

オンライン箱庭の試み — イメージの直接性に着目して —

加藤 奈奈子*・黄 馨卉**・竹味 由惟**・奥村日奈子**

(*奈良女子大学大学院生活環境科学系・**奈良女子大学大学院人間文化総合科学研究科)

要約：箱庭療法は、身体感覚を伴うイメージ体験をクライアントが体験し自らの表現を眼前にするという特徴がある。しかしながら社会情勢の変化に伴い、直接クライアントが「触れる」機会が減りオンラインでの面接も併用しなくてはならない事態となっている。本研究では、オンラインでの箱庭制作調査を行い、従来の箱庭療法との異同について検討し、オンライン箱庭の特性についてイメージの性質に触れながら考察した。

キーワード：箱庭療法, オンライン面接, イメージの直接性

はじめに

箱庭療法は、眼前にある砂箱の中に様々なアイテムや玩具をおくという手続きによって行われる。クライアントが砂やアイテムを触り自分の内的イメージをそれらに託しながらクライアント自身の内的世界を表現することには、イメージの持つ自律性・具象性・集約性・直接性(河合, 1991)といった特性が関与しているとされている。このように箱庭療法においては、クライアントのイメージ体験のためにアイテムが「形を有して目の前にあること」が大前提であるといえる。

一方、2020年からの新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の流行とそれに伴う感染対策のため、これまで当たり前であったセラピストがクライアントの目の前に存在していること事態にも揺らぎが生じている。例えば、オンラインや電話など非対面での面接の模索や対面での面接であってもクライアントにアルコール消毒をお願いし、セラピストの間にはアクリル板が設置されるといった接触・飛沫対策の措置等、ただ来談されたクライアントにお会いしお話を聞くという従来の在り方から臨床において何が大切なのかということを考えながらの変更を余儀なくされる事態となっている。心理臨床に関わらず社会全体がオンライン化に傾く中で、砂やアイテムを触ることでクライアントがゆっくりと内界に向き合うことに寄与していた箱庭体験は、非対面の状況下では難しいのだろうか。

本研究はこうした背景から、オンラインでの箱庭制作が可能であるか、またオンライン制作と通常の箱庭制作の異同を検討することで、箱庭が有する特徴について考察する。

新型コロナウイルス感染症とオンラインセラピー

西ら(2021)は、緊急事態宣言直後に心理臨床に携わる人を対象としてアンケート調査を行った結果、臨床心理面接に「とても影響があった48.4%」「やや影響があった35.1%」と8割を超える人に影響があったと回答しており、その影響として「中断・中止48.6%」「電話への変更25.4%」「オンラインへの変更13.3%」「その他12.6%」を挙げている。さらに西ら(2021)はオンラインに変更した人のうち、コロナ収束後も「継続する」と答えた回答が45.1%であったこと、積極的にメリットが挙げられたことを指摘し、オンラインセラピーに一定の難しさがありながらもやむを得ない状況下での実施が、肯定的な評価となった可能性を示唆している。このように新型コロナウイルス感染症に伴う活動制限や感染対策を契機に面接を非対面で行う可能性が広がったことは明らかであるだろう。しかし、対面から非対面への移行は単に「話をきく」形式の変化であるだけでなく、そうした変化によって面接の質や内容がどのように変わっていったのか評価していく必要がある。そうした評価を実際にしていくには、西ら(2021)も指摘しているように早々にわかるものではなく

今後の課題であり、同時にそうした検討は対面時の面接がどういったものであったのかを再考する機会になるであろう。例えば、「合うこと」や共感がオンラインにおいても同質なもの認められるかといった点も検討が必要だろう。桑原ら（2010）は、カウンセラーが「合っている」という感覚が得られた群においてクライアントとの身体性の同調性が認められたことを示しており、「話をきく」ことに伴う無意識を含めた身体的な動きもクライアントに沿うという姿勢には含まれることを示唆している。特にこれまでクライアントが主体的に解決に至っていくのを手伝う心理療法において、安心して語る場を提供することが大事となされてきたが、オンラインという「場」をどのようにセラピストが考えるかということが重要であると思われる。

箱庭と身体性

さて、箱庭は、砂やアイテムに触れるという手続きから視覚と触覚に働きかける療法であると言われている。中村（1993）は、河合との座談会において、箱庭療法が日本で発展していったことに関して視覚と触覚とがうまく結びつくところに生まれた「身体性」が関与しており、視覚のみが暴走することなく標準化や統計化されていなかったことをあげている。また、砂の使用がクライアントのコミットメントを高めること（河合，1993）やクライアントの持つ内的イメージと「ぴったり」とした表現が治療効果を持つことも指摘されている。そうした視点においては、オンラインでの箱庭はそもそも砂やアイテムに触れられないという点において身体性が失われ、療法として成立しないのではないかという疑念も生じうる。また和田（2007）は、箱庭制作体験におけるイメージの広がりや身体感覚は固定されたものではなく「常に変化し動き続けるもの」であるとし、そうした体験を捉えるべく同じ動的要素のある擬態語を用いる試みをしている。従来の箱庭療法は、その手続きにより、身体感覚を伴う動的なイメージ体験であったのに対し、オンラインでは触覚が働く余地がなく、制作者がコミットすることもないため制作者のイメージ体験自体も異なっている可能性もある。

箱庭における直接性

河合（1969）は日本に箱庭療法が浸透した一因としてイメージの直接性が関与したことを指摘し、アイテムがそこにあること、見てわかることが大事であることを示している。個人の内的イメージの具象化されたものが現出し託されている点では、制作者も自身の内面に向き合うこともでき、また見守り手もそこに関与することが可能となる。また「クライアントとセラピストの間にイメージという中間領域」（河合，2013）を置くユング派のセラピーにおいて箱庭はよく用いられるが、そこでは、二者関係だけではない「セラピストもクライアントも襲われ、変容させられる」（河合，2013）第三のものの典型として考えることができるだろう。セラピストクライアント双方がともにまなざす対象が物理的にそこにあり、直接的に感じ取ることができるという点で、箱庭はイメージの特性が機能しやすい装置であるといえるだろう。このような直接性をはじめとするイメージの機能はオンラインではどのように機能するであろうか。オンライン制作と通常の箱庭制作との異同についてのインタビューからオンラインの特性をまとめていく。

調査方法

調査は、Zoomを用いたオンラインでの箱庭制作後、同じ砂箱やアイテムを用いて通常の手続きで箱庭制作を行ってもらった。オンラインでの箱庭制作はグループで見守る形式、通常の箱庭制作は個別で行った。その後制作体験を振り返るインタビューを行った。振り返り際には臨床場面での制作同様、箱庭制作を「味わう」過程を重視しながら、体験の感想を語ってもらった。

【手続き】

（1）オンライン制作

3名に対しZoomを用いたオンラインでの制作を行った。1名が制作している時には他の2名はグループ箱庭と同様に状況を見守ってもらい順番に制作を行った。制作時は、見守り手はipadで砂箱やアイテムの全体を映した後、砂を手にとり砂の感じを視覚で伝えるようにし

た。さらにアイテム棚はどのようなアイテムがあるかわかるように一段ずつゆっくりと映しだし、その後に制作者の発言を待った。制作者は見守り手に、「砂箱に置いてほしい」「手に取ってほしい」「アイテムを映してほしい」といった制作に対する希望を伝え、見守り手はその指示に従って置いていった。また指示がない場合などは見守っていた時の感覚を手掛かりにしながらも、自由に制作者に「置きたい場所がどのあたりであるか」等アイテムを動かしながら尋ねることもあった。制作終了後、制作された箱庭の全体像を映し鑑賞しながら制作について感想を尋ねた。終了後制作者に、画面を通して箱庭の写真を撮ってもらった。

(2) 箱庭制作

数か月後に、「オンライン箱庭で制作されたものと同様のものを制作してもらう」ことを伝え、個別調査により行った。その際、オンライン制作と同じものという前提があった方が比較できると思われるが真似することに終始し本来の心の動きを損なうことにならないよう「できるだけ前回と同じであったらと思うが、変更するのも自由であり自分の感覚を大事にしてほしい」と伝えた。制作後、箱庭をみながらインタビューを行った。またその際オンライン箱庭制作との異同についても質問を行った。インタビューでは制作者の許可を得て録音した上で語りの分析を行った。

結果と考察

(1) Aさんの制作体験

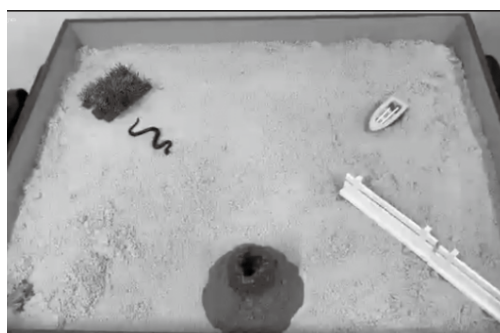


図1：Aさんのオンラインⁱ制作

アイテムの選び方はスムーズ。左下に水を掘るように指示しそこから蛙が出てくるような構図である。四隅から中心に向かってアイテムが斜めに向き合うように配置されている。納得していないような様子であったが、カメラの位置を箱庭上部からだけではなく、様々に動かし左下、蛙の方から中央に向けると「じっくりきた」ことが語られる。

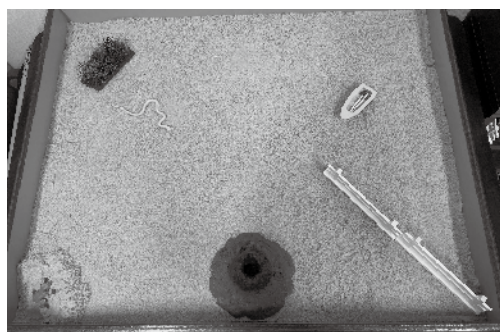


図2：Aさんの箱庭制作

アイテム選びもスムーズでためらいはほとんどないが、蛇のアイテムについては黒色の蛇を一度置いた後棚に戻し黄色い蛇に変える。目線を前回のカメラの位置同様にあわせながら制作。

【制作後のインタビューより】

(地の文はAさんの語りのまとめ)

前回この蛙が自分の視点だと思って終わったので、まずは蛙を置いて蛙の位置から確認していた。あまり違和感なく置けたとは思った。蛇の色を変更したのは実際見てみると思ったより強く邪悪な感じがした。緑色がよかったが蛇と目が合うので、目は合いたくないなと思い違う蛇に変更した。前の時とイメージは変わらないが、思ったより砂が重かったので掘るのがしんどくて。前は水が見えていたがそこまではできなかった。今回トレースしようと思っていたけど前には感じなかった違和感がある。蛇についても試行錯誤の結果変更にした。

【Aさんの事例についての考察】

Aさんは、オンライン制作と箱庭制作ではほぼ同じアイテムで制作されており、全体の構図に変わりは認められない。しかしインタビューでは、違和感が報告されている。この違和感は

前回の「しっくりきた」という感覚からスタートし、それが伴わないということからであったとも思うが、同時に蛇の色のイメージのそぐわなさ等、画面を通してではない色の感じがどのように自分に響いてくるか、自分が表現したいイメージと合っているかという逡巡がなされていると思われる。また「蛇と目が合う」という表現からは、オンラインでは気にならなかった細部に気を遣われていると同時に、目の前にあるアイテムと距離が近くなることを遠ざける動きがあったことがうかがえる。さらに「砂の重さ」に着目すると、オンラインでは見守り手に重さは委ねられ、作品の一部を担う視覚的なものであったこと、重さを思い浮かべていても感じ取りづらいものであることがうかがえる。

(2) Bさんの制作体験



図3:Bさんのオンライン制作

山と火のアイテムが使いたいと指示し中央上部に山を囲うように火のアイテムが置かれる。赤鬼と青鬼を山の両脇に正面に向かい配置する。消防車や宇宙服（防護服）を来た人などを配置。（この時見守り手も“しっくりくる”感覚を抱く）山火事であることを示すようにオレンジの木が置かれる。鹿が左側に置かれる。



図4:Bさんの箱庭制作

同じように山と火のアイテムを置くが、少し考えられた後砂を少し高くしその上に山と火を置きなおす。オレンジ色の木と鬼の配置も同様だが、鬼が前面に出ている形で配置する。また前回よりも車が多くなり、鹿ではなくおじいさんおばあさんが配置される。

【制作後のインタビュー】

（地の文：Bさんの語りまとめ）

山を置いて火を置いた時に、（山が）近いと思ってもう少し高低差をつけたかったが砂が固くてうまくいかなかった。火事が迫ってくる感じがあり、車も増やした。民家の方にも迫ってくる感じがあったので本当は木も増やしたかったができないなど。無防備感が強く境が欲しかった。前は人がいる感じがしなかったが、猿を置いた時、猿が懐いているおじいちゃんおばちゃんと危険が迫っているので2人のために火事を何とかしようとする猿とイメージが広がった。でも怖いので猿は最後尾にいる。ここに来るといろいろ広がっている感じがある。オンラインの時は、箱庭は広く感じて安心感があつたけど今回は近いと感じた。

【Bさんの事例についての考察】

Bさんの語りの中で興味深いのは、山火事という同テーマで制作をはじめても、箱庭制作においてはアイテムの「近さ」を感じている点である。その近さは、「火事が迫ってくる」「無防備感」といった形でイメージの世界に没入し、火事という事態をリアルに感じているのが特徴である。オンライン上では、「配置」としては距離があり気にならなかったものが箱庭制作においては直接感じられている。そこにあることに

よって感じられるイメージの直接性がよくわかる事例であると思われる。同時にこの事例では山火事というイメージがオンラインであったからこそ可能になったとも考えられる。Aさんの砂を十分に掘ることができないというエピソードとも関連するがオンラインによる物理的な隔たりは、表現されたものからの影響を弱める可能性がありそうしたことによって、箱庭制作ではできなかったようなイメージを表現することが可能になったと考える。またBさんが語られている箱庭制作におけるイメージの広がり、そこにあることによって広がる、イメージの自律性が端的に示されていると言えるだろう。

(3) Cさんの制作体験



図5:Cさんのオンライン制作

鳥居が中央に置かれ鳥居の左側に様々な木を配置する。中央は広くあいた状態で、右側には家や実のなる木、田んぼ、山と箱庭の枠に沿うような形で配置するように指示する。

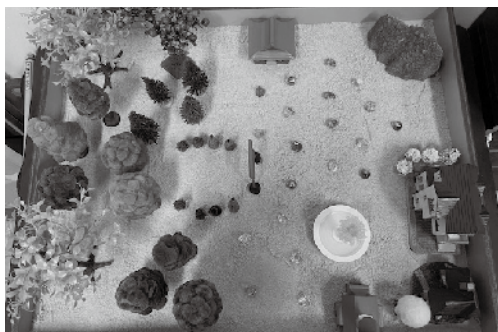


図6:Cさんの箱庭制作

鳥居を中央に配置。前回と同様に鳥居左側に木を置いていくが棚にあるほとんどの木を用い

て置いていく。その時点で「これで」とやめようとするが、<もし付け加えたいものがあれば>という見守り手の促しで家やカラフルなクリスタルを全体に散らす等アイテムを置いていく。

【制作後のインタビュー】

(地の文：Cさんの語りまとめ)

前の部分で覚えているのは人がいない森の入り口という記憶で木がいっぱいあるということだったのでアイテムを見てできるものは全部使った。もう少し置こうかなどうしようかなという迷いがあった時に見守り手の促しで付け加えることとした。前は木の種類が気になったがここでは気にならず、また前回見守り手にどう伝えるかということに悩んだり、見守り手をコントロールしているようで申し訳なく感じたりした。前はカメラが一台だったため、アイテムを選ぶ時に全体が写されたところから何があるか記憶してその上で印象的なアイテムを手掛かりにイメージを膨らませたが、今回はアイテムと箱庭とを照合させ、印象に残らなくても現場で見えて使いたくなるものを使うため、置くアイテムのレベルが違ふと感じた。イメージはオンラインでも心の中に浮かべているので一つではあるけれどもこちらの方が繋がりを見てわかり表現しやすいところはあるかもしれない。

【Cさんの事例についての考察】

Cさんはオンライン時と比較し箱庭制作において使用されるアイテム量も増え、作品が色鮮やかになっていることが特徴的である。これは、オンラインにおいて「どのように伝えていいかわからなかった」という言語的難しさや見守り手に対する配慮が関わってくると思われる。そもそも箱庭療法は言葉を用いなくても成立する療法であり、さらに体験自体が動的であることを考慮すれば言語化することによってズレが生じている可能性もある。またオンラインでの実施では「これをここに置いてほしい」という形で見守り手に“指示”をする必要があり、ある程度明瞭なものを相手に提示せねばならないことから、制作者の内的な逡巡を扱い言語化することは難しい。さらに、Cさんが言及しているオンラインと箱庭との制作方法の違いは、あらかじめアイテムが限定されるオンラインとその

都度のアイテム同士の繋がりからイメージが広がっていくという点でイメージの広がり方に質的差異が生じたと考えられる。ただし限定されることが一概にイメージの広がりにくさに繋がるとは考えにくい。Cさんも「印象に残った」アイテムから制作しており、「印象に残る」という形でアイテムに託す思いもあるのではないだろうか。また、本調査でも「一度置いてみる」ということが何度も繰り返され、「意外とありかなと思った(A)」という感想も得られ気づきにいたった例もある。こうした意外性についても考慮する必要はあるだろう。

オンライン制作の特性

本調査事例において、オンライン制作の特性としていくつかの共通項が見出されたⁱⁱ。1点目は、限定的な制作になるという点である。オンラインでは、触ることができないことやカメラの視点が一定であることから砂箱やアイテムの立体感が掴みにくく、作品としてのまとまりのみを意識して制作者が作られる可能性がある。そうした作品では制作者の内的な逡巡をおさめるといことが難しく限定的にならざるをえないとも考えられる。また砂の使用は、多くの先行研究の中で制作者のコミットメントを高めることも指摘されているが砂の使用も見守り手に委ねられており、没入感が薄まった結果イメージが自然に広がっていくような自律的な動きが生じにくい可能性もあるだろう。そうした点において従来の箱庭よりも表現は限定的にならざるをえない。しかし、石原(2015)は1つのアイテムを置くという調査の手続きでも生き生きとしたイメージが喚起されることから、アイテムは「柵に並べられているときから、アイテムはあくまで砂箱に置くというコンテキストの中で体験されて、選択される」(p.44)と述べている。実際に参加者の中でも調査について振り返る中で、「木を置く時に、大体こんなくらいのものかなと木を想像しながら推測していた(B)」というように自分で照合できないところを推測したという感想が得られた。実物が目の前にない分をそれを補うように内的に置いたらどのようなになるだろうかということ

ころの内に描きながら制作されていたと思われる。このような言及からはオンラインでも印象に残った、もしくは制作始点としてアイテムが置かれた時点でそのアイテムは置かれるというコンテキストの中で体験がなされ制作者の中に息づくものであると考えることができるだろう。またBさんの事例で示したようにオンラインだからこそできる表現もあるだろう。制作者にとってむしろアイテムや砂箱と隔たりがあるからこそ、眼前の箱庭制作では侵襲性があるようなことも「試して」みることも可能になるかもしれない。

2点目は、見守り手の関与が強まるといった点である。箱庭療法は、制作者と箱庭作品と見守り手との三項関係によってなりたつと言われている。その際見守り手は、制作者が安心して表現できる枠として機能することを求められているが、制作者が作っていく様子を見、こちらの中で一緒に描きながら見守っている。しかしオンラインでは制作者の目となりながら指示に従いアイテムを置いていくことが求められる。またさらに調査中には、そうした指示がない場合見守り手が率先して「ここかな?ここかな?」と実際アイテムを動かしながら制作者に尋ねる場面もあった。またそうした質問を投げかける際見守り手は、制作者が表現したいと思っているイメージがどんなものなのか、「見立て」ることが必要であった。このように通常の箱庭制作よりも見守り手の関与が強まっており、「見立て」によっては介入度も高まることが想像された。このような形で関与が強まることは作品にどのように影響しているであろうか。一般的に見守り手と制作者の関係性が影響することは従来通りであるが、Cさんが指示することをためらったように見守り手との関係性によっては制作者が意のままに見守り手を遣って表現することが難しくなることも考えられ、見守り手の好み色が濃く反映されたものにもなりえよう。見守り手の作品にならないように、どのように動いたら制作者に沿っていくことができるのかということを考えながらオンラインで実施していく必要があるようにも思われる。ただこうしてできた箱庭は、制作者にとっては新鮮さをもつ

て体験される場合もありうる。本調査でも見守り手が動かしたところが「意外にいいな」等と意外性をもって受け入れられることもありうるだろう。箱庭のアイテムが制作者の思いもよらないイメージの広がりをもたらすことは言及したが、特にオンラインでは見守り手という他者の要素が関与しており、制作者にとって他者性に開かれるような体験ともなりうる。それは「一旦置いてみる」というような語りからも示されるような自分を一度投げ出して委ねてみるような体験になるのではないだろうか。そうした在り方が自ずと成立しているのがオンラインの設定であるように思われる。

さいごに

杉原（2021）は、遠隔心理学の登場によって「対面心理学の可能性と限界」を問う舞台が設けられたと論じているが、オンライン箱庭の特性について論じることで従来の箱庭制作の見守り手のあり方や、作品とどう対峙するかといった点を再考することとなった。例えば、本論で示されたオンライン箱庭では、見守り手も制作者も自らの内で描きながら行うという形で主体的に関与する必要がある、これまでの箱庭のもっていたふっと目に留まるような出会いがあるようなものではなかったと考えられる。一方でオンラインの手続きによって可能となる他者性との向き合い方やおさめ方といった点では制作者にとって自分と向き合う機会になるであろうとも思われる。このような機会において、制作者が触覚を使えない分見守り手は感度高く制作者の身体性を担う必要があろうし、Aさんがカメラの視点を変えることでじっくりきたように、制作者にとっての「合っている」感覚がどこにあるのかを問い続ける必要があろう。本調査では指示を待つという形ではあったが、「合っている」感覚を模索する中でアイテムという物理的なモノを動かす指示という形ではない感覚を共有するようなコミュニケーションによって作られていく箱庭もありうるのではないだろうか。

本調査は少人数で行ったこと、はじめのオンラインでのセッションをグループで行ったこと

など調査デザインとして不十分な点がある。今後シリーズでの制作など調査を重ねながら、本論で得られた観点を精査しつつ、社会変化の中で心理療法の本質を問う作業をしていきたい。

引用文献

-
- 河合隼雄 (1969). 箱庭療法入門. 誠信書房.
 河合隼雄 (1991). イメージの心理学. 青土社
 河合隼雄・中村雄二郎 (1993). トポスの知.
 TBSブリタニカ
 河合俊雄 (2013). ユング派心理療法. ミネルヴァ書房
 桑原知子 (2010). カウンセリングで何がおこっているのか 動詞でひもとく心理臨床 . 日本評論社
 石原宏 (2015). 箱庭療法の治療的仕掛け 制作者の主観的体験から探る. 箱庭療法モノグラフ第2巻, 創元社.
 西見奈子・高橋靖恵・上田裕也・西岡小春・浦田晃正・星野修一 (2021) 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) が心理臨床業務に与えた影響—緊急事態宣言直後のアンケート調査から— 精神療法 47 (2) 42-47.
 杉原保史 (2021). 遠隔心理学の可能性と限界. 精神療法 47 (2) 55-59.
 和田竜太 (2007). 箱庭制作における体験をめぐって—身体感覚やイメージの広がりを捉える試み. 京大心理臨床シリーズ4箱庭療法の事例と展開, 創元社, 63-69.
-

i AとBに関しては画面上からの写真ではあるがCのオンライン制作は画面の写真ではなく制作時に撮影したものである。また画面を通しての写真は個人情報保護のため一部を加工している。

ii 共通項については制作者、見守り手を含めた形でディスカッションを行った。