間の面談を行った。手順の詳細については、既に前稿(菅、2016；中垣・菅、2016；菅、2017)に述べた通りであるため、ここでは省略した。

## II 事 例

対象者(研究協力者)：Q子（作成時 30代女性 専門職)箱庭療法についてある程度の知識を有しているが、作成経験はない。

作成時期：某年7月～10月

## III 箱庭-物語法の過程

### 1 箱庭-物語の内容

#### 〈第1回〉

[箱庭1]



写真1：箱庭1

[物語1]「それぞれの夏休み」(制作時間20分)

ある南の島にやってきた。その島の名前なんて知らない。そう、今日から僕たちはご主人様と一緒に夏休みをここで過ごすのだ。ご主人様は海に来たけど、眠たいのかお昼寝してる。日差しは強いけど、風が通って気持ちいいから、お昼寝したくなる気持ちもわかる気がする。正直、猫の僕たちはなんで海なの？って思った。だって、水は苦手だし、海には入れないからね。だから、僕たちはご主人様と一緒に岩陰でそっとのんびりしてい

るのが一番だ。

それにしても、みんな楽しそうに過ごしてる。今にも海に入りたそうな犬君たち。浜辺で楽器を弾いたり歌ったりしている人たちもいる。カフェでは、赤ちゃんを連れた家族が海を眺めてコーヒータイム。それぞれいろいろあるけど、みんなここに来たらゆっくりできるみたいだ。そして、その目の前の海には、なにやらきれいな魚がいる。ヒトデ君や貝君たちもいる。お日様の力で海はピカピカ光ってて、その波に乗って遊んでる人たちもいる。夏の海に来たら、みんなニコニコ、のんびりしてる。僕たちは海には入りたくないけど、何かきっと楽しい世界があるんだろうなあ。僕たちもみんながのんびり過ごしている場所は安心だ。

(感想)

作る前は、なかなか手にしたいアイテムが見つからず、始めるまでに時間がかかった。初めは猫のいる場面が右端になる方向から作っていたが、知らぬ間に正面が海側からになっていた。置いたもの同士のそぐわなさ(猫が海の近くにいるなど)を感じつつも、両方置くことを選んだ感じ。

## 〈第2回〉

[箱庭2]



写真2：箱庭2

[物語2]「休日の動物園」(制作時間20分)

今日は、久しぶりの休園日。いつもはたくさんのお客さんと賑わうこの動物園だけど、今日はとっても静かだ。動物たちも心なしか、ほっと一息ついている感じがする。

この動物園も開園からずいぶん年月が経った。開園当時は珍しい動物たちもいて、若いカップル

から家族連れのお客さんなどたくさんの来場者にあふれていたけれど、今はずいぶん落ち着いた動物園になったもんだ。それでも夏休みの動物園はやはり人気があり、こんな質素になった動物園でもたくさんのお客さんが来てくれる。ありがたいことだ。もう俺たち夫婦が面倒を見ていくには、昔いたような肉食動物を新たに世話することはできないけれど、今いる穏やかな動物たちと毎日過ごせることがとても幸せだ。動物たちと直接ふれあえ、少々大きい動物でもできるだけ間近で見られる動物園、というのがコンセプトだ。世話をするのは肉体労働でとてもしんどいことだけど、動物たちの顔を見ているとやっぱり癒やされる。逆に元気がもらえるような気がするんだ。

それにしても今日は、ゾウの兄弟の機嫌がいい。いつもはお客さんを見ても知らんぷりしているけれど、今日は2頭でじゃれて遊んでる。こいつらは、静かな動物園が好きなんだろうか？一番古くからいるこのゾウの兄弟たちだから、俺の前では、子どもみたいにはしゃいでる。なんともかわいい奴らだ。カバたちも今日は水浴びの時間がいつもより長い。でも、パンダの親子はあんまり普段と変わらない。最近一番の人気者のパンダだがパンダ自身はお客さんがいようがいまいが関係ない。そのマイペースさが人気の秘密なんだろうか？羊の親子はのんびり座りこみ、コアラは木に登ってお昼寝をしようと企んでいる。シマウマたちは群れになってダンスをしているよう。キリンたちは長い首をのばして、何かを探しているみたいだ。サルたちは一番やんちゃ盛り。木に登ったり降りたり、鬼ごっこをしているみたいだ。じっとしてられないのも仕方ない。みんな元気に成長してくれよ。

俺はこうして作業をしながら動物たちのことを考えることが好きだ。何も言わなくても、ここの動物たちはちゃんとわかっているんだろうな。それぞれの縄張りを荒らさず、それぞれ仲間と過ごす空間をお互いに大事にしていれば平和であることを。そして、明日はまた、たくさんのお客さんたちが自分たちを見に来てくれることも。

さ、そろそろ作業を終えて、俺も動物たちの昼の食事の支度をしなくちゃな。そしてまた明日からのお客さんを迎える準備をするか。

### 〈第3回〉

#### 〔箱庭3〕



写真3：箱庭3

#### 〔物語3〕「遊びの楽園」(制作時間20分)

ここは私たちの島、遊びの楽園です。大きな湖に浮かぶ小さな島です。島といっても、昔からここに立ち入られるのは、子どもだけだと言われていた特別な場所です。椰子の木が立ち並ぶ道を通ると街とつながっているのですが、その‘椰子の木ロード’から島には子どもしか入ることはできません。不思議ですが、大人たちもこの‘椰子の木ロード’の向こうには立ち入ろうとせず、子どもたちを安心して遊びに行かせます。それは、なぜかって？きっと大人たちもみんな、子どもの頃に遊びにきたことがある場所だったはずですが、そこには大きくなるにつれて、いつのまにか〈入ってはいけないところ〉になるんですって。それは、私たちが見守っているってことを知っているからかもしれません。

今日も誰かが遊びに来ましたよ。ペットを肩に乗せた男の子がのんびりやってきました。「おーい！おっそいぞ！早く来いよ！」ブランコで遊ぼうと約束をしていたもう一人の男の子が待ちくたびれて少し怒っています。でも、のんびり屋の男の子は待たせていることなんてそんなに気にしていない様子です。仲直りできるでしょうか。いや、けんかにもならないかもしれませんね。

滑り台では、小学生のお兄ちゃんと幼稚園児の弟くんが遊んでいます。どうやら弟くんは一人で滑るのが怖いようです。ドキドキしながら滑り台を登ろうとしています。「大丈夫だよ。怖くないから、滑っておいで」お兄ちゃんは優しく弟くんの初の一人滑りを見守っています。

また、シーソーでは2人の女の子が遊んでいます。いつもこの2人はシーソーでギッコンバッタンしながらお話ししています。大の仲良しようです。

今日はいつもとよりこの遊びの楽園に来る子どもは少なく、水辺で遊ぶ子もいません。そのせいか、亀たちも島に上がってきて、甲羅干し。かもの親子たちもたくさん連なってゆっくり泳いでいます。こうして湖に住んでいる動物たちもみんなここで遊ぶ子どもたちを見守ってくれているんです。時には、子どもたちの中にはけんかをする子もいます。特に宝箱の宝で宝探しをして遊ぶ子たちがいたら、たいてい取り合いになってけんかが起こります。でも、遊んでいるうちにだんだんと仲直りしていくんです。けんかが起こるといつも仲裁に入ってくれる6年生の女の子は、今日は一人でのんびりボートでお昼寝しています。そろそろ起こしてあげないといけない時間かな。

私たち5人の妖精は、ここで遊ぶみんなのことを見守っているのが大切なお仕事です。でも時々、お友達としてみんなと遊ぶこともあるんです。みんなには内緒だね。今日も遊びの楽園は絶好の良い天気の日でした。

### 〈第4回〉

#### 〔箱庭4〕



写真4：箱庭4

#### 〔物語4〕「二つの世界」(制作時間20分)

ここは、暗い闇夜の世界です。この世界を牛耳っているのは、白いひげを生やした魔法使いの王様。きれいなお妃さまと二人でこの世界を支配しようとしています。森の奥深く、人気もないところで、不気味なお屋敷に二人は暮らしています。

王様とお妃さまには子どもはいません。ここで二人は、いつだって、この世界に竜巻を起こしたり、嵐を起こさせたり、それはそれは暗い世界にすることばかりを願って、魔法をかけているのです。そのせいか、この森には、大きな木こそあるけれど、植物も咲かず、動物たちもまったくいないのです。ただ、いるのは、お妃さまの使いとして小さな竜たちと二人を守る金棒を持った怪物だけです。こちらの世界にいる王様とお妃さまは、ここしか知らないため自分たちがつくる闇夜の世界がすべてだと信じています。太陽なんて必要ない、自分たちの魔法によってこの世の闇夜を保てていると、誇りにさえ思っているのです。

でも、広い茂みの向こうには、どうやらもう一つの世界があるようです。こちら側はたくさんのお花が咲き、キラキラと太陽の光が差し込む世界です。こちら側には、かわいらしいピンクの屋根のおうちに住む少女がいます。背中に羽のある少女は、同じように背中に羽を持つ妖精たちと一緒に暮らしています。少女はユニコーンと一緒にどこかの世界からやってきたようですが、どこから来たのかその記憶はもうありません。妖精たちとたくさんのお花を育て、明るくのびのびと、楽しく毎日を過ごしています。ユニコーンは少女を守るように、いつもそばにいてくれます。万一、この世界を脅かす者が来たときには誰よりも前に出て戦う覚悟をもっている頼もしい存在です。ですので、少女と妖精たちもここでの穏やかな暮らしはいつまでも続くと思っていて、だれもその暮らしを脅かすことはないと思っています。

そうです。どちらもその世界が当たり前だと思っているので、その向こうに何があるかなんて知りもしません。闇夜の世界、太陽の光が降り注ぐ世界、お互いの世界を知らないのはなんだかかわいそうだし、なんだかさみしい感じもします。

でも、二つの世界には唯一同じのあるものがあったのです。お妃さまの大事にしている透明の石、少女の宝物である透明の石。同じ透明の石を持っていることなんてお互い知りません。少女はどこからやってきたのでしょうか。王様とお妃さまには子どもはいないっていうのは本当でしょうか。今後、それぞれが同じ石を大切にしていることを知る時は来るのでしょうか。もし、それを知るときが来たら、王様は魔法をかけ続けることをや

めるかもしれませんね。

## 〈第5回〉

### 〔箱庭5〕



写真5：箱庭5

### 〔物語5〕「秋の夕方の公園」(制作時間20分)

ここは、ある町の公園です。この公園は、大きな噴水の池と小さなお社があるのが特徴です。夏には少しでも涼しさを求めて噴水の池にみんな集まり、小さい子たちは池に入って遊ぶ姿もよく見られましたが、今は池の周りにはひっそりとしています。少しずつ、公園に立つ木々も色づき始め、お社の隣の柿の木も大きな実をつけています。もうすっかり秋です。

今の時刻は夕方4時。この公園には、ランニングをしている人や、お散歩の途中ででしょうか、ブランコに座って休憩している赤ちゃん連れのお母さんも立ち寄ります。

特に、小学生たちにとっては放課後の大好きな遊び場でもあるのです。今日も、みっちゃんが滑り台を独占しています。「早くどいてよ！そこはみんなの場所だぞ！」たっちゃんが階段下でみっちゃんに声をかけます。『だって、ここで寝っ転がるのが好きなんだもーん』みっちゃんはまったく気にも止めず、あっけらかんと答えます。いつもこの2人はここで滑り台の取り合いをしています。

そしてもう一つ、小学生たちの大好きな場所が、こけの生えた岩があるところ。この‘こけ岩’の周りで鬼ごっこをしたり、かくれんぼをし

たり、必ずここには誰かが遊ぶ姿があります。今日も4年生の子どもたちが鬼ごっこをしています。その様子を見守るように切り株に座っているのが4年生の男の子、しん君です。しん君はいつもペットの猫たちを連れて遊びに来ます。しん君はいつも一緒にいるけれど、動物たちとゆっくりみんなが遊ぶのを眺めているのが好きな男の子です。小学生たちだけでなく、しん君のペットの猫もこの‘こけ岩’は大好きな場所のようです。

そろそろ高学年の子どもたちも学校から帰ってきました。お社の向かい側の方向には近くの小学校があるので、この公園を毎日通って帰る子どもたちもいます。ジグザグベンチは、もはやベンチというより、子どもたちにとって平均台のような遊具になってしまっています。

「今、帰ってきたのかね」近くのおじいちゃんが小学生に声をかけます。『うん！おじいちゃんもおばあちゃんとお散歩？』『そうだよ』おじいちゃんとおばあちゃんはいつもこの時間になると、犬の散歩をかねて、お社にやってきます。おじいちゃんとおばあちゃんの日課なのです。いつも見かけるので、誰もがよく知っているおじいちゃんたちです。「大きくなったね、その赤ちゃんも」ブランコに座っているお母さんにも声かけします。『はい、ありがとうございます』

ここは夕方になるとみんなが憩う場所となっています。そして町の人々みんなが大事にしている場所なのです。

## 〈第6回〉

### [箱庭6]



写真6：箱庭6

### [物語6]「静かなる場所」(制作時間30分)

秋のある日の日曜日の朝のことです。「せっかくの日曜日だし、今日はちょっとおでかけしましょうよ。」お母さんが言いました。『そうだねえ。どこへ行こうか。どこも人が多いだろうなあ』お父さんが応えます。「たまには人が少ない静かな場所がいいわ。紅葉を見に行くのもいいわね。でも、この子、大丈夫かしら』『まあ、行ってみることにしようか』この家族には4歳ぐらいのやんちゃ盛りの男の子がいます。いつもなら男の子が喜ぶ場所に行くのですが、今日はどうやら紅葉のきれいなお寺に行くことにしたようです。

ここは五重の塔が有名なお寺です。ここには、まだ比較的新しい金の五重の塔と年季の入った黒く貫禄のある五重の塔があります。特に本堂と黒い五重の塔は、間近にその姿を見たり、建物の中に入ったりすることはできないことになっています。とても由緒あるお寺で、重要文化財として管理されています。また、このお寺は庭園がとても美しいことでも有名です。ですから、修学旅行としてもよく学生たちが訪れる場所になっています。今日も遠くの学校の生徒が見学に来ていています。

秋の紅葉の季節になると、一般に開放される期間があり、今日はちょうど庭も一般公開され、い

つもより間近に見られることができる日です。「ちょうどこの期間に来られたのはラッキーだったね」「そうね。とっても素敵ね」慌てて家を出てきた家族でしたが、この景色を目の前にすると、心が落ち着きます。さっきまで大きな声を出していた、やんちゃな男の子も不思議なことに、お父さんに肩車され、その景色を見ると静かになってしまうほどでした。「この子もぐずぐず言わなくなったわね、不思議。」修学旅行の学生たちも行儀良く静かに見学しています。「ここは、なんだかざわざわしていた気持ちもすうーっと落ち着くような感じがするんだよ、きっと。子どもたちにもそういうのは伝わるのかもしれないな」「そうかもね。」そんな会話をしていることも目立ってしまうほどの静けさです。

本堂や五重の塔を間近に見ることはできなくても、庭園を含めて少し遠目に見る景色がとても美しいのです。「あの黄色い岩はなあに？」男の子が聞きました。「なんだろうな」その岩は本堂の左右の一つずつ、そして一般客からは見えない本堂の裏の一つ置かれています。何か神聖な力を放っているような、またこの一帯を見守っているような、そんな不思議な魅力を感じる岩でした。「もう少し寒くなると、もっと紅葉が美しくなるんでしょうね」

まだ木々たちは完全には色づいていないのですが、これから色づく秋を想像し、静かな心落ち着く時間が流れます。秋の深まりももうすぐです。

## 2 作成後の面談で語られたこと(要旨)

研究協力を依頼されたときは、緊張と恐れのような感情もあり、躊躇しないではなかった。しかし、今までにない機会だったので、思い切って挑戦してみようと思った。箱庭を作るとき、現実的に見たものをヒントに置くべきか、自分のなかに湧き起こったものを置くべきか迷い、あれこれ考えてしまった。挑戦したいという気持ちと、何か内的に邪魔するものがぶつかり合っていた。元々、砂を触ることに抵抗があった。砂を触る気になれない、触れなかった。

従来、整っている地面を自分が掘り返して動かそうとは思わないタイプ。今回、「あ、触ってもいいんだ」と感じて、思い切って箱庭1で砂を触って「海」を作った。

玩具を置くとき、初めは、「何を置こうか」と考えたりしたが、作り出すと自然に置けた。手に取りたくなるものを手に取り、置きたいものを置いた。おかしいかな、と思っても、置きたいものを置いた。自分の好きな猫とか音楽に関わる物を置いた。置くことだけでこんなに楽しいと、癒しになった。

箱庭は、自分を出さないようにしようという気持ちはなかったが、自分でも「きれいすぎるかな」とは思った。箱庭では、よく戦いのテーマが表現されると聞いたことはあるが、玩具は目に留まったが、敢えて戦いの場面を作ろうとは思わなかった。動物で戦いの場面を作ろうかなと思ったことはあるが、作るには至らなかった。自分が唯一退行したかなと思うのは、「二つの世界」(箱庭4)を作ったときかもしれない。

どの回でも物語は、すぐには作れず、少し間をおいて書いた。意識が関与したと思う。「こんな展開で話が作れそう」と、先々のことを考えたりもした。

自分の内部には、怒りの感情は強くあると思う。日常生活でちょっとしたことで不公平感を感じたり、マイナス志向な人間だと思う。しかし、怒りとかしんどさがあっても、人前では出さないタイプ。出してしまったら、ものすごく激しく出してしまいそうで、そういう自分が怖いので、見た目には平然を装う。だから、肩こりとか身体症状は出やすい。今は、言うべきことは出来るだけ言うように努力しているし、怒りをノートに書くことなどで発散している。「切り替え上手」と評されることもある。

今振り返ると、そういう自分を無意識のうちに隠したかったのか。箱庭をつくり始めた頃、仕事はかなりハードで疲れており、ハードな生活からの現実逃避として、明るく楽しい平和な世界を作りたかったのかもしれない。1回目の作品は、旅行の思い出を再現したかった。

箱庭を作ったあとは、「今日もこんなに置けた！」と思って楽しかった。この試みに参加して、確かに現実逃避としての癒し効果があったと感じている。機会があれば、また体験してみたいと思う。

#### Ⅳ 考察(見守り手の感じたこと)

作り手は、責任の重い専門職に就いている社会人。どのような箱庭作品が作られるか興味深く見守った。

箱庭1は、青い海、ヤシの木立、くつろぐ人々など、明るくのどかな世界である。物語の語り手は、「僕たち」という猫たちである。猫たちは「ご主人さま」と共に、海辺から離れた岩陰の安全な場所で「そっとのんびりしている」。作り手は、実生活においても猫が好きなのだろうか。確かに、水の苦手な猫を海辺に連れてくるのは珍しい気がする。作り手自身が「置いた者同士のそぐわなさを感じながら両方置くことを選んだ感じ」と述べているが、どちらも、どうしても置きたい(作りたい)気持ちになるアイテムだったのであろう。箱庭の下半分、向かって左寄りのまろやかな青い海は、現実世界を離れての退行への憧れを感じさせるものである。

箱庭2は、動物の世界である。「動物園」という管理され保護された場であるが、檻も柵もなく、動物たちは同じ種類同士で自由に寛いでいる。しかも「休日」であり、客はおらず、動物にとって休息の時間である。

前回、海として表現された水は、右下隅に「カバ」の小さな池となっている。檻も柵もない動物園だが、この池だけは、水が漏れださないように、がっちりと枠で囲まれているのが印象に残る。無意識的な葛藤や大地への郷愁のようなものを囲い込んでいるのであろうか。

物語の語り手は、「俺たち夫婦」という年配の飼育員である。この動物園は、開園から日がたっており、今では肉食動物もいない、質素で落ち着いた園である。大きな動物でも間近で見られ、直接触れ合えるのがコンセプトで、それなりに人気のある動物園である。年配になった飼育員にとって、動物の世話は「肉体労働でとてもしんどい」けれど、「動物たちの顔を見ているとやっぱり癒され」「逆に元気がもらえるような気がする」という。動物と触れ合うことで、無意識的、原初的なエネルギーが充電されるのであろうか。

箱庭3は、右下方向にある街と「椰子の木ロード」によってつながっている「大きな湖に浮かぶ

小さな島」である。この島は、子どもだけしか入ることが出来ない、子どものための「遊び楽園」である。この島は、遊戯療法におけるプレイルームを連想させる。

大人たちも、子どもの頃にこの島で遊んだ経験を持っているため、安心して子どもだけをこの島に送り込んでくるという。この島で楽しく遊ぶ子どもたちは、箱庭2の休日に寛ぐ動物たちとも重なるイメージである。作り手にとって、童心に帰るといことがとても大切であるように感じられた。

また、物語の語り手が、「私たち5人の妖精」であることが注目される。この子どもの園を守る妖精とは、プレイセラピストのイメージをも連想させるものである。

箱庭4では、「ふたつの世界」が現れた。作り手が「唯一退行したかなと思う」回である。

砂箱の左上半分は、魔法使いの王とお妃が支配する「暗い闇夜の世界」である。彼らは他の世界を知らないで「自分たちが作る闇夜の世界がすべて」とであると信じ、「誇りにさえ思っている」とのこと。右下半分は、花と光に彩られた明るい世界である。こちら側には「背中に羽のある少女」がユニコーンに守られながら妖精たちと暮らしている。こちら側の世界は、これまでの子どもや動物の楽園と重なる世界である。大人の営む闇夜の世界と、子どもの住む光に満ちた明るい世界は、お互いに相手の存在を知らず、交わることなく別々に存在する。それは、「なんだかかわいそうだし、なんだかさびしい感じ」であるという。

ただ、王妃様と少女は、同じ「透明の石」を大切に持っている。この石は、その人の魂というか中核にあるものではないかと感じられる。岡田(1993)は、「石の象徴的意味はいろいろある。宝石とつながって自己を表すこともあるし、どこにでもある、価値のないものをも示すし、また、カルフが指摘したように、宗教と関係の深いものでもある」と述べている。

同じ石を大切に持つ王妃と少女は、本当は母子であり、いつかは巡りあうべき存在であろうか。そして、このふたつの世界は、いずれは、より重層的で深みのある世界へと統合されていく可能性を秘めているのであろうか。いずれにしても、この回は、シリーズ中のエポックであると見なせよ

う。

箱庭5は、老若男女が憩う公園である。季節は秋の夕方。「大きな噴水の池」と「小さなお社」と「こけの生えた岩」が印象的である。水は、箱庭4を除いて毎回現れる存在であり、生命の源であり、癒しを与えてくれるものである。

日本的な宗教性を象徴する「お社」は、今回初めて出現した。これまでのファンタジックで国籍不明な世界に比べて、今回の世界は明らかに伝統的な日本の風景であると見なせよう。お社は地域社会の守り神であり、人々の心の拠り所になってきた場である。

「こけの生えた岩」もまた印象深い。「岩」は、太古から続く不変の存在であり、この世この世とあの世をつなぐイメージを有するものである。昔から岩は大木と並んで神の依り代とされ、あちこちに岩を御神体とする磐座が存在し、信仰の対象となってきた。また岩の洞窟は、人間を守る隠れ場所でもある。

箱庭6(最終回)は、新旧二つの五重塔と本堂を持つ由緒ある寺院(重要文化財)の風景が作られた。寺院もお社と同じく宗教性を表す存在である。秋の日曜日、両親は4歳になるやんちゃな男の子を連れてこの寺院を訪れる。この子なら、箱庭3の子どもだけの「遊びの楽園」に連れて行って妖精たちに預けておいても良さそうなものだが、ここでは、親子そろって寺院を訪れているのが印象的である。およそ幼児向きの場所ではないのに、「やんちゃな男の子も不思議なことに、お父さんに肩車をされ、その景色を見ると静かになってしまうほど」である。また、修学旅行の生徒たちも「行儀よく静かに見学」しているという。幼児や若者でさえ自ずと静かになるような厳かな空気のみなざる場所なのであろう。

そこにも、3つの「黄色い岩」が存在している。その岩は「何か神聖な力を放っているような、そんな不思議な魅力を感じる岩」であるという。前回に引き続いて、岩の存在が注目に値する。黄色の岩とは珍しい。黄色は、ポジティブには知性、直観、靈感、愛、平和などを象徴する色であると見なされている。

重要文化財という公的にも価値を認められた由緒ある寺院の宗教性に守られ、大人も子どもも「ざわざわしていた気持ちもすうーと落ち着くよ

うな感じがする」というところで、この「箱庭-物語」は幕を閉じたのである。

この「箱庭-物語」の展開を眺めてきた筆者は、最終面談における「自分の内部には、怒りの感情は強くあると思う。日常生活でちょっとしたことで不公平感を感じたり、マイナス志向な人間だと思う」との語りを耳にしたとき、いささか意外な思いを禁じ得なかった。箱庭からも物語からも、そのような印象は受けなかったからである。とくに前半の箱庭は、メルヘン調のきれいで可愛らしい世界が印象的であり、子どものこころ、子どもの世界を大切にする、激しい葛藤やドロドロした情念とは縁の薄い人のような感じであったからである。

しかし、「怒りとかしんどさがあっても、人前では出さないタイプ。出してしまったら、ものすごく激しく出してしまいそうで、そういう自分が怖いので、見た目には平然を装う。だから、肩こりとか身体症状は出やすい」「『切り替え上手』と評されることもある」との述懐によって、作り手の在り方がある程度理解できたような気がしたのである。

おそらく作り手は、しっかりと自分を防衛できる力量を備えた人なのであろう。そういう自分に対する理解も出来ていると言えるであろう。作り手にとって、この6回のシリーズが自己探求に役立ったかどうかは定かではない。ただし、「現実逃避としての癒し効果」があったとの述懐は、この技法がそのような目的のためにも活用できることを示唆するものとみなせよう。

## V 終わりに

従来、主にセラピストの教育訓練、教育分析の場で用いられてきた「箱庭-物語法」を、健常者を対象にした自己探求、自己理解のための技法としても広く活用できるように、という目標に向かって、事例の集積と検討を行ってきた。今回の事例を通して、本技法には、「現実逃避としての癒し効果」のあることが見て取れた。高度先進社会といわれる現代社会では、人間の自然な状態を顧みず、外的適応を強いる状況が著しく、人は心身両面で多大なストレスに晒されている。



河合(2002)は、近代になって自然科学の発展に伴い急速に価値を失った「物語」の意義について解き明かし、「物語が関係づける働きをもっている」という点で、自と他との関係づけに加えて、自分の内部における関係づけのことも忘れてはならない」と指摘している。自分の意識と無意識をつなぎ、全体的な統合を破綻させないために「箱庭-物語法」はいくばくなりとも役に立つのではないだろうか。

日常生活において重い責任を負い、多忙な毎日を送る人々にとって、本技法が少しでも心身の疲れを癒し、本来の自分らしさに気づくような効果を持つとすれば、それはまことに幸いなことであると見なせよう。

今後は、そのような効果をも考慮に入れながら、本技法の活用方法を探り続けていきたいと考えている。

## 文 献

- アト・ド・フリース著、山下主一郎他訳(1984). イメージ・シンボル事典 大修館書店.
- 河合隼雄(2002). 物語を生きる 小学館.
- 中垣ますみ・菅佐和子(2016). 「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 心理相談研究 2, 69-76.
- 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 心理相談研究 2, 25-30.
- 菅佐和子(2017). 自己探求の方法としての「箱庭-物語法」の有用性についての一検討—約5年後の振り返りを通して 心理相談研究 3, 77-85.