

令和 5 年 6 月 22 日現在

機関番号：12101

研究種目：若手研究

研究期間：2019～2022

課題番号：19K14442

研究課題名（和文）箱庭療法の治癒機制に関する実証的研究 異物との関わりに生じる心的プロセスから

研究課題名（英文）An Empirical Study on the Healing Mechanism of Sandplay Therapy: The Mental Process Caused by Interaction with a Foreign Object

研究代表者

地井 和也 (Chii, Kazuya)

茨城大学・人文社会科学部・講師

研究者番号：10826811

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 1,100,000 円

研究成果の概要（和文）：本研究は、箱庭療法の治癒機制の本質を明らかにすることを目的とし、箱庭制作によって生じる心理的变化の対象を「今の自分には受け入れがたいと感じるアイテム」に投影するネガティブイメージに限定し、そのイメージや受け入れがたさの変化の生起プロセスを分析した。統計的分析の結果、箱庭制作によって受け入れがたいアイテムの「穏やかさ」の印象が増加し、受け入れがたさの低減が生じていることが確認された。その生起プロセスには、(1)他のアイテムとの関係性の構築、(2)受け入れがたいアイテムを単体で箱庭に置くことによる制作者の心的距離感の変化、(3)箱庭制作自体に生じるポジティブ感情の影響が示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究で得られた結果から、これまで実証的に確かめられてこなかった箱庭療法の治癒機制の主要な3つの要素を明確に示したことは学術的意義が高いといえる。また、この成果は、箱庭療法の効果的な活用法の指針を与えるものであるとともに、心理療法場面での箱庭表現とクライアントの内的世界の変化の繋がりをより理解しやすくなる知見を与えるものであり、心理的支援の実践に活かすことができる点で社会的意義も高いといえる。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study was to clarify the essence of the healing mechanism of sandplay therapy. The target of psychological changes caused by sandplay therapy was limited to negative images projected onto "An item that I find unacceptable at present", and analyzed the process of changes in image and unacceptability. As a result of the statistical analysis, it was confirmed that sandplay increased the impression of "gentleness" of unacceptable items and reduced unacceptability. It was suggested that the process of these changes includes (1) building relationships with other items, (2) changing the creator's sense of mental distance by placing an unacceptable item alone in the sandplay, and (3) the influence of positive emotions felt by doing sandplay.

研究分野：臨床心理学

キーワード：箱庭療法による内的変容 異物のイメージ変容プロセス 異物の受け入れがたさの低減

## 1. 研究開始当初の背景

心理療法で用いられる技法の一つに箱庭療法がある。箱庭療法は、砂の入った箱の中にクライエントが自由にミニチュアを置いて世界を構成するという表現活動を心理面接中に行うものである。創始者の **Kalff, D.** から箱庭療法を学んだ河合隼雄が 1965 年に日本に紹介して以来、その治癒効果の高さにより、広く日本中の心理臨床の場に普及し発展してきた。

しかしながら、どのような要因がいかにか作用し治癒効果を生じさせるかという心理療法技法としての本質的な治癒のメカニズムについては、いまだ実証的に明らかになっていない。それは、各制作者が箱庭表現に託す心理的課題の個別性に加え、多種多様な数百ものミニチュアや砂箱、砂、クライエント—治療者関係等といった箱庭療法に備わる治癒的要因の多様性・複雑性により、実証的な研究では治癒機制の本質を捉えにくいことが原因と考えられる。

これらの多様な治癒的要因に対する実証的研究の知見の積み重ねはいまだ不足しており、また、これまで行われてきた研究は各治癒的要因の一部分のみを扱うに留まっていることが問題として指摘できる。そのため、それぞれの治癒的要因がどのように有機的に影響しあって治癒過程が進むのかという問題は扱えてこなかった。箱庭療法のもつ治癒的要因がいかにか絡み合って治癒のプロセスが進むか、といった治癒機制の中核部を明らかにするには、より革新的な手続きによる研究を行う必要がある。それが本研究で取り組む課題である。

## 2. 研究の目的

本研究では、新たな実験的手法を用いることで、これまでの基礎的研究では明確に捉えることができてこなかった箱庭療法の有機的な治癒機制の中核部を明らかにする。具体的には、箱庭療法の最も基礎的な構成要素であるミニチュアの、砂箱への配置による治癒効果を明らかにすることを目的とする。つまり、制作者が砂箱の中にどのようにミニチュア（アイテム）を配置し、その結果どのような変容が制作者の内的世界に生じるかという問いに限定する。しかし、それでもまだ制作者それぞれのイメージ表現の動因やテーマ、心理的状态等、様々な個別的要因が残り、箱庭療法の治癒機制の中核にまで分析が至らない。そこで、本研究では、次の 3 点の手続きを用いる。

(1) 箱庭によるイメージ表現によって生じる心理的变化の対象を、「今の自分には受け入れがたいと感じるアイテム」に投影するネガティブイメージに限定する。

(2) 参加者を以下の 3 群に分け、受け入れがたいアイテムのイメージや受け入れがたさの変化を測定した量的データ、及び半構造化面接により得た質的データを群間で比較する。

条件 1：受け入れがたいアイテムに加え複数のアイテムを自由に使用する条件

条件 2：受け入れがたいアイテムのみ使用する条件

条件 3：受け入れがたいアイテムを使用せずに他のアイテムで自由に制作する統制条件

(3) さらに数名の参加者に同条件で数回の継続的な箱庭制作を依頼し、通常箱庭療法と近い設定による継時的な変化を観察する。

(1) の「今の自分には受け入れがたいと感じるアイテム」の使用は、箱庭療法の治癒過程を実験場面において生じさせ、それを観察するための操作である。「今の自分には受け入れがたいと感じるアイテム」は、人生を歩む過程で多くの人が出遭う、自我異和的な心的対象である「異物」に置き換えられる。日常生活における受け入れがたい「異物」との遭遇は、避けがたいストレス等の心理的課題の解消プロセスを生じさせる。この課題を箱庭内で行うことによって、箱庭制作過程がそのまま心理的治癒過程を辿ることになると考えられる。

## 3. 研究の方法

### (1) 3 条件の比較実験

① 実験参加者 大学生 45 名（男性 5 名、女性 40 名、平均年齢 20.76 歳、SD=4.31）が実験に参加した。参加者は、今の自分には受け入れがたいと感じるアイテム（以下、「アイテム  $\alpha$ 」）と他のアイテムを自由に使用して箱庭を制作する「アイテム  $\alpha$  + 他群」（条件 1）、アイテム  $\alpha$  のみを使用して箱庭を制作する「アイテム  $\alpha$  単一群」（条件 2）、アイテム  $\alpha$  以外の他アイテムを自由に使用して箱庭を制作する「アイテム  $\alpha$  不使用群」（条件 3）の 3 群に対し、ランダムに 15 名ずつ振り分けた。

② 実験材料 実験には、砂箱（57×72×7cm）、砂、箱庭アイテム約 1100 個のほか、「アイテム印象・受け入れがたさ評定尺度」と「箱庭印象評定尺度」「箱庭制作体験尺度」を使用した。

③ 手続き 実験は、実験者と実験参加者の一対一の環境で実施した。実験開始時に実験参加者に録画の許可を得て、ビデオカメラで撮影した。

実験参加者には、まずアイテム棚から「今の自分には受け入れがたいと感じるアイテム、ただし箱庭に置いてもいいもの」を選ぶように教示した。

次に選ばれたアイテムを実験参加者の約 50cm 前方に置き、アイテム印象・受け入れがたさ評定尺度 A に記入してもらった。

アイテム  $\alpha$  + 他条件では、選ばれたアイテム  $\alpha$  に加え、他のアイテムを自由に使用しての箱庭

制作を依頼した。アイテム $\alpha$ 単一条件では、アイテム $\alpha$ 以外のアイテムは使わずに箱庭を制作してもらった。アイテム $\alpha$ 不使用条件では、アイテム $\alpha$ を参加者の目に触れない場所に保管した上で、自由に箱庭制作をしてもらった。なお、全ての条件において、制作の中断はいつでもできることを教示した。

箱庭制作後、箱庭制作体験尺度、箱庭印象評定尺度に回答を依頼した。回答後、参加者の許可を得て箱庭の写真を撮った。その後、アイテム $\alpha$ を箱庭内、もしくは保管場所から取り出して、実験開始時とできる限り同じ状態にして参加者の前に提示し、アイテム印象・受け入れがたさ評定尺度Bに回答してもらった。その際、深く考えず感じたまま回答するよう教示した。

その後、箱庭制作体験について半構造化面接を行った。

#### (2) 箱庭継続制作調査

(1)の参加者の中から継続制作調査に参加を同意した3名に、計4回の継続制作を依頼した。制作は1~2週間の間を空けて実施した。4回の制作の約1週間後、全ての箱庭作品の写真を見ながら制作体験を振り返る半構造化面接を実施した。

### 4. 研究成果

「2. 研究の方法」で述べた3条件の比較に関する実験の量的データの統計分析と質的データのM-GTAによる分析、そして箱庭継続制作調査による質的データのM-GTAによる分析から、主に以下の研究成果が得られた。

#### (1) 箱庭制作によって生じる変容について

##### ① 「穏やかさ」イメージの増幅

アイテム使用条件によって箱庭制作前後のアイテム $\alpha$ のイメージ変容の在り様に違いがあるかを明らかにするため、アイテム $\alpha$ 印象3因子それぞれの合計点を従属変数とし、3(アイテム使用条件) $\times$ 2(箱庭制作前後)の2要因分散分析(混合計画)を行った(表1)。その結果、穏やかさ因子の箱庭制作前後の主効果が有意となり( $F(1, 42) = 17.55, p < .001$ )、箱庭制作前に比べ、箱庭制作後のほうがアイテム $\alpha$ の穏やかさ印象が有意に増加していた(制作前: $M=13.73, SD=4.89$ , 制作後: $M=15.93, SD=4.85$ )。

つまり、自分にとって受け入れがたい物事や事象を取り扱うか否かに関わらず、箱庭制作によって、制作者は自分の内面にある受け入れがたい物事や事象を、制作前よりも穏やかなものとして感じやすくなることが示唆された。

##### ② 「受け入れがたさ」の低減

アイテム使用条件によって箱庭制作前後の受け入れがたさの変化に違いがあるかを明らかにするため、受け入れがたさ評定点を従属変数とし、3(アイテム使用条件) $\times$ 2(箱庭制作前後)の2要因分散分析(混合計画)を行った(表2)。その結果、受け入れがたさ評定点に対する箱庭制作前後の主効果が有意となり( $F(1, 42) = 38.16, p < .001$ )、箱庭制作前に比べて箱庭制作後では受け入れがたさ評定点が有意に低下していた。

表1 各因子に対するアイテム使用条件 $\times$ 箱庭制作前後の2要因分散分析結果

条件	制作前		制作後		要因	F	df	
	平均	SD	平均	SD				
活発さ	$\alpha$ +他	23.20	7.01	23.73	5.46	アイテム使用条件	1.22	(2, 42)
	$\alpha$ 単一	20.80	9.06	21.67	8.01	箱庭制作前後	1.31	(1, 42)
	$\alpha$ 不使用	24.20	6.96	25.73	6.03	アイテム使用 $\times$ 制作前後	0.12	(2, 42)
穏やかさ	$\alpha$ +他	13.67	4.37	16.53	3.66	アイテム使用条件	1.97	(2, 42)
	$\alpha$ 単一	13.73	4.89	15.93	4.85	箱庭制作前後	17.55***	(1, 42)
	$\alpha$ 不使用	11.93	4.15	13.07	3.56	アイテム使用 $\times$ 制作前後	1.05	(2, 42)
強大さ	$\alpha$ +他	13.47	4.03	12.87	3.25	アイテム使用条件	1.11	(2, 42)
	$\alpha$ 単一	11.87	3.58	11.53	4.64	箱庭制作前後	0.38	(1, 42)
	$\alpha$ 不使用	13.27	3.47	13.07	3.17	アイテム使用 $\times$ 制作前後	0.04	(2, 42)

\*\*\* $p < .001$

表2 受け入れがたさ評定点に対するアイテム使用条件 $\times$ 箱庭制作前後の2要因分散分析結果

	受け入れがたさ		df	F値
	前(SD)	後(SD)		
アイテム使用群( $n=15$ )	66.47 (15.00)	55.13 (18.09)	箱庭制作前・後	(1, 42) 38.16***
アイテムのみ群( $n=15$ )	65.00 (19.18)	46.80 (25.47)	アイテム使用条件	(2, 42) 0.35
アイテム不使用群( $n=15$ )	66.47 (12.22)	52.53 (17.98)	前後 $\times$ アイテム使用条件	(2, 42) 0.73

\*\*\* $p < .001$

このことから、箱庭制作は受け入れがたさを投影したアイテムと他のアイテムを関わらせることによって（条件 1）、関わらせずに受け入れがたさを投影したアイテムを単体で砂の上に置いたとしても（条件 2）、また、受け入れがたさを投影したアイテム自体を使用せずに自由に箱庭を作ることによっても（条件 3）、それぞれ制作前に感じていたある対象への受け入れがたさが低減するということが示唆された。

## (2) 箱庭制作によるイメージ変容のプロセスの同定

### ① 3 条件間のイメージ変容プロセスの比較から

M-GTA を用いて箱庭制作とアイテム  $\alpha$  のイメージ変容プロセスとの関連を比較検討した。その結果、3 条件間で異なるプロセスが見いだされた。

アイテム  $\alpha$  + 他条件では【アイテム  $\alpha$  のイメージに合わせた箱庭の制作】のほか【アイテム  $\alpha$  に囚われずにポジティブ印象のアイテムを使用】すること等によって【箱庭内のアイテム  $\alpha$  に調和感を得得】したり【新たな印象を得得】したりすることで、アイテム  $\alpha$  のイメージが変容するケースが見られた。

アイテム  $\alpha$  のみ条件では、【アイテム  $\alpha$  を中央に配置】や【アイテム  $\alpha$  がある世界とない世界で分割】して配置することが新たに見られ、それらが【箱庭内のアイテム  $\alpha$  の感情を想像】したり、【アイテム  $\alpha$  と距離が取れ、安心感を感じる】ことにつながり、それにより【箱庭内の印象・設定による印象変化】や【アイテム  $\alpha$  との心理的距離の接近による印象変化】が生じて【受け入れがたさ・ネガティブ印象の低減】につながるケースが見られた。

アイテム  $\alpha$  不使用条件は、【アイテム  $\alpha$  のことを意識せずに箱庭制作】することにより、【箱庭制作体験との対比による印象変化】や【箱庭制作で生じた気分のポジティブ変化による印象変化】が生じるケースが多く見られた。また、他の 2 条件に比べて、【アイテム  $\alpha$  のイメージの変化なし】に該当するケースも多くみられた。

### ② 箱庭制作体験の影響について

箱庭制作体験と箱庭制作前後の受け入れがたさの変化の関連を見るために、受け入れがたさ尺度得点の制作後と制作前の差を受け入れがたさ変化量とし、各条件の受け入れがたさ変化量を従属変数としたステップワイズ法による重回帰分析を行った。独立変数には箱庭制作体験尺度の全 21 項目を投入した。結果、アイテム  $\alpha$  + 他条件では、内界親密性（「内面の深層に根ざしていると感じられる」）と意味の多義性（「多義的で複雑な意味合いを持つと感じる」）の影響が有意となり（それぞれ  $\beta = .601, p < .01$ ,  $\beta = -.678, p < .01$ ）、アイテム  $\alpha$  単一条件では、身体感覚（「微妙な身体感覚も敏感に感じられた」）と自律性（「自由で自発的な展開があった」）の影響が有意となった（それぞれ  $\beta = .560, p < .01$ ,  $\beta = -.692, p < .01$ ）。アイテム  $\alpha$  不使用条件では、有意な影響をもった変数は見られなかった。

以上の結果は、3 条件それぞれにおいて受け入れがたさを低減させるメカニズムが異なることを示唆している。アイテム同士の関係性による受け入れがたさの低減には、箱庭制作に自己の深い内面を表現できていると体験されることとその箱庭表現の意味が多義的で複雑でないことが重要であり、アイテム単体で箱庭の中に置くことによる受け入れがたさの低減は、身体感覚を伴う箱庭制作体験であることと置く際に自由で自発的な展開が体験されることが重要であるといえる。また、アイテム  $\alpha$  を使用しない自由な箱庭制作ではそのどれも重要な影響が見られなかった。この結果から、どのような質の制作体験であれ、ポジティブな感情を喚起されていることがある対象の受け入れがたさの低減に重要であると考えられる。

## (3) 研究成果の意義と今後の展望

本研究の成果は、これまで事例研究で扱われてきた個別の内的世界の変容を、実証的研究により一般化しうる形で同定したものであり、個々の事例における箱庭制作がどのような変容を制作者にもたらしているかを理解するための一つの指針を与えることができる、大変意義深い研究成果であると考えられる。しかしながら、3 条件の比較実験のデータはそれぞれ 15 名ずつであり、また箱庭継続制作調査で得られたデータは 3 名と少なく、いまだ十分に箱庭制作体験の多様性を捉えられているとは言い難い。今後はより多くのデータを得たうえで、箱庭制作による内的世界の変容のプロセスと一つ一つの治癒的要因の働きを詳細に分析し明らかにしていくことが必要である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔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
---------	---------