

箱庭療法セミナー

松下姫歌(広島大学大学院教育学研究科)

当センターでは年 2 回、「広島大学心理臨床セミナー」として、地域に向けて、心理臨床に関する啓蒙的セミナーや、心理臨床の専門的理解を深めるための研修セミナーをおこなっている。2006 年度の第一弾は、記念すべき第 10 回。主に、臨床心理士をはじめとした心理職の方や心理士をめざす大学院生の方に向けて、事例理解を中心に置いた専門的な研修プログラムを提供したいという思いから、「箱庭療法セミナー」を企画、2006 年 12 月 16 日(土)、広島大学東千田キャンパスにて開催した。

箱庭療法は、まだ言葉にならないものを、自分の心と身体の感触を通して扱うことが可能である。それどころか、本人にとって心の中に「ある」と意識していなかったものさえ、手探りで汲み上げることができ、さらにはそこに自由な動きを生み出すことが可能となる療法である。箱庭に現れるものはいわば、言葉以前の言葉、そこにあっても存在すら気づかれなかった心の声であると言える。しかし実は、言葉による心理療法面接の場合においても、言葉にならない、心に向けて聴かれるべきものに耳を澄ましていく必要がある。箱庭療法は、そうした目に見えにくく触れにくいものを、見えるもの、触れるものとして展開させることのできる方法である。そして、見えて触れられるものの背後に、それを生み出している見えない心の力の存在に、さらに目を向けさせられるような療法であるように思われる。したがって、箱庭療法を学ぶことは、実は、心理療法において、言葉にならない心の声を聴き取っていく力、その人の心の体験にアプローチする力を実に幅広く育むことにつながるものと考えられる。このことは、どんな猶予も許されないような余裕のない社会の中で、苦しみを受けとめられも見いだされもしないという心の受難が増えている昨今、ますます重要なことと考えている。

このような思いから、本セミナーでは「箱庭療法の事例を読む」ことを中心テーマとしてとりあげ、日本箱庭療法学会理事長であり京都大学教授の岡田康伸先生をお招きして、午前の部では岡田先生の全体講演「箱庭療法の治療的要因について」および事例検討、午後の部は分科会形式でのワークショップ・グループスーパーヴィジョンと、計 5 時間のプログラムを準備させて頂いた。事例検討を主とするという性格上、完全予約制かつクロードの研修会とさせて頂いた。長時間のセミナーにも関わらず、外部からは約 150 名、スタッフを含めて全部で約 200 名の参加となった。

午前の部の事例検討では宝塚市立教育相談センターの淀直子先生に不登校児の箱庭の展開を大変わかりやすくご提示頂いた。午後の分科会は A コースの講師に岡田先生、B コースは広島県臨床心理士会会長・メイヘン心理相談室室長の倉永恭子先生をお迎えし、C コースは筆者が担当させて頂いた。それぞれ「砂に関係ある事例研究」、「箱庭療法の事例の読み方」、「自己治癒力を生かす箱庭療法」と題し、参加者から提供された事例—いずれも各々の児童福祉施設での事例であった—に向き合い、箱庭を通して見えてくるものについて丁寧な検討がすすめられ、みっちりの中身の濃いセミナーとなった。

「箱庭療法の治療的要因について」(岡田康伸 日本箱庭療法学会理事長・京都大学大学院教授)

本セミナーにおける事例検討内容の詳細についてご紹介させて頂くことは守秘義務の観点から差し

控えさせて頂きたい。そこで、事例を読む観点として、セミナーの入口である午前の部の全体講演で岡田康伸先生がお話し下さったエッセンスについて、筆者なりにお伝えしたい。

箱庭療法の治療的要因として、岡田先生が挙げられたのは、次の8つ。1) 箱庭用具ひとつひとつの持つ治癒力、2) 箱庭における遊びと自己表現、3) クライエントーセラピスト関係、4) 自我と自己の水路づけ、5) 象徴的体験、6) 美のクオリティ、7) 自己治癒力、8) 箱庭療法における語りと傾聴。

特に3)クライエントーセラピスト関係の重要性については、クライエントーセラピストと“第3項としての箱庭”をどう見ていくのかという視点から論じられた。①箱庭作品が生まれることで、セラピストは必然的に箱庭が作られていくプロセスに同行し、そのことによってクライエントの心的世界やメッセージを受けとめるための猶予が“自然と”生まれる。②クライエントは作品を通してセラピストに語りかけ、セラピストは作品を通してクライエントに何かを返していくという相互性が発揮される。③そのため見守り手が違えば箱庭も違ってくる。箱庭作品はクライエントーセラピストの関係性の現れでもある。④箱庭が作られる中でクライエントとセラピストの心的エネルギーが動いている。

こう書いてしまうと岡田先生のあの自己治癒力を具現化したような語り口が伝わらず惜しい。先生はイメージの「力動性」を強調されるが、④の心的エネルギーの力動性の話が、岡田先生独自の箱庭理解、心に向き合う姿勢のエッセンスと思われる。先生は、碁の対局を例をあげ、「対局の雰囲気は“ピーンと張り詰めた空気”とよくいう。対局してる人達が心的エネルギーとやりあってる感じ」、「白をぼんと打つ、ぐっと黒の人に対して押していく。それを跳ね返すように、今度は黒の人が打つ、そういうやりとりは、心的エネルギーが動いてるということ」、「だからクライエントとセラピストが、心理療法で相対してるときは心的エネルギーがばあーっと動いてる」。一つ一つの意図や動きを生み出している心的エネルギーに呼応し反発して、次の心的エネルギーの動きが生みだされ、その相互性の中で心的エネルギーが動き続けていく。しかしこうしたことを頭でわかったような気になるのでは全く不十分なのだということに、先生の語りに触れて今更のように気づかされる。

先生は心的エネルギーの「存在」や「動き」を、具体的に「その場に対峙して」「心の感触で」受けとめておられる。事例検討においても然り。例えば、左の空間に宗教的アイテムが置かれ、動物がそれと相対する姿勢で、かなり離れた右の枠ギリギリに置かれる。この場合、一方で「真ん中の空間に何も出てこない、動物は弱くて進めず、左の空間には近づけない」と“状態像”を捉える見方がある。岡田先生は「空間にただ何も出てこないのではなく、宗教アイテムと動物との間に心のエネルギーの動きがある。動物は左の空間から来る力を感じ拮抗している。そこに静かな戦いがある」と、一見静的に見える状態の背後にある、その状態を動かしている心的エネルギーの存在と動きを感受し見ていく。この姿勢が8)箱庭における語りと傾聴のエッセンスであり、これにより、4)自我と自己の水路づけがなされて「新しい全体性が掘り出され」、6)美の質も一面的な「完成美」から「完全美」へと近付き、5)象徴的体験を通して「絶対的な現実を超えることが可能に」といった7)自己治癒力が動いていく、と説かれる。こうした観点はむしろ関与力という方が適切かもしれない。観たり関与したりしているのは、点と点ではない。さまざまな点や次元や動きを、明確に見えないにも関わらず、感受すると同時に応じていく力が、心にはある。その力を「いま・ここ」で具体的に見だし感じ取っていくことが、心本来の治癒力に息吹を与えるのだということに、あらためて強い感銘を受けた。