

サンド・プレイ・テクニク

(箱庭療法)について ③

秋山達子

今回は、日本におけるサンド・プレイ・テクニク（箱庭療法）についてお話ししたいと思います。前回にも書きましたように、この療法は英国のローヴェンフェルト夫人によって創作され、スイスのカルフ夫人が現在の形にまとめられたのですが、日本には今から五年ほど前に天理大学の河合隼雄先生が、チューリヒのユング研究所から帰って来られて、はじめて紹介されました。

ユング研究所では、河合先生をはじめ現在同志社大学におられる樋口先生とカリフォルニア大学に行かれた目幸先生、そして私の四人が日本からの留学生でしたが、東洋のことが好きなカルフ夫人は、何かにつけてよく私たちを招いて下さったので、

よく揃ってカルフ夫人の自宅で開かれたセミナーや講習会にまいりました。そしてこの療法はぜひ日本にも紹介したいものと話し合っていたのですが、河合先生から三年半ほど遅れて私が日本に戻りました時には、この療法が特に河合先生や樋口先生のおられる関西方面では、非常に多く用いられているので驚いたくらいです。

日本人は昔から盆石や箱庭などの小さい情景を作って楽しむことを知っていますし、また美的な感覚と情感にすぐれた国民ですので、この療法もごく自然に日本人に迎えられるようです。日本における事例も、京都のカウンセリング・センターの方々を中心にして、多く発表されておりますが、安田生命事業団の相談室や東京大学の教育相談室でも早くからこの療法をとりあげて、いろいろと研究されています。

今回は、やはり実際の治療過程にそってご説明した方がわかりやすいように思いますので、東京大学の近藤邦夫先生による事

例を拝借して、サンド・ブレイ・テクニク（箱庭療法）とお伽話の関連性について

書くことにします。ただここで一言お断わりしておきたいのですが、最近研究のために事例が公表される場合が多いようですが、これは来談者にとっては精神的に重要な意味を持ち、また治療者にとっては血と汗の結晶であり、そして二人の関係の中で育った一つの魂の遍歴の記録であって、簡単に公表されるべき性質のものではありません。今回は特にこの療法の紹介のために、本人とそのご家族、治療者のご好意によって発表させて頂くことになりました。小学校五年のK君は、外に出ると誘拐されるという学校にも行かれないようになりました。その他にも、人は嘘をつくから信用できないといったり、死んだおばあさんの声が聞えるといったり、また時々発作的に暴れたりするので、お母さんが心配して相談所に連れて見えたのです。二歳下の弟は大変気のつく良い子で、この時もいっ

しょについてまいりました。

K君は一人ではブレイルームに入れないので、お母さんがいっしょに入りました。壁に向かって坐ったまま「なにかがぶっそうだ、なにかがおかしい」といって、しばらくは身動きもしませんでした。そのうち傍にあつたくさり鎌の玩具を手にし、はじめはそのくさりをお母さんの体に巻きつけたりしていましたが、そのうち鉄砲やライフルを床に落して、くさりでそれを釣る真似をして「鉄砲魚だ」と叫びました。

次に鎌で草を刈る真似をしましたが、床にはたくさん草が生えているので、刈っても刈ってもなかなかきれいにならないのだそうです。「また草が生えてきた、根が残っているからなあ」というので近藤先生もいっしょに草を根こそぎ引き抜く真似をして、それを集めてたき火をして手をかざして暖まるような遊びをしました。最後には陣地を作って玩具の機関銃で撃ち合いをしたのですが、機関銃が大きな音をたてたの

でびっくりしてすぐやめてしまいました。

さてこれらの遊びは一体何を意味しているのでしょうか。これは水の象徴と火の象徴を主題にした遊びです。水は無意識をあらわし火は意識をあらわすといいますが、K君は無意識の中にいっばい恐ろしいものがあるようで、それが今にも外に出てきそうてわくわくしょうがないのです。そしてまわり中のものが、なんだかあやし気に思えるのです。それからくさり鎌をお母さんに巻きつけたりします。

前の晩も手錠でお母さんと手を結び合せて寝たのだそうですが、K君にはお母さんさえ信用できないで、なんだか今にも逃げて行ってしまいそうなので、くさりでしっかり結びつけておかないと安心できないのです。そしてK君のやりたいことは、水で示されている無意識の中を、うようよと泳いでいる攻撃性、つまり鉄砲魚を釣りあげて、思わぬ時に攻撃的な気持が暴れだしたりしないように、しっかりと自分のものにす

ることです。それから土の中の意識の下から、あとからあとから生まれてくる不安を刈りとりたいのです。でも刈っただけでは駄目で、それを皆根こそぎ抜いてたき火をしなければなりません。そして火が燃えて煙があがるようにその不安をとりだして意識化したいのです。そうしたらきつとこわいことなんかなくなるでしょう。

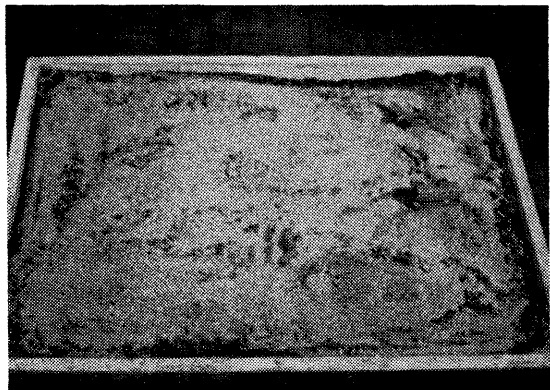
ところでこの遊びは日本の民話の海幸彦と山幸彦のようではありませんか。いつも山で狩りをしていた山幸彦は、ある日お兄さんの海幸彦と仕事をとり変えて海で釣りをしますが、釣針を魚にとられてしまいました。そこで山幸彦は海の中に釣針を探しに入って行って豊玉姫とめぐり合うというお話です。

でもそれよりもこの遊びはお伽話の桃太郎のはじめとそっくりです。むかしむかしおじいさんとおばあさんがおりました。おじいさんは山にしば刈りに、おばあさんは川に釣りに行ったわけではありませんが、

でも大きな桃を釣ってきました。私はこの遊びのことを聞いた時に、今にK君は鬼ヶ島征伐に行って宝ものを持って帰るかもしれない、と冗談のようにいっていたのですが、あとで箱庭の作品の中に鬼があらわれた時には本当に驚きました。K君はまず海の中を泳いでいる攻撃的な気持を釣りあげることでしよう。でもまだこの時は玩具の機関銃の音にもおびえるような弱虫でした。

二回目に来た時に最初の箱庭の作品ができました。砂箱の砂漠に飛行機が降りてきて、おおぜいの人がバスに乗り変えて水を探しに行くのですが、水は見つかりません。そこで近藤先生は砂を掘って底の青いところを出して池があるよといってみましたが、K君はそれは風呂桶だといってすぐ砂で埋めてしまいました。そのうち砂嵐が来て「バスは砂で埋まってしまいました。中の人たちはどうしたのでしょうか」といって全部砂に埋めてしまいました。それが掘り起こして今度は自分で池を作り、そ

写真(一)



こで人々は水を飲んで安心してまた飛行機に乗って帰りました(写真(一)参照)それから砂の上にウルトラマンと怪獣を並べて戦わせますが、ウルトラマンは怪獣を砂箱からたたき落としてしまいました。

かわいそうにK君は、心の奥に恐ろしいものがたくさんいるので無意識である水が

こわくて断ってしまったので、そこから中乾きになってしまいました。無意識というものは、なんだかはつきりしないで恐ろしいものですが、しかし人間が生きていくのに欠くことのできないうるおひも与えます。水は溢れて洪水になると被害を与えますが、人間は水なしでは生きることができないのです。でもK君は最後には池を作って水が飲めるようにしましたし、ウルトラマンがあらわれて恐ろしい怪獣共も退治しました。K君も生命の水を飲んで元気になって桃太郎のように鬼征伐に行くのでしよう。しかし砂嵐でバスが長いこと埋まっていたように、桃太郎が生まれるまではまだ長いことかかりそうです。

その後は二回ほど陣地を作って戦争ごっこをしましたが、K君はとも弱くて、すぐに撃たれたといつて倒れてしまうのです。砂箱の上には何度も偵察の飛行機をとばせましたが、皆墜落してしまいます。そして時々バスが砂漠をさまよいますが、砂

嵐に巻き込まれて埋まってしまいました。

四回目は、男子の人形を見つけ、眠り病にかかっているからといって床にたたきつけたり、水をかけたりして起こそうとしました。また目覚し手術だといってナイフをおなかにつきつけてそこから管で水を注射したりするのですが、起きません。そこで人形を裸にしてきれいに洗って白いタオルで巻き、一週間の安静が必要だからといって大事に部屋の隅において帰りました。

その次の時はお城の構築とこわし合いの遊びで、K君はなかなか勇敢に戦うようになりましたが、その騒ぎで男子の人形はどうとう死んでしまうことになり、傍にいたキュービーもけがをしたので傷にテープをはりました。そして水道の水を出しっぱなしにし、大きな象の玩具を下において「流れが早すぎて象が溺れそうです」といいました。どうやらK君の中の男子らしさは眠り病にかかっているようです。そこで大手術が行なわれましたが、人形は起きませ

ん。そのうち陣地のとり合いやお城の崩壊でどうとう人形は死んでしまい、無意識の水の流れが早くて象も足をとられて溺れそうです。さあ大変です。本当にどうなることでしょうか。でも象は重いから流されな

いし、なんとか助かるとよいのですが。それから第二回目の箱庭の作品ができました。右手には大きな沼を作り、底の青い色を出すだけではもの足りなかったのか、本当の水を入れました。その中にはカバや象やカメをおきワニが一匹水から上がりかけています。中央の手前には小山があつて、その上でライオンが鹿を食べています。その上手にもう一頭のライオンが鹿を食べていますが、さらにもう一頭の鹿がライオンに食べられないようにずっと上の方に避難しています。左下からゴリラが他の鹿の群を連れて救援に向かっています。中央左寄りには毒トカゲやゴキブリのいるジャンクルがあつて、ずっと左手に熊のいるトンネルと電車の家があります。この家は

はじめはK君の家だったのですが、ゴリラの家となります。右下隅には蛙が一匹、左下隅には人間の作ったおとし穴というのがあって、そこにバクがはまっています。右上隅に同室していた弟が反対側から柵でかこってヘリコプターで楽隊や人間を連れてきて楽しい人間の世界を作りますが、K

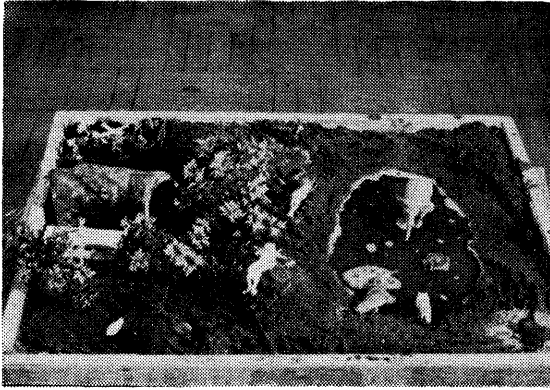


写真 (二)

君は人間をとって全部沼の中に沈めて殺してしまいます。突然ゴジラがあらわれて動物を全部砂の中に埋めてしまうのですが、ゴリラだけは生き残ってゴジラをやっつけて砂の中に埋め、動物はもう一度掘り出されて助かりますが、人間だけは悪いことをするからということで水の中に沈められたままです。熊がトンネルからのこのこと出てきます。やがてゴジラも許されて「もう悪いことはしません」といって謝ります。そして平和が訪れ、バクがはまっていた穴はゴリラがボートを浮べて遊ぶ場所となります。(写真(二)参照)

この箱庭の作品は動物がたくさんでてきてなかなか説明が難かしいのですが、まず目につくのはライオン族と鹿族の戦いです。やさしい鹿の群が左下の方からあらわれるところを見ると、恐ろしいライオンは右の外の方から来たのかもしれない。気が弱くてすぐ負けてしまうK君の持っている攻撃性が内に向けられて、心の奥にひそ

んでいるやさしい感受性を食い殺しているようです。でもゴリラにひきいられた鹿の大群が救援にかけつけています。ゴリラの家はK君の家でもあるようですから、きつどこのゴリラはまだ無意識の中にいて人間になりきれないK君自身のことかもしれない。右下隅には蛙がいますし、ワニも沼から上がってくるところですから、きつと無意識の中から蛙のようにとび上がってくることでしょう。そして左下隅の心の一番奥深いところに、人間の作ったおとし穴というのがあります。これがあるのでK君はこわくて外にも出られないのでしょう。でもこの穴は後でゴリラの遊ぶ池となります。このような池はうっかり落ちると大変ですが、また無意識の中の生命力を汲み出す井戸のような役割もするのです。そして最後に力強い熊が穴から出てゆっくりと右の方に向かって歩きだしました。

K君が相談所に来るようになってからちようど一月半程たった頃、大変印象的な第

三回目の箱庭の作品ができました。まず最初に砂箱の右側に水を入れて海とします。そして砂箱の左上手の枠の上にラップ手が立ってファンファーレを吹きながら、これから一場のドラマが演じられるところです。そしてブルドーザーが海に向かって土を押し進めて干拓工事がはじまります。

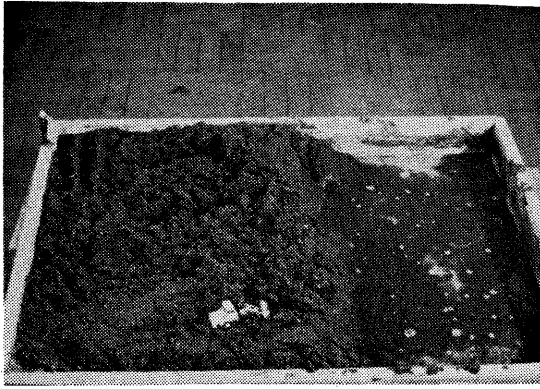
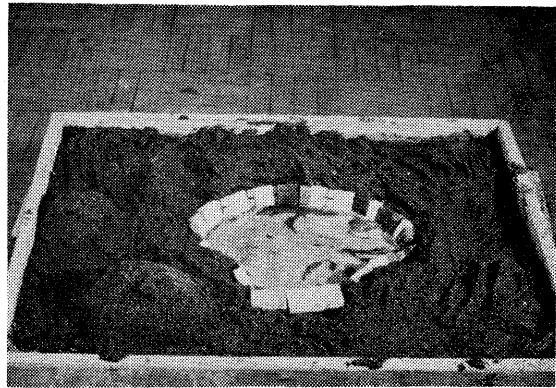


写真 (三)

写真 (四)



(写真(三)参照) 次にすっかり陸地になった砂箱の中央に丸い湖ができて、K君の名前をとってK湖と名づけられます。砂がくずれて水が濁るのでブロックと積木で護岸工事もなされます(写真(四)参照)それから湖の中にドロドロの砂で山を作ります。「もつと高くなれ、天にとどくまで高くなれ」

といいながら砂を積みあげますが、水があふれそうになるので水門も作ります。そして最後には湖の中の山はしっかりと固められて高い山になりました。右上に高い木が一本すくすくと伸び、右下にはトンネルがおかれました。(写真(五)参照)

さあ無意識の海は埋められて、その代り

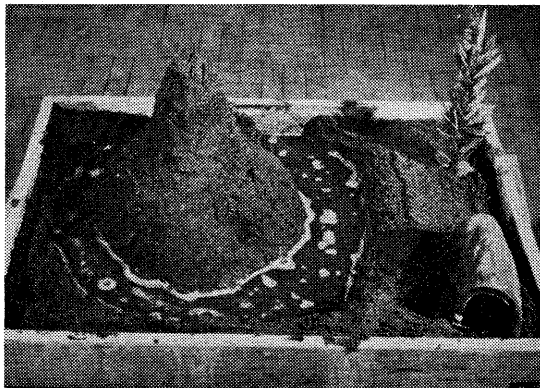


写真 (五)

にしっかり護岸工事のできた生命の泉であるK君の湖ができました。そしてその中から高い高い山があらわれました。これはK君自身の中に生まれきた新しい意識でしょう。でもこのように新しくできた山や島は、まだK君の思うように統制できない領地です。お伽話や神話では、たいていこういうところには鬼や巨人が住んでいて、自分たちで勝手に暴れたり悪いことをしたりしています。さて鬼ガ島はできたのですが、桃太郎はどこにいるのでしょうか。右上隅にはK君のすこやかな成長をあらわすように木が一本立っていますが、右下のトネルは何を意味しているのでしょうか。

K君はその次にきた時には金髪の女子の人形をとりだして、この子は悪い子だからといって短刀やバットやハンマーでめっちゃめちゃにたたいたり突いたりしていじめました。そして手足をバラバラにしてその上に積木を乗せたり、水責めにして髪を引き抜こうとしましたがなかなか抜けないので、人形の上に自動車や家やカバなどを積み重ねたので、とうとう女子の人形は死ぬことになりました。(写真(六)参照)次に以前「眠り病」にかかって死んでしまった男子の人形のお墓を作りますが、そこから人形をとりあげて、「この子は生き返った、さっきの子の魂が乗り移ったのだ」といって心臓移植の真似をして遊びました。さらにお城の崩壊の時に生き残ったキュービーもとりだして傷にはってあったテープをはがして「この傷も治った」といいます。そして赤インクを壁に投げつけて「血だ。僕も傷を負った」といって、さらに積木の山に登ってそこから崩れ落ちるような遊びを何度も繰り返し、最後には積木やボーリングのピンを部屋中に投げ、とうとう高いところにある窓ガラスを割ってしまいました。

お伽話や神話でも、よく主人公が一度死んでから生まれ変わったたり、呪文をかけられて長いこと眠っていたり、また土の中に埋められたりしますが、このようなお話や遊びは死と再生の主題に基づくものです。しかし生まれ変わることはそんなにやさしいことではありません。今までの気の弱い意気地なしのK君は一度死んで強くて男らしいK君に生まれ変わらなければならぬのですが、K君はインクを投げて、血の色をながめてみたり、人形をいじめるだけ

写真(六)



はなく、自分も積木の山の中に埋もれて死ぬ苦しみを味わい、苦しまぎれに窓ガラスを割ってしまったります。

このような激しい遊びが、それから数回続きました。女子の人形を水浸しにしたり、男子の人形を何度も窓から投げてはそれをとりに行く遊びが繰り返されて、近藤先生に向かってこわい程の力でボールを投げたり、こわれかけた玩具は「こわし工場だ」といって全部こなごなにたたいてしまったりして、桃太郎は生まれかかっていのですが、桃の固い核がなかなか割れないのか、中で大暴れをしているようです。そしてやっと次の箱庭の作品が生まれます。砂箱の中央に湖を作り、そこに家をおいて水をどんどん入れます。その上にドロドロの砂をかぶせて山を作り、さらにその上に積木ではじめは門を作るのですが、やがてそれは人の姿になります。この人は一度死んで生まれ変わったのだそうです。そして家を砂の下からとりだして室の外に投げ

すてます。

次に砂箱の上部の方に陸地を作り、積木でまた別の塔を作ります。この塔は先生の顔で陸地は先生島だそうです。波がうちよせて水をかぶったりします。最後には、塔を弓で射て激しく倒してしまいました。

さあやと桃太郎は生まれて成長し、門を開いて家を投げすてこれから鬼ガ島に向かうところです。はるか向こうに鬼ガ島である先生島、鬼である先生の顔が大きく見えてきました。岸には波が打ち寄せています。そして最後には塔を弓で射倒しました。鬼を退治する準備ができたようです。

その次の時からは湿った砂はいやだといって箱庭を作る時に水を使わなくなりました。さあいよいよ鬼ガ島の情景です。中央左手の積木の家の中に赤いガラモンの鬼の大王がいます。右方の中にはゴジラやエビラやバルタン星人などの赤鬼、青鬼が番をしています。左下にはK君の家があつて、ベンチがあり、ここでガラモンとにらめっこ

をするのだそうです。右下には犬や豚もいます。ペットにガラモンを飼っているのだそうです。怪獣たちは餌の注文が難しく、糞の掃除も大変なのだそうです。ガラモンが散歩をする時には危険なので、家や動物は皆地下にもぐります。(写真(七)参照) K君はいきなり鬼退治をしないで、鬼

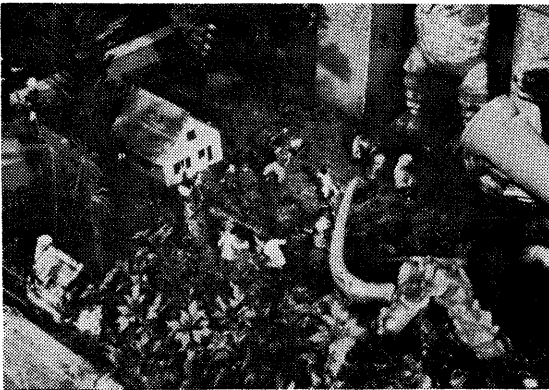


写真(七)

をそろそろ飼いならしているようです。でもまだ鬼が外に出てくると危ないのでかくれないといけません。そしていっしょけんめい鬼とにらめっこをしてよく鬼のようすを観察しているところです。

K君が相談に来るようになってから三月程たった時に、はじめて箱庭の作品に人間が登場しました。今度は前の時と同じように鬼の大王が中心ですが、カネゴンは蝶ネクタイをつけて大分紳士になりました。ゴジラはバズーカ砲を抱えています。左上隅には朝日をあびた新緑の若木が三本、右下隅には夕日にはえる赤っぽい木が二本植えられて、空には太陽が輝やいていることを暗示しています。左下隅に赤い大きな積木の台がおかれています。そして赤ちゃんが指揮するダンプカーに乗って人間が大ぜいで強盗に入りますが、カネゴンと話し合っで鬼の仲間入りすることになります。赤い台の上には楽隊が並び赤ちゃんの指揮棒で音楽が演奏されます。この赤ちゃんは桃

太郎のようですが鬼退治ではなくて鬼ガ島に強盗に入っています。でも無意識の世界に押し入って鬼共の貴重な宝ものを奪ってくるのですから、鬼の方から考えれば強奪のようなものでしょう。そして戦わないで鬼と仲良しになっていっしょに遊ぶことになりす。ガラモンの家の前で大ぜいの人



写真(八)

が輪になって踊りはじめました。ゴジラはバズーカ砲のクラッカーで祝砲をあげ、紙テープがとんで鬼も人もいっしょになって踊りました。(写真(六)参照)そして夜になると人間たちは鬼からおみやげの宝ものをもらって帰りましたが、鬼共はその後一晩中踊っていました。

このようにして、K君はその後二年間も相談室に通って、海底火山の爆発の遊びや地底都市の箱庭の作品を作りましたが、学校でもすばらしい絵を描いてごほうびもらったり、修学旅行にも行き、今では一人でお買物や散歩に行ける元気な子どもになりました。

箱庭療法は、このように遊戯療法と組み合わせ使用するのが、最も効果的のようです。それにしても、箱庭の作品や遊びの中に、お伽話や神話の主題が、はっきりとあらわれてくるのは本当におもしろいことだと思います。次回には児童と母親の問題についてご説明することにしませう。