

博士学位論文

箱庭療法における「遊び」に関する研究

—作り手の主観的体験と「遊び」の場の生成過程に着目して—

論文要約

久米禎子

本論文は、箱庭療法における「遊び」について、「箱庭で『遊ぶ』とはどのような体験なのか」、また「それはなぜ人の心に変容を生じさせるのか」ということを主題に論じたものである。「遊び」とはその当人にとって個別かつ主観的な体験であることから、本論文では箱庭の作り手の主観的体験、および「遊び」の場の生成過程に着目し、そのありようを検討することをとおして、箱庭療法における「遊ぶ」という体験とその治癒力について明らかにすることを試みた。

第1章第2・3節においては、本論文の主題である箱庭療法における「遊び」を検討するための手がかりとして、遊び研究や心理療法の歴史においてどのように「遊び」がとらえられ、議論されてきたのかを概観した。古来、洋の東西を問わず世界中で広範かつ複雑多様な遊び論が展開されてきたが、心理療法と「遊び」のかかわりは20世紀初頭、Freudが「遊び」の象徴的意味に着目したことにより始まった。その後、遊戯療法において「遊び」は子どもにとって自己表現の自然な媒体であるだけでなく、それ自体に治癒力があり、セラピストとのあいだにラポールを形成するための有力な手段にもなることが広く認められてきた。また、精神分析家のWinnicottは、「遊び」の内容の象徴的理解という従来の枠組みを越え、「遊ぶこと playing」を子どもから成人まですべての人間に普遍的で本質的な営みであるととらえて理論と実践を展開した。「遊ぶこと」はこころの内側と外側のあいだ、空想と現実のあいだの一種の中間領域に現われるもので、精神分析はこのような場を舞台に患者と治療者の遊ぶことの重なり合いとして営まれる。こうしたWinnicottによる「遊ぶこと」の理論化は、人間の普遍的な営みとしての「遊び」の本質に迫るものであり、また、心理療法の枠組みから「遊び」をとらえるのではなく、より普遍的な「遊ぶこと」という視点から心理療法をとらえたという点においても非常に示唆に富むものであったといえる。第4節では、第2・3節の検討をふまえ、心理療法における「遊び」研究の現状と課題として、「遊び」は心理療法において重要な位置づけを与えられている一方で、いまだその意義や深さの理解、理論的検討が不十分であること、またFreud以来「遊び」はおもにその象徴的意味が探究されてきたが、「遊び」の目的は行為そのものに内在するため、心理療法の枠組みからその有用性を問う従来のアプローチでは、その本質をとらえるには限界があることを指摘した。つづいて第5節では、「遊び」とは中村雄二郎が提唱した「臨床の知」に属するものであり、その価値を正当に評価するためには、「遊び」という体験そのものに迫り、相互性や個別の事例を重視しながら深層の現実にも目を向けていく必要があることを明確にした。そしてこれを本論文において「遊び」をとらえる視点とした。

第2章および第3章においては箱庭療法の「遊び」について、それぞれ(1)「遊び」に内包されているもの、(2)「遊び」の様相という二つの観点から検討した。

第2章第2節では、箱庭療法の成立過程をたどり、そのなかで「遊び」がどのようにとらえられてきたのかを見た。Lowenfeldが考案した“The World Technique”，それを心理療法として発展させたKalffの“Sandspiel”，それに「東洋の知恵」を生かしてさらに深化させた

河合の「箱庭療法」は、いずれもその中核に「遊び」体験があり、箱庭療法はその成立・発展過程において「遊び」がより十全に体験され、展開する方向へと深まり、洗練されてきたといえる。第3節ではさらに箱庭療法の歴史を遡り、その「遊び」の源流である「砂遊び」と「箱庭遊び」について概説した。「砂遊び」は古くから世界各地で普遍的に見られるが、おとなにとっては理解しにくく見過ごされがちな遊びである。そのため、子どもたちはこのおとなの干渉から自由な「子どもの領域」において、時代や地域、文化を超えて、身体にねぎした「ことば以前」のさまざまな「遊び」体験をしてきたと考えられる。「箱庭遊び」について検討するにあたっては、日本の遊び観の歴史の変遷やその文化的特徴についてもふれ、理解の助けとした。「箱庭遊び」の基底には日本人の小さくて可愛らしいものを愛好する文化の存在が認められる。そこで「縮み志向」「見立て」「間」といった日本文化の特徴を手がかりとして、「箱庭遊び」とは、視覚と触覚によって世界を把握し、「見立て」によって小さな空間に宇宙空間までも凝縮しようとする日本人の心性の表れであり、共同体的な場におけるパフォーマンスでもあることを論じた。第4節では、第2・3節の検討をふまえて「西洋と東洋」「砂遊びと箱庭遊び」「聖・俗・遊」の三つの観点から箱庭療法の「遊び」に内包されているものを概括した。箱庭療法の「遊び」には西洋と東洋、両方の遊び観がかかわっており、その源流である「砂遊び」や「箱庭遊び」の影響も受けている。さらに「遊び」はそれ自体「聖なるもの」でも「俗なるもの」でもなく、さまざまな次元のさまざまな水準のものと結びつき、それらを媒介する体験であると考えられる。したがって、箱庭をどうとらえるかという箱庭と人との関係、つまり「遊び方」が重要であることを指摘した。

第3章では箱庭の「遊び方」に着目し、砂箱、砂、アイテムという箱庭の道具を「おもちゃ」という視点からとらえ、それらとのあいだで生じる「遊び」の様相を検討した。第2節では、松田や西村の論を参考に「おもちゃ」とはなにかについて述べ、「おもちゃ」そのものではなく、「おもちゃ」と人との関係や「おもちゃ」とのあいだで生じる体験を問題にする必要性について明確にした。つづいて第3節では、「感じる」「作る」「演じる」という三つの動詞を切り口として、箱庭におけるそれぞれの遊びの様相を検討した。「感じる」遊びとして、砂やアイテムに「ふれる」という体験や、砂の「他性」および「隠す」性質を取り上げて論じた。「作る」遊びでは、箱庭では既製品であるアイテムをその人らしく組み合わせることが個人の内面を鮮やかに表わすシンボルとなるが、その過程には砂やアイテムからの誘いかけを感受するという受動性が重要な役割をはたしていることを指摘した。また「壊す」ことについてもふれ、それを遊びの一つとしてとらえる視点の必要性を指摘した。「演じる」遊びにおいては、「ふりをする」ことについて考察した。「ふりをして遊ぶ」世界では「本当」と「見かけ」が存在するためパラドックスが生じるが、このパラドックスを乗り越えることで現実と虚構が交錯する世界に遊ぶことが可能になる。そのことは当たり前の日常を揺さぶり、世界のありようを変容させる契機となりうることを論じた。第

4 節では「遊び手」としての見守り手のあり方や役割に着目した。見守り手が作り手や箱庭とともに「おもちゃの三角形」のなかに溶け込むことで、作り手の遊びが生き生きと展開し、また両者の共振の体験によって作り手の自己治癒力が活性化すると考えられる。そのためには見守り手が「遊べる」ことも重要な条件となることを指摘した。第5節ではここまでの検討をふまえて、箱庭の「遊び」は多様性、重層性、豊かさをもち、そこには砂、アイテム、砂箱の「おもちゃ」としての特性が深くかかわっていること、人々を「遊び」に誘う箱庭の仕掛けとは、箱庭がその内部にもつ魅力的で弾性に富んだ奥深い遊びの余地であること、また、箱庭の「遊び」のなかでわたしたちを動かしているものは「企ての主体」というあり方における主体の意図ではなく、砂やアイテムにふれ、その誘いかけに応じ、遊びの関係に巻き込まれるといったパトスのなあり方であることを論じた。第6節では、第2章および第3章で行ってきた検討をふまえて、(1) 作り手（クライアント）と箱庭（砂、砂箱、アイテム）の関係、(2) 作り手（クライアント）と見守り手（セラピスト）の関係、の二つを本論文において箱庭療法の「遊び」を考察していく視点として提示した。

第4章、第5章においては第一の視点である「作り手と箱庭の関係」に焦点をあて、作り手の主観的体験のありようから、作り手と箱庭の関係がどのようにして始まり、それはプロセスを通じてどのように変化していくのかという箱庭の「遊び」のプロセスを検討した。

第4章では2回連続して箱庭制作を行った調査事例を素材に、作り手はその主観において箱庭にどのように取り組み、その意識や態度がプロセスのなかでどのように変化していくのかを、印象評定とインタビューから明らかにした。まず、SD法による印象評定を用いた作り手の作品に対する印象とその変化の分析から、自分の作品に対する印象は作品や時間経過にかかわらず共通する部分が多いが、一部、変化する部分もあるという結果が得られた。インタビュー・データにもとづく作り手の箱庭への取り組みの意識とその変化の分析からは以下の傾向が見出された。(1) 箱庭制作にあたって作り手には新たな作品や体験への期待がある、(2) 箱庭を連続して制作することにより体験や作品の「共通性」によって自分らしさが発見されると同時に「変化」や「違和感」によって新たなものとの出会いに開かれていく、(3) 作り手は最初のうちは現実世界の価値観や見守り手の存在など自分の「外のこと」が気になり、箱庭をコントロールしようとする意識が強いが、しだいに自分の感覚やイメージなど「内的なもの」に重きを置くようになっていく、(4) そうした変化には「違和感」も重要な感覚、体験としてかかわっている、といったことである。最後に個別事例を3例取り上げ、作り手の内的な動きとその変化、作品との関連について分析を行った。いずれの事例においても、最初は現実の約束事にしばられ、作品の「見た目」に意識が向きがちであった作り手が、しだいに箱庭に対する意識的コントロールを弱め、自己の内的な感覚をたよりに箱庭に向き合うようになる様子が示された。これは、作り手が「企ての主体」というあり方から解放され、遊びの関係に巻き込まれ、箱庭の世界に溶

け込んでいく過程、すなわち箱庭で「遊べる」ようになっていく過程を示していると考えられる。また、作り手が「遊び」の世界に入っていくときには「ぴったり感」が重要であることも示唆された。

そこで第5章では、この箱庭の「遊び」の中核にあると考えられる「ぴったり感」という感覚に着目し、全10回の箱庭面接事例における作り手の語りを素材として、作り手の主観的体験をさらに検討した。「ぴったり感」とは、「ズレ」と「揺らぎ」を含み、「ぴったり」をめぐって内なる自己と対話していく動きそのものであると考えられる。作り手は箱庭にふれ、「ぴったり感」との「ズレ」や「揺らぎ」を通じて、箱庭の「他性」を感じる。そして、「ぴったり」をめぐって箱庭とのあいだを行きつ戻りつしながら同調することで箱庭の世界に溶け込んでいく。それが箱庭の世界で「遊ぶ」という体験である。また、箱庭の制作プロセスにおいて、「ぴったり感」は(1)プロセスの推進力、(2)イメージの変容、(3)自己の相対化、(4)全体性の回復への動きという機能をもつことを論じた。箱庭のプロセスとは、「ぴったり感」を中核として作り手が箱庭に遊び、内的な自己との対話を深めていくプロセスであるといえる。

第6章においては、第二の視点である「作り手と見守り手の関係」に焦点をあて、保育所で行った約2年半にわたる「箱庭あそび」の実践事例を取り上げた。そして、実際の場面において見守り手のあり方や見守り手との関係性が「遊び」の場の生成にどのようにかかわっているのかを、(1)臨床心理士による「箱庭あそび」の実践、(2)保育士による「箱庭あそび」の実践、(3)「箱庭あそび」の研修、の三つの観点から検討した。(1)においては、臨床心理士である筆者が保育所のニーズをふまえながら「箱庭あそび」の実践やコンサルテーション、研修などを行うことによって、徐々に子どもや保育士との関係が醸成され、保育所全体に「箱庭あそび」に対する理解が浸透し、それを受け入れ、支える土壌がつくられていった過程が示された。この過程では、「箱庭あそび」を介した保育士へのコンサルテーションや、子どもや保育士との関係において「関係性」や「遊び」の実際を体現すること、「箱庭あそび」を体験した子どもの反応や変化を保育士が実感すること、などが効果をもったと考えられる。このような、保育所のあり方を尊重し、その力を引き出すようなかかわり方を工夫する態度は箱庭療法の本質にかかわるもので、そのようなことをとおして「遊び」の場が生成されていく過程自体に重要な意味があったと考えられる。また

(2)および(3)からは、保育士が「箱庭あそび」を実践するためには保育士自身に「心の遊び」が必要であり、そのためには箱庭療法と保育の接点を見出し、そこから「箱庭あそび」について体験的に理解することが必要であることが論じられた。最後に、保育所という場に「箱庭」とともに保育とは異なる文化やあり方がもちこまれ、相互作用のなかで新たな関係や場が創造されていくプロセスそのものが「遊び」であり、それは保育所に「遊び」の場が生成されていくプロセスでもあることを指摘した。

終章では、本論文の主題である「箱庭で『遊ぶ』とはどのような体験なのか」「それはなぜ人の心に変容を生じさせるのか」という問いに対して、本論文において行ってきた一連の検討から以下のような結論を導き出した。第1節では、「箱庭で『遊ぶ』とはどのような体験なのか」を、「『作り手』にとっての箱庭で『遊ぶ』体験」、および「『見守り手』にとっての『遊ぶ』体験」という二つの視点から述べた。箱庭の「遊び」とは、「作り手」「見守り手」「砂・砂箱・アイテム」が一つの世界に溶け込むことで生起し、展開するものであると考えられ、これを「箱庭の三角形」と表現した。この「箱庭の三角形」において、作り手は日常の有用性の原理に支配された「企ての主体」というあり方から解放され、自分を内と外の双方に向かって開き、自己や他者と出会い、世界との深い連続性を味わう。見守り手であるセラピストがクライアントや箱庭とともに「箱庭の三角形」のなかに溶け込み、「遊べる」ことはそのための重要な条件の一つである。「箱庭の三角形」の内側では、「作り手」「見守り手」「砂・砂箱・アイテム」が互いに作用しあって、「いま、ここ」での創造的な営みが展開していると考えられる。第2節では、「箱庭で『遊ぶ』ことはなぜ人の心に変容を生じさせるのか」という問いに対して、「『他者』との出会い」「『自己』や『世界』の組み換えと再編」という二点から、箱庭における「遊び」の治癒力について論じた。箱庭を置くことによって、わたしたちは「企ての主体」というあり方から解かれ、「びったり感」をめぐっての箱庭と自己との対話のなかで「他者」と出会う。そのような場で「超越的なもの」との出会いや、「自己」や「世界」の組み換え・再編が起こり、心の全体性が回復されることが考えられる。このとき、箱庭が「有限」でありながら同時に「無限」を抱えるものであることも、その治癒力にかかわる重要な要素であるといえる。また、こうした動きが作り手に生じてくるためには「パトス的な在り様」が重要である。箱庭療法における「遊び」とは、意識と無意識、現実と虚構のあいだにある「動き」「関係」であり、その「動き」や「関係」のなかに箱庭の治癒力はあるのだと考えられる。第3節では「箱庭」という「場（トポス）」の性質について、「生きられる空間」および「よろこびと幸運の贈り物」という側面から論じた。最後に第4節において、今後の課題として対象者の特性に関する問題と文化的な影響に関する問題の二点を挙げた。