

博士学位論文

コラージュ技法により視覚化された 人生脚本の分析と修正についての研究

— コラージュ療法及び交流分析からの考察 —

A study on analysis and modification of life script visualized by technique of collage
- Consideration from the point of view of collage therapy and Transactional Analysis -

主査 三枝 孝司 印

副査 井上 貢一 印

森川 友子 印

2021年8月

九州産業大学大学院
芸術研究科 造形表現専攻

篠木 秀実
Shinoki Hidemi

目 次

要 旨	1
本研究で参照した心理療法の大まかな系譜	3
本研究で扱う用語などについて	4
I. 本研究の目的	6
II. 本研究の背景	10
II-1. 本研究の背景	10
II-2. 先行研究	12
II-2-1. コラージュ療法の先行研究	12
(1) コラージュとは	12
(2) 美術としてのコラージュ	12
(3) コラージュ療法とは	16
(4) 日本でのコラージュ療法の展開	16
(5) コラージュ療法の心理療法としての効果	18
(6) コラージュ療法の実際	19
(7) コラージュ作成と他の心理的技法を組み合わせた先行研究	22
II-2-2. 交流分析における人生脚本分析	24
(1) 交流分析とは	24
(2) 交流分析の4つの理論	24
(3) 交流分析の主な3学派	27
II-2-3. 交流分析とコラージュ療法	28
(1) 交流分析の脚本修正にコラージュ技法が有効と考えられる理由	28
(2) コラージュ作成による治療的退行と再決断	30
II-2-3. 先行研究のまとめ	31
III. 研究方法	33
III-1. 被験者について	33
III-1-1. 被験者の概要と募集方法	33
III-1-2. 説明会の概要	33

III-1-3. 被験者への倫理的配慮	33
III-2. 説明会の詳細	35
III-2-1. 作品1の作成方法についての説明	35
III-2-2. 作品2の作成方法についての説明	35
III-2-3. 作品3の作成方法についての説明	35
III-2-4. 作品4の作成方法についての説明	36
III-2-5. 作品5の作成方法についての説明	36
III-2-6. 作品6の作成方法についての説明	36
III-2-7. 説明会で受けた質問	37
III-3. 研究方法の流れ	37
III-3-1. 実施時期	37
III-3-2. 本研究全体の流れ	37
III-3-3. 研究方法の詳細	38
(1) 心理カウンセリングの実施	38
(2) 心理アセスメントの実施	39
(3) コラージュ作成についての教示	41
(4) コラージュ作成とグループシェアリング (1回目)	41
(5) コラージュ作成とグループシェアリング (2回目)	42
(6) コラージュ作成とグループシェアリング (3回目)	43
(7) 心理アセスメントの実施	43
IV. 心理アセスメントデータの分析結果	45
IV-1. TEG3	45
IV-2. ECR-GO	46
IV-3. TEG3 と ECR-GO との各下位尺度の相関関係	47
(1) コラージュ作品の作成前	48
(2) コラージュ作品の作成後	48
V. 事例研究	50
V-1. Aさん 40代	52
V-1-1. プロフィール	52
V-1-2. 生育歴	52

V-1-3. コラージュ作品	53
(1) 生まれてから1歳半までの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ	53
(2) 6歳までの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ	54
(3) 12歳までの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ	55
(4) 13～17歳 中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ	56
(5) 大人になってからの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ	57
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く 環境を表すコラージュ	58
V-1-4. 今回のコラージュ作成の影響	59
V-1-5. 心理アセスメントデータの変化	60
V-1-6. 考察	61
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	61
(2) コラージュ作成についての考察	61
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	71
(4) まとめ	72
V-2. Bさん 50代	74
V-2-1. プロフィール	74
V-2-2. 生育歴	74
V-2-3. コラージュ作品	75
(1) 生まれてから1歳半まで	75
(2) 1歳半から6歳まで	76
(3) 7歳から12歳まで	77
(4) 13歳から17歳まで	78
(5) 大人になってから	79
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	80
V-2-4. 今回のコラージュ作成の影響	81
V-2-5. 心理アセスメントデータの変化	82
V-2-6. 考察	83
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	83
(2) コラージュ作成についての考察	83
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	84
(4) まとめ	84

V-3. Cさん 50代	87
V-3-1. プロフィール	87
V-3-2. 生育歴	87
V-3-3. コラージュ作品	88
(1) 生まれてから1歳半まで	88
(2) 1歳半から6歳まで	89
(3) 7歳から12歳まで	90
(4) 13歳から17歳まで	91
(5) 大人になってから	92
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	93
V-3-4. 今回のコラージュ作成の影響	94
V-3-5. 心理アセスメントデータの変化	95
V-3-6. 考察	96
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	96
(2) コラージュ作成についての考察	96
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	98
(4) まとめ	98
V-4. Dさん 50代	100
V-4-1. プロフィール	100
V-4-2. 生育歴	100
V-4-3. コラージュ作品	101
(1) 生まれてから1歳半まで	101
(2) 1歳半から6歳まで	102
(3) 7歳から12歳まで	103
(4) 13歳から17歳まで	104
(5) 大人になってから	105
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	106
V-4-4. 今回のコラージュ作成の影響	107
V-4-5. 心理アセスメントデータの変化	108
V-4-6. 考察	109
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	109
(2) コラージュ作成についての考察	109

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	111
(4) まとめ	112
V-5. Eさん 50代	114
V-5-1. プロフィール	114
V-5-2. 生育歴	114
V-5-3. コラージュ作品	115
(1) 生まれてから1歳半まで	115
(2) 1歳半から6歳まで	116
(3) 7歳から12歳まで	117
(4) 13歳から17歳まで	119
(5) 大人になってから	121
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	122
V-5-4. 今回のコラージュ作成の影響	123
V-5-5. 心理アセスメントデータの変化	124
V-5-6. 考察	125
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	125
(2) コラージュ作成についての考察	125
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	128
(4) まとめ	129
V-6. Fさん 20代	131
V-6-1. プロフィール	131
V-6-2. 生育歴	131
V-6-3. コラージュ作品	132
(1) 生まれてから1歳半まで	132
(2) 1歳半から6歳まで	133
(3) 7歳から12歳まで	134
(4) 13歳から17歳まで	135
(5) 大人になってから	136
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	137
V-6-4. 今回のコラージュ作成の影響	138
V-6-5. 心理アセスメントデータの変化	139

V-6-6. 考察	140
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	140
(2) コラージュ作成についての考察	140
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	142
(4) まとめ	142
V-7. Gさん 40代	145
V-7-1. プロフィール	145
V-7-2. 生育歴	145
V-7-3. コラージュ作品	146
(1) 生まれてから1歳半まで	146
(2) 1歳半から6歳まで	147
(3) 7歳から12歳まで	148
(4) 13歳から17歳まで	149
(5) 大人になってから	150
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	151
V-7-4. 今回のコラージュ作成の影響	152
V-7-5. 心理アセスメントデータの変化	153
V-7-6. 考察	154
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	154
(2) コラージュ作成についての考察	154
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	155
(4) まとめ	156
V-8. Hさん 40代	158
V-8-1. プロフィール	158
V-8-2. 生育歴	158
V-8-3. コラージュ作品	159
(1) 生まれてから1歳半まで	159
(2) 1歳半から6歳まで	160
(3) 7歳から12歳まで	161
(4) 13歳から17歳まで	162
(5) 大人になってから	163
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	164

V-8-4. 今回のコラージュ作成の影響	165
V-8-5. 心理アセスメントデータの変化	166
V-8-6. 考察	167
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	167
(2) コラージュ作成についての考察	167
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	170
(4) まとめ	170
V-9. Iさん 60歳	173
V-9-1. プロフィール	173
V-9-2. 生育歴	173
V-9-3. コラージュ作品	174
(1) 生まれてから1歳半まで	174
(2) 1歳半から6歳まで	175
(3) 7歳から12歳まで	176
(4) 13歳から17歳まで	177
(5) 大人になってから	178
(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来	179
V-9-4. 今回のコラージュ作成の影響	180
V-9-5. 心理アセスメントデータの変化	181
V-9-6. 考察	182
(1) 心理カウンセリングによる脚本分析	182
(2) コラージュ作成についての考察	182
(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察	191
(4) まとめ	191
VI. 総合考察	193
VI-1. 心理アセスメントデータの分析結果についての考察	193
VI-1-1. TEG3の変化	193
VI-1-2. ECR-G0の変化	193
VI-1-3. TEG3とECR-G0との下位尺度の相関関係	194
VI-2. 事例研究についての考察	195
VI-2-1. インパスの表現について	195

VI-2-2. 再決断のプロセスについて	200
VI-2-3. 人生脚本修正後の表現について	202
VI-3. まとめ	203
VI-4. 今後の課題	204
VI-4-1. 被験者の偏りの是正	204
VI-4-2. 本研究の枠組みの検討課題	205
VI-4-3. 作品6であらわれた自我状態の検討	207
参考文献・引用文献	208
資料1 質問票 (ECR-GO)	214
資料2 質問紙 (自由回答)	218
謝辞	220

《要 旨》

本研究の目的は、言葉を媒介とする従来のカウンセリング手法に加え、視覚や切り貼りする体感覚を伴うコラージュ作成とグループシェアリングを併用することにより、クライアントが自らの人生脚本の修正をより行いやすくなることを検証することである。

筆者は、交流分析（略称 TA）の理論に基づき、退行催眠により人生脚本の修正を図る心理セラピーを、23年間で累計 3,000 件以上行ってきた。交流分析の人生脚本理論では、人間は、人生の早期にどのように生き、どう死んでいくのかを、前意識レベルで決めているため、大人になっても、人間関係などで様々な問題が生じ、思い通りに生きられないとされている。コラージュ療法は、既存の素材を切り貼りするだけで手軽に作成できるコラージュ作品から、心的イメージを読み解き、心理状態の改善を図る芸術療法の一分野であり、退行催眠よりも侵襲性が低い、適用範囲が広い、治療的退行が起きる利点がある。クライアントが発達の各段階で持っていた自分や他者に対する心的イメージをコラージュの作成により視覚化し、グループシェアリングで言語化すると、自分の人生脚本への客観的な気づきが促されることに着目し、本研究では交流分析の自我状態と人生脚本の理論に基づき、コラージュ作品を分析し、人生脚本の修正を図るための基礎的な研究を行った。

研究方法の流れとしては、健全な成人の被験者（n=31）に対し、筆者が心理カウンセリングを実施した。次に、コラージュ作品の作成前に、心理アセスメント（TEG3 と ECR-GO）を実施した。

その後、3週間で合計 6 枚のコラージュ作品を、1週間に 2 枚ずつ作成した。1～5 枚目の各コラージュ作品のテーマは、①生まれてから 1 歳半まで（作品 1）、②1 歳半～6 歳まで（作品 2）、③7～12 歳（作品 3）、④13～17 歳（作品 4）、⑤成人後（作品 5）、という各発達段階別の自分と自分を取り巻く環境とした。6 枚目のテーマは、⑥未来の（人生脚本を書き換えた後の）自分と自分を取り巻く環境（作品 6）であった。

コラージュの作成は宿題法（自主作成法）により、被験者の自宅で行われた。2 枚のコラージュ作品を作成後、1 週間毎に開催されるオンラインでのグループシェアリングに、合計 3 回参加した。各回の終了前に、被験者は質問紙に記入した。3 回目の最後に、心理アセスメント（TEG3 と ECR-G）を実施した。

なお、被験者は 3 つのグループに分かれ、各回のグループシェアリングの参加者は約 10 名、1 回 3～4 時間で行った。

本研究の一連のコラージュ作成の実施前と実施後の心理アセスメントデータの分析結果は次の通りであった。TEG3 では、5 つの自我状態のうち、④自由な子ども（FC）は有意

に増加し、⑤順応した子ども（AC）は有意に減少した。次に ECR-GO のデータの分析結果としては、①見捨てられ不安、②親密性の回避のいずれも有意に減少した。また、TEG3 と ECR-GO との各下位尺度の相関係数を、実施前と実施後について分析すると、実施前には、成人（A）と見捨てられ不安の間に、有意に負の相関が認められた。また、実施後には、順応した子ども（AC）と見捨てられ不安との間に、有意に正の相関が認められた。

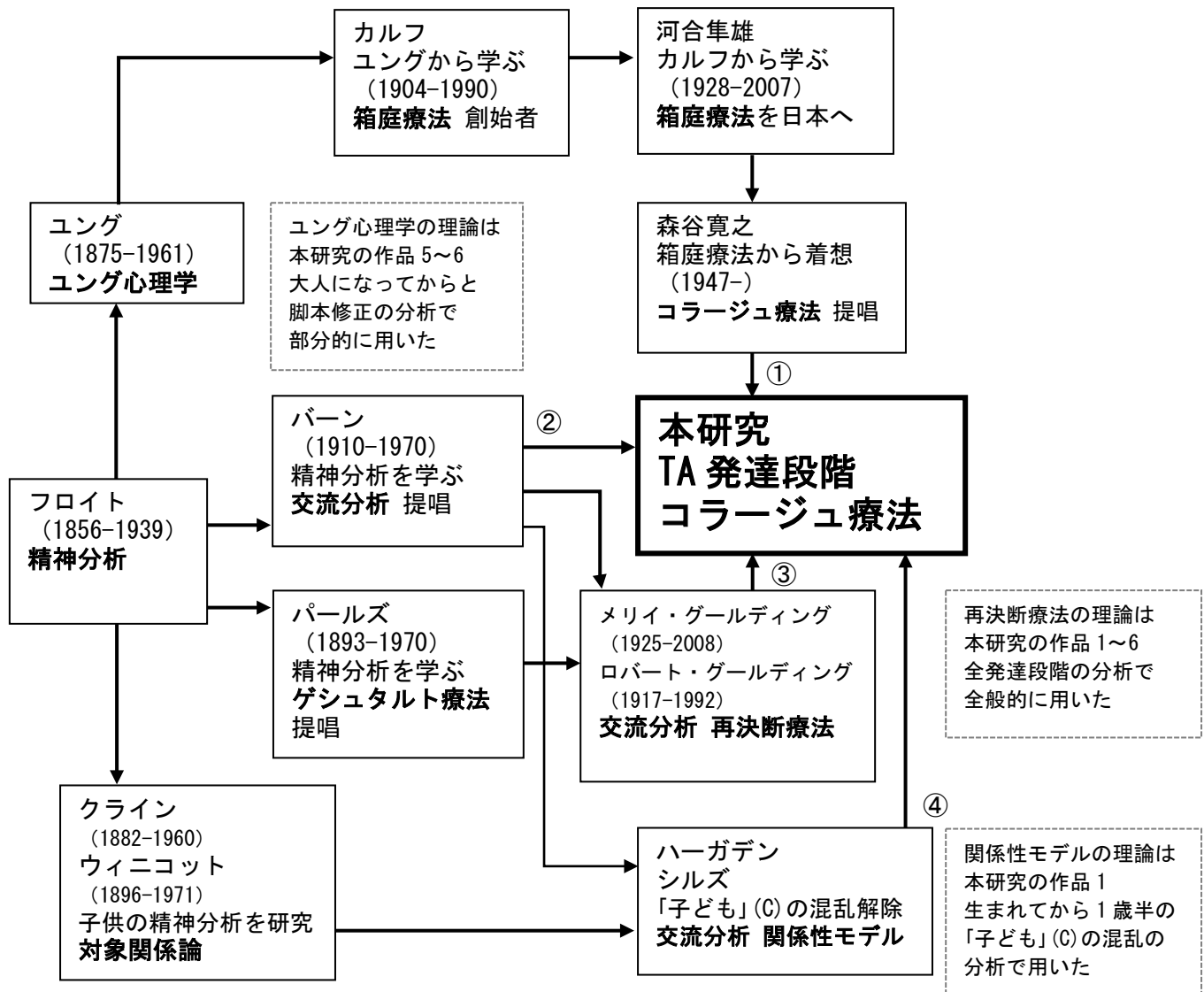
交流分析の再決断派の理論では、人生脚本を修正する再決断は、成人（A）の支持を得て、子ども（C）が行うものとされている。また、交流分析のポジションの理論では、人生脚本が修正されると、自己への価値観と他者への価値観が共に上がり、「私は OK であり、あなたも OK である」のポジションになるとされている¹⁾。ECR-GO の「見捨てられ不安」は「自己への価値観」と、「親密性の回避」は「他者への価値観」と、ともに負の相関があるとされている²⁾。これらから、本研究での ECR-GO のデータ分析結果は、「私は OK であり、あなたも OK である」のポジションへの変化により、人生脚本が修正に向かったことを示唆する結果となった。

事例研究で、個別のコラージュ作品を見ると、第二度のインパスがある場合には、作品 1 で肯定的な自己イメージが表現された後、作品 2 以降にインパスが識別可能な表現でコラージュは作成された。第三度のインパスがある場合には、作品 1 で違和感や「子ども」(C) の混乱が識別可能な表現でコラージュは作成された。また第二度と第三度のインパスでは、脚本修正のプロセスに違いが見られた。第二度のインパスの場合は作品 1 で肯定的な自己イメージが表現された後、人生脚本の修正が早く進んだのに対し、第三度のインパスの場合は共生関係があった特殊な事例を除き、作品 5 で人生脚本の影響で繰り返してきた否定的なパターンが表現された後、作品 6 で人生脚本の修正を表現するコラージュが作成された。

これらから、交流分析の理論に基づき、コラージュ療法を用いた本研究の手法（『TA 発達段階コラージュ療法』）は、人生脚本を修正するために有効であると考えられる。今後の課題としては、本研究の被験者が限定された集団であったため、より偏りの少ない集団に対して検証を重ねること、コラージュ作成時に過去の不快な記憶を思い出し辛くなった場合などに安全を確保するための対応の仕組みや適用外となる他のケースの考察および適用の可否を判断するためのスクリーニングの仕組みの構築が不可欠と考えられる。

第二度、第三度のインパスに対処するには、主に非言語のメッセージで伝えられる禁止令を解除する必要があり、クライアントが自分で気づいて人生脚本を修正するのは難しい。そのようなケースでも、本研究のように発達段階別にコラージュを作成すれば、クライアントも治療者も、インパスが発生した状況を視覚的に把握でき、問題が明確になるため、解決も容易となると考えられる。

《本研究で参照した心理療法の大まかな系譜》



本研究で参照した他の心理療法の理論や方法論

- ①コラージュ療法は、グループで実施する集団法、自宅で作成する宿題法、作成後のグループシェアリングなどのコラージュ療法の実施方法に関する方法論を参照した。
- ②交流分析は、本研究で作成するコラージュのテーマを発達段階別に設定したことや発達段階別の変化要因の考察の際に人生脚本理論を、コラージュに表現された自我状態の分析に自我状態理論を参照するなど、本研究の理論的な基盤として参照した。
- ③再決断療法は、ゲシュタルト療法の理論を取り入れ、再決断は「子ども」(C)が行うという理論であり、本研究では再決断療法の理論に基づき研究方法を策定した。
- ④交流分析の関係性モデルは、子供への精神分析を研究した対象関係論の理論を交流分析に取り入れたモデルであり、本研究では作品1の「子ども」(C)の混乱の分析に参照した。

《本研究で扱う用語などについて》

コラージュ療法

できあいの絵や写真、さらに文字などの表現力を借りて、心の内面の無意識イメージを形にすることにより、心理状態の改善を図る芸術療法の一分野である。

交流分析

エリック・バーンにより提唱されたパーソナリティや対人コミュニケーションについての心理療法理論である。

自我状態

交流分析の主要理論の一つ。感情と体験のまとまったパターンで、それに直接対応する行動パターンである。大きく分けて、次の3つのカテゴリがある。

- ①「親」(P)の自我状態。これは、親の役割をした人をモデルとした、まとまった行動・思考・感情のパターンを再演したものである。外部から取り入れた自我状態と言える。
- ②「成人」(A)の自我状態。これは、現実に対応した行動・思考・感情のまとまったパターンである。
- ③「子ども」(C)の自我状態。これは、その個人の幼児期の遺物である、まとまった行動・思考・感情のパターンを再演したものである。

人生脚本

交流分析の主要理論の一つ。幼児期の決断に基づく人生計画で、両親の影響によって強化され、引き続き起こる重大な出来事によって正当化され、自分の選択によって最高潮に達して終わるもの。

禁止令

人生脚本を構成する要素の一部で、親からの不当なネガティブな命令である。

ドライバー（駆り立てるもの）

禁止令を受け入れることで生じる大きなストレスを和らげる働きをする。例えば、親から「存在するな」という禁止令と共に、それを和らげる「一生懸命努力せよ」というドライバーを受け取ると「一生懸命努力しさえすれば、存在してもよい」というメッセージとなり、駆り立てられるように一生懸命に努力する人生を送ることになる。

再決断

人生脚本を修正するための決断をすること。再決断により幼児期に親から受け取った禁止令への許可やドライバーの解除が促される。

インパス

自我状態の間で2つの力が相反して働く「行き詰り」を意味し、自我状態の発達段階に応じ、次の3つのタイプがある。

- 第一度** 幼児期後期の「親」(P)と「子ども」(C)の自我状態の間で起こる。言葉で表現されることが多い「ドライバー」が原因である。
- 第二度** 早期の言語期以前の発達段階の「親」(P)と「子ども」(C)の自我状態間での対立となる。原因は主に非言語で伝えられる「禁止令」である。
- 第三度** 幼児期早期からの「子ども」(C)の内部における葛藤である。基本的信頼か基本的不信かで混乱し葛藤が引き起こされる。

I . 本研究の目的

I. 本研究の目的

本研究の目的は、言葉を媒介とする従来のカウンセリング手法に加え、視覚や切り貼りする体感覚を伴うコラージュ作成とグループシェアリングを併用することにより、クライアントが自らの人生脚本の修正をより行いやすくなることを検証することである。

本研究の手法は、交流分析の基本的な理論に基づくものである。交流分析 (Transactional Analysis) は、TA (ティーエー) と略称で呼ばれることが多い。そのため、本研究の手法を『TA 発達段階コラージュ療法』と呼ぶこととする。

後述するように、日本でコラージュ療法を提唱した森谷は、コラージュ療法とは、できあいの絵や写真、さらに文字などの表現力を借りて、心の内面の無意識イメージを形にすることと述べている¹⁾。

TA 発達段階コラージュ療法では、このコラージュ療法の手法を活用し、これまでの人生の各発達段階での心の内面の心的イメージを、クライアントがコラージュ作品として作成する。クライアントにとっては、作品の作成がその時々心の内面を思い起こすきっかけとなる。また、自分の心の内面の心的イメージが視覚的に表現された発達段階別の一連の作品を客観的に見つめることが可能となり、普段は気づきの外にある人生脚本に気づく機会になると考えられる。まず自らの脚本に気づくことが、脚本修正の始まりとなる。

本研究では、クライアントは次の3つのプロセスを通じて、脚本修正を行うと仮定されている。

プロセス1は、発達段階別に、次の5つの時期、①出生から1歳半まで(作品1)、②1歳半から6歳まで(作品2)、③7歳から12歳まで(作品3)、④13歳から17歳まで(作品4)、⑤18歳から今まで(作品5)、におけるコラージュの作成をきっかけに、治療的退行により各時期に退行し、人生脚本を形成、強化、正当化した状況について、視覚をはじめとする五感の記憶が徐々に呼び起こされ、クライアントが当時の自我状態をありありと再体験して、幼児決断に気づく手がかりを得るプロセスである。

プロセス2は、そのかつて体験した自我状態と、今もストレスフルな状況下で、繰り返されることが多い否定的な働きをする自我状態とでは、同じような特有の感情と感覚が伴うことに気づくプロセスである。これにより、かつての自我状態が、今も再演されていることに気づくと、クライアントは、特定の状況でうまくいなくなるなどの問題の原因を、その体験と結び付けて、客観的に考えられるようになる。

プロセス3は、再決断を行い、脚本修正をした後のイメージをコラージュ(作品6)として作成することで、現実に脚本の修正を図るプロセスである。

実際のところ、クライアントが、たとえ自らの人生脚本に気づいたとしても、自らの力で修正するのは容易ではない。スタン・ウラムスとマイケル・ブラウンは、ストレスが大きければ大きいほど、その人は脚本に入りやすくなると述べている²⁾。

「今・ここ」での状況がストレスフルで、かつての子ども時代にあった苦痛に満ちた場面と似ている場合には、脚本に入りやすくなる。TA（交流分析）用語では、それを、輪ゴムで引っ張られて早期の状況に引き戻されると表現する。片方の端は子ども時代の苦痛な状況、もう片方の端は今にひっかけられている巨大な輪ゴムがあり、時間の経過に伴いその輪ゴムが一杯に伸びきっている状況で、何らかの拍子に、今の側の端が外れて輪ゴムが急速に子どもの頃の場面へと引き戻される様子を指すものである。

通常、人はその子ども時代の場面や、何が「今・ここ」の状況と似ているのかについて、意識して記憶をしていない。その輪ゴムの先には、両親などの養育者の役割を果たした人物、いろいろな音や、匂い、特定の環境やその他自分では自覚していない子ども時代のストレスフルな状況を想起させるものが引っかかっている可能性がある。交流分析における変化の一つは、この輪ゴムを切り離すことである。脚本の理解と個人的な治療を通じて、当時の心的外傷を解決し、古い子ども時代の場面に引き戻されることから解放され自由になることであるとされている³⁾。

本研究の仮説が正しいとすれば、次のようなことが起きると考えられる。

①被験者は、脚本が形成、強化、正当化された状況に関連するコラージュを、何らかの識別可能な形で表現する。その理由は、脚本の形成、強化、正当化のきっかけとなる幼児決断は、生き残りをかけた状況で行われるとされており、強烈な感情や感覚を伴うものだからである。成人後、その体験の記憶が気づきの外にあっても、心的イメージは残っており、それがコラージュの表現にあらわれる。

②その際には、次の2つのプロセスを通じて、「子ども」(C)の機能が高まると考えられる。最初のプロセスは、コラージュの作成そのものによる治療的退行が起こる。その次のプロセスは、退行した先での心的なイメージを視覚的にコラージュで表現しようとする事により、それと結びついた聴覚、触覚などの五感の記憶が蘇り、当時の自我状態が再体験される。

③②で表れた自我状態は、成人後も「子ども」(C)として表れる。

④人生脚本の修正後を想定して作成される作品6は、作品1～5とは異なる心的イメージが表現されると考えられる。その理由は、人生脚本が修正されていれば、自我状態が変化し、それに伴い心的イメージも変化して、何らかの識別可能な形で表現がされると推測されるからである。

⑤再決断派によれば、再決断は「子ども」の自我状態でされるとされており⁴⁾、再決断がされていれば、作品6作成後のエゴグラムは「子ども」(C)の自我状態の変化として表れる。

⑥第三度のインパスは、幼児期早期から起こる葛藤とされており⁵⁾、1歳半までの心的イメージである作品1に、何らかの識別可能な表現がなされる。

本研究の実施後に、上記の項目について、整合性がある結果が得られれば、本研究の仮説は立証される。

なお、本研究は、芸術療法の特徴である視覚をはじめとする五感の活用や治療的退行などのメリットを他の心理療法へ応用する一つの事例として試みるものである。

本研究により、交流分析の理論に基づき、人生脚本を修正するためにコラージュ療法を用いた技法が有効であることを立証し、交流分析とコラージュ療法の発展に貢献する。

Ⅱ. 本研究の背景

II. 本研究の背景

II-1. 本研究の背景

筆者は、23年間、退行催眠を用いて、累計 3,000 件以上の心理セラピーを行ってきた。その目的は、クライアントの無意識を活用することにより、心身や対人関係に及ぼす問題の改善を図ることである。この間、無意識という不分明でありながら、問題の改善に無限の可能性を秘めた領域に接触するためには、テクニックや知識だけではなくセラピストの感性や直感を駆使する必要性を感じた。それと同時にクライアントの心の構造を科学的に分析するための手段を持つ必要性も感じ、交流分析の理論をセラピーに取り入れるようになった。交流分析の理論をセラピーに取り入れるようになって以来、クライアントの心の成り立ちや思考、行動、感情のパターンが、意識レベルで分析できるようになった。その結果、クライアントが抱えている心身や人間関係の問題の原因を、それまでよりも明確にし、焦点を絞ったセラピーを行うことが可能となった。

ここで、無意識という言葉について、精神分析と交流分析での考え方の違いを、簡単に概観する。

精神分析を提唱したフロイトは、夢の研究を通して、心の働きの仕組みを解明しようとし、心の図式として、意識、前意識、無意識の3つの体系を想定し、これらの3つの体系は相互に関連し合いながら機能しているとした。前意識は、無意識的ではあるが、注意を向けることによって容易に意識できる心的過程であり、無意識は強烈に働き続けているにもかかわらず、抑圧により意識の面に近づけない心的過程である¹⁾。

一方、交流分析は、提唱者のエリック・バーンにより、精神分析的な枠組みを守りながら、同時に現実の世界を観察することにより直接検証することができる理論として構築された²⁾。そのため、直接観察することができないフロイト派の前意識、無意識という言葉の使用は避けられ、その代わりに「気づきの外にある」という言葉が用いられるのが通常であった³⁾。

これに対して、ハーガデンとシルズ(2007)は、精神分析学の理論を大いに用い、無意識を認め、とりわけ対象関係論、自己心理学の視点から「関係性を重視した交流分析理論」を構築した。2007年には、この功績が認められ、交流分析の新しく重要な理論とその応用に対して毎年贈られる国際 TA 協会のエリック・バーン記念賞が授与されている⁴⁾。

また、ハーガデンとシルズ(2007)は、「無意識レベルでワークする必要性を理解する交流分析セラピストはどんどん増え続けている」と述べている⁵⁾。筆者もこの無意識レベルでのワークの必要性を実感し、セラピーの現場でも取り入れている1人である。

しかし、筆者の退行催眠を用いる手法は、①セラピストが催眠の技術に精通している必要がある、②無意識への介入でセラピストの果たす役割が大きく侵襲性が高い、③個人向けのセラピーでは効果が期待できるもの、グループセラピーには適していないなど、一般的に用いるには限界も少なくない。より侵襲性が低い手法では解決が困難な場合にのみ、必要なトレーニングを積んだセラピストにより用いられるべき手法といえよう。

そこでより侵襲性が低く適用範囲も広い心理療法として、治療的な退行が起こるとされている芸術療法に着目した。芸術療法の中でもコラージュ療法には、雑誌やカタログなどから写真やイラストなどを切り抜き台紙に貼るだけで、作品を作成できるため、絵心がない人でも、手軽に参加できるメリットがある。また、コラージュ療法は、後述するように、個人、グループそれぞれに対して、効果が期待できる手法である。

このような理由から、コラージュ療法により期待される治療的な退行を用いれば、人生脚本の修正を図れるのではないかという仮説を立てた。これが本研究の背景である。

先行研究について筆者の調べた限りでは、コラージュ療法の研究では、クライアントの人生を出生時まで遡り、発達段階ごとの記憶をテーマにして、コラージュを作成した研究は見つけられなかった。また、交流分析の研究においても、かつて人生脚本が形成、強化、正当化された場面を、芸術療法の手法を用いて視覚化することにより、再決断を促す研究は見つけられなかった。

そこで、本研究では、芸術療法の技法を他の心理療法へと応用する一つの事例として、芸術療法の中でも、作品の作成が容易とされているコラージュ療法の手法を、交流分析の理論へと応用的に組み合わせることを試みた。

Ⅱ-2. 先行研究

Ⅱ-2-1. コラージュ療法の先行研究

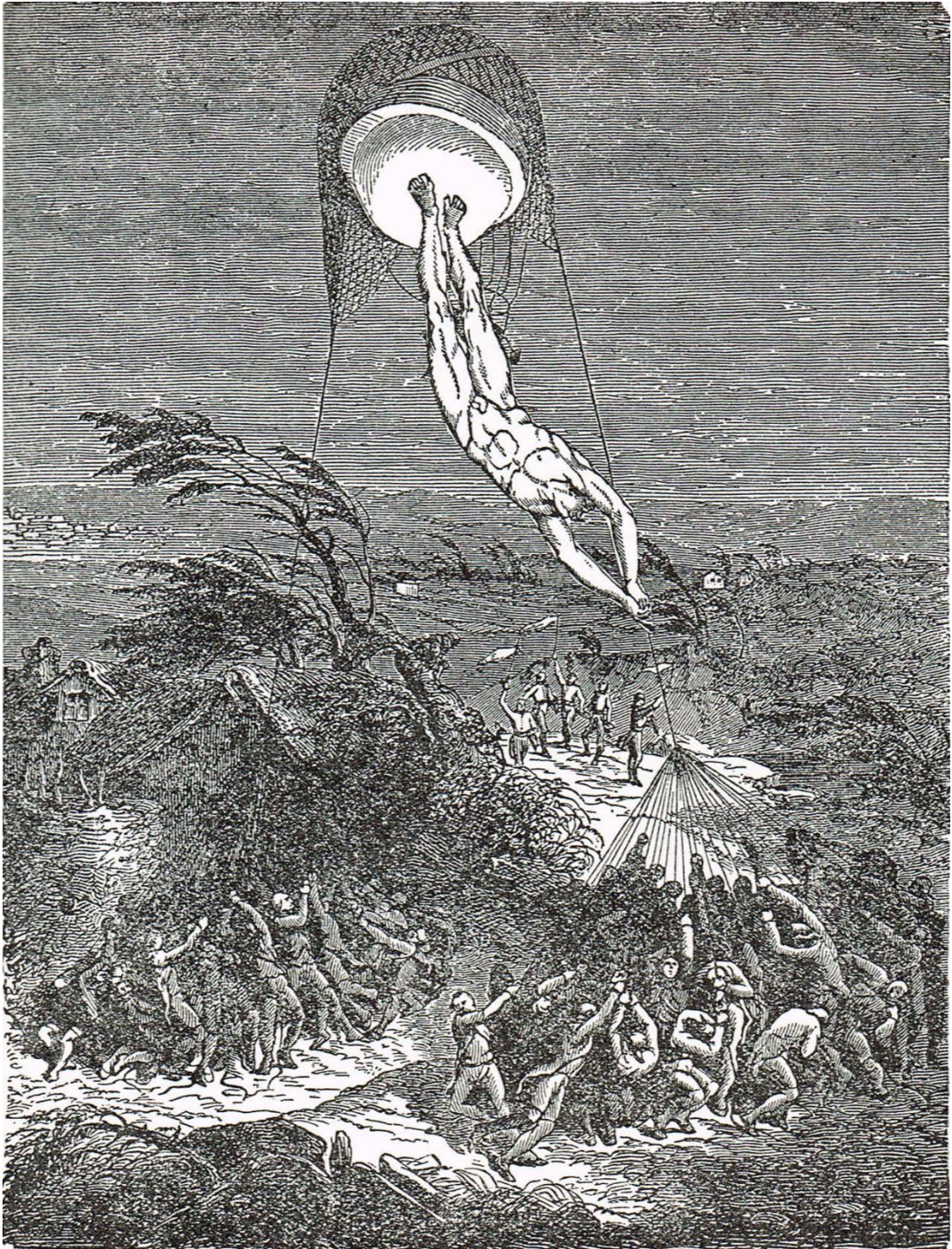
(1) コラージュとは

コラージュとは、フランス語で「糊による貼り付け」という意味である。コラージュ作品は、本来、相応関係のない別々の映像を、最初の目的とは関係なく結び付けて作成される⁶⁾。コラージュ作成の大きな特徴は、雑誌やカタログなどを切り抜き、台紙に張り付けるだけなので、誰でも取り組みやすい造形表現と考えられる。

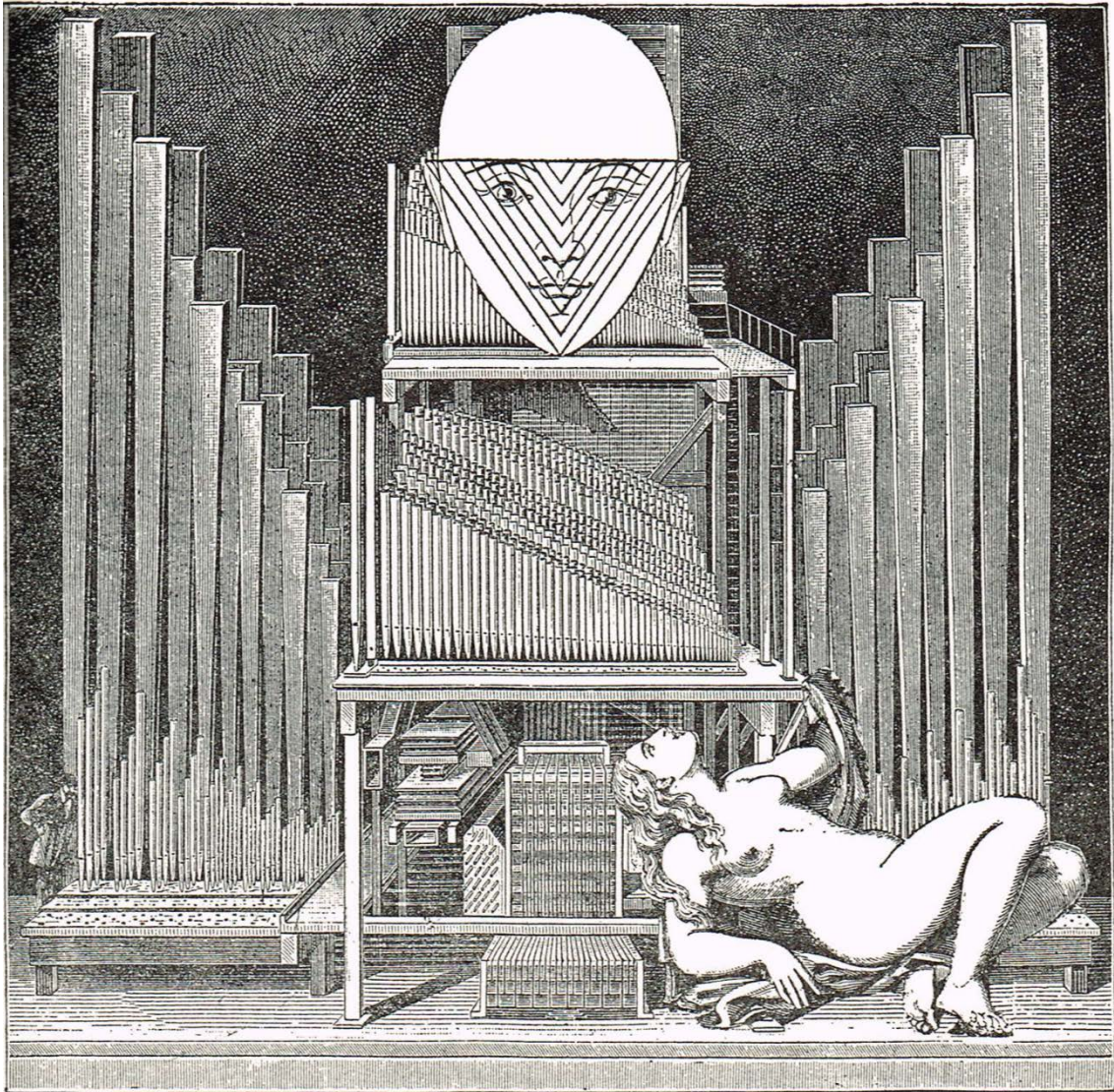
(2) 美術としてのコラージュ

美術の観点からコラージュの歴史をたどると、立体派(キュビズム)時代のピカソやブラックが、油絵などに古新聞や楽譜その他の印刷物の紙片を部分的に貼り付け、造形・色彩効果をねらった。これは「パピエ・コレ」(フランス語で「貼り紙」と呼ばれ、画面の具体感を強める働きもあった⁷⁾。これが原型となり、さらに羽毛、砂、針金、布切れなどもコラージュでは用いられ、材質、様式ともに自由で斬新な発見でもあった。1912年5月、ピカソは最初のコラージュ作品『籐椅子のある静物』を制作した。この作品は、楕円形のカンヴァスの下の部分には、籐椅子の柄が印刷されたオイルクロスを貼り付けてあり、まわりにコップ、パイプ、レモンの輪切り、ナイフ、帆立貝を油彩で配している。新聞(journal)の3文字“JOU”のような文字は、後々にも用いられるが、従来の絵画表現にはなかった特徴である⁸⁾。

マックス・エルンストは、1924年頃からシュールレアリスムに傾いていき、油絵やデッサンの上に写真を貼ったり、別のキャンパスを貼り合わせたり、木口木版を切り取って貼り合わせたりして、コラージュ手法を多様に発展させ、さらにフロタージュ(拓版)の手法を用いて作品を制作した。エルンストは、古い物語や科学書の挿絵を切り抜いて貼り合わせ、奇想天外の組み合わせから、まったく別次元の新しい現実を作り出すことにより、1929年にコラージュ・ロマン『百頭女』(図Ⅱ-1、図Ⅱ-2)を出版し、1930年代初頭の実験界に衝撃を与えた⁷⁾。



図Ⅱ-1 マックス・エルンスト『百頭女』 犯罪か奇蹟か——ひとりの完璧な男⁹⁾



図Ⅱ-2 マックス・エルnst『百頭女』 処女懐妊⁹⁾

エルnstは、コラージュについて「それは視覚像の錬金術のようなものである。視覚像の物理的乃至は解剖学的外形の変形を伴う、あるいは伴わない、生物と事物の変貌の奇蹟である」¹⁰⁾と述べている。エルnstのコラージュは、貼り込まれた物質や絵画に描かれた事物が有する現実における本来の意味性を視覚的な連続性によって半ば保ちながらも、また一方では、画面上における新たな関係性のもとに、その意味性を剥奪し再構成するものである¹¹⁾。

赤瀬川原平は、自らのコラージュ体験を「糊が固まってしまったコラージュは、絵の具の乾いてしまったデカルコマニーと同じものだと思う。私たちはデカルコマニーの中にはいることができない。濡れた絵の具の間にはさんでピッタリと重なりあった2枚の紙片。その中では絵の具が永久に遊びまわり、永久に濡れているのではないかと思う」¹²⁾と述べ、乾いたコラージュも同様にもう見ることはできず、はいることができないが「コラージュにある驚きというものは私たちの視線を変える。その驚きによる私たちの視線は、目の前のものを乾かして固着させるという権利と義務を失うことがある。そして私たちの目の前のものは濡れてくるのだ。おそらくそのとき冷静に考えてみれば、私たちは鋭利なカミソリの刃をそっとつまんで、その見知らぬ「作者」の視線によってすでに乾かされていた「コラージュ作品」を、もう一度切り抜き始めているはずである。その目の前のものをさまざまな部分に切り取っているはずである。さらに進んでそのカミソリの刃は、身のまわりのすべてのものを、手当たりしだいに部分と部分に切り取っていくはずである。そうやって身のまわりのすべての抑圧された関係の糸を、手当たりしだいにカミソリの刃で切り続けていく私たちは、そこにあらわれてくる終わりなき非常事態に、アナーキーな昂奮をもつ。目の前には必然の檻を抜けた「部分」の群れが、廃品の海のように犇めき合って、私たちの昂奮はその海をブルブルと揺り動かして、海の各所では部分と部分との史上初の衝突が、閃光となって私たちの眸を照らす」¹²⁾と述べ、他人が制作したコラージュ作品にある驚きによって視線が変わり、そのコラージュ作品に止まらず身の回りのすべてのものも部分と部分に切り取られて、再構成される様子が記されている。

横尾忠則は、コラージュ・デザインをやる理由として「ぼくの大部分の仕事はコラージュである。本当はコラージュで描く世界を絵にすればいいのだが、何しろぼくが頭の中に描く世界を描写するには、相当な写実の技術を必要としなければならないのだ。残念ながらぼくにはそのような技術も才能もない。だから写真をコラージュするのである」「1枚の写真が描く世界は現実の一瞬間であるが、コラージュは過去、現在、未来が一瞬に同居することが可能である。だから、ここに過去、現在、未来へと続く永劫の時間が存在しており、われわれは、同時にこの三つの時間の中に生きているという認識を持つことが出来る。コラージュは、時間、空間を超越した認識の世界であり、われわれの魂が永遠不滅の存在であるということの証明でもある——とぼくはそんな風に考えながら、自分自身を知るためにコラージュの世界を創り、そしてその中で永遠のトリップをしているのである。このことは現実から逃避することでは決してない。現実はあるかのようにわれわれの前に横たわっている。確かにこの現象界は現実の皮膚に当たる部分である。そして真の現実はこの皮膚の下に隠されている。コラージュは皮膚を切りさいて皮下の現実と直面せざるを得ない。ぼく

にとって今のところコラージュは単に幻想世界を創造することではなく、むしろ、真の現実を活写するための最も理想的な表現の一つとなっていることだけは確かである¹³⁾と述べており、コラージュは、自分自身を知り、自分の内面の真の現実を表現するのに適した手法であると考えられる。

(3) コラージュ療法とは

京都文教大学の森谷(2012)は、美術のコラージュとコラージュ療法との関係について詳しく論じ、特に両者の目的の違いに着目し、美術のコラージュがコラージュ療法の直接の先駆とはいえないことを明らかにした。その上で「コラージュ療法は心理療法の一部門である芸術療法の中の一技法である」と定義している。そして、心理療法の定義として、フロイトの「精神分析入門」の序論から、次の部分を引用し、当時の「精神分析」という言葉は「心理療法」を意味していたとしている。「精神分析(心理療法)では、医師と患者の間に“言葉のやり取り”があるだけ。患者は過去の経験と現在の印象について語り、嘆き、その願望や感情の動きを打ち明ける。医師はこれに耳を傾け、患者の思考の動きを指導しようと試み、励まし、その注意を特定の方向へと向かわせ、そしていろいろと説明してやり、その時に患者が医師の言うことを了解するか、あるいは拒否するのか、という反応を観察する」コラージュ療法はこの「言葉のやり取り」部分に非言語的な方法(芸術、つまりコラージュ)を利用することであるとしている。コラージュ療法は、「言葉のやり取り」の部分を、言葉以外の既製品の絵や写真を媒介にコミュニケーションをする方法である¹⁴⁾。

つまり、コラージュ療法とはできあいの絵や写真、さらに文字などの表現力を借りて、心の内面の無意識イメージを形にすることである。それによって、カタルシス効果が生まれたり、心の整理ができたり、セラピストへのコミュニケーションとして使うことができる¹⁵⁾。

また、森谷は、心理療法は、意識の統制を緩めることによって、無意識的素材を手に入れ、その手に入れた無意識的素材を次には、しっかりと意識の力を借りて、意識の中に組み込むことになる。すなわち、作品は意識と無意識を統合したものと述べている¹⁶⁾。

(4) 日本でのコラージュ療法の展開

コラージュ療法が日本で考案されたきっかけの一つは、ユング心理学を学んだ河合隼雄が日本で広めた箱庭療法とされている。箱庭療法の起源は、子どものための心理療法として、1929年にローエンフェルトによって創始された世界技法とされている¹⁷⁾。カルフはローエ

ンフェルトからこの技法を学ぶとともに、ユングより受けた訓練を応用し、さらに発展させた。日本に箱庭療法をもたらした河合(1969)は、カルフから箱庭療法を学んだ。河合は、カルフの立場として重要なことは、ユングの教えから治療者と患者の関係を重視したこと、患者の自己治癒の力を最大限に利用しようとしたこと、ユングの研究した象徴や心像の意味を箱庭の表現に適用しようとしたことと述べている。また、ローエンフェルトは、治療者と患者の関係性をあまり重視しなかったが、カルフはこの点を積極的に採りあげ、この両者の関係を「母と子の一体性」という表現によって示した。このような関係が成立すると、患者自身の自己治癒の力が働きはじめ「全体性の象徴を表現しはじめる」と考える。つまりユングのいう自己の象徴が生じるとしている¹⁸⁾。

そして、箱庭療法を行う河合の立場を次のように述べている。「我々は、カルフに従って箱庭療法を行っているものであるが、彼女も強調するように、箱庭は治療者と被治療者との人間関係を母体として生み出された一つの表現と考えている。そして、それを簡単にいうならばユングのいう意味での心像 (image) として見ていこうとしている。心像の意味を簡単に述べると、それは意識と無意識、内界と外界の交錯するところに生じたものを、視覚的な像として捉えたものということができる。心理療法においては、クライアントの自我にのみ注目せず、治療者の受容的な態度に支えられて、クライアントの心の中に新たに生じてくるものを大切に、その発展の可能性を生かそうとする。この際、その可能性として生じて来つつあるものを言語化して表現することはなかなか困難である場合が多いが、それを箱庭という一つの視覚に訴える表現方法により引き出そうとするのである。このようにして生じてくる心像は (箱庭のみならず絵画や夢などにおいても)、具象性、直接性、集約性といった特徴を持っている」¹⁹⁾。

ただ、箱庭療法で使う箱庭は、重くてかさばるため、備えつけの場所でないと使えないという欠点があった。この箱庭を持ち運びたいという発想から、1987年にコラージュ療法は森谷寛之 (2012) により考案された²⁰⁾。

箱庭療法は、箱に入った砂の上に、用意されているミニチュアの建物や動植物、人物などを配置して、言葉にならない無意識のイメージを表出させる。一方、コラージュ療法は、画用紙などの台紙の上に、雑誌やカタログから切り抜いた写真やイラスト、文字などを張り付け、心の内面の無意識のイメージを形にする。

つまり、コラージュ療法でのコラージュ作品の特徴としては、心の内面の言葉にならない無意識のイメージの表出であると同時に、何をどのように配置するかという作者の意図、すなわち、意識も反映される。このため、コラージュ作品は、意識と無意識を統合したものとなり、心理療法としての効果が期待できる。

現在では、コラージュ療法は、適用範囲が非常に広く、幼児から老人まで実践されている。また、健康な人から神経症、精神病患者、重度の心身傷害者まで適用されていると、森谷(2012)は述べている²¹⁾。

(5) コラージュ療法の心理療法としての効果

一般社団法人 日本クリエイティブ・アーツセラピー・センター代表理事の関(2016)は、アートセラピーがなぜ治療的に有効であるのかについて、2つの意見があり、それぞれの立場からの論争が行われてきたと述べている。その一つの立場は、アートセラピーにおける芸術行為はそれ自体が治療的なのであるという“治療としてしてのアート Art as Therapy”の考え方に基づいたものである。もう一つの立場は、アートセラピーは精神療法の一部であり、アートはそのための治療手段であるという考え方である。これは、“アート心理療法 Art Psychotherapy”の立場であり、出来上がった作品を通し、セラピストとクライアント間の言語を通しての治療的なやりとりを重視する。ここにおける作品は、クライアントの心の内的世界の投影物となる。そこでは、絵という具体的なモノに投影されたクライアントの心の葛藤は、セラピストと共有することができ、また対象物として客観的に距離を置いて扱うことが可能となる²²⁾。

本研究は、クライアントが作成したコラージュ作品を、クライアント自身が客観的に捉えることにより、自らの気づきを促すことに重点をおくため、この2つの立場では、“アート心理療法”の立場になると思われる。またこの立場のアートセラピーの当然の帰結として、その基盤となる心理療法に様々な学派があるため、アートセラピーにも様々な学派が生まれてくることになり、関(2016)は、フロイト派のアートセラピー、ユング派のアートセラピーなどを列挙している²³⁾。この意味では、本研究は、交流分析のコラージュ療法と呼ぶべきものになるが、日本において、そのような先行研究は見つけられなかった。

関(2016)は、アートセラピーの治療因子の1つとして、治療的退行による修正感情体験をあげている。アートセラピーに参加した患者／クライアントの多く人は、アートセラピーのイメージを、今まで体験したことがある学校での図工や美術の授業場面と重ね合わせるといふ。また、グループがもっと退行した投影の中では、アートセラピストは彼(彼女)の母親であり、他のメンバーは彼(彼女)らの兄弟姉妹とみなされ、そのアートセラピストに対しての転移感情の中で、彼(彼女)らの初期の人間関係が再演されると述べている。

このとき、アートセラピストと患者／クライアントとの関係は、相互信頼的であればならず、患者／クライアントの言動や、そこに表現されたものを表面的な良し悪しで判断せず、

その人の“存在”そのものを肯定し、受け入れるという態度をとることにより、おそらく幼少期には体験する機会がなかった無条件の受け入れ（基本的信頼）を、患者／クライアントが新たに体験する。修正感情とは、その新たな体験を〈取り入れ〉というメカニズムを通し、初期成育史の中で空欄になっていた部分を塗り替え、埋めていくことをいう²⁴⁾。

コラージュ療法もアートセラピーの一種であり、コラージュ作成中にも、「子ども（C）」の自我状態が高まることが推測される。また、コラージュ作成後のグループシェアで相互信頼的な関係を構築できれば、基本的信頼の体験により、「見捨てられ不安」や「親密性の回避」の軽減につながる事が予想される。

また、中原(2018)は、ウィニコット.D.W.(1978)から「遊ぶことにおいてのみ、個人は、子どもでも大人でも、創造的になることができ、その全人格を扱うことができるのである。そして、個人は創造的である場合にのみ、自己を発見するのである」²⁵⁾を引用し、コラージュ制作過程でのパーツの選択－カッティング－配置（構成）－張付－タイトル付けという一連の作業は「あそび」として退行を促進しながらも、1枚の台紙の枠に収める作業と並行することで、内面の収まりをつける作業（自己治癒力の促進）に結びついていると述べている²⁶⁾。

これらから芸術療法、あるいはその一種であるコラージュ療法で、作品を作成することにより、治療的退行が起き、交流分析の自我状態の「子ども」(C)の働きが高まると考えられる。

（6）コラージュ療法の実際

a. コラージュ技法の種類

コラージュを作成する技法には、主にマガジン・ピクチャー・コラージュ法とコラージュ・ボックス法の2通りの方法がある²⁷⁾。マガジン・ピクチャー・コラージュ法は、セラピストがあまり関与せず、クライアント自身が本やパンフレットを自分で選び、そこから気に入ったイメージを自分で見つけ、切り抜き、自分で貼るやり方である。一方、コラージュ・ボックス法は、切り抜き断片をあらかじめセラピストが用意し、箱の中に入れて使用する方法である。切り抜きを集めることが困難な入院患者のために使われることが多い。健常者がコラージュ療法を行う場合は、マガジン・ピクチャー・コラージュ法が使われることが一般的である。

b. 個人法と集団法

東北文化学園大学の青木(2001a)は、コラージュ集団法(集団において小グループで1つのコラージュを作成するもの、以下「集団法」)・集団個人法(集団で各人が1つのコラージュを作成するもの)の効果の違いについて、集団法・個人法のいずれの手法とも、コラージュ作成がもたらす気分の変化に有意差がないと述べている²⁸⁾。

また、青木(2001b)は、大学生に対し、集団個人法による構成的グループ・エンカウンターでのコラージュ作成に関し、コラージュに加え、シェアリングを導入した場合に、コラージュそのものに気分変容の効果が見られたのか、シェアリングに効果があったのかという観点から研究し、次の3点が明らかになったと述べている。すなわち、①エンカウンターでのコラージュの利用は、気分変容の点において有意味であること、②コラージュは媒体として、グループの中で場(文化)をも提供し、グループの中での自身の位置、他者の理解に大きく役立っているであろうこと、③コラージュ制作そのものが、シェアリングと比べて、気分変容に大きく貢献しており、シェアリングはコラージュによって得られたポジティブな気分を維持させ、定着させる役割をもつことである²⁹⁾。

関(2000)によれば、集団絵画療法は、会話のみの集団精神療法とは異なり、グループプロセスにおいて2つの凝集点をもつ。一つは描画行為を通して各自が自己の内面に深く入り込み、自己との対話をしているときである。その時はグループ全体に沈黙が支配する。その後、描かれた絵を媒介としての体験の言語的シェアリングがグループ全体で行われる。つまり、集団絵画療法のグループプロセスにおけるこの内向きと外向きの二つの凝集点の置き方によって、作品創造に重きを置くグループと、シェアリングを通しての言語化と相互交流を重視するグループとの二つのタイプができる³⁰⁾。

国立精神・神経センター国府台病院の間島らは、集団コラージュ療法が摂食障害入院患者に有用だったケースでは、集団コラージュ療法により、①欲求のコントロール、②自己を客観的にみつめることが可能となった、③対人交流も促されたと述べている³¹⁾。

上述の先行研究のうち、青木(2001b)の研究では、非臨床のグループエクササイズとして、コラージュが実施されたが、シェアリングでの1人当たりの時間がたった2分間に制限されており、作品創造に重きを置いたため、コラージュ制作そのものがシェアリングに比べて、気分変容に大きく貢献したのではないかとの疑問が残る。シェアリングの時間を十分にとって、検討する必要があると思われる。

本研究は、気分の変容という一時的な変化ではなく、人生脚本の修正という長期的な行動変容を促すことを目的としており、コラージュ作成により自分の人生と向き合えるように、

制作時間の制約はあえて設けず、自宅で都合のよいときに取り組めるように、宿題法（自主制作法）を用いた。また、グループ・シェアリングの時間も、シェアリングを通しての言語化と相互交流が図れるように、十分な時間をとることにした。

c. 実施回数

中島ら(2006)は、「コラージュ療法の先行研究において、コラージュを非臨床群に実施した研究は基礎的研究に多く、どれも1回のみの実施で、コラージュの継続制作を非臨床群に行った研究は見当たらない。数量的分析のみでは内的世界の変化過程の測定は難しく、制作者本人の体験を尊重した結果は得られにくいと考えられる」と述べている³²⁾。

非臨床群に対しコラージュの継続制作を行った研究としては、名古屋学院大学の金ら(2015)の健常者を対象にマガジンプクチャー・コラージュのストレスマネジメント法の活用可能性を検討した研究がある³³⁾。

d. コラージュのテーマについて

作成するコラージュのテーマについては、被験者が自由に選ぶ場合と、研究目的に応じて、教示によりテーマが指定される場合がある。例えば、鋤柄(2005)は、孤独感を制作テーマとして、コラージュ・アクティビティに伴う内的体験の変化について研究した³⁴⁾。森谷(2012)は、ランドガーデンのマガジン・ピクチャー・コラージュ法について、テーマを与えるというところに特徴があると述べている。たとえば、ホロコーストを生き残った親を持つ28歳の女性の治療において、初回では自由制作、第2回目では「家族」、第3回目では「罪の意識を感じる人間」、第4回、5回ではまた自由制作とした。そのほかにも、「自分の出身とは何か」「あなたが子どもとして周囲の人々から受けたメッセージ」「肯定的人生の回顧」などの心理臨床実践上で参考になるテーマがたくさん見られると述べている³⁵⁾。

本研究では、コラージュ作品のテーマとして「自分と自分を取り巻く環境」という大枠を設定するだけに止め、これらの先行研究に比べて、テーマの選定は被験者に委ねることとした。それは、人生脚本のまた、本研究のように、被験者毎に、出生時から発達段階の各時期に遡って、記憶を思い出し、その心的イメージをテーマにコラージュ作成した先行研究は見当たらなかった。

(7) コラージュ作成と他の心理的技法を組み合わせた先行研究

コラージュ作成を他の心理的技法を組み合わせた先行研究は、下記のようにすでいくつかみられる。コラージュを組み合わせた人生グラフテスト、コラージュを加味した交互なぐり描き・物語統合法、コラージュ回想法ともに、コラージュを組み合わせることで視覚的なイメージが無意識を刺激し、それぞれの心理的技法の効果が高まった。

a. コラージュを組み合わせた人生グラフテストを用いた一連の研究

紀南こころの医療センターの東（2013）は、「人生グラフテスト（LGT）とは、受験者に人生の浮き沈みを折れ線グラフで図示してもらい、関連するライフイベントを併せて書き込んでもらう心理テストである。LGTは、受験者がどのような人生を歩んできたのかという客観的事実と、その人生をどのようにとらえているかという主観的体験を同時に知ることができるので、特にインタビュー面接で活用すると効果的である。箱庭作品のような力動的解釈の道が開かれているので、解釈の幅が広がること、さらに雑誌から写真を切り抜き、用紙のりで貼るという一連の作業は参加者に適度な退行をもたらし緊張感を和らげることができる」と述べている³⁶⁾。

また、東（2015）は、コラージュを組み合わせた人生グラフテストを活用した構成的グループ・エンカウンター（SGE）が、参加者の生きがい感の向上や自我同一性の発展の効果について調査を行った。生きがい感の変化を測定するために Purpose-in-Life Test(PIL)を、自我同一性の変化を測定するために Multi-dimensional Ego Identity Scale(MEIS)を、それぞれ SGE の前後に実施した。その結果、SGE の実施後に PIL と MEIS の得点が優位に上昇しており、LGT+C を活用した SGE は参加者の生きがい感の向上や自我同一性の発展に貢献することが示唆されたとしている。さらに、LGT+C の構成要素である人生グラフ、コラージュ、グループの果たした役割について、参加者の感想を交えて次のように考察している。

まず人生グラフは、過去を振り返るだけでなく、未来を創造することを求めている。調査協力者は、これまでの人生を振り返ることで、困難を乗り越えてきた自分に改めて気づくことができ、未来予想図を思い描いたことで、新たな人生の願望や目標を改めて考えることができたとしている。また、コラージュの貢献については、コラージュは調査協力者の無意識を刺激し、人生のイメージを活性化させるのに役立ったと考えられると述べている。グループの役割については、グループの中で作品を制作して体験をシェアリングすることで、参加

者は人生グラフやコラージュなどから得た気づきをより確かなものにさせたと考えられると述べている³⁷⁾。

b. コラージュを加味した交互なぐり描き・物語統合法

既存の技法にコラージュ技法を組み合わせた代表例として、山中（1993）による「コラージュを加味した交互なぐり描き・物語統合法」（MSSM+C法）などがある。京都大学の山中（1984）は、交互なぐり描き・物語統合法（MSSM）³⁸⁾の交互なぐり描きのやりとりを2往復くらいにとどめ、その後コラージュ法を実施するように改良をした。コラージュを導入した理由は、イメージがより鮮明になり、よりリアルとなる一方で、ファンタスティックにもなるとしている。イメージが視覚的なので、その時々クライアントの内的イメージに沿ったものを外界にみつけだすことが可能になり、偶然と必然が微妙に絡まって、クライアントの内的現実を、危険なく見事に表現可能としていくこと、遊びの要素も加わって、とても治療的であると、山中（1993）は述べている³⁹⁾。

c. コラージュ回想法

青木（2017）は、高齢者施設に入居する者を対象に、自分語り、すなわちナラティブも含む広義での高齢者のレクレーションプログラムとして、コラージュを実施した。その結果、作業中に写真切片や作品を通して自ら忘れていた記憶やエピソード、自分史が語られることがあった。しかし、コラージュ聞き書き回想法は、個人法では概ね上手く進行したものの、集団法ではサポーターのマンパワー、参加者の認知レベルのばらつき等があり、異なる個性が集まる集団での聞き書きは非常に難しいと述べている⁴⁰⁾。

Ⅱ-2-2. 交流分析における人生脚本分析

(1) 交流分析とは

交流分析は、エリック・バーンにより提唱されたパーソナリティや対人コミュニケーションについての心理療法理論である。心理療法の理論におけるバーンの功績は、精神力動的な(精神分析的な)枠組みを守りながら、同時に現実の世界を観察する(よく見てとる)ことによって直接検証できる理論を構築したことである。心の働きそのものを直接的に観察することはできない。しかし、バーンの交流分析は、個人が内的に体験しているものとその人の行動を関連づけた⁴¹⁾。つまり、ある刺激に対する行動・思考・感情からなる首尾一貫した一連の反応パターンとして捉えることにより、外部にあらわれる行動を観察することで、心の働きも読み取れることを理論化し、検証可能とした。

(2) 交流分析の4つの理論

交流分析は、大きく分けて次の4つの理論からなり、この順番で理論が展開される⁴²⁾。

- a. 自我状態による構造モデル
- b. やり取り
- c. ゲーム
- d. 人生脚本

各理論を概観すると次の通りである。

a. 自我状態による構造モデル

バーンは、自我状態を「感情と体験のまとまったパターンで、それに直接対応する行動パターン」と定義した。この自我状態は、「親」「成人」「子ども」という3種類のカテゴリーに分類される。なお、交流分析では自我状態の表記方法は「親」のように「」をつけて用いられ、一般的な意味の親、成人、子どもとは区別される。

「親」の自我状態は、親の役割をした人をモデルとし、まとまった行動・思考・感情のパターンを再演したものである。外部から取り入れた自我状態と言える。「成人」の自我状態は、現実に対応した行動・思考・感情のまとまったパターンである。「子ども」の自我状態は、その個人の幼児期の遺物で、まとまった行動・思考・感情のパターンを再演したもので

ある⁴³⁾。バーンは、「親」と「子ども」が過去の再現であることを、繰り返して強調した⁴⁴⁾。

ジョン・M・デュセイ(1977)は、各自我状態の量を棒グラフで図示するエゴグラムを開発した。エゴグラムとは、それぞれの自我状態の各部分同士の関係と、外部に放出している心的エネルギーの量を棒グラフで示したものである⁴⁵⁾。

自我状態を判断する方法として、バーンは次の4つの方法をあげている。

- ①行動による判断
- ②社交による判断
- ③成育史による判断
- ④直接的な体験による判断（現象学的判断）

通常、自我状態の判断はこの順番で行われる。それぞれの概要を説明すると、①行動による判断は、態度、ジェスチャー、発声、言葉使い、その他の特徴についての臨床的な体験を基にして行われる。②社交による判断は、本人が働きかけた相手がどの自我状態から反応しているかから、働きかけた側の自我状態を確認する方法である。例えば、相手が「子ども」から「親」に対する反応をしていれば、「親」の自我状態から働きかけた可能性が高いと判断する。③成育史による判断は、本人がかつてどのような子どもだったのか、あるいは両親や両親の役割をした人たちがどんな人たちだったかについて多くの質問をし、今の具体的な行動や態度が過去の自分や養育者の振る舞いの再演であることを確認する方法である。④現象学判断は、本人が過去をただ思い出すのではなく、本人がほとんど風化することのない、完全な強烈さをもって、かつての自我状態を再体験することにより、判断する方法である。行動による自我状態を最終的に実証するものは、直接的な体験による判断（現象学的判断）である⁴⁶⁾。

b. やり取り分析

交流分析のやり取り分析とは、人と人との相互コミュニケーションを、それぞれが用いている自我状態によって分析することである。バーンは、言葉によるにしてもよらないにしても、「1つの刺激と1つの反応からなるやり取り」が、社交における行動の単位であるとした⁴⁷⁾。

c. ゲーム

バーンは、繰り返される苦痛なパターンの中には、標準的な順番通りに演じられるものがあり、まるで普通のゲームの形式に従っているかのように行動し、しかもそのことには気づいていないことを見出した。これをバーンは「ゲーム」と呼び、「6つの明解に定義された段階に従って進行する一連のやり取り」と定義した⁴⁸⁾。

人はなぜわざわざ苦痛を感じるためにゲームを繰り返すのかについて、バーンは、他人からの関心と刺激を得る一つ的手段であることや、人がごく早い幼児期に自分と他人に対してもった基本的な信念を確認するなどのメリットをあげている⁴⁹⁾。

d. 人生脚本

バーンは、人生脚本について、幼児期の決断に基づく人生計画で、両親の影響によって強化され、引き続き起こる重大な出来事によって正当化され、自分の選択によって最高潮に達して終わるものと定義している。そして、この人生計画は前意識のものであると付け加えている⁵⁰⁾。

この人生脚本と関連して、バーンは「子どもは、小学校の低学年の頃までに、自分や他人の価値について深く根をはった信念をもつようになるだろう」と示唆した。これはポジションと呼ばれるもので、自分自身について「私はOKである」か「私はOKでない」か、他人について「あなたはOKである」か、「あなたはOKでない」か、をそれぞれ選んで信念とするのである。これらの信念は「終生変わらないようである」とバーンは述べた。ここでの「OKである」「OKでない」とは、交流分析では「価値がある」「価値がない」を意味する。そして、「私」と「あなた」という主語との組み合わせにより、子どもがとる4つの可能なポジションがあるとした。

- ①私はOKであり、あなたもOKである
- ②私はOKだが、あなたはOKではない
- ③私はOKでないが、あなたはOKである
- ④私はOKでなく、あなたもOKではない

すべての心理ゲーム、脚本、運命は、これらの4つの基本となるポジションの1つに基づいているとバーンは述べている⁵¹⁾。

また、脚本には共通する要素があり、バーンが「脚本装置」と呼んだもので構成されている。それらの要素の中で、重要とされているものは、次の4つである。

- ①結末
- ②禁止令
- ③拮抗禁止令
- ④プログラム

それぞれについて、簡単に説明する。

①結末（または呪い）は、親が子どもに対し、どのように人生を終えるかを伝える方法である。②禁止令は、「親からの不当なネガティブな命令」とバーンは定義した⁵²⁾。ロバートとメアリー・グールディングは、代表的な12の禁止令のタイプがあるとした。それは「存在するな」「おまえであるな」「子供であるな」「成長するな」「成功するな」「するな」「重要であるな」「属するな」「近づくな」「健康であるな」「考えるな」「感じるな」である。③拮抗禁止令は、禁止令に拮抗しその効果を和らげるものである。脚本の結末や禁止令が6歳くらいまでの幼児早期に伝えられるのに対し、拮抗禁止令はそれより後期の幼児後期に伝えられる。同じ働きをするものとしてドライバー（駆り立てるもの）がある。ドライバーには「完全であれ」「強くあれ」「喜ばせろ」「一生懸命に努力せよ」「急げ」の5つがよく知られている。④プログラムは、脚本を実現するために何をすべきかを、親が子どもに伝える「やり方」である。

（3）交流分析の主な3学派

交流分析には、主に①古典派、②再決断派、③カセクシス派という3つの学派がある。

①古典派は、バーンのオリジナルの理論と実践に近い学派である。「脚本マトリックス」を開発したクロード・シュタイナー、「エゴグラム」を開発したジャック・デュセイ、「ドラマ三角形」を開発したスティーブ・カープマン、「OK 牧場」を開発したフランクリン・アーネストなど、交流分析理論の発展早期にバーンと研究した人達である。その特徴は、「成人」(A)が再決断を行い、自律性の回復を目指すことである。

②再決断派は、再決断派の創設者は、ロバート&メアリー・グールディングである。グールディング夫妻は、交流分析の理論と実践をゲシュタルト療法に結び付けて、再決断療法を開発した。グールディング夫妻は、クライアントが「成人」で新しい意思決定をしても、「子ども」がそれに反対することに気づいた。そこで、古典派は「成人」(A)が再決断すると考えたのに対し、再決断派は「成人」(A)の支持を得て、「子ども」(C)が再決断すると考えた。

グールドィング夫妻は、ゲシュタルト療法の開発者フリップ・パールズが提唱した個人の中で2つの力が相反して働く「行き詰まった場所」であるインパスの概念を、交流分析の自我状態の理論に取り入れた。

このインパスは、自我状態の発達段階に応じ、次の3つのタイプに分かれる。

第一度のインパスは、幼児期後期の「親」(P)と「子ども」(C)の自我状態の間で起こる。ここでの治療上の課題は、言葉で表現されることが多い「ドライバー」の解除が中心となる。

第二度のインパスは、早期の言語期以前の発達段階の「親」(P)と「子ども」(C)の自我状態間での対立となる。ここでの課題は、主に非言語のメッセージで伝えられる「禁止令」の解除である。

第三度のインパスは、幼児期早期からの「子ども」(C)の内部における葛藤である。自己心理学では、言語が発達する以前のごく早い時期に、子どもは、自己の自己愛的な承認欲求を親が受け入れるか、拒絶するかによって、肯定的あるいは否定的自己イメージを作り上げるとしている⁵³⁾。そのため、ここでの課題は、自尊か無価値か、基本的信頼か基本的不信かが中心となる。

③カセクシス派の設立者は、ジャッキー・リー・シフであった。シフたちは、統合失調症圏のクライアントに対し、長期滞在可能な設備の中で、クライアントを早い幼児期に退行するように促し、セラピストが新しい親となる、「根本的なリペアレンティング(再養育療法)」の技法を開発した⁵⁴⁾。

II-2-3. 交流分析とコラージュ療法

(1) 交流分析の脚本修正にコラージュ技法が有効と考えられる理由

芸術療法の優れている点は、アートという視覚言語を用いるため、自分の気持ちをうまく言葉で表現することができない子どもや老人、そして精神障害者にも、感情表現とコミュニケーションの手段として導入できることである⁵⁵⁾。その中でも、コラージュ技法は、既存の素材を切り貼りするだけで、心的イメージを手軽に作品として視覚化できる。

西九州大学の西村(2015)は、描画能力もまだ十分でない乳幼児でも、コラージュ表現は適用可能な方法であると考え、被験者として、1歳児から6歳児までの健常乳幼児が作成したコラージュ作品を、①形式分析、②内容分析からの数量的分析と、コラージュ表現の特徴を、③印象面において分析し、乳幼児期における暦年齢ごとのコラージュの特徴を明らかにした⁵⁶⁾。これは、1歳児であっても、コラージュ作成が可能であることを示していると考

えられる。そこで、すでに大人であるクライアントが、自分の人生脚本に影響を与えたかもしれない記憶を過去に遡り、ほとんど風化することのない、完全な強烈さをもって、かつての自我状態を再体験する場合、それが乳幼児期の体験であり、言語能力の発達が不十分であっても、自分の心的イメージを、コラージュ表現することができると考えられる。

乳幼児の記憶は、ほとんどが忘れ去られているものである。それでも、覚えている、あるいは、思い出すことができる記憶というのは、人生の中でも重要な出来事であった可能性が高いと考えられる。その中には人生脚本の形成、維持、強化に何らかの影響を与えた出来事も含まれていると推測される。

そこで、発達段階に応じて、人生をいくつかの期間に分け、それぞれの期間における「自分と自分を取り巻く環境」をテーマとしてコラージュを作成し、心的イメージを作品として外在化させることにより、その当時の自分のまとまった行動・思考・感情のパターン、つまり自我状態を、視覚を通して客観的に観察できると考えられる。

通常の交流分析のカウンセリングにおいては、クライアントの人生脚本を紐解く手掛かりを得るために、クライアントの成育史を遡りながら、両親や他の家族がどんな人だったかを質問する。当然ながら、クライアントの心の中の記憶を、セラピストが覗きみることはできない。クライアントも、生い立ちをただ語るだけでは、自分の前意識の人生計画、人生脚本の影響に気づくことはまれである。そのため、セラピストは、クライアントの回答を傾聴し、ラポールを形成しつつ、話の内容だけでなく、それを語る顔の表情、仕草、姿勢、声のトーンやテンポに、にじみ出る様々な非言語のメッセージの微妙な変化を観察（「行動による判断」）し、適切なタイミングでの適切な質問により、相手の反応を観察（「社交による判断」）し、当時のクライアントの自我状態を探っていく。

バーンは、心理療法家が注意を払うべき焦点として、「内的な対話」を特に強調し、次のように述べている。

「子ども」は、自分の願望を視覚上のイメージで表現する。しかし、それに基づいて何をするかは…聴覚上のイメージ、あるいは頭の中の声、心の対話の結果によって決まる。

「親」「成人」「子ども」の間のこの対話は、「無意識」ではなく、前意識のものであるが、それは「容易に意識に昇らすことができる」という意味である。それで、現実の生活から、すなわち実際に一度声に出して言われた言葉から構成されていることがわかる⁵⁷⁾。

このようなクライアントの頭の中の声や、心の対話は、退行催眠により現象学的判断をおこなうことで、いつ、どこで、誰とそのようなやり取りをしたのかを、具体的に特定できる

ことが多い。しかしながら、出生直後から育児放棄や虐待を受けていたケースで特に顕著に見られるのが、退行催眠により、言語獲得前の乳児期に遡った場合に、現象学的判断を行うと、聴覚以外にも、視覚や触覚、味覚などの体感覚を用いて、外界とのやり取りを行っており、そこになんらかの原因があって、「存在するな」「重要であるな」「健康であるな」などの重い禁止令を受け取り、人生の早期の段階で幼児決断をしている事例が少なくないことである⁵⁸⁾⁵⁹⁾。

そこで、もし、クライアントの前意識や無意識にアプローチする手段の一つとして、かつての心的イメージを、視覚的に表現したクライアントのコラージュ作品があったなら、クライアントはおぼろげな記憶をもとに生い立ちを語るよりも、自分の人生脚本について、より深い気づきと洞察を得られ、セラピストもクライアントの自我状態について、より豊かな手掛かりを得られると思われる。

コラージュ作成について、交流分析の自我状態理論に基づくエゴグラムを活用した先行研究としては、コラージュ制作が精神・身体に与える影響と効果について検討したもの（近喰, 2000）⁶⁰⁾、集団個人法でコラージュ作成を行った際に見られた「すげかえ」表現を小児エゴグラムにより検討したもの（近喰ら, 2001）⁶¹⁾、コラージュの表現特徴とエゴグラムパターンとの関係について検討をおこなったもの（岡村ら, 2014）⁶²⁾、精神看護学講義の中で自己理解を目的としてコラージュとエゴグラムを用いたもの（篠原ら, 2013）⁶³⁾などがある。

いずれも、基礎的な研究データの収集や、簡便に自己理解を図るための心理テストを行う目的で、エゴグラムが活用されており、心理療法の本来の目的である人生脚本分析とその修正を目的とした研究は見当たらなかった。

（2）コラージュ作成による治療的退行と再決断療法

先述した交流分析の3つの学派のうち、本研究では、再決断派が行う再決断療法の立場をとりたいと考える。その理由は、本研究でのコラージュ作成により、治療的退行が起り、クライアントの「子ども」(C)の機能が高まると考えられるため、再決断派の見解にそって「子ども」(C)による再決断がしやすくなると考えられるためである。

Ⅱ-2-3. 先行研究のまとめ

コラージュ療法の先行研究は、クライアントの現在を扱う分析手法が主流であり、クライアントの過去の記憶を研究対象として現象学的に分析する手法を扱った先行研究は見当たらず、方法論がまだ確立されていないと思われた。本研究では作品1から作品4までが、クライアントの過去の記憶を研究対象としているが、クライアントの現在を扱う分析手法を、そのまま過去の記憶の研究にも適用できる確証がないため、まず分析手法について、交流分析の自我状態と人生脚本の理論に基づいた仮説を立て、その検証のために、基礎的な研究から着手する必要があると考えた。そのため、本研究の量的な研究では基礎データの収集と分析により仮説の妥当性を検証し、質的な研究では事例研究において、実際に作成された個別のコラージュに対し、仮説の適用により人生脚本に関して意味のある分析結果を得られるか、さらに個別のコラージュの分析結果が、複数の事例においても論理的な整合性を保つかを中心に検証を進めることとした。

Ⅲ. 研究方法

Ⅲ. 研究方法

Ⅲ-1. 被験者について

Ⅲ-1-1. 被験者の概要と募集方法

本研究の被験者は、健常な成人 31 名。性別の内訳は、男性 7 名、女性 24 名であった。年齢は、25 歳から 72 歳であった。開始時は 33 名であったが、途中で 2 名がコラージュの作成が難しいなどの理由で辞退したため、最後まで参加した 31 名を本研究の被験者とした。

被験者の募集は次のプロセスで行った。まず、筆者が主催する交流分析講座や、ある NPO 法人が主催する交流分析の講座（どちらも簡単なワークを含む 3 日間で計 21 時間の講義）の参加者に、本研究の目的や方法を説明した。その後、興味がある方を対象に、zoom のオンライン会議を用い、説明会を開催した。

Ⅲ-1-2. 説明会の概要

説明会の主な内容としては、①今回の研究が交流分析の理論の 1 つである「人生脚本」の分析と修正のためにコラージュ技法を用いた試みであること。②1 人につき、計 6 つの作品を年代順に作成し、それぞれの作品について、グループシェアリングを行うこと。③作品作成前と後で TEG3、ECR-GO（資料 1）、2 つの質問紙に答え、アンケート記入をすること。④コラージュの方法やコラージュ療法について簡略な説明。⑤コラージュの作成について、上手、下手は一切関係がなく、あくまでも好きな素材を使い、自身のイメージの赴くまま、作成すること。⑥途中で辞退したくなった場合は、いつでも、遠慮なく辞退して構わないこと。⑦全体のプロセスの中で、心の不調や、ストレスを感じた場合には、カウンセリングの時間などを設けること。⑧個人情報の取り扱い方や、この研究に参加することのメリットとデメリットについて、であった。

Ⅲ-1-3. 被験者への倫理的配慮

倫理的配慮として、無理に苦しい記憶や思い出したくない出来事などを取りあげる必要はなく、できる範囲で作業することをうながした。

またグループシェアリングにおいては、参加者の個人情報の保護のために、自分以外の参

加者の作品、発言等、グループシェアリングで、見たこと、聞いたこと、感じたことなどを他言しないことと、家族であっても、話を控え SNS などで発信したりしないことをお願いした。

またグループシェアリングでは、「自分以外の参加者の作品や発表について、決して傷つけるような発言や態度にならないようお互いに気をつける。できるだけ相手の心に配慮し、受容的で優しいやりとりを心がける。すでに学習済みである「交流分析」の実践場所と考える」ことをうながした。

以上の説明後、下記の同意書に署名捺印した。

表Ⅲ－１ 同意書

<p>同 意 書</p> <p>研究課題「コラージュを用いた脚本の分析と書き換えの考察」(仮)</p> <p>私は、上記研究への参加にあたり、下記の説明文書の記載事項について説明を受け、これを十分理解しましたので本研究の研究対象者となることに同意いたします。</p> <p><input type="checkbox"/> 1. この研究の概要</p> <p><input type="checkbox"/> 2. 研究参加の任意性と撤回の自由</p> <p><input type="checkbox"/> 3. 個人情報の保護</p> <p><input type="checkbox"/> 4. 研究結果の公表・開示</p> <p><input type="checkbox"/> 5. 研究対象者にもたらされる利益及び不利益</p> <p><input type="checkbox"/> 6. 研究終了後の資料（試料）等の取扱方針</p> <p><input type="checkbox"/> 7. あなたの費用負担</p> <p><input type="checkbox"/> 8. 研究から生じる知的財産権の帰属</p> <p><input type="checkbox"/> 9. その他</p> <p>私は上記に同意いたします。</p> <p><input type="checkbox"/>はい <input type="checkbox"/>いいえ</p> <p>西暦 年 月 日</p> <p>研究参加者本人氏名（自署） _____</p> <p>代諾者氏名（本人との関係）（自署） _____</p>

Ⅲ-2. 説明会の詳細

事前に実施した説明会では、本研究で作成する6つのコラージュ作品の具体的な作成方法を説明した。

Ⅲ-2-1. 作品1の作成方法の説明

「最初に作成する作品1では『生まれてから1歳半までの自分と自分を取り巻く環境』についてコラージュを作成します。ただ、この時期についての記憶は残っていない方がほとんどだと思います。この時期の写真や、周囲から聞いたエピソード、今、大人になってから振り返ってみて、自分が生まれた背景や親たちの思い、養育環境などから、赤ん坊だった自分はどんな感覚で、どんな雰囲気を感じ取っていたでしょうか。また、非言語による、親や周囲からのメッセージはどのようなものだったのでしょうか、などを振り返り、自分自身の存在や自分を取り巻く大人たちや成育環境はどのようなものだったか、などをイメージの赴くまま作成してください。それが具体的な物であっても、抽象的な物であっても、一切構いません。お好きなようにコラージュしてみてください」

Ⅲ-2-2. 作品2の作成方法の説明

「作品2では『1歳半から6歳までの自分と自分を取り巻く環境』についてのコラージュを作成します。おそらく、4歳頃からは断片的な記憶がある方が多いと思われます。作品1と同じように、それ以前については、写真や周囲から聞いた思い出話などを参考にしたり、今、振り返っての分析などを使っただけであればと思います。また、幼稚園や保育園に入る前、入ってからの養育環境や初めての集団生活の中での自分や自分を取り巻く環境について、イメージが赴くまま、コラージュしてください」

Ⅲ-2-3. 作品3の作成方法の説明

「作品3では『7歳から12歳まで（小学校時代）の自分と自分を取り巻く環境』についてのコラージュを作成します。小学校時代のご自身のセルフイメージ、また、友人関係、家族との関係性などから、今振り返ってみると、小学校時代というのは、自分にとって、どのような象徴的な時代だったのか、などと考えるのも一案です。また、それがあある特定の場

面であったり、思い出であっても、それが小学校時代の自分や環境を表わすものだと思えば、何でも結構です。ご自由にコラージュしてみてください」

Ⅲ-2-4. 作品4の作成方法の説明

「作品4では『13歳から17歳（中学・高校時代）の自分と自分を取り巻く環境』についてのコラージュを作成します。おもに、思春期の頃の思い出やセルフイメージ、クラスや部活動、友人関係、恋愛、家族、将来に対する思い、など、多感な時期のご自身を振り返り、心にこみ上げてくる感情や感覚を大切にし、ご自由にイメージを広げコラージュしてみてください」

Ⅲ-2-5. 作品5の作成方法の説明

「作品5では『大人になってからの自分（脚本を修正する前）の自分と自分を取り巻く環境』についてのコラージュを作成します。最も記憶の新しいところだと思います。大学時代や、社会に出てからのさまざまな思い出から、この世界における自分という存在のセルフイメージ、また、自分以外の他者は自分にとってどのような存在であったか、この世界は自分にとって、どのような世界なのか、など、主観、客観問わず、自由にイメージを広げてコラージュしてみてください」

Ⅲ-2-6. 作品6の作成方法の説明

「作品6では『未来の（人生脚本を書き換えた後の）自分と自分を取り巻く環境』についてのコラージュを作成します。もしも、自分のもともとの「人生脚本」が修正され、自律性のもとに、自分の人生の手綱を自分自身が握り、周囲の人たちとも親密で温かな関係性を築き、満足できる『人生脚本』を手に入れたとしたら、ご自身のセルフイメージはどう変化するか。また、自分以外の他者や、社会は自分にとって、どのような存在、世界になるだろうかをイメージし、自由にコラージュしてみてください」

Ⅲ-2-7. 説明会で受けた質問

説明会では、次のような質問があり、それぞれに回答した。

質問「幼稚園入園前の記憶がほとんどないのですが、漠然としたイメージでもいいですか？」

回答「はい、感覚的なイメージでも大丈夫です。小さな頃の写真や後から聞いたエピソードなどから、今から振り返ってみると、きっとこんな感じだっただろうというようなイメージを自由に表現してください」

質問「作成にかかる時間は決まっていますか？」

回答「特に決まりはありません」

質問「使用する素材として、クレヨンや絵の具なども使用していいですか？」

回答「はい、何を使用しても大丈夫です」

質問「作ってから、納得がいかない場合は、作りなおしてもいいですか？」

回答「はい、作り直してくださっても構いません」

質問「本当に下手くそだと思いますが、大丈夫でしょうか？」

回答「上手だとか下手だとかは一切関係ありません。そんなことは全く意識せずに思うがまま、感じるがままに作ってください。」

Ⅲ-3. 研究方法の流れ

Ⅲ-3-1. 実施時期

2020年9～12月に実施した。

Ⅲ-3-2. 本研究の全体の流れ

上記の説明会実施後、本研究は次のような流れで実施した（表Ⅲ-2）。被験者は3週間で合計6枚のコラージュ作品を、1週間に2枚ずつ作成した。コラージュの作成は宿題法（自主作成法）により、被験者の自宅で行われた。2枚のコラージュ作品を作成後、1週間毎に開催されるグループシェアリングに、合計3回参加した。被験者を3つのグループに分け、各回のグループシェアリングの参加者は約10名、1回3～4時間で行った。

表Ⅲ－２ 実施プロセス

①	被験者に対する心理カウンセリングを実施した。(1人約45分)
②	被験者は自宅で心理アセスメント(TEG3とECR-GO)の質問紙に回答した。
③	被験者は自宅でコラージュ作成についての教示を読んだ。
④	1) 課題コラージュ6作品のうち、最初の2作品を個人で作成した。 2) 被験者は自宅からコラージュ作品のグループシェアリング(1回目)にzoomオンラインで参加し、最初の2作品を発表し、質疑応答を行った。 3) 被験者は自宅で1～2番目のコラージュ作成とグループシェアリングについての質問に回答を記入した。
⑤	1) 被験者は課題コラージュ6作品のうち、3～4番目の作品を個人で作成した。 2) 被験者は自宅からコラージュ作品のグループシェアリング(2回目)にzoomオンラインで参加し、3～4番目の作品を発表し、質疑応答を行った。 3) 被験者は3～4番目のコラージュ作成とグループシェアリングについての質問に回答を記入した。
⑥	1) 被験者は課題コラージュ6作品のうち、5～6番目の作品を個人で作成した。 2) 被験者はコラージュ作品のグループシェアリング(3回目)にzoomオンラインで参加し、5～6番目の作品を発表し、質疑応答を行った。 3) 被験者は5～6番目のコラージュ作成とグループシェアリング、および一連のコラージュ作成についての質問に回答を記入した。
⑦	被験者は、自宅にて心理アセスメント(TEG3とECR-GO)の質問紙に回答した。

Ⅲ-3-3. 研究方法の詳細

次に、実施プロセスの詳細について述べる。

(1) 心理カウンセリングの実施

コラージュ作成とグループシェアリングに先立ち、参加希望者に対し、個別に交流分析の理論に基づいた心理カウンセリングをzoomオンラインで実施した。主に生育歴について聞き取り、クライアント自身の気づきを促した。セラピストは行動による判断や社交による判断、生育歴による判断を行い、人生脚本の見立てをした。

(2) 心理アセスメントの実施

事前に、被験者の自宅に、下記の書類などを郵送した。

- 本研究の趣旨と目的、進め方、コラージュ作成に用意するもの（画用紙、のり、はさみ、切って貼るための雑誌・パンフレット・ちらし・折り紙）、グループシェアリングのスケジュールと参加方法、コラージュ作品の写真を撮影しネットで送付する方法などの説明書
- 心理アセスメントの質問紙（TEG3 と ECR-GO、各 2 部）
- 6 つのコラージュ作品のテーマについての教示文
- 各コラージュ作成後に記入する質問紙
- 本研究参加の同意書
- 返信用封筒

最初に被験者は、2 種類の心理アセスメントの質問紙に回答した。回答時間は TEG3 が 10 分、ECR-GO が 5 分であった。

a. TEG3 について

TEG3 は、東大式エゴグラム最新版である¹⁾。エゴグラムとは、交流分析の自我状態理論に基づき、次の 5 つの自我状態を量的に表したもので、TEG3 では、これらを客観的に評価できる。

- ①批判的な親 (CP)
- ②養育的な親 (NP)
- ③成人 (A)
- ④自由な子ども (FC)
- ⑤順応した子ども (AC)

本研究では、6 つのコラージュ作成を行う前後の被験者の自我状態の変化を、TEG3 を用いて測定した。

b. ECR-GO について

ECR-GO (the Experiences in Close Relationships inventory-the-generalized-other-version, 資料1) ²⁾ は、恋人など特定の愛着対象に限定されない、一般的な他者に対する愛着場面で、自己観や他者観を反映する愛着スタイル尺度である。

ECR-GO は、①見捨てられ不安 (Anxiety)、②親密性の回避 (Avoidance) の2つの下位尺度からなる2次元・4分類愛着スタイルモデルの立場をとる。このモデルでは、“自己観”と“他者観”がそれぞれポジティブか、ネガティブかにより4つの愛着スタイルを構成する。具体的には、

- 1) 安定型は自己観と他者観がともにポジティブなスタイル、
- 2) 拒絶型は自己観がポジティブで他者観がネガティブなスタイル、
- 3) とらわれ型は自己観がネガティブで他者観がポジティブなスタイル、
- 4) 恐れ型は、自己観と他者観がともにネガティブなスタイル

とされている。

この愛着スタイルモデルの分類方法は、交流分析理論の「ポジション」の分類方法の概念に近いものであり、

- 1) 安定型は「私はOKであり、あなたもOKである」
- 2) 拒絶型は、「私はOKだが、あなたはOKではない」
- 3) とらわれ型は、「私はOKでないが、あなたはOKである」
- 4) 恐れ型は、「私はOKではなく、あなたもOKではない」

という分類に対応すると考えられる。

交流分析では、「ポジション」は、その人の自分と他人に対する思い込みで、それはいろいろな決断と行動を正当化するために使われている ³⁾。

しかし、この「ポジション」を数値化した尺度というものは見当たらない。そこで、本研究では ECR-GO を実施し、6つのコラージュ作成の前後で、自己観と他者観がどのように変化したかを量的に評価した。

心理アセスメントのデータ分析手法として、母集団が正規分布に従う確証がないため、TEG3、ECR-GO のいずれも、ウィルコクソンの符号付順位検定を用いた。

またエゴグラムの下位尺度と、ECR-GO の下位尺度の間に何らかの関係があるのかを検討するために、スピアマンの順位相関分析を用い、本研究によって得られた結果と、交流分析の理論とに矛盾がないか判断の参考とした。

(3) コラージュ作成についての教示

自宅でのコラージュ作成に際し、被験者に教示した文章は以下の通りである。

今回は全部でお1人につき、以下の6作品を製作していただきます。それぞれのテーマについて、潜在意識のおもむくまま、ご自由にコラージュしてください。

- ①生まれてから1歳半までの自分と自分を取り巻く環境
- ②1歳半～6歳まで（つまり小学校入学前まで）の自分と自分を取り巻く環境
- ③7～12歳まで（つまり小学校時代）の自分と自分を取り巻く環境
- ④13～18歳まで（つまり中学・高校時代）の自分と自分を取り巻く環境
- ⑤大人になってから（人生脚本を書き換える前の）自分と自分を取り巻く環境
- ⑥未来の（人生脚本を書き換えた後の）自分と自分を取り巻く環境

説明会で話をした作成方法を、そのまま文章にせず、あえて単純で短い教示文とした理由は、教示文が長い文章になると、コラージュの作成を難しそうに感じたり、教示文の指示に従おうとするあまり自由な表現が妨げられたりする懸念があると思われるためである。

(4) コラージュ作成とグループシェアリング（1回目）

a. コラージュ作品1と2の作成

被験者は、教示に従い、次の2つのテーマでコラージュを作成した。

作品1「生まれてから1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」

作品2「6歳まで（つまり小学校入学前まで）の自分と自分を取り巻く環境」

作成時間は、本人に委ねた。作成後、スマホで作品の写真を撮影し、作品のイメージファイルを、筆者に送付した。

b. コラージュ作品1と2のグループシェアリング

被験者は、予め知らされた開催日程の中から、都合のよい日時を選び、グループシェアリングに参加した。筆者が決めた発表の順番に従い、被験者はまず作品1が何を

表しているのか、作品に込められた思いなどを中心に発表した。発表が終わると、他の参加者との質疑応答を行った。筆者は、ファシリテーターとして、必要に応じて、各被験者に気づきを促すような質問やコメントを行った。作品1のグループシェアリングが終わると、次に作品2について、作品1と同じプロセスで発表と質疑応答を行った。2つの作品の発表とグループシェアリングに要した時間は1人当たり約20分であった。

c. 質問紙に回答を記入

被験者は、1回目のグループシェアリングに参加後、送付された質問紙（資料2）の質問1、2に回答を記入した。

(5) コラージュ作成とグループシェアリング（2回目）

a. コラージュ作品3と4の作成

被験者は、教示に従い、次の2つのテーマでコラージュを作成した。
作品3 「7～12歳までの自分と自分を取り巻く環境」
作品4 「13～18歳の自分と自分を取り巻く環境」
以下のプロセスは、1回目と同様である。

b. コラージュ作品3と4のグループシェアリング

1回目と同様のプロセスで行った。

c. 質問紙に回答を記入

被験者は、2回目のグループシェアリングに参加後、送付された質問紙（資料2）の質問3、4に回答を記入した。

(6) コラージュ作成とグループシェアリング (3回目)

a. コラージュ作品5と6の作成

被験者は、教示に従い、次の2つのテーマでコラージュを作成した。

作品5 「大人になってから(人生脚本を書き換える前の)自分と自分を取り巻く環境」

作品6 「未来の(人生脚本を書き換えた後の)自分と自分を取り巻く環境」

以下のプロセスは、1回目と同様である。

b. コラージュ作品5と6のグループシェアリング

1回目と同様のプロセスで行った。

c. 質問紙に回答を記入

被験者は、3回目のグループシェアリングに参加後、送付された質問紙(資料2)の質問5、6、7に回答を記入した。

(7) 心理アセスメントの実施

被験者は、2種類の心理アセスメントの用紙に回答した。回答時間は、TEG3が10分、ECR-GOが5分であった。

すべてが完了した後、被験者は返信用封筒に、心理アセスメント用紙、質問紙、本研究への参加の同意書などを同封し、筆者に返送した。なお、完成したコラージュ作品は、作成者が保管した。

IV. 心理アセスメントデータの 分析結果

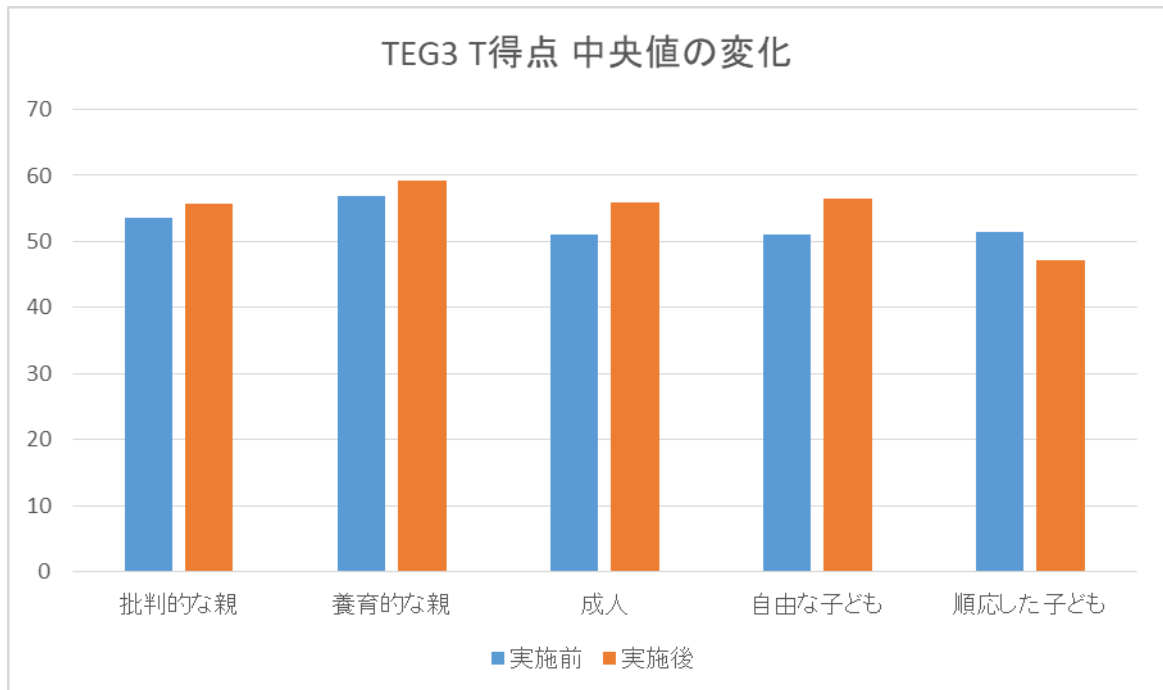
IV. 心理アセスメントデータの分析結果

IV-1. TEG3

TEG3では、コラージュ「作品1」作成前と、「作品6」作成後のT得点データを比較した(表IV-1)。各自我状態の中央値の変化をグラフで示す(図IV-1)

表IV-1 TEG3 T得点 記述統計量

			N	平均値	標準偏差	最小値	最大値	パーセンタイル		
								25	50(中央値)	75
作成前	批判的な親	CP ₁	31	52.41	12.920	26	76	41.20	53.50	64.00
	養育的な親	NP ₁	31	56.55	11.895	34	76	49.50	56.80	67.00
	成人	A ₁	31	53.84	14.562	30	76	43.70	51.00	64.70
	自由な子ども	FC ₁	31	50.02	11.821	24	71	41.20	51.10	60.50
	順応した子ども	AC ₁	31	53.01	10.862	33	76	45.00	51.50	59.20
作成後	批判的な親	CP ₂	31	53.98	14.319	15	76	43.60	55.80	64.00
	養育的な親	NP ₂	31	57.41	13.099	38	76	44.50	59.20	69.00
	成人	A ₂	31	55.00	13.352	29	76	43.70	56.00	64.70
	自由な子ども	FC ₂	31	54.07	11.867	15	68	44.20	56.50	62.20
	順応した子ども	AC ₂	31	49.29	10.191	24	76	42.80	47.20	54.90



図IV-1 TEG3 T得点 中央値の変化

次にこれらの変化について、ウィルコクソンの符号付順位検定により、有意確率を算出した（表IV-2）。有意水準 5%で有意とみなされるものを赤太字で表記した。

表IV-2 TEG3 T得点 検定統計量 ウィルコクソンの符号付順位検定

	批判的な親 CP ₂ -CP ₁	養育的な親 NP ₂ -NP ₁	成人 A ₂ -A ₁	自由な子ども FC ₂ -FC ₁	順応した子ども AC ₂ -AC ₁
漸近有意確率 (両側)	0.273	0.525	0.149	0.004	0.024

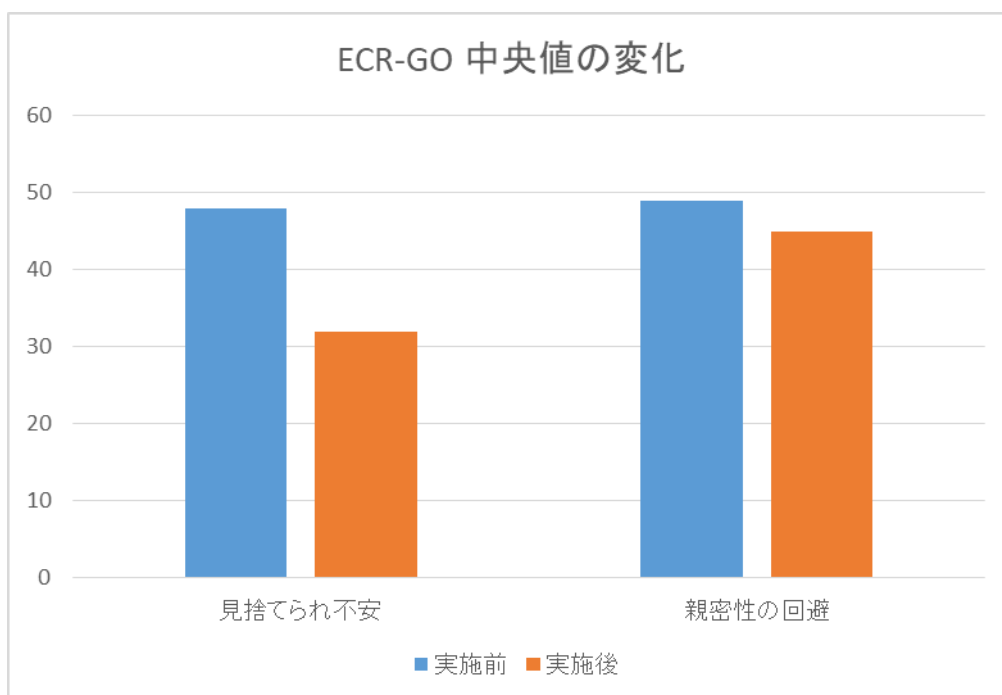
これより、TEG3のデータ分析の結果、TEGの5つの自我状態のうち、④自由な子ども(FC)は有意に増加し、⑤順応した子ども(AC)は有意に減少した。一方、①批判的な親、②養育的な親、③成人には、有意差は認められなかった。

IV-2. ECR-GO

ECR-GOでは、コラージュ「作品1」作成前と「作品6」作成後のデータを比較した（表IV-3）。各因子の中央値をグラフで示す（図IV-2）。

表IV-3 ECR-GO 記述統計量

	N	平均値	標準偏差	最小値	最大値	パーセンタイル			
						25	50(中央値)	75	
作成前	見捨てられ不安 Anxiety ₁	31	51.90	18.862	24	95	35.00	48.00	68.00
	親密性の回避 Avoidance ₁	31	50.65	14.621	27	76	38.00	49.00	63.00
作成後	見捨てられ不安 Anxiety ₂	31	36.94	14.920	18	75	26.00	32.00	46.00
	親密性の回避 Avoidance ₂	31	45.61	13.020	23	73	35.00	45.00	53.00



図IV-2 ECR-GO 中央値の変化

これらの変化について、ウィルコクソンの符号付順位検定により、有意確率を算出した。ECR-GO のデータ分析の結果、①見捨てられ不安、②親密性の回避の得点は、いずれも有意 ($p < 0.0001$) に減少した (表IV-4)。

表IV-4 ECR-GO 検定統計量 ウィルコクソンの符号付順位検定

	見捨てられ不安 Anxiety ₂ -Anxiety ₁	親密性の回避 Avoidance ₂ -Avoidance ₁
漸近有意確率 (両側)	0.000	0.000

IV-3. TEG3 と ECR-GO との各下位尺度の相関関係

エゴグラムとポジションの相互の関係について検討するために、TEG3 と ECR-GO の各下位尺度の相関係数を、6つのコラージュ作品の作成前と作成後について、スピアマンの順位相関係数を用いて算出した。

(1) コラージュ作品の作成前

6つのコラージュ作品の作成前の各下位尺度の相関係数は（表IV-5）、コラージュ作品の作成前には、成人（A）と見捨てられ不安（Anxiety）の間に、有意に負の相関が認められ、親密性の回避（Avoidance）では、TEG3の下位尺度との相関関係は認められなかった。

表IV-5 TEG3 と ECR-GO の各下位尺度間の相関係数(作成前)

				TEG3				
				批判的な親 CP ₁	養育的な親 NP ₁	成人 A ₁	自由な子ども FC ₁	順応した子ども AC ₁
Spearman のロー	ECR-GO 見捨てられ 不安	相関係数	-.371	-.283	-.493	-.076	.221	
		有意確率(両側)	.040	1.22	.005	.684	.232	
		Anxiety ₁ N	31	31	31	31	31	
	親密性の 回避	相関係数	-.268	-.306	-.127	-.293	-.062	
		有意確率(両側)	.144	.094	.497	.110	.741	
		Avoidance ₁ N	31	31	31	31	31	

(2) コラージュ作品の作成後

6つのコラージュ作品の作成後の各下位尺度の相関係数は（表IV-6）、コラージュ作品の作成後には、見捨てられ不安（Anxiety）と順応した子ども（AC）との間に、有意に正の相関が認められ、親密性の回避（Avoidance）では、TEG3の下位尺度との相関関係は認められなかった。

表IV-6 TEG3 と ECR-GO の各下位尺度間の相関係数(作成後)

				TEG3				
				批判的な親 CP ₂	養育的な親 NP ₂	成人 A ₂	自由な子ども FC ₂	順応した子ども AC ₂
Spearman のロー	ECR-GO 見捨てられ 不安	相関係数	-.298	-.134	-.312	-.225	.492	
		有意確率(両側)	.103	.472	.087	.224	.005	
		Anxiety ₂ N	31	31	31	31	31	
	親密性の 回避	相関係数	-.119	-.322	.013	-.223	-.215	
		有意確率(両側)	.523	.077	.946	.228	.244	
		Avoidance ₂ N	31	31	31	31	31	

V. 事例研究

V. 事例研究

本研究の被験者は、精神科や心療内科に通院したり、投薬を受けたりはしていない。しかし、育児放棄や児童虐待などを受けている深刻なケースも含まれており、この事例研究では、臨床例になる可能性がある A さんから I さんの 9 名の深刻な事例を中心に、考察を行った。

「I. 本研究の目的」で述べた本研究の仮説である脚本修正の 3 つのプロセスが具体的にどのようにコラージュで表現されるかを検証するためのモデルケースに A さんの事例を用いて、網羅的かつ詳細に考察した。他の事例については各事例の特徴を中心に考察した。

考察の中で使われる用語の「再演」と「再体験」は厳密に区別されており、「再演」とは過去の自我状態が気づきの外で実演されることであり、「成人」(A) のコントロールは及ばないことがある。「再体験」とは意図的な退行により過去の自我状態を体験することであり、「成人」(A) のコントロール下で行われる。後述のように、コラージュ作成により過去の自我状態を再体験すると、気づきの外にあった過去の否定的な自我状態が現在も再演されていたり、気づきの外にあった過去の肯定的な自我状態が現在は再演されていないことに気づくことがある。

なお、この事例研究では、主に過去の出来事が人生脚本を介し成人後の人生に与えた影響とその対処法について各被験者から許諾を得た範囲で論じるものとし、各被験者がそれぞれに取組中である現在の課題については、プライバシー保護の観点から、記述を控えるか最小限に止めた。

V-1. Aさん 40代

V-1. Aさん 40代

(以下、「事例 A」と表記する)

V-1-1. プロフィール

Aさんは40代男性で、職業は会社員である。

V-1-2. 生育歴

Aさんは、ある信仰を持つ祖父母、両親の元に長男として生まれ、誕生時から信仰の普及を図る宗教団体の指導者となることを期待されていた。兄弟は妹2人、弟1人で、貧しい生活であるにもかかわらず、信仰を理由に父親は宗教活動以外の仕事には就かなかつたため、食うや食わずの生活を余儀なくされる環境の中で育てられた。

Aさんは家族について「一家は信仰活動から得られるわずかな収入と祖父の年金をあてにして暮らし、一家の財布を握っていたのは、エキセントリックな性格の祖母だったため、祖父母と母はいがみ合い、母はかなり苦勞を強いられたようだ。母は信仰熱心で、幼い4人の子ども達に毎食、食べさせるために、自分の食べる物を減らしていたのではないか。父はいつも生活のことや家族のことで面倒なことが起こると、母に押しつけて、自分では何も責任を取ろうとしない人だった」と語った。

Aさんは自分について「信仰のために、普通の家庭とは違う習慣などもあり、それらを友人たちに知られたくないという思いもあった。貧しいことや信者だということに対する羞恥から、ついついその場を取り繕うようなごまかしや嘘をついてしまうこともあった。小学校の低学年までの記憶はほとんどないが、妹たちの話によると、祖母は自分に過度に厳しく接し、かなり体罰などを受けていたようだ」と話した。

V-1-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半までの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ

(次の事例からは、「生まれてから1歳半まで」と表記する)

a. 作品名 「嫌な予感」



図V-1-1 嫌な予感

b. 作品の説明

ピンクの台紙の上に、左上には桜の枝、左下には家族の居場所である家を型取った中には、ナイフとスプーン、フォークといった食器と容器の中に保管された野菜などの食品が貼られている。Aさんは「ナイフは父、スプーンが母、小さいものが自分や妹、弟である。右上のコショウ入れからまかれていた四角の黒い粒々は、社会からの硬くて重い攻撃で、家族が住む場所を破壊しようとしている様子を表し、左上の桜はその攻撃から自分たちを一部だが守ってくれる宗教を表す。一番右上の観葉植物と時計を逆さに貼ったのは、自分たちのいる世界が正位置でなく、逆向きの家に生まれて、これから社会からたいへん脅かされるのではないだろうかという不安を表している」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Aさんは「幼少の頃は、きっと明るかっただろうと思い、明るい色としてピンクの画用紙を下地に利用しました。ところが、どこか不安な落ち着かない気持ちとなりました。楽しく、明るくしようとしてもできず、これがこの頃、感じていた気持ちかもしれないなと思うと、とても意外な感じがありました」と答えた。

(2) 6歳までの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ

(次の事例からは「1歳半から6歳まで」と表記する)

a. 作品名「さかさま」



図V-1-2 さかさま

b. 作品の説明

作品名のとおり、黒と白の台紙には、ほぼすべての切り絵がさかさまに貼り付けられている。Aさんは「これは6歳までの心象風景で、さかさまとは何でもひねくれて受け取る自分を表す。右側の白い台紙に大きなハサミを人に向かって貼り、人を攻撃したい思いを表し、左側の黒い台紙には、隠したいことを表した。上部に明るく笑い仲良く楽しそうな人たちの写真を逆さに貼り、友だちとの親しい関係を望んでも得られない現実を隠したい気持ちを表した。6歳までは祖父母と一緒にあったが、祖母がヒステリー症だったようで、母との折り合いがたいへん悪く、家の中は苦痛にまみれた世界であった。当時の記憶はあまりないが、かなり祖母からの虐待を受けていたという話をあとで妹たちから聞いた」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という質問に対して、Aさんは「1の作品と同様に表現しがたい、ゆううつな気分になりながらの作成となりました。どこか悲しいような、寂しいような、苦しいような気分になりました。また、この頃見る夢で、自分を取り巻く環境が、黒い泥におおわれ、戦争が起きているような何とも苦痛にまみれた地獄のような夢を見ることがあったと思います。まっ白な世界に黒い色が入り込み、一瞬で黒い泥のような世界が広がる感じでした。また父母はよくケンカをしており、それも辛かった記憶の1つだと思います」と答えた。

(3) 12歳までの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ

(次の事例からは「7歳から12歳まで」と表記する)

a. 作品名「出てきちゃダメだよ」



図V-1-3 出てきちゃダメだよ

b. 作品の説明

この作品の左右には短冊のような縦長の色紙が上下2段に貼られ、中央部は黒のクレヨンが塗られた上に風景写真などが重ねて貼られている。Aさんは「小学生の頃は、自分の気持ちを出すのは、本当はよくないと思い始めた時期である。真ん中の写真は、故郷の北国の景色や風物で、その右と左に折り紙を貼り、実家が宗教をやっていることや家が貧しいことを隠すため、自分の考えを知られないように扉を閉めようとしていることを表現した。小学校6年生まで毎晩のようにおねしょをし、風呂場がたいへん寒く、朝、シャワーを浴びれなかったり、時間がないときなどはそのまま着替えて登校していた。友達から「何か匂う」「臭い」と言われ、慌てて取り繕うような嘘を言っていた。右下の色紙の上にはみ出した黒のクレヨンがおねしょの匂いである。学校にいるときは、精一杯の見栄で何も考えないように無になろうとしていた自分を思い出した。中央部に2つ、3つの眼球がある赤い目を描いた。これは怖い目で見つめられ、厳しい、何

か馬鹿にしているような世間の目で、その目に怯える自分を思い出した。そんな怯えた自分を誰かに気づいてほしいという思いと同時に、自分を外に漏らしてはいけないという思いもあった」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことはなんですか？」という問いに対しては、Aさんは「1と2の作品と違い、楽しく作成できたように思います。妹、弟たちはおねしょしなくなったのに、自分は高学年になってもなかなか治らなかった事、体育のあとは汗をかいて少しにおっていた事、林間学校では夜不安で、先生に真夜中に起こしてもらいトイレにいった事を思い出しました。今、自分が会社で間違えた処理をしたときは、あせりからすぐ隠そうとする心理は、小さかった頃のおねしょを隠したかった心理とつながっているような気がします」と答えた。

(4) 13~17歳 中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ

(次の事例からは「13歳から17歳まで」と表記する)

a. 作品名「儀式」



図V-1-4 儀式

b. 作品の説明

この作品では作品3と同様に人の目が怖かったことが表現されている。Aさんは「この時代は、強迫観念的に嫌なイメージが浮かんできて、目を覆わないと、嫌な感じがなくなる時期があった。はじめは自宅だけで目を覆っていたが、だんだんひどくなり、学校でも目を覆わずにはいられなくなった」と説明した。この嫌なイメージについてさらに話を聞くと「ニヤニヤしていて、気持ちの悪い、タイツをはいた変態じみたおじさんの顔が、何度も何度も思い浮かぶ。しかしそのような体験が実際にあったかは覚えていない」と答えた。「このコラージュの中のマジックペンで赤く塗られた部分は火を表し、水色は水を表している。高校時代、友だちと呼べる人は、1人が2人くらいしかおらず、たいへん狭い人間関係の中で生活をしていた。女性とはほとんど話ができません、いつも下を向いていた記憶がある」と語った。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Aさんは「心がすうーっと穏やかになる気持ちで作成しました。マジックペンで目を書き、そのまわりに結界をはり、神聖なイメージである、お寺、神社をまわりに配置しました。この頃はイヤなイメージが頭に浮かび、それを払うために目をぬぐうような仕草で、そのイメージを弱めるようにしました。ところが、段々イメージがぬぐえなくなり、学校で授業中も、目をぬぐう仕草がおさえられず、まぶたが痛くなっても儀式を止めることができなくなりました。当時、担任の先生に心配され、そこからその儀式は我慢するようになりました。他で思い出した儀式は時計の秒針が12時に来たら、何かをするというものでした。秒針が12時になるまで何もできないというルールを自分に課していたので、苦痛に感じていても、それをやめられませんでした」と答えた。

(5) 大人になってからの自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ

(次の事例からは「大人になってから」と表記する)

a. 作品名「どこにも続かない道」



図V-1-5 どこにも続かない道

b. 作品の説明

ブルーと赤の配色を基調に構成され、切り抜きの切片数も少ないシンプルな作品である。Aさんは「ブルーの色画用紙を背景に、赤い川をイメージした。赤い川は、いくら頑張っても、上手くいかない危険で厳しい道筋を表している。また、自転車の女性は、かつてお付き合いをしていた女性や、自分から離れていく人たちを表している。自分が信用を失い、自分の周りから、次々と人がいなくなる様子表現したとのことである。右下に、貼り付けられているさかさまの船は、頑張っても進みながらも、ひっくり返っている自分を表している」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Aさんは「自分の人生は明るい方向に向かっていると思ったのですが、破滅的な方向へ今もまだ突き進んでいたことに気づきました。他者からの信頼を失いつづけ、とても恥ずかしい人間のままでいることも、非常に辛いと思いました。失敗することを極度におそれ、また他人の目ばかり気にして、傷つかないようにと、自分の本位の生き方をしてきたことにも気づきました」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境を表す
コラージュ

(次の事例から「人生脚本を書き換えて、より充実した未来」と表記する)

a. 作品名「みんな仲良く」



図V-1-6 みんな仲良く

b. 作品の説明

これまでの5枚の作品とは変わり、小さな花や動物のイラストがたくさん貼り付けられた明るく可愛い作品である。Aさんは「未来は人を信用し、周りの人と心を通わせ、譲り合い、助け合い、受け入れ、お互いの強みを生かしながら生活をする様子を表現した。青い惑星が水の惑星、赤い惑星が他の惑星をイメージし、青は自分であり、赤はそれ以外の人である。コラージュを作成したり、感想を言い合ったりしていくうちに、父や母の生き方を客観的にみられるようになった。そして、自分がこれまで自分の人生に本当の意味では責任を負っておらず、つねに他人任せで、責任転嫁しながら生きてきたような気がする。自分はまるで、面倒なことはすべて母任せにして来た、父の姿に似ている」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Aさんは「充実した未来像が描けず、何度も作り直しました。最終的にできあがった作品は抽象的で、その場かぎりの心地よさに身をまかせ、自分の将来についてしっかり向きあってきたことが一度もなく、非常に楽観的にこれまでの人生を生きてきたのだなと思いました。また依存心が非常に強く、同僚や会社に寄生するように生きてきたことが、よりはっきりしてきました。このコラージュは、先生がおっしゃったように、他者との適切な距離を保ち、みんなで協力して何かをやりとげるときには、力を合わせるけれども、1人1人はしっかりした1つの存在であるという認識を持ち、パラサイトしない、他者に甘えず、しっかりと社会貢献できるようなことが、自己肯定感を上げる方法の1つだと思いました」と答えた。

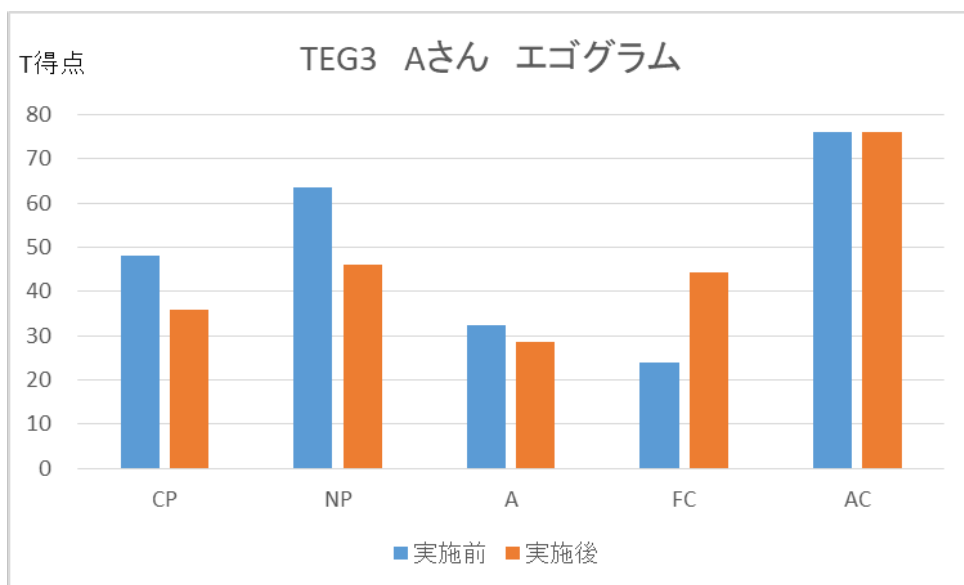
V-1-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか？」という問いに、Aさんは、「明るい、はなやかなコラージュ作品にしたいという思い、作成しても、出来上がってくる作品はその思いと裏腹にその時の思いをはっきりと反映してくるのだなと思いました。潜在意識は嘘をつけないので、それがコラージュにも表れてくるのだなと思いました。人生脚本を書き換えた後の、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境についてのコラージュ作成では、自分の未来像がしっかりと描けていなかったために、作るのに時間がかかりました。今まで興味を持ったことに熱を入れても、いつもその熱が冷めてしまったり、何ごとも継続してやれなかったのは、自分の未来について真剣に向き合ってこなかったからだと感じ、改めて自分の本当の人生を、目標をかかげてやっていけそうだと思います」と答えた。

V-1-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

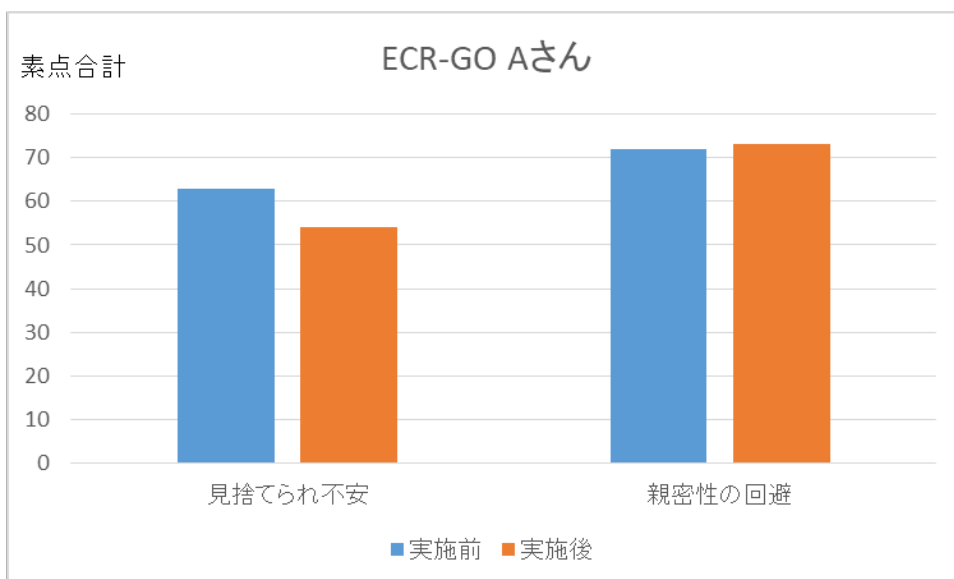
Aさんのエゴグラムの変化をみると、「批判的な親」(CP)は48から36へ、「養育的な親」(NP)は64から46へと減少し、「自由な子ども」(FC)は24から44へ大幅に減少した(図V-1-7)。



図V-1-7 TEG3 Aさん エゴグラム

(2) ECR-GO

AさんのECR-GOの変化では「見捨てられ不安」の素点は63から54に減少した。(図V-1-8)。



図V-1-8 ECR-GO Aさん

V-1-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Aさんは「清く、正しく、美しく」という教義を全うしながらも、経済的には貧しいという、理想を求める神の教えと現実の生活との葛藤や、特に宗教団体の指導者になることへの母親の強い期待と呪縛、自由に生きたい欲求とのせめぎ合いの中で生きてきたと見受けられる。

祖父母や両親が熱心な信仰を持っていたため、その宗教団体以外の一般社会には「所属するな」という強い禁止令を受けたと思われる。また、祖父母と母親とのいがみ合いや確執をみて、世間体を保つための建前と、家の中での大人たちの本音とのくい違いから「信頼するな」、さらに幼少時代、祖父母から厳しいしつけ、時にはDVを受けたため「重要であるな」「感じるな」、教義以外の一般通念では「考えるな」などの禁止令があると見受けられる。

現実には子ども達が腹いっぱい食べることも叶わない生活は「成長するな」、お金を持つことに対する罪悪感「成功するな」の禁止令となった可能性があり、Aさんが問題から目を背け、依存的である理由を示唆するものである。

また、ドライバーとしては、幼少時貧しい暮らしを外に見せてはならないという「強くあれ」、祖父母や両親を喜ばせ、期待に応えなければならないという思いから「喜ばせろ」、神様のためなら、人間はお金をもたずに働かなければならないという思いから「一生懸命にやれ」があったと思われる。

(2) コラージュ作成についての考察

作品1「嫌な予感」(図V-1-1)

作品1「嫌な予感」(図V-1-1)の説明で、Aさんは「コショウ入れからまかされている四角の黒い粒々」が「社会からの硬くて重い攻撃で、家族が住む場所を破壊しようとしている様子」と述べており、黒い四角はコショウの「辛い」味覚と「硬く」「重い」触覚を視覚として表現したと思われる。作品右上のさかさまに貼られた植物と時計は「自分たちのいる世界が正位置でなく、逆向きの家」であることが視覚化された表現であり、社会から攻撃される理由を示していると考えられる。「左上の桜はその攻撃から自分たちを一部だが守ってくれる宗教を表す」と述べており、桜は宗教への認識を視覚化した表現であると考えられる。左下

には、社会からの攻撃に何とか耐えているが、壁には複数の穴が開いている家の中で、備蓄した食料とともに、家族が身を寄せ合って暮らしている様子が表現されている。「逆向きの家に生まれて、社会からたいへん脅かされるのではないだろうかという不安を表した」と説明し、作成後の気づきでは「どこか不安で落ち着かない気持ちとなりました」と答えた。このようにこのコラージュには、Aさんの当時の社会、宗教、家族という環境に対する認識と自分と家族の行動が視覚的に表現されており、グループシェアリングの作品の説明や作成後の気づきでは、作成時の感情や感覚を言語化して表現した。既述の通り、子どもの自我状態の定義は「その個人の幼児期の遺物で、まとまった行動・思考・感情のパターンを再演したもの」である。この定義に基づいて、このコラージュの作成によりAさんが再体験した自我状態を述べると「生まれた家は社会とは正反対であるため攻撃され、家族と自分は家の中に引きこもり、蓄えた食料とともに身を寄せ合って生きている。宗教が守ってくれるのは一部であり、社会からの攻撃は辛く、硬く、重いため、家は破壊されそうで、不安で落ち着かず、今後も脅かされそうな嫌な予感がする」というまとまった一連のパターンから成り立つ「順応した子ども」(AC)の自我状態と考えられる。

Aさんはこの時期の自我状態を再体験し「これがこの頃、感じていた気持ちかもしれないなと思うと、とても意外な感じがしました」と答え、今回のコラージュ作成の影響では「明るい、はなやかなコラージュ作品にしたいという思い、作成しても、出来上がってくる作品はその思いと裏腹にその時の思いをはっきりと反映してくるのだなと思いました。潜在意識は嘘をつけないので、それがコラージュにも表れてくるのだなと思いました」と述べ、生まれてから1歳半までの自我状態は気づきの外にあっても、コラージュ作成により再体験できたことを示している。Aさんが再体験したこのプロセスは「I. 本研究の目的」で既に述べた脚本修正を行う3つのプロセスのうちの「プロセス1」つまり「コラージュ作成をきっかけに、人生脚本を形成、強化、正当化した状況について、視覚をはじめとする五感の記憶が徐々に呼び起こされ、クライアントが当時の自我状態をありありと再体験して、幼児決断に気づく手がかりを得るプロセス」に該当する。

作品2「さかさま」(図V-1-2)

作品2「さかさま」(図V-1-2)で、Aさんは作品名の「さかさまとは何でもひねくられて受け取る自分を表す」と説明している。「左側の黒い台紙には隠したいことを表した」と述べ、当時の「順応した子ども」(AC)の自我状態を再体験したと考えられる。上部に「明るく笑い仲良く楽しそうな人たちの写真」を逆さに貼り、気づきの外で受けた禁止令「(一

般社会には) 所属するな」を視覚的に表現したと考えられる。右側の白い台紙には「大きなハサミを人に向かって貼り、人を攻撃したい思い」を表したと説明した。バーンは、用語には自明なものないし説明可能なものがあると述べた後で、パーソナリティの描写的な側面として「子ども」(C) の自我状態を「自然な子ども」(FC)、「順応した子ども」(AC)、「反抗する子ども」(RC) の3つに分けて記述した¹⁾。心理カウンセリングによる脚本分析で述べたように A さんは「所属するな」をはじめとする多くの禁止令を受けており、人に向けられた大きなハサミで視覚的に表現された「人を攻撃したい思い」は「反抗する子ども」(RC) の自我状態と考えられる。「所属するな」の禁止令により「友だちとの親しい関係を望んでも得られない」という満たされない欲求を隠したい思いは「ゆううつ」で「どこか悲しいような、寂しいような、苦しいような気分」を伴った。また祖母と「母との折り合いがたいへん悪く、家の中は苦痛にまみれた世界」で「父母はよくケンカをしており、それも辛かった」、「当時の記憶はあまりないが、かなり祖母からの虐待を受けていたという話をあとで妹たちから聞いた」と説明し、作品1「嫌な予感」で表現されていた家の中で家族が身を寄せ合っていた様子はこの作品2にはない。身を寄せあっていた家族が、目の前で争い、自分も虐待を受ける体験をして、脚本分析で述べた複数の禁止令を受け取ったと推測される。「この頃見る夢で、自分を取り巻く環境が、黒い泥におおわれ、戦争が起きているような何とも苦痛にまみれた地獄のような夢」を見ることがあり「まっ白な世界に黒い色が入り込み、一瞬で黒い泥のような世界が広がる感じ」だったと述べていることから、家庭の中が一瞬で戦争や地獄のような苦痛に満ちた世界に変わるイメージがあり、辛く感じていたと考えられ、いつ何が起きるか予想できず、信じたい両親を信じられなくなる中で、物事を素直に受け止められない自分の自我状態を「さかさま」という作品名として言語化したと推察される。子どもにとって過酷といえる環境の中で、生き残るためには自分を守らなければならないという思いや、次々と弟や妹ができて、自分には手が回らない周りの大人たちへの思いが、人を攻撃したい憤りの要因になったとも考えられる。A さんはこのコラージュの作成により「子ども」(C) 内の引きこもって本当の自分の思いを隠したい「順応した子ども」(AC) と外に出て人を攻撃したい思いを表したい「反抗する子ども」(RC) との葛藤と混乱を再体験し、それぞれの自我状態を対立する黒と白の背景色を用いて視覚的に表現したと推測される。

作品3「出てきちゃダメだよ」(図V-1-3)

作品3「出てきちゃダメだよ」(図V-1-3)で、Aさんは「小学生の頃は、自分の気持ちを出すのは、本当はよくない」と思い始め「真ん中の写真は、故郷の北国の景色や風物で、その右と左に折り紙を貼り、実家が宗教をやっていることや家が貧しいことを隠すため、自分の考えを知られないように扉を閉めようとしていることを表現した」と説明した。右と左に貼られた折り紙の扉は、自分と他人との間に境界を引いたことの視覚的な表現と考えられる。中央部の背景は黒であり、隠したいものの背景の配色は作品2「さかさま」(図V-1-2)と同色である。扉を構成する短冊型に切り取られた複数の折り紙は、水平垂直に規則正しく配置され、作品1「嫌な予感」(図V-1-1)と作品2「さかさま」(図V-1-2)で表現されたような混乱が見られないのに対し、扉の内側に貼られた故郷の景色や風物の写真は、すべて傾いて貼られ、特に一番上の寺院のような建物の写真の傾きが最も大きく、混乱した状況がうかがえる。クレヨンで描かれた赤い目は自分を見つめる「怖い」、「厳しい、何か馬鹿にしているような世間の目」である。その真下に、上から下に水が流れる青い川、その下に穴が開いた写真が貼られ、これらは水が漏れるおねしょの暗示と考えられる。穴の左にねぶた祭りの写真が貼られ「「ねぶた」の起源はみそぎの行事「七夕」に行われる「眠り流し」(ねむりながし)の灯籠流しに由来するというのが一般的²⁾とされることから、ねぶたもおねしょの暗示と考えられる。ねぶた祭の写真の中の山車は移動可能で、もし右に動けば穴をふさげる位置に貼られているが、山車をひけるのは祭りに参加する大人に限られるため、大人になるまで穴をふさげないことを暗示し、禁止令「成長するな」「成功するな」の視覚的な表現と考えられる。Aさんは「所属するな」をはじめとする多数の禁止令のため満たされない欲求を抱えていたが、おねしょによる自由な尿の排泄は「自由な子ども」(FC)の生理的な欲求を満たすものであった。穴の写真の右側の赤い風車の写真は亡くなった子どもに対して故郷の霊場で献花の替りに供えられるものであり、子どもの否定的な状態を暗示する。これらから、赤い目は「小学校6年生まで毎晩のようにおねしょ」を排泄して欲求を満たす「自由な子ども」(FC)と「自分を外に漏らしてはいけない」と怯える「順応した子ども」(AC)を厳しく馬鹿にするように監視する「批判する親」(CP)の視覚的な表現と考えられる。後述するように青い川と赤い目で示された青と赤の対立は、作品4「儀式」(図V-1-4)、作品5「どこにも続かない道」(図V-1-5)、作品6「みんな仲良く」(図V-1-6)でも表現される。

Aさんは「右下の色紙の上にはみ出した黒のクレヨンがおねしょの匂いである」と説明し、扉の内側はおねしょの匂いが充満し外に漏れ出ている様子を黒のクレヨンで表現した。

Aさんは当時の自我状態を嗅覚により再体験し「体育のあとは汗をかいて少しにおっていた事」や後述する林間学校でのエピソード記憶を思い出したと推測される。作品2「さかさま」(図V-1-2)の右側の白い台紙上で下から右上に「大きなハサミ」を貼り「人を攻撃したい思い」を表した構図は、作品3「出てきちゃダメだよ」(図V-1-3)の右側の扉の下部から右上に匂いが漏れ出す構図と類似しており、おねしょの匂いでささやかな反抗を図る「反抗する子ども」(RC)が見え隠れするとともに、「所属するな」の禁止令に従い、他人を寄せつけない効果も発揮したと考えられる。「学校にいるときは、精一杯の見栄で何も考えないように無になろうとしていた自分を思い出した」と説明し、「一生懸命やれ」、「強くあれ」、「喜ばせろ」のドライバーを最大限に働かせ、禁止令「所属するな」「考えるな」、「重要であるな」の強化・正当化を図ったと推測される。Aさんはコラージュ作成後の気づきで「1と2の作品と違い、楽しく作成できたように思います」と述べ、このコラージュ作成で再体験した自我状態では、自他の境界を引く扉の作成により「批判する親」(CP)の厳しい監視下で多数の禁止令に従いつつも「自由な子ども」(FC)を中心に「順応した子ども」(AC)と「反抗する子ども」(RC)のすべての「子ども」(C)の欲求を満たせたため「楽しく」感じたという推測され、扉の部分が複数の短冊型の折り紙により几帳面に規則正しく、強固に幅広く、カラフルな配色で構成されている理由は「一生懸命にやれ」、「強くあれ」、「喜ばせろ」の各ドライバーの働きの反映であるとともに「自由な子ども」(FC)が感じた「楽しさ」が視覚的に表現されたためと考えられる。作品名「出てきちゃダメだよ」が厳しい禁止表現ではなく、子どもらしい素直な言葉で言語化されているのは当時の自我状態の反映と考えられる。一方、漏れ出したおねしょの匂いには「怯えた自分を誰かに気づいてほしいという思い」もあり、外部の脅威に晒され不安がある林間学校では教師に助けを求め「先生に真夜中に起こしてもらいトイレにいった事を思い出した」、現実的な問題に「成人」(A)が適切に対処でき、親から離れた環境では「所属するな」「成長するな」「成功するな」「考えるな」の禁止令の影響を受けなかったことを示唆している。

Aさんは、この時期のおねしょを隠したくて「慌てて取り繕うような嘘を言っていた」時の自我状態を再体験し「今、自分が会社で間違えた処理をしたときは、あせりからすぐ隠そうとする心理とつながっているような気がします」と答え、かつて子どもの頃に体験した自我状態が今も気づきの外で再演されていると気づいた。この気づきのプロセスは、「I. 本研究の目的」で既に述べた脚本修正を行う3つのプロセスのうち「プロセス2」に該当し「かつて体験した自我状態と、今もストレスfulな状況下で、繰り返されることが多い否定的な働きをする自我状態とでは、同じような特有の感情と感覚が伴うことに気づくプロセス」である。

作品4「儀式」(図V-1-4)

作品4「儀式」(図V-1-4)で、Aさんは「この時代は、強迫観念的に嫌なイメージが浮かんできて、目を覆わないと、嫌な感じがなくなならない時期があった。はじめは自宅だけで目を覆っていたが、だんだんひどくなり、学校でも目を覆わずにはいられなくなった」と説明し、作品名の通り、脅迫神経的な思いに駆られていた少年が、その思いを抑制するために様々な対応策を儀式的に行い、自分をコントロールしようとしていたと推測される。

Aさんは作品の中央から右側に黒のマジックで複数の目を描き、その周囲の上下左右に立てた4本の柱に縄状のものを張り「マジックペンで目を書き、そのまわりに結界」を張ったと述べた。これらの目は、作品3「出てきちゃダメだよ」(図V-1-3)では、赤い色で自分を見つめる「怖い」、「厳しい、何か馬鹿にしているような世間の目」として描かれ、外部から取り込んだ「批判的な親」(CP)の視覚的な表現であったが、Aさんは作品4「儀式」でこれらの目を結界に封じ込め、目の色を黒に変え、目玉がなく形だけのものを多く描くことにより、怖さや厳しさをなくし、「批判的な親」(CP)の機能を止めたことを視覚的に表現したと思われる。「バーンは、人は時に自我状態の一つないしそれ以上を締め出すことを示唆し、それを除外と呼んでいる」³⁾。例えば「親」(P)を除外した人は、世間の既成の規則を持たずに行動する。その代わりに彼らは新しい状況に出会うごとに自分自身の新しい規則を作り出す⁴⁾とされている。Aさんは「この頃はイヤなイメージが頭に浮かび、それを払うために目をぬぐうような仕草で、そのイメージを弱めるようにしました」と述べ、自分自身の新しい規則を作り出しており、「親」(P)の除外を示唆している。その結果「ところが、段々イメージがぬぐえなくなり、学校で授業中も、目をぬぐう仕草がおさえられず、まぶたが痛くなっても儀式を止めることができなくなりました」と述べ、現実に対応する「成人」(A)も十分に機能せず、除外されていた可能性がある。交流分析では「もし「成人」(A)を除外したら、自分の現実吟味の力を締め出したことになる。その代わりに自分の内部で起きている「親」(P)と「子ども」(C)の間の対話を聞くことになる。その結果として、行動と感情と思考は、その絶え間ない葛藤を反映するだろう。自分の「成人」(A)の現実吟味能力を十分に使っていないので、思考や行動は奇怪なものにさえなる可能性がある。その結果、精神障害と診断されるかもしれない」⁵⁾とされており、Aさんの場合、禁止令「考えるな」のためにまず「成人」(A)が除外され、「親」(P)と「子ども」(C)の絶え間ない葛藤が起き、作品3「出てきちゃダメだよ」で表現された左右の扉だけでは対処できなくなったため、作品4「儀式」で「批判的な親」(CP)も除外されて、強迫観念的な思考や行動の原因となった可能性が考えられる。また「他で思い出した儀式は時計の秒針が12

時に来たら、何かをするというものでした。秒針が 12 時になるまで何もできないというルールを自分に課していたので、苦痛に感じていても、それをやめられませんでした」と述べており、同様に「親」(P)と「成人」(A)の除外を示唆すると考えられる。交流分析では「3つのうち2つの自我状態が除外されてしまった場合、唯一機能している自我状態は一貫した自我状態と呼ばれる」⁵⁾。例えば「親」(P)と「成人」(A)の両方が除外された場合には「一貫して子ども」(C)と呼ばれる。「一貫して子ども」(C)の人は、いつでも自分がまだ子どもであるように行動し、感じ、考える。問題に遭遇した時、こういう人の使う戦略は感情をエスカレートさせることだ。彼らは大人としての現実吟味と、一連の「親」の規則の両方を締め出してしまう。こうした人は他人の目には“未成熟”、“ヒステリーの”と映る可能性が高い。完全な除外というものは存在せず、除外はある特定の状況に対する特定のもの⁶⁾である。中学生・高校時代は、子どもから大人への成長過程であり、周りの大人達の適切な支援があれば「一貫して子ども」(C)が一過性に止まる可能性もある。Aさんは「当時、担任の先生に心配され、そこからその儀式は我慢するようになりました」と述べ、学校での親の役割を果たす教師の「養育的な親」(NP)の働きかけに「順応した子ども」(AC)で応じ、儀式を我慢するようにしたエピソードが示されているが、そこから「成人」(A)の気づきが促されたかは定かでない。高校や大学を卒業し、就職などで社会人になった後、もし「一貫して子ども」(C)のままだと、会社や社会の規則にとらわれず、その場限りの自分自身の新しい規則を作り出し、それが問題となる気づきもないため、職場や世間での軋轢を生むと予想される。次に述べる神聖なイメージであるお寺や神社を長方形に切り抜かれた写真が積み重ねられて構成される防御壁の重厚な安定感に比べると、中央部で描かれた結界の形状は、手書きの2本線からなる4辺で囲まれたひし形で、安定感がなく、後ろの2辺で描かれている縄は上に掲げられているのに対し、手前の2本の縄は下に降りているようにも見え、状況によって機能したり、しなくなる可能性が暗示されている。

Aさんは「神聖なイメージである、お寺、神社をまわりに配置しました」と述べ、結界の周りにお寺、神社の写真を作品の左半分、上部と下部に貼り付けている。これらのお寺、神社の写真は、作品3「出てきちゃダメだよ」(図V-1-3)の左右の扉と同様に人目から自分を守るために配置されたものである。作品3の扉と比較すると、水平垂直の向きに安定して貼られているのは同様だが、写真の間に少し隙間があり、左側はほぼ防御されているが、右側は鳥居の写真の下から海の写真までの部分とその下の細く開いた部分と合わせると、右縁の約半分が神聖なお寺や神社の写真で囲まれていない構図となっている。先行研究ですでに述べたように、日本でのコラージュ療法の起源は、持ち運びできる箱庭療法から着想されたため、空間配置などの解釈の仕方については箱庭療法の先行研究から取り入れられ

ている。箱庭での空間配置について河合（1969）は「われわれの今までの経験では、左側はその人の内的世界、無意識界を、右側は外的世界、意識界を示すことが多かった」⁷⁾。「このような左右の意味から考えても一般に山、森、神社など無意識の「深み」を示すようなものが左側に配置される傾向が強いのも、当然のことと思われる」⁸⁾と述べている。この作品3も左半分により多くの山、森、神社など写真が貼られており、左側がより深い無意識的な世界、右側がより意識的な世界を表していると考えられる。

Aさんは「このコラージュの中のマジックペンで赤く塗られた部分は火を表し、水色は水を表している」と説明しており、火と水の配置に着目すると、まとまった赤い火が作品の右上から降り注ぎ、一部の火が神聖なお寺や神社の写真の隙間から侵入し、所々で水と接している様子が描かれている。青または水色と赤の配色の組み合わせは、作品3「出てきちゃダメだよ」（図V-1-3）では、おねしょを暗示する青い川と赤い他人の目として、作品5「どこにも続かない道」（図V-1-5）では、「ブルーの色画用紙を背景に赤い川」として視覚的に表現され、作品6「みんな仲良く」（図V-1-6）では、「青い惑星が水の惑星、赤い惑星が他の惑星をイメージし、青は自分であり、赤はそれ以外の人である」と説明している。作品3、4、5で暗示的に表された配色パターンが、作品6で明示的に言語化されたと仮定すると、青または水色が自分、赤が他人または外部から取り込んだ自我状態を表すと考えられ、後述するように矛盾がない考察が可能となる。Aさんは「高校時代、友だちと呼べる人は、1人か2人くらいしかおらず、たいへん狭い人間関係の中で生活をしていた」と自分の交友関係について説明し、作品1「嫌な予感」（図V-1-1）で表現された「所属するな」の禁止令に従っていたことがうかがえる。思春期は異性への関心が高まる時期であるが、Aさんは「女性とはほとんど話ができず、いつも下を向いていた記憶がある」と説明し、いつも目を伏せることにより、異性に対する関心の高まりを抑制していたことがうかがわれる。作品3の左側は、他人の中でも特に女性に対して、無意識で本能的に激しく高まる関心を左上から降り注ぐ赤く燃える火として暗示し、複数の神聖な寺や神社から構成される重厚な防火壁で侵入を抑えようとしても、わずかな隙間から意識に流れ込んでくる様子を、右側は水で取り囲み残り火のようになった複数の小さな火が意識から消えずにくすぶっている様子を示し、全体として思春期の異性に対するアンビバレントな気持ちを視覚的に表現したと推測される。「水」は「見ず」と同音語であり、このコラージュではともに女性に対し高まる関心を抑制する働きを表現する。

作品4「儀式」のコラージュ作成により、Aさんが再体験した自我状態をまとめると、他人の目を意識から締め出したり、目をぬぐう仕草を繰り返したり、女性の前ではいつも下を向くことにより、現実から目を背ける行動と、「目を覆わないと嫌な感じがなくなる」

という強迫観念的な思考と、「批判的な親」(CP)を除外し異性に対する「自由な子ども」(FC)の急激な意識の高まりを抑制できたときの「心がすうーっと穏やかになる心持ち」という感情からなる一連のパターンと推測される。作品名「儀式」は、この時期の自我状態が、内的な世界で定めたルールに従い、単純行動を反復していたことを示すと考えられる。

作品5「どこにも続かない道」(図V-1-5)

作品5「どこにも続かない道」(図V-1-5)は、「ブルーの色画用紙を背景に、赤い川をイメージした」ものであり、青と赤の配色は作品4「儀式」の右側の縁が開いている部分と同様であるが、青と赤の間に余白はなく密着して表現されている。一般的な景色の描画で使われる配色は、空、川、海が水色、大地が茶色であるが、この作品では空、川、海が赤、大地が水色となっており、配色が反転している。「赤い川は、いくら頑張っても、上手くいかない危険で厳しい道筋を表している」、「さかさまの船は、頑張っても進みながらも、ひっくり返っている自分を表している」と説明した。作品名の通りインパスから抜け出せない心境が表現されている。赤い川は、様々な曲線から構成され、先端は枝分かれし切り絵細工のように微細で曲線が丁寧に切り抜かれており、優雅で女性的な形に見え、作品3「出てきちゃダメだよ」の中央の川の写真の直線的な流れ作品4「儀式」で見られた長方形に切り取られた複数のお寺や神社の写真が垂直水平に積み重ねられ重厚で男性的な表現とは対照的である。

作品5は、大人になってからのコラージュを作成する課題であり、被験者が取組中の課題やプライバシーに関連するテーマが視覚的に表現されることがあるため、詳しい具体的な考察は控えることにする。それに代わり、この作品の象徴的な意味について、ユング心理学のペルソナとアニマという基本的な概念を用いて考察を試みる。「ユングは、われわれは外界に対してのみならず、内的世界に対しても適切な態度をとらねばならないとし、それらの元型として存在する根本的な態度を考え、外界に対するものをペルソナ、内界に対するものをアニマと呼んだ」⁹⁾。「ペルソナとはわれわれが外界に対してつけている仮面であるということもできる」¹⁰⁾。「われわれは、その場所の異なるに従い、外界から期待される役割も異なるわけであるから、それにしたがってペルソナの種類も変えてゆかなければならないわけである。そして、このようなペルソナを発達させることを怠るひとは、とかく外界と摩擦を起こしやすく、他人の感情を害したり、自分の能力をスムーズに発現しがたくすることが多い」¹¹⁾。大人になれば、外界に合わせてペルソナの種類を変更する必要があるが、「自転車の女性は、かつてお付き合いをしていた女性や、自分から離れていく人たちを表してい

る。自分が信用を失い、自分の周りから、次々と人がいなくなる様子を表現した」と説明しているようにペルソナの発達が上手くいかなかったようである。河合（1967）によれば、ユングにとってのアニマは元型として無意識内に存在する、自分自身の内的な心的過程に対処する様式で、意識的に把握できないが、それが心像として現れたものを把握することができ、夢の中では異性の像として人格化されることが多い。ペルソナとアニマは相補的に働く。アニマはわれわれの心の内にあって、行動に大きい影響を及ぼす。それは、人間の意識的な態度に欠けている機能を全部含んでいるので、われわれのまったく「思いがけない」働きをすることになり、否定的にも肯定的にも大きい意味を持つ¹²⁾。Aさんの場合では、ペルソナがうまく機能していない状況に対処するため、通常とは正反対の配色で赤い川としてアニマの心像がコラージュに表れ、Aさんに破滅の危険を知らせる働きをしたと考えられる。Aさんはコラージュ作成後に「破滅的な方向へ今もまだ突き進んでいたことに気づきました」と述べ、警告の意味を理解した。このコラージュで使われている青または水色と赤の組み合わせによる配色のメタファーを詳しく考察するため、コラージュ全体を見渡すと、背景色の水色は単色で作品の大部分を占め、単調で平面的であり、作品3「出てきちゃダメだよ」ではおねしょをし、作品4「儀式」では現実から目をそむけていた「一貫して子ども」(C)のワンパターンで適応性がないというペルソナを暗示していると思われる。作品3「出てきちゃダメだよ」で青い川はおねしょ、すなわち、自分の欲求をコントロールせずに失敗し、他人に迷惑をかけることを暗示し、赤は「注目」、「危険」、「止まれ」を意味する色であることから、赤い川は「自分の欲求をコントロールせずに失敗し、他人に迷惑をかけていることに目を向けて、危険だから止めなさい」という警告を暗示していると考えられる。水色の背景と赤い川が補完しあって構成されるコラージュ全体は、Aさんのペルソナが外界に適応していないので「現実の問題に目を向けて止めなさい」と警告するアニマの心像の象徴的な表現と考えられる。

作品6「みんな仲良く」(図V-1-6)

作品6「みんな仲良く」(図V-1-6)は、小さな花や動物のイラストがたくさん貼り付けられた明るく可愛らしい作品である。作品名の「みんな仲良く」は禁止令「所属するな」を解除する許可となっている。「許可とは「成人」(A)がやめたいと思っている行動をやめる、あるいはネガティブな行動から解放される免許を意味する」¹³⁾。Aさんは「未来は人を信用し、周りの人と心を通わせ、譲り合い、助け合い、受け入れ、お互いの強みを生かしながら生活をする様子を表現した」と説明し、自己観と他者観が以前とは明らかに変化してお

り、このコラージュの作成を通じて、禁止令「信頼するな」、「重要であるな」を解除する自分への許可を出したと思われる。「青い惑星が水の惑星、赤い惑星が他の惑星をイメージし、青は自分であり、赤はそれ以外の人である」と説明し、自分である青い惑星と他人である赤い惑星をほぼ同じ大きさの球形の写真として少し離れた位置に貼り、色は違っても基本は同じであることを視覚的に表現した。作品5「どこにも続かない道」(図V-1-5)で、「かつてお付き合いをしていた女性」を人間、自分を船と表現していたのとは大きな違いがある。「コラージュを作成したり、感想を言い合ったりしていくうちに、父や母の生き方を客観的にみられるようになった」と説明し、客観的に見ることは合理的に考えることの前提であり、禁止令「考えるな」の解除につながるものである。「自分はまるで、面倒なことはすべて母任せにして来た、父の姿に似ている」と述べ、Aさんは自分が父親をモデリングしていることに気づいたようである。コラージュ作成後の気づきとして「他者との適切な距離を保ち、みんなで協力して何かをやりとげるときには、力を合わせるけれども、1人1人はしっかりした1つの存在であるという認識を持ち、パラサイトしない、他者に甘えず、しっかりと社会貢献できるようになることが、自己肯定感を上げる方法の1つだと思いました」と述べ、自分の問題に向き合い、これから進む方向について真剣に考えている様子が見える。

これらのかつての自分が受け取った禁止令に対する許可を自分に出す再決断を行い、脚本修正をした後のイメージをコラージュ(作品6)として作成することで、現実に脚本の修正を図るプロセスは「I. 本研究の目的」で既に述べた脚本修正を行う3つのプロセスのうち「プロセス3」に該当する。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

作品3「出てきちゃダメだよ」に表現されたように、Aさんは真の自分を隠し、ウソなどで何とか取り繕って、他者や世の中に合わせて生きてきた。それがエゴグラムでは「順応する子ども」(AC)が極めて高いことで表れている(図V-1-7)。

一連のコラージュ作成実施後も、「順応する子ども」(AC)は高いままであったが、「自由な子ども」(FC)のT得点は実施前の24から44まで大幅に上昇した。これはありのまま自由に生きたいという自分の本当の気持ちに気づき、素直に受け入れられた表れと考えられる。作品6「みんな仲良く」を作成後「父や母の生き方を客観的にみられる」ようになり、両親や祖父母などの養育者から取り込み後に過剰に働いていた「支配的な親」(CP)や「養

育的な親」(NP)はAさんが客観的に見て適正なレベルに修正されたため減少したと思われる。

ECR-GOでは「見捨てられ不安」が減少し、自己肯定感が高まったが、「親密性の回避」に大きな変化はなく、人生脚本の修正は始まったばかりと推測される(図V-1-8)。

(4) まとめ

Aさんの作品1「嫌な予感」と作品2「さかさま」で、写真の上下を逆さまに貼り付け、幼少期早期の「子ども」(C)内の葛藤と混乱を表現しており、生育歴も合わせて考えると、第三度のインパスがあったと考えられる。Aさんは、作品3「出てきちゃダメだよ」では楽しく、作品4「儀式」では穏やかに感じるように「所属するな」をはじめとする複数の禁止令を含む人生脚本を強化・正当化しながら、「一生懸命にやれ」、「強くあれ」、「喜ばせろ」のドライバーに駆り立てられるように、目を覆うなど現実を見ないような自分独自のルールを作り、他者や外界に対応してきたが、作品3「出てきちゃダメだよ」作成時に当時の自我状態を再体験し、今も同じような自我状態が再演されていると気づいた。作品5「どこにも続かない道」では作品名の通りインパスから抜け出せない心境を表現し「破滅的な方向へ今もまだ突き進んでいたこと」に気づき、親からの言語、非言語のメッセージやモデリングからの影響から脱し、自分らしい人生を構築していく決心をしたと考えられる。今回のコラージュ作成の影響として、これまでの人生を反省し「改めて自分の本当の人生を、目標をかかげてやっていけそうだと思います」と答えた。

Aさんからは、このコラージュ作成により、会社の仕事で、転職してから1年4か月の間、ずっと守れなかった納期を守れるようになり、前倒しで仕事ができるようになったと報告を受けている。これらから、事例Aでは、出生時から一連のコラージュ作品を作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。

V-2. Bさん 50代

V-2. Bさん 50代

(以下、「事例 B」と表記する)

V-2-1. プロフィール

Bさんは50代の女性で、食に関わる仕事をしている。

V-2-2. 生育歴

Bさんは両親と兄2人がいる家庭で育ち「小学校時代、友だちに怪我を負わせた時に、その友だちの親が文句を言いに来た。親に叱られると不安になったが、父は私が悪いとは認めず、怪我を負わせた子の親をたしなめるようにして帰した。父はいつも私を守ってくれた。成人するまで、特に悩みもなく、祖母や両親から大切に育てられ、つねに幸せで恵まれていた。子ども時代から現在に至るまで、親や周囲から愛され、自由に伸び伸びと生きてきた。結婚し2人の子どもに恵まれ、幸せな家庭であった。何でも正直に言う性格であり、時々、他者に対して強い物言いをしてしまい失敗することがある。それは反省すべき点だ」と語った。

V-2-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「爆発」



図V-2-1 爆発

b. 作品の説明

このコラージュについて、Bさんは「今までの人生で一番いい時だったと思う。生まれたてのエネルギーを表現した。人生で最も生命エネルギーが満ち溢れていた時代である」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Bさんは「母から聞いている断片的なものが、総合されてイメージができていると思う。記憶はない。おばあちゃんがとても大切にしてくれていた話を思いだした。写真を見て、当時の様子を知るといった感じ」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「流れ」



図V-2-2 流れ

b. 作品の説明

このコラージュについてBさんは「右上の黄色は太陽、真ん中の青色の折り紙が川、銀色の折り紙は、川を流れる水のきらめき、左下の緑が草と大地を表す。自分はまだ無邪気で、人間ではなく、地球の一部であり、天真爛漫で自然の中にいたというようなイメージで作成した。キラキラ流れる水の流れのように過ごしたような気がする」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Bさんは「全く記憶がない。何となく思い出すのは、真夏の太陽や、ゆっくりとした時間の流れやきらきらした何か」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「春」



図V-2-3 春

b. 作品の説明

このコラージュについてBさんは「習い事やっていたことや、犬を飼っていたことを思い出した。作品名の「春」は、生まれて、成長していく感じを表す。こたつは家族団らんを、靴は自立して、一人で習い事に行くなど、社会に向かって歩きだしたことを示している」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Bさんは「小学校は、毎日楽しく、先生からもかわいがってもらった。本当に自由に好きにしたい放題だったことに気づいた。両親は、私を守ってくれていた」と答えた。

(4) 13歳から17歳まで

a. 作品名「人生の花畑」



図V-2-4 人生の花畑

b. 作品の説明

このコラージュについてBさんは「真ん中の女性が自分である。母校の大学に合格できたのが嬉しく、門の前で記念撮影をしているイメージ。高校時代は、成績もよく、すごく楽しかった。何の悩みもない時代であった」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Bさんは「人生で一番のんきで楽しい時間であった。無限の可能性と希望にあふれていた」と答えた。

(5) 大人になってから

a. 作品名「豊か」



図V-2-5 豊か

b. 作品の説明

このコラージュについてBさんは「食に関わる仕事をしていることや、家庭を持つてからも、食卓がにぎやかだったことを表している。祖父母と一緒に食事にいった思い出もある」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Bさんは「人並みの幸せを手に入れてきたこと、取り巻く環境は恵まれていたと思う。夫の母が慈愛にみちた女性であったことは、私にとって心地よかった」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名「ひとり」



図V-2-6 ひとり

b. 作品の説明

このコラージュについてBさんは「1人での幸せ。すがすがしい。自分のために、コーヒーを飲み、自分のために、美味しいものを食べる。このフルーツのように、いつまでもみずみずしい私を表している。これから先、1人がいい」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Bさんは「人生脚本は、書き換えていないです」と答えた。

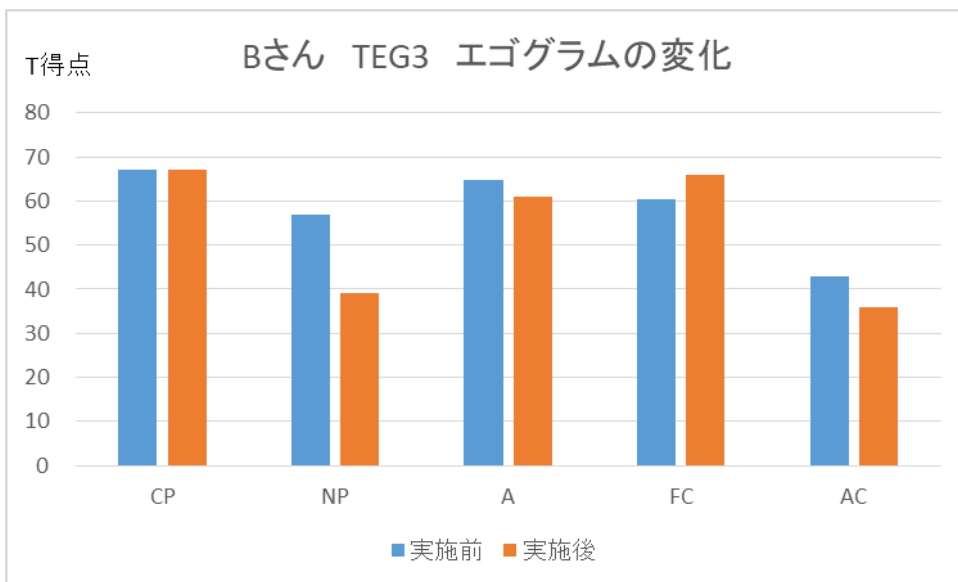
V-2-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか?」という問いに、Bさんは「生まれた時から大人になり、今に至るまでの自分に会いに行くという感じであった。改めて両親に感謝の気持ちを抱き、友人にもありがとうと言いたくなった。私が楽観的なのか、楽しい思い出しか見当たらず、私は幸せだなと思う。だいたい、毎日、幸せだと思っているからだ」と答えた。

V-2-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

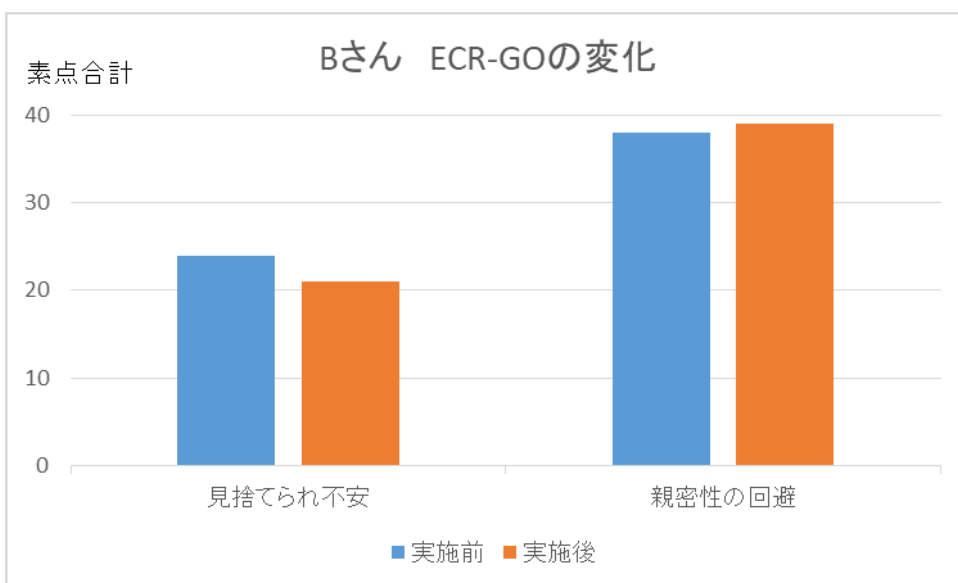
「養育的な親」(NP)は、57から39へと大幅に減少した。「順応した子ども」(AC)は43から36へと減少した(図V-2-7)。



図V-2-7 Bさん TEG3 エゴグラムの変化

(2) ECR-GO

見捨てられ不安、親密性の回避ともに、大きな変化はなかった。



図V-2-8 Bさん ECR-GOの変化

V-2-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Bさんは自分や家族について具体的に話さないが、経済的に恵まれた環境で子どもに対して愛情を示す両親に育てられたことにより、Bさんは高い自己肯定感を持ちながら育ったと思われる。小学校時代に、Bさんが友だちに怪我を負わせた時に、父親がBさんを悪いとは認めず、相手の親をたしなめるようにして帰したエピソードから、父親が自分をいつも守ってくれると確信したことがうかがえる。以上より、Bさんは父親のふるまいをモデリングし、自分の感じ方や考え方を中心に行動をしてきた。それは時として、他者への強い物言いとなったと推測する。

(2) コラージュ作成についての考察

作品2「流れ」(図V-2-2)のコラージュ作成後の気づきで、Bさんは「全く記憶にない」と答えており、「I. 本研究の目的」で仮定した脚本修正の3つのプロセスのうちのプロセス1「人生脚本を形成、強化、正当化した状況について、視覚をはじめとする五感の記憶が徐々に呼び起こされ、クライアントが当時の自我状態をありありと再体験して、幼児決断に気づく手がかりを得るプロセス」が実施できないため、一連のコラージュ作成の手法が脚本修正には有効でない可能性が推測される。

Bさんの1から5までの作品は、どれもたいへん明るく、グループシェアリングでは、自分には何の問題もなく、たいへん幸せであると説明をしてきた。作品6「ひとり」(図V-2-6)のグループシェアリング時に、筆者から「今、息子さんや娘さんも独立されて、ご主人と2人で暮らしているとのことですが、なぜ未来は1人なのか?」と質問をした。Bさんは「将来、主人が死んだ後に、自分1人でおしゃれで、すがすがしい、身軽な生活をしていたいから、このような作品を作成した」と答えた。

Bさんが自分に関するネガティブなことを話さないことや一連の作品を見て気づくことは、交流分析の勉強はしているが、ポジティブな面にしか目を向けられない傾向があるのではないかと思われ、この点について尋ねると「実際には、子育てでも苦勞があり、ご主人との関係もよいとは言えないなどの問題はある」と答えた。そこで「もしかすると、そうした問題があることをディスカントしているかもしれないですね」と尋ねると、「そうかもしれません」と答えた。

Bさんの作品5「豊か」(図V-2-5)では、家族のイラストともに、Bさんが準備したと推測されるたくさんのご馳走がところ狭しと重ね貼りされているのに対し、未来をイメージした作品6「ひとり」(図V-2-6)では、自分1人のために食べ物や飲み物が用意されており、キッチンの写真には人の気配がない。Bさんは、これまでのような家族の世話をやめることが、自分にとってより充実した未来であることをコラージュで表現したと思われる。

作品5のグループシェアリングあたりから、Bさんは少しずつ夫や子ども達のことを話題にするようになった。Bさんとのラポールが深まっていくことによって、少しずつ、客観的にご自身の人生全体を捉えることや、今以上に周囲の人たちと親密で温かい関係性を築いていくことへの積極性が出てくるのではないかと思われる。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

作品5「豊か」から作品6「ひとり」への変化は、Bさんのエゴグラムの変化では、「養育的な親」(NP)の大幅な減少、「順応した子ども」(AC)の減少として表れていると推測される(図V-2-7)。

ECR-GOでは、大きな変化はなく(図V-2-8)、Bさんが述べた通り、人生脚本の修正はなかったと考えられる。

(4) まとめ

今回のグループシェアリングでは、Bさんは自分の人生の明るい面しか見せなかった。人生脚本を修正する必要性を、今のところは感じていないと思われる。Bさんに「たいへん素晴らしい人生であったことは素晴らしいことですね」というコメントと共に「人生の様々な苦悩やご苦勞でさえも、これからのあなたの未来には生かしていけるものがたくさんあるので、また違う別の角度から、次は取り組んでみませんか?」と提案すると、「ぜひやってみたいです」との返答があった。

今回の一連のコラージュ作品の作成では、Bさんは自分の人生脚本を修正することはなかった。しかし、実際にコラージュ作品の作成を通して、自分の人生を振り返ったことや、グループシェアリングへの参加により、Bさんの心境に変化が起きた。それは、グループシェアリングの回を追うごとに、筆者との間のラポール形成が深まり、自分の気持ちを率直に話してくれるようになったことが関係している。ラポールが深まったことにより、筆者か

らの「自分の弱いところや、人生のネガティブな面に目を向けることは、決して否定的なことではなく、むしろこれからの人生をより豊かに生きる手助けにもなる」という言葉を素直に受け入れてみようという心境の変化がうかがわれた。

Bさんの場合、今回の情報だけでは1歳半から6歳までの記憶がない理由はわからない。一般的に幼少期の記憶がない理由には、様々な原因が考えられ、その一つとして、心的外傷が無意識に抑圧されている可能性があるため、思い出せない記憶を無理に思い出させようとしてはならない。それでも本人が希望する場合には、トラウマケアができる専門家の下で行うなどの慎重な対応が必要である。また一つの可能性として「子ども」(C)の除外が考えられる。イアン・スチュアートとヴァン・ジョインズ(1991)は「自分の「子ども」(C)の自我状態を除外した人は、自分自身の子供時代の記憶を締め出してしまっただろう。「あなたの子供の頃はどんな風でしたか？」と聞かれると、彼は「わかりません。僕はそれについて何も覚えていないのです」と答えるだろう。私たちは大人になってからでも、感情の表現をする時には「子ども」(C)の自我状態にすることが多い。したがって、「子ども」(C)の自我状態が除外されている人は「冷血だ」とか「頭脳だけで心がない」とみなされることが多い」¹⁴⁾と述べている。

Bさんの場合、1歳半から6歳までの記憶が全くないと述べ、人生脚本を形成、強化、正当化した状況やその内容、修正する必要性がわからないため、修正されなかったのは当然と思われる。このことから、幼少期のある時期の記憶が全くない場合は、出生時からの一連のコラージュを作成する手法は適用外であり、人生脚本を修正するにはクライアントの要望に基づき個別に適切な対応をする必要があると考える。

V-3. Cさん 50代

V-3. Cさん 50代

(以下、「事例 C」と表記する)

V-3-1. プロフィール

Cさんは50の代女性で、対人支援職の仕事をしている。

V-3-2. 生育歴

Cさんの生育歴は複雑である。Cさんは両親と妹2人の5人家族で育った。両親の折り合いは悪く、Cさんが小学校1年生のときに、両親が離婚した。母親が3人の娘を一度は引き取ったものの、一人では育てられず、Cさん姉妹は養護施設に預けられた。母親はだんだん面会に来なくなった。中学生になると、その養護施設を出る必要があり、母方の祖母の家に引き取られた。

その後、母は再婚し女兒を産んでいた。Cさんが中学2年生の時に、母親の家庭に引き取られた。母親は新しい夫に自分に3人の娘がいることを隠し、親戚の子どもを預かるとしていたが、数か月後、その嘘がばれ、再婚した夫から離婚調停に持ち込まれた。その調停の場でも自分の心証を良くするために、Cさんに虚偽の嘆願書を書かせることや、狂言自殺めいた発言などを娘たちに繰り返した。離婚した母親と4人の娘の細々とした生活が始まるが、母親が妹2人を虐待したため、妹たちはそれぞれ別の親戚の家に逃げ込んだ。Cさんは高校を卒業後、昼夜を問わず働き、家を出てアパートを借り、母親がCさんの友人の親から借りた借金を返済、三女の妹も引き取った。それ以来、母親と会っていない。

その後、結婚し、子どもを産むが、大学に行きたいという思いから、働きながら、夜間の大学に通ったため、子どもの面倒を十分に見られなかったと負い目を感じている。

Cさんは何かに駆り立てられるように対人支援職の仕事に就いたという。「相談業務で相手に対しネガティブな怒りや嫌悪を感じ、転移、逆転移関係になることも少なくはなかったことや、人生の転換期となる重要な場面で何度も体調を崩し、あと一歩というところで、無念な結果を手になるパターンがある」と振り返り、「母親に対しては、怒りと軽蔑の念があるが、3姉妹の中で最も長い時間を共に過ごしたことや、赤ん坊時代に肌と肌を触れ合わせた濃密な時間を経験し、心の奥深くには思慕の念があることも気づいた」と語った。

V-3-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「密着」



図V-3-1 密着

a. 作品の説明

Cさんは、赤ん坊のころの写真は持っていないという。新聞紙をちぎりながら、この作品を作っている間は「泣けて泣けて、仕方がなかった」そうである。

b. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか?という問いに対して、Cさんは「母親とのスキンシップは、おんぶに抱っこで十分に与えられていただろうと。また、初孫であったことで、祖母をはじめとする親族からも可愛がられた時期だったので、作成を通じて思い至りました」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「鳥かご」



図V-3-2 鳥かご

b. 作品の説明

このコラージュについてCさんは「鳥かごの中に幼稚園児の自分を表現している。両親は常に夫婦仲が悪く、父親が母親に暴力をふるうのを見て、両親の顔色を見ながら生きてきた。右の手からこぼれ落ちていくハートは自分の本当の気持ちを表している。のちに母親から聞いた話では、3歳でどこに連れていっても恥ずかしくない、おとなしくお利口な子どもであった。この頃には二人の妹が生まれ、おとなしく親の顔色をうかがうよい子だったと思われる。左の胸のポケットには、小さいハートがあり「気づいて」というサインである。足元には涙を流しているお人形さんが落ちている。実際には自分は涙を流せなかったので、代わりに人形が泣いている」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Cさんは「自分の感情や欲求を表現できなかった環境であったことを改めて思いました」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「まぼろし」



図V-3-3 まぼろし

b. 作品の説明

小学校時代は養護施設に預けられていた時期と重なる。このコラージュについてCさんは「真ん中の金色の折り紙の上に貼られているのは、仲のいい5人家族である。両親と3姉妹を中央に配置した。それを取り巻くように貼られた小さい折り紙と数字は、それぞれ1月から12月までのカレンダーを表している。これは、養護施設にいた5年間の月日の流れを表している。また、その時期の祈りも表している。そして、金色の折り紙の右下には、そのまぼろし、想像、理想、つまり、仲のいい家族を祈っている自分を表現した。施設にいた頃によく作っていた思い出がある5人分の泥団子を、その間に配置した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Cさんは「現実を受け止めきれずに、想像の中で家族を思い焦がれていた時期でした。自分を取り巻く環境に心を閉ざし、自分を守っていたのかもしれないと思いました」と答えた。

(4) 13歳から17歳まで

a. 作品名「ペルソナ」



図V-3-4 ペルソナ

b. 作品の説明

中学1年生になる時に、Cさんは養護施設から、母方の祖母の家に引き取られた。中学2年生になると、再婚した母の家に引き取られたが、義理の父は家を出ていった。その後、二人の妹への母からの虐待がひどくなり、妹2人は他の親戚の家に逃げ込んだ時期である。このコラージュについてCさんは「2つの能面を左右対称に配置し、左の能面が笑っているのに対し、右の能面は顔をしかめている。右側の能面には緑の毛糸、左側の能面には赤い毛糸を貼っている。そして、それぞれの面の周りに、様々な感情などを示す単語を貼っている」とし、「左側の能面は、対外生活、主に学校生活でのペルソナを表し、右側が、母への感情、つまり、家庭での自分のペルソナを表している。学校生活は、表面的には明るくて、楽しそうな表情をしているけれども、内面は少女らしい恋、優越感、わくわくした気持ちの中にも、引け目、反発、羞恥心、劣等感があった」と説明した。当時感じていた細

やかな感情を示す単語を貼り付けている。家庭での自分のペルソナの周りに貼り付けられている母への感情は、身勝手、無関心、嘘、虚勢心、不安、諦め、抑圧、怒り、逃避、不信など、細かな感情を表す単語が貼られている。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Cさんは「今までずっと、この時期の自分の心と向き合うことができませんでした。コラージュであったがゆえに抵抗なく、当時の自分の感情を表現できたのだと感じます」と答えた。

(5) 大人になってから

a. 作品名「無明」



図V-3-5 無明

b. 作品の説明

作品名の「無明」は知恵がないことを示す。葛飾北斎が70代で制作した作品4枚を赤い台紙にコラージュし、黒で縁取りされている。Cさんは「北斎のこの4つの作品はオランダ人から依頼されて特別に制作した作品で、洋風であり、よく知られている北斎の作風とは変わっている。真ん中の赤いシルエットの少女が自分である。大人になって、母のもとを離れ、一見、独立して自分の人生を自由に歩んでいるように感じていたが、実際には、自分を生きていない、しっくりこない、満たされていない、何かを探しているような虚無感を感じており、幸せを感じていない様子を表現し、次の作品6との対比を意識して作成した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Cさんは「成人してからは、自分の好きなように生きてきたようで、十全に生きていないという、満たされない思いがありました。自分や自分を取り巻く環境に対しても、不全感があったのだと再確認しました」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名 「Let it be」



図V-3-6 Let it be

b. 作品の説明

葛飾北斎が90歳以降に制作した版画の作品が貼り合わされている。Cさんの好きな絵ばかりを選んで、コラージュに用いた。北斎は90歳を過ぎても、100歳まで生きたいと、「百」という印を作り、どの作品にも押印した。その理由は、「まだ新明の域に達していない。あと5年生きたら、本当の画家になれる。あと5年ほしい」と北斎は晩年言っていた。Cさんは「あと5年生きたら、本当の自分になれる」と、駆り立てられていた面もあるが、「本当の自分になりたい」という気持ちで生きてきたという姿を、この作品で表現した」と語った。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Cさんは「自分らしく生きるということの難しさを改めて感じました。自分を取り巻く環境に感謝しながら、今を精一杯生きようと思いました」と答えた。

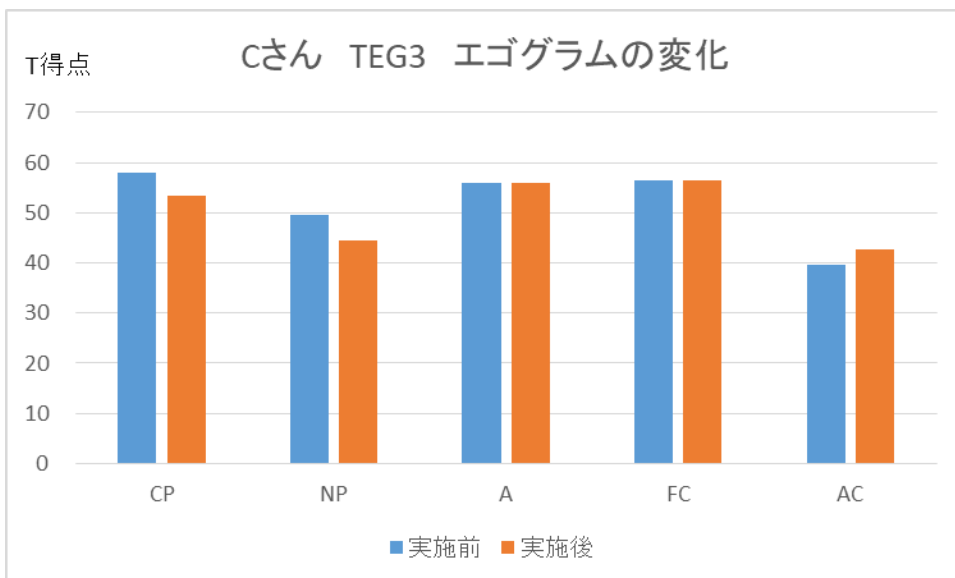
V-3-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか？」という問いに、Cさんは「自分の現実、未来は、自分が創るものだと思います。コラージュ作成を経て、自分の意志や思い描いている未来がよくわかりました。自分と向き合う豊かな時間を与えていただき、本当にありがとうございました」と答えた。

V-3-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

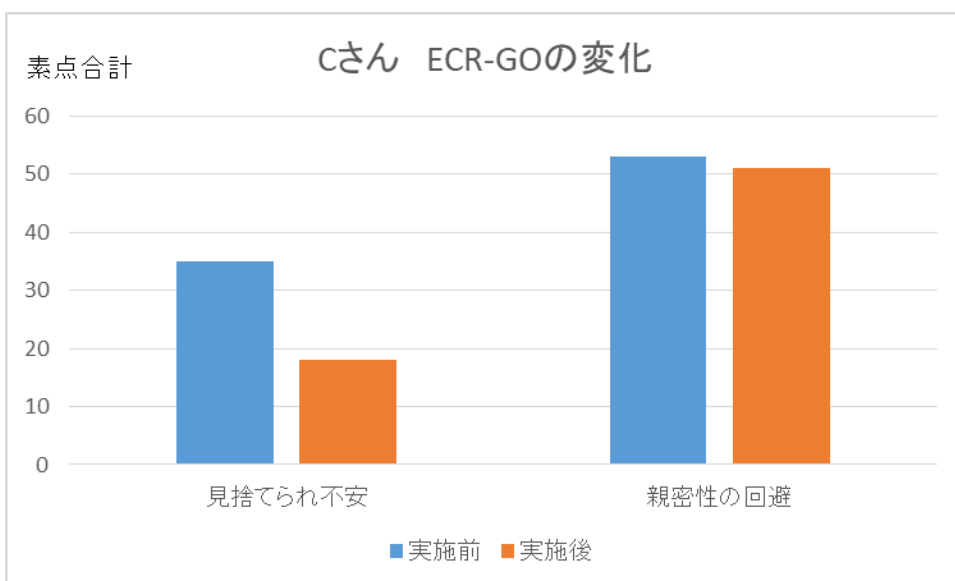
Cさんのエゴグラムは、「批判的な親」と「養育的な親」(NP)が減少し、「順応した子ども」(AC)は増加した。全体としては、大きな変化は見られなかった(図V-3-7)。



図V-3-7 Cさん TEG3 エゴグラムの変化

(2) ECR-GO

CさんのECR-GOの変化をみると、見捨てられ不安は、35から18へと大きく減少した(図V-3-8)。



図V-3-8 Cさん ECR-GOの変化

V-3-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Cさんは、自分の生育歴から、母親には強い憎しみ、憤りを感じている。一方、長女であり、妹が生まれるまでは可愛がられ慈しまれて育ったことから、母親への思慕もあり、常に葛藤が引き起こされる人生であった。幼少時から両親の折り合いが悪く、小学校1年生のときに両親が離婚し、養護施設に預けられたことから「存在するな」、「感じるな」、「考えるな」、「成功するな」、「重要であるな」、人生の転換期となる重要な場面で何度も体調を崩すことから「健康であるな」などの重い禁止令があると思われる。養護施設での体験や再婚した母との暮らしの中では「強くあれ」、「喜ばせろ」、「一生懸命にやれ」などのドライバーのメッセージを受け取ったと考えられる。

母の無責任で依存的な生き方は、Cさんにとって反面教師となり「しっかりと知恵をつけて、だれよりも責任感を持って生きていかねばならない」という決断の基となった。

「自分の考えや気持ち、存在など重要ではない。生きるためには誰かの役に立ち、誰かを助ける人間であらねばならない。そのためにはたとえ体を壊してでも、休まず、誰よりも努力し続けなければならない」という脚本が推察される。

(2) コラージュ作成についての考察

Cさんの作品1「密着」(図V-3-1)は、大きく元気な赤ん坊のコラージュである。周りに人の笑顔を模した切り抜きが配置されており、たくさんの人の関心や愛情のもとで、すくすくと育ち、愛情を一身にうけた自分を表現した作品であり、「自由な子ども」(C)の自我状態の視覚的な表現と考えられる。新聞紙をちぎりながら、この作品を作っている間は「泣けて泣けて、仕方がなかった」と語っており、作成後は、母親とのスキンシップや祖父母をはじめとする親族から可愛がられていたことに気づいた。作品名「密着」は、その気づきを言語化したものと考えられる。誕生時に自分という存在が母親や祖父母から認められ、愛されていたことへの気づきは「存在するな」、「感じるな」、「健康であるな」、「重要であるな」などの禁止令に従わなくてもよいという許可「存在してよい」、「感じてよい」、「健康でよい」、「重要であってよい」となり、人生脚本に縛られていた行動から解放されるきっかけになったと推測される。作成時に「泣けて泣けて、仕方がなかった」のは、「感じてよい」の許可とコラージュ療法のカタルシス効果のためと考えられる。

作品2「鳥かご」(図V-3-2)で、Cさんは鳥かごの中の園児の自分を描き「両親は常に夫婦仲が悪く、父親が母親に暴力をふるうのを見て、両親の顔色を見ながら生きてきた」と説明し、作成後の気づきで「自分の感情や欲求を表現できなかった環境であったことを改めて思いました」と述べており、「順応した子ども」(AC)の自我状態の視覚的な表現と考えられる。鳥かごの中に自分がいるのは禁止令「重要であるな」を、「実際には自分は涙を流せなかったので、代わりに人形が泣いている」のは「感じるな」の禁止令を受け取ったことの視覚的な表現であり、人生脚本の形成が始まったことを示唆すると思われる。

作品3「まぼろし」(図V-3-3)では、中央の金色の折り紙の上に仲よしの5人家族の黒いシルエットが貼り付けられ、両親と別れて養護施設で暮らしながらも、家族と一緒に幸せに暮らしたい切望と、「まぼろし」として諦めざるをえない現実とのギャップや、虚しく流れ過ぎた年月が表現されている。この作品を作成しながら、Cさんは当時体験したままの自我状態をほとんど風化させずに強烈に再体験したと思われる。小学生時代は「存在するな」、「感じるな」、「考えるな」、「成功するな」、「重要であるな」の重い禁止令を受け取り、人生脚本の強化、正当化が進んだ時期と考えられる。

作品4「ペルソナ」(図V-3-4)では、2つの能面の周囲に様々な細やかな感情を表す単語を配置することにより、思春期の複雑でアンビバレントな感情を視覚的に表現した。Cさんが「今までずっと、この時期の自分の心と向き合うことができませんでした」と説明しているように、言葉だけでこのような複雑な気持ちを頭の中で考えることは、かなり難しいと考えられる。コラージュという視覚化の技法を用いて、はじめて複雑な心情を自分でも理解できるようになったともいえるであろう。

作品5「無明」(図V-3-5)と作品6「Let it be」(図V-3-6)は連作となっている。作品5「無明」で、Cさんは「一見、独立して自分の人生を自由に歩んでいるように感じていたが、実際には、自分を生きていない、しっくりこない、満たされていない、何かを探しているような虚無感を感じており、幸せを感じていない様子を表現」と説明し、葛飾北斎による洋風の作品をコラージュし、自分らしく生きてこなかったことを暗示的に表現したと考えられる。また作品6「Let it be」で「あと5年生きたら、本当の自分になれる」と、駆り立てられていた面もあるが「本当の自分になりたい」という気持ちで生きてきたという姿を、この作品で表現した」と説明し「強くあれ」、「喜ばせろ」、「一生懸命にやれ」などのドライバーの悪影響に言及している。コラージュ作成後の気づきでは、「自分らしく生きるということの難しさを改めて感じました」と述べており、「存在するな」とはじめてする複数の重い禁止令に許可を出し、ドライバーを解除するためには時間が必要なため、Cさんがまだ脚本の修正の途上であることを示していると思われる。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

TEG3では、大きな変化はなく、コラージュの作成の影響がエゴグラムの変化として現れるのは、まだこれからと推測される(図V-3-7)。ただし、作品6「Let it be」の作品名が示す通り、Cさんがドライバーに駆り立てられずに、ありのままに生きるという再決断を行い、コラージュ作成前の自分もまずありのままに受け入れているのであれば、TEG3に大きな変化がないことは、むしろ再決断が上手くいっていることを示すものとなる。

ECR-GOでは、見捨てられ不安が大幅に減少した(図V-3-8)。その要因は作品1「密着」(図V-3-1)の作成による気づきが「存在してよい」「感じてよい」「健康でよい」「重要であってよい」という許可となり、自己肯定感が高まったためと推測される。

(4) まとめ

Cさんが作成した6つのコラージュ作品から強く思うことは、視覚化された各作品のインパクトの強烈さである。主に言葉を媒介とする心理カウンセリングでも、話の内容と話しているときの声のトーン、顔の表情や身振りなどの非言語のメッセージから、当時のクライアントの感情や感覚を推し量ることはできる。それにコラージュ作品が加わると、より深くクライアントの心情を推察できる。それはクライアント自身が、かつての自分の自我状態を再体験し、コラージュを作成したからではないかと考える。

Cさんの作品1「密着」(図V-3-1)には「子ども」(C)の混乱や葛藤が見られず、作品2「鳥かご」(図V-3-2)、作品3「まぼろし」(図V-3-3)では複数の重い禁止令を受けた葛藤が表現されていることから、第二度のインパスがあったと考えられる。Cさんのエゴグラムには大きな変化は見られなかったが、自己肯定感は高まり、今回のコラージュ作成の影響では「自分の現実、未来は、自分が創るものだと思います。コラージュ作成を経て、自分の意志や思い描いている未来がよくわかりました」と述べている。これらから、事例Cでは、出生時から一連のコラージュ作品を作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。

V-4. Dさん 50代

V-4. Dさん 50代

(以下、「事例D」と表記する)

V-4-1. プロフィール

Dさんは50代の女性で、職業は会社員である。

V-4-2. 生育歴

Dさんは音楽関係者である父親と年が少し離れた母親の間に、一人娘として生まれ、育てられた。父親は長期出張が多くほとんど家におらず、母親はDさんが小学校3年生の頃から、家を空けることが多くなり、3～4か月に1回、何の前触れもなく帰ってくることを繰り返していた。完全な育児放棄であり、小・中・高校生の時代、父親が出張から戻っているとき以外は、Dさんはほとんど1人で暮らしていた。

Dさんは「小学校時代は、父の行きつけの隣のスナックで夕食をとるように言われ、場にふさわしくない小学生の女の子に大人たちは優しい言葉をかけてくれたが、その裏には好奇心と憐れみがあったように感じた。この体験が「人は信用できず、裏切るものである」という信念の元になったかもしれない。小学校の高学年の時には、他所で恋人と同棲をしていた母がふらっと帰宅し、妊娠したと言った。以前から兄弟が欲しかったので喜んだが、今、振り返ると、別の男性の子どもを妊娠した母親が夫や子どもに臆面もなく、その事実を伝えたことに対して強い憤りを感じている。中学生くらいになると、たまに帰ってくる母親に対しては反抗的な態度を示すようになり、高校生からは友達とお酒を飲み歩くなどの非行行動も出て来た。表面的には明るく、楽しい自分を演出してきたが、心の底では「誰かを傷つけたい」という暗い気持ちが潜んでいた。父親に対してはものすごく愛情を感じているが、母親に対しては、憎しみ、怒りを感じている。母親は他所で恋人と同棲をしていたが、父親は私のために離婚しないといっていた。しかし、私が20歳になったときに、父親を説得して、離婚させた経緯がある」と語った。その後、20歳でDさんは結婚し、同じ年に子どもを産んだ。しかし「数年で離婚し、父親の家に戻り、父親に依存をして生活をしていた」と話した。

V-4-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「世界の中心」



図V-4-1 世界の中心

b. 作品の説明

真ん中に時計のフレームがあり、その中には、西洋人の父と母、子どもがコラージュされている。Dさんは「当時の写真を見て、家庭が円満だったことがわかった。その時代の自分と両親を表した」と語った。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Dさんは、「当時は、間違いなく自分は世界(両親)の中心にいて、満たされていたという感覚があり、また、またそれを信じられた。画用紙に空白があっても、全く気にならなかった」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「お姉ちゃん」



図V-4-2 お姉ちゃん

b. 作品の説明

Dさんは「母は、たいへん見栄っ張り、私に他人よりもいいもの、目立つことを求め、近くの幼稚園ではなく、子どもの足だと1時間近くかかる遠方のミッション系の幼稚園に入れ、1人で通園させた。しかし、母親の姉の娘、つまりいとこを預かったときに1回か、2回だけ、その3歳年下のいとこをベビーカーに乗せて、母が幼稚園まで送ってくれたことがあった。そのことがとても強く記憶に残っており、それをイメージしてこのコラージュを作成した。当時、妹が欲しかったので、その子が来たことがすごく嬉しかった」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Dさんは「画用紙のすき間をすべて埋めなくては、という気持ちが起こり、切り抜きを何枚も重ねて覆い隠すかのように白い部分を埋めていた。4年半の中で、たった1日だった日が、こんなにも自分の心に深く刻まれていたことに驚いた」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「無」



図V-4-3 無

b. 作品の説明

グレーの台紙に、しわを寄せたサランラップをコラーージュした作品である。Dさんは、これを「すべてが凍りついた時間」を表現し「すべてが凍りついているが、まだ、その中に危険な思想を隠し持つようになる前を表現した」と説明した。Dさんにとって、小学生時代は、生育歴でも述べたように、父親は仕事で忙しく、また、母親は小学校3年生から恋人と同棲し、数か月も家を空けていたため、Dさんはほぼ1人で生活をしていた。父親が家の隣にあったスナックのママにお願いし「晩御飯はそこで食べるように」と言われていた。Dさんは「学校では給食を食べ、夜は隣のスナックで、おにぎりやお茶漬けなどをスナックのママやカウンター席のお客さんと離れ、ボックス席に座り1人でボソボソと食べていた記憶がある。その印象は大変強く、のちに私が人を信用しないようになった原因

の1つはここにあるのではないか。スナックのママもお客さんも、小さい子どもにやさしくは接してくれた。同時に大人が自分に対する表面的に見せる優しさや優しい言葉とは裏腹に、好奇心な目や、哀れみのような目を感じた。そこから「大人というのは表と裏と中身は違うものだ。裏表があるものだ。決して人を心から信じてはいけない」という幼児決断をしたのではないだろうか」と語った。

c. コラーージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Dさんは「空気の流れすら感じられないような全くの無の世界の中に自分がいて、動くものは何もないイメージ。本来、温かく守られているはずの家庭は、私にとって、冷たく無機質なものだったようだ。脚本の下書きができた頃か」と答えた。

(4) 13歳から17歳まで

a. 作品名「ハーフハーフ」



図V-4-4 ハーフハーフ

b. 作品の説明

この作品は、タイトルの通り、右上から左下への対角線によって、半分ずつに分割されている。作品の左上半分は黒が基調、右下部分は白が基調の台紙の上に、それぞれさくらの花が幻想的にコラージュされている。Dさんは「中学でも高校でも、私には友達がたくさんいて、親しみやすく、人付き合いのいい少女として振る舞い、表向きは何の問題もなく、明るくて楽しい女子学生であった」と説明した。しかし、それとは裏腹に、いつも心の中に「誰かを傷つけたい、誰かを殺してみたい、誰かを刺してみたい」というような、たいへん暗い願望を、胸の中に秘めていた」と告白した。実際に「いつも制服の胸ポケットには、小さなナイフを隠し持っていたのを覚えている」と語った。そのナイフを誰かに向けて使うことはなかったが、いつもそのような願望の中で、彼女は暮らしていたという。

中学・高校時代、Dさんの両親は、ほぼ不在であった。父親は長期出張のため、母親は恋人と同棲して家に帰って来ず、彼女は放任、育児放棄、ネグレクトされ続けていたようである。それでも、Dさ

んは「父親が大好きだった。高校時代から、友達と渋谷の街で朝まで飲み歩くことを繰り返す、今の言葉で言えば、“Party People”であったが、それを知っても父親は、たいへん甘く、自分の娘だから仕方がないと黙認を続けていた」という。この当時から、Dさんは振り返り、「世の中、楽勝だな。上辺だけ綺麗に取り繕ってれば、いくらでも人間っていうのはコントロールできる」と感じていたと語った。また「この時代に自分は生きる術を身につけた」とも話した。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Dさんは「脚本が固まってきた時代だったと思う。本心を見せず、裏と表の顔で、上辺だけとりつくろ生活をしてきた。欲しいものは、いつも遠くにあって、決して手に入らない。散る桜のように、どうせ全てなくなるのだから、今だけ、上辺だけ咲かせてあげたい、という気持ちでいたと思う」と答えた。

(5) 大人になってから

a. 作品名「世界は私のために」



図V-4-5 世界は私のために

b. 作品の説明

この作品では、中央にミューシャのアンニュイに椅子に腰掛けているこの女性の像が貼られ、その周りには、パーティのように飲食を楽しむ若者たちとお酒、食べ物などの写真が、コラージュされている。Dさんは「この中央の物憂げな女性が私を表している。大人になってから私は“Party People”でその時、楽しければ、明日のことなど、どうでもよかった。この時代は、父親が自分を溺愛して、自分の尻拭いを常にしてくれていたが、たしなめられたり、叱られた経験が全くない」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Dさんは「人を信じず、冷めた目で一步引いて世の中を見ているが、表面上は愛や喜び、信頼を装って楽し気にしていた。そのむなしさが、更に不信感を強めていたのかも。本当は誰も私を裏切ったりしていないのに、勝手にそう思える状況を作って「人は信じられない」と嘆いていた」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名「ムービングオン」



図V-4-6 ムービングオン

b. 作品の説明

白い台紙の右上の1点から、周辺に向かって、複数の明るい色の直線ラインが放射上に伸びている様子が表現されている。左下には、青空を背景に笑顔が輝く女性の写真がコラージュされている。Dさんによれば、この女性は未来の自分であり、夢を実現するために動いていく様子を表わしたという。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Dさんは「自分の見方、受け取り方が変わると、世界が変わること、はるか遠くにあった手に入れたいものは、もうとっくに手の中にあると気づくことができるようになる。気の持ち様で、世界はキラキラと輝いて見える。前向きな気持ちがあれば、例え問題が発生しても解決のための道をいくらでも見つけられるだろう」と答えた。

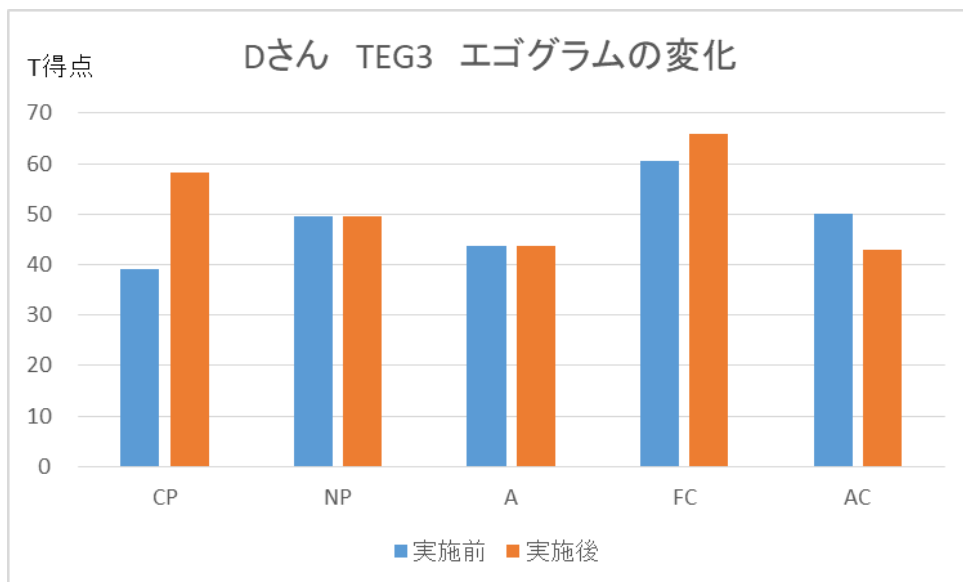
V-4-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか？」という問いに、Dさんは、「これまでの自分は、他人に過度な期待をし、それが叶わないと裏切られた、人は信じられない、と思いついでいた。人は自分とは違う、ということ、真に理解できた気がする、周囲の人や娘への接し方、気の持ち方が変わったと思う。無駄なゲームやイライラはもう私には必要ないのだと気づくことができた。ありがとうございました」と答えた。

V-4-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

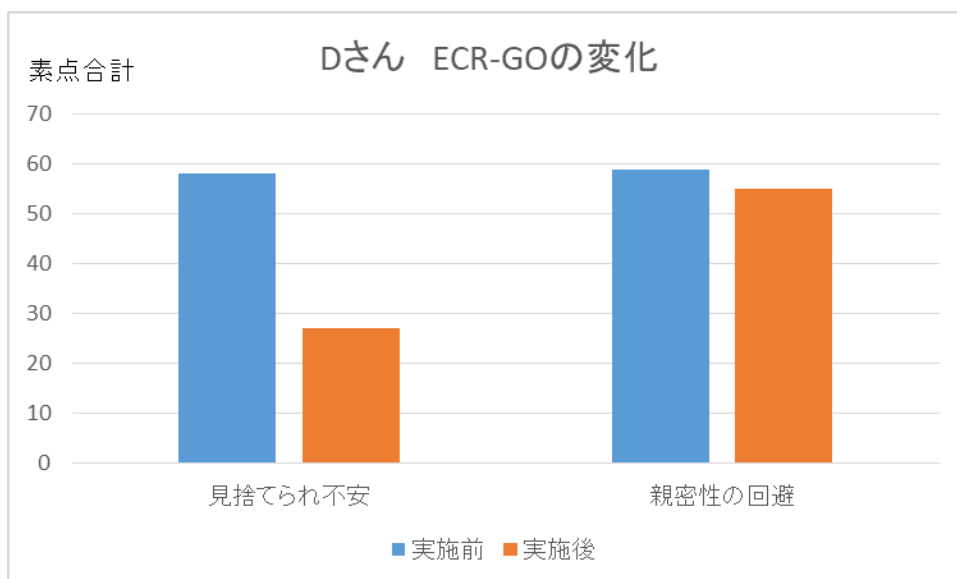
Dさんのエゴグラムの変化をみると、「批判的な親」(CP)は39から58へと大幅に増加し、「順応した子ども」(AC)は50から43へと減少した(図V-4-7)。



図V-4-7 Dさん エゴグラムの変化

(2) ECR-GO

DさんのECR-GOの変化をみると、見捨てられ不安は、38から28へと大幅に減少、親密性の回避は、70から60へと減少した(図V-4-8)



図V-4-8 Dさん ECR-GO の変化

V-4-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Dさんは、子ども時代に育児放棄をうけたことから「存在するな」、「信用するな」、「感じるな」、「考えるな」などの重い禁止令を受けたと考えられる。さらに、父親が何でも尻拭いをしてくれたことは「成長するな」の禁止令となった。ドライバーとしては、たまに帰宅する父親からの愛情を得るためや、1人では生きていけない子供が他の大人たちの関心を得るために「喜ばせろ」があったと思われる。

父親はDさんを溺愛していたが、幼いDさんを何週間も1人で留守番させたこと、しつけや大切な社会規範を一切教えなかったことから、社交性と共に無責任さをモデリングした。

夫に依存し、育児放棄した上に平気で人を傷つける言動をし続けた母親から、欲しいものは、甘えたり、依存したりして手に入れることをモデリングした。

Dさんの脚本の内容は「人は信用ならないもの。女はかわいく明るく、ほんの少しバカであれば、男にも好かれるし、人は自分を好きになってくれる。自分の頭では考えないように、お酒やパーティに溺れ、楽しいことだけを求めて、その場、その場を生きて行こう。母親は娘を心から愛することはない。人は必ず裏切るものであるから」といったことが推察される。

(2) コラージュ作成についての考察

作品1「世界の中心」(図V-4-1)は、Dさんの左右に両親が寄り添う構図であり、作成後の気づきでDさんは「当時は、間違いなく自分は世界(両親)の中心にいて、満たされていたという感覚があり、また、またそれを信じられた。画用紙に空白があっても全く気にならなかった」と答え、このコラージュを作成して、両親の中心で「満たされた感覚」があり「信じられる」ため「空白が気にならない」という自我状態を再体験したと推測され、作品名「世界の中心」はその気づきと感覚を言語化したものと推測される。Dさんは「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験し、生まれてから1歳半までの間は両親から愛されていた記憶を思い出し、その後受け取った「存在するな」、「信用するな」、「感じるな」、「考えるな」、「成長するな」の禁止令に従う必要はないという許可を自分に出したと考えられる。

作品2「お姉ちゃん」(図V-4-2)は、Dさんが1時間近くかかる遠方のミッション系の幼稚園に毎日1人で通園しているのに、預かった3歳年下のいとはベビーカーに

乗って母親が幼稚園まで送ったというとても強く記憶に残っている場面のコラージュである。幼稚園児の D さんの心境は、妹代わりができ珍しく母親が送ってくれた嬉しきといとこが母親から特別扱いされていることへの妬みが葛藤したと推測される。コラージュの中央に D さんといとこ、ベビーカー、手前から上部奥の教会へとまっすぐ続く道が遠近法で描かれ、上部の右端と左端には分断されたハート型のフラワーアレンジメント、下部の右端と左端には分断された満開の桜、右下の角には細かくちぎられた文章が貼り付けられ、愛情や華やかな喜びが引き裂かれた様子が表現されている。コラージュ作成後の気づきで、D さんは「4年半の中で、たった1日だった日が、こんなにも自分の心に深く刻まれていたことに驚いた」と当時の幼い心が深く傷ついた大きな衝撃を語り、いとこよりも自分は母親から愛されていないという満たされない欲求が原因で「画用紙のすき間をすべて埋めなくては、という気持ちが起こり、切り抜きを何枚も重ねて覆い隠すかのように白い部分を埋めていた」と考えられる。

作品3「無」(図V-4-3)は、サランラップというレディメイドの素材を用いたコラージュ技法の作品であり、D さんの人生の大問題である空白そのものを表す。両親から育児放棄を受けた小学生の心情は、言葉にならないものであろう。このコラージュは、言葉も感情も時間も何もない凍りついた心情を見事に表現している。「何もない状態」とか「凍りついた時間」と言葉で表現するよりも、コラージュで視覚的に表現する方が、当時の心境をより深くより明確に感じ取れる可能性が高まると考える。この作品を作成したとき、D さんは当時の自我状態を、強烈に再体験したであろう。その自我状態が、今も体験する様々な自我状態のうち、どのような状況で引き起こされる自我状態に近いのかに気づいたならば、自分の脚本の起源について、頭で考えるだけではなく、身体全体で感じ取ることになる。作品3「無」の作成後の気づきとして、D さんは「空気の流れすら感じられないような全くの無の世界」と言語化することで、コラージュ作品で表現した言葉のない世界を、「感じるな」をはじめとする「存在するな」、「信用するな」、「考えるな」という禁止令を受け取った体験として意識化し、「脚本の下書きができた頃か」と、自らの脚本の起源への認識を示している。コラージュの作成により、無意識のイメージが言語化されて意識に伝達され、その認識がきっかけとなって、クライアントが脚本修正の手がかりを得ていくプロセスが、分かりやすく表れた事例である。

作品4「ハーフハーフ」(図V-4-4)の作成後の気づきでも、D さんは「脚本が固まってきた時代だったと思う。本心を見せず、裏と表の顔で、上辺だけとりつくろ生活をしていた」と自らの脚本を強化・正当化してきたプロセスに対する認識を示し、裏と表の顔という二面性という思春期の葛藤をこの作品で表現したと考えられる。

作品5「世界は私のために」(図V-4-5)で説明したように、Dさんは大人になってからも、「父親が自分を溺愛して、自分の尻拭いを常にしてくれていた」と語った。これらから、Dさんには「自分の人生は、何も問題はない」というような問題の値引き、ディスカウントが起きていたと推察される。その気持ちが、タイトルの「世界は私のために」というタイトルにも表れていると考えられる。

作品6「ムービングオン」(図V-4-6)作成後の気づきで、Dさんは「自分の見方、受け取り方が変わると、世界が変わるということ、はるか遠くにあった手に入れたいものは、もうとっくに手の中にあると気づくことができるようになる」と答えた。Dさんが求めていたのは「満たされた感覚」であり「信じられる」人間関係であった。前述のように作品1「世界の中心」で、忘れていた「自由な子ども」(FC)を再体験したことにより「はるか遠くにあった手に入れたいものは、もうとっくに手の中にある」ことに気づいたと推察される。作品2「お姉ちゃん」(図V-4-2)と作品5「世界は私のために」(図V-4-6)では満たされない欲求を埋め尽くすように写真やイメージが貼り付けられているのに対し、作品6「ムービングオン」には余白が多く、「満たされた感覚」の自我状態が反映されていると考えられる。また「前向きな気持ちがあれば、例え問題が発生しても解決のための道をいくらかでも見つけられるだろう」と述べ、この作品には、夢の実現のために未来へと向かう道筋には色とりどりの複数の選択肢があると暗示するように右上に収束する複数のカラフルなラインがコラージュされている。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

TEG3で「批判的な親」(CP)が高まった理由は、小学生時代以降、両親から育児放棄と放任を受けており、生きていくための規律を学ぶ機会がなかったが、今回の一連のコラージュ作成を通じて、生きていくためには自分を律していく必要があるという気づきがあったためと推測される。作品1「世界の中心」で忘れていた「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験し、「自由な子ども」(FC)が上昇したと考えられる。作品4「ハーフハーフ」で表現されたような、上辺だけとりつくろえばよいとする「順応した子ども」(AC)が減少した(図V-4-7)。

ECR-GOで、見捨てられ不安が大幅に減少した要因は、作品1「世界の中心」作成後の気づきで答えたように「満たされた感覚」の再体験が「存在するな」、「信用するな」、「感じるな」、「考えるな」の禁止令の解除を促し、自己肯定感が高まったためと推測される(図V-4-8)。

(4) まとめ

Dさんの作品1「世界の中心」(図V-4-1)には、「子ども」(C)の混乱や葛藤が見られず、作品2「お姉ちゃん」(図V-4-2)では深い葛藤が表現され、作品3「無」(図V-4-3)では複数の重い禁止令を受けた葛藤が表現されていることから、第二度のインパルスがあったと考えられる。Cさんと同様に、作品1の作成により、気づきの外にあった1歳半までの間に感じていた「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験することにより、1歳半以降に受け取った禁止令の解除が行われた。

コラージュ作品を見ると、作品3「無」(図V-4-3)で表現された「空気の流れすら感じられないような全くの無の世界」は、作品6「ムービングオン」(図V-4-6)で表現された「夢を実現するために動いていく」自分のイメージへと大きな変容を遂げた。今回のコラージュ作成の影響では「人は自分とは違う、ということを、真に理解できた気がする」ので、周囲の人や娘への接し方、気の持ち方が変わったと思う。無駄なゲームやイライラはもう私には必要ないのだと気づくことができた」と述べている。

Dさんのエゴグラムは、「批判する親」(CP)の増加により自分を律しながらも、「自由な子ども」(FC)の増加により葛藤なくありのままに感じられる状態へと変化し(図V-4-7)、ECR-GOの変化から自己肯定感は大幅に高まったと考えられる(図V-4-8)。これらから、事例Dでは、出生時から一連のコラージュ作品を作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。

V-5. Eさん 50代

V-5. Eさん 50代

(以下、「事例 E」と表記する)

V-5-1. プロフィール

Eさんは50代の女性で、職業は医療従事者である。

V-5-2. 生育歴

Eさんの生まれた家は、閉塞的な村の中にあった。家族構成は、口うるさい祖父母、頑固な父親、働き者の母親、変わり者の姉、彼女、彼女の下に重い障害を持った妹、の7人家族であった。Eさんは「家の中では、常に祖父母がいがみ合い、祖母と母親がいがみ合い、父親と母親がいがみ合い、父親と姉がいがみ合い、いつも怒鳴り声や激しい罵倒の声の中で、押し入れに入り、布団をかぶって、何も聞こえないようにおとなしくしていた」と語った。

子ども時代のEさんは、忙しい母親に代わり、重い障害を持つ妹の世話をするため、自由に遊んだり、親に甘えたりすることは許されなかった。Eさんは当時を振り返り「母は朝から晩まで働き続け、舅姑、夫、変わり者の長女との関わりで疲れ果て、時々1人で車に乗り、泣いていた。「お母さんがどこかに行ってしまうのではないか」といつも不安だったから、できるだけお母さんのそばにいて、お手伝いをしていた」と話した。母親がある時ふと漏らした「あんただけは、私のそばにいてちょうだい」という言葉が、ずっと胸にあったという。そのため、Eさんは能力が高い人であったが、高校卒業後も、その村にとどまり、結局その村の中で結婚し、今もそこで子育てをしている。

Eさんは常に人から見られ、色んな噂話を取り巻く狭い世界の中で生きることをよしとしながらも、大変不自由で窮屈な思いをして暮らしている。結婚した夫も人間関係などをうまくこなせるタイプではなく、3人の子ども達のさまざまな問題に対応しなければならないのはEさんであった。Eさんは大人になった今でも、実家の母親や姉のグチの聞き役であり、3人の子育てに悩み、苦悩している。

V-5-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「響く命」



図V-5-1 響く命

b. 作品の説明

真ん中に一本の木があり、たくさんの赤ん坊の写真が植物からまるで芽を出して、花となり、実となっているように、貼り付けられた作品である。Eさんは「大地からたくさんの植物が発生して、生まれ出ていくたくさんの命、その中の1つである自分というものを表した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか?という問いに対して、Eさんは「赤ちゃんの時の写真をみる限り、無邪気に笑い、皆に愛されていたんだと感じた」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「森の掟」



図V-5-2 森の掟

b. 作品の説明

この作品の右側には、岡本太郎作の大阪万博の太陽の塔が貼り付けられている。Eさんは「太陽の塔のバッグにあるのは、作品1の草木がつるのようになり、流れてくるのを表現した。左側に向かって伸びていく植物の蔓についているたくさんのトゲこそが、自分が受け取ったたくさんの禁止令を表している。今回の作品は、この植物という1つのモチーフを用いて連作のように表現し、時間の流れも表した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか?」という問いに対して、Eさんは「私には、いくつもの禁止令があり、その禁止令に操られ、歩んできたんだなと気づきました」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「幸せの青い鳥を探して」



図V-5-3 幸せの青い鳥を探して

b. 作品の説明

Eさんは「この作品は前作からの連作で、全て植物がモチーフであり、作品2で左から右に伸びた蔓の先がこの作品の中央部で渦を巻いて、真ん中の小さな扉へと向かって流れていく(図V-5-4)。いろいろな植物を三角形に切り取ることで、渦の中に巻き込まれていっている自分を表現した。小学生の時期には「何で自分はここにいるんだろう?」「なぜ人と自分は違うんだろう?」というような思いもあった。左側には鳥かごと、青い鳥を模した人をコラージュした。その人が鳥かごの中において、幸せの青い鳥を追い求め続けている自分を表現した。右上には、ドガの絵でバレリーナ、そして右下の方には狂ったようにバイオリンを弾いている男性の絵を貼った。

これにより、自分が踊らされて生かされていることを表わした。作品の下側には、青い鳥の羽根をコラージュした。小学校時代は、常に家の中で、自分の要求を言うこともなく常に耐えて、友達と遊ぶこともなく、常に重い障害のある妹の面倒を見させられたり、家のお手伝いをさせられていた自分の姿を表した作品である」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか?」という問いに対して、Eさんは「色々、周りに気を使い、何かを恐れていた感じがしました」と答えた。



図V-5-4 「青い鳥を探して」中央部の拡大

(4) 13歳から17歳まで

a. 作品名「螺旋階段」



図V-5-5 螺旋階段

b. 作品の説明

Eさんは「これも連作で、同じモチーフの植物、蔓、その中を渦を巻くように螺旋階段が下へと下がっていくのを表現した。三角形に切り取ったたくさんの植物や花は、ジャングルを表している。ある程度大きくなって、中学・高校という社会に出ると、世界がまるでジャングルのように感じられた。そのジャングルの中に迷い込んだ。その中も、また螺旋階段になっていて、どんどんどんどんその螺旋階段の渦の中に巻き込まれていく自分を表現した。高校時代からは越境通学がはじまり、少し大きな街に出た。周りの華やかで美しく綺麗な環境。でも、その中にあるドクドクしさにも、恐れおののいている自分。知らない人、知らないことばかりの中で、また翻

弄されている自分。どんどん螺旋階段の下の方へと下っていき、巻き込まれているような自分。そういう自分を表現した作品だ。この作品の真ん中にも螺旋階段がある(図V-5-6)。作品3と同様に渦の中にグーッと巻き込まれていくような小・中・高校時代を表現している」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか?」という問いに対して、Eさんは「私はずっと「生きる意味」とか「存在する意味」「幸せとは」を、知りたいとずっと追い求め、出口のない迷宮に迷い込んで苦しんでいたのだと思います」と答えた。



図 V-5-6 「螺旋階段」の中央部の拡大

(5) 大人になってから

a. 作品名「魔法のランプ」



図V-5-7 魔法のランプ

b. 作品の説明

Eさんは「この作品の中央では、一連の作品のモチーフとなっている植物が、魔法のランプからフワッと流れ出ている。背景の紺色の台紙の上に蝶々の羽の形をコラージュした。その蝶の羽右側の右下の方には、幸せの青い鳥の羽。まだ見つかっていない、でも、もしかすると、すぐそこにある感じ。蝶々とそのランプから吹き出た植物を取り囲むように張った三角形に切り取られた暗めの植物達は、小さい頃から体験したことのコラージュである。大人になって、新しい世界というものが広

がっていき、ランプから出ているものは、希望に満ちあふれた植物であり、新しいものが、これから変わっていくんだよ、という象徴だ」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Eさんは「自分を取り巻く環境は、選ぶことはできないが、いろいろな経験があったからこそ、その後の人生が豊かになるのだと思いました」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名「栄冠は君に輝く」



図V-5-8 栄冠は君に輝く

b. 作品の説明

Eさんは「作品のタイトルの「栄冠は君に輝く」は、私が好きな高校野球選手権のテーマ曲のタイトルからとった。作品の真ん中には、探し求めていた幸せの青い鳥を表現した。自分の人生、自分の未来に向けて生きる意味を感じ、幸せを味わっている自分を表現した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Eさんは「自分の人生、自分の未来に向けて、生きる意味を感じ、幸せを味わう」と答えた。

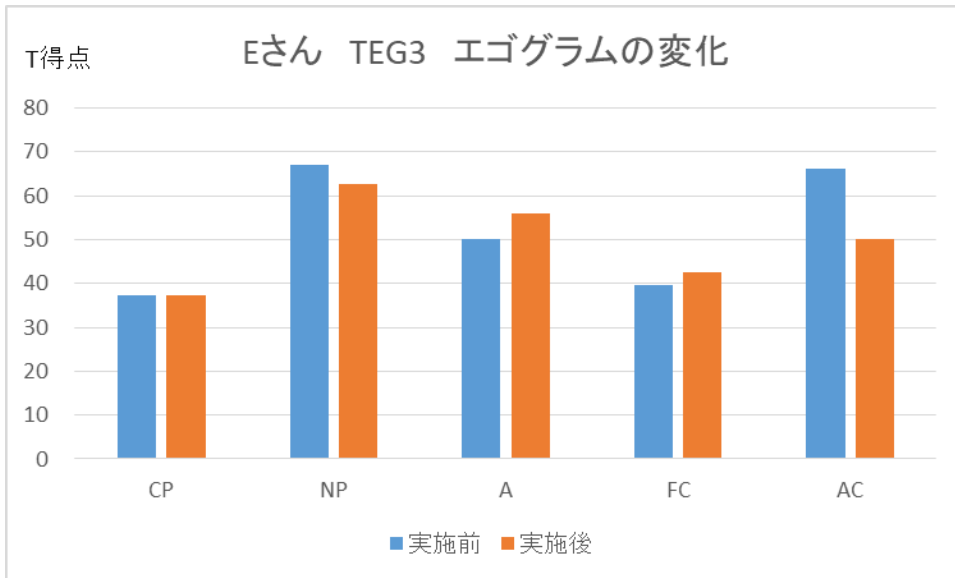
V-5-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか？」という問いに、Eさんは「追い求めていた幸せは、もうすでにあり、自分の捉え方しだいであったことに気づいた」と答えた。

V-5-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

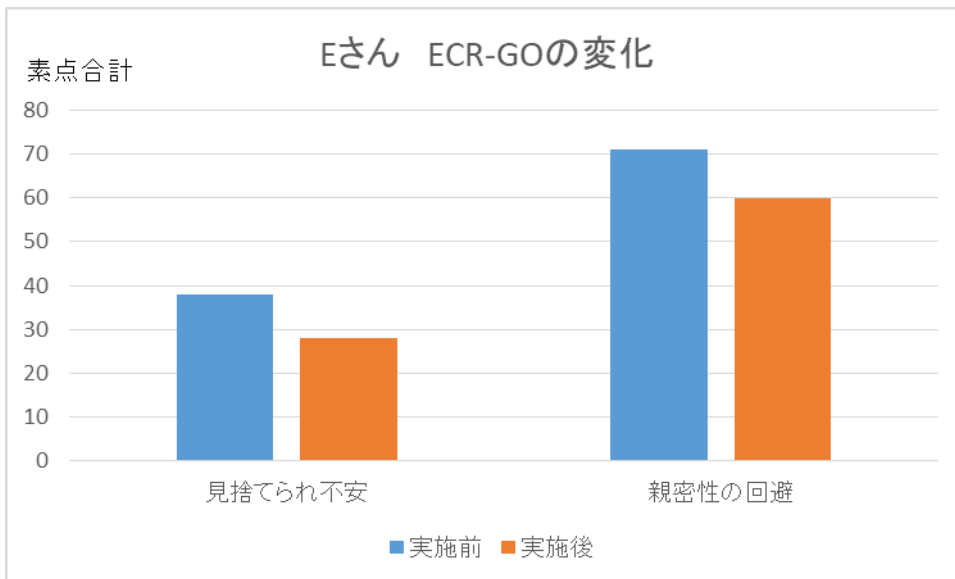
Eさんのエゴグラムの変化をみると、「順応した子ども」(AC)が、66から50へと大幅に減少した。「成人」(A)は50から56に増加した。(図V-5-9)



図V-5-9 Eさん エゴグラムの変化

(2) ECR-GO

EさんのECR-GOの変化をみると、見捨てられ不安は38から28へ、親密性の回避は71から60へといずれも減少した(図V-5-10)。



図V-5-10 Eさん ECR-GOの変化

V-5-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Eさんは、祖父母や両親、姉がいがみ合い、いつも怒鳴り声や激しい罵倒の声の中で育ったため、「存在するな」、「重要であるな」、「子供であるな」、「感じるな」、「考えるな」、「～するな」、「成長するな」、「(この村以外に) 所属するな」などたくさんの禁止令を受け取っていたと考えられる。

大変わがままな姉、そして重度な障害を持った妹の間で、常に母親が朝から晩まで働き、苦勞している姿を見て、お母さんがどこかに行っちゃうのではないかといつも不安な思いを抱えていた。そのため、おとなしい性格のEさんはお母さんがどこにも行かないように、常にお母さんのそばにいて、できるだけ手伝おうと気遣っていた。そのことから、「喜ばせる」、「一生懸命にやれ」というようなドライバーのメッセージも受け取ったと考えられる。

常に家族のために自分を犠牲にして生きて来た母親の姿は、そのままEさんの生きるモデルとなった。「広い世の中は危険がいっぱいである。だから、この狭い窮屈な場所で、自分のニーズや能力などを活かそうなどとは考えず、ただ、ただ家族のために生きていこう」という脚本が見える。

(2) コラージュ作成についての考察

Eさんは作品1「響く命」(図V-5-1)で、「大地からたくさんの植物が発生して、生まれ出ていくたくさんの命、その中の1つである自分というものを表した」と説明し、作成後の気づきで「赤ちゃんの時の写真をみる限り、無邪気に笑い、皆に愛されていたんだと感じた」と答え、このコラージュの作成時に自分が赤ちゃんの時の写真を見たことがきっかけとなり「無邪気に笑い、皆に愛されていた」という「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験したと推測され、その後に受け取った「存在するな」、「重要であるな」、「子供であるな」、「感じるな」、「考えるな」、「～するな」、「成長するな」、「(この村以外に) 所属するな」の禁止令に従う必要はないという許可を自分に出したと考えられる。この作品1「響く命」の作品名にすでに言語化されているように、このコラージュの特徴の一つは聴覚の刺激となる視覚表現が多用されていることである。例えば、複数の笑顔の赤ん坊の写真を丸く切り取り、符尾や連桁を書き加えて音符の構成要素とすることで、赤ん坊の笑い声の響きを視覚的に表現している。さらに図V-5-1 1「作品1「響くいのち」に隠されているもの」で示

すように、このコラージュでは赤枠①の位置にト音記号、赤枠②の位置に反復記号が表現され、赤ん坊の笑い声が反復されるメロディとして響いていることを暗示し、Eさんは自分を含む無邪気な赤ん坊の笑い声の響きが繰り返し聞こえ、皆に愛されていた自我状態を再体験したと推測される。また命はあらゆる場所で永遠に生まれ続けることの暗示的な表現と考えられる。このコラージュをよく見ると、作品3「幸せの青い鳥を探して」の中央部に示された扉(図V-5-4)の鍵が図V-5-11の赤枠③で示す鍵として、作品5「魔法のランプ」(図V-5-8)に示された蝶になる前の姿が図V-5-11の赤枠④で示す青虫として、作品6「栄冠は君に輝く」に中央部に示された青い鳥が図V-5-11の赤枠⑤で示す青い小鳥として、すでに貼り付けられている。



図V-5-11 作品1「響く命」に隠されているもの

作品1「響く命」にこれらの鍵、青虫、青虫がすでに表現されていることは、作品3「幸せの青い鳥を探して」、作品5「魔法のランプ」、作品6「栄冠は君に輝く」の構想が作品1の作成時にあったことを示唆する。また出生時にこれからの人生での経験する出来事の種はまかれているが、同時にその解決策もすでに用意されていることの暗示的な表現となっている。

作品2「森の掟」(図V-5-2)で、Eさんは「左側に向かって伸びていく植物の蔓についているたくさんのトゲこそが、自分が受け取ったたくさんの禁止令を表している」と説明した。コラージュではたくさんのトゲによって太陽の塔の翼や胴体が寸断されている様子が表現され、トゲの鋭さや刺さった時の痛みの暗示となっている。たくさんの禁止令を受けて感じた心の痛みを「喜ばせろ」、「一生懸命にやれ」のドライバーを使って緩和し、我慢していた「順応した子ども」(AC)の自我状態を再体験したと思われる。コラージュ作成後の気づきとして、「私には、いくつもの禁止令があり、その禁止令に操られ、歩んできたんだなと気づきました」と答え、生育歴や脚本分析ですでに述べたような家庭環境の中で「存在するな」、「重要であるな」、「子供であるな」、「感じるな」、「考えるな」、「～するな」、「成長するな」、「(この村以外に)所属するな」の禁止令を受け取り、人生脚本の形成が始まったと考えられる。

作品3「幸せの青い鳥を探して」(図V-5-3)では「右上には、ドガの絵でバレリーナ、そして右下の方には狂ったようにバイオリンを弾いている男性の絵」を貼り、「喜ばせろ」、「一生懸命にやれ」のドライバーに従い「踊らされて生かされて」いたことを視覚的に表現した。小学生時代には気づいていなかったが、作品1「響く命」に示されたように、作成時の大人のEさんは中央の扉の鍵があるとすでに気づいている。

Eさんは、一連のコラージュ作品、特に作品2「森の掟」(図V-5-2)、作品3「幸せの青い鳥を探して」(図V-5-3)、作品4「螺旋階段」(図V-5-5)という連作の作成過程で、青い鳥を探し求めながらも出口のない迷宮の中に迷い込んでいることに気づいた。つまりコラージュ作成により、人生脚本が強化・正当化されていく当時の自我状態を「渦の中にグーッと巻き込まれていく」体の感覚として再体験し、自ら第二度のインパスに気づいたといえよう。この「渦の中にグーッと巻き込まれていく」体の感覚は、Eさんが「順応した子ども」(AC)の自我状態のときに当時感じた特有の感覚であり、その時の思考は「生きる意味」、「存在する意味」、「幸せとは」という疑問と考えられる。

作品5「魔法のランプ」(図V-5-7)で、Eさんは今までの体験を象徴する暗めの植物の上に、魔法のランプから希望にあふれた新しい植物が「フワッと流れ出ている」様子を表現した。作品1「響く命」(図V-5-1)で表された青虫は蝶へ羽化し、Eさんは「大人になって、新しい世界というものが広がっていき、ランプから出ているものは、希望に満ちあふれた植物であり、新しいものが、これから変わっていくんだよ、という象徴だ」と説明している。「フワッと流れ出ている」感覚は、作品4までで感じてきた「渦の中にグーッと巻き込まれていく」体の感覚とは正反対の感覚であり、コラージュに表現されている蝶はフワフワと飛ぶことから、Eさんが作品5の作成により体験した自我状態は「フワッ」とし

た感覚を伴うのもので、作品2「森の掟」(図V-5-2)から作品4「螺旋階段」(図V-5-5)で再体験した「渦の中にグーッと巻き込まれていく」感覚とは、ほぼ正反対の異なる自我状態であることを示唆している。コラージュ作成後の気づきとして、Eさんは「自分を取り巻く環境は、選ぶことはできないが、いろいろな経験があったからこそ、その後の人生が豊かになるのだと思いました」と述べ、作品1「響く命」から作品5「魔法のランプ」までのコラージュ作成により再体験したこれまでの人生の「いろいろな体験」を振り返り「その後の人生が豊かになる」と新たな意義を見出した。

作品6「栄冠は君に輝く」(図V-5-8)で、Eさんは「作品の真ん中には、探し求めていた幸せの青い鳥を表現した」と説明した。青い鳥の背景はトランペットなどの管楽器の写真が貼られ、この時に体験している自我状態では「栄冠は君に輝く」の演奏が頭の中で聞こえていると推測される。作品1「響く命」(図V-5-1)でも、赤ん坊の笑い声が反復されるメロディとして響いていることが暗示されており、Eさんの「自由な子ども」(FC)の自我状態とメロディが聞こえる状態とが関連付けされている可能性がある。作成後の気づきでは「自分の人生、自分の未来に向けて、生きる意味を感じ、幸せを味わう」と明確に自律的に生きる再決断をしている。生きる意味は感じるもので、幸せは味わうものと、感覚と味覚を用いた表現となっており、これは作品4「螺旋階段」の作成時の「私はずっと「生きる意味」とか「存在する意味」「幸せとは」を、知りたいとずっと追い求め、出口のない迷宮に迷い込んで苦しんでいた」ことに対して自ら出した答えと推測される。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

Eさんは、今回のコラージュ作成の影響として、「追い求めていた幸せは、もうすでにあり、自分の捉え方しだいであったことに気づいた」と述べ、幸せは環境に左右されるものではなく、自分で選べることへのEさんの気づきであると考えられる。そのため、エゴグラムの変化では外界に過剰適応していた「順応した子ども」(AC)が大きく減少し、「成人」(A)が増加したと推測される(図V-5-9)。

否定的な自己観や他者への不信感に関わっていた「順応した子ども」(AC)の働きが抑えられたことにより、ECR-G0の「見捨てられ不安」と「親密性の回避」もそれぞれ低下したと考えられる(図V-5-10)。

(4) まとめ

Eさんの作品1「響く命」(図V-5-1)には、「子ども」(C)の混乱や葛藤が見られず、作品2「森の掟」(図V-5-2)ではたくさんの禁止令を受け取ったことが示され、作品3「幸せの青い鳥を探して」(図V-5-3)と作品4「螺旋階段」(図V-5-5)では出口のない迷宮に迷いこんだ混乱と葛藤が表現されていることから、第二度のインパスがあったと考えられる。CさんとDさんと同様に、作品1の作成により気づきの外にあった1歳半までの間に感じていた「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験することにより、1歳半以降に受け取った禁止令の解除が行われた。

作品5「魔法のランプ」(V-5-7)で、Eさんは「ランプから出ているものは、希望に満ちあふれた植物であり、新しいものが、これから変わっていくんだよ、という象徴だ」と説明し、明確に再決断したことがうかがえる。

Eさんのエゴグラムの変化では、作品1「響く命」(図V-5-1)での複数の禁止令の解除により過剰適応していた「順応した子ども」(AC)が減少し、禁止令に自分の人生が縛られていたことへの気づきから「成人」(A)が増加した(図V-5-9)。ECR-GOの変化では「見捨てられ不安」と「親密性の回避」もそれぞれ低下した(図V-5-10)。これらから、事例Eでは、出生後から一連のコラージュを作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。

V-6. Fさん 20代

V-6. Fさん 20代

(以下、「事例 F」と表記する)

V-6-1. プロフィール

Fさんは20代の女性で、職業は会社員である。

V-6-2. 生育歴

母親が医療従事者で共働きだったために、出生時は、母方の実家で、曾祖母、祖父母と暮らしていた。祖父はとても人徳があり、祖母は面倒見がよく、たいへん明るい人だったという。

幼稚園時代に父方の実家に移り、父方の祖父母と同居し、4歳の時に弟が生まれた。父方の祖母と母親は、たいへん折り合いが悪く、いつもいさかいが絶えなかった。そのため、両親の仲もよいとはいえなかったが、忙しい母親に代わって、普段彼女の面倒を見ていたのは父方の祖母であった。その祖母はたいへん心配症な人で、「あれもしちゃいけない」、「これもしちゃいけない」、「こうなったら、こんなひどいことになる、こんな恐ろしいことになる」と、いつもFさんに話していた。Fさんは、5歳くらいの頃から、吃音症を発症して、上手に言葉を発することができなくなった。祖母は吃音症を治そうと必死になった。父親は何かとFさんの話し方を注意したり、叱りつけたりした。父親の関係も次第に悪くなり、家ではあまり口をきかなくなってしまった。

Fさんは「小学校から「言葉の教室」で話し方を矯正するためのトレーニングを受けだした。学校ではごく親しい友人以外とは話さなかった。吃音症であることにより、周囲からの好奇と憐れみを感じながらの子ども時代であった」と語った。

V-6-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「あたたかさ」



図V-6-1 あたたかさ

b. 作品の説明

この作品は、黄色とオレンジとピンクの折り紙がちぎり絵のように、全体にコラージュされている。Fさんは「黄色は腕白さ、オレンジは元気さ、ピンクは周りからの愛を表している」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか?という問いに対して、Fさんは「1歳半までの記憶はあまりなく、自分を取り巻く環境はわかりませんが、皆に祝福されていた記憶が、体感的に、イメージ的に残っていたことに気づきました」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「わんぱくさ」



図V-6-2 わんぱくさ

b. 作品の説明

作品の中央に、太陽のような形に切り取られた金色の折り紙が貼られている。その周りを、赤、黄色、ピンク、青、そして金色の切り取った折り紙で、取り囲んでいる。Fさんは「赤は情熱、青は男の子っぽさ、ピンクは愛とか暖かさ、黄色はわんぱくさ、そして金色は元気さ、無邪気さというものを表現している。幼稚園の頃の自分をイメージした。5歳くらいから、吃音症の兆候が出始めたが、まだまだ子供らしく無邪気な自分でいられた」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Fさんは「6歳までは元気いっぱい、自分の殻に閉じこもっているということではなく、制限などない自由なコラージュになりました」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「個性の否定」



図V-6-3 個性の否定

b. 作品の説明

この作品は、中央で左右に2分割されている。左側は白い背景の上にメディチ家礼拝堂の石膏像が貼られ、その周りには、黄色、ピンク、黒の切り取られた折り紙がコラージュされている。右側は、黒の台紙に黄色とピンクの切り取られた折り紙が、家の形にコラージュされている。Fさんは「左側の石膏像の人物が私自身を、その首に貼られた長方形の黒い折り紙は、苦しみとか、息苦しさを表現している。この人物の口元にリアルな写真を貼り、吃音症を表現した」と説明した。これは「すげかえ」表現とよばれるコラージュに特有の表現で、近喰ら(2001)では、「すげかえ」制作児童は自己否定グループに多いことを指摘している¹⁵⁾。右側の黒の台紙の上に貼られた家の形をした折り紙は「ピンクが親密さ、黄色は元気を表している」。背景の黒は「障

害者でかわいそうと見られた暗い環境や、その当時から通いだした言葉の教室で、吃音という個性を修正するように強いられた過酷な環境を表現した」という。小学生時代から、吃音を馬鹿にされたり、囃し立てられたり、彼女はあまり親しい人以外とは話さないようになっていた。また父親にも、その吃音を叱られたりして、父親との関係はかなり悪くなっていったという。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Fさんは「小学校に入学してから12歳までの自分は、周りの環境は温かかったのですが、言葉の教室が吃音を否定したような施設だったため、周りの壁ができてしまったことに気づきました」と答えた。

(4) 13歳から～17歳まで

a. 作品名「監視」



図V-6-4 監視

b. 作品の説明

作品の中央の下に、黒い縁取りの人物のイラストがコラージュされている。Fさんは「この黒い額縁は檻を表している。その檻の中に顔があり、そして、その顔の中央にも、また人がいる。この膝を抱えて座り込んでいる人が、私自身を表している。その両肩にそれぞれ赤と青の丸い切り抜きをコラージュし、赤は怒り、青は悲しみを表している」と説明した。黒い檻の外側には、Fさんを取り巻く社会、環境があり、折り紙の切り抜きが、散りばめられている。Fさんは「ピンクは善意、黄色は元気さ、黒は失敗を表す。折り紙に混ぜて人間の目をコラージュした。これは社会の中

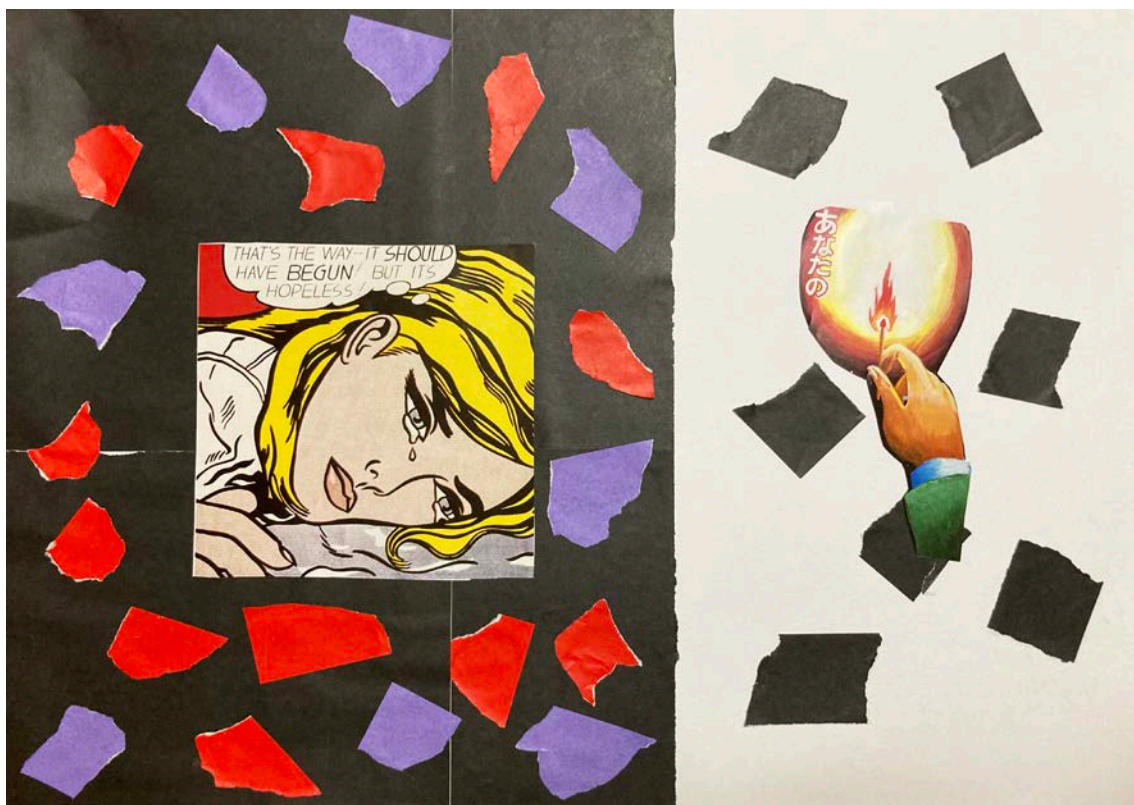
で色々な人に監視され、また偽善的な憐れみを受けたりしたことを表す。その中で吃音があり、話すことで失敗する自分に対する哀れみを感じ、自分の感情を抑えて、できるだけ人と話さないようにしていた当時の自分を表現した」と述べた。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Fさんは「周りとの壁ができたまま思春期を迎え、ますます自分の怒りや悲しみの感情を抑制し、感情を表に出さないようにしていたことに気づきました」と答えた。

(5) 大人になってから

a. 作品名「火」



図V-6-5 火

b. 作品の説明

この作品は、画用紙の左側約 2/3 が黒、そして右側 1/3 が、白の背景となっている。左側の黒の台紙には、真ん中の四角に涙を流している女の人のイラストが貼られ、その周囲に紫と赤の折り紙が配置されている。F さんによれば「このイラストの女性は、自分自身が泣いている表現」であり「自分を取り囲む赤の折り紙は怒り、紫の折り紙は無価値感」である。一方、右側 1/3 の白い背景には「黒の折り紙で表されている暗い思いをちりばめ、1本のマッチを擦った小さい灯りで、自分の心に灯った肯定的な光を表現した。一連のコラージュ作成や、事

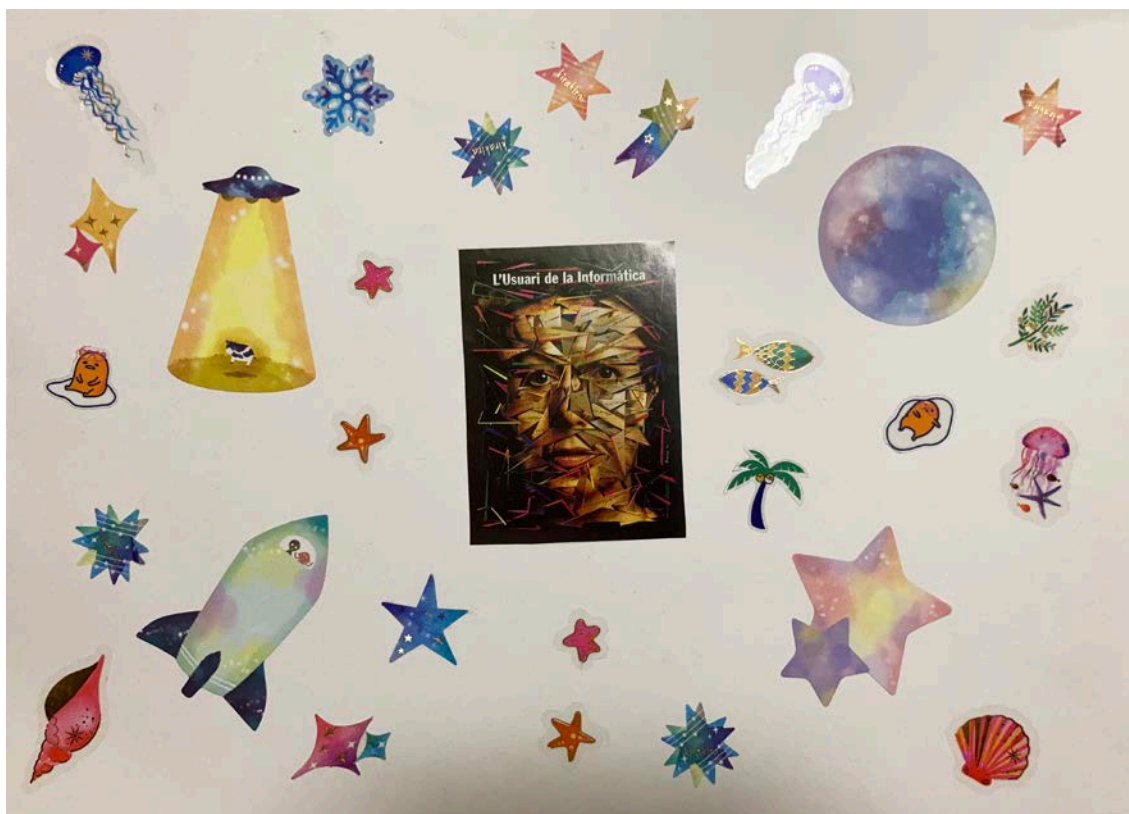
前カウンセリングを通して、自分自身を肯定する様々な思いを見出せた」と語った。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、F さんは「中高よりは壁は薄くなりましたが、暗いままでした。会社で嫌なことがあると、すぐに自己否定になり、怒りや悲しみを強く感じるようになりました。ただ、自己肯定の光を灯すことにより、暗闇が少しやわらいだような気がしていたことに気づきました」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名「自由」



図V-6-6 自由

b. 作品の説明

この作品の中央には、人の顔のイラストが貼られ、それを取り囲むように、宇宙のくらげ、星、ヤシの木、ロケット、宇宙船、また F さんが大好きなキャラクターであるぐでたまくんが散りばめられている。F さんは「中央の人の顔のイラストは、人生脚本が変わり始めている自分、組み替えられているパズルのように組み変わっていく自分、動きがある自分を表現し、自分の周りには、楽しいものたちが、とても自由に飛び回っている様を表現した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、F さんは「周りの環境もそうですが、内面も表しています。内側から外側もやさしい光や動物などに囲まれたり、穏やかになりたいというのを表しており、そうになりたいと思っていることに気づきました」と答えた。

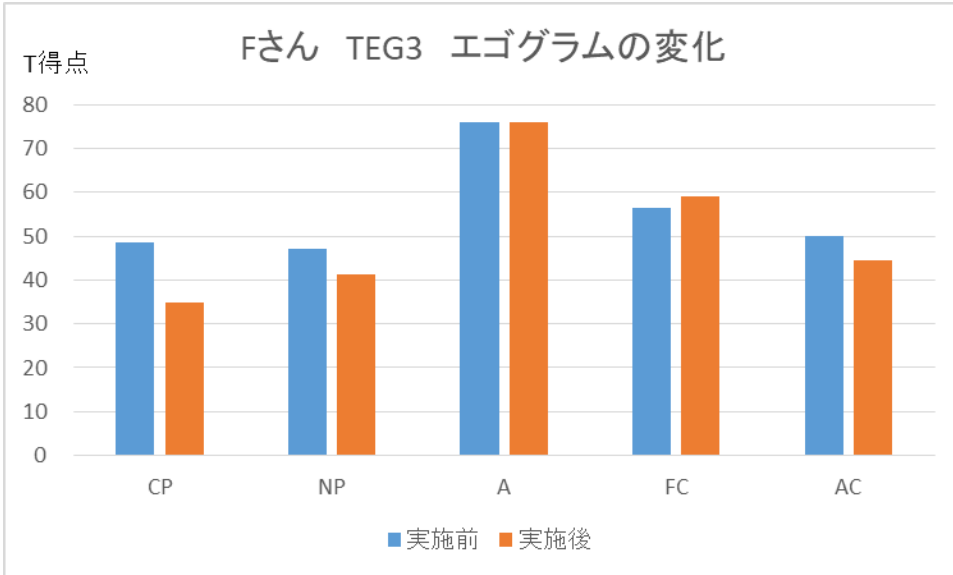
V-6-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか？」という問いに、Fさんは「そのときの状況を、コラージュすることによって、言語ではなく、潜在意識を形に表すので、自分が気づいていないところが見えてくるので、それによって、他人とのかかわりの中で、自分の内面を替え、人間関係を良い方向に向かわせることができると思います」と答えた。

V-6-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

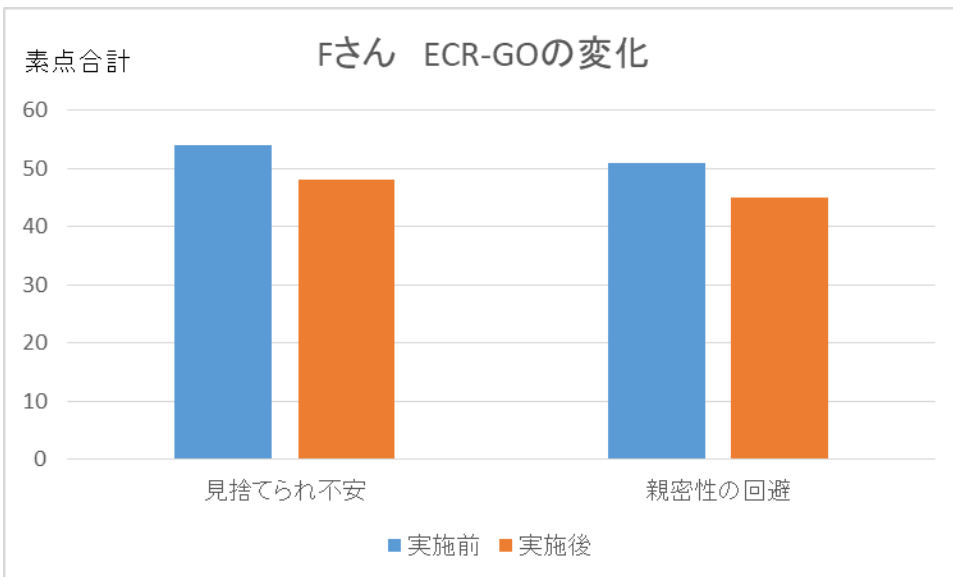
Fさんのエゴグラムの変化をみると「批判的な親」(CP)は49から35、「養育的な親」(NP)は47から41、「順応した子ども」(AC)は50から45に減少した(図V-6-7)。



図V-6-7 Fさん エゴグラムの変化

(2) ECR-GO

FさんのECR-GOの変化をみると、「見捨てられ不安」は54から48、「親密性の回避」は51から45に減少した(図V-6-8)。



図V-6-8 Fさん ECR-GO の変化

V-6-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

幼稚園時代から同居し、Fさんの面倒をみていた父方の祖母が過剰に心配症な人で「あれもしちゃいけない」、「これもしちゃいけない」、「こうなったら、こんなひどいことになる、こんな恐ろしいことになる」など「～をするな」という禁止令が、強く彼女にメッセージとして与えられていた。また、祖母と母との不仲、両親の不仲は「信頼するな」、吃音症を父にきつく叱られたことは「近づくな」、「重要であるな」、「成功するな」などの禁止令を与えた。

吃音症であることで周囲から憐れみや好奇の目を向けられたことから自身を守ろうとした体験は「強くあれ」、父や祖母からちゃんと話すようにと叱られたことは「完全であれ」というドライバーとなった。父親らしい愛情も示さずしつけもせず、祖母と母のいさかいにも無関心であった父親の生き方は「他者と深く関わらずに生きて行くべきだ」というモデリングとなった。母親の愛情と責任感はそのまゝFさんの中に取り込まれ、優しさや温かさ、穏やかさとなった。また、母親の祖母や父との確執の中でも、じっと耐えるしかない、というふるまいは、Fさんの忍耐とあきらめのモデリングとなった。

(2) コラージュ作成についての考察

作品1「あたたかさ」(図V-6-1)で、Fさんは「皆に祝福されていた記憶が、体感的に、イメージ的に残っていたことに気づきました」と答え、作品名「あたたかさ」は再体験した体感を言語化したものと考えられ、コラージュ作成により「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験したと推測される。それまで気づきの外にあり忘れていた「皆に祝福されていた記憶」を思い出したことをきっかけに、その後に受け取った「～するな」「信頼するな」、「近づくな」、「重要であるな」、「成功するな」の禁止令に従う必要はないという許可を自分に出したと考えられる。

作品2「わんぱくさ」(図V-6-2)で、Fさんは「6歳までは元気いっぱい、自分の殻に閉じこもっているということはなく、制限などない自由なコラージュになりました」と答え、コラージュ作成により「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験し、前述の禁止令に従う必要がないという許可を引き続き自分に出したと推測される。

作品3「個性の否定」(図V-6-3)は、中央で左右に分割され、Fさんは「左側の石膏像の人物が私自身を、その首に貼られた長方形の黒い折り紙は、苦しみとか、息苦しさを表現している。この人物の口元にリアルな写真を貼り、吃音症を表現した」。右側の背景の黒は「障害者でかわいそうと見られた暗い環境や、その当時から通いだした言葉の教室で、吃音という個性を修正するように強いられた過酷な環境を表現した」と説明し、コラージュ作成により、当時の「順応した子ども」(AC)の自我状態を再体験し、周囲の人たちとの関係に葛藤を感じたと推測される。生育歴や脚本分析で述べたように「～するな」「信頼するな」、「近づくな」、「重要であるな」、「成功するな」の禁止令をこの時期に受け取り、人生脚本の形成が始まったと考えられる。

作品4「監視」(図V-6-4)で、Fさんは檻を表す黒い枠の中の「膝を抱えて座り込んでいる人が、私自身を表している」、「話すことで失敗する自分に対する哀れみを感じ、自分の感情を抑えて、できるだけ人と話さないようにしていた当時の自分を表現した」と説明し、コラージュ作成により、作品3「個性の否定」(図V-6-3)よりもさらに強く自分の感情を抑えている自我状態を再体験し、「周りとの壁ができたまま思春期を迎え、ますます自分の怒りや悲しみの感情を抑制し、感情を表に出さないようにしていたことに気づきました」と答えた。これは人生脚本が強化・正当化されたプロセスを示すと考えられる。

作品5「火」(図V-6-5)は、背景の白と黒の位置が作品3「個性の否定」(図V-6-3)と比較すると左右が入れ替わっており、作品3「個性の否定」(図V-6-3)から形成が始まった人生脚本が終結に向かっていることへの暗示的な表現と考えられる。左側の黒の背景に貼られた「イラストの女性は、自分自身が泣いている表現」であり、右側の白い背景に貼られた「1本のマッチを擦った小さい灯りで、自分の心に灯った肯定的な光を表現した」と説明し、コラージュ作成後の気づきとして「自己肯定の光を灯すことにより、暗闇が少しやわらいだような気がしていたことに気づきました」と答え、左側で泣いていた時の自我状態とは異なる自我状態に変化し、人生脚本の修正が始まったことを示唆すると思われる。すでに述べたように作品1「あたたかさ」(図V-6-1)の作成時に、禁止令に対する許可を自分で出し始めており、作品5を作成する前から人生脚本を修正する準備が整っているために、作品6で「人生脚本を書き換えて、より充実した未来」のコラージュを作成する前段階の作品5の「大人になってから」のコラージュ作成で直ちに脚本修正が始まったと推測される。

Fさんの作品1～5で特徴的なのは、何種類からの色の色紙をちぎって、台紙に張り付け、例えば、作品1「あたたかさ」(図V-6-1)であれば、黄色はわんぱくさ、オレンジは元気さなどと、何種類かの特定の色を、感情や感覚を伴う特定の状態に結び付けて表現して

いることである。その表現も豊かであるとはいえず、未分化でたどたどしい表現にとどまっていた。しかし、作品5「火」の右側1/3では、Fさんの心に小さな肯定的な光が灯った表現がなされ、その後の作品6「自由」(図V-6-6)では、それまでの作品とは変わって、クラゲやロケット、貝、魚、ヤシの木など具体的なものが、自由にコラージュされ、「中央の人の顔のイラストは、人生脚本が変わり始めている自分、組み替えられているパズルのように組み変わっていく自分、動きがある自分を表現」したと説明し、作品名「自由」の通り「自由な子ども」(FC)の自我状態が表現されていると考えられる。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

TEG3の変化では、作品1「あたたかさ」(図V-6-1)で「～するな」「信頼するな」、「近づくな」、「重要であるな」、「成功するな」の禁止令に従う必要はないという許可を自分に出したため、作品3「個性の否定」の右半分の黒い背景で表現された、言葉の教室で吃音を否定されたことから取り込まれたネガティブな「批判的な親」(CP)と、吃音に対する偽善的な憐みというネガティブな「養育的な親」(NP)が減少したと考えられる。

作品5「火」(図V-6-5)の右側1/3で表現された心に灯った肯定的な光によって「順応した子ども」(AC)が減少したと考えられる。また作品6「自由」(図V-6-6)では、作品名の通りに、人生脚本を修正して、自由に楽しく動き回る様子が表現されており、「自由な子ども」(FC)が増加したと考えられる。

ECR-GOの変化では、作品5「火」(図V-6-5)の右側1/3の部分と作品6「自由」(図V-6-6)で表現されたように、脚本を修正する再決断により、自己肯定感が高まったことから「見捨てられ不安」は減少したと考えられる。また、作品6「自由」に表現されたように、自分と自分を取り巻く環境も自由に楽しい肯定的なものに変化したことで、「親密性の回避」も減少したと考えられる。

(4) まとめ

Fさんの作品1「あたたかさ」(図V-6-1)には、「子ども」(C)の混乱や葛藤が見られず、作品3「個性の否定」(図V-6-3)では複数の禁止令を受け取ったことが示され、作品4「監視」(図V-6-4)と作品5「火」(図V-6-5)の左側2/3では人生脚本の強化と正当化が進んだことが表現されていることから、第二度のインパスがあったと考えられる。Cさん、Dさん、Eさんと同様に、作品1の作成により気づきの外にあった1歳半

までの間に感じていた「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験することにより、7歳以降に受け取った禁止令の解除が行われた。TEG3と ECR-GOの変化は、人生脚本の修正によると推察されるものであった。

これらから、事例 F では、出生後から一連のコラージュを作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。また F さんのように、吃音症など発話に何らかの制約がある人にとって、TA 発達段階コラージュ療法は、作品作成の過程で言葉を使わなくてもよいため、人生脚本の修正に取り組みやすい手法であると考えられる。

V-7. Gさん 40代

V-7. Gさん 40代

(以下、「事例 G」と表記する)

V-7-1. プロフィール

Gさんは40代の女性で、職業は事務職である。

V-7-2. 生育歴

Gさんの家族構成は、両親、8歳上の兄とGさんの4人家族である。

Gさんによれば、父親と母親の仲は悪く、いつも夫婦喧嘩が絶えなかった。父親は、事なかれ主義で、共感性に欠けた人であり、母親は、アルコール依存症で昼間から飲酒し、Fさんに対する暴言や暴力という虐待が絶えなかった。母親は、8歳上の兄を溺愛し、Gさんをまるで兄の召使い、面倒を見るような存在のように捉えていた。Gさんが、叩かれても、暴言を吐かれても、泣かないでいると、その泣かないというのが小憎らしいと言って、わざと目を狙って殴ってくることも多々あった。特に、母親の暴言暴力というのは、兄が18歳になり大学入学のため家を出てから、ますますひどくなった。いつも飲んだくれて、暴力を振るい、その辺に寝転がってしまい、母の汚物の世話などもすべてGさんが引き受けるなど、母はGさんをまるでペットのように、召使いのように扱っていた。

父は母のGさんに対する虐待を無視していたが、ある日、「親に捨てられるとあんな人間になるんだな」と母のことを言っていたことを覚えている。母自身は子ども時代に実の母親が下の妹だけを連れて家を出た。その後、継母に育てられ、今でもずっと実の母親のことを憎んでいる。

Gさんは、高校を卒業したらすぐに家を出ようと、高校時代はアルバイトでお金を貯めていた。そして高校卒業と共に就職し自活を始め、その後結婚し、2人の子どもに恵まれた。Gさんは、子どもを愛しながらも、その愛情をどう表現していいかわからなかったと言う。子どもを褒めたり、認めたりすることができず、思うようにいかないと言暴言をすることも多く、子ども達が成人したら、消えてなくなろうと心のどこかで思っていた。その時に子ども達に淋しい思いをさせないように、あえて優しくすることは控えていたと話してくれた。

V-7-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「異空間」



図V-7-1 異空間

b. 作品の説明

この作品は一見すると普通の風景である。しかし、地平線が傾き、紫の花が上から降ってくる夢のような世界である。Gさんは「生まれてきた世界に違和感があった。母はアルコール依存症で、両親は常に夫婦喧嘩が絶えなかった。暴言や暴力が日常的であった環境で育ったため、1歳半までの自分でさえも、その家庭独自の異様な感じを、赤ん坊ながらに感じていたのではないか」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Gさんは「命の誕生での歓喜と喜びの中に、少しずつ意識しないとわからないような違和感を感じていたようです。それは、それぞれの家庭内にある特異性のようなものだと思います」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「鏡と友達と現実」



図V-7-2 鏡と友達と現実

b. 作品の説明

この作品は、左、中央、右の3つの部分に分かれ、2匹の猫、虫、おたまじゃくし、カニ、カエルなどの小さな生き物たちが、コラージュされている。

6歳になる頃まで、Gさんは「人というものは大変危険なものである。いつ牙をむいてくるか分からないから、何時でも襲いかかって来られても大丈夫なように、いつも自分は備えなければならぬと考えていた」という。この頃から小学生時代に至るまで、Gさんは「自分の爪を三角形に切り、まるで獣の爪のように尖らせていた。何かあった時は、それで反撃して自分の身を守る。いつでもかかってこいよ、と戦闘態勢を整え始めた自分を覚えている。母親は、私をまるで鶏か、動物ペット、自分のもののように扱い、私が外に遊びに行くことを極端に嫌がり、いつも家の中または庭で遊ぶことを強要していた。中央の猫の前にある柵は、柵から出て行けない自分を

表している。機嫌のいい時はそばに置いておくが、機嫌が悪くなると、暴力を振るい、暴言を吐き、傷つけて、自分のストレスを発散していたのではないかと推測している。いつどのスイッチが入るかまったく予測できないため、母親からの身体的な暴力は避けられなかったが、自分の心は傷つけられないように、いつも家の中にあつた三面鏡の鏡の中に隠していたようなイメージがある」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Gさんは「私の人生の中で最後の子どもとしての好奇心と遊び心があつた時期でした。自分の守り方や成長の仕方を、動物や虫や植物から学びました。このころはもうすでに「強くなければならぬ」と「大人を喜ばさなければならぬ」と思っていたようです」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「安住の地」



図V-7-3 安住の地

b. 作品の説明

幻想的な作品であり、Gさんは「このイメージはこの時期の心の奥深くにあった崖の上にそびえ立つ一軒の家。いつ攻撃されるか分からない家庭という檻の中において、唯一逃げ込めるのが、自分の想像の世界だけであった。その想像の屋敷の中に逃げ込めば、安全だった。その屋敷は崖の上に立っており、周りはイナズマ、嵐という大変厳しい環境の中にあっただが、唯一その屋敷の中だけが、安心して眠れる場所だった。自分の心の中の安住の地を描いた作品」と説明した。当時、Gさんは「現実の世界では、母親から殴られたり、虐げられたりする自分のその肉体から時々離れて、ダンボールの中

に自分がいるように感じ、ダンボールの穴の中から痛めつけられている自分を遠くの方に見ていた。いつもそういう解離した状態だったことを覚えている」と述べた。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Gさんは「日々の横行する暴力と暴言から、自分の心だけは守れる術を必死に探し、対策を講じていました。人生の中で、どこにも逃げることも、助けを求めることもできず、ただただ耐えなければならぬ一番厳しい時代だったと思います」と答えた。

(4) 13歳から17歳まで

a. 作品名「決意」



図V-7-4 決意

b. 作品の説明

この作品の中央には、廃墟の上に根を伸ばした一本の大木が描かれた絵、その左右には複数の妖怪の花札がコラージュされている。Gさんは「この大木は廃墟のような自分の家庭環境からなんとか抜け出して、社会に一人で羽ばたいていこう、自由になろうという自分を表している。それを取り巻く妖怪の花札は、家族を表している。「決意」という作品名は、1日も早くこの妖怪が取り巻くようなこの家庭、檻の中から逃げ出したいという決意である。中学・高校時代は、どうやったら自活ができるのか、どうやったら一人で生きていけるかをただひたすら考えて、いくらお金を貯めたらいいの

か、どうやってお金を稼いだらいいのかということ、ひたすら計算していた。今は、じっと我慢をする時であると決心をしていた自分を表現した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Gさんは「親や環境に対して「あきらめる」ことができ、そして「自分の力で自活する」という目標ができたことで、這い上がってきたと思います。この頃は、何があっても動じない、肝が据わっている中・高学生だったと思います」と答えた。

(5) 大人になってから

a. 作品名「果てなき攻防戦」



図V-7-5 果てなき攻防戦

b. 作品の説明

この作品は中央の水平方向に DANGER (危険) という黄色のラインがひかれ、その上には、渦巻きや、雪の道、城の風景が、下には、炎と水紋のイラスト、戦いを表す戦国時代の絵、歯車などが配置されている。Gさんは「この作品は、人間に対して、世の中に対して、常に守り攻めている状態の世界、それは人生に対して、常に戦い、枕を高くしてはられない状態を表している。人から受ける優しさを、悲しく感じて過ごし、大人になってからの自分を表現した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Gさんは「私の人生は、攻める、防ぐ、戦略を練るの繰り返しでした。常に対策を考えなくては行けなく、常に気を休める時間はありませんでした。自活して自由を得たと思っていましたが、本当の自由は得られていませんでした」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名「万物流転」



図V-7-6 万物流転

b. 作品の説明

複数の美しい風景写真が、配置されたコラージュ作品である。それぞれの写真には様々な水の変化が表されている。Gさんは「これは全てのものが止まることなく変化していくが、形が変わるだけで質量は変わらない。同じところには戻れないが、そこにあったものは変わらないという状態を表現した作品である」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Gさんは「すべてのものは、とどまらず変化していくが、何も本質は変わらないような気がします。あらゆるところに魂やエネルギーを感じます。今までのような変な戦略や小細工はいらない。自分の本質で生きていこうと思います」と答えた。

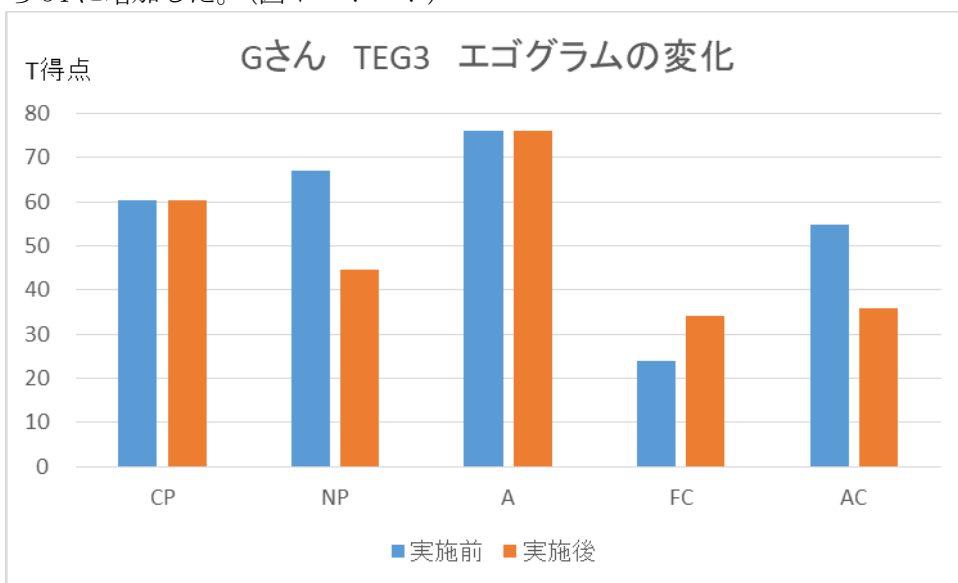
V-7-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか?」という問いに、Gさんは「漠然と記憶していたイメージや想いを具体的な形で表現することで、自分の人生をきちんと整理できました。それによって、自分の思いぐせや偏り、表現方法なども、客観的に理解でき、脚本書き換え後の未来の自分の姿をブレずに、つじつまがあう世界を想像できるようになったと思います」と答えた。

V-7-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

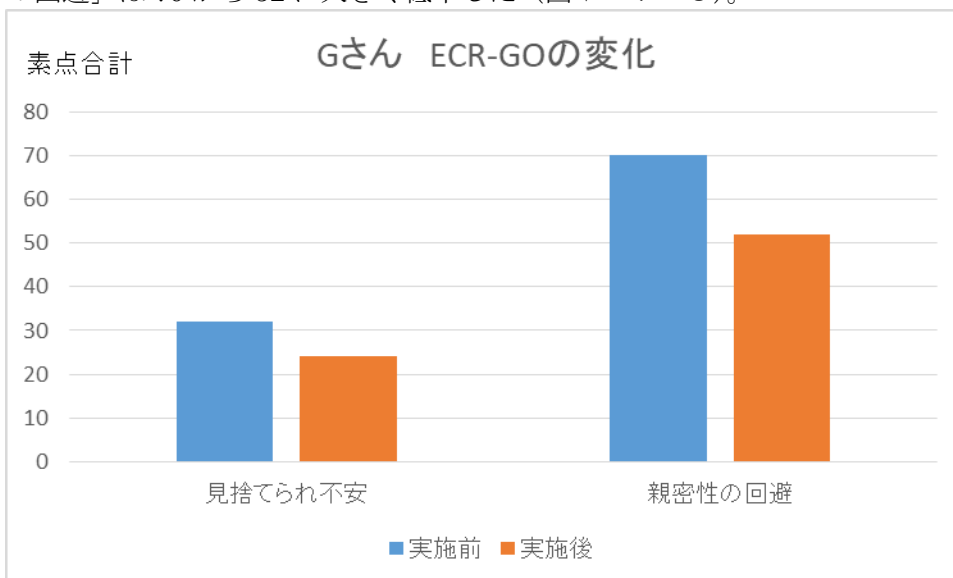
Gさんのエゴグラムの変化を見ると、「養育的な親」(NP)は67から45に、「順応した子ども」(AC)は55から36へと、それぞれ大幅に減少した。自由な子ども」(FC)は24から34に増加した。(図V-7-7)



図V-7-7 Gさんのエゴグラムの変化

(2) ECR-GO

Gさんの ECR-GO の変化をみると、「見捨てられ不安」は32から24に低下、「親密性の回避」は70から52に大きく低下した(図V-7-8)。



図V-7-8 Gさん ECR-GO の変化

V-7-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Gさんの母親はアルコール依存症で、出生時から両親の夫婦喧嘩が絶えず、暴言や暴力により虐待を受け、事なかれ主義の父親も守ってくれなかった。さらに、8歳上の兄の面倒まで見ることを求められた。生き残るためには、どんなに嫌でも母親に服従せざるをない過酷な環境であったと思われる。そのため、「存在するな」、「感じるな」、「愛するな」、「考えるな」、「子どもであるな」などの重い禁止令を受けたと考えられる。また、自分の本当の感情を表現することは許されず「強くあれ」、母や兄の機嫌をとらなければ生き残れなかつたことから「喜ばせろ」というドライバーを受けたと考えられる。父の家族に対する無関心さは、Gさんにたとえ親や子どもという親しい間柄であっても、けっして心を許さないというモデルとなった。また、母の身勝手な暴力、暴言は、親として子どもに対する対応としてのモデリングとなった。

(2) コラージュ作成についての考察

作品1「異空間」(V-7-1)で、地平性が傾いて表現されたように、生まれてから1歳半までの間にGさんには自分と自分を取り巻く環境の間にすでに違和感があった。Gさんの生育歴も合わせて考えると、Gさんの「子ども」(C)の自我状態の中で肯定的な自己観と否定的な自己観との間で混乱と葛藤が起き、第三度のインパスが発生していたと考えられる。

作品2「鏡と友達と現実」の説明で、6歳になる頃まで、Gさんは人間に対して「人というものは大変危険なものである。いつ牙をむいてくるか分からないものだから、何時でも襲いかかって来られても大丈夫なように、いつも自分は備えなければならないと考えていた」と語り、これがGさんの幼児決断の内容の一つと考えられる。コラージュは縦に3つの部分に分かれており、Gさんが「自分の心は傷つけられないように、いつも家の中にあった三面鏡の鏡の中に隠していたようなイメージがある」と説明していることから、この作品は家の三面鏡に奥に隠したGさん心が鏡に映し出されたものと考えられる。右側の立ち上がり戦闘姿勢をとっている猫は「反抗する子ども」(RC)の自我状態を表し、中央の柵の後ろで佇む猫は「順応する子ども」(AC)の自我状態を表し、左側の小さな生物たちが「自由な子ども」(FC)の自我状態を表していると考えられる。コラージュ作成により当時の自我状態を再

体験し G さんは「このころはもうすでに「強くなければならない」と「大人を喜ばさなければならぬ」と思っていたようです」と述べ「強くあれ」、「喜ばせろ」のドライバーがすでにあったと気づいている。生育歴からこの時期に「存在するな」、「感じるな」、「愛するな」、「考えるな」、「子どもであるな」などの重い禁止令を受けたと考えられ、人生脚本の形成が始まったと推測される。

作品3「安住の地」(V-7-3)で、Gさんは「。いつ攻撃されるか分からない家庭という檻の中において、唯一逃げ込めるのが、自分の想像の世界だけであった」と説明し、虐待されたときはいつも解離状態だったと述べた。「人生の中で、どこにも逃げることも、助けを求めることもできず、ただただ耐えなければならぬ一番厳しい時代だったと思います」と語り、「順応する子ども」(AC)でなければ生きていけない家庭環境であり、人生脚本の強化・正当化が進んだと考えられる。

作品4「決意」(図V-7-4)で、Gさんは家を出て自活する決意をするが、作品5「果てなき攻防戦」(図V-7-5)では「自活して自由を得たと思っていましたが、本当の自由は得られていませんでした」と述べ、自由になろうとしてもなれない葛藤は大きくなり、人生脚本の強化・正当化がさらに進んだと推測される。

作品6「万物流転」(図V-7-6)は、複数の水の変化を表す美しい写真が配置されたコラージュであり、作成後の気づきとして、Gさんは「すべてのものは、とどまらず変化していくが、何も本質は変わらないような気がします。あらゆるところに魂やエネルギーを感じます。今までのような変な戦略や小細工はいらない。自分の本質で生きていこうと思います」と答え、これからは自分の本質で生きると再決断し、「存在するな」、「感じるな」、「愛するな」、「考えるな」、「子どもであるな」などの重い禁止令に従わなくてもよいという許可を出したと推測される。この作品は、作品1「異空間」(V-7-1)と比べると、歪みがなくきっちりとした枠組みがあり安定した作品となっている。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

TEG3の変化をみると、子供の愛し方を親から伝えられなかった G さんは、自分が親からされたように子供に暴言や暴力を振うことを愛情表現と歪んで捉えていた「養育的な親」(NP)の否定的な働きを、高い水準の「成人」(A)で気づいたと考えられる。そこから、夫や子供達への肯定的な接し方を新しく学び始め、「養育的な親」(NP)の否定的な働きが減少したと考えられる。また、一連のコラージュ作成の過程で、自分の本当の感情にも気づき、作品6「万物流転」(図V-7-6)の作成により、もう戦わないと再決断し、複数の

禁止令「存在するな」、「感じるな」、「愛するな」、「考えるな」、「子どもであるな」に従わなくてもよいという許可を自分に出したため、本当の自分の気持ち表現してはいけないという否定的な「順応した子ども」(AC)は、大幅に減少したと考えられる。それと同時に、本来の自分である「自由な子ども」(FC)は上昇したと考えられる。

ECR-GOの変化を見ると、作品2「鏡と友達と現実」(図V-7-2)で表現されているように、親から虐待されたGさんにとって、人間は脅威でしかなく、基本的に信頼できなかったと考えられる。しかし、今回の一連のコラージュ作成を通して、もう戦わないと再決断し、前述の通り複数の禁止令に従わなくてもよいという許可を自分に出したため、他者観が変わり「親密性の回避」の大幅な低下につながったと考えられる。また、今回のコラージュ作成を通じて、脚本が修正されたことで、自己肯定感が高まり、「見捨てられ不安」も低下したと考えられる。

(4) まとめ

言語が発達する以前の人生のごく早い時期に生じた第三度のインパスは、言葉を用いたカウンセリングでは、たとえ原因を理解できても、言葉を覚える前の「子ども」(C)が体験した感情や感覚が引き起こす無意識レベルでの反応に対処するのは、たいへん難しいものであった。そのためGさんは、母親の影響を離れて、自活することになっても、自分の中の「子ども」(C)が無意識レベルで起こす反応が止められず、大人になってからも苦しい思いを続けてきたと考えられる。

今回の一連のコラージュ作成により、作品1「異空間」(図V-7-1)で表現された構図の歪みは、作品6「万物流転」(図V-7-6)では、安定した枠組みの構図に修正された。このコラージュの作成により、Gさんは人と戦わないと再決断し、複数の禁止令を解除する許可を自分に与えたと思われる。今回のコラージュ作成の影響として、Gさんは「漠然と記憶していたイメージや想いを具体的な形で表現することで、自分の人生をきちんと整理できました。それによって、自分の思いぐせや偏り、表現方法なども、客観的に理解でき、脚本書き換え後の未来の自分の姿をブレずに、つじつまがあう世界を想像できるようになったと思います」と答えた。TEG3とECR-GOの変化は、人生脚本の修正によるものと推察されるものであった。これらから、事例Gでは、出生後から一連のコラージュを作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。

V-8. Hさん 40代

V-8. Hさん 40代

(以下、「事例 H」と表記する)

V-8-1. プロフィール

Hさんは40代の女性で、教育関係の仕事に就いている。

V-8-2. 生育歴

Hさんの家族構成は、両親と兄、Hさんの4人である。Hさんの両親は共働きで、産後8週間で母親は仕事に復帰し、父方の祖父母にHさんを預けたが、末っ子のためにかわいがり、甘やかしたという。

Hさんは「幼稚園の入園式に、母は仕事で出席できず、付き添ったのは父だった。しかし、他の子どもたちには、みんな母親が付き添っているのに気づき、大泣きしたのを覚えている。その時以来、幼稚園では一言も話せなくなり、場面緘黙症になった。小学校に上がる頃から、父は仕事で業績を上げ、多忙になり家庭を顧みなくなった。一方、母は父と同様に仕事を持ちながら、家事、育児に手を抜くことはなく、食卓にはいつも手作りの惣菜、オヤツが並び、教育から日常生活まで細かく世話を焼いてくれた。そのため、母と兄、私が3人である時は穏やかであったが、父が帰宅すると、家庭の雰囲気は一変し、固く、緊張したものになった。父は自分のやりたいことをやる自分勝手な人、この人がいなければ平和なのにと子ども心にいつも思っていた。幼稚園まではマイホームパパであったが、仕事の成功と共に仕事一辺倒になり、毎晩飲み歩き、家庭を見限ったことが許せなかった。両親の関係はぎくしゃくしていたが、唯一、意気投合したのは、能力の低い同僚の批判や批評を言い合う時と、弱者を助けるべきというモットーについて語り合う時だった。

親への反発もあり、大学卒業後は演劇関係の仕事につきたいという夢を叶えるために上京した。両親は反対しつつも、30歳になるまで、毎月、生活費を仕送りしてくれたが、演劇関係の仕事では生活できないと諦め、最後は親の言う通りの仕事にしぶしぶ就いた。しかし、その後も自分が幸せになれないのは父親のせいである、と父親を憎み、恨んでいた」と語った。

V-8-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「繭の中」



図V-8-1 繭の中

b. 作品の説明

この作品の中央には、おくるみに包まれた赤ん坊が表現されている。Hさんは「これが自分であり、泣かない楽な子であった。その周りに母親と祖母の手、背景は暗い夜の輝きを表現した。母や祖母の手が赤ん坊からはちょっと離れているのは、母親が産後8週間で仕事に復帰し、祖父母からは得られない、母親の愛情に何か欠乏を感じていた自分を表した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか?という問いに対して、Hさんは「身体接触も、おそらくたくさんしてもらっているだろうと思うのだが、どうしても、自己イメージは、そのようなものから離れたものになってしまうように思う。主に後々に語られる母からの言語からイメージが作られているのではと感じる」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「タオルケットに守られて」



図V-8-2 タオルケットに守られて

b. 作品の説明

Hさんによれば、この作品の中央の黒いシルエットの少女が本人である。そして、その周りを取り巻く肌色とピンクの折り紙がタオルケットだという。「常にこのピンクのタオルケットを喋って、ポツンといつも佇んでいる自分をイメージした。この時使っていた毛布は、スヌーピーのタオルケットで、これは今も使っていて、今も寝る時には、枕元に置いて寝ている」という。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Hさんは「こちらもおそらくもっと自分を取り巻く環境は、人や愛があふれていたはずだが、改めて作るとやはりこのように孤独にぽつんと一人にいる。タオルが私の安心、安全の場所という自己イメージが、いまだ固定化してしまっていると考えた」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「ガラスの心」



図V-8-3 ガラスの心

b. 作品の説明

Hさんによれば「この作品は、いつもうつむいて、自分の足元ばかりを見ていた小学校時代の自分を表現している。とても傷つきやすく、うつむいて泣いている自分と涙である。その涙の奥には「もっとこうしてもらいたい、ああしてもらいたい」と思いながら、引きこもっていた自分を表現した。しかし、客観的に自分を見ると、両親ともに大変な過保護でむしろ手をかけすぎていたのではないのか」と語った。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Hさんは「この時代は、自分にとって、とても暗い時代。毎日、毎日泣いていて、下をずっと向いていたイメージ。年齢が上がると、友だちも多くできていたが、まだ自分がこうしてもらえてよかった、やってもらえてよかった面へのカラに閉じこもって、いまだいるように思う」と答えている。

(4) 13歳から17歳

a. 作品名「友だちと好きと楽しいと」



図V-8-4 友だちと好きと楽しいと

b. 作品の説明

この作品の上部と下部には少女たちの写真が並べられ、中央に複数の洋服やカバン、右側に黒い折り紙で横顔のシルエットがコラージュされている。Hさんは「このコラージュの右側の黒い折り紙の横顔が、大きく口を開けて、楽しそうに笑っている自分。そして、そこにはたくさんの女ともだち、若い少女らしい楽しみ、ファッション、友達、好きなこと、お洒落を楽しむ自分を表現した。このモノクロのコラージュの中で、ポイントのように表現した赤により自分の乙女心を表現した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Hさんは「親に反発、反抗ばかりしていたが、いざ思い出してみると、自我が芽生え、自分の好みの主義・主張を通し、こうしたい、ああしたい(服や髪型、アクセサリ等) 思いを通す自分。そして、友人関係が広がり、友だちと楽しい時間を共有し、笑いが常にあったこと、幸せない時代だった。そういう時間を与えられていたことに気づいた」と答えた。

(5) 大人になってから

a. 作品名「箱庭の中の反逆者」



図V-8-5 箱庭の中の反逆者

b. 作品の説明

この作品では、丘の斜面の上に、怪人たちが集まり、火を噴射している様子が表現されている。大人になったHさんは、常に自分は親の犠牲者だという思いに駆られ、親を憎み、社会を憎み、自分を哀れみ、親に反発し、演劇の仕事をするために上京した。モラトリアム時代が長く、なかなか定職につかなかった。結局、30歳になるまで、親からの経済的な援助のもとに夢を追いかけた。しかし、最後には、親の言う通りの仕事にしぶしぶ就いた。「今から振り返ってみると、自分の中に勝手に作り上げた悪、社会だとか、大人だとか、人間に対して戦い、まるで小さな世界でのチャンバラごっこみたいな自分勝手な空想の中で、必死に戦って生きてきた。自分が正義のつもりであったが、実際には自分が悪役であったということに改めて気づいた。この作品ではそういう自分というものを表現した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Hさんは「社会人になったと言っても、つくづく未成熟な人間だったと思う。脚本前の自分を「小学生テロリスト」と自分を表現していたが、コラージュにするとこんな感じか。空想の世界の中だけで生き、世の中を批判し、自分はおもちゃ箱の中で、戦争ごっこをして遊んでいたような、勝手にイチャモンをつけ、敵ときめつけ、自分が正義と勘違いしていたが、自分こそがおろかな人間だった。好き勝手に許されていた時代、甘えの時期」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名「まるの世界」



図V-8-6 まるの世界

b. 作品の説明

この作品の左上半分には寒色系の丸、そして反対に右下の半分には暖色系の丸が複数描かれている。Hさんは「この丸は、人や体験を表している。寒色の丸は、どちらかというところネガティブ、そして暖色の丸は、ポジティブを表している。右下の方に一部を描大きな黄色い丸は、人にすごいと思われたい、優越感を感じたいと自己顕示欲ではないか。大きな自己顕示欲が、だんだん下の方に沈んでいき、たくさんの小さい丸があらわれ、適切な距離を保ちながら、調和して、丸く穏やかに人と関わっている様子を表現した」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Hさんは「あまり具体的なイメージが、今はまだ残念ながら出てこなかったのですが、抽象的になってしまったが、人と調和し、喜びも哀しみも、経験するが、いろいろな色の経験は、おそらくこれからもあるが、それはどれも一つ一つが濃く、そして、いいものも、わるいものも、それは角張っておらず、丸く、そこそこの距離があり、つまりすぎず、とどまっているようで、流れていく。早いようで、おだやかで、短いようで、長く、そんな人生であれば、よいのかもしれない、と思った」と答えた。

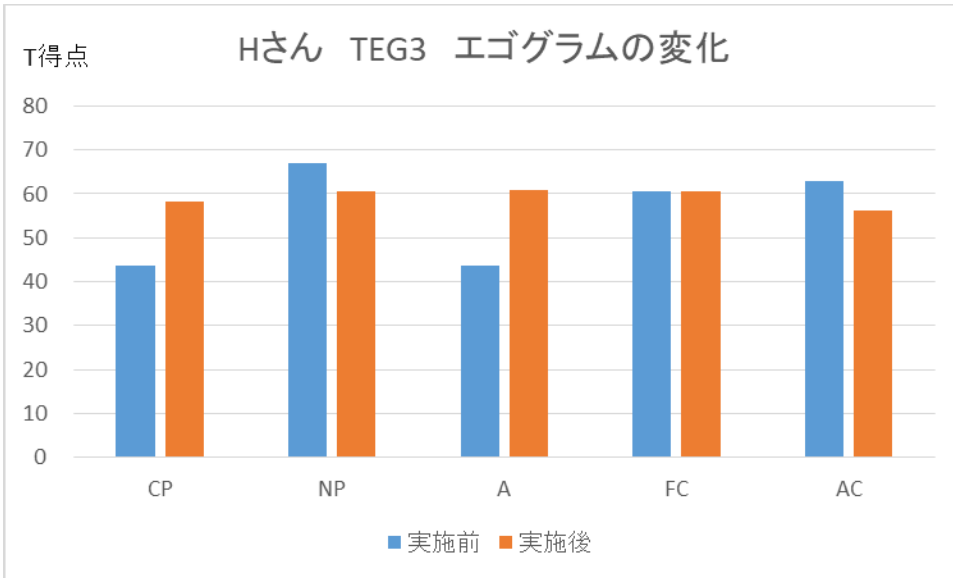
V-8-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか?」という問いに、Hさんは「人生の過去を歴史のように線を引き、時代ごとに振り返ることで、自分の人生を構造化することができた。大人になってからの自分と自分を取り巻く環境が、どうして出来上がったのか、自分の人生のつながりをビジュアルでイメージすることで、より自分の人生を俯瞰して見ることができた。また、未来のイメージは、より強烈に自分に暗示として響くように思う。今回は、言われるがままの指示の元に作成したが、意識的に自分に暗示を伝えるために、使うことも考えられると思った」と答えた。

V-8-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

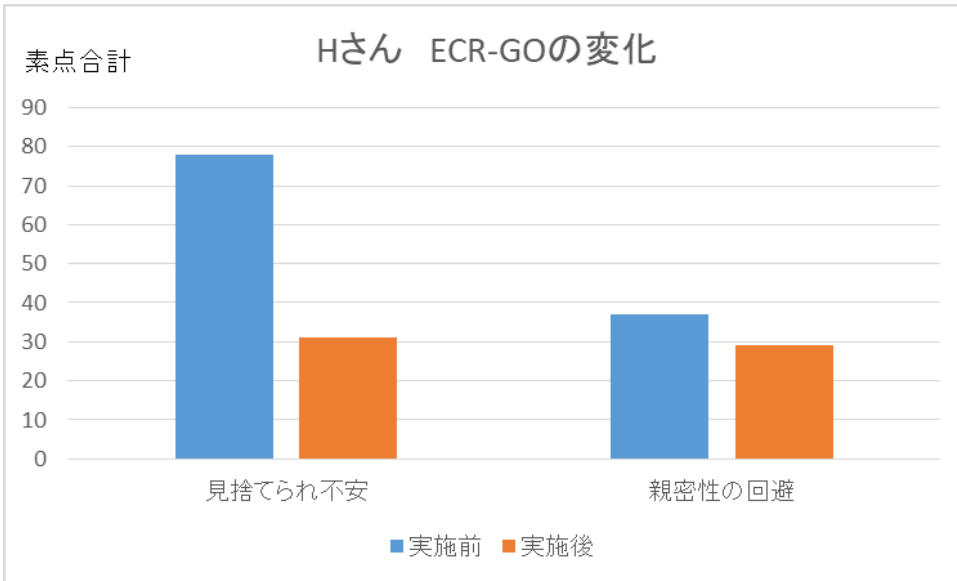
Hさんのエゴグラムの変化をみると、「批判的な親」(CP)は44から58に、「成人」(A)は44から61に増加した。「養育的な親」(NP)は67から61へ減少、「順応した子ども」(AC)は63から56に減少した(図V-8-7)。



図V-8-7 Hさん エゴグラムの変化

(2) ECR-GO

HさんのECR-GOの変化をみると、「見捨てられ不安」は78から31に、「親密性の回避」は37から29に減少した(図V-8-8)。



図V-8-8 Hさん ECR-GOの変化

V-8-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Hさんの両親は共働きで、母親が産後8週間で仕事に復帰したため、Hさんが欲するタイミングで両親から身体的な接触を得ることが難しかった一方で、両親は仕事から戻ると末っ子のHさんを過剰に甘やかしたため、幼少期のHさんは親から世話をされないときの満たされない欲求だけを強く感じるようになったと推測される。両親がいるときには過保護、過干渉を受け「成長するな」、「考えるな」、「成功するな」などの禁止令となった。自由に自己実現を目指し、家庭を顧みなかった父の生き方は、いつまでも子どものように振る舞い、周囲から注目やケアを得るモデリングとなった。仕事のため家庭を顧みない父の代わりに、働きながら自分を犠牲にして家庭に尽くした母は、弱者を助けることで承認を得ようとするモデリングとなった。Hさんは大学卒業後、演劇関係の仕事につこうと上京し、親から毎月仕送りをもらっていたが、うまくいかないのは父親のせいにしてきた。

以上のことから、Hさんの人生脚本は以下のように思われる。「自由に自分の夢を追いかけてよう。もし、失敗したら、まるで子どものように無力になり、自分より能力の高い人の前で、甘え、依存し、許してもらおう。しかし、自分より能力の低い人の前では、まるで過保護な親のように世話を焼き、叱り、強いものに反抗し、力を誇示しよう」

(2) コラージュ作成についての考察

作品1「繭の中」(図V-8-1)では、差し伸べられている母や祖母の手と、おくるみに包まれた赤ん坊の自分が表されている。Hさんは「母や祖母の手が赤ん坊からはちょっと離れているのは、母親が産後8週間で仕事に復帰し、祖父母からは得られない、母親の愛情に何か欠乏を感じていた自分を表した」と説明し、コラージュ作成後の気づきとして「身体接触も、おそらくたくさんしてもらっているだろうと思うのだが、どうしても、自己イメージは、そのようなものから離れたものになってしまうように思う」と述べており、コラージュ作成により、母親の愛情に欠乏を感じるという「子ども(C)」の混乱と葛藤を再体験したと考えられる。背景色の青は「暗い夜の輝きを表現」しており、仕事を持っていた母親が世話をしてくれるのは夜だったという暗示的な表現と考えられる。また青の背景色は作品3「ガラスの心」(図V-8-3)で「もっとこうしてもらいたい、ああしてもらいたい」と思いながら、引きこもっていた自分を表現する時にも使用しており、Hさんはこの

時に「順応した子ども」(AC)の自我状態を再体験している。「子ども」(C)の自我状態はその定義から「その個人の幼児期の遺物で、まとまった行動・思考・感情のパターンを再演したもの」なので、Hさんの「順応した子ども」(AC)の自我状態は、行動では引きこもり、思考では「もっとこうしてもらいたい」と考え、感情では欲求が満たされない葛藤を感じる時に、心のイメージを青で表現するというまとまったパターンを再演したものと推測される。このため、作品3「ガラスの心」(図V-8-3)と同様に、この作品1「繭の中」(図V-8-1)でも、作品名の通り「繭の中」に引きこもり「順応した子ども」(AC)の自我状態を再体験したと考えられる。

作品2「タオルケットに守られて」(図V-8-2)では、Hさんが忙しい両親の間で何か寂しい思いをし、毛布というタオルケットを愛着の移行対象としたと推測される。ある時期の幼児がたわいもない布切れ、毛布、動物のぬいぐるみといった「無生物」を肌身離さず持ち歩く光景をみることがあるが、ウィニコットは、これらの幼児に特異的な意味を有する「無生物の所有物」を移行対象と名付けた。移行対象は、正常な情緒発達における自立と自我自律性への第一歩を示し、例えば、母親が留守の時、不慣れな場所への旅行、あるいは就寝時などに使用され、いわば分離不安に対する防衛として利用される¹⁶⁾。コラージュではピンクの毛布で囲まれたひし形の白い背景の上に、黒いシルエットの少女が中央に貼り付けられている。Hさんは「常にこのピンクのタオルケットやタオルを喋って、ポツンといつも佇んでいる自分をイメージした」と説明し、コラージュ作成後の気づきとして「おそらくもっと自分を取り巻く環境は、人や愛があふれていたはずだが、改めて作るとやはりこのように孤独にぽつんと一人である」と答えており、人や愛があふれているはずでも、孤独にぽつんと一人であるときの「順応した子ども」(AC)の自我状態を再体験したと考えられる。なお黒のシルエットは後述するように作品3「ガラスの心」(図V-8-3)と作品4「友だちと好きと楽しいと」(図V-8-4)でも用いられる。

作品3「ガラスの心」(図V-8-3)では、空の背景に、水色の複数の涙、黒のシルエットで、右側にうつむいて泣いている自分の横顔と下側に自分の2本の足を貼り付け、前述の通り「順応した子ども」(AC)の自我状態を再体験したと考えられる。「客観的に自分を見ると、両親ともに大変な過保護でむしろ手をかけすぎていたのではないのか」と語っていることから、両親からの過保護や過干渉を受け「成長するな」、「考えるな」、「成功するな」などの禁止令を受け取り、人生脚本の形成が始まり、さらに強化、正当化するために「毎日、毎日泣いていて、下をずっと向いて」この自我状態を再演し続けていたと推測される。

作品4「友だちと好きと楽しいと」(図V-8-4)は、作品3「ガラスの心」(図V-8-3)と比較すると、右側の黒のシルエットが泣き顔から口を大きく開けた笑い顔に変わり、

背景が青から白に変化した。作品の上下に友達を表す複数の少女のモノクロの写真、中央には青、黒、白、ベージュ、赤の洋服やカバンの写真が貼り付けられている。Hさんは「モノクロのコラージュの中で、ポイントのように表現した赤により自分の乙女心を表現した」と説明し、コラージュ作成後の気づきとして「自我が芽生え、自分の好みの主義・主張を通し、こうしたい、ああしたい（服や髪型、アクセサリ等）思いを通す自分。そして、友人関係が広がり、友だちと楽しい時間を共有し、笑いが常にあったこと、幸せない時代だった」と述べており、このコラージュを作成して「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験したと推測される。

作品5「箱庭の中の反逆者」(図V-8-5)では、丘の斜面の上で、複数の怪人達が武器を持ち、爆発する炎の中で暴れようと立っている写真がコラージュされている。Hさんは「自分の中に勝手に作り上げた悪、社会だとか、大人だとか、人間に対して戦い、まるで小さな世界でのチャンバラごっこみたいな自分勝手な空想の中で、必死に戦って生きてきた。自分が正義のつもりであったが、実際には自分が悪役であったということに改めて気づいた。この作品ではそういう自分というものを表現した」と説明し、このコラージュを作成し「反抗する子ども」(RC)の自我状態を再体験したと推測される。コラージュ作成後の気づきとして「社会人になったと言っても、つくづく未成熟な人間だったなと思う」と述べ、Hさんの自我状態が「一貫して子ども」(C)であることに気づいたと思われる。「成長するな」、「考えるな」、「成功するな」の禁止令からなる人生脚本に従い生きてきた自分の姿を客観視し言語化した作品名の「箱庭の中の反逆者」は、脚本の今後の結末を暗示する。「今・ここ」で現実に向き合い、禁止令を解除する許可を出す決断はHさんに委ねられた状況となった。

作品6「まるの世界」(図V-8-6)で、Hさんはコラージュ作成後の気づきとして「人と調和し、喜びも哀しみも、経験するが、いろいろな色の経験は、おそらくこれからもあるが、それはどれも一つ一つが濃く、そして、いいものも、わるいものも、それは角張っておらず、丸く、そこそこの距離があり、つまりすぎず、とどまっているようで、流れていく。早いようで、おだやかで、短いようで、長く、そんな人生であれば、よいのかもしれない、と思った」と答えており、これまでの人生のいろいろな経験に新しい意味づけを与え、「成長するな」、「考えるな」、「成功するな」の禁止令を手放す許可を自分に与えることや、新しい人生のあり方について「成人」(A)の自我状態で思案を巡らしていると推察される。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

作品5「箱庭の中の反逆者」に表現されたように、Hさんは大人になっても、自分を含め、親や社会の犠牲となっている弱者を守るために、世の中の悪と戦ってきた。その自我状態が否定的な「養育的な親」(NP)として機能していた。しかし、今回、自分の人生を時代ごとに振り返り、その時々々の自我状態を思い出し、コラージュ作品を作成してみると、自分が犠牲者になった事実はなく、大人になり切れなかった自分の甘えにすぎなかったことに気づき、自分本位の「一貫して子ども」(C)の自我状態を改める決意をした。作品6「丸の世界」で表現されたように、自分のわがままを押し付けるのではなく、世の中のルールも受け入れて、他の人たちと協調しながら、穏やかに生きていくのもいいかもしれないと再決断の途上にあると思われる。

TEG3の変化では、社会のルールを受け入れたため「批判的な親」(CP)は増加し、自分の現状について客観的に考えていることから「成人」(A)が増加したと考えられる。かわいそうな自分の自我状態である「順応した子ども」(AC)と、弱者を助ける「養育的な親」(NP)が減少したと考えられる。全体として、エゴグラムのはきは大きく変化し、バランスがよい形になった。

ECR-GOの変化では、「成人」(A)の増加と「順応した子ども」(AC)の減少により自己肯定感が高まり、「見捨てられ不安」は大幅に減少したと考えられる。

(4) まとめ

Hさんの作品1「繭の中」(図V-8-1)で、身体接触をしてもらっていると思えるのに、母親の愛情に欠乏を感じるという「子ども(C)」の中に混乱と葛藤が始まり、作品2「タオルケットに守られて」(図V-8-2)、作品3「ガラスの心」(図V-8-3)と成長するに従って、その混乱と葛藤が大きくなり、生育歴と合わせて考えると、第三度のインパスがあったと推測される。

Hさんの作品5「箱庭の中の反逆者」と作品6「丸の世界」を比較すると、コラージュ作品に表現された心的イメージは、反逆者として周囲と戦う自分から、丸くなって周囲と協調する自分へと、大きく変化した。前述のように、心理アセスメントのデータにも、大きな前向きの変化がみられた。

また、今回のコラージュ作成の影響について「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境が、どうして出来上がったのか、自分の人生のつながりをビジュアルでイメージすることで、より自分の人生を俯瞰して見ることができた」と述べている。

これらから、事例 H では、出生時から一連のコラージュ作品を作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。

V-9. I さん 60代

V-9. Iさん 60代

(以下、「事例I」と表記する)

V-9-1. プロフィール

Iさんは60代の女性で、パート職として働いている。

V-9-2. 生育歴

家族構成は、両親と兄（1歳年上）とIさんの4人家族である。

Iさんは「父は東北地方出身の医療従事者だったが、母は画家志望でプライドが高く見栄っ張りで、とにかく欧米に対する憧憬が強かったと思う。私は父の故郷で生まれたが、母は子ども達が方言を話すのを嫌い、父を説得し、一家で東京の近郊に移住した。母は他人によそよそしく、私にやさしく接することは少なかった。ただ、私が他人と違うことをしたり、感性を示したときは満足そうだった。一般庶民とは違う生活を望み、兄と私は二人で電車とバスを乗り継ぎ、ミッション系の幼稚園へ通った。母は占い好きで、信用する占い師の言うとおりに、兄と私の小学校を何度も転校させた。中学校時代に両親は離婚した。母は父から多額の財産分与を受け、1人暮らしを始めた。母はかねてよりの希望であった画家を目指し、海外で絵を学ぶために何度も欧米諸国へと出かけて行った」と語った。

Iさんは、中高一貫の私立の女学校に進学したが「中学卒業間近になり、突如、母からフランスの学校に行くことになったことを告げられる。それまでもたびたびそのようなことがあったので、逆らうことなく母と共に渡仏した。言葉も習慣もわからないフランス生活はストレスが多かった。1年経たないうちに母は日本に帰国し、その後は母の知人の家で間借りしながら高校を卒業した。その頃、毎晩のように、自分の指をカッターで切り、血文字で日記を書いていた。高校卒業後、父親に泣きつき、日本に帰国し、日本の高校に編入させてもらった」という。

大学を卒業後、Iさんは海外で知り合った実業家の欧米人男性と結婚し、娘と息子を出産した。米国で暮らし、夫の経済力で、かなり裕福な生活を送ったが、英語が話せないことをバカにされるなど、夫婦ゲンカが絶えなかった。そのため、下の息子が高校生になる頃、夫とは離婚して、多額の財産分与を受ける。そして、音楽を学ばせるために息子連れてロンドンへと移住するが、まもなくアメリカに戻る。その後、息子が高校を卒業し、Iさんは日本に1人で帰国したという。

V-9-3. コラージュ作品

(1) 生まれてから1歳半まで

a. 作品名「青森の雪」



図V-9-1 青森の雪

b. 作品の説明

この作品の右上には父親の故郷の山の写真、右下には男性の写真、左上には女性の写真、左下には東京タワー、中央には黒の折り紙の上に、男の子と女の子の赤ん坊のイラストがコラージュされている。全体に小さな白い紙が散りばめられている。Iさんは「これが作品名の青森の雪である。男性と女性の写真は両親、中央の赤ん坊のイラストは兄と私で、雪の中で自分は生まれた自分の誕生と、東京への移住という1歳半までの出来事を表現した作品」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか?という問いに対して、Iさんは「私が生まれてから、東京に引っ越すまでの11ヶ月の間、母は慣れない青森の地で、父の親戚に囲まれていた事に思いを馳せてみると、ニューヨークで子育てをしていた私と似ていたのかと気が付きました」と答えた。

(2) 1歳半から6歳まで

a. 作品名「東久留米の緑」



図V-9-2 東久留米の緑

b. 作品の説明

この作品は、背景に青緑と黄緑の色紙、左側に昔のバス、右側に電車の写真、右下にススキと草花のイラストが貼られ、全体に複数の花の写真が散りばめられている。Iさんは「この作品は、当時、父が独立開業した東久留米の自然や緑と、兄と私がバスや電車を乗り継ぎながら、子ども達だけで通園していたことを表現した。その後の小学校、中学校も地元ではなく、占い好きの母親の言う通りに、何回も転校させられ、兄弟二人で一生懸命に支えあいながら、なんとか環境に順応しようとしていた」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「6歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Iさんは「悪いイメージはないけれど、小さい兄と私が思った以上に団結していた時期で、兄にはかなりの負担となっていたらろうと想像できました」と答えた。

(3) 7歳から12歳まで

a. 作品名「青いランドセル」



図V-9-3 青いランドセル

b. 作品の説明

この作品では、右に黒いランドセル、左に青いランドセルが逆さまに貼られ、その下にはレールがみえる。Iさんは「他の子供と一緒にであることを嫌った母は、私に何か普通とは違うユニークさを常に求めていた。当時、小学校に入学すると、女の子は赤いランドセル、男の子は黒いランドセルが普通であったが、母はネイビーのランドセルをオーダーして作らせた。周りの女の子は赤のランドセルだったが、私だけがネイビーのランドセルを背負い学校に通った。この頃から、母親が敷いたレールの上を逆らわ

ずに歩いていったのではないかと説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「12歳までの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Iさんは「近所に遊ぶ友達がいなかった事で、内に1人でこもっていく時期になったと思われました」と答えた。

(4) 13歳から17歳まで

a. 作品名「うずまき」



図V-9-4 うずまき

b. 作品の説明

この作品には、左端にエッフェル塔、右側にパリの風景、台紙全体に2つのうずまき、左側に一人佇む女性の黒い影がコラージュされている。Iさんは「中学3年生の卒業も間近になった頃、母がこれからの時代は世界にグローバルに活躍しなければいけないといい、慣れ親しんだ友達と離れ、急にパリの高校に留学した。その時代の自分をイメージした。パリは母の強い憧れの場所であったが、言葉も分からない、周りの環境もわからない、知っている人もいない中で、寂しさを感じながら、それを感じないようにしていた。作品中の黒い影は、観察する自分

でもあり、母の影でもある。母の影が、自分自身でもある。のちに自分の指を傷つけて血を出し、その血で日記を書いていた。自分の人生を、自分ではコントロールできないと思ったその原点が、ここにあるのではないのか」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Iさんは「1人、内にこもりながらも、1人で思春期を過ごしながら、もがいていたようなイメージがありました」と答えた。

(5) 大人になってから

a. 作品名「棘」



図V-9-5 棘

b. 作品の説明

この作品は、棘という作品名の通り、鋭利に切り取られた様々な色の折り紙が、重ねて貼り付けられている。左上の棘の奥には木々の緑の写真が丸く切り取られて貼られている。また、右下の隅には黒い塊の一部が貼られている。Iさんは「左上の緑はやすらぎを表している。それをずっと求めていたが、右下の黒い塊はうずくまっている自分を表している。ハリネズミのようにトゲトゲしているこの折り紙のうち、明るい色は子供との楽しみの時間で、その中に時々散らばっている黒いトゲは、人種差別をして、子供たちの前で発音をバカにして笑った夫

を表している。外国暮らしの中で、そのような人種差別と戦い、なんとか勝とうとする自分もまたトゲを発していることを表した作品である」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Iさんは「何も達成しない大人の自分ながら、子ども達の存在が想像以上に喜びを与えてくれたと感じました。ただトゲトゲした感覚は今も続いているように思います」と答えた。

(6) 人生脚本を書き換えて、より充実した未来

a. 作品名「安らぎへ」



図V-9-6 安らぎへ

b. 作品の説明

この作品の周囲には、たくさんのあやめの写真が、周囲を丸く切り取られて重ね貼りされ、中央の奥には神々しく輝く日の出の写真がコラージュされている。Iさんは「安らぎへ」というタイトルの通り、安心で不安もない、まるでそれはあの世のような、天国のようなもうやることはやったなあ、というような安らぎの世界を表現した。これが脚本を書き換えた自分の世界のイメージである」と説明した。

c. コラージュ作成後の気づき

「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境について気づいたことは何ですか？」という問いに対して、Iさんは「脚本を書き換えたかは、本当に想像でしかないのだけれど、自分の年齢を考えた時、それはあの世の感覚に近いのかと思いました」と答えた。

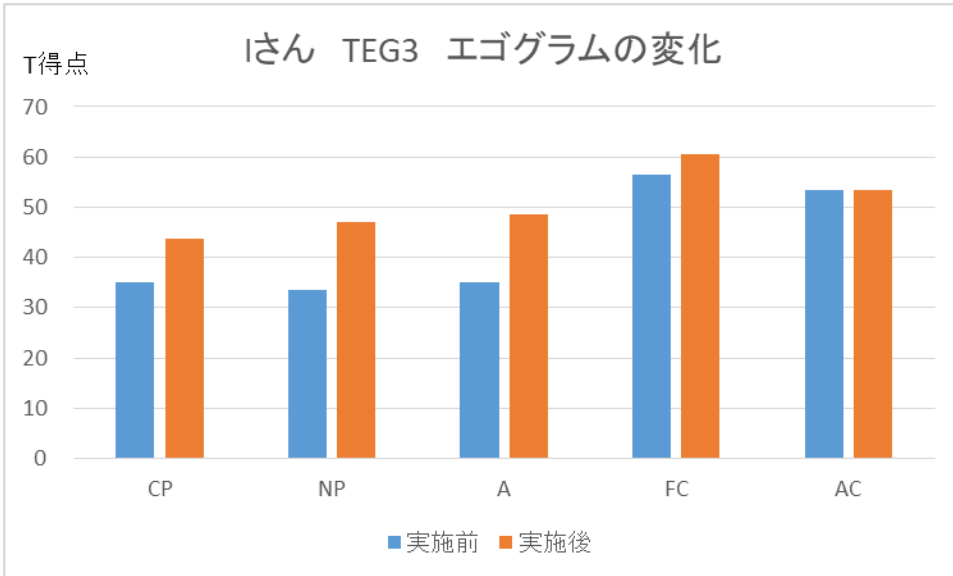
V-9-4. 今回のコラージュ作成の影響

「今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか？」という問いに、Iさんは「今までの頭で考える振り返りよりも、もっと当時の感覚(五感)を体験できた様に感じられました」と答えた。

V-9-5. 心理アセスメントデータの変化

(1) TEG3

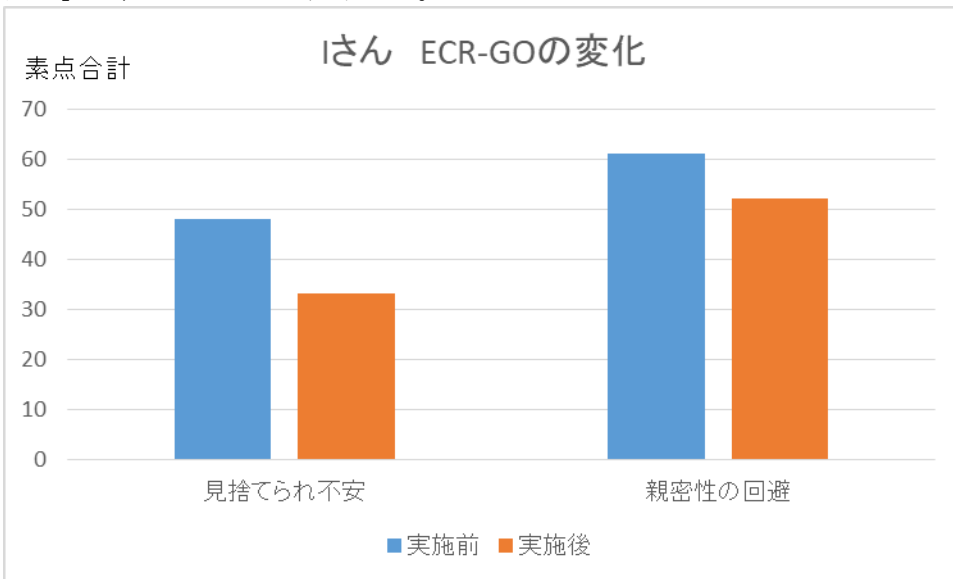
Iさんのエゴグラムの変化をみると、「批判的な親」(CP)は35から44に、「養育的な親」(NP)は34から47に、「成人」(A)は35から49に上昇した。



図V-9-7 Iさん エゴグラムの変化

(2) ECR-GO

IさんのECR-GOの変化をみると、「見捨てられ不安」は、48から33に低下、「親密性の回避」は、61から52に低下した。



図V-9-8 Iさん ECR-GOの変化

V-9-6. 考察

(1) 心理カウンセリングによる脚本分析

Iさんの母親はプライドが高く、あまり感情を表に出さない人で、他人によそよそしく、子どもたちに温かい愛情で接することは少なかったため「近づくな」という禁止令と「強くあれ」というドライバーとなった。占いや評判により子ども達を思うがままに転校を繰り返させ「考えるな」、「成長するな」という禁止令となった。さらに、他の子どもとは違うユニークさを暗に奨励していたことは「所属するな」、子ども達の気持ちやニーズをまったく無視し続けた母親の身勝手なふるまいは「感じるな」という禁止令を与えたと思われる。父親につねに甘え、人生でさまざまな尻拭いをしてもらったことは「成長するな」、「考えるな」という禁止令をなした。Iさんの脚本を考える上で、最も重要視すべきは、Iさんが母親そっくりの人生を歩んでいることである。

以上のことから、Iさんの脚本は以下のようなものと思われる。「力のある人に依存し、上位層に身を置き、貴族のように優雅に生きましよう。しかし、自分の力で得ていない豊かさは人生の後半で尽きて、まるでアリとキリギリスのキリギリスのように、晩年はみじめになるでしょう」

(2) コラージュ作成についての考察

生育歴で述べた通り、母親が画家志望で、Iさんはパリへの留学経験があるため、絵画の配色や形、構図などについて専門知識があり、それらの使い方の一貫性がみられ、視覚的な情報量が多い一方で、言語化された情報は少ないため、まず配色、素材の形と傾き、構図の各要素に分けて考察し全体を見渡した上で、最後にすべての要素を踏まえて、各作品の考察を進める。

a. 配色

まず配色について、Iさんの作品で使用された青、黒、緑の3色について、順番に考察する。青から始めると、作品1「青森の雪」(図V-9-1)では、背景色に青が使われている。IさんとIさんの母親にとって青は特別な色であり、作品3「青いランドセル」(図V-9-3)でIさんは「他の子供と一緒にであることを嫌った母は、私に何か普通とは違うユニーク

さを常に求めていた」ので「母はネイビーのランドセルをオーダーして作らせた。周りの女の子は赤のランドセルだったが、私だけがネイビーのランドセルを背負い学校に通った」と説明しており、青はユニークさを表す象徴的な意味があったことを示している。作品1「青森の雪」(図V-9-1)で、Iさんはこのコラージュで「雪の中で自分は生まれた自分の誕生と、東京への移住という1歳半までの出来事を表現した」と説明し、青の背景の上に貼られているものは、右上に岩木山、別名は津軽富士の写真、右下に父親を示す写真、左上に母親を示す写真、左下に東京タワーの写真である。右上の岩木山は青森県の最高峰であり、別名の津軽富士という名称の後半で使われている富士山は日本の最高峰であり、東京タワーは完成当初は高さが日本一であった特別な建造物である。岩木山、東京タワーともに青空の背景の写真が選ばれている。父親は医療従事者、母親は画家志望であり、二人とも青森ではユニークな存在であったと推察される。

次に黒について考察すると、作品1「青森の雪」(図V-9-1)の中央に黒の正方形が45度傾いて貼られ、その上にIさんと兄を示す男の子と女の子の赤ん坊のイラストが貼られている。これから述べるようにIさんにとって黒は特別な意味を暗示する色で、2つの作品に具体的な説明がある。まず作品5「棘」(図V-9-5)で「黒いトゲは、人種差別をして、子供たちの前で発音をバカにして笑った夫を表している。外国暮らしの中で、そのような人種差別と戦い、なんとか勝とうとする自分もまたトゲを発していることを表した作品」と説明しており、黒は人種差別つまり異民族間や異文化間で一方が他方を不当に低く取り扱う偏見を暗示する色と考えられる。またIさんは「右下の黒い塊はうずくまっている自分を表している」と説明しており、この黒は後述するIさんの「順応した子ども」(AC)の自我状態の暗示的な表現と考えられる。次に作品4「うずまき」(図V-9-4)では、Iさんはパリの高校に留学した時代のコラージュを作成し「作品中の黒い影は、観察する自分でもあり、母の影でもある。母の影が、自分自身でもある」と説明し、当時は「のちに自分の指を傷つけて血を出し、その血で日記を書いていた」と自傷行為に及ぶほどの抑うつ状態であったと考えられるため、観察する自分とは、意識が解離した自我状態を再体験したと推測される。その自我状態に伴う思考は前述の通り、黒い影は「母の影でもある。母の影が、自分自身でもある」、「自分の人生を、自分ではコントロールできないと思ったその原点が、ここにある」と述べ、それに伴う感情は「言葉も分からない、周りの環境もわからない、知っている人もいない中で、寂しさを感じながら、それを感じないようにしていた」と説明した。つまり、意識が解離し、自分は母親の影であり、自分の人生は自分ではコントロールできないと考え、孤独で寂しい感情を感じないように我慢するときは、心のイメージを黒で表現するという行動・思考・感情のまとまったパターンが、このコラージュ作成によりIさんが再

体験した「順応した子ども」(AC)の自我状態と推測される。生育歴からIさんの母親は「欧米に対する憧憬が強く」、「母は子ども達が方言を話すのを嫌い、父を説得し、一家で東京の近郊に移住した」ことから、母親は異文化に対する偏見の持ち主であることがわかり、黒は母親の影、Iさんの「順応した子ども」(AC)の自我状態、異文化に対する偏見を多義的に暗示する色と推測される。

3番目に緑について考察すると、作品5「棘」(図V-9-5)で、Iさんは「左上の緑はやすらぎを表している。それをずっと求めていた」と説明し、緑は安らぎを暗示する色であり、Iさんがずっと求めている感情である。緑が使われている作品は他に2つあり、その1つは作品2「東村山の緑」(図V-9-2)であり、背景が青緑と黄緑の2つ緑色から構成されている。青緑は、後述する理由からパリスグリーン、和名は花緑青と呼ばれる人工緑色顔料の色と考えられる。和名の花緑青を暗示するように複数の花の写真が貼り付けられている。パリスグリーンは亜砒酸酢酸銅という砒素を含む猛毒の顔料であり、1880年以降、文明諸国ではこの顔料の製造、使用が全面的に禁止された。しかし、この緑色顔料は原因が判明するまでに多くの人身事故を引き起こしたことで有名である。ナポレオンがこの色の愛好者で、身边をすべてこの色で飾らせていたが、遺髪が分析された際に、通常の数倍を超える砒素が発見され、その原因はこの緑色顔料の成分であった。一方、黄緑は後述するように安らぎや安心を表す緑を示すと考えられる。緑が使われているもう1つの作品は作品6「安らぎへ」(図V-9-6)で、Iさんは「「安らぎへ」というタイトルの通り、安心で不安もない、まるでそれはあの世のような、天国のようなもうやることはやったなあ、というような安らぎの世界を表現した。これが脚本を書き換えた自分の世界のイメージである」と説明している。張り付けられた写真の配色は、神々しく輝く日の出を中心に、その周囲をたくさん赤紫と白のあやめ花と緑の葉の写真で取り囲んでいる。赤紫は緑の補色であり、それぞれの光を重ねると白になることから、この作品の配色は相反する色である緑と赤紫が光として統合された輝く白色の3色で構成されていると考えられる。

b. 素材の形と傾きと数量

Iさんのコラージュで使われている素材の主な形には、長方形、角が丸い長方形、尖った三角形、丸形、形通りの切り抜きがみられ、貼り付ける傾き、それらの素材の数量によって、多様な表現がなされている。それぞれの作品について順番に見ていくと、作品1「青森の雪」(図V-9-1)では、岩木山と東京タワーの写真は傾きがない横長の長方形で計2枚、母親や父親は横転した角が丸い長方形で計2枚、黒い背景は45度傾いた正方形で1枚、形

通りの切り抜きで傾きのない兄のイラストが1枚、傾いたIさんのイラストが1枚、東京タワーは尖った三角形で1枚、雪は向きが様々な形通りの切り抜きで多数という構成で、赤ん坊は動き回ることもありIさんのイラストの傾きは自然とすると、母親と父親を表す横転した写真2枚は不自然に見える。作品2「東久留米の緑」(図V-9-2)を見ると、背景の青緑、黄緑は傾きがない長方形とその組み合わせである。バスと電車はやや傾いた角が丸い長方形で2枚、花は丸形や形通りの切り抜きで9枚、夜のすすきは傾きがない形通りの切り抜きで1枚という構成で、バスや電車がやや傾いているのが不自然といえるが、作品1「青森の雪」(図V-9-1)で両親の写真が横転しているのに比べると不自然さは少ない。作品3「青いランドセル」(図V-9-3)では、青いランドセルは上下反転した形通りの切り抜きで1枚、黒いランドセルはやや傾いた形通りの切り抜きで1枚、レールはやや傾いた形通りの切り抜きで1枚という構成で、全体が傾いており特に青いランドセルが上下反転しており、作品1「青森の雪」(図V-9-1)、作品2「東久留米の緑」(図V-9-2)に比べると、不自然さが大きくなっている。作品4「うずまき」(V-9-4)では、うずまきは傾きの角度が異なる傾いた楕円形で計2枚、風景は傾きの角度が異なる角が丸い長方形で計2枚、エッフェル塔は大きく傾いた形通りの切り抜きで1枚、黒い影は傾きがない形通りの切り抜きで1枚という構成で、本来傾くはずがない風景やエッフェル塔がそれぞれ異なる角度で傾いているため、作品3「青いランドセル」(図V-9-3)と比べると、不自然というよりも大きな混乱が見受けられる。作品5「棘」(図V-9-5)では、無秩序に様々な向きの角が鋭い三角形が台紙をほぼ埋め尽くすくらい多く重ね貼りされ、他には木々の緑が丸形で1枚、うずくまっている自分が形通りの切り抜きで1枚という構成で、大きな混乱が見受けられる。作品6「安らぎへ」(図V-9-6)では、円形に切り抜かれたあやめ写真の垂直線が台紙の中心に向くように台紙の周囲に貼られており、統一感がある。まとめると、素材の形と傾きと数量という観点から考察すると、作品1「青森の雪」(図V-9-1)と作品2「東久留米の緑」(図V-9-2)はやや不自然な感じ、作品3「青いランドセル」(図V-9-3)では不自然さが大きくなり、作品4「うずまき」(V-9-4)では混乱が起き、作品5「棘」(図V-9-5)では混乱が大きくなり、作品6「安らぎへ」(図V-9-6)では統一感があるように変化したと見受けられる。

c. 構図

要素別の考察の最後として、素材が貼られている位置に注目し、各コラージュの構図について考察する。作品1「青森の雪」(図V-9-1)は、台紙の4つの角と中央に素材が配置されており、安定した構図と考えられる。作品2「東久留米の緑」(図V-9-2)は、黄緑の台紙の上に青緑のほぼ同じ大きさの長方形が左上と右下の対角線上に張り付けられ、その上に複数の花とバス、電車、夜のすすきが全体に偏りなく貼り付けられており、全体的にバランスのとれた構図と考えられる。作品3「青いランドセル」(図V-9-3)は、素材数が3つと少なく、2つの対になったランドセルが左上と右下という対角線上に、レールが右上から左下という対角線上に配置されており、安定した構図と考えられる。作品4「うずまき」(V-9-4)は、右下に素材がないのに左上に大きな素材が配置され、全体として下半分よりも上半分により多くの素材が配置されているため、最も安定性に欠ける構図となっている。作品5「棘」(図V-9-5)は、左上と右下の対角線上に大きめの素材が配置され、全体的に満遍なく棘の尖った三角形が重ね貼りされているため、作品4「うずまき」(V-9-4)に比べるとバランスのとれた構図と考えられる。作品6「安らぎへ」(図V-9-6)は、台紙の中心からほぼ均等に周囲に素材が配置されており、安定した構図と考えられる。まとめると、構図は作品4「うずまき」(V-9-4)を除き、ほぼバランスがよいと見受けられる。

d. 各作品の考察

作品1「青森の雪」(図V-9-1)で、Iさんは安定した構図の中で様々な対立と葛藤を視覚的に表現している。左上の母親、中央の兄とIさん、右下の父親ではそれぞれの体の向きが異なり、違う方向を向いており、左上の母親の体は下向きで、頭はついていないが左下の東京タワーを見ていると暗示され、右下の父親の体は上向きで、頭はついていないが右上の岩木山を見ていると暗示され、中央の兄とIさんは体の向きが正面で前を見ており、それぞれの興味の対象が異なることを暗示する。両親の写真は左上と右下の対角線上に配置され、コラージュ内では最も距離がある関係であり、同じように右上と左下の対角線上に配置されている岩木山と東京タワーは、自然と文化、田舎と都会、地方と首都との対比を暗示する。配色についてすでに述べた通り青の背景の上に貼られている岩木山と東京タワーの写真は、ユニークなものを暗示し、岩木山と東京タワーの間にある黒の背景は、異文化間で一方が他方を不当に低く取り扱う偏見を暗示する。このコラージュ内の岩木山と東京タ

ワーの構図の対比にこの偏見を付加すると、岩木山は青森県内の最高峰にすぎず、当時は高さが日本一の東京タワーの方が勝っており、また津軽富士の別名があるとはいえ、日本の最高峰である富士山には及ばないことから、自然よりも文化、田舎よりも都会、地方よりも首都の方が優れているという偏った価値観の視覚的な暗示になるとと思われる。さらに東京タワーは赤い色で尖っており、文化・都会・首都は目立つが危険でトゲトゲしていることも暗示している。母親と父親との対比は、東京タワーと岩木山との対比に加えて、頭の向きが正反対であることから、考えた方や価値観が真逆であることを暗示し、黒が暗示する偏見をさらに強調すると考えられ、構図上の対比に価値観の相違が付加され、両親間の対立と葛藤を暗示する。次にその両親の間に配置された兄と I さんの子ども達と両親との関係について視覚的な表現から考察すると、子ども達は今述べた両親間の偏見に基づく対立と葛藤の中心に置かれ、さらに両親は子どもたちに目を向けず離れた位置におり、さらに背景色が黒と青で明確に区分され、子ども達と両親との関りは両親の写真が脚の膝付近で黒の背景の上に重なるわずかな部分であることを暗示している。横になって寝ている赤ん坊の視点からは、立ったままの両親は横向きに膝から上の胴体が見えるが、顔はよく見えなかったことの視覚的な表現と考えられ、両親が屈みこんで子どもと視線を合わせて見る機会が少なかったと推察されることから、黒が暗示する偏見には大人と子どもという文化レベルの優劣も含まれ、親は子どもを自分より劣るものと考え、上から目線で見下ろしていたことを暗示すると思われる。中央の黒い背景の中で表現されているように、青森で雪が降る夜に厚着もせず幼い兄と赤ん坊の I さんが二人だけでいて、体も心も冷え切って意識が解離するような混乱と葛藤の中で、自分の人生は自分ではコントロールできないと考え、孤独で寂しい感情を感じないように我慢していたのが、このコラージュ作成により I さんが再体験した「順応した子ども」(AC) の自我状態と考えられる。コラージュ作成の気づきとして、I さんは「私が生まれてから、東京に引っ越すまでの 11 ヶ月の間、母は慣れない青森の地で、父の親戚に囲まれていた事に思いを馳せてみると、ニューヨークで子育てをしていた私と似ていたのかと気が付きました」と答えており、I さんは自分の「順応した子ども」(AC) の自我状態だけでなく、ニューヨークで子育てしていたときの「養育的な親」(NP) の自我状態を再体験して、当時の母親と自分の自我状態を重ねたと推測される。これはすでに述べたように、I さんの心のイメージが黒で表現される「順応した子ども」(AC) の自我状態であるときは「自分は母親の影である」という思考パターンが働くためであり、作品 4「うずまき」で後述するように、交流分析の用語では I さんの母親と I さんの関係は「共生関係」にあったと思われ、母親の「親」(P) の自我状態を、I さんは自分の「親」(P) の自我状態として共有していたからと考えられる。作品 5「棘」で I さんは「ハリネズミのようにトゲトゲし

ているこの折り紙のうち、明るい色は子供との楽しみの時間」と説明しており、作品1「青森の雪」(図V-9-1)の作成により、母親とIさんが楽しい時間を過ごしたときに、お互いを感じたトゲトゲした感覚を再体験し、Iさんがニューヨークで子育てしたときに母親の「養育的な親」(NP)の自我状態を気づきの外で再演し同じようにトゲトゲした感覚を自分と子ども達がお互いを感じていたことを思い出したと考えられる。Iさんは作品5「棘」でコラージュ作成後の気づきの最後に「トゲトゲした感覚は今も続いているように思います」と述べており、その理由は今も母親の「養育的な親」(NP)や自分の「順応した子ども」(AC)が気づきの外で再演されると、トゲトゲした感覚を感じるためと考えられる。普段からやさしくされることは少なく、楽しい時でも母親から感じたトゲトゲした感覚は、幼少期のIさんに「近づくな」という禁止令と「強くあれ」というドライバーとなったと考えられる。事例Aの作品4「儀式」(図V-1-4)の考察で述べたように、箱庭の空間配置では「左側はその人の内的世界、無意識界を、右側は外的世界、意識界を示すことが多かった」¹⁸⁾とされており、左右の空間配置がこのコラージュでも当てはまるかを考察すると、左側は母親と東京タワーが貼り付けられ、文化、大人、都会、首都の方が自然、子ども、田舎、地方よりも優れているとする偏見に満ちた世界であり、出生時からIさんの人生脚本に深い影響を与えた一方で、右側の岩木山と父親が貼り付けられた世界は、自然対文化、子ども対大人、田舎対都会、地方対首都といった対立や葛藤、偏見がない世界であり、孤独と寂しさのあまり毎晩のように自傷行為をするほど追い詰められてパリの高校を卒業後、Iさんが日本に帰国するのを助け、日本の高校に編入させるという外的世界での現実的な支援をしてくれたのは父親であったことから、左側がより内的な世界、右側がより外的な世界を示すという空間配置は、このコラージュには当てはまると考えられる。Iさんは、作品5「棘」(図V-9-5)で「左上の緑はやすらぎを表している。それをずっと求めていた」と説明し、作品6「安らぎへ」でたくさんのおやめが咲き乱れるコラージュを作成していることから、Iさんが求める人生脚本を書き換えてより充実した未来とは、対立や葛藤、偏見のない安らぎの世界であると考えられ、左側がより内的な世界、右側がより外的世界を示すという空間配置は意識の流れを反映し、左が過去、右が未来という時間の流れの方向も暗示していると考えられる。作品名「青森の雪」は、自分の出自、アイデンティティを言語化したものであり、母親ではなく自分の人生を生きるという未来の方向性も暗示していると考えられる。

作品2「東久留米の緑」(図V-9-2)では、配色の考察ですでに述べたように、背景色には、青緑と黄緑の2種類の緑が使われており、青緑はパリスグリーンとみられ、猛毒の砒素を含む人工顔料であり、人間が作りだした美しい文化に潜む危険のメタファーとなっている。東京といっても当時の東久留米は緑が豊かな田舎だった思われ、田舎に対し偏見を

持つ母親が、自分の子ども達が地元の子ともと交わることを嫌ったため、兄とIさんの二人だけでバスや電車を乗り継ぎ、家から遠い幼稚園に通わされた。特に中央部にはパリスグリーン^①の背景に挟まれた黄緑の通園路が細くなっている部分があり、花が咲き美しいが猛毒の人工顔料であるパリスグリーンの領域に間違っ^②て一歩でも足を踏み入れたら、幼い兄とIさんにとっては死を意味したかもしれないほど危険な通園であったことの暗示的な表現と考えられる。バスや電車はその不安を表すようにやや傾き、右下には背景が黒い夜のすすきのイラストが貼り付けられている。これらから、このコラージュは家から遠い幼稚園に子ども達だけで通園することは、母親の自然や田舎へ偏見の影響であり、たいへん危険で、当時のIさんは不安を感じ「順応した子ども」(AC)の自我状態であったことの暗示的な表現と考えられる。地元の子とも達と交友しなかったことは「所属するな」、母親の言いつけに従い死と隣り合わせの恐怖を我慢しながら通園したことは「感じるな」、「考えるな」の禁止令を受けたと考えられる。

作品3「青いランドセル」(V-9-3)について、配色の考察で述べたように、青は母親とIさんにとってユニークさを表す特別な色であった。Iさんは青いランドセルの写真を上下反転して貼り付けることで、自分だけ青いランドセルを背負うのは嫌だった気持ちを視覚的に表現したと思われる。子どもの意思や考えを認めず、自分の思い通りにしようとした母親の身勝手なふるまいは「成長するな」の禁止令を与えたと思われる。Iさんは「この頃から、母親が敷いたレールの上を逆らわずに歩いていったのではないかと説明し、人生脚本の強化・正当化が進んだと思われる。レールの色は黒であり、母親の偏見の影響やIさんが「順応した子ども」(AC)の自我状態であったことが暗示的に表現されている。

作品4「うずまき」(図V-9-4)では、Iさんは「急にパリの高校に留学した。その時代の自分をイメージした」と説明しており、配色の黒の考察ですでに述べた通り、黒い影の黒は母親の影、Iさんの「順応した子ども」(AC)の自我状態、異文化に対する偏見を多義的に暗示する色である。母親の影が自分自身であると感じられるような場合、Iさんの母親とIさんの関係は交流分析の用語の「共生関係」にあったと思われる。Iさんの母親は、Iさんの考えや気持ちなどを全く考慮せず、子ども達が通う学校を勝手にコロコロ変更したことからわかるように、Iさんを自立した1人の人間としては認めていなかった。そのため、Iさんの母親の自我状態とIさんの自我状態は、2人で1人分の働きしかしていなかったと思われる。つまり、Iさんの中では、自分の「親」(P)と「成人」(A)の自我状態は使われずに、Iさん母親の「親」(P)と「成人」(A)が使われていた。そして、Iさんの「子ども」(C)は、母親と自分の二人で共用していたと思われる。作品名のうずまきの色は青で、配色の青の考察ですでに述べた通り、母親がIさんに求めたユニークさを暗示する色であ

り、パリの高校への留学は、欧米に対する憧憬が強かった母親の文化的な優越感を満たしたと思われる。しかし、Iさん本人にとって「言葉も分からない、周りの環境もわからない、知っている人もいない中で、寂しさを感じながら、それを感じないようにしていた」時代であり、コラージュ作成後の気づきとして「1人、内にこもりながらも、1人で思春期を過ごしながら、もがいていたようなイメージがありました」と答えており、母親が求めるユニークであれという期待に応えられない混乱と葛藤を、青のうずまきを切り抜いて視覚化し、作品名として言語化したと考えられる。素材の形と傾きと数量の考察で述べたように、大きな混乱が視覚的に表現されており、構図での考察で述べたように6作品の中で最も安定性に欠ける構図になっている。人生脚本の強化・正当化がさらに進んだと考えられる。

作品5「棘」(図V-9-5)は、左上の安らぎを表す丸形の緑と、右下にうずくまる黒い影の自分、その間に飛び交う「ハリネズミのようにトゲトゲしている」たくさんの折り紙から構成されている。明るい色のトゲは子ども達との楽しい時間であり、黒いトゲは「人種差別をして、子供たちの前で発音をバカにして笑った夫を表している」と説明しており、作品1「青森の雪」(図V-9-1)でも考察したように、自分が生まれた直後に青森で母親が子どもや夫に接するときお互いを感じていたトゲトゲした感覚を使って、Iさんが親になった時、自分の子どもや夫に接していることを表わしていると推測され、母親の人生脚本に従ってIさんが生きていることの一つの証であり、このまま母親の人生脚本に従い母親と同じような結末に向かって生きていくかどうかは「今・ここ」のIさん自身の決断に委ねられている状況と考えられる。

作品6「安らぎへ」(図V-9-6)は、作品5「棘」(図V-9-5)で、Iさんが「ずっと求めていた」左上の安らぎを表す緑の丸形の世界が、「脚本を書き換えた自分の世界のイメージ」として表現されている。その内容は、配色の緑の考察ですでに述べた通り、神々しく輝く日の出を中心に、その周囲をたくさんの赤紫と白のあやめ花と緑の葉の写真で取り囲んでいる。赤紫は緑の補色であり、それぞれの光を重ねると白になることから、この作品の配色は相反する色である緑と赤紫が光として統合された輝く白色の3色で構成されていることから、Iさんがずっと求めていた世界とは、二つの相反するものが統合された世界であると思われる。作品1「青森の雪」(図V-9-1)では4つの角に写真が貼り付けられ、中央の黒の背景色が暗示する偏見が付加されて、対角線上に対立と葛藤が表現されていたが、作品6「安らぎへ」(図V-9-6)では、中心が輝く光に変わり、その周辺を丸形に切り取られたあやめの花と葉が取り囲むことで、対立や葛藤はなくなり、安らぎの世界が表現されている。

(3) 心理アセスメントデータの変化についての考察

作品4「うずまき」(図V-9-4)の考察で述べたように、Iさんは母親と共生関係にあったと考えられ、自分の「親」(P)と「成人」(A)を使わずに、母親の「親」(P)と「成人」(A)を使っていたが、今回、母親とは別の人生を生きる再決断により、母親との共生関係を解消したため、TEG3の変化では、Iさん自身の「支配的な親」(CP)、「養育的な親」(NP)、「成人」(A)の各自我状態が正常に機能しはじめ、それぞれが増加したと考えられる。また、母親の影響から脱して、コラージュで表現された各時期の自我状態を、五感を通じて、ありのままに感じるできるようになり、「自由な子ども」(FC)も高まったと考えられる。

ECR-GOの変化では、再決断により母親との共生関係を解除したことにより、自己肯定感が上がり、「見捨てられ不安」は減少し、他者に対する偏見が弱まったことで「親密性の回避」は減少したと考えられる。

(4) まとめ

作品1「青森の雪」(図V-9-1)で考察したように、Iさんは母親が持っていた自然、子ども、田舎、地方に対する偏見から「子ども」(C)の中に混乱と葛藤が始まり、作品2「東久留米の緑」(図V-9-2)、作品3「青いランドセル」(図V-9-3)、作品4「うずまき」(図V-9-4)と成長するに従って、その混乱と葛藤が大きくなり、生育歴と合わせて考えると、Iさんのケースは、第三度のインパスがあったと考えられる。

Iさんの作品5「棘」(図V-9-5)と作品6「安らぎへ」(図V-9-6)を比べると、作品5では鋭角に切り取られた複数の折り紙が、文字通りトゲトゲしく貼り付けられていたのに対し、作品6では、満開のあやめの花々の写真が、丸く弧を描くように切り取られて貼られており、コラージュ作品に表現された心的イメージは大きく変化している。前述の通り、心理アセスメントのデータにも、大きな前向きの変化がみられた。

コラージュ作成の影響について、「今までの頭で考える振り返りよりも、もっと当時の感覚(五感)を体験できた様に感じられました」との回答があり、コラージュ作成により当時の自我状態を五感で感じ取れたことで、母親の「養育的な親」(NP)と自分の「養育的な親」(NP)が同じようにトゲトゲする感覚であることに気づき、再決断につながった。

以上より、事例Iでは、出生時から一連のコラージュ作品を作成する手法は、脚本修正に一定の効果があったと考えられる。

VI. 総合考察

VI. 総合考察

本研究の目的は、言葉を媒介とする従来のカウンセリング手法に加え、視覚や切り貼りする体感覚を伴うコラージュ作成とグループ・シェアリングを併用することにより、クライアントが自らの人生脚本の修正がより行いやすくなることを検証することであった。

そこで、本研究の心理アセスメントデータの分析結果と事例研究を振り返り、その後で全体をまとめ、本研究の効果について考察する。

VI-1. 心理アセスメントデータの分析結果についての考察

VI-1-1. TEG3 の変化

TEG3 による TA 発達段階コラージュ療法の実施前と実施後の変化に注目すると（表IV-2）、「自由な子ども」（FC）の有意な増加と、「順応した子ども」（AC）の有意な減少が見られた。

TA 発達段階コラージュ療法では、①コラージュ作成そのものによる治療的退行、②退行した先である人生脚本の形成、強化、正当化が起きた場面での強烈な感情や感覚を伴う当時の自我状態の再体験、③「子ども」（C）による再決断が行われることにより、エゴグラムでは、「子ども」（C）の変化が想定されていたが、その想定通りの結果となった。

VI-1-2. ECR-GO の変化

本研究では、ポジションを数値化する指標として ECR-GO を用いた。本研究の実施前後の ECR-GO の変化を見ると（表IV-4）、「見捨てられ不安」、「親密性の回避」とともに、有意に減少した。これらから、ポジションの変化については、TA 発達段階コラージュ療法が有効であったと考えられる。

VI-1-3. TEG3 と ECR-G0 との各下位尺度の相関関係

(1) 本研究の実施前

TEG3 と ECR-G0 の各下位尺度の相関関係の変化をみると、実施前（表Ⅲ-5）には、「成人」(A) と「見捨てられ不安」との間に、有意に負の相関関係が認められた。

「見捨てられ不安」が高いとは、否定的な自己観が高いことを示している。つまり、「成人」(A) が高いことと、否定的な自己観が低いことに正の相関関係があることを示している。

この結果は、交流分析の理論と矛盾しないと考えられる。

(2) 本研究の実施後

本研究の実施後（表Ⅲ-6）に、「順応した子ども」(AC) と「見捨てられ不安」との間に、有意に正の相関が認められた。再決断派によれば、否定的自己観は、自己イメージが低い「順応した子ども」(AC) と深く関連があるとされており、本研究の結果とは、矛盾しないと考えられる。

また、実施前と実施後とで、「見捨てられ不安」と相関関係が認められる自我状態が、「成人」(A) から「順応した子ども」(AC) に変化した。その原因については今後の検討課題としたい。

VI-2. 事例研究についての考察

VI-2-1. インパスの表現について

事例研究で取り上げた9件のうち、事例Bを除く8件は、第二度または第三度のインパスがあると考えられた。ここで、インパスがどのように表現されたかを考察する(表VI-1, VI-2, VI-3)。

事例Aでは、作品1「嫌な予感」(図V-1-1)や作品2「さかさま」(図V-1-2)に、さかさまに写真が貼り付けられており、違和感が漂う構成となっている。事例Aの生育歴を合わせて考えると、1歳半までには第三度のインパスが起き、幼児決断がされていたと考えられる。事例Cでは、作品2「鳥かご」(図V-3-2)で、第二度のインパスが起き、鳥かごの中で身動きができない様子が表現されている。事例Dでは、作品3「無」(図V-4-3)で、第二度のインパスが起き、すべてが凍りつき、まったく身動きがとれなくなった様子が表現されている。事例Eでは、作品2「森の掟」(図V-5-2)で、第二度のインパスが起き、左に伸びていく植物の蔓にはたくさんのトゲがついており、たくさんの禁止令を受け取った自分が表現されている。事例Fでは、作品3「個性の否定」(図V-6-3)で、第二度のインパスが起き、左側のデッサン画の口のすげ替え表現や、首に貼られた黒い長方形の折り紙、右半分の黒い背景などに苦しみや息苦しさ、過酷な環境が表現されている。事例Gでは、作品1「異空間」(図V-7-1)に、第三度のインパスが起き、風景が傾いたり、上から花の風景が降ってきたりと、違和感が漂う構成となっている。Gさんの生育歴を合わせて考えると、1歳半までには第三度のインパスが起き、幼児決断がされていたと考えられる。事例Hでは、作品1「繭の中」(図V-8-1)に、第三度のインパスが起き、身体接触もたくさんしてもらっているだろうと思えるのだが、母親の愛情に何か欠乏を感じておくみの中に引きこもっていた自分が表現されている。事例Iでは、作品1「青森の雪」(図V-9-1)に、第三度のインパスが起き、母親が持っていた自然、子ども、田舎、地方は、文化、大人、都会、首都よりも劣るという偏見による父親との対立の間に立たされ、温かい愛情で接してもらわれる機会も少なく、どうすることもできない様子が表現されている。

表V-1、表V-2、表V-3では、事例研究で取り上げたコラージュ作品の一覧を掲載し、インパスが表現されている作品の背景を灰色で表示した。

表VI-1 コラージュ作品一覧 (Aさん、Bさん、Cさん)

	事例 A	事例 B	事例 C
インパス	第三度	不明	第二度
作品 1 生まれてから 1歳半まで	 嫌な予感	 爆発	 密着
作品 2 1歳半～6歳	 逆さま	 流れ	 鳥かご
作品 3 7歳～12歳	 出てきちゃダメだよ	 春	 まぼろし
作品 4 13歳～17歳	 儀式	 人生の花畑	 ペルソナ
作品 5 大人になって から	 どこにも続かない道	 豊か	 無明
作品 6 人生脚本修正 後の未来	 みんな仲良く	 ひとり	 Let it be

表VI-2 コラージュ作品一覧 (Dさん、Eさん、Fさん)

	事例D	事例E	事例F
インパス	第二度	第二度	第二度
作品1 生まれてから 1歳半まで	 世界の中心	 響く命	 あたたかさ
作品2 1歳半～6歳	 お姉ちゃん	 森の掟	 わんぱくさ
作品3 7歳～12歳	 無	 幸せの青い鳥を探して	 個性の否定
作品4 13歳～17歳	 ハーフハーフ	 螺旋階段	 監視
作品5 大人になってから	 世界は私のために	 魔法のランプ	 火
作品6 人生脚本修正後の 未来	 ムービングオン	 栄冠は君に輝く	 自由

表VI-3 コラージュ作品一覧 (Gさん、Hさん、Iさん)

	事例 G	事例 H	事例 I
インパス	第三度	第三度	第三度
作品 1 生まれてから 1歳半まで	 異空間	 繭の中	 青森の雪
作品 2 1歳半~6歳	 鏡と友達と現実	 おれくつに守られて	 東久留米の緑
作品 3 7歳~12歳	 安住の地	 ガラスの心	 青いランドセル
作品 4 13歳~17歳	 決意	 友達と好きと楽しいと	 うずまき
作品 5 大人になって から	 果てしなき攻防戦	 箱庭の中の反逆者	 棘
作品 6 人生脚本修正 後の未来	 万物流転	 まるの世界	 安らぎへ

このように、本研究では、第二度、第三度のインパスが起きた状況で、それが識別できる表現で、コラージュが作成された。ただし、第二度のインパスの識別は容易なのに対し、第三度のインパスは識別しにくい場合がある。その理由は、第二度のインパスと第三度のインパスの発生時期の違いにある。先行研究ですでに述べたように、第三度のインパスは幼児期早期の言語が発達する以前からの「子ども」(C)の内部における混乱と葛藤であり、基本的には生まれてから1歳半までの作品1に表れるのに対し、第二度のインパスは早期の言語期以前の発達段階の「親」と「子ども」の自我状態間での対立であるため、1歳半以降の作品2以降に表れる。そのため第三度のインパスは発生せず第二度からインパスが発生する場合、作品1は肯定的自己イメージを表したコラージュになる。例えば、第二度のインパスの事例Cの作品1「密着」(図V-3-1)は肯定的自己イメージなのに対し、作品2「鳥かご」(図V-3-2)は否定的自己イメージであり、作品1との比較により作品2がインパスの表現と容易に判断できる。事例Dでは作品1「世界の中心」(図V-4-1)と作品3「無」(図V-4-3)を比較すると、肯定的自己イメージから否定的自己イメージへの変化は明らかである。事例Eの作品1「響く命」(図V-5-1)と作品2「森の掟」(図V-5-2)、事例Fの作品1「あたたかさ」(図V-6-1)と作品3「個性の否定」(図V-6-3)を対比すると第二度のインパスは容易に識別できる。第三度のインパスの特徴は、作品1が否定的自己イメージであり、作品2以降も人生脚本を強化、正当化するプロセスが続くため、否定的な自己イメージが成長するにつれて強まることである。例えば、第三度のインパスの事例Hの作品1「繭の中」(図V-8-1)は、コラージュだけを見ると赤ん坊の周りに4本の手が差し出されており、肯定的自己イメージに見えるが、Hさんは「母や祖母の手が赤ん坊からはちょっと離れているのは」、「母親の愛情に何か欠乏を感じていた自分を表した」と説明しており、否定的な自己イメージの表現であると分かる。総合的な考察が必要ではあるが、第三度のインパスはコラージュの表現により識別できる。

これらから、交流分析の理論に基づき、コラージュ療法を用いた本研究の技法TA発達段階コラージュ療法は、人生脚本を修正するために有効であると考えられる。

第一度のインパスは、主に言葉で伝えられるドライバーを解除すればよいので、従来通りの主に言葉を媒介とするカウンセリングでも対応はしやすい。しかし、第二度、第三度のインパスに対処するには、主に非言語のメッセージで伝えられる禁止令を解除する必要がある。クライアントが自分で気づいて人生脚本を修正するのは難しい。また、治療者にとっても主に言葉を媒介とするカウンセリングや心理療法では、対応が難しいとされている²⁾。

そのようなケースでは、本研究のように発達段階別にコラージュを作成すれば、クライアントも治療者も、インパスが発生した状況を視覚的に把握でき、問題が明確になるため、解

決も容易となるのではないかと考えられる。

VI-2-2. 再決断のプロセスについて

作成されたコラージュ作品の中には、作品5の「大人になってから自分と自分を取り巻く環境を表すコラージュ」で、人生脚本を修正する前の状況と再決断の内容やプロセスの両方が一つのコラージュに表現された作品が見られた。それは事例Cの作品5「無明」(図V-3-5)、事例Eの作品5「魔法のランプ」(図V-5-7)、事例Fの作品5「火」(図V-6-5)、事例Iの作品5「棘」の4作品である(表VI-1、表VI-2、表VI-3の背景をオレンジ)。この4作品に表現された再決断の内容やプロセスを概観した後で、TA発達段階コラージュ療法での第二度のインパスと第三度のインパスの人生脚本を修正するプロセスの違いについて考察する。

最初に4作品の中で最も理解しやすい事例Eから概観すると、事例Eの特徴は作品5「魔法のランプ」(図V-5-1)で蝶に羽化する青虫や作品6「栄冠は君に輝く」で現れる幸せの青い鳥が、予め作品1「響く命」(図V-5-1)のコラージュですでに表現されていたことであった。作品1の作成時にEさんは自分の脚本をどのように修正し、作品6でどんな未来を描くかの大まかな構想をすでに決めていたと考えられる。Eさんは作品1の作成により、気づきの外にあった「自由な子ども」(FC)の自我状態を再体験し、かつては「私はOKであり、あなたもOKである」のポジションで生きていたことを実感した。交流分析では幼児決断をする理由として、脚本形成の2つの重要な特徴をあげ「①脚本決断は、しばしば敵意ある、生命を脅かすようにさえ見える世の中を生きのびていくための、幼児の一番よい戦略を表している。②脚本決断は幼児の感情と現実吟味に基づいてなされる」¹⁾としている。Eさんは子どもの頃、生き残るための最善の戦略として人生脚本を形成、強化、正当化して生きてきたが、作品1の作成によりEさんの「子ども」(C)が「私はOKであり、あなたもOKである」のポジションで生きる戦略がこれからは最善と再決断し、脚本を修正したと推測され、治療的退行の効果と考えられる。Eさんはその再決断のプロセスを作品名の「魔法のランプ」と羽化した蝶のコラージュという2つのメタファーを使い、まるで魔法のように、蝶が羽化するように劇的に変化したことを視覚的に表現した。Eさんが探し求めていた幸せの青い鳥が「私はOKであり、あなたもOKである」のポジションのメタファーであれば、そのポジションは生まれてから1歳半までの「自由な子ども」(FC)の自我状態の中に既にあり、作品6「栄冠は君に輝く」(図V-5-8)の今回のコラージュ作成の影響としてEさんは「追い求めていた幸せは、もうすでにあり、自分の捉え方しだいであったこ

とに気づいた」と述べ、「自分の捉え方」とは、そこに「成人」(A)意識を向けることを意味すると考えられる。2つ目の事例Fも第二度のインパスであり、作品1「あたたかさ」(図V-6-1)と作品2「わんぱくさ」(図V-6-2)を作成して、Eさんと同様に「自由な子ども」(FC)の自我状態と「私はOKであり、あなたもOKである」ポジションを再体験し、そこで感覚的に脚本修正をしたと推測される。作品5「火」(図V-6-5)を作成後の気づきで「自己肯定の光を灯すことにより、暗闇が少しやわらいだような気がしていたことに気づきました」と述べている。3つ目の事例Cも第二度のインパスであり、作品1「密着」(図V-3-1)で事例E、事例Fと同様の再体験をして、「子ども」(C)が脚本の修正を決断したと思われる。早い段階で脚本の修正が終わっているため、作品5「無名」(図V-3-5)や作品6「Let it be」(図V-3-5)のような連作の構想を練れると思われる。4番目の事例Iは第三度のインパスで、Iさんは「自由な子ども」(FC)の自我状態や「私はOKであり、あなたもOKである」ポジションを体験していないため、脚本修正のプロセスは、第二度のインパスとは異なると考えられる。母親との共生関係という特殊事情から、Iさんは作品5「棘」(図V-9-5)の作成により、母親とIさんが青森とニューヨークで子育て中のトゲトゲした感覚を再体験した。事例Iと他の第三度のインパスの事例との違いは、Iさんが母親の人生脚本とその結末を知っていたことである。「今・ここ」で脚本修正しなければ、やがて母親と同じ結末を迎えることに気づき、Iさんが選択したのは「棘」の人生ではなく、安らぎの人生であったため、作品5「棘」(図V-9-5)の左上に緑の安らぎを貼り付け、作品6「安らぎへ」(図V-9-6)でその内容を表現した。このように第三度のインパスがある場合は、基本的に過去を遡っても肯定的自己イメージを見つけるのが難しく、逆にどんな結末を迎えるのか未来を想像すると「今・ここ」で脚本修正をするきっかけとなると推測される。第二度と第三度のインパスともに、気づきの外で特定のパターンの自我状態を繰り返し再演することにより人生脚本の形成、強化、正当化のプロセスが進行していくが、特に第三度のインパスの場合は、その繰り返しのパターンに気づき、さらに繰り返しを続けると将来どうなるのか、その結末にまず「成人」(A)で気づき、その結末をコラージュで視覚的に表現し「子ども」(C)にもわかりやすく伝え、脚本修正の準備を整えることが作品5の大きな役割となる。例えば、第三度のインパスである事例Aの作品5「どこにも続かない道」(図V-1-5)は「一貫して子ども」(C)のワンパターンなペルソナでは、「かつてお付き合いをしていた女性」やその他の人も自分から離れていき、もう先がないことを表現したコラージュである。また第三度のインパスである事例Gの作品5「果てしなき攻防戦」(図V-7-5)では、コラージュ作成後の気づきとして「私の人生は、攻める、防ぐ、戦略を練るの繰り返しでした」と特定のパターンに対する「成人」(A)での気づ

きを答え、その繰り返しのパターンを「子ども」(C)にわかるようにコラージュで視覚化した。第三度のインパスである事例Hの作品5「箱の中の反逆者」(図V-8-5)では、文字通りペルソナである仮面をかぶった複数の怪人を登場させて、何度も繰り返し同じパターンで反抗を続けてきたことを表現し、これからも箱庭の中だけで反逆を続ける人生を送るのかと「成人」(A)から「反抗する子ども」(RC)に問いかけている。そのため、このような問いに初めて回答する場合は、事例Aの「充実した未来像が描けず、何度も作り直しました」や事例Hの「あまり具体的なイメージが、今はまだ残念ながら出てこなかった」という気づきになると考えられる。一方、第三度のインパスであっても、事例Gの作品4「決意」(図V-7-4)のように中学・高校時代からすでに脚本修正の決意を固めている場合には、コラージュ作成によりその内容をメタファーでわかりやすく表現することで「子ども」(C)の自我状態に伝えやすくなる。Gさんは作品5「果てしなき攻防戦」(図V-7-5)で表現された「攻める、防ぐ、戦略を練る」の繰り返しのパターンを中止するために、作品6「万物流転」(図V-7-6)を作成した。その背景には、水のメタファーを用いて、水は様々な形に変化しても、その本質は変わらないように、Gさんはこれから環境に応じて自由自在に変化するけれども、自分の本質はかわらないことを、今まで慣れ親しんだパターンの中止という人生の大変化を恐れる「子ども」(C)に伝えて、安心させる目的もあったと考えられる。

VI-2-3. 人生脚本修正後の表現について

人生脚本修正後の表現に着目すると、大きく2つのグループに分かれる。

一つは、丸や線、かわいい動物など小さな子どもが描くような表現である。Aさんの作品6「みんな仲良く」、Dさんの作品6「ムービングオン」、Fさんの作品6「自由」、Hさんの作品6「まるの世界」が該当する。これらの作品は、自我状態が「子ども」(C)となって作成されたと考えられる(表VI-1、表VI-2、表VI-3の背景を黄色)

もう一つは、東洋的な「悟り」の境地を表現した作品で、Cさんの作品6「Let it be」、Gさんの作品6「万物流転」、Iさんの作品6「安らぎへ」が該当する。これらの作品は、個々人の自我状態を超えたトランスパーソナルな意識状態で、作成されたと考えられる。パーソン・センタード表現アートセラピーを提唱するナタリー・ロジャース(1993)は、表現アートはその人の体、頭、感情、霊性(スピリット)の統合を促進し、高次の意識状態を体験する機会を提供すると述べている³⁾。本研究でも、このような芸術療法の効果が、人生脚本修正後に表現されたものと考えられる(表VI-1、表VI-2、表VI-3の背景を紫)。

VI-3. まとめ

本研究の心理アセスメントデータの分析結果は、TEG3、ECR-GOともに、本研究のプロセスが人生脚本の修正に有効であったことを示唆するものであった。

交流分析に人生早期の自己発達の概念を導入したハーガデンとシルズ（2007）は、第三度のインパスに閉じ込められていたベアトリスという女性の事例をとりあげて、自己の発達について、交流分析の自我状態モデルの観点から論じた⁴⁾。その一節にベアトリスが、セラピーの開始からもっと後になって、赤ん坊時代に長時間一人で置いていかれたのを母親が認めたと報告することができたという記述がある⁵⁾。「もっと後になって」というのが、どの位の期間なのかは定かではないが、第二度、第三度のインパスの要因を早期に発見するには、カウンセリング開始後、できるだけ早い段階で生まれた時にまで遡り、養育者との関係を中心に生育歴を開示してもらうことが不可欠である。

しかし、そのようなトレーニングを受けているカウンセラーは、あまり多くはないのが現状であろう。短時間で、そこまでの聞き取りができるようになるには、クライアントと深いレベルのラポールを築ける高いスキルが必要となるからである。そのため、言葉を媒介とする従来のカウンセリング手法だけでは、もし生育歴の聞き取りが不十分だと、何か月かかっても進展がみられなくなる懸念は否めないであろう。一方、本研究の事例研究で見られたように、自分の人生に大きな影響を与えているインパスの要因について、クライアントは無意識レベルではわかっていて、適切な教示を受ければ、その心的なイメージをコラージュ作品として表現できると思われる。インパスの要因が視覚化され、問題の真の原因を客観的に把握できると、クライアントは自らの力で解決に向かって進んでいく。そうしたプロセスが自然に促進されるように、安全で保護された環境を提供することが、心理セラピストの役割であると考えられる。

ここまでの心理アセスメントのデータ分析と事例研究の考察で示したように、被験者が各発達段階のコラージュ作品を作成し、当時の自分の心的イメージを視覚化し、その内容を言語化して、グループ・シェアリングを行う研究のプロセスは、人生脚本の分析と修正に一定の効果がみられたと考えられる。

第二度と第三度のインパスは気づきの外で起きるため、クライアントが自分で気づいて対応するのは難しいが、本研究で試みたように、各発達段階別の心的イメージをコラージュ作品で表現することにより、インパスやその要因を自分で気づき、対応しやすくなると考える。この手法が普及していくことで、第二度と第三度のインパスとその要因を早い段階で特

定可能となり、結果としてクライアントの治療期間の短縮が図れる。これは、芸術療法の特徴である「視覚化」、「治療的退行」などのメリットを、交流分析の理論に応用することにより得られた成果であると考えられる。

VI-4. 今後の課題

VI-4-1. 被験者の偏りの是正

本研究の被験者は、心理学や心理療法に対する関心があり、筆者が主催する交流分析講座で交流分析の基礎を学んでいた人たちであり、年齢が40~50代が多く、性別も女性に偏っているなど非常に限定された集団であった。このため、本研究の手法による人生脚本の修正の有効性について、偏りの少ない集団に対して、検証を重ねることが、今後の課題と思われる。

VI-4-2. 本研究の枠組みの検討課題

バーンは、治療の順序を最終的に次のように考えた。①準備の段階、②脚本の分析、③脚本への対応、④再決断である⁶⁾。図VI-1は、この治療の順序とバーン、再決断派、本研究の各枠組みの要点をまとめたものである。これに基づいて、本研究の課題について検討を行う。

	治療の順序	バーンの枠組み	再決断派の枠組み	本研究の枠組み
1	準備の段階	クライアントも心理療法家もお互いに相手をよく調べる 「ビジネス契約」を締結する クライアントの脚本をよく知る		交流分析の講座 説明会 同意書
2	脚本の分析	転移と逆転移について考える 転移・逆転移は、脇に除ける	転移はクッションなど他のものに移す	心理カウンセリング 共感関係を築く 転移を受け止める 生育歴を掘り下げ傾聴 気づきを促し、受容
3	脚本への対抗	これまでの脚本パターンを止める具体的な変化をクライアントに提供 治療者は、能力を示し、許可、保護を与える 言葉で介入 転移によって治る	治療者は ファシリテーター クライアントが解決策を見つける エンプティ・チェア	作品1～5の作成 (自宅で自主作成) 人生脚本が形成、強化、正当化された場面をクライアント自身が見つける
4	再決断	「成人」が行う	「成人」の支持を得て「子ども」が行う	作品6の作成 (自宅で自主作成)

図VI-1 治療の順序と枠組み

最初の準備段階において、本研究では交流分析の講座の参加者に声をかけ、説明会を行い、交流分析で学んだ内容を実践する場として、コラージュ療法への参加を呼びかけた。講座は3日間あり、その中で交流分析の4つの理論である、①自我状態、②やり取り、③ゲーム、

④人生脚本の実習に講師として関わっていたため、3日間の講座が終わる頃には、各参加者との間に、ある程度の共感関係が築かれた。

2番目の脚本の分析では、コラージュ療法の参加希望者に心理カウンセリングを行った。筆者が常に心理カウンセリングで心がけていることは、クライアントと短時間で共感関係を築き、時間の経過とともに深めていくことである。共感関係が築かれると、当然のこととして、転移・逆転移が発生する。その状況を「成人」(A)の自我状態を使って意識し、さらに共感関係を深めて、クライアントを受容し、生い立ちを掘り上げて聴いていくと、クライアントの自己開示は進む。今まで他人には話したことがないことまで話をはじめの段階になると、新たな気づきが促される。クライアントの話に任せて内容を拡散させ、そこから脚本に関わるテーマに収束させることを何回か繰り返すと、クライアントは、バラバラに起きていると思っていた様々な人生の出来事が、実は相互につながりがあり、パターンがあることに気づく。その気づきを、交流分析の講座で学んだ人生脚本と関連付けられるように促す。

3番目の脚本への対抗は、コラージュの作品1～5を自宅で作成した。バーンの枠組みでは、治療者はクライアントに、例えば「親」(P)からの禁止令に従わなくてもよいと許可を与えるなど関与をしていく。再決断派の枠組みでは、治療者は、クライアントが解決策を見つけるためのファシリテーターの役割を果たすにとどまる。バーンの枠組みに比べると関与度合は減少するが、ワークには立ち会う。この点で本研究は3つの中では治療者による関与度合が少なく、どのようにどんな作品を作成するかはクライアント自身に委ねられる。

4番目の再決断では、コラージュの作品6を自宅で作成した。脚本への対抗と同様に、3つの枠組みの中では、治療者の関与度合が最も少なく、逆に再決断をするかどうか、そのやり方はクライアントに委ねられる。こうしてみると、本研究の枠組みは、第3段階、第4段階での治療者の関与度合が低いという特徴から、様々な検討が必要と考えられる。特に、第3段階、第4段階が自宅で行われるため、コラージュ作成時に過去の不快な記憶を思い出すことで、辛くなった場合などに安全を確保するための対応の仕組みや、事例Bで考察したように特定の時期の記憶が全くない場合は本研究の手法は適用外となるため、適用外となる他のケースの考察および適用の可否を判断するためのスクリーニングの仕組みの構築も不可欠と考えられる。また、第2段階での心理カウンセリングの内容が、最終的なセラピーの効果を左右する可能性が高いと考えられる。

そこで、第4段階の再決断のセラピーの効果を保つために、第2段階での心理カウンセリングをどのように行うのがよいかという枠組みや客観的な指標作りが、検討課題として考えられる。

VI-4-3. 作品6であらわれた自我状態の検討

事例研究において、人生脚本修正後の作品6においては、東洋的な「悟り」の境地を表現したトランスパーソナルな意識状態がみられた。芸術療法の中では、こうした状態は治癒の一つの形ととらえられている。しかし、スピリチュアリティ（霊性）などの人間のより高度な精神の働きを扱える理論は、現状、交流分析の中には見当たらない。この課題の解決につながる手掛かりの一つに、本研究の中では箱庭療法の関連で触れたユング心理学の「心像と象徴」や「個人的無意識」と「普遍的無意識」などの概念を用いることも検討課題になる。その理由は、本研究により作成された1枚1枚のコラージュ作品は、意識と無意識の相互関係の間に成立する心像と捉えられるが、作品1から作品6までを全体として捉えたとき、インパスに閉じ込められ、置き去りにされた「子ども」(C)の自我状態が、「今・ここ」の自我状態へと統合されていく自己治癒のプロセスの象徴と考える。脚本修正後の未来として表現された作品6のコラージュの中には、例えば、Aさんの作品6「みんな仲良く」、Fさんの作品6「自由」、Hさんの作品6「まるの世界」のように、ユングが考えた自己の象徴的表現とされるマンダラ象徴と捉えられる表現が見られる。このようなマンダラは、ある個人が心的な分離や不統合を経験している際に、それを統合しようとする心の内部の働きの表れとして生じる場合が多いとユングはしている⁷⁾。作品1～5は個人的無意識、作品6は普遍的無意識を表していると考えることができる。

本研究で芸術療法と交流分析という二つの心理療法の領域にまたがる研究に携わったことから、今後、分裂した自我の統合に関わる関連領域での探求を続けていくことが、課題と考えている。

参考・引用文献

要旨

- 1) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today: 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 155
- 2) 中尾 達馬, 加藤 和生, 2004, "一般他者"を想定した愛着スタイル尺度の信頼性と妥当性の検討, 九州大学心理学研究, 九州大学大学院人間環境学研究所, 19~27

I. 本研究の目的

- 1) 森谷寛之, 2012, コラージュ療法実践の手引き: その起源からアセスメントまで, 金剛出版, 61
- 2) スタン・ウラムス、マイケル・ブラウン, 2013, 交流分析の理論と実践 現場に役立つ手引き, 繁田千恵 監訳, 風間書房, 298-299
- 3) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today: 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 138-140
- 4) 杉田 峰康, 2000, 新しい交流分析の実際-TA・ゲシュタルト療法の試み, 創元社, 224
- 5) 前掲書, 232-233

II. 本研究の背景

- 1) 氏原 寛ら編, 心理臨床大辞典 改定版, 2004, 下村美刈著, 心的装置, 培風館, 1049
- 2) イアン・スチュアート, 2015, エリック・バーンの交流分析 フロイト、ユング、アドラーを超える心理学, 日本交流分析学会 訳, 実業之日本社, 28
- 3) トニー・ティルニー, 2013, 交流分析事典, 深澤道子 監訳, 実務教育出版, 148
- 4) ヘレナ・ハーガデン、シャーロット・シルズ, 2007, 交流分析 心理療法における関係性の視点, 日本評論社, 297-303
- 5) 前掲書, 282
- 6) 秋山光和ら編集, 1985, 新潮世界美術辞典, 新潮社, 553
- 7) 室伏 哲郎, 1997, 事典プリンツ 21, プリンツ 21, 163
- 8) 森谷 寛之ら編, 1993, コラージュ療法入門, 入江 茂著, 美術史におけるコラージュ, 創元社, 15-16
- 9) マックス・エルンスト, 1974, 百頭女, 巖谷 國士訳, 河出書房新社
- 10) アンドレ・ブルトン, ポール・エリュアール 編, 1976, シュルレアリスム簡約辞典, 江原順 編訳, 現代思潮社, 7

- 11) 本田 悟郎, 2017, シュルレアリスムと近代 —マックス・エルンストの 1930 年—, 宇都宮大学教育学部研究紀要 第 1 部, 122
- 12) 赤瀬川 原平, 1974, マックス・エルンスト頌 百頭女のために, コラージュ体験, 河出書房新社
- 13) 横尾 忠則, 1977, 横尾忠則のコラージュ・デザイン, 河出書房新社, 6
- 14) 森谷 寛之, 2012, コラージュ療法実践の手引き : その起源からアセスメントまで, 金剛出版, 59
- 15) 前掲書, 61
- 16) 前掲書, 65-66
- 17) 氏原 寛ら編, 2004, 心理臨床大辞典 改定版, 村上慶子著, 箱庭療法, 培風館, 387
- 18) 河合隼雄, 1969, 箱庭療法入門, 誠信書房, 15
- 19) 前掲書, 17
- 20) 森谷 寛之, 2012, コラージュ療法実践の手引き : その起源からアセスメントまで, 金剛出版, 16-26
- 21) 前掲書, 157
- 22) 関則雄, 2016, 臨床アートセラピー 理論と実践, 日本評論社, 25-26
- 23) 前掲書, 26
- 24) 前掲書, 57
- 25) ウィニコット, D.W., 1979, 遊ぶことと現実, 橋本雅雄 訳, 岩崎学術出版社, 53-90, 91-120
- 26) 中原 睦美, 2018, 緩和ケアにおけるコラージュ コラージュ・ボックス法の可能性と留意点, コラージュ療法学研究, 日本コラージュ療法学会, 52-53
- 27) 森谷寛之, 2012, コラージュ療法実践の手引き : その起源からアセスメントまで, 金剛出版, 83
- 28) 青木 智子, 2001a, 集団集団法・集団個人法 職業訓練校における自己開発を目的としたコラージュ制作, 産業カウンセリング研究 4(1・2), 日本産業カウンセリング学会, 17-26
- 29) 青木 智子 2001b, グループにおけるコラージュ技法導入の試み : コラージュエクササイズを用いたグループエンカウンターと気分変容についての検討, 日本芸術療法学会誌 32(2), 日本芸術療法学会, 26-33
- 30) 関 則雄, 2000, 集団絵画療法, こころの科学 (通号 92), 日本評論社, 45
- 31) 間島 富久子, 岡山 征史朗, 太田 百合子他, 2007, 症例研究 集団コラージュ療法が摂食障害入院患者に有用であったと考えられた 1 例, 心身医学, 47(2) (通号 331), 日本心身医学会, 123-131
- 32) 中島 美穂, 岡本 祐子, 2006, コラージュ継続制作における内的体験過程の検討, 心理臨床学研究, 24(5), 日本心理臨床学会, 548-558

- 33) 金 愛慶、沖村 多賀典、中野 貴博 他, 2015, 健常者のコラージュに関する一考察 : ストレスマネジメント法としての可能性について, 名古屋学院大学論集. 社会科学篇, 52(1), 名古屋学院大学総合研究所, 55-63
- 34) 鋤柄 のぞみ, 2005, コラージュ・アクティビティに伴う内的体験の変化--孤独感を制作テーマにして, 心理臨床学研究, 23(4), 492-497
- 35) 森谷寛之, 2012, コラージュ療法実践の手引き : その起源からアセスメントまで, 金剛出版, 90-91
- 36) 東 知幸, 2013, コラージュを組み合わせた人生グラフテストを用いたグループワークがもたらす心理的効果, 心理臨床学研究, 31(4), 日本心理臨床学会, 541
- 37) 東 知幸, 2015, コラージュを組み合わせた人生グラフテストを活用した構成的グループ・エンカウンター : 生きがい感と自我同一性に与える効果, 心理臨床学研究, 33(1), 日本心理臨床学会, 4-14
- 38) 山中 康裕, 1984, 箱庭療法と絵画療法, 佐治守夫ら編, ノイローゼ : 現代の精神病理 第2版 有斐閣
- 39) 山中 康裕, 1993, コラージュ療法の発展的利用 MSSM+C 療法の紹介, 森谷寛之ら編, コラージュ療法入門, 創元社, 123-135
- 40) 青木 智子, 2017, 生涯発達心理学の側面からみたコラージュ療法 : 高齢者を対象とした「コラージュ回想法」の試み, 教職研究 平成国際大学教職支援センター紀要, (2), 3-15
- 41) イアン・スチュアート, 2015, エリック・バーンの交流分析 フロイト、ユング、アドラーを超える心理学, 日本交流分析学会 訳, 実業之日本社, 28
- 42) 前掲書, 34
- 43) エリック・バーン, 2021, エリック・バーン心理療法としての交流分析 : その基本理論の誕生と発展, 繁田千恵 監訳, 星和書店, 64-66
- 44) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today : 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 14-25
- 45) ジョン・M.デュセイ, 2000, エゴグラム ひと目でわかる性格の自己診断 新装版, 新里里春 訳, 池見西次郎 監修, 創元社, 18
- 46) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today : 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 49-58
- 47) イアン・スチュアート, 2015, エリック・バーンの交流分析 フロイト、ユング、アドラーを超える心理学, 日本交流分析学会 訳, 実業之日本社, 45
- 48) 前掲書, 52-53
- 49) 前掲書, 58
- 50) 前掲書, 60
- 51) 前掲書, 64-65

- 52) 前掲書, 67-69
- 53) 杉田 峰康, 2000, 新しい交流分析の実際—TA・ゲシュタルト療法の試み, 創元社, 233
- 54) イアン・スチュアート, 2015, エリック・バーンの交流分析 フロイト、ユング、アドラーを超える心理学, 日本交流分析学会 訳, 実業之日本社, 167-172
- 55) 関 則雄, 2016, 臨床アートセラピー 理論と実践, 日本評論社, 1
- 56) 西村 喜文, 2015, コラージュ療法の可能性：乳幼児から思春期までの発達の特徴と臨床的研究 (アカデミア叢書), 創元社, 62
- 57) イアン・スチュアート, 2015, エリック・バーンの交流分析 フロイト、ユング、アドラーを超える心理学, 日本交流分析学会 訳, 実業之日本社, 129
- 58) 中野 日出美 2011、退行療法を用いた脚本分析と再決断に関する考察、NPO 法人日本心理コミュニケーション協会 准教授論文 (未公開)
- 59) 中野 日出美 2017、退行療法を用いた自我状態の機能と構造の変容-人生脚本分析と再決断についての事例研究-、NPO 法人日本心理コミュニケーション協会 教授論文 (未公開)
- 60) 近喰 ふじ子, 2000, コラージュ制作が精神・身体に与える影響と効果 日本版 POMS とエゴグラムからの検討, 日本芸術療法学会誌, 31(2), 66-75
- 61) 近喰 ふじ子、石川 俊男、吾郷 晋浩, 2001, 集団芸術療法とコラージュ表現(1)喘息サマースクールでの「すげかえ」表現と小児エゴグラムとの関係, 心身医学, 日本心身医学会, 41(6), 419-427
- 62) 岡村 季光、吉野 さやか, 2014, コラージュ作品と性格特性の関係 表現特徴とエゴグラムパターンの検討, 人間教育学研究, 人間教育学会, (2), 159-164
- 63) 篠原 百合子、山口 恵、武政 奈保子, 2013, コラージュとエゴグラムによる自己理解を目的とした精神看護学講義の評価 (第 20 回 日本精神科看護学術集会専門 I 看護研究論文), 日本精神科看護学術集会誌, 日本精神科看護技術協会, 56(2), 182-186

Ⅲ. 研究方法

- 1) 東京大学医学部心療内科 TEG 研究会, 2019, 新版 TEG3 マニュアル, 金子書房
- 2) 中尾 達馬, 加藤 和生, 2004, "一般他者"を想定した愛着スタイル尺度の信頼性と妥当性の検討, 九州大学心理学研究, 九州大学大学院人間環境学研究院, 19~27
- 3) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today: 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 149

V. 事例研究

- 1) エリック・バーン, 2018, エリック・バーン 人生脚本のすべて, 江花昭一 監訳, 星和書店, 15
- 2) 青森県・(公社)青森県観光連盟, 青森の祭り ねぶた・ねふたを学ぶ, 2021年6月18日確認, <https://www.aptnet.jp/shuryo/pickup/active/index.html>
- 3) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today: 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 69
- 4) 前掲書, 69
- 5) 前掲書, 70
- 6) 前掲書, 71
- 7) 河合隼雄, 箱庭療法入門, 1969, 誠信書房, 35
- 8) 前掲書, 36
- 9) 河合隼雄, ユング心理学入門, 1967, 培風館, 196
- 10) 前掲書, 198
- 11) 前掲書, 200
- 12) 前掲書, 196-197
- 13) エリック・バーン, 2018, エリック・バーン 人生脚本のすべて, 江花昭一 監訳, 星和書店, 434
- 14) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today: 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 70
- 15) 近喰 ふじ子、石川 俊男、吾郷 晋浩, 2001, 集団芸術療法とコラージュ表現(1)喘息サマースクールでの「すげかえ」表現と小児エゴグラムとの関係, 心身医学, 日本心身医学会, 41(6), 425
- 16) 氏原 寛ら編, 心理臨床大辞典 改定版, 2004, 高良 聖著, 移行対象, 培風館, 989
- 17) 日本色彩研究所, 2005, 色の百科事典, 丸善, 494
- 18) 河合隼雄, 箱庭療法入門, 1969, 誠信書房, 35

VI. 総合考察

- 1) イアン・スチュアート、ヴァン・ジョインズ, 1991, TA today: 最新・交流分析入門, 深沢道子 監訳, 実務教育出版, 125
- 2) 杉田 峰康, 2000, 新しい交流分析の実際—TA・ゲシュタルト療法の試み, 創元社, 231-234
- 3) ナタリー・ロジャース, 1993, 表現アートセラピー 創造性にかかわるプロセス, 小野京子、坂田裕子訳 (2000)、誠信書房、190

- 4) ヘレナ・ハーガデン、シャーロット・シルズ, 2007, 交流分析 心理療法における関係性の視点, 日本評論社, 23-42
- 5) 前掲書、28
- 6) イアン・スチュアート, 2015, エリック・バーンの交流分析 フロイト、ユング、アドラーを超える心理学, 日本交流分析学会 訳, 実業之日本社, 119-131
- 7) 河合 隼雄, ユング心理学入門, 1967, 培風館, 232-233

資料 1

質 問 票 (ECR-GO)

年 月 日

お名前: _____

以下には、いろいろな人が対人関係の中で
どのような気持ちを持つかについての文があげてあります。
日常でよく体験していることを思い浮かべながら、
自分に最もよく当てはまるものを、1~7の選択肢から選んで、○をしてください。

Q01. 心の奥底で何を感じているかを人にみせるのはどちらかというと好きではない。(Av)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q02. 私は、見捨てられるのではないかと心配だ。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q03. 私は、人と親密になることがとてもこちよい。(Av, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q04. 私は、いろいろな人との関係について、非常に心配している。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q05. 私が人のことを大切に思うほどには、人が私のことを大切に思っていないのではないかと
私は心配する。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q06. 私は、知り合いを失うのではないかとけっこう心配している。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q07. 私は人に心を開くのに抵抗を感じる。(Av)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q08. 私はいつも、人が私に対していていてくれる気持ちが、私が人に対していていてくれる気持ちと同じくらい強ければいいのになあと思う。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q09. 私があまりにも気持ちの上で完全に一つになることを求めるがために、ときどき人はうんざりして私から離れていってしまう。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q10. 私は一人ぼっちになってしまうのではないかと心配する。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q11. 私は、心の奥底にある考えや気持ちを人に話すことに抵抗がない。(Av, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q12. 私が人ととても親密になりたいと強く望むがために、ときどき人はうんざりして私から離れていってしまう。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q13. 私は人とあまり親密にならないようにしている。(Av)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q14. 私には、人が私に対して好意的であるということを何度も何度も言ってくれることが必要だ。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q15. 私は比較的容易に人と親密になれると思う。(Av, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q16. 私は、人にもっと自分の感情や自分たちの関係に真剣であることを示させようとしているのを感じる 때가ときどきある。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q17. 私は、自分が人に依存することをゆるすことがなかなかできないと思う。(Av)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q18. 私は(知り合いに)見捨てられるのではないかと心配になることはほとんどない。(An, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q19. 私は人とあまりに親密になることがどちらかというとき好きではない。(Av)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q20. 私は人に自分のことを好きになってもらうことができなかつたら、私はきっと気が動転して悲しくなったり腹が立ったりする。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q21. 私は、人に何でも話す。(Av, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q22. 私が親密になりたいと望むほどには、人は私と親密になりたいと思っていないと私は思う。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q23. 私はたいてい、人と自分の問題や心配ごとを話し合う。(Av, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q24. 私は誰かとつき合っていないと、何となく不安で不安定な気持ちになる。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q25. 私は人に頼ることに抵抗がない。(Av, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q26. 私は、私がいてほしいと望むぐらいに人がそばにいてくれないとイライラしてしまう。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q27. 私は、人になぐさめやアドバイス、助けを求めることに抵抗がない。(Av, R)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q28. 私は、人が必要なときにいつでも私のためにいてくれないとイライラする。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q29. 人にダメだなあと言われると、自分は本当にダメだなあと感じる。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

Q30. 私は、知り合いが私のことをほっといて自分一人で何かをすることが重なってくると腹が立ってきてしまう。(An)

全く当てはまらない 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 非常によく当てはまる

以 上

<注>

An は「見捨てられ不安」の項目

Av は「親密性の回避」の項目

R は反転項目

これらの記号は、実際の質問票には記載していない。

質問紙（自由回答）

お名前

1. 「1歳半までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか？

2. 「6歳までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか？

3. 「12歳までの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか？

4. 「中学・高校時代の自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか？

5. 「大人になってからの自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか？

6. 「人生脚本を書き換えて、より充実した未来の自分と自分を取り巻く環境」について気づいたことは何ですか？

7. 今回のコラージュ作成が、あなたの人生や心、人間関係に何かしらの影響を与えたとしたら、それはどんなところだと思いますか？

どうもありがとうございます！心から感謝いたします！

謝 辞

この論文は、筆者が九州産業大学大学院博士後期課程の学位申請論文として提出したものです。本研究のテーマである「コラージュ技法により視覚化された人生脚本の分析と修正についての研究 — コラージュ療法及び交流分析からの考察 —」は筆者の担当教官である九州産業大学大学院芸術研究科 三枝孝司教授とのたび重なるディスカッションから生まれたものです。

そして論文審査の主査を務められ、終始暖かく熱心で親切なご指導をいただきました三枝孝司教授に深なる感謝をあらわしますとともに厚くお礼申し上げます。

また、九州産業大学大学院芸術研究科 井上貢一教授ならびに九州産業大学大学院国際文化研究科 森川友子教授には論文副査を務めていただき、丁寧かつ貴重なご助言とご指導をいただきました。九州産業大学大学院芸術研究科 青木幹太教授にはきめの細かい貴重なご助言とご指導をいただきました。厚く御礼申し上げます。

皆様からいただきました数々のご助言とご指導を忘れることなく、これからも芸術と心理の両分野にて精進してまいりたいと思います。つきましては今後とも引き続きご指導賜りますよう心からお願い申し上げます。

どうもありがとうございました。