

## 芸術療法での心理面接に挿入した童話作成の効果に関する研究 —童話研究 (10)—

蘭 香代子\*

### The Research of Effects on inserted Fairy-tales into psychotherapy with Art therapy

—The Research of Fairy-tales (10)—

Kayoko ARARAGI\*

#### Abstract

This research presents ongoing investigation into the effects inserted art therapy, findings in the use of creating fairy-tales.

The subjects were nine females of S<sup>1</sup> postgraduate course of a university.

They were continued arttherapy (landscape-composition-method or mother-child-draw etc), and they had troubles or were happend problems in process at more than five time's therapy, theafore, creating faily-tales were inserted (experimental subjects).

Then control subjects were two, one was tried previously fairly-tails and after landscape-composition-method. Another was a case of difficulty composition or organization.

The many findings of experimental subjects were followes.

① bridges across the river, ② big stone become symple, ③ more stabilitid house or ballanced house, ④ better balannsed tree, ⑤ better composede landscape,etc.

These considerations of findings were followings. Therefore effects of creating fairly-tales into on inserted art therapy were followings.

① creating fairly-tales made trouble or image trouble to simplfiese or easy, ② creating fairly-tales made river set up and composed landscape, ③ creating fairly-tales made integrate one's unconsciousness, ④ creating fairly-tales made paintting out clean up, etc.

This research cleared effects of creating fairly-tales in art therapy (landscape-composition-method or mother-child-draw etc) withen on phychotherapy.

#### 〔問題〕

筆者は、童話療法のもつ心理療法効果につい

て研究を続けているが、第一に①自我不安・イドの実現の投影としての表現療法がもつ効果を

---

\*人文学部 人間関係学科

報告している（蘭、2007）。つまり、童話療法とは、童話作品に表現された自我不安（孤独感、不安、劣等感、見捨てられ不安、呑み込まれる不安など）が起承転結（合）のなかで、どのようなクリエイティブイマジネーションを得てイド（認められたい、安心したい、甘えたい、自立したいなど）の実現をしていくか、その体験過程を外在化していくのを援助していくものである。そして次に、②自我を強め、自我の柔軟性を高める心理療法として意義がある。ここでは貧弱なイメージしかできなくなっている脆弱化した自我や、葛藤のために混乱している問題や、断片化したイメージ（合理性をつむげない）などを癒し主体性を育て強化していく。しかもこれらの療法のなかで③意識と無意識の統合を表現していく。文という形で言語化しストーリーをつむぐなかで、先入観や固定観念となって縛り続けているものをくり返し、洞察しやすくしていく。問題の受容がなされ、また描画に描かれた内容が、物語で関係づけられたり構造化されて、時間軸、場面軸の変化によって主人公や脇役の心理や行動化に関連づけられて、意識と無意識の統合がなされていくことを報告してきた（蘭、2008a, b, c, d）。

ところで物語がもつ心理療法の特質については、河合（2003）や北山（2004）などの知見が多いが、「ひとは自分が経験したことを自分のものにする、あるいは自分の心に収めるために、自分の世界観や人生観にうまく組み込む必要がある、その作業は経験を納得のゆく物語にすること、そこに筋（ストーリー）を見いだすことである。物語はそのひとの心に収まる筋道をもっている。そして心理療法は、クライアントが自分にふさわしい物語をつくりあげていくのを援助する仕事であり、症状に悩むひとは、その症状が自分の物語に組み込めないことに悩んでいる」と述べている（河合2002、2003ab）。

心理療法において、物語の特性は、「関係づける」はたらきであると河合は力説し、あるいは何かを「関係づける」意図から物語が生まれ、物語ることによって母子関係や対人関係などの関係の在り方がわかり、かかわりのなかで再構築がなされるというわけである。現代人の病ともいわれる「関係性の喪失」を癒すものとして物語が重要であると、河合は主張している。

本研究は、芸術療法というまさにカルフ（1966）のいう「自由にして保護された空間」のなかで無意識を発露し、ことばによってまとめられるカタルシスや癒しの効果をもち続けてきた心理療法のなかに童話作成を挿入した場合の効果について言及する。元来芸術療法は、①箱庭療法、②コラージュ法、③絵画及び描画法、④詩歌、小説、などを含む療法、⑤サイコドラマまたは心理劇、⑥ダンス法、⑦音楽療法、など多岐にわたって心理療法効果を促進しているが、共通している点は、次の6点である（川瀬・松本ら、1996）。

①言語化できない心の深層を表現することである。言葉で表すことのできる意識的水準から、言葉化しにくい無意識水準まで表現することができる。②カタルシス効果をもつことであり、それ自体のなかに癒し効果をもっている。③できた作品のみならず、作成中の作品に視覚的フィードバックによる洞察が得られる。それゆえ自己洞察が進み自己受容ができる。④自己実現や人格の統合が促進される。表現していくなかで自己理解が進み、未来への同一視が進んでいくことである。⑤「関与しながらの観察」を可能にする。クライアントの作品ができあがっていくプロセスを追体験しながら、流れを読みとっていくことができる。⑥絵画、粘土、などで作品をつくることは、治療者とクライアント間に緩衝的媒体が生じ、緊張の緩和、関係の安定化を助ける。

しかしこれらの芸術療法は、多くは言語化が少ないカタルシス療法でもあり、本研究ではここに童話作成を通じて関係づけの言語化を挿入する効果を追求するものである。

つまり、こうした芸術療法での面接のなかに、童話療法を挿入した場合の、効果を明らかにすることが、本研究の目的である。

## 「方法」

協力者：M 大学院生13名（うち9名対象、他の4名は面接中に童話作成が挿入されなかった。これは童話作成を必要としない面接経過だった）

期 日：平成21年9月から平成22年1月（計8回）

手続き：心理面接のなかで、芸術療法（母子画、風景構成法、星と波、S-HTP 法）などを行い、そのなかで面接が進まないこだわりや大きな退行、または抵抗や障害が見えてきた時に、童話作成法を行い、次に風景構成法や母子画にどのような効果が表れるかを検討する。

## 「結果と考察」

心理面接場面での芸術療法とあって、協力者の描画の状態をアセスメントしながら進めているので、協力者9名の内訳は次のようになった。実験群：①風景構成法をメインとして童話作成を挿入した場合は6事例、②母子画を中心にして童話作成を挿入した1例、統制群：①童話—風景構成—童話の1事例、②やや障害あり群の1事例、である。

1) 6名の風景構成法での面接に童話作成を挿入、また風景構成法を試みた場合：顕著な変化（効果）として結果は次のように

なった。

表1 風景構成に効果した項目

	項目の変化	%
1	川に橋を架ける	66.7
2	大きな石の縮小または消失する	66.7
3	木の浄化	50.0
4	構成力のUP	100
5	家の安定	33.3
6	山の統合	33.3
7	右上への移動（山）	50.0
8	道中や川中の石が消える	50.0
9	川が起き上がってくる	33.3
10	中心化、誘目性の出現	66.7

## 2) 風景構成法への童話作成の挿入

### <事例1>

川に沿ってびっしり並べられたやや大きな石は、強迫的な防衛であり、しかも川の中に赤い屋根の家があり、不統合な構成がみられ、家の不安定感、感情の不安定感がみられる。収まりきれない自我の問題が浮かび上がってくる（図1参照）。



図1 風景構成法1

川は5回ほどカーブしながら脇に道を伴っている。道は大きくクロスしており、石は池の周りに小さくなって敷き詰められている。

ここで童話作成を入れると、風景構成力は一段と up した。①道と地面の区別、②川をまたぐ橋（川に橋を架ける）、③山と草原のバランス、④ひとと道のバランス、⑤ひとが大きく描かれている、⑥ひとの表情に笑顔、⑦動物の切断もなくなる、などの構成力 up がみられた。



図2 風景構成法2（童話作成後）

### <事例2>

初回の風景構成法では道が描けず、川は山全体から湧き出た水の流れであり、まとまりが良くない。几帳面な田んぼと田で働くひとはいるが、川の脇に石が積まれていて、頑なで防衛的であり、構成力にやや問題がみられる。

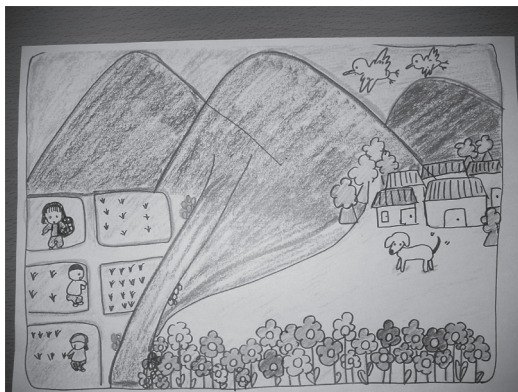


図3 風景構成法3

2回目に道はできるが、川の側に大きな石が3個みられ、田んぼにも石が4個みられる。家

は同じ小さな家が複数で散在している。3回目で川が下に寝てしまい、並行して道ができたものの途切れている。右上の木の傍に大きな石がふたつあり、トラブルがみられる。ここで童話作成を2回挿入「海のなかの生きもの」「陸と水を行き来する生きもの」の童話を作成すると、その後の風景構成法では、①川に橋が架かる、②犬を連れて散歩する女性、③大きな石は小さくなり、④石は右上から左中に移動、⑤石の上に雛鳥が2羽、⑥鳥のアイコンタクト、などがみられた。



図4 風景構成法4（童話作成後）

<風景構成法への童話作成の挿入による変化と考察>

事例1と事例2の風景構成における童話作成後の変化と考察は、以下の5つにまとめることができる。

①童話作成をすると、次の風景構成では石を小さくするという、石という障害や困難のイメージを小さくする、または消失させていく効果がみられている。大きな石はトラブルであることも多く、この石が小さくなることは解決の兆しが見えてきたことや、トラブル性をあまり感じなくなったことなどのトラブルからの解放と考察できる。

②童話作成は、寝ていた感情（川）を起こし、



山から流れてくる水へと構成を高めている。寝ている川つまり横になって下部に描かれた川は、気分や感情がうつうつとしている傾向があるので、川が起きてくることは意識や感情が前向きにエネルギーになってくることである。それゆえ主体感覚が賦活し、本人のやる気が湧いてきたと考察できる。

③川に道を交差させ、感情（無意識）を意識的に統合していく力を高める。自己統合力を高める。

④黒いシミが染みついた樹幹が、健康な茶系の樹幹へと変化し浄化されていく。ここでは樹幹は自分の内面とも言われ、内面のこだわりがシミとなっているので、内面が浄化され、心の健康が増したと考察できる。

⑤ひとは川をみていたのが、道を見て歩くようになった。これは感情に左右されがちだった自分が、むしろ人生の目的や夢に影響を受けて生活するようになったと、考察できる。

### 3) 母子画への童話作成の挿入

母子画での心理面接に、童話作成を挿入した場合の事例である。



図5 母子画1

母子画1では、母親は正座し目をつぶっている。その母の肩もみをしている子どもも頑なな表情である。双方とも他人行儀というよりは、

ぎこちなく無表情で教科書的である。母子画を続けていくなかで、表情が活性化し、母子にも笑顔が増え、動きも柔軟になっていくが、子どもがどんどん小さくなり、甘え直しがみられていく。子どもの退行による笑顔の復活と幼児化がみられていく。そこで適切な甘え直しができたと思われた次点で、童話作成を挿入した。童話課題は「鳥の童話」である。

童話作成後の母子画では、子どもは笑顔で勉強し、母親は傍らで見守る描画となっている。

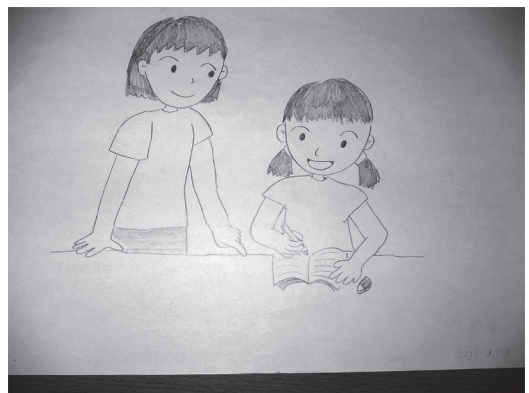


図6 母子画2（童話作成後）

#### <母子画事例考察>

母子画は、母子関係の描画とあって、年齢退行や甘え直しがしやすい療法である。それなのに最初は、親に気遣う無表情な子どもという大人化した自我の子どもが描かれている。この強度に発達した大人化した自我は、無理をした自分であり、超自我の要素の大きい部分の自己である。それゆえ自我の柔軟性に欠け、かえって自我に問題を起こしやすくなっている。子どものありのままの本性を出せないことは、とりもなおさず親にもまた頑なな意地や見栄、防衛があることになる。

そこでこの母子関係を前向きで良好な関係に支援することが課題となる。この事例では母子画を続けることによって、カタルシスが進み心

理療法が進んでいった。この母子画の考察としては、母子画の特徴は甘え直しに満たされるなかで、甘えの固着、年齢退行の固執がみられた場合に、童話作成を通して無意識を統合し、主体感覚を賦活させる効果があるということである。母子画もまた多くの描画や芸術療法と同じく、カタルシス効果、フィードバック効果をもつが、童話という意識と無意識の統合や起承転結の問題解決の試行により、自分の本来に帰るといふ最後の母子画が生じている。

後ろ向きの母親から、横向き（横並び）、自己表出、アイコンタクト、笑顔、と変化していくところにも良好な効果が認められる。

#### 4) 統制群（童話―風景構成―童話）の事例

この事例は、童話になれない童話を描く中年後期の事例である。「海のなかの生きもの」の課題に対して、主人公は女の子であり、童話の主人公に感情移入ができない。また展開が難しく、現実感覚が強すぎてアニミズムの心理になれなかった。そこで童話のあとにしばらく風景構成法を試みた。

その風景構成は、①遠近の風景でひとがシルエット風、小さく棒人間、家は遠景に描かれ小さく粗雑、道は川に沿っており交差しないでしかも近景で二股に分断されている。田んぼは枯れ野で石が山積みされている。②直立不動の人間が三人、まったく正面向き、木が右側切断、家が遠景で粗雑、川の上に橋が三本、同じ形で道は黒くぬられ、石は近景で墓石、③家は中景に移動し、やや詳しくなってきた。道と川が交差し構成として起き上がってきている。石は中景の家の前に大きく並列している。黒い鳥が4羽かたまって空を飛んでいる。④右切断の木、風景を見ながら風景画を描く後ろ向きの女性、石は川のなかと草むらのなか、⑤川と道が立体的に交差し、家が大きく詳しくなり、家族が詳

しく描かれ、家の周りには垣根ができています。家と家族の中心化、誘目性（描き手のメッセージ）、目を引く項目が顕著にみられる。焦点化傾向がみられる。

#### <経過と効果>

風景構成法を続けていくなかで、次のような変化の特徴がみられている。

①構成力（大景群、中景群、近景群）がUP、②家が大きく詳細にそしてカラフルに安定していく、③ひとに動き、表情、大きさができていく、④切断項目がなくなっていく（木、家、ひとなど）、⑤誘目性が明確になっていく（家と家族）、⑥横並びの道や川、川と並行した道などが交差し橋が渡され、ひとつの風景に統合されていく、⑦石が障害の役目を無くし生産性のある使われ方をしていく、⑧ひとと動物、花と動物、などの動物との関係性が形成されていく、などである。

#### <事例考察>

ここで童話作成を2回続けると、どちらも楽しんで主人公に感情移入し、作成できた。事例にとって初めての動物のアニメを借りた起承転結の童話を形成することができた。

客体化してしかみれない自我、傍観的な自我、周りの環境やひとに左右されて揺れ動く不安定な自我などがみられていたが、風景構成法を続けることでカタルシスが進み、誘目性などの中心化、焦点化が進み、構成力がupすることで統合性も進み、イメージにはいって主体性を賦活していく童話のストーリーの展開ができるようになっていく。

これは童話作成療法に入れたいひとへの効果的な描画法として風景構成があったことを示している。客我としての行動に支配されやすいひとへの心理療法として、内面の活性化、イメー

ジの賦活を促進させた事例である。

#### 5) 統制群の事例(構成力がつきにくい事例)

風景構成が難しい事例で、1回目は赤い空、シルエットのひと、大景群にある家、几帳面に並んだ田、切断されている木、茎や枝根のない花、大きな石で防御された切断された川の一部、など注目すべき項目が多かった。2回目では田、ひと、動物の拒否がみられ、家はビル、花は花びらで山にぶつかった尖った二等辺三角形の道、底辺に横になった川と石の防衛、大景群に横並びになった木、近景群に2つの山、構成力はややでてきたけれど拒否やアンバランスもみられている。4回目には表情のない顔のひと、川が二股に分離、などの不統合もみられた。5回目に「海(水)のなかの生きものの童話」作成をおこなったところ、童話のストーリーは起承転結があり、クラゲと深海魚の仲良しになるくだりと死への固着でbad endになっている。また黒の包囲や深海魚の歯が鋭く攻撃性がみられる。

#### <事例考察>

風景構成法での構成力は、なかなか獲得できなかった事例であるが、童話作成における拒否やストーリーができないなどのことはなく、起承転結をつむいでいる。この点では風景構成に問題があっても童話では言語での統制ができ、起承転結を創造、くみだてる健康さがあるとみられる。絵画だけでは統合しにくい描画も、文字をいれて物語りにすることで自分としての統合をしていくと考察できる。しかしこの統合は負の統合(ナルシスの結合)であることは注目すべきところである。自我が前向き、建設的にクリエイティブな活動ができにくいことを示している。

#### 6) 全体考察と問題点

風景構成法での構成力は、展開と統合(結)の創造性に関係し、統制群での風景構成では①誘目性アップ、②大景群、中景群、近景群のバランス構成力、がみられる。そして童話作成を挿入すると、happy endや前向き創造的展開がおこっていく。しかし構成力不全ではbad endとなり、しかも情緒的なものへの固着、ナルシスへの逃避などがみられ、包囲の抑圧、研ぎ澄まされた攻撃性、色の消失などへの結末がみられている。また主人公や脇役の部分的拡大、統合性の欠如などが全般にみられている。これらは童話作成において負の統合をしていく傾向が考察された。ただしその負の統合にいたるストーリーの言い訳づくりもなされ、合理化されていく傾向がみられた。

これらのことから、童話作成におけるストーリーの有無は、風景構成法の構成力に対応していると考えられる。しかも相互啓発的でさえある。すなわち風景構成法での構成力向上は、童話作成によってイメージ自立を効果的にし、また逆に童話作成でのクリエイティブイマジネーションは、風景構成法での構成力を画期的に高めるといえることができる。

統制群をみていくと、風景構成法のみでも誘目性が表れ、そのなかで自己の賦活化がおこっていくが、童話作成を挿入した場合は問題の解決や自己覚知や意識と無意識の統合などがより多く展開されていく。ここから芸術療法でのバッテリー効果がみられ、しかも童話作成は構成力をより向上させ、心理面接をより効果的にしていると考察できる。

#### 引用・参考文献

- 1) 蘭香代子 2007年 水(海)のなかの生きものの童話にみられる心理の考察(童話研究 1) 一主として①主人公への自我投影、②

深く感謝申し上げます

- テーマにおける母性原理、③ストーリーにみられる自我不安とイド、の考察 駒沢学園心理相談センター紀要第3号 pp2-11
- 2) 蘭香代子 2008a 童話（物語と描画における表現療法）作成における心理変化過程の調査研究（童話研究2） 駒沢女子大学研究紀要第14号 pp14-19
  - 3) 蘭香代子 2008b 水（海）のなかの生きものの童話における内容分析（童話研究4） 駒沢学園心理相談センター紀要第4号 pp2-11
  - 4) 蘭香代子 2008c アニミズムの心理の考察（童話研究3） 日本文化研究第8号 駒沢女子大学日本文化研究所 pp56-61
  - 5) 蘭香代子 2008d 童話療法 誠信書房
  - 6) 皆藤章 1994 風景構成法—その基礎と実践— 誠信書房 pp80-104
  - 7) 皆藤章・川寄克哲編 2002年 風景構成法の事例と展開 誠心書房
  - 8) 河合隼雄 2002 子どもといのち 『河合隼雄著作集4』 岩波書店
  - 9) 河合隼雄 2003 物語と人間 『河合隼雄著作集7』 岩波書店
  - 10) 川瀬正裕・松本真理子他 1996年 心とかわる臨床心理 ナカニシヤ出版
  - 11) 北山修 2004年 語り・物語り・精神療法 日本評論社
  - 12) 北山修 2004年 精神分析理論と臨床 誠心書房
  - 13) 北山修 1993年 見るなの禁止 岩崎学術出版社
  - 14) 吉良安之 2002年 主体感覚とその賦活化 九州大学出版会

付記：本研究は駒沢女子大学研究倫理規定に沿って、調査研究を遂行したことを報告します。研究に協力いただいた方に、