

芦屋大学論叢 第84号

(令和7年7月30日)抜刷

《研究ノート》

箱庭療法体験を通じた自己理解のプロセスに関する一考察

安 藝 雅 美

《研究ノート》

箱庭療法体験を通じた自己理解のプロセスに関する一考察

安 藝 雅 美
芦屋大学臨床教育学部

1. はじめに

本研究は、箱庭療法に関する基礎的理解と実際の体験を通じて、非言語的表現による内面の可視化と自己理解のプロセスを探究することを目的とする。

箱庭療法 (Sandplay Therapy) は、ミニチュアや砂を用いた象徴的世界の構築を通して、言語化の困難な内的体験を表現する心理療法である。言語による表現が困難な場合でも、象徴や空間配置を通して無意識的内容が表出されるとされており、教育や臨床の現場でも注目されている。

筆者はこれまで、対人援助や教育支援において、言語的な関わりに限界を感じる場面に多く直面してきた。そうした経験を背景に、非言語的アプローチとしての箱庭療法に関心を抱き、今回初めて作成者として箱庭を体験した。実際に箱庭を作成する過程においては、作成者自身が明確に意識していなかった感情や記憶、価値観が、無意識のうちに砂上に表出することが確認された。ミニチュアを「選択する」「配置する」「眺める」といった一連の行為は、内面的世界を象徴的に構成するプロセスであり、自己を内省的に見つめる時間であると同時に、他者の視点から自己を再認識するための新たな契機となりうる。

本研究では、まず箱庭療法の理論的枠組みを概観したうえで、体験記録を提示し、作成された箱庭に対する見立てを試みる。さらに、体験を通して得られた気づきや示唆を整理し、今後の活用可能性についても言及する。

2. 箱庭療法とは何か

2.1 発祥と歴史

箱庭療法は、非言語的かつ象徴的な表現を通して、クライアント（相談者）の内的世界を表出し、心理的治癒を促すことを目的とした心理療法である。この手法の起源は、1920年代のイギリスにさかのぼる。当時、児童心理療法家であったマーガレット・ローエンフェルト (Margaret Lowenfeld)¹⁾ は、子どもが自由に遊びを通して自己表現できる「World Technique」を考案した。これは、砂箱とミニチュア玩具を用いた表現技法であり、言語能力が発達途上にある子どもでも、自己の内面を自由に投影できる点が注目された。その後、スイスのユング派分析家ドラ・カルフ (Dora Kalff) がこの技法に注目し、ユング心理学の枠組みを導入して理論化を試みた。カルフは、ローエンフェルトの手法を「Sandplay (箱庭療法)」²⁾ として体系化し、1950年代にスイスで実践を開始した。彼女は、砂の箱の中に構築される象徴的な世界が、無意識の表現であり、それを通してクライアントの心的変容が促進されると考えた。

カルフはこの技法を「自由で守られた空間 (a free and protected space)」と呼び、セラピストは解釈よりも陪席的な態度でクライアントの内的プロセスを見守ることが求められると述べている。この思想は、後

の箱庭療法実践者に大きな影響を与え、日本でも 1960 年代以降、河合隼雄らによって導入・発展してきた。

2.2 基本的な理論的枠組み

箱庭療法の根幹には、ユング心理学に基づく「無意識の象徴的表現」としての世界観がある。ユングは、個人無意識と集合的無意識の存在を前提とし、夢やイメージ、象徴を通してその世界とつながることが可能であるとした。箱庭の中に表出される構造やモチーフは、しばしば神話的・文化的な原型（アーキタイプ）を反映し、クライアントの心の深層を象徴的に表現する。

また、箱庭療法は言語的な解釈や分析を中心とするアプローチとは異なり、非言語的・直感的な表現を重視する。セラピストは、象徴の意味を即時に言語化するのではなく、クライアント自身が時間をかけて内的理解を深めることを支援する。この「沈黙を尊重する姿勢」もまた、箱庭療法において重要な治癒的要素とされる。

2.3 実施方法と環境設定

箱庭療法の実施には、専用の物理的環境と多様な象徴的素材が不可欠である。以下に、その代表的な構成要素を、河合隼雄『箱庭療法入門』（2005）を参考に整理する。

① 砂箱（サンドトレイ）

基本となる砂箱は、内法が約 57×72×7 cm の木製の箱である。外側は木の地色または黒色、内側は空や水を想起させるような青色に塗られていることが多い（ローエンフェルトの設計による）。この着色には、砂を掘った際に“水が現れる”ような印象を与える意図が含まれており、象徴世界の広がりを助ける役割を持つ。砂は乾燥砂と湿った砂の両方を用意し、クライアントの希望や操作性に応じて使用される。ローエンフェルトは3種類（粗い茶色の砂、細かい砂、おがくず）を使用し、カルフは2種（茶色と白色）を選択した。白砂は雪山や神聖さを象徴する意図で用いられる場合もある。

② ミニチュア玩具の配置

ミニチュア玩具は、クライアントの自由な選択に基づいて配置される。玩具の種類に指定はないが、表現の多様性と象徴性を確保するため、できる限り多くの種類を取り揃えることが推奨されている。必要なカテゴリは表1の通りである。

表1：ミニチュア玩具の種類

カテゴリ	具体例
人間	大人、子ども、兵士、警官、老人、特殊な職業、宗教的人物（神父、仏像など）
動物	野生動物、家畜、鳥類、虫、海洋生物など
建物・構造物	家、寺院、教会、城、門、橋、塀、フェンス、トンネルなど
乗り物	自動車、船、飛行機、戦車、馬車、救急車・消防車など
植物・自然	木、草、花、川、湖、山、石など
武器・防衛具	戦車、大砲、盾、剣、十字架、宗教的象徴物
ファンタジー	怪獣、天使、マリア像、幽霊、テレビキャラクターなど
素材・背景	布、金属、粘土、タイル、ビーズ、砂利など

引用：河合隼雄『箱庭療法入門』（2005）から筆者が表にまとめた

玩具の数や大きさは一律にそろえる必要はなく、多様性と非日常性を兼ね備えた象徴世界の構築が可能となるよう配慮される。玩具の並べ方や配置にも個人の性格や精神状態が反映されるとされている。

③ セラピストの態度と手順

箱庭療法において、セラピストの関わり方は「沈黙と陪席」が基本である。制作中に助言をしたり誘導することは原則として避ける。セラピストは、クライアントに以下のように伝えることで、自由な表現を促す。「この砂と玩具を使って、何でもいいから作ってみてください。」

この指示は、自由な象徴表現の機会を提供することを目的とする。クライアントの制作を妨げず、時に一緒に楽しむ姿勢を持ちながらも、あくまで受容的・支持的な態度で臨むことが求められる。

④ 記録と観察

作品完成後は、配置されたミニチュアの種類・位置・順序を詳細に記録する。また、可能であれば制作過程の様子も記述する。写真撮影は、作品全体が把握できる角度（斜め上など）から行い、視覚的記録として保存する。

セラピストは、完成後に以下のような問いかけを行う場合もあるが、治療関係を阻害しない範囲に留めることが原則である。

「これはどんなのですか。ちょっと説明してください。」

「この中で、あなたはどれですか？」（←原則として行わない）

質問はあくまで「内省や語り」のきっかけを引き出すためのものであり、解釈を押し付けるものではない。

⑤ 留意点と治療的目的

箱庭療法の目的は「作品を完成させること」ではなく、「作ることそのものが治療である」という点にある。したがって、途中で中断しても良く、クライアントの自由が最大限尊重される。セラピスト自身が箱庭を「正しい作品」として完成させようとすることは、かえって防衛や逆効果を招くため、常に注意が必要である。

このように、箱庭療法は、「守られた自由の中で無意識の象徴表現を促し、クライアント自身の内的変容を支援する」ための環境と態度の整備が極めて重要である。次章では、この実施枠組みに則り、筆者自身が体験した箱庭制作の過程とその分析について述べる。

2.4 主な応用領域

箱庭療法は、当初は児童への心理療法として発展したが、現在では幅広い年齢層に適用されている。以下のような領域で活用されている。

臨床心理学領域：トラウマ、うつ、不安障害、発達障害などへの介入

教育現場：いじめ、不登校、自己表現の困難を抱える児童生徒への支援

福祉・医療分野：高齢者の認知症ケア、緩和ケアにおける精神的安寧の確保

発達支援：発達に特性のある子どもに対する自己理解の促進と感情調整の支援

また、日本では、箱庭療法は特に臨床動作法、芸術療法、プレイセラピーなどと併用されることも多く、クライアントの全体的な自己統合を目指す総合的アプローチの一端を担っている。

3. 箱庭療法の見立ての方法

3.1 観察の視点

箱庭作品を観察する際には、以下の3つの要素が重要な手がかりとなる。

① 空間構成

箱庭の中で、ミニチュアがどのような位置関係で配置されているかは、クライアントの心理的世界の構造を反映しているとされる。配置の密度や広がり、中央・周縁の使用、奥行きの利用などが注目される。特に左右・前後の空間に意味を持たせることは、見立てを行ううえで重要な指標となる（詳細は3-3節で述べる）。

② 象徴の選択と種類

使用されたミニチュアの種類や数、素材や色調なども心理状態と密接に関連する。たとえば、「家」「橋」「川」「木」「人形」などの定番的象徴には、居場所、関係性、成長、役割などのテーマが読み取れることが多い。また、「怪獣」「武器」「墓」などの非日常的・攻撃的な象徴は、内的な葛藤や不安、防衛的態度を反映する可能性がある。

③ 人物の配置と関係性

人間型のミニチュアが複数使用される場合、それらがどのような距離感・向き・構造で配置されているかが重要となる。家族構成や人間関係を象徴している場合も多く、孤立・対立・協調・見守りなどの力動が視覚的に現れる。また、人物が「建物の中」「木の陰」「柵の内側」などに配置されている場合、それが心理的な防衛や関係性への不安を示していると見なされることもある。

3.2 クライアントとの対話による意味づけ

箱庭療法では、セラピストが作品を一方的に解釈するのではなく、クライアント自身が作品について語る言葉を通して意味を探っていく姿勢が重視される。これは、ローエンフェルトやカルフの提唱した「自由で守られた空間（free and protected space）」の理念に基づくものであり、象徴の意味はクライアントの個別文脈において解釈されるべきである。

対話においては、以下のような問いかけが用いられることが多い。

「この箱庭にはどんな物語がありますか？」

「この人物はどんな役割ですか？」

「この中に、あなたの気持ちに近いものはありますか？」

「この世界の中で気になる場所はどこですか？」

こうした問いに対する語りを通して、クライアントは自己の内面に気づきを得ると同時に、セラピストは見立てに必要な手がかりを得ることができる。ただし、「この中にあなたはどこにいますか？」などの自己投影を強いるような質問は原則避けることが推奨されている（実施場面や目的によっては例外もある）。

3.3 空間の象徴的解釈

箱庭の空間は、単なる物理的な配置ではなく、心理的意味を持つ象徴空間として解釈される。秋山さと（1972）（4）の研究では、図1、表2のような空間の象徴的対応関係が用いられている。

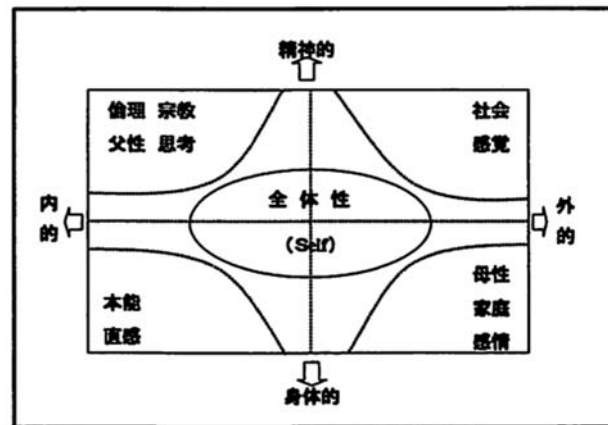


図1 箱庭の空間配置 (秋山 1972)

表2：空間の象徴的対応関係

位置 (空間方位)	象徴的意味	具体的な内容	心理的解釈例
左側	内的世界 (心の内側)	倫理, 宗教性, 父性, 思考, 原則, 本能, 直観	自己の内面との対話, 精神的探求, 深層心理, 信念の表出
右側	外的世界 (社会との関わり)	社会性, 感覚, 性, 感情, 他者, 役割	他者との関係, 現実への適応, 外部との接点, 社会への不安や希望
上部	精神性 (抽象性・理想)	理性, 理念, 全体性, マンドラ, 自我の中心 (Self)	精神的統合, 超越, 自己実現への指向
下部	身体性 (本能・現実)	物質性, 肉体, 衝動, 現実的課題, 生存, 安全	生命の基盤・生きる力・安全欲求, 未解決の身体的／感情的課題
左上	父性的・宗教的・倫理的領域	思考・理念・制約・ルール	理想の父像・超自我的規範・「すべき」思考, 抑圧された価値観
左下	本能的・直観的領域	根源的エネルギー, 無意識, 情動	衝動の表出, 抑圧された感情, 無意識的欲求の象徴
右上	社会的・感覚的領域	社会へのまなざし, 役割, 感覚刺激	社会参加への期待・不安・対人不信, 社会適応の問題
右下	家庭的・感情的領域	家族, 母性, 保護, 温もり, 癒し	家庭環境のイメージ, 保護欲求, 情緒的充足／欠如の反映
中央 (Self)	全体性・自己の中心	自己統合, マンドラ, 調和	自己の核心, 全体性 (ホーリズム), 心の統合プロセス

引用：秋山さと子 1972 『箱庭療法テキスト』 p 38-42 をまとめたもの

配置の偏り：どこかに極端に集中している場合，その方向の課題や関心が強いとされる。
箱の外への逸脱：外にはみ出す配置は，「枠に収まらない大きな課題」を示すことがある。
配置の流れ（例：左から右へ走る車など）→エネルギーの向かう方向，葛藤の流れの象徴。

4. 実際の体験

4.1 箱庭を作成した経緯

筆者はこれまで，モンテッソーリ教育に関する実践および研究を継続してきた。その過程において，モンテッソーリ教具が子どもの内的世界の表現や，構造化された自己発達を支える役割を果たすことに注目してきた。特に，日常生活・言語・文化に関わる教材において，子どもが環境を象徴的に再構成しながら自己を表現するプロセスには，箱庭療法と通底する特徴が認められる。

このような教育的視点を背景として，今回，自ら箱庭療法の技法を体験的に学び，その理解を深めることを目的に箱庭制作を行った。本研究では，その際に構成された箱庭作品の内容および制作過程を分析対象とし，箱庭療法における象徴的表現と心理的プロセスについての考察を試みる。

4.2 方法と実施の手順

実施場所：大学内箱庭療法ルーム

セラピスト（療法士）：公認心理士 H 教授，写真撮影

箱庭制作：筆者

4.3 使用したミニチュアとその配置



図 2



図 3

第 1 段階(図 2)では，まず砂の表面を丁寧に整地し，その後，中央やや左寄りに「川」のモチーフを形成した。川は波打つように湾曲しながら左下から右上方向へと流れる構造で，水色が見えることで水の象徴を示した。この川の実在は，作品全体の空間的・心理的分界を生み出し，以降の配置における基軸となった。

第 2 段階(図 3)では，上側に針葉樹 3 本を配置する。



図 4



図 5

第3段階(図4)では、緑の橋(2つ)川の両端対岸との接続、家屋(赤い屋根)中心に配置、教会の建物(ピンク)奥右側に配置、赤い屋根の背後にお地藏さん2体を配置

第4段階(図5)では、山の上にフクロウが1匹配置され、屋根上・家前に猫を2体配置、猫よりも手前に犬を2体配置、赤い家の両脇には緑の木が配置され、片方の木の上にはテントウムシを置いた。

家の近くに犬小屋を置き、教会のわきにも緑の木を2本配置、川には、左向きのザリガニ1匹と川の上流に遡上する魚1匹と逆に下流へ向かう魚1匹を配置した。

そして、川の対岸右の角に大きめのどっしりとした黄色い学校(大学)を配置した。



図 6 第5段階

第5段階では、新たに木や家の配置を変えた。赤い家を左にずらし緑の屋根付き家を右側に、赤い家と向かい合わせに設置した。そして、人形(男女、子ども含む約8体)を家の前の中央に輪になって向き合っ

て配置した。水色と赤の大きなバラの造花を2件の家の両脇に植えた。

灯台を左奥の海に向かう端に設置、船を左手前の海に向かっている河口に左へ向かって配置した。オウムや鳥(3体以上)山の上や木々の周辺上に配置した。

これで完成とした。

5. 箱庭の分析・見立て

5.1 箱庭制作を通して行われた自身の感じ方の言語化

まず、岡田(2002)『箱庭療法の本質とその周辺』⁹⁾の中にある、木村の「箱庭療法のトレーニングを考える」から引用した制作プロセス記録用紙を使用し自身の感じ方を言語化する。

表3：制作プロセス記録用紙を使用した自身の感じ方の言語化表

段階/図	A) 私の中に起こった感情は...	B) 私の中に浮かんだ連想は	C) これからの予想・期待すること・不安・正直なところ
第1段階 図2	作成する前には自分自身が何を作るのか緊張していたが、いざ始めると無意識に手が動いていたような感覚がした。	一番に、原体験である、自身の母親の実家であり幼少期に私が良く過ごした、徳島県の吉野川が思い浮かんだ。	とても懐かしい素の自分に戻れそうな気がした。
第2段階 図3	昔のゆっくりした一人遊びの楽しい時間に戻りたいと思った。	徳島の山や、家族で良く登った北アルプスの山々が浮かび、山を作って木を植えた。	ここに私の理想郷を作ったら楽しいだろうな～と思い、ワクワクしてきた。
第3段階 図4	理想と現実を行き来できるといいな～どちらも今の私には大切なもの	橋が一本では不安なので2本両端に立てることでほっとした。緑に囲まれたこじんまりとした家に住み、近くには私を守り導いてくれる教会があることで安定感を感じた。今も昔もお地蔵さんが大好きで、私の守護神の一つでもあると思い、家の後ろにひっそりと配置することでなお一層心のよりどころが増えた気がした。	安心安全な環境ができたことでこれからの未来に向けて挑戦していこうという思いが湧いた。
第4段階 図5	動物たちに囲まれた幸せな気持ち	元々動物は好きだが今は飼えない状況のためこの箱庭に沢山動物を置くことで癒された。	自然の大地とそこに住む動植物に囲まれ宇宙と一体になったなっていく気持ち
第5段階 図6	色々な幸不幸があってもそれは自分の気持ち次第で何とでもコントロールできる。理想を現実化に向けて！	色々な人が分け隔てなく手を取り合う生き方が思い浮かんだ。人だけでなく生物全てがニコニコと過ごしている世の中。常に生涯現役で生涯学ぶ楽しさを感じる生き方を想像した。	地球人として色々な人と生きていける子どもの家があり、老人ホームが向かい合わせにあって自然な交流ができる場がある。すべてにモンテッソーリケア等の人を尊重した支援のできる生き方をしていきたい。

5.2 自らの作品に対する分析と解釈

本節では、筆者自身によって構成された箱庭作品に対し、その象徴的構成要素や空間配置の分析を通して、無意識的な心理過程および内的風景の解釈を試みる。

表 4：箱庭作品の分析と解釈

ミニチュア	配置位置	分類	象徴的意味
猫（2 体）	家の前・屋根上	動物	自由，警戒心，家庭との距離感
犬（2 体）	家の前	動物	忠誠，見守り，心理的防衛
魚（2 匹）	川の中（河口に向かう／遡上）	自然動物	潜在意識・無意識の動き，水との関係性
ザリガニ	右の川の中	自然生物	防衛性，警戒，過去の痛み・記憶
てんとう虫	植物の上にのり空に向かっている	象徴生物	幸運，小さな守り手，微細な世界への気づき
オウムや鳥（3 体以上）	山の上・木々の周辺	動物	高次の視点，自由，魂の象徴
フクロウ	山の上・木々の間	幻想的存在	守護，知恵，夜の世界，洞察力
針葉樹（3 本）	奥やや中央	自然との共生，静けさ，見守り	緑・茶系：成長，安定，持続性
青と赤の大きなバラの造花	中央	自然・象徴	感情の表現（赤＝情熱・愛，青＝理性・平和），個人的な感情の開花
犬小屋	家の右横	建造物	保護・飼育の象徴，外の外敵から守る
教会（ピンク）	中央奥	宗教的施設	精神性，癒し，超越的な守り
大学（黄色の建物）	右手前	社会施設（教育）	社会的世界・知識・制度との関係
緑の家屋（屋根付き建物）	中央よりやや右側	建物	拡張された家庭・保護的空間の象徴
お地蔵さん（2 体）	家屋の後方，針葉樹の手前	宗教的象徴	鎮魂，見守り，祖先や目に見えない存在とのつながり
灯台	左奥の海に向かう河口岸	建造物	道しるべ，安全，方向性，自己の内的ガイド
船	左側隅の河口から海に向かっている	交通・移動	移動，自由，未知の可能性・挑戦・旅立ち
人形（男女，子ども含む約 8 体）	右下	人間	家族，社会的つながり，自己と他者との関係性の構築

5.3 自らの作品に対する見立て

① 家屋周辺における「関係性」と「防衛」

家の前には猫2体と犬2体が置かれている。猫は屋根上と家前に位置し、「自由」や「独立性」を象徴するとともに、筆者が家庭に対して一定の距離感をもっていることを示唆する。一方で、犬は「忠誠」や「見守り」を表し、外界からの防衛的な存在として機能している。これにより、筆者の心的空間において、家庭という場が安心と緊張、両義的な意味を持っていることが見て取れる。

さらに、犬小屋の配置は、「保護」の象徴であり、筆者が身近な存在（他者あるいは自己の一部）を外界から守ろうとする心理を映し出している。

② 中央から右側への「成長と拡張」の意志

家の右手前には大学（黄色の建物）が、さらにその近くに緑の屋根付き家屋が配置されている。これは筆者が知識や社会制度との接続を通じて、家庭の内側から外側へと意識を拡張しようとする傾向を表す。また、中央には青と赤の大きなバラの造花が象徴的に置かれており、「情熱と理性」「感情の統合」の現れと解釈できる。教育的関心と内面的成熟をともに目指している姿勢が読み取れる。

③ 奥に向かう空間の象徴と宗教的要素

箱庭の奥中央にはピンクの教会、その前方には針葉樹とお地蔵さんが位置している。この構成は、「精神性」「祖先とのつながり」「癒し」のテーマを持ち、筆者の深層における超越的価値や見守りへの希求を示唆する。木々の静けさのなかにあるお地蔵さんは、哀しみや痛みを象徴的な受け皿ともなりうる。

加えて、フクロウが木の間に佇んでおり、「知恵」「洞察」「夜の守護者」として、筆者の無意識的な知的探究や直観的な理解を表している可能性がある。

④ 左側の「流れと移動」のモチーフ

左側には川が流れ、魚が一匹は遡上し、一匹は河口に向かっている。これは時間軸上の「過去」と「未来」の両極を象徴し、筆者が過去の経験を振り返りつつも、新たな方向へと進もうとしている心理の動きを読み取れる。船の存在が加わることで、「旅立ち」「自由」「自己変容への意志」が補強されている。

また、灯台が河口岸に立つことにより、「安全」「指針」「内的ガイド」の象徴となり、混沌とした流れの中にも方向性を見出そうとする意識が表出している。

⑤ 人間関係と自我の統合的表現

中央には人形（男女・子ども含む約8体）が円を描くように配置され、全員が内側（中心）に向かって座っている。この構成は、「家族」「社会的ネットワーク」「相互的な関係性の中の自己」を象徴しており、筆者が他者とのつながりを積極的に受け入れたいという心的傾向を反映していると考えられる。

このように円を形成し中心を見つめ合う構造は、「共感的交流」や「共同体的つながり」「自己と他者の境界のなかでの統合」を示唆し、自我の中での他者の位置づけが調和的に築かれつつある段階を意味する。

また、これらの人物像は、「内なる子ども」「保護者的自我」「社会的自己」など、筆者の中にある多様な心理的側面が相互に対話し、ひとつの場に共存している状態とも捉えることができる。すなわち、孤立ではなく、内的に編まれた人間関係の構造が安定しつつあることを表しているといえるだろう。

6. 体験を通しての学びと考察

本研究における箱庭制作を通じて、筆者はあらためて箱庭療法のもつ投影的・象徴的機能の信ぴょう性に驚かされた。というのも、完成した箱庭作品の構成や象徴物の配置が、自らの現在の心理的状态や思考の傾向を的確に反映していたからである。事前に意識化されていなかった内的な葛藤や願望が、ミニチュアを手に取り配置する過程の中で自然に表出され、言葉によらずに「語られていた」ことに気づかされた。

例えば、中央に円を描いて集まった人形たちは、筆者が現在強く意識している「人とのつながり」「共同体としての在り方」「多様な自己像の統合」への願望を象徴していた。また、河口へと向かう船や灯台、山の上のフクロウといった象徴は、「方向性への希求」「見守られながら進む自己の旅路」といったメタファーとして機能し、今の自分の生き方や選択への内省を促すものであった。

こうした体験から、言葉にならない感情や記憶、思考の断片は、象徴を通じて非言語的に表現されうるといふ、箱庭療法の本質的な価値を実感することができた。特に、感情が複雑に絡み合い、言語化が困難な局面において、象徴を介した表現は、安全かつ自由な内面探求の手段となりうることを確信した。

この体験は、保育・教育・心理支援といった対人援助の領域においても、多くの示唆をもたらす。子どもやクライアントが必ずしも言葉によって自己を語ることができない場面において、「つくる」「並べる」「見る」といった行為そのものが、自己理解と癒しのプロセスに転化していく可能性を示唆している。援助者として重要なのは、言葉を求めるのではなく、相手の表現をそのままに受け止め、そこに宿る意味に静かに寄り添う姿勢ではないか。

本研究を通じて得られた体験的理解は、筆者自身の内的変容のみならず、今後の実践的支援における在り方を再考する契機となった。箱庭という「語られない語り」に耳を傾けることの意味と力を、これからも探究し続けたい。

7. おわりに

本研究では、筆者自身が箱庭療法を体験的に実施し、その制作過程および象徴表現の分析を通して、箱庭がいかにして個人の内的世界を可視化し、理解の手がかりとなるかを探究した。実際の制作において現れたミニチュアの配置や象徴的意味は、筆者自身の現在の心理的課題や関心と深く呼応しており、その信ぴょう性に驚きをもって受け止めた。

箱庭療法がもつ言語以前の感情表現や無意識の顕在化という特性は、「言葉にならない記憶」や「自己の深層」との出会いを可能にするものである（岡田、2007）⁶⁾。とりわけ、本研究で注目された「空間の象徴的対応関係」や「色彩と感情の結びつき」などは、言葉では表現しきれない自己理解に深く寄与するものであり、Lowenfeld（1939）のいう「Description of the World（世界の記述）」としての箱庭の本質と重なる。さらに、箱庭療法が保育・教育・心理支援において果たしうる役割は大きい。たとえば、コラージュ療法や愛着表象投影法と同様に、自己の「語られざる部分」に触れ、その存在を承認するプロセスは、幼児から高齢者までのあらゆる発達段階において意味をもつと、星野・黒田・山口（1999）⁷⁾ や丹治（2011）⁸⁾ 花形（2024）⁹⁾ 森（2019）¹⁰⁾ 等からも読み取れる。特に、発達過程にある子どもたちにとって、自由な象徴的表現は自己の輪郭を形成し、母子関係を含め（田畑、2000）¹¹⁾ 周囲との関係性を見直す契機となる。

今後の探究課題としては、まず本稿で得られた一事例的知見を踏まえ、より多様な対象者による箱庭制作

とその解釈を通して、象徴の文化的・発達の差異を探ることが挙げられる。また、他の表現的心理療法（たとえばコラージュや描画療法）との比較研究や、保育現場・教育現場への応用可能性についても、今後の実践的検討が期待される。

筆者自身、箱庭療法の深さと広がりを実感するとともに、今後さらに自らの臨床感覚を研ぎ澄ませるべく経験を積み、よりよい見立てと支援へとつなげていきたいと考えている。そして、箱庭を通じて見えてくる"語られない声"を大切にしながら、人間理解に立脚した支援実践を続けていきたい。

謝辞

本研究を進めるにあたり、芦屋大学臨床教育学部特任教授・林知代先生には、研究の方向性に関する的確なご助言のみならず、学際的視点を広げるうえで示唆に富む文献や資料をご紹介いただくなど、多大なるご支援を賜りました。心より感謝申し上げます。

引用文献

- 1) Lowenfeld, M., The World Pictures of Children: A method of recording and studying them. *British Journal of Medical Psychology*, 18(1), 65-101, 1939.
- 2) Kalf, D.M., *Sandspiel*, Rascher Verlag—Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche, 1966.
河合隼雄 監修訳：カルフ箱庭療法，誠信書房，1972.
- 3) 河合隼雄：箱庭療法入門，誠信書房，1969.
- 4) 秋山さと子：箱庭療法テキスト，日本総合教育研究会，p 38-42，1972.
- 5) 岡田康伸編集：現代のエスプリ別冊箱庭療法シリーズⅡ『箱庭療法の本質とその周辺』，至文堂 2002.
- 6) 岡田康伸：箱庭療法の治療的要因について，広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要 第6巻 p 4-12，2007.
- 7) 星野政知・黒田浩司・山口豊一：小学校における箱庭を取り入れた援助活動の在り方—登校しぶりが見られるA男との面接を通して—，教育実践学研究第3号，p 51-62，1999.3.
- 8) 丹治光浩：心理アセスメント技法としての箱庭の可能性，花園大学社会福祉学部研究紀要，第19号，p 1-14，2011.3.
- 9) 花形武：大学院生のグループ箱庭療法体験，*Shigakukan University Research Bulletin of Clinical Psychology*, No.18, 3-10, 2024.
- 10) 森里子：認知症高齢者の箱庭表現の特徴，箱庭療法学研究，32巻2号，p 3-14，2019.
- 11) 田畑洋子：事例研究法による母子関係の研究（2），名古屋女子大学紀要 46（人・社），p167-176，2000.