

<研究報告>

風景構成法における枠づけ・素描・彩色過程が 描き手の気分にあぼす影響の検討

小川 文 信州大学大学院教育学研究科

鈴木俊太郎 信州大学教育学部附属教育実践総合センター

キーワード：風景構成法，気分，投影法

1. 問題と目的

風景構成法とは、精神科医である中井久夫が箱庭療法から着想を得て創案した描画法である。皆藤(1994)によれば、風景構成法は当初クライアントが箱庭療法に耐えうるかを判断するための予備テストという意味合いが強い技法であった。一方で、角野(2009)では、風景構成法には心の総合的・構成的な働きを活性化させる機能があり、心理療法的な要素が存在するとの主張が見られる。さらに、角野(2004)では、樹木画等の他の描画法と比較して、より深く精神内界、病理性、治癒力等の内面を表出させることができ、投影法としてアセスメントへの利用可能性が示されている。現在では風景構成法は病院臨床のみならず、学校領域や福祉領域、司法領域等、幅広い領域で心理療法、アセスメントツールとして用いられている(皆藤, 2009)。

風景構成法の具体的な手続きは以下のように設定されている。まず見守り手が画用紙のやや内側に枠線を引く「枠づけ」という作業を行う。次に描き手は見守り手から伝えられる10個のアイテム(川, 山, 田, 道, 家, 木, 人, 花, 動物, 石, 付加物)を枠内に順に描き込んでいき、1つの風景画を完成させる(中野, 2009)。使用する標準的な道具は、白色画用紙, 黒のサインペン, クレヨンの3つである。鉛筆ではなくサインペンを使う理由は、彩色によって素描線が見えなくなることを防ぐためであり、加えて、消しゴムを使えないことによって風景構成法の持つ「構成」の特性を保護するためであるとされている(皆藤, 1994)。松井(2009)によれば、風景構成法は、その過程をサインペンでアイテムを描く素描過程と、クレヨン等で色を付ける彩色過程とに大きく分けることができる。そこで本研究では風景構成法を「枠づけ」「素描」「彩色」の3つの過程からなる描画法と解釈する。

第一過程の枠づけは、描画を描き手にとって侵襲性の低いものにし、さらに描きやすくするための方法として発案された(皆藤, 1994)。角野(2004)によれば、枠づけは描画の際に描き手を十分保護するために行われる作業である。つまり、風景構成法は箱庭療法から着想された技法であるが、箱庭療法における箱が担っていた「作り手の表現を保護する」という役割を枠に持たせたのである(皆藤, 1994)。一方で枠づけはこれとは対照的ともいえる働きも持っている。皆藤(1994)によると、枠づけを描き手の眼前で行うことは、集中

を強い、描き手に「描かなければいけない」という感覚を抱かせる。すなわち、枠づけには表現を保護する効果と、表現を強いる効果の2つが併存しているといえる。上記のような効果は、バウムテストを用いた研究によって実証されている(森谷, 1983, 山下, 1983)。このように、枠づけの2つの効果によって、描き手はより深い自己表現が可能になり、作品に内面的な欲求や思考が現れると考えられる(皆藤, 1994)。

また、枠づけは風景構成法に特徴的な作業であり、必ず描き手の眼前で行うことが強調されている(皆藤, 1994)。枠づけを描き手の眼前で行うことに関して、中野(2009)は、目の前で他者によって描かれた枠内空間に風景を描いていくという行為は描き手が見守り手の気配を帯びた空間に入り込んでいくことであると述べている。さらに、大谷(2009)によれば、枠づけは見守り手による描き手への主体的な関与であり、それによって枠づけの表現を保護する効果が発揮されるのである。

このように、枠づけは風景構成法にとって大きな意味を持ち、描き手にも様々な影響を与えていると考えられる。しかし、枠づけに着目した研究はそれほど多くなく、わずかに中野(2009)による事例研究等がある程度である。さらに、枠づけは見守り手が描き手の眼前で行うことが強調され、そのように行うことが慣習となっているが、枠づけを他の誰かではなく見守り手が行う根拠やその効果を実証した研究はない。

第二過程の素描とは、サインペンを用いて特定のアイテムを描く行為を指している。絵を描くという行為は、描き手が内面を表現しそれを対象化する行為であり、それ自体が治療的に働くと考えられている(吉野, 2000)。飯森(2000)によれば、芸術的な創造活動は、退行を促進し日常の防衛機制を緩める働きを持つ。そしてこの働きによって、抑圧されていた情動の解放によるカタルシスが生じる。さらに、自己を普段と異なった形で表現することによって、喜びや鎮静等が生じる、自己の姿や問題についての洞察を得る等の効果が得られる。大谷(2009)は描画療法の効果について、情動や葛藤を解消し、乖離した精神と情動の疎通を図り、分裂した思考を統合すると述べている。

このような描画行為そのものが持つ効果とは別に、描き手・見守り手という関係の中で描画を行うことによる効果が指摘されている。角野(2004)によれば、見守り手が存在することで描き手は安心して自己の精神内界を表現することができ、それを見守り手に共感をもって受け入れられる体験をすることによってさらなる治療効果がもたらされる。また、大谷(2009)によれば、描画活動が破壊的な方向に向かないように配慮する見守り手がいることによって、描き手は活き活きとした体験を取り戻し、情動に対処する方法を練習し、安心して情動や思考を統合する作業を行うことができる。

このように、素描についても枠づけと同様に描き手に様々な影響を与えるという知見が多く、多くの研究から明らかになっている。しかし、これらの研究は事例的であることが多く、臨床的な経験に基づく推測によるものがほとんどである。

第三過程の彩色について中井(1969)は、風景を修正し、情動づけをする機会であるとしている。また、皆藤(1994)によれば、風景構成法の素描過程が「構成的」であるのに対し

て、彩色過程は「投影的」である。彩色過程は、言葉による見守り手と描き手のやり取りがほとんどないという点でも素描過程とは異なっており(皆藤, 2004), したがって同じ描画という行為の中でも、素描と彩色では描き手に与える影響が異なるということが予想される。

さらに、風景構成法ならではの特徴として、自分で素描した風景に彩色を施すという点があげられる。皆藤(2004)は、彩色行為は人に様々な感情を喚起させるが、自らの素描線に彩色することはより一層様々な種類の感情を喚起させる行為であると述べている。また、彩色が描き手に与える影響について運上・橘・長谷川・中村(2010)は、彩色によって描き手の感情体験が開かれ、内的な精神活動への自由な退行が促されるとしている。同じく運上ら(2010)の彩色に対する感情体験の調査によって、彩色に関して描き手の多くは肯定的な感情を持つことが明らかになっている。

しかし、やはりこれらは事例的・質的な考察であり、彩色が描き手に与える影響についての検討は十分とは言えない。

以上から、風景構成法は「枠づけ」「素描」「彩色」の3つの過程からなる描画法であり、それぞれ描き手に異なる影響を与えるということが示唆されている。しかし、今までに行われてきた風景構成法に関する研究の大半は、投影法として風景構成法を捉え、描かれた作品の内容に着目したものであった。だが、皆藤(1994)によれば、風景構成法を投影法として用いるためには多義的な描画を一義的に扱わざるを得ず、実際の治療場面では無力であることも多い。作品は大切なものであるが、対象に対して客観的にアプローチすると同時に主観的・主体的にもアプローチする必要がある(古川, 2009)。

さらに、描き手に与える影響に着目した研究においても、事例的・経験的なものが多く、風景構成法が与える影響を客観的に明らかにしたとは言い難い状況である。様々な臨床場面でこの技法が使用されるようになった今、投影法としてではなく心理療法としての風景構成法の効果を実証的に明らかにし、この技法を用いる根拠とする必要がある。そこで本研究では、風景構成法が描き手に与える影響をそれぞれの過程ごとに検証する。

風景構成法が描き手に与える影響を検証するにあたって、本研究では描き手が受ける影響を主観・客観の両面から明らかにするため、量的分析と質的分析の2つの分析を行う。

量的分析においては、風景構成法の3つの過程が描き手の気分にあげぼす影響を明らかにする。気分は、先行研究から3つの過程全てから影響を受ける可能性が示唆されており、同時に、一度の描画活動でも変化しやすく、客観的指標として用いるに相応しいと考えられるからである。さらに、この技法に特徴的である枠づけに関して、見守り手が描き手の眼前で枠づけを行う意味を実証するために、枠づけ条件(枠づけの実施者、枠づけの有無)の違いによって描き手の気分にあげぼす影響に変化があるか検討する。

質的分析においては、風景構成法の3つの過程のうち、「枠づけ」と自分で素描した風景に対する「彩色」について、描き手の主観的な体験を調査する。枠づけは風景構成法に特徴的な作業であり、必ず描き手の眼前で行うことが強調されているが、描き手の主観的

な体験を調べることによって、その意味をより深く明らかにすることができると考えられる。また、彩色自体は他の描画法でも行われる作業であるが、自分で描いた風景に彩色するという、単なる彩色とは異なる過程を含んでいる作業であり、風景構成法における彩色過程ならではの影響が予想される。

したがって、本研究の目的は、風景構成法の3つの過程「枠づけ」「素描」「彩色」が描き手の気分を与える影響を明らかにすること(研究Ⅰ)と、「枠づけ」「彩色」に対する描き手の主観的な体験を明らかにすること(研究Ⅱ)である。

2. 研究Ⅰ

2. 1 目的

風景構成法の3つの過程「枠づけ」「素描」「彩色」が参加者の気分を与える影響を明らかにする。気分調査票の5因子(因子Ⅰ「緊張と興奮」、因子Ⅱ「爽快感」、因子Ⅲ「疲労感」、因子Ⅳ「抑うつ感」、因子Ⅴ「不安感」)に関して風景構成法が与える影響はそれぞれ異なることが予想される。そこで、それぞれの因子について個別に分析を行い、各過程が参加者の気分のうちどの領域に影響を及ぼしているのか、因子毎の差を明らかにする。また、枠づけ条件によって影響が異なるかどうか検討する。

2. 2 方法

(1) 実験参加者

大学生45名(男性19名、女性26名)を対象とした。平均年齢は20.16歳、標準偏差は1.15であった。

(2) 実験計画

質問紙の実施時期×枠づけ条件の2要因計画であった。質問紙の実施時期は風景構成法施行前(以降、施行前とする)、描画と彩色の間(以降、彩色前とする)、風景構成法施行後(以降、施行後とする)の3水準の参加者内要因、枠づけ条件は実験者が枠づけ(以降、実験者とする)、参加者が枠づけ(以降、参加者とする)、枠づけなしの3水準の参加者間要因で、混合計画であった。

(3) 材料

因子Ⅰ「緊張と興奮」、因子Ⅱ「爽快感」、因子Ⅲ「疲労感」、因子Ⅳ「抑うつ感」、因子Ⅴ「不安感」の5因子、各8項目、計40項目からなる気分調査票(坂野・福井・熊野・堀江・河原・山本・野村・末松, 1994)の各因子から、項目を因子負荷量の大きい順に4つずつ抽出し、20項目の質問紙を作成した。この操作は、実験参加者の作業負担を考慮し、質問回答の経済性を上げるためのものであった。抽出した項目と各項目の因子負荷量は表1の通りである。項目は因子毎に固まらないよう、ランダムに並べた。回答方法は、1 全くあてはまらない、2 あてはまらない、3 あてはまる、4 非常にあてはまる、の4件法であった。

また、風景構成法の実施用具として標準的な八つ切り白色画用紙、黒色サインペン、12色クレヨンを用いた。

表1 気分調査票から抽出した因子と項目

因子	項目内容	因子負荷量
因子Ⅰ 緊張と興奮	興奮している	.68
	気分が高ぶってじっとしてられない	.64
	緊張している	.59
	そわそわしている	.57
因子Ⅱ 爽快感	心静かな気分だ	.73
	頭の中がすっきりしている	.68
	くつろいだ気分だ	.65
	物事を楽にやることができる	.61
因子Ⅲ 疲労感	何もしたくない	.70
	面倒くさい	.63
	物事に気乗りがしない	.60
	しらけている	.56
因子Ⅳ 抑うつ感	気持ちがめいっている	.64
	気分が沈んで憂うつである	.61
	みじめだ	.60
	がっかりしている	.58
因子Ⅴ 不安感	将来のことをあれこれ考えてしまう	.55
	なんとなく不安だ	.53
	いろんな思いが心をよぎる	.51
	自分のことが気になる	.48

(4) 手続き

初めに、実験の内容、個人情報取り扱い、中止の自由、結果は個人が特定されないように統計的に処理されることを説明した上で、実験参加同意書に署名を求めた。

次に、質問紙(実施時期：施行前)に回答を求めた。次に画用紙とペンを机に出し、風景構成法について、以下のように教示を行った。

「これからこの画用紙とサインペンを使って、風景構成法というものをやっていただきます。私が今から10個のものの名前をいうので、それを順番に描いていってもらって、最終的に1つの風景を完成させていただく、そういう風な作業をやっていただこうと思っています。何か質問はありますか？絵を描いている間はなるべくしゃべらないでください。でももし困ったことがあればお答えするのですぐに聞いてください。では始めたいと思います。」

最初の教示の後、実験者条件では実験者が枠づけを行い、ペンを手渡した。参加者条件では「まず画用紙のふちの内側に枠を描いてください」という教示を行い、ペンを手渡した。枠づけなし条件では、何も言わずにペンを手渡した。

風景構成法で定められている10項目と付加物を描き終わった時点で、再び質問紙(実施時期：彩色前)に回答を求めた。

続いてクレヨンを出し、以下のように教示を行った。

「次に、このクレヨンを使って風景に色を塗ってもらいます。何色をどれくらい使って

も構いませんので、自由に色を塗ってください。どうぞ。」

彩色が終わった後、もう一度質問紙(実施時期：施行後)に回答を求めた。

(5) 分析方法

質問紙の実施時期3水準(施行前, 彩色前, 施行後), 枠づけ条件3水準(枠づけなし, 実験者が枠づけ, 参加者が枠づけ)を独立変数, 気分調査票の各尺度得点を従属変数として, 2要因分散分析を行った。

2. 3 結果

表2~6に各尺度得点の平均値, 標準偏差を示した。

表2 因子得点の記述統計：因子Ⅰ緊張と興奮

実施時期	枠づけ条件	平均値	標準偏差
施行前	実験者	6.87	1.73
	参加者	6.93	1.94
	枠づけなし	7.53	1.81
彩色前	実験者	6.67	1.18
	参加者	6.93	2.31
	枠づけなし	7.60	2.20
施行後	実験者	6.87	1.64
	参加者	7.47	2.42
	枠づけなし	7.40	2.67

表3 因子得点の記述統計：因子Ⅱ爽快感

実施時期	枠づけ条件	平均値	標準偏差
施行前	実験者	10.40	2.38
	参加者	10.87	1.73
	枠づけなし	10.27	1.03
彩色前	実験者	11.07	1.62
	参加者	10.80	1.47
	枠づけなし	10.53	1.30
施行後	実験者	11.53	1.81
	参加者	10.73	2.05
	枠づけなし	10.80	1.93

表4 子得点の記述統計：因子Ⅲ疲労感

実施時期	枠づけ条件	平均値	標準偏差
施行前	実験者	8.47	2.59
	参加者	7.20	2.14
	枠づけなし	8.73	2.74
彩色前	実験者	7.40	2.29
	参加者	6.27	1.98
	枠づけなし	7.20	3.08
施行後	実験者	7.13	2.33
	参加者	6.07	1.75
	枠づけなし	6.87	2.77

表5 因子得点の記述統計：因子Ⅳ抑うつ感

実施時期	枠づけ条件	平均値	標準偏差
施行前	実験者	7.87	3.20
	参加者	6.00	1.77
	枠づけなし	6.67	2.66
彩色前	実験者	7.47	2.88
	参加者	6.20	2.21
	枠づけなし	6.60	2.92
施行後	実験者	7.33	2.94
	参加者	5.60	2.23
	枠づけなし	6.33	2.74

表6 因子得点の記述統計：因子Ⅴ不安感

実施時期	枠づけ条件	平均値	標準偏差
施行前	実験者	10.80	3.21
	参加者	8.73	2.94
	枠づけなし	9.53	2.90
彩色前	実験者	9.87	3.58
	参加者	8.13	3.18
	枠づけなし	9.00	2.83
施行後	実験者	9.80	3.26
	参加者	7.73	2.94
	枠づけなし	8.33	3.02

因子Ⅰ「緊張と興奮」について2要因分散分析を行った結果, 交互作用は有意でなかった($F(4, 84) = 0.62, n.s.$)。また実施時期の主効果($F(2, 42) = 0.35, n.s.$), 枠づけ条件

の主効果($F(2, 42) = 0.56, n.s.$)はどちらも有意でなかった。

因子Ⅱ「爽快感」について2要因分散分析を行った結果、交互作用は有意でなかった($F(4, 84) = 1.11, n.s.$)。また実施時期の主効果($F(2, 42) = 2.15, n.s.$)、枠づけ条件の主効果($F(2, 42) = 0.39, n.s.$)はどちらも有意でなかった。

因子Ⅲ「疲労感」について2要因分散分析を行った結果、交互作用は有意でなかった($F(4, 84) = 0.47, n.s.$)。また、実施時期の主効果が有意であった($F(2, 42) = 20.24, p < .01$)。Bonferroniの多重比較(5%水準)を行ったところ、施行前>彩色前=施行後という結果が得られた。枠づけ条件の主効果は有意でなかった($F(2, 42) = 1.24, n.s.$)。

因子Ⅳ「抑うつ感」について2要因分散分析を行った結果、交互作用は有意でなかった($F(4, 84) = 0.36, n.s.$)。また実施時期の主効果($F(2, 42) = 2.01, n.s.$)、枠づけ条件の主効果($F(2, 42) = 1.60, n.s.$)はどちらも有意でなかった。

因子Ⅴ「不安感」について2要因分散分析を行った結果、交互作用は有意でなかった($F(4, 84) = 0.30, n.s.$)。また、実施時期の主効果が有意であった($F(2, 42) = 10.55, p < .01$)。Bonferroniの多重比較(5%水準)を行ったところ、施行前>彩色前=施行後という結果が得られた。枠づけ条件の主効果は有意でなかった($F(2, 42) = 1.66, n.s.$)。

分散分析表を表7に示した。

表7 分散分析表

		タイプⅢ平方和	自由度	平均平方	F値	有意確率
因子Ⅰ	実施時期	0.77	2	0.39	0.35	.71
	枠づけ条件	11.44	2	5.72	0.56	.57
	実施時期*枠づけ条件	2.79	4	0.70	0.62	.65
因子Ⅱ	実施時期	5.91	2	2.96	2.15	.12
	枠づけ条件	4.93	2	2.47	0.39	.68
	実施時期*枠づけ条件	6.09	4	1.52	1.11	.36
因子Ⅲ	実施時期	53.17	2	26.59	20.24	.00
	枠づけ条件	37.88	2	18.94	1.24	.30
	実施時期*枠づけ条件	2.47	4	0.62	0.47	.76
因子Ⅳ	実施時期	4.46	2	2.23	2.01	.14
	枠づけ条件	60.55	2	30.27	1.60	.21
	実施時期*枠づけ条件	1.59	4	0.40	0.36	.84
因子Ⅴ	実施時期	26.33	2	13.16	10.55	.00
	枠づけ条件	87.53	2	43.76	1.66	.20
	実施時期*枠づけ条件	1.50	4	0.37	0.30	.88

2. 4 考察

分析結果から、実施時期に関して、因子Ⅲ「疲労感」・因子Ⅴ「不安感」について彩色前の方が施行前よりも尺度得点が有意に低く、風景構成法における「素描」の過程が参加者の気分によりポジティブな影響を与えていることが示唆される。素描によってこれらの尺度得点が低下した共通の理由としては、絵を描くという自分の作品を生み出す行為が描き手に心地よさと満足感を与え、カタルシス効果をもたらした(角野, 2004)ということが挙げられる。次に因子毎に理由を考察する。

まず因子Ⅲ「疲労感」について項目を見ると、「ものごとに気乗りがしない」「しらけて

いる」等、活動することに対して消極的であることを示す項目が多い。この因子得点が素描によって低下した理由として、絵を描くという行為が退行を促進し、防衛機制を緩めさせた(飯森, 2000)ということが考えられる。

次に因子V「不安感」について項目を見ると、「将来のことをあれこれ考えてしまう」「自分のことが気になる」「いろんな思いが心をよぎる」等、漠然とした考えが浮かんでいることを示す項目が多い。この因子得点が素描によって低下した理由として、絵を描くという非日常的な行為を行うことによって意識がその行為へと集中し、不安感を抱く原因となるような他の思考が浮かぶ隙がなくなったのではないかということが考えられる。

また、実施時期に関して、彩色前と施行後ではどの因子においても有意な得点の差はなかった。このことから、「彩色」の過程における参加者の気分への影響は見られないことがわかる。さらに、枠づけ条件に関して、気分調査票のどの因子においても条件間で有意な得点の差はなく、「枠づけ」の過程に関しても参加者の気分への影響が見られなかった。このことから、少なくとも精神的に健康な大学生に対して風景構成法を行う場合、枠づけを実験者が眼前で行うことが参加者の気分に対して大きな影響を与えるとは言えない。

風景構成法の3つの過程のうち、「枠づけ」「彩色」に関して尺度得点間に有意な差が見られなかった。この理由として、実験者と参加者の関係性が実際の使用場面と異なっていた、従属変数が適当でなかった、という2つの可能性が考えられる。前者について、この技法は治療者・クライエント・作品の三者交流が強く、クライエントに作用する枠の意味は、安定した治療関係に支えられているかどうかで異なってくる(皆藤, 1994)こと、また描画療法における内的な自己治癒の働きは、見守り手の保護的雰囲気とそれによる交流があつて初めて十分に効果を発揮する(飯森, 2000)ことから、実験場面において本来風景構成法実施時に生じると考えられる効果が妨げられていた可能性が考えられる。本研究の実験場面では、基本的に実験者と参加者はほぼ初対面であり、さらに実験条件を統制するために教示以外の会話を一切行わないという状況があつたため、実際の使用場面とは異なり、相互交流が希薄だったと考えられる。後者について、今回使用した気分調査票は刻々と変化する個人の主観的な気分状況を多面的に測ること(坂野ら, 1994)を目的として作成されたものであり、一度しか描画を行わない実験場面で用いるのに適しているのではないかと思われた。しかし、質問紙を3度行うことを考慮して項目数を半減させたことで、尺度としての信頼性・妥当性が損なわれていた可能性がある。また、風景構成法の3つの過程はそれぞれ参加者の気分に影響を与えることが予想されるものの、気分調査票で測定される項目とは一致しない部分があつたことも考えられる。

3. 研究Ⅱ

3. 1 目的

風景構成法の3つの過程のうち、「枠づけ」と「彩色」について、描き手の主観的な体験を調査する。

枠づけに関して、風景構成法では必ず描き手の眼前で行うことが強調されているが、研

究Ⅰで行った気分調査票による調査では枠づけ条件間において影響の差は見られなかった。そこで自由記述を用い、気分調査票では直接問うことのできない枠づけの表現を保護する効果と表現を強いる効果(皆藤, 1994)等より幅広い影響について分析を行う。

また、彩色に関して、風景構成法における彩色では描き手の多くは肯定的な感情を持つことが明らかになっている(運上ら, 2010)が、肯定的な感情の中でもどのような感情を抱くのか、調査する。

3. 2 方法

(1) 実験参加者

研究Ⅱでは研究Ⅰへの参加者の自由記述を基に分析を進めている。よって、実験参加者は研究Ⅰと同様である。

(2) 手続き

研究Ⅰの終了後、以下の内容が掲載されている質問紙を実施した。

質問紙の内容は、「絵を描くことが好きだ」(1 全くあてはまらない, 2 あてはまらない, 3 あてはまる, 4 非常にあてはまる, の 4 件法), 「枠は必要だと思いますか」(1 思う, 2 思わない, の 2 件法), 「『思う』または『思わない』に丸を付けたのはなぜですか?」(自由記述, 以降「自由記述: 枠づけ」とする), 「色を塗る前と塗った後, または塗っている途中で何か気分に変化はありましたか?」(1 あった, 2 なかった, の 2 件法), 「『あった』または『なかった』に丸を付けたのはなぜですか?」(自由記述, 以降「自由記述: 彩色」とする)の 5 項目であった。

(3) 分析方法

枠づけと彩色に関する自由記述について、それぞれに K J 法を用いて内容を分類した。なお、自由記述: 枠づけの回答のうち、質問の意味を取り違えていると思われる 8 データを分析から除いた。分類された項目の中から、枠づけ・彩色に関する先行研究を考慮した上で分析に用いる指標を決定した。

表 8 に決定した指標と自由記述の例を示した。

表8 決定した指標と自由記述の例

項目	指標	自由記述例
枠づけ	描きやすくなる	<ul style="list-style-type: none"> ・ただの画用紙よりも枠があった方が枠の中いっぱい自分の思い描いた風景を再現しようという気持ちが起きやすいと思うから。 ・画用紙一杯に絵を描くよりもなんとなく気が楽な感じがするから。
	制限される	<ul style="list-style-type: none"> ・なんだか描きにくい気がするから。圧迫感を感じる。 ・絵を描くときに枠で制限されているように感じて好きな大きさに絵が描けないから。
彩色	楽しい気分になる	<ul style="list-style-type: none"> ・色塗りは楽しくて気分がのってきた気がするから。 ・色を塗っているときに楽しい気持ちが湧いたから。
	落ち着く	<ul style="list-style-type: none"> ・色を塗ることで、本物らしい絵になり、気分が落ち着いたから。 ・色を塗っているときに、一番気持ちが落ち着けたように感じたため。
	絵に情動付けがされる	<ul style="list-style-type: none"> ・色を付けたおかげで、自分の世界観をもっと表現できた気がして、すっきりとした。 ・色を塗ってより自分の頭の中の絵に近づいたので満足した。

3. 3 結果

自由記述(枠づけ, 彩色)2 項目について各指標の出現率に違いがあるかどうかを調べるために Cochran の Q 検定を行った。

自由記述: 枠づけについて、「描きやすくなる」と「制限される」の 2 指標で Cochran の Q 検定を行ったところ、出現率に有意な差は見られなかった($Q(1) = .04, n.s.$)。

自由記述: 彩色について、「楽しい気分になる」「落ち着く」「絵に情動付けがされる」の 3 指標で Cochran の Q 検定を行ったところ、出現率に有意な差が見られた($Q(2) = 22.41, p < .01$)。そこで McNemar の検定(5%水準)を行ったところ、「楽しい気分になる」>「絵に情動付けがされる」, 「楽しい気分になる」>「落ち着く」という結果が得られた。また「絵に情動付けがされる」と「落ち着く」の間に有意な差は見られなかった。

参加者の自由記述データから算出した各指標に関する記述の出現率を表 9 に示す。

表9 自由記述中に出現した各指標の割合

	指標	出現率(%)
枠づけ	描きやすくなる	35
	制限される	35
彩色	楽しい気分になる	57
	落ち着く	11
	絵に情動付けがされる	14

3. 4 考察

自由記述: 枠づけについて、「描きやすくなる」と「制限される」の出現率に差は見られ

なかった。この結果は、枠づけには表現を保護する効果と、表現を強いる効果の2つが存在しているとする先行研究(皆藤, 1994)を一部支持するものであった。枠づけの表現を保護する効果は「描きやすくなる」という指標として現れたと考えられる。しかし絵の描きにくさを指摘する「制限される」の指標も出現率に有意な差がないことから、表現を保護する効果がないとは言えないが、その効果が主観的な作画しにくさを上回るほどのものではなかったということが推測される。このような結果になった理由として、本研究の参加者が精神的に健康な大学生であったということが考えられる。風景構成法は箱庭療法から着想を得て創案された技法であるが、枠づけは統合失調症患者の箱庭でしばしば周囲が柵で囲まれることから開発されたものである(皆藤, 1994)。したがって、枠づけは精神病圏にある描き手を対象としたものであるために、本研究の参加者には先行研究ほどの有益な効果が表れなかったと考えられる。一方、枠づけの2つの効果のうち、表現を強いる効果については記述が見られなかった。

自由記述：彩色について、3つの指標のうち「楽しい気分になる」の出現率が有意に高かった。この結果は風景構成法における彩色に対して多くの参加者が肯定的な感情を持つという先行研究(運上ら, 2010)を支持するものであった。分析結果から、肯定的な感情の中でも特に「楽しい気分」になったと感じる参加者が多いということが明らかになった。このような結果が得られた理由として、第一に彩色という行為の持つ自由な退行を促す作用(運上ら, 2010)が挙げられる。風景構成法では、彩色にクレヨンを用いる。クレヨンという誰もが幼いころに使用した記憶のある彩色用具を用いていることも、退行を促進する一助となっている可能性が考えられる。第二に、描画という行為自体が持つ、日常の防衛機制を緩め抑圧されていた情動を解放する効果(飯森, 2000)が挙げられる。この効果が彩色で多く見られた理由として、彩色は素描と比較して上手下手が評価されにくく、肯定的な感情の生起を妨げるような精神的負担がより少ないという可能性が考えられる。

4. 総合考察

4. 1 風景構成法が描き手に与える影響

枠づけに関して、量的分析では気分調査票のどの因子においても枠づけ条件間での差は見られなかった。質的分析では「描きやすくなる」と「制限される」という指標に出現率の差が見られなかった。したがって、精神的に健康な大学生に対して風景構成法を行う場合、枠づけを見守り手が描き手の眼前で行うことは必須ではないと考えられる。本研究の参加者のように精神的に健康な描き手の場合、「枠」という守りの構造を必要としなかったであろう。しかし、出現率に有意な差はなかったものの、質的分析では、先行研究で枠づけの効果の1つとされていた「表現を保護する効果」の存在を確認することができた。研究Ⅰ・研究Ⅱから、風景構成法における枠づけは、精神的に健康な描き手の場合必ずしも見守り手が眼前で行う必要はないが、そのような状況にあっても一定の肯定的な効果は発揮するといえる。

彩色に関して、こちらも枠づけと同様に量的分析ではどの因子においても有意な差が見

られなかった。質的分析では、3つの指標のうち「楽しい気分になる」の出現率が他の2つの指標に比べて有意に高かった。質的分析の結果から、風景構成法における彩色過程は描き手の主観的な気分に何らかの影響を与えていることは明らかである。しかし、気分調査票を用いた研究Ⅰにおいてはこれらの影響を見ることができなかった。調査に用いた項目を再度検討すると、出現率の多かった「楽しい気分」を直接測ることができる項目が含まれていなかった。研究Ⅰにおいて影響が全く見られなかったのはこのためであると考えられる。

研究Ⅰ・研究Ⅱの結果から、風景構成法が描き手に与える影響は3つの過程それぞれで異なっているということが明らかになった。「素描」と「彩色」の過程はそれぞれ描き手の気分の異なる領域に肯定的な影響を与えていた。「枠づけ」に関しては、精神的に健康な描き手においては従来主張されてきたほどの影響は見られなかったが、先行研究で示されていた効果が確かに存在することが示唆された。

4. 2 本研究の独自性と限界

本研究の独自性は、第一に、風景構成法が描き手に与える影響に着目した点である。この技法は投影法と心理療法という2つの側面を持っているが、従来の研究はほとんどが投影法としての風景構成法に関するものであった。しかし、投影法として作品を正確に解釈するためには描き手の持つ背景を深く理解している必要がある。したがって、皆藤(1994)が指摘するように、多義的な意味を持つ作品をどこかで一義的に扱わざるを得ない投影法としての研究には限界があると考えられる。そこで本研究では、心理療法としての風景構成法に注目し、描かれた結果ではなく作品を描く過程で描き手に与える影響を調査した。第二に、風景構成法が描き手に与える影響について主観的側面と客観的側面の両面から分析を行った点である。枠づけに関して描き手がどのように体験したかを調査した事例研究(中野, 2009)や、彩色に対する感情体験の量的研究(運上ら, 2010)は存在しているもののごく少数で、この技法が描き手に与える影響について主観的側面と客観的側面を同時に検討したものはない。「枠づけ」「素描」「彩色」という3つの過程について、主観と客観双方からアプローチすることによって、より多角的に影響を理解することが可能である。

また、本研究の限界として、対象が精神的に健康な大学生に限られているということが挙げられる。風景構成法の使用される領域が拡大してきているとはいえ、心理療法としてこの技法を捉える場合、描き手となるのは精神的に何らかの不調をきたしている人であると考えられる。このため、実際の臨床場面で風景構成法が描き手に与える影響は、本研究で示された影響とは内容・程度ともに異なる可能性が拭いきれない。

4. 3 本研究の臨床的意義

本研究の臨床的意味は、風景構成法の心理療法としての一定の妥当性を検証することである。

例えば風景構成法では枠づけを必ず見守り手が描き手の眼前で行わなければいけない(皆藤, 1994)とされてきたが、その根拠となっているのはバウムテストでの検証や事例研

究、実際に臨床現場で風景構成法を行ってきた人々の経験である。これらは決して根拠として意味のないものではないが、心理療法として妥当性を高めるためには、この作業を行うことに関するより客観的な根拠が必要であった。

また、風景構成法は複数の過程を含む描画法である。それぞれの過程が描き手にどのような影響を与えているのかについても、従来の研究では十分に明らかにされてこなかった。どの過程がどのような影響を与えているのかが明らかになれば、そのクライアントにとって風景構成法が有効である可能性があるか否かを判断する材料の1つとなる。さらには臨床場面でこの技法を用いる際に、より柔軟な使用が可能になるだろう。

本研究では枠づけに関して、必ずしも見守り手が描き手の眼前で行う必要はないという結果が示唆された。これは先行研究と食い違う結果であり、枠づけの妥当性を検証するためには今後さらに対象者や方法を変えて検討を加えていく必要がある。また、「素描」と「彩色」の過程については、描き手の気分異なる影響を与えていることが明らかになった。これによって、例えば不安を強く訴えているクライアントには「素描」の過程のみを実施する等の選択も可能になるだろう。

付記

本研究は第一著者である小川が2011年度信州大学教育学部卒業論文として提出した論文を加筆・修正したものである。

参考文献

- 古川裕之(2009). 風景構成法における“あうん”の呼吸—主体との関連で 皆藤章(編)現代のエスプリ 風景構成法の臨床 ギョウセイ pp. 87-95.
- 飯森眞喜雄(2000). 芸術療法の適応と注意点 風祭元・岡崎祐士・青木省三・宮岡等(監)こころの科学 芸術療法 日本評論社 pp. 24-25.
- 角野善宏(2004). 描画療法から見たこころの世界—統合失調症の事例を中心に 日本評論社
- 角野善宏(2009). 風景構成法と樹木画法 皆藤章(編) 現代のエスプリ 風景構成法の臨床 ギョウセイ pp. 129-142.
- 皆藤章(1994). 風景構成法—その基礎と実践 誠信書房 pp. 22-24.
- 皆藤章(2004). 風景構成法の時と語り 誠信書房 pp. 25-31.
- 皆藤章(2009). 風景構成法の臨床を巡って 皆藤章(編) 現代のエスプリ 風景構成法の臨床 ギョウセイ pp. 5-21.
- 松井華子(2009). 風景構成法における彩色過程 皆藤章(編) 現代のエスプリ 風景構成法の臨床 ギョウセイ pp. 120-127.
- 森谷寛之(1983). 枠付け効果に関する実験的研究—バウム・テストを利用して 教育心理学研究, 31, pp. 53-58.

- 中野江梨子(2009). 風景構成法における枠をめぐって 皆藤章(編) 現代のエスプリ 風景構成法の臨床 ギョウセイ pp. 75-86.
- 大谷真弓(2009). 創作の視点からみた風景構成法—心理臨床における創作 皆藤章(編) 現代のエスプリ 風景構成法の臨床 ギョウセイ pp. 57-64.
- 坂野雄二・福井知美・熊野宏昭・堀江はるみ・河原健資・山本晴義・野村忍・末松弘行(1994). 新しい気分調査票の開発とその信頼性・妥当性の検討 心身医学, 34, pp. 629-636.
- 高嶋雄介(2009). 風景構成法の生成過程 皆藤章(編) 現代のエスプリ 風景構成法の臨床 ギョウセイ pp. 96-107.
- 運上司子・橘玲子・長谷川早苗・中村協子(2010). 風景構成法における彩色についての考察 新潟青陵大学大学院臨床心理学研究, vol4, pp. 19-23.
- 山下一夫(1983). バウムテストの臨床的研究 京都大学教育学部紀要, 29, pp. 284-294.
- 吉野啓子(2000). 個人芸術療法 風祭元・岡崎祐士・青木省三・宮岡等(監) こころの科学 芸術療法 日本評論社 pp. 40-42.

(2012年7月18日 受付)

(2012年10月24日 受理)