研究ノート

内観療法における「根の記憶」を考える
― 内観療法と箱庭療法の事例の比較検討を通して ―

橋　本　俊　之

Ⅰ　問題と目的

(1) 内観療法の適用に関わる問題

内観療法とは、吉本伊信が創始した日本生まれの心理療法である。身近な周囲の人間（母、父、配偶者等）に対する自分を、内観３項目（してもらったこと、して返したこと、迷惑を掛けたこと）の視点により、小学校低学年から現在まで、３～５年区切りの段階的に考えていく方法である。特に、内観療法ではどのような場合でも原則的に「母」から思い出していくように、「母」を想起することが重視されている。しかし、この「母」を個人レベルで見るのか、それを超えるようなレベルで捉えるのかを考察する方が重要ではないかと筆者は考えている。

筆者は内観療法のセラピストとして、他の心理療法のセラピストからよく尋ねられる質問がある。それは「母から虐待を受けたようなクライエントにも、母に対して思い出していくのだろうか」という質問である。高橋（2014）によれば、内観療法は被虐待者には効果がないと指摘する。その理由として、内観療法の治療効果とは、「大切に育てられ支えられてきた親の愛情を再確認し、見守られてきた自分を自覚して、自己肯定感が高まる」とまず説明している。その上で、高橋は「母親から虐待を受けてきた人にとって、この治療法は効果がない。そればかりか、かえって苦痛だけを与えることになる。治療の中で彼らは母親を愛せなかった自分を責めて苦しむ」と言及している。

内観療法がクライエント個人の「母」イメージを変容させることを目的とするならば、高橋の指摘する通り、母に虐待を受けてきたような被虐待者には内観療法を適用できないのではないかとも考えられる。しかし、内観療法とは、個人の「母」イメージの想起から始めるものの、それを変容させるのではなく、それを超えた根源的な記憶である「根の記憶」にアクセスすることにより、「母なるもの」と出会うことによって、自己洞察が深まっていく方法ではないかと考えられる。

(2) 内観療法における「根の記憶」

それでは、内観療法における「根の記憶」とはどのようなものであろうか。村瀬（1989）によれば、「匂い、声の調子、抱かれたときに皮膚や身体全体で感ずる独特の感触などが渾然一体となったきわめて個人的でとうてい言葉にならないような性質のものではなかろうか」とし、この初期の記憶は大部分が母との関係で体験されたものであると言及している。さらに、内観療法で経験される「母」イメージについては、記憶以前の記憶とでもいえるような心の一番深いところの上に作られたものであると説明している。

内観療法では、内観３項目に沿って、自分の「母」との関係を考えていくため、個人の「母」を見つめたり、変容させたりする方法ではない

かとも考えられてきた。しかし、村瀬によれば、結果的に「根の記憶」の層にも微妙な形で手が届いているときもあるのではないかと言及している。つまり、内観療法では、記憶を掘り起こしていく中で、普通の意味では記憶とも呼べないような「根の記憶」の層が、揺さぶられたり、やわらなくなったりして活性化し、逆に上層の記憶の方に栄養分を送り出したり、上で起こしたことに反応しやすくなったりする現象があるのではないか、と村瀬は指摘している。

このように、内観療法で体験される「根の記憶」については、クライエントが思い出せる「母」にととまらず、根源的な「母なるもの」との出会いとも考えられる。つまり、内観療法とは、根っ子の活性法であり、そのことによりクライエントが存在の根に生き生きとつながっていくための方法である、と村瀬は定義している。このように、内観療法における「根の記憶」の役割とは、「母」を含めた個人的なイメージではなく、個人レベルを超えた「母なるもの」に触れていくことにより、自己洞察を深めていくことであると考えられる。

なお、本研究において、「母なるもの」ではなく「根の記憶」について注目するのは、現代的には「母なるもの」よりも「根の記憶」の方が、クライエントの個別的な体験をありのままに表現できるのではないかと考えたためである。内観療法とは「身調べ」という仏教の浄土真宗に古くから伝わる宗教的な修行法を、吉本伊信により改良された方法である。その本質は個人を超えたイメージを求めるものであり、「母なるもの」に近いものであると推察される。その後、内観療法は 1950 年代から矯正教育を中心に普及されてきた歴史がある（吉本，1965）。その普及方法については、歌手の島倉千代子による「この世の花」「東京だヨおっ母さん」等の歌を用いたり、内観療法でクライエントに聞かせる研修用のテープに親孝行の歌を挿入したりするなど、母に対する恩や親孝行をクライエントに促す部分がある。これはその当時、個人が「母」を想起する際、周りと共有できるような「母なるもの」を連想させる時代背景があり、そのため「母なるもの」によって内観療法を説明することが有効であったと考えられる。

一方で、香川（2017）が今日では個人の生育歴を詳細に聴き取ることが難しくなっていると指摘する通り、現在ではクライエントが「母」を連想する場合、共有された「母なるもの」ではなく、個人の母を想起する場合が多いように考えられる。そのため、現代的に内観療法の治療過程を誤解がないように理解するためには、「母なるもの」ではないものの、それとほぼ同じ意味で、クライエントの個別的な体験でもある「根の記憶」により考えた方が適切であるように感じられる。

(3) 本研究の目的

筆者が内観療法における「母」について、「母なるもの」や「根の記憶」の観点から考えるようになった契機は、大学院にて箱庭療法と出会った体験からである。箱庭療法とは、セラピストに見守られながら、用意されたフィギュアと砂箱を使って、クライエントが自由に表現する心理療法である。筆者は当初、箱庭療法ではフィギュア自体に既定の意味づけがされていて、どのフィギュアを選ぶか、それをどのように置くのかが、重要だと思っていた。しかし、フィギュアと砂箱がクライエントの心に意味づけを行っていく一方で、逆にクライエントの心がフィギュアと砂箱に対して、意味づけを行っていくという働きがあるのではないかと考えるようになった。さらには、意味づけを行っていく過程が、個人レベルではなく、それを超えた集合的なレベルにつながっていくのではないか

とも感じられたのである。石原（2015）は、箱庭療法について、関係のないかもしれない感覚体験であっても、それをフィギュアや砂箱に意味づけさせるような心のメカニズムがクライエントには備わっており、そのことにより、独立していたはずのフィギュアと砂箱が変化することにより、クライエントにも直接的な反応が引き起こされるのではないだろうか、と指摘している。

ここから、内観療法における「母」についても、既定である個人の「母」がクライエントに意味づけするだけではなく、クライエントの心が「母」に対してどのように意味づけを行っているのかを考察する方が重要ではないかと考えるようになった。それによって、既知である個人の「母」ではない、それを超えたような、未知である「母なるもの」につながる体験をクライエントは経験しているのではないだろうか。そのように考えると、内観療法で体験した臨床経験がとても腑に落ちるようになった。筆者にとっては貴重な体験であり、気づきでもあった。

筆者の体験からではあるが、これを一つの起点として、心理臨床学的に検証してみたい。そのため、本研究では、内観療法と箱庭療法の事例を「根の記憶」イメージの観点から比較検討することにより、二つの事例における「母なるもの」の共通性について考察することを目的とする。そこから内観療法にける「母」を個人レベルではなく、それを超えた集合的な観点からも読み解くべきという理論的・技法的な重要性を示したいと考えている。

Ⅱ　内観療法の事例Ａ

本節では、内観療法の事例Ａとして、森下・橋本（2018、2019）による「母子関係と内観療法」の事例を紹介する。

クライエントは、40代の女性看護師の昭代（仮名）であり、不登校の女子中学生の奈津子（仮名）を持つ母親である。娘の奈津子はスクールカウンセラーの真理（仮名）には定期的に相談に通っていたが、娘の不登校が解消されないことに苛立った昭代は真理の許を訪れて、不満や不信感をぶつけている。これを真理は黙って受け入れることにより、昭代は逆に自分の悩みを相談する。そこから真理は、内観療法をすすめて、昭代は奈津子と一緒に内観療法の専門施設である内観研修所に赴き、一週間の集中内観に臨むことになった。

(1) 集中内観１・２日目

内観療法では原則的に、最初は「母」に対する自分を、幼少期から現在まで思い出していく。昭代は２歳の時に父が亡くなり、母子家庭で育った。母が着物の着付けで生計を立てる苦しい生活であったが、母の頑張りで看護系の大学に進学することが出来た。看護師としての自分が今、あるのは母のお蔭だと面接で語っている。幼少期から母を手伝い、看護師になってからは自分が経済的な支援をしてきた。職場で夫と出会って結婚し、出産後は、看護師の仕事が忙しく、奈津子の世話はほとんど母に任せきりになっていた。母が心筋梗塞で急死した時も、病院に勤務中で、最期を看取ることができなかったと嘆いている。

(2) 集中内観３・４日目

昭代は、母の内観が終わり、次は娘の奈津子に対する自分を思い出していく。その時、昭代は奈津子が入学した私立の中学校が、実は自分が受験したかった中学校であることに気づいた。そして、自分が断念した環境にいるにも関わらず、不登校になっている奈津子への怒りをセラピストにぶつけている。セラピストは面接

の度に何度も足を運び、昭代の語りをどのような内容でも黙って受け入れる。一方で、「あなたもお母さんに甘えたかった」と気づきを促す言葉を述べている。ここから昭代は自問自答して、奈津子を出産した時のことを思い出した。病院に駆けつけて、難産で苦しんでいた自分の腰をさする母に、「小さい時、お母さんに大切にしてほしかったのに」と嘆いた自分に対して、「本当はもっとお前を構ってあげたかった。その余裕がなかったんだよ。ごめんね」と母が自分に語っていたことを思い出した。自分が一番求めていた言葉を、母が口にしてくれたことを想起することにより、自分の心がとろかされるような感覚になっていったのである。

(3) 集中内観 5・6 日目

昭代はその後、二度目の母を繰り返し思い出していく中で、不思議な体験をする。幼少期、「遊園地に行きたい」、「おもちゃが欲しい」、「お菓子買って」と母におねだりしたかったけれども、どうしても言えずに黙って下を向いている自分がいた。いつもそこで終わっていたイメージには、その先があった。母が自分をギュッと抱きしめてくれていた。自分は母にそうされることがとても好きだった。遊園地やおもちゃはどうでもよくなっていた。まるで赤ちゃんに戻ったように、母のにおいを胸いっぱい吸い込んでいた。自分はこんなに母との温かい時間があったことを、すっかり忘れていたことに気づいたのである。

(4) 集中内観 7 日目とその後

昭代は自己洞察をどんどん深めるようになる。ほとんど出来なかった娘の奈津子への二度目の内観は順調に進み、奈津子の自分への優しさを実感して、「母親失格」と自分を責めていた気持ちから解放されるようになった。また、真理から伝えられていた「奈津子はお母さんが大好き」という信じがたい言葉も受け入れられるようになった。集中内観後、崩壊寸前だった昭代の家庭生活は改善され、夫婦関係も良くなり、奈津子は登校できるようになる。昭代は、それまで求めていた世間的な良い「母」ではなく、娘を丸ごと受け止められる「母なるもの」に自分はなりたいと願い、実践していくのである。同時に、集中内観を受けていた娘の奈津子の不登校も解消されていったのである。

Ⅲ　箱庭療法の事例 B

本節では、箱庭療法の事例 B を紹介する。筆者は箱庭療法での臨床経験が少ないため、リース - 滝（2014）による『重度情緒障害児への箱庭療法』の事例を紹介する。リース - 滝は、6 ～ 11 歳の児童でデイケアと特殊学級の在籍者である 37 名のうち、10 名を無作為に選択し、2 ～ 3 週目に転勤などで欠けた 3 名を除く 7 名を対象としている。調査期間は 3 カ月であり、毎週 1 回、計 10 ～ 12 回の箱庭療法を実施している。時間は一人 60 分であるが、箱庭療法を行っている時間は 30 分である。7 名の対象者から 1 名を選択した。本事例を選択した理由は、個人レベルを超えた自己開示が起こった事例として紹介されている点である。これは個人レベルとは異なる次元のイメージを考える上で適切と筆者は考えている。そして、対象者は母から虐待を受けた子どもであることから、個人レベルのイメージが何らかの形で損なわれており、そこを補足するイメージの過程が考察されている点である。

本事例で取り上げるデイジーは 10 歳 11 か月のアフリカ系アメリカ人の女児である。　家族歴は、5 歳時に母が妹への暴行により刑務所に入る。曾祖母に引き取られるが、曾祖母が急死

したため、フォスターホームの叔母の許で6人の子どもたちと共に生活する。母が親権を取り戻したため、1年前から同居している。多動の問題があり、同級生に暴力することがある。そのため、現在は特殊学級に在籍している。

なお、事例中のクライエントの発言は「」で、セラピストの発言は〈〉で表記する。

(1) 1～3回目の箱庭制作

1回目のセッションでは、セラピストによるオリエンテーションの後、デイジーは箱庭に興味を持ち、箱庭制作に取り掛かる。そこで初めて「魔女のお城」を作る。2回目は、喜びの声をあげて箱庭に来る。デイジーは2つの砂箱に並行して、「魔女の城」と「浜辺の親子」を作る。3つめの砂箱には、「豚の母子」を作った。リース - 滝は、デイジーについて、母子関係に心的外傷体験があるとし、箱庭制作の初期には母子関係、愛着に関するものが度々現れていると指摘する。そして、「幼児期に失った愛着関係の基盤を彼女は補修、挽回しなければならない。箱庭の遊びは、そんな彼女に2回目のチャンスを与えることになった」と言及している。デイジーは多動のため、活発に箱庭制作を行っており、2回目では3つの砂箱に作品を作っている。3回目は、デイジーがいきなり砂の上に大きなハートを指で描いて、それを四角で囲み、さっと消してしまったのである。

(2) 4～9回目の箱庭制作

4回目は、デイジーが城と魔女3人を置き、花や野菜を城の周りに植えて、色々と配置替えをする。5回目は、デイジーが砂に水を入れて混ぜ、城の型に入れて2つ砂の城を作る。他の箱に「魔女の城」と魔女3人を配置する。デイジーは城に戻って、掃除する魔女で遊びながらコウモリを探して、3匹のコウモリを塔の上に置いた。6回目は、デイジーが砂を盛り、砂の型をかぶせる。乾いた砂箱に城を置き、3人の魔女をあちこちに配置して、一番若い魔女を花のベッドに、他は緑の木の葉、緑の枝のベッドに、別の箱の隅に寝かせる。

7回目は、デイジーが魔女の城をまず置く。セラピストが〈魔女は？〉と尋ねると3人の魔女を城に配置する。セラピストが〈寝ているの？〉と尋ねるとデイジーは「寝ている」と応える。1人は寝て、他は料理、花畑にいると言いながら、バスケットの花をばらまく。8回目は、デイジーが城を出し、魔女とストーブを乾いた砂箱に並べる。セラピストが〈箱庭遊びは？〉と切り出すと、デイジーは城の周りに木を植えて、ビー玉を周りの庭にばらまく。そして、木を植えて、コウモリを城の塔に置いた。9回目は、デイジーが濡れた砂箱に砂を型に入れて、5つの砂の城を上手に作る。終了前に、デイジーは乾いた砂箱に魔女の城を置き、右上の隅に丘を作ってピカチュウを置いた。デイジーは「このピカチュウについてはあんまり知らないけれど、電光があってパワーがある」と語る（図1参照）。

(3) 10回目の箱庭制作

10回目は、デイジーが濡れた砂を準備し、地面を平らにする。そして、砂の城を2つ作るが、上手に城を作る。残りの砂を集めて島を作ろうとし、デイジーがセラピストに「ビー玉をやりたい？」と尋ねると、セラピストは〈いいえ〉とはじめて言い、〈いままでやっていたことを続けなさい〉と言ったのである。デイジーはちょっと乱暴な口調で、「恐竜を持ってきな」と命令した。セラピストは、そこにある限りの恐竜を渡した。セラピストが恐竜を大小持ってきて、デイジーに渡すと、1つは小さい恐竜、もう1つは大きい恐竜の2つに分け、互いが向

図 1. 9 回目の箱庭制作（『重度情緒障害児への箱庭療法』P.109）

き合うように列を作る。ピカチュウが向き合う恐竜の真ん中に置いた。デイジーは「ピカチュウのダブルチーム」と言った。

リース－滝は、「恐竜は有史以前の絶滅した動物であり、象徴的に言えば、深層の情動と解釈できる」とし、「遊びでその激怒を暴露し得た」と言及している。そして、9 回目に注目した、デイジーの知らないパワーがあるピカチュウが真ん中に置かれている（図 2 参照）。

(4) 11 回目の箱庭制作とその後

最終回の 11 回目は、まずデイジーが大きなハートを描いた。そして、ガラスのビーズを探し、ハートのアウトラインに丁寧にはめ込んでいく。ピンクのハートも見つかり、中央に置いた。それが終わると、デイジーは濡れた砂箱に行き、「濡れた砂で作ってほしい？」とセラピストに尋ねる。〈いい考えだね〉とセラピストが呼応すると、デイジーは砂を中央に盛り上げ、高い山を作り、周囲をホウキで掃いて、海と島を対照的にさせる。「青い海」「天辺にピカチュウを置こう。人が要るね」とデイジーは言い、マーメイド、祈る男の子、女の子、赤頭巾ちゃんを置いた。「狼ある？」と尋ねて置き、3 人の騎士と土を運ぶ一輪車を押す女の人、ギフトを捧げている女の人を置いて、デイジーの箱庭制作の全てのセッションは終わった（図 3 参照）。この後、教室でのデイジーの多動による喧嘩等は収まり、勉強に集中できるようになっていったのである。

Ⅳ　事例 A と事例 B を比較検討する

Ⅱでは内観療法の事例 A を、Ⅲでは箱庭療法の事例 B を紹介した。本節では、事例 A と事例 B の事例を、導入期、循環期、調律期、自己洞察期の 4 期に分けて比較検討してみたい。

(1) 導入期

事例 B において、セラピストがクライエントの多動性について、症状というよりも、何らかのセルフイメージで捉えようとしている視点がとても印象的である。また、3 回目にクライエントが描いたハートのイメージについては、たましいの顕現やセルフイメージの芽生えがあ

図 2.　10 回目の箱庭制作（『重度情緒障害児への箱庭療法』P.115）

図 3.　11 回目の箱庭制作（『重度情緒障害児への箱庭療法』P.118）

るのではないかと感じられる。ハートのイメージがさっと現われ、さっと消えてしまうのは、これからどのように芽生えようとするのか分からないからではなく、そのセルフイメージがクライエントにあることを感じさせる瞬間だったのではないだろうか。セラピストの視点として、クライエントにセルフイメージがあることが前提となっており、そこから実際にクライエントがセルフイメージを描き出すのである。

事例 A で考えてみると、クライエントの問題や症状をまずは不問とし、クライエントには何らかの仏性があると信じて、そこを繰り返し内観していくのである。この場合の仏性とは、事例 B におけるセルフイメージとほぼ同じ意味であると筆者は考えている。セルフが出て来やすいように、クライエントにとって愛情を最も感じやすい人物に対して、その人物から自分が「してもらったこと」を具体的に、丹念に調

べていく。内観療法では多くの場合、「母」から始まることが多いが、それは「母」に一番愛情を感じるクライエントが多いということである。事例 A では、母子家庭で育ったクライエントは、「母」に対しての内観をまず行っている。「母」を繰り返しイメージすると、これほどのことをしてくれるのは、この世の中で「母」一人ではないかと気づかされることがある。これは個人的な母親像だけではない、それを超えた母親像が現れようとしていると考えられる。

(2) 循環期

事例 B では、毎回のようにクライエントのデイジーによる「魔女の城」や 3 人の魔女についてのイメージが現れている。リース - 滝（2014）によれば、魔女とは心の発達、個性化の過程にとっては明暗の両面性を持つ興味深い存在であると指摘している。確かに、魔女は野菜や料理を作ったりする積極的な部分がある一方で、魔女自体のイメージから消極的な意味合いも感じられる。事例 B ではクライエントが表現するイメージの両面性に、とても意味があるのではないか考えられる。事例 A では、「してもらったこと」を具体的に考えてみて、色々なことを想起していくと、確かに色々と自分のために「してもらっていた」というポジティブな気づきが得られる。同時に、ネガティブな「してもらいたかったこと」が想起されることがある。クライエントの昭代が娘の通っている中学校が実は自分が行きたかった学校だったと気づくことは、「母」に「してもらいたかったこと」である。このような想起は、事例 B の魔女のように、まずはネガティブな印象を抱くが、今まであまり見たくなかったものも見えるようになってきているのではないかと筆者は考えている。これは、「母」が自分に対して「してもらったこと」を繰り返し調べることで、愛情が自分に注がれていることを意識することにより、今度は自分から他者に愛情が行き渡るような循環的な現象が起こっているのではないかと感じている。

事例 B では、セラピストとクライエントとの関りにより、個人のイメージがどんどん変化して、個人から離れるイメージになっていくように筆者は考えている。9 回目では、クライエントのデイジーが「あんまり知らないけれど、電光があって、パワーがある」というピカチュウを置いたことがその瞬間だったように感じられる。自分は知らないのに、パワーのあるピカチュウをクライエントが置いたということは、劇的なことが起こったのであり、何らかの予想と準備を行っていたのではないだろうか。事例 A でも、クライエントの昭代が「母」に「してもらいたかったこと」の思いをセラピストに受け止められながらも、「あなたも甘えたかったのでは」と尋ねられて自問自答する。そのことにより、クライエントは娘の出産時に、「してもらいたかったこと」として求めていた言葉が、母から伝えられていたことを驚きの感情とともに思い出している。これは、クライエントの中で大きな気づきが生じ始めようとしていると感じられる。

(3) 調律期

事例 B の 10 回目の箱庭制作では、クライエントのデイジーが置いた大小の恐竜が対峙されていて、対決しているようにも見える。しかし、筆者は恐竜と共にピカチュウが置かれていることに注目する（図 2 参照）。恐竜の対峙による対決だけではなく、そこにピカチュウが置かれることにより、クライエントが「ピカチュウのダブルチーム」と語ってように、例えば川の両岸に分かれていたものがつながり、舟で行き来ができるようになったような、調律的なイメー

ジが感じられる。それは、分かれていたものが整い、そこに新たなものが生れていくようであり、循環期で表現された両価的な、ポジティブな部分とネガティブな部分が適切に整えられていくようなイメージがあるのではないだろうか。

事例Aの集中内観5・6日目では、クライエントの昭代はとても印象的な体験をしている。「母」にギュッと抱きしめられていた温かい時間という、まるで肌感覚のような体験である。これは、「記憶の純化」が生じたのではないかと考えられる。村瀬（1989）は「変容による記憶の純化」として、しっかりと残り続けてきた記憶が、時間の経過とともに本質的ではない特質がそぎ落され、最も意味のあるエッセンス的性質のみが結晶化されると指摘する。これは、内観3項目により繰り返しイメージすることで、執着していた個人イメージから離れて、セラピストと共に、自分にとって最も意味のあるイメージに削がれていくプロセスがあるのではないだろうか。これは、例えば、鉛筆を削いでいく中でより芯に近い状態に近づいていくようなイメージを抱かせるのである。

調律期においては、セラピストの役割が特に重要である。事例Bでは、セラピストがクライエントの誘いに対して〈いいえ〉と断り、〈そのまま進んでいきなさい〉と促している。このことにより、クライエントのセルフイメージが、それまでの循環的な要素を土台とし、そこから調律的なものが働きだして、しっかりとした基盤となっていくような感じではないだろうか。10回目でクライエントの箱庭制作は劇的な変化を遂げることになったが、これは自我のレベルでの判断だけではなく、セルフのレベルでの重なりがあると考えられる。これは、セラピストとクライエントがセルフイメージのレベルにおいて重なることにより、自我が変化していったのではないだろうか。二人のセルフイメージが呼応し、調律することにより、クライエントによる個性化の過程につながっていったのではないかと考えられる。これは、セラピストの個性化も影響していたのではないだろうか。

ここから考えると、事例Aにおいても、セラピストがクライエントの道案内をするために、セラピスト自身が内観を深く体験している可能性がある。つまり、事例Aのセラピストは自分自身が内観を深めないと、クライエントの内観体験が理解できないと考えられる。これは、自我のレベルだけで理解するのではなく、セルフのレベルでつながるために、セラピスト自身が内観を深めて個性化の過程を歩む必要がある。二人が個性化を歩むことが重要であるという点でも、二つの事例には共通性があると考えられる。

(4) 自己洞察期

事例Bの11回目の箱庭制作では、最初に大きなハートのイメージ作りが行われた後、クライエントのデイジーが大きな高い山を作り、頂から裾野に向かって人間を螺旋状に配置していくのがとても印象的だった（図3参照）。これはまさにセルフイメージを感じさせられる。それも基盤からがっちりとした印象を受ける。クライエントのセルフイメージがしっかりと根付いているように感じられた。高い山に置かれたピカチュウは、クライエントのセルフに根付いた新たな自我であり、そこから魔女や動物ではない、色々な人間達が螺旋状に配置されているように考えられる。この箱庭制作の後に、クライエントが教室での多動がなくなり、学習に集中が出来るようになったことから、支えられている周りの人間達との交流がイメージレベルで実現されるようになったのではないかと感じられる。

事例 A では、周囲の人間達からの愛情を自分に吸収することが出来ると、今度は与えられた愛情を周りの人間達に与えるようになる過程が見られる。自分に「してもらったこと」がたくさんあることに気づき、取り入れることができるようになると、自己洞察が進んで、今度は他者に「して返すこと」はないだろうかと考えて、実行することが出来るようになったのではないだろうか。内観療法における「してもらったこと」と「して返したこと」は、貸借対照表に例えられて、バランスシートのように考える場合がある。クライエントの昭代は当初、金銭や商品の貸借を具体的に考えるように、「母」から「してもらったこと」と、自分が「して返したこと」を思い出していくが、そこから自分に向けて与えられている愛情を心から実感できるようになった。その時、クライエントにとって最も見つめることが難しかった娘への内観が多角的に出来るようになり、自己洞察が深まっていったと考えられる。その結果、夫婦関係も改善されて、娘の不登校も解消されたのではないだろうか。

V　総合考察

前節では、内観療法の事例 A と箱庭療法の事例 B を比較検討することにより、二つの事例において、個人的なレベルでの「母」イメージが損なわれている、あるいは見失っているクライエントが、クライエントにとって個別的な「根の記憶」イメージを通して、「母なるもの」に触れることにより、自己洞察を深めていく過程を考察してみた。

全体をまとめてみると、事例 B では、セラピストはクライエントのセルフイメージのあり方に注目しながら、クライエントの箱庭制作を見守ることから始まっている。事例 A では、愛情を感じられる人物として「母」を選び、具体的に「してもらったこと」を考えて、母からの愛情を自分の中に取り込んでいく作業から開始している。

次に、事例 B では、魔女の両価的な意味や、ピカチュウが置かれることによるイメージレベルの変化が感じられた。事例 A では「してもらったこと」を具体的に考えながらも、「してもらいたかったこと」も見つめることができるようになった。

事例 B では、循環期で表現されてきた両価的なイメージが調律することにより、ポジティブな部分とネガティブな部分が適切に整えられて、新たなイメージが確立されていくのである。事例 A では、記憶には残っていなかった幼少期に「母」にギュッと抱かれたような肌感覚の体験をクライエントは驚きとともに思い出している。

最後に、事例 B では、クライエントがはっきりとしたハートのイメージを表現した後に、高い山のイメージの箱庭を制作する。新たに形成された自我であるピカチュウを頂上に、動物ではない様々な人間達を螺旋状に配置していくのである。事例 A では、それまでに調律してきた愛情を基盤に、これまでクライエントが思い出せなかった娘への気づきが促されて、自己洞察が進んでいったのではないだろうか。

このように事例 B のセラピストは、クライエントの外的な症状や問題だけではなく、内的なセルフイメージが現れることに注目し、重視していると思われる。これは、Kalff による「自己の顕現化」と関係性があると考えられる。Kalff（1972）は「自己の顕現化」について、人格が発展していく際の重要な瞬間であるとし、生まれたばかりの赤ん坊の自己は、「母親の自己の中に保存されている」と言えるような状態であり、栄養を得ることも、寒さなどか

ら身を守ることも全て母親の裁量に任されている段階があると説明している。これを Kalff は「母と子の一体性」の段階と呼び、母親に保護されている関係性をセラピストとクライエントで構築することが重要と指摘している。二つの事例の比較検討から、このような「自己の顕現化」については、「『母なるもの』の顕現化」とも言えるのではないかと筆者は考えている。そこから、事例 B では、クライエントの「『母なるもの』の顕現化」を重要視しているのではないかと推察される。

このような視点から、事例 A を考えてみると、個人の「母」に対する内観から開始されるものの、個人レベルでの外的な問題の解消や変容ではなく、クライエントにとって個別的な「根の記憶」イメージを通して、内的な「母なるもの」が出現することを目的としていることが考えられる。このような目的を事例 A のセラピストが自覚していることがとても重要であり、内観療法を実施する上で欠かせない部分ではないだろうか。冒頭の高橋（2014）の「母から虐待を受けた者に内観療法は適当であるか」という指摘は、目的が個人レベルの「母」イメージの解消、変容であれば適切かもしれないが、事例 A の目的はそこではなく、事例 B と同様に「『母なるもの』の顕現化」と考えられる。

このことから、内観療法のセラピストである筆者が箱庭療法を体験したことを考えてみる。箱庭療法におけるフィギュアや砂箱は、クライエントの「『母なるもの』の顕現化」を促す治療的なメカニズムであり、セラピストとの関係性に支えられて、クライエントの心のメカニズムにより、フィギュアや砂箱に意味づけを行っていきながら、「母なるもの」が顕現化されていくように考察される。ここから、内観療法における「母」についても、セラピストの見守りにより、クライエントの心が内観 3 項目を通して意味づけを行うことにより、「母なるもの」が顕現化されていくような治療的なメカニズムが働いていることが推察される。

以上のように、本研究において、内観療法の事例 A と箱庭療法の事例 B を比較検討することにより、二つの事例では、「『母なるもの』の顕現化」が目的であり、共通性であることが考察された。それにより、内観療法における「母」については、個人レベルの「母」ではなく、それを超えた「母なるもの」である集合的な観点からも考察していくことが、今後の内観療法の臨床における実践と、理論を構築していく上で、重要であることが、本研究により示唆されたと筆者は考えている。

最後に、本研究の限界として、内観療法と箱庭療法における「母なるもの」の共通性と重要性について論じたものの、その有効性についての仮説検証方法やデータの収集、検証の手続きについては十分に検討することが出来なかった。これらはとても重要であるので、今後の研究の課題にしたいと考えている。

〈謝辞〉

本研究におきまして、箱庭療法の事例の考察と写真転載をご了承くださいましたユング派分析家のリース - 滝幸子先生、創元社編集部の渡辺明美様に心より感謝申し上げます。

また、ご指導くださった京都文教大学大学院の濱野清志教授、貴重なご意見をくださった京都文教大学大学院博士後期課程の大学院生の皆様にも厚く御礼申し上げます。

文献

香川克（2017）．学校臨床における個人のアセスメント．子どもの心と学校臨床，16，56-63.

Kalff, D. M.（1966）．Sandspiel；Seine therapushe Wirkung auf die Psyche．Zurich und Strttgart：Rascher Verlag.（大原貢・山中康裕（訳）（1972）.

カルフ箱庭療法　誠信書房），7-25.
森下文・橋本俊之（2018）．事例：母子関係と内観療法 1．小児看護，41-13，1733-1737.
森下文・橋本俊之（2019）．事例：母子関係と内観療法 2．小児看護，42-1，110-113.
石原宏（2015）．箱庭療法の治療的仕掛け－制作者の主観的体験から探る．創元社，150-159.
村瀬孝雄（1989）．「母なるもの」との出会い．村瀬孝雄（1996）．内観―理論と文化関連性（自己の臨床心理学）．誠信書房，217-222.
リース・滝幸子（2014）．重度情緒障害児への箱庭療法－ 7 人の子どもたちの事例をもとに．創元社，99-124，193-228.
高橋和巳（2014）．消えたい：虐待された人の生き方から知る心の幸せ．筑摩書房，210-212.
吉本伊信（1965）．内観法．春秋社，176-200.

Abstract

The “Root Memory” in Naikan Therapy: A Comparative Study of Cases of Naikan Therapy and Sandplay Therapy

Toshiyuki HASHIMOTO

In Naikan Therapy, it is important to think about the role of the “Mother.” It is said that Naikan Therapy is difficult to use with clients who have been abused by their mothers. However, the author argues that Naikan Therapy provides self-insights by encountering the ideal “mother” found in “root memory,” which is the fundamental memory of “mother” and is not limited to the image of the individual’s “mother.” It is speculated that this is a way to deepen self-observation. On the basis of the author’s encountered with Sandplay Therapy at graduate school, he points out commonalities between Naikan Therapy and Sandplay Therapy with regards to the “mother” in root memory. The author argues that a comparison of the treatment processes of both is important for theorizing Naikan and understanding its techniques. Therefore, in this study, the author compares from the viewpoint of “root memory” cases of those who have done Naikan Therapy with him with cases of Sandplay Therapy reported by Reese-Taki. The paper argues that it is important to consider the “mother” in Naikan Therapy from a collective perspective, which is not an individual-level “mother” but a “mother” image beyond that. The author suggests that his findings are important for clinical practice and for constructing theories about Naikan Therapy.

Keyword：Naikan Therapy, Sandplay Therapy, Root Memory