

令和 3 年 5 月 20 日現在

機関番号：30128

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2018～2020

課題番号：18K03108

研究課題名(和文) 自分描画法 SPM マニュアル作成 - 評価基準の策定

研究課題名(英文) A manual of utilization and evaluation of Self-Portrait Method(SPM)

研究代表者

小山 充道 (KOYAMA, MITSUTO)

北海道千歳リハビリテーション大学・健康科学部・教授

研究者番号：20170409

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,100,000円

研究成果の概要(和文)：課題は自分描画法(SPM)の評価基準の策定とマニュアル作成だった。過去収集した2,939枚のSPM、追加収集した大学生24名と高齢者30名のSPM、同時に実施したバウムテストを分析対象に加え検討した結果、SPMの評価基準が定まった。また「自分描画法マニュアル」の執筆を行った。本書は同時に作成したSPMの利用法と実施場面状況の映像を収めたDVDを添付して、2021年に発刊予定となっている。(195字)

研究成果の学術的意義や社会的意義

SPMは落書きをヒントに発想され、幼児から高齢者まで3,000人を超える人々が描いた自画像のフィールド研究から生まれた。「思いの理論(小山;2002)」を背景とするが、学術的には未開拓の領域である。SPMでは錯綜した自己像と自分を取り巻く環境との関係が描画に投影されるため、自分という存在に対する気づきが高められる。

「思い」は誰もがもつものであることから、SPMの適用範囲は幼児から高齢者までを含む「すべての人間」と広い。SPMは日本文化に深く根付く「思い」にふれる手法であり、本法を学術的に位置づけることによって、心理療法の幅はよりいっそう広がると考えられた。

研究成果の概要(英文)：The author has been engaged in Self-Portrait Method (SPM) research for the past 14 years. This study is an original psychotherapy research with three key words, "OMO1 (approach to psychotherapy)", "SPM", and "talk therapy", and no precedent research has been found. The purpose of this study is to establish the evaluation criteria for SPM and to create user manuals. As a result of the research, the evaluation criteria for SPM, including the results of the Baum Test conducted at the same time, were determined, and the user manual for SPM was prepared. In addition, the author prepared a DVD to introduce SPM, and the book with the DVD will be published under the title "Manual of Self-Portrait Method (SPM)" within 2021.

研究分野：臨床心理学

キーワード：自分描画法 思いの理論 対話療法

1. 研究開始当初の背景

自分描画法 (Self-Portrait Method ; SPM) の着想は子どもの“落書き”にあり、鍵は“自分の思い”に気づく」にある。筆者はスクールカウンセラーとして出会った多くの子どもらが、あちこちに落書きする場面によく遭遇した。このとき、落書き内容と表現方法には何らかの心理的意味があるに違いないという直観が働いた。幼児は広告の裏や画用紙等の落書き帳によく人の顔を描くが、多くの大人は落書き帳を持たず、Twitter, Facebook, Instagram 等の SNS が落書き帳代わりになっている。大人は心の中に落書きをするのでは...。人は成長するにつれ、なぜかクレヨンや色鉛筆から遠ざかる。大人にクレヨンを持たせると、多くの人が「懐かしい...」とつぶやく。落書き、クレヨン、色鉛筆などは幼い頃の思い出の中にあるようだ。

筆者は心理臨床において「思い」という心の様相を重視する。人は再び落書きやクレヨンにふれると思いの世界に近づけるのではないかという直観は、その後、落書きを整理し枠組みを整えた SPM の創案へと結びついていった。

筆者は病院および教育現場での心理臨床経験を 37 年間もつが、この間対象者が用紙にクレヨンや色鉛筆で絵をおもむろに描いている姿に何度も出会い、徐々に描画に投映されているのは「人の“ある思い”」ではないかとの感触をもつようになった。思いの始まりは心の中で描く落書きに似て、この落書きが“いくつかの要素とある構成を得てある思いの形”となる。筆者は、SPM の手法は、「思いを浮かび上がらせるための自然な心の発露」と考えている。

2. 研究の目的

研究目的は次の 3 点にある。

人の心の深いところにあるはずの“思い”こそが、人の心を真に理解するための鍵となるのではないかという素朴な疑問について検討する。

学術用語として定着していない“思い”という用語は、心のひとつの単位となるのではないかという仮説について検討する。

“思い”を背景とし対話療法を組み込み創案された SPM は、日本ならではの心理療法のひとつとして育てる価値があるかどうかについて検討する。

以上の 3 つの目的を達成するために、「思いの理論の構築」、「SPM マニュアルの作成」、「SPM 紹介 DVD の作成」に取り組む。

3. 研究の方法

各年度において研究方法は異なる。以下に略述する。

(2018 年度)

これまで収集した 2939 枚の自分描画を分析対象として、SPM の評価基準に関する検討を行った。方法は、具体的には以下の流れで取り組む。項目によっては結果の一部(知見)を含む。発達的特徴を明示し、SPM の臨床発達の様相を図示し、説明を加える。そして「思い」の構成要素(仮説)である「自分(主体)」、「気になる何か(今心をとらえているもの)」、「背景(気分・感情)」、「隠れているもの(心のやや深いところにある自分関連の何か)」について詳細な分析を行う。

(1) 発達状況の見立て(大きな掴み) 描画特徴と年齢との比較(平均値の比較等)

例「5 歳の子どもではわずか 2% のものが幹を地面の上にかき、6~7 歳では 15%、8 歳では 31%、9 歳では 95% となり、それ以上の年齢では、この数値が 10% 程度の変異を持ちながら持続される」(C. コッホ(林勝造・国吉政一・一谷彊訳)(1970)「バウムテスト」日本文化科学社 p16)

(2) 自分像の分析(自分の掴み方) 「今の自分」との関わり状況を明確にする。

自分像を描くときの心の動きについての質的分析(積極的・躊躇・消極的・拒否等)

自分像の有無(自己イメージ化に関する自分自身の受容度)

自分像の位置 空間象徴図式との量的対比(意識水準および向性)

自分像の量的大きさ(A4 版用紙との対比で捉える)

自分像の描き方についての質的分析(丁寧・粗い・棒人間等の分析。自分が自分自身をどのように扱っているか)

自分像の説明の仕方(非言語水準〔口ごもり〕から言語化水準〔自分を言葉で伝えることができる〕まで、今はどの程度の水準にあるかについて質的分析の視点から見定める)

留意点: 自分像の分析は、これまで蓄積された「人物画テスト」の知見を参照。その際は、空間配置、空間の使用量(自分像の大きさ)が問題になる。これに関しては、ImageJ によ

- 量的分析を加え、より説得的な資料となるよう努力する。
- (3) 「気になるもの」の描画分析 来談者中心療法の根幹をなす「今・ここで」を明確化
 気になるものの描き方（具体的・抽象的・図式化等。他の描画に関する成果を参考資料とする）
 気になるものとして、何を描いたか（“何”についての分析。他の画に関する成果を参考資料とする）
 気になるものの描き方に関する分析（例：具象〔例：A子〕・象徴〔星印〕・抽象〔進路〕
 留意点：「今、心をとらえているもの」の分析を行う。対象は「ある人物・ある出来事（過去・現在・未来は問わない）・ある感情（例：不安感）」と限りがない。今在る心により近い「気になる何か」についての抽出を行う。
- (4) 「背景」の分析 主に感情分析を行う。
 背景として、何を描いたか（“何か”に纏（まつ）わる感情についての分析；例。開放感と関連した草原の絵）
 背景の描き方（具体的から抽象的描画まで種々あり。感情のキメ）
 留意点：「感情分析」の視点から考察を加える（例：雷 自然の怖さや不思議さ、珍しさなどが相まって結構好き等）
- (5) 「隠れているもの」の分析 深層心理の追及
 隠れているものを描くまでの心の動きについての分析
 仮説：意識水準により、描画行動に差異が出現する。3つの意識水準を想定する。
 具体的には「無意識的抵抗 無意識的および意識的狭間にある迷い 意識化され浮上」の水準。
 隠れているものとして、何を描いたか（描いたものの分析）
 隠れているものについては、「意識水準に沿った描画（3つの水準を想定）」と捉える。
 仮説：無意識抵抗水準であれば、原初的なイメージが描かれるだろう。
 ・迷い水準であれば、無意識的または意識的な葛藤内容が描かれるだろう。
 ・浮上水準であれば、次の2通りの可能性が考えられる。
 ・過去に関連する描画であれば、「こうであってほしかった（よかった）、こうだったかもしれない、こうならないでほしかった（よかった）、といった肯定的または否定的な思いが描かれる。
 ・未来に関連する描画であれば、「こうであってほしい（こうなるような気がする）、こうなるかもしれない、こうならないでほしい（こうはならない気がする）等の、過去と未来に関する“思い”が描かれる。
 留意点：「秘密」にふれる。「秘密」には、個人的には「ささやかな秘密」から「絶対知られてはいけない秘密」まで種々ある。このほかにも「自分自身が知らないでいる自分の秘密（いわゆる自分探しの旅がその一例）」もあるだろう。それはときに「気づけない心」であったり、「気づきたくない心」であったりする。ここでは多方面の角度から「秘密」について検討を深める。
- (6) 「物語と題名」についての分析
 展開状況
 イ 思考の流れ（思考過程の評価〔論理性と非論理性〕
 ロ 初発と結末との整合性（始まりと終わりの内容〔TAT風〕等）からの分析）
 ハ 「思い」の抽出
 留意点：「物語の内容分析」にあたっては、物語から抽出される「思い」について、丹念なコーディング作業を行い、可能な限り主観を排除する。具体的にはSPSSのテキストマイニングを軸に、質的分析を行い、かつSPSSによる量的分析を絡ませながら展開する。
- (7) 色使いに関する分析（色彩象徴） 色彩心理学の知見を参考とする。
 描画部分と色使いとの対応（どの部分を明るく、どの部分を暗く描いたか等、描画部分と明暗の対比）
 色彩が全体に占める割合に関する分析
 留意点：色彩心理学の知見を参考とし、自分描画を判断するときの一つの資料とする。
- (8) 総合分析を行う。
 「思い」の内容分析と「思い」の心理的成熟状況の分析のまとめを記す。

（2019年度）

1. 「思い」は、「思い」を構成する4つの要素（自分像、気になるもの、背景、隠れているもの）のありようで生成され意識化の対象となるととらえ、「思いの生成過程」に可能な限り迫る。なお「思いの生成過程」の検討にあたっては、追加資料として成人および高齢者の自分描画を30名収集するが、その際、WHOQOL26を実施し、主観的幸福感に関するデータを得る。また2次元描画の自分描画と比較する意味で箱庭制作を加える。本研究はすべて筆者自身が個別に

実施し、より詳細な資料を得る。

2. 「SPM 実施マニュアル」をまとめる。

拙著「自分描画法の基礎と臨床」(2016)を補完するものとして、臨床現場にいる心理臨床家が使える道具として自分描画法マニュアルをまとめる。これによって SPM は、臨床現場で広く利用可能となる。

(2020 年度)

SPM の普及を目的として、SPM の利用場面状況および方法を記した記録映像 (DVD) を作成する。その際には、以下の点に留意する。

SPM 実施場面の撮影にあたっては、個人情報保護の観点から、描画部分のみの映像とし、かつ無音声で字幕付きとする。

実施者および受検者については、事前に内容の説明を行い、当人の承諾を得て実施する。

承諾については、実施内容の理解を得たことを口頭で確認後、事前に用意した承諾書にサインしてもらう。

当該 DVD は、自分描画法に関心をもつ臨床研究実践者に無料配布 (実費) する。

4. 研究成果

(1) 主な成果

自分描画法の枠組みを、図 1 に提示した。研究はこの手順に沿って行われた。

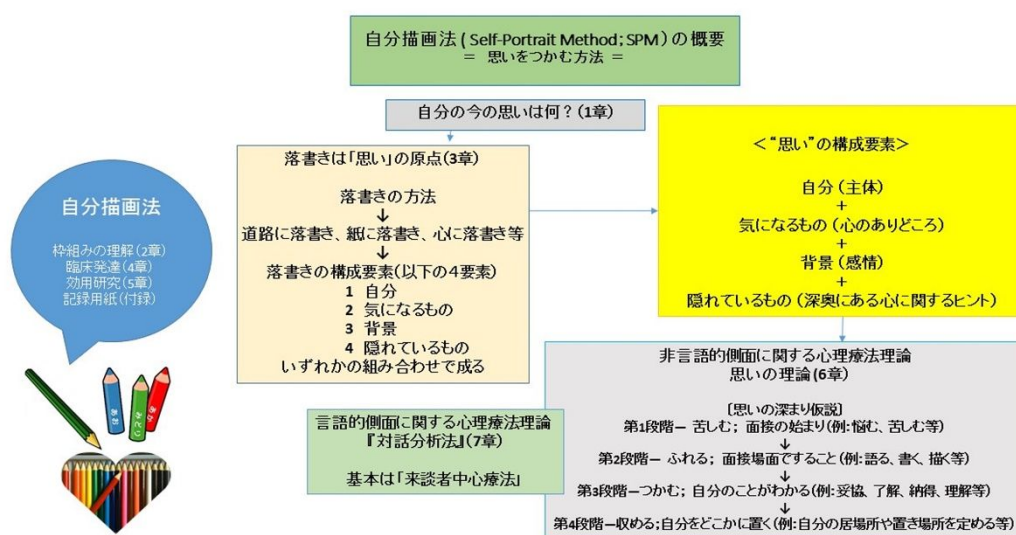


図 1 自分描画法の枠組み

この 3 年間は自分描画法のまとめの作業となり、かなり広範な視点から研究に取り組んだ。

(2018 年度)

今回の研究テーマは「自分描画法のマニュアル作成」であり、SPM に関する全体把握が求められる。3 件の研究を実施した。まず過去収集した SPM に関する全資料を整理し、SPM は心理アセスメントまたは心理療法の道具としてどのような使い方が可能か、またその効果について、多様な視点から見直す作業に入った。この結果については、2 年目も引き続き継続検討を行う。2 件目は「SPM の利用法に関する研究」として、公募で選ばれた北海道千歳リハビリテーション大学の学生 24 名 (研究協力者) を対象とした臨床心理アセスメント事例研究である。24 名は検者である筆者の講義を受けており、互いに熟知している間柄である。今回は SPM に関する情報をより多く集めより深く読み解くために、意図的にこのようなセッティングを整えた。全員が筆者の経験により選定された 5 つのアセスメントを体験した。それは、自家製の「思いに関するアンケート」「UPI 健康調査票」「主要 5 因子性格検査」、人格全体像を把握するための「バウムテスト」、自分自身の今の思いを理解するための「SPM」、SPM に対比するものとしての「箱庭制作」であった。研究協力者の心的侵襲度を考慮して、「主要 5 因子性格検査」「バウムテスト」「SPM」「箱庭制作」の順に実施した。この結果については、翌年度開催 (2019 年 6 月 6-9 日) の心理臨床学

会で発表した。3件目は、過去のケースを対象とした事例研究論文の作成である。これについては「痺れを訴える脳血管障害を伴う成人患者における思いの変化-自分描画法を患者理解の手がかりとして」というタイトルで論文文化を終え、「北海道千歳リハビリテーション科学」に掲載、公表された（2019年6月WEBオープンアクセスにて公表）。

（2019年度）

今回の研究テーマは「自分描画法マニュアルの作成」である。本年度は、北海道千歳リハビリテーション大学が主催する健康増進教室に参加する高齢者30名（内訳：男性14名[62～82歳平均70.7歳]、女性16名[62～80歳平均72.3歳]）を対象とした。手順の流れは次のとおり。「直接SPM研究協力者募集（チラシ手渡し） 事前面談実施日時の打ち合わせを行い、かつホームワーク内容（落書きと思いに関するアンケート）を伝える。落書き用に用紙とクレヨン・色鉛筆を手渡す（事後に贈呈） 自宅での作業内容として「落書き」と「思いに関するアンケート」に取り組む 研究室での作業に入る。研究承諾書への記入後、以下の6つの作業に取り組む。途中で休憩を入れた。「主要5因子性格検査システム」は直接パソコン打ち込みにて自動診断を行う「WHO-QOL26」への記入、「パウムテスト」の実施 休憩 「箱庭制作（録画）」 「SPM（録画）」（注：「箱庭制作（録画）」を実施後、「SPM（録画）」を行ったが、録画については許可を得て行った） 「空間象徴図（落ち着く場所・落ち着かない場所）」の順に実施し、その後、勤務表への記入と謝金支払いを行った。研究計画どおり、約1カ月半でデータ収集が終了した。その結果、「落書き」は思いを構成する4要素（始点 ふれる つかむ 収める）で説明ができること、自分描画法は落書きの延長線上にあることを確認した。本結果については2020年度開催の日本心理臨床学会で報告した。なお自分描画法の録画資料は、「自分描画法マニュアル（仮題）」にCD-ROMとして添付する予定である。

（2020年度）

2020年度は、「自分描画法（SPM）マニュアル作成 - 評価基準の策定」という研究課題への取り組みの最終年にあたる。コロナ禍の影響により面談による個人資料の収集は困難となり、筆者は事例の追加収集を断念した。そもそも追加収集の目的は自分描画法に疑問点があれば解明し、自分描画法をより形あるものに整える点にあったが、現在のところ特段の疑問点は見つかっていないことから、本研究の遂行にあたっての影響はないと判断した。

本年度の主な作業は、自分描画法の紹介DVDの作成にあった。筆者は2018年および2019年に自分描画法を実施した成人54名に資料提供を依頼した。DVD作成にあたっては、個人情報保護の観点から映像は描画部分のみで、音声は無音声かつ字幕付きとし、個人が特定できないように周到な配慮を行った。DVD作成作業およびナレーションは、研究計画どおり専門業者に依頼した。その結果、「自分描画法マニュアル」というタイトルの所要時間43分のDVDが完成した。

2020年は2つの学会で研究発表を行った。日本心理学会第84回大会では、「健康増進教室に通う高齢者の心理学的分析」（開催期間；9月8日～11月2日；WEB開催）さらに日本心理臨床学会第39回大会では、「自分描画法（SPM）による高齢者の生きがいに関する分析」（開催；11月20日～11月26日；WEB開催）というテーマで発表した。

以上の作業のほかに、2020年は著書「自分描画法マニュアル」の執筆作業を行い、作業を終えた。現在著書の編集および校正作業が進んでいるところである（2021年に発行予定）。

以上の経験から、SPMの効用については、「本来SPMは“自分”を対象とするために、自分自身の何かが揺らいでいるときに効果を発揮しやすい。低年齢児では遊びの延長ととらえられ、描画への抵抗はほとんどみられない。思春期・青年期の心の動揺に鋭敏にも呼応し、高齢者の孤独、寂寥感等の心理的特徴は自分描画に反映されやすい。SPM研究は無意識と絡む“思い”を、“見える形にしていく”ことで、多数の人に対する臨床的貢献のみならず、臨床的エビデンスに基づいた臨床心理学に貢献できる」と考えられた。

また「SPMは“思い”の生成と形成には一定の順序があり、“思い”には『自分・気になるもの・背景・隠れているもの』という4つの心理的構成要素がある」という仮説の検討を様々な角度から行った結果、本仮説は臨床実践的に支持された。

国内外における本研究の位置付けとインパクト

心理療法と関わる描画法はグッドイナフテスト(1926)やHTPテスト(Buck;1948)、パウムテスト(Koch;1952)、動的家族描画法(Burns&Kaufman;1972)等が知られ、日本でも風景構成法(中井;1969)、MSSM法(山中;1984)等が開発された。描画法の多くは心理査定 の道具として開発され、描画を治療的対話とを結びつけることが課題であった。河合創案の箱庭療法(1966)は心理査定と心理療法の双方を包含するが、箱庭道具を必要とする。自分描画法は簡便でかつ心理査定と心理療法の両方の機能をもつ描画法と位置づけられる。実のところ、実際の心理臨床現場では、査定と心理療法を区別することは至難の業である。自分描画法は思いに敏感な日本人向けの心理療法ではあるが、日本的な文化要素を容易に映し出すという利点がある。まだ緒についたばかりの心理療法ではあるが、多領域における適用の可能性があると考えられる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計4件（うち査読付論文 3件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 3件）

1. 著者名 小山充道	4. 巻 第4巻
2. 論文標題 痺れを訴える脳血管障害を伴う成人患者における思いの変化 - 自分描画法を患者理解の手がかりとして	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 北海道千歳リハビリテーション科学	6. 最初と最後の頁 1-15
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 小山充道	4. 巻 18
2. 論文標題 学校でする子どものアセスメント アセスメントに活かせる多様なツール	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 子どもと学校の臨床	6. 最初と最後の頁 37-46
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 小山充道	4. 巻 3
2. 論文標題 疾病否認を示す患者の病識に関する検討-心理療法の視点から	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 北海道千歳リハビリテーション科学	6. 最初と最後の頁 1-11
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

1. 著者名 小山健太・唐澤健太・小山充道	4. 巻 3
2. 論文標題 発話開始困難を呈した超皮質性運動失語の1例 - 言語と思考様式の分析	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 北海道千歳リハビリテーション科学	6. 最初と最後の頁 12-18
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 小山充道
2. 発表標題 自分描画法（S P M）の利用法に関する研究
3. 学会等名 日本心理臨床学会第38回大会（発表論文集p.255）
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 小山充道
2. 発表標題 自分描画法（S P M）の施行方法に関する研究
3. 学会等名 日本心理臨床学会第37回大会（発表論文集p.327）
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 小山健太・唐澤健太・小山充道
2. 発表標題 行動化を伴う自発性作話，TV徴候，場所の重複記憶錯誤が退院後に改善したくも膜下出血の一例
3. 学会等名 第42回日本高次脳機能障害学会学術総会（高次脳機能研究第39巻第1号p52）
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 小山充道
2. 発表標題 健康増進教室に通う高齢者の心理学的分析
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会(WEB開催；JPA Convention PD-072)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 小山充道
2. 発表標題 自分描画法 (SPM)による高齢者の生きがいに関する分析
3. 学会等名 日本心理臨床学会WEB開催 (発表論文集p227.)
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計2件

1. 著者名 小山充道 (津川律子・遠藤裕乃編)	4. 発行年 2019年
2. 出版社 遠見書房	5. 総ページ数 214頁
3. 書名 公認心理師の基礎と実践第14巻「心理的アセスメント」所収、「2部 代表的な心理検査の種類と内容 第6章 質問紙法1」を執筆	

1. 著者名 小山充道	4. 発行年 2021年
2. 出版社 遠見書房	5. 総ページ数 150
3. 書名 自分描画法マニュアル (印刷中)	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------