
自分の特徴を振り返るツールとしての カンバセーション・ドローイング —前反省的な体験を反省的に覚知する—

Conversation Drawing as an Exercise for Self-reflection: Becoming Reflexively Aware of Pre-reflexive Experiences

羽田野瑛子

関西大学臨床心理専門職大学院

Hanako HATANO

Graduate School of Professional Clinical Psychology, Kansai University

◆要約◆

ユージン・ジェンドリンは、生は“前概念的”に生きられるとしているとしており、この発想を引き継いでいる池見陽は、生のほとんどは“前反省的”に生きられるとしている。本稿では“前反省的”に感じられていることを“反省的”に振り返るという動きを二律的運動と捉えた上で、カンバセーション・ドローイング（以下 Conv-D とする）を用いたワークの実施とワーク後のインタビューの2つに取り組み、参加者がどのような自分への“気づき”に至るかを考察した。その結果、対象者のほとんどはワーク後のインタビューにおいて何らかの自分の特徴に関する“気づき”を得ることができ、また、その“気づき”の多くは元々対象者自身がなんとなく心の内にあったような暗在的な部分であることが明らかとなった。本研究において参加者は、Conv-D を用いた二律的運動の中で“前反省的”に気づいていた自身の特徴を“反省的”に覚知することができたと考えられる。また、Conv-D を含むアートセラピーを二律的運動と捉えることの意義について論じた。

キーワード：前反省的・反省的覚知、暗在的、フォーカシング指向心理療法、
カンバセーション・ドローイング

Abstract

Eugene Gendlin's view that most of living is "pre-conceptual" is carried on by Akira Ikemi, who asserts that most of living is "pre-reflexive." The author approached Conversation Drawing (Conv-D) as an interplay of the pre-reflexive and reflexive modes of awareness and asked participants to do Conv-D in pairs. They were then interviewed about how they reflected on themselves

during the Conv-D activity. As a result, most participants were able to enhance their understanding of their own characteristics. Moreover, these characteristics were already “implicit” in their awareness. This study showed that participants can gain new understandings about themselves through the interplay of the pre-reflexive and reflexive modes of awareness in Conv-D. Art therapy, including Conv-D, may be enhanced when the effects of such an interplay are recognized.

Key Words: Pre-reflexive and reflexive awareness, the implicit, Focusing Oriented Art Therapy, Conversation Drawing

はじめに

1. カンバセーション・ドローイング

Eugene Gendlin (ジェンドリン、E.) はからだに感じられている意味の感覚を「felt sense (フェルトセンス)」と名付け、フェルトセンスを言い表してその意味を創造していく過程を、focusing (フォーカシング) とし、フォーカシングを心理療法に応用したものを focusing-oriented psychotherapy (フォーカシング指向心理療法) とした (ジェンドリン 1998/1999)。フォーカシングを中心的なオリエンテーションとしているアートセラピストである Laury Rappaport (ラパポート、L.) は、アートセラピー (芸術療法) とフォーカシング指向心理療法を融合させ、独自の Focusing-Oriented Art Therapy (フォーカシング指向アートセラピー、以下 FOAT) を開拓した (ラパポート 2009)。本論で取り上げるカンバセーション・ドローイング (以下 Conv-D) は、FOAT に含まれるワークの 1 つである。

ラパポートによると Conv-D の成り立ちは定かではなく、D.W.Winnicott (ウイニコット、D) が考案した相互スクイグル法との類似点もあるが、同時に Conv-D と相互スクイグル法の間には異なる点もいくつかある (池見・ラパポート・三宅 2012)。スクイグル法はクライアント (以下 Cl.) である子どもから先に描き始め、セラピスト (以下 Th.) がミラーリングを行うが (田中 1993)、Conv-D はどちらから描き始めてもよい。前者がミラーリングであるのに対して、後

者は描く過程による会話なのである。そのため、Conv-D は Cl. へのミラーリングだけでなくワークを行う Th. 自身も自由に表現することができる (池見・ラパポート・三宅 2012)。また、ラパポートによると Conv-D は「グループセラピーに大変役立ち」、「誰が最初にカンバセーションを始めて、誰でカンバセーションを終えるのか。その空間をどのように感じているのか。それがそのクライアントの人生にとってどんな意味があるのか。メタファーとしてそのようなことを見ていくと非常に役立つ」としており (池見・ラパポート・三宅 2012, pp.52-58)、コミュニケーションのパターンが Conv-D のワークに現れてくることが示されている。更に、筒井 (2014) では、被験者の大半が Conv-D のペアワーク後のインタビューにおいて、ワークを通して自分自身への気づきがあったと回答している。

2. 前反省的覚知と反省的覚知

ジェンドリンは「大部分の生活や行動は暗々裡 (暗在的な) の意味 (implicit meanings) に基づいて進行している」としており (ジェンドリン・池見 1999, pp.181)、この考え方は生のほとんどは pre-reflexive (前反省的) に生きられているとしている池見によって受け継がれていると観ることができよう (池見 2010, 2013; Ikemi 2013, 2014)。また、別の文献でジェンドリンは、生は pre-conceptual (「前概念的」) に生きられるとしたうえで、「前概念的」を別の表現で言うとそれは pre-reflexive (「前反省的」) であるとしている (ジェンドリン 1999, pp.86)。

これらの主張にある“前反省的”（あるいは“反省以前の”）な awareness（覚知）、または意識の様式を池見（2013）は次のように解説している。「前反省的覚知は、それ自身に気づく以前、あるいはそうした意識の持ち方を反省的に捉えたり観照する以前の意識」であり、「反省的覚知において、人は自らの体験について観照する」。池見（2013; Ikemi 2014）は自動車運転を例に挙げているが、筆者が同様の例を用いて説明するとすれば以下ようになる。

運転時に自動車と運転者は一体となっており、運転者はいちいちブレーキをどのような圧力で踏むのかを考えてはおらず、“前反省的”な意識の様式で運転を行っている。しかし、もしもブレーキの効きが悪いことがわかれば、それを意識して、どの程度踏めば、どの程度減速するのかを確かめようとして“反省的”な意識の様式になるのである。

日本語の著作で池見（2010）は reflexive（「反省的」）を「振り返って観る」と訳しており、前反省的に進む生と、それを反省的に「振り返って観る」行為の中から意味が生成されていくことに注目している。また、この二律的な意識の性質を基に、Ikemi（2013）では felt meaning（フェルトミーニング）とフェルトセンスを区別しており、Ikemi（2014）では心理療法は前反省的に生きられた状況を反省的に「振り返って観る」行為であると位置づけている（Ikemi 2014, pp22-35）。

しかし最近の池見によるこのような理論展開より以前から、前反省的に進む生とそれを“振り返って観る”ことの二律的運動は池見の心理療法実践の中で特徴的にフィーチャーされていた。Ikemi, Yano & Miyake et al（2007）が考案した Experiential Collage Work（「体験過程流コラージュワーク」、以下 ECW）では、ワークを「Part One」と「Part Two」に分けて実施しており、前者では“前反省的に”作品作りを行い、後者では完成した作品を振り返って観て“反省的に”意味が創造されるのである。こ

のように、池見自身は前反省的・反省的の二律的な構図を理論化する以前から、このような実践を行っていたことが明らかである。

3. 池見のアート表現論

Ikemi, Yano & Miyake et al（2007）によって考案された ECW は FOAT の中に位置付けられることがあるが（例えば、Rappaport, Ikemi & Miyake 2012）、池見のアート表現に対する見解と FOAT の間には相違点もある。その一つは上記に示した前反省的・反省的といった二律的な運動について FOAT は触れていない点である（ラパポート 2009）。

製作者の心理への手がかりとして、アート表現の“プロセス”を、完成した“作品”よりも頼りにするところでは、ラパポートと池見の間に相違はない（池見・ラパポート・三宅 2012）。しかし、池見は“表現する”という行為と“表現されたもの”というアート表現の二律的構図をも主張している。すなわち、多くのアートセラピストは気持ちを“表現すること”を強調しているのに対して、池見は“表現されたもの”が製作者の気持ちを呼び起こすことを強調しているのである。更には、ここにも“気持ちを表現する”という局面と“表現されたものが気持ちを呼び覚ます”という局面の二律性が顕著であり、この二律的構造こそが池見流であると言える。

4. 本論の目的

本論では上記に示した池見の前反省的・反省的の二律的運動を Conv-D においても試みることを目的としている。上記で論じたように、Conv-D を含む FOAT ではこのような視点がないため、通常は Conv-D についても反省的に「振り返って観る」ことが想定されていない。

確かに筒井（2014）は Conv-D を行ったあとにインタビューを行っているが、その論文中に前反省的・反省的の二律的運動についての論及はみられず、その研究では得られた成果が

Conv-Dによるものだとされている。それに対して本論はConv-Dを利用した前反省的・反省的二律的運動がもたらす結果としての自分への気づきに焦点をあてている。また、筒井(2014)によるとConv-Dのワークを通して被験者の多くが自分自身に対しての気づきを得ているが、本論では具体的にどのような“自分”への気づきに至っているのかについてより一層詳しく調べてみることにする。

方法

以下筆者の言葉を〈〉、対象者の言葉を『』、強調部分を“ ”で示すこととする。

1. 対象者と実施方法

本研究では本学に在籍する大学院生22名、11ペア(男性6名、女性16名)に対し15分間のConv-Dのワークを行い、その後各ペアに対しICレコーダーで録音しながら10分程度のインタビューを実施した。また、ワーク終了後のインタビューは以下の2項目で分類を行った。

- ① Conv-Dを行うことで何らかの自分の特徴が感じられたと述べた人数とその内容
- ② Conv-Dのワークを楽しかったと述べた人数

これらを基に考察では、Conv-Dのワークを通して対象者はどのような「自分」に気がつき、ワーク後のインタビューがその気づきに対しどのような役割を果たしているか考察を行う。

2. ワークの詳細

(1) 準備物

ワークには色鉛筆、クレヨン、オイルパステル、カラーマジック、色画用紙(白)、試し描き用紙(A4)を用いた。また、完成した作品はインタビュー終了後許可を得た上でカメラでの撮影を行った。

(2) 実施手順

まずはじめに対象者に対し研究についての説

明と同意書の記入を行い、その後①～④の手順でConv-Dのワークに入っていた。ここではその内容をワーク実施時に教示した通りに示していく。

【① Conv-Dのワーク内容の説明】

説明内容は以下の通りである。

教示〈今日行うワークは、カンパセーション・ドローイングというものです。これから、声に出さずに15分間描くことで会話(カンパセーション)します。どちらかの方から始めていただき、線や形を描きます。具体的なイメージや抽象的なものを描いてもかまいません。どちらかの方が最初に何かを描き、これは一筆程度で、あまり凝ったものを書くわけではありません。相手の方はそれを見て、同じ画用紙の上に描きたくなくなった線や形などを描き込みます。こうやって、交互に『会話』し、共に作成していただきます。相手が描いたことを必ずしも『受ける』必要はありませんし、途中からテイストが違うものを新たに描きはじめてもかまいません(池見・ラパポート・三宅2012)。

【② 試し描き】

試し描きは以下の内容で進めた。

教示〈それではまずはじめに少し試し描きをしようかなと思います。ここに色鉛筆やクレヨン、マジックなどたくさんありますが、どの道具でもいいので好きな色を1つ選んでみてください。(対象者が画材をとる)ではまず試し描きの用紙としてお配りした、A4サイズの普通紙に線を引いてみてください。……どんな線があるでしょうか……まっすぐな線……波線……点線……ギザギザな線……。また別の色を選んでみてください。違う画材を選んでみてもいいですし、そのままでもかまいません。画材を変えると描いたみたかんじも変わって感じられませんか……?その“感じ”は、今の自分の“感じ”でもあるかもしれません……。今度は形を描いてみましょう。どんな形がありますか……?丸……三角……四角……ハート……小さい丸……小さい三角……(いろんなバリエーションを出

す)。画材の材質によっては描きやすさや、描ける線や図形のタッチが違って感じられるかもしれません。それぞれの画材の“かんじ”も味わってみてください……。……はい、ありがとうございます。このようなかたちで、今度はこの画用紙にペアの方と2人で描いていっていただくと思います。

【③ Conv-D のワークスタート】

Conv-D のワークは以下の内容で進めた。

教示〈それではペアの方と描きやすい位置に移動してください。ワーク中は座ったままでもかまいませんし、立って作成するほうが描きやすいようでしたらそのように取り組んでもらってもかまいません。それではこれから15分間時間をとります。それぞれのペアのタイミングではじめてください。

【④ インタビュー】

インタビュー項目は以下の通りである。

- i : Conv-D に取り組んでみて、どのような感想をもちましたか
- ii : この取り組みの中で“自分の性格”というものを自身で感じることはありましたか
- iii : この作品の中、あるいはこの作品に取り組む過程の中で、どのような自分の特徴が表れていると感じましたか
- iv : その他に、Conv-D に取り組むことで気づいたことはありますか

【⑤ 終了】

インタビュー終了後、対象者に許可を得た上で作品を撮影し、ワークは終了した。

結果

Conv-D のワークとその後のインタビューの結果は以下の通りであった。

実施した Conv-D では全員が教示通りにワークに取り掛かり、時間通りに終え、ワークを延長することはなかった。基本的にワーク中は無言で製作に取り掛かっているが、対象者の中には時折笑いあったり、目線を合わせながら行っ

たりするペアもあった。また、仕上がった作品の中には、幾何学模様が描かれた作品や物語のワンシーンのようなものが描かれた作品などがあり、多種多様な作品が仕上がっていた。

ワーク実施後のインタビューにおいて『楽しかった』『面白かった』『良い体験だった』等と答えた対象者は22人中14人であり、対象者のほぼ全員が Conv-D を行うことで“何らかの自分の特徴が現れている”と感じていたことが明らかになった。ここでは具体例として4ペア目のワークについてインタビュー内容をまとめて記載し、インタビューにおいて被験者が“自分の特徴”について述べた部分は録音記録から抜粋し表にまとめて提示する。

【Conv-D の具体例】

Gさん

i : 楽しい半面、どうしようかなと思う時間も結構あった。自分は結構悩んで描いていたが、Hさんはすぐに描き込むようなところもあって、焦りのようなものも感じた。楽しみが8割、焦りが2割のかんじ。

ii : Hさんとワークができてよかったという思いがあった。自分には少しネガティブなところがある。はじめ『雲』は泣いていたが、それにHさんは『雨』を加えてくれた。『下の部分』は暗い色で『怖い魚』を描いてやろうと思っていたが、それもHさんが『お花』にしてくれた。自分にはネガティブなことを『意識してはいない』が『描いてやろう』と思っていたところがあった。しかしHさんがそれを『打ち消す』というか、『いいかんじに包んでくれた』。自分のネガティブさに気付かされて『うっ』と思う反面、『あ、助けられた』と思った。『それを聞いてむしろありがたいと思った(Hさんの言葉)』。後味がよい(3人で笑いあう)。

iii : 特に言及はなし

iv : 自分のことではないが、Hさんの話を聞いて(Hさんのiiの部分)、自分なりにHさんのことを考えるとHさんが直感的に描

いてくれたことが自分としては『全体的中』していた。自分は『(Hさんは) これを描いても分からないだろう』と思い、『全て自分で描いてしまえ』と思って描いていたが、Hさんはそういった気持ちも汲みとって描いてくれた。ワークを通して、Hさんの目指すその直感はすごくあたるのではないかと感じ、Hさんは自身の直感にもっと従っていいのではないかなと思った。また、自分は人に頼るのがそんなに得意ではないため、他者に任せて、期待し、よくない結果になるよりは、他者にあまり期待をせずに自分でやってしまうというところがある(自分で全てやってしまおうと思っていた部分を振り返りながら)。『分かってもらえないんだったら自分で描きますけど』というようなかんじ。

Hさん

- i : わりと『サクサク』描けた。ついついGさんに被せて(Gさんが描いたあとすぐに)描いてしまうが、それをしてしまうとGさんを焦らせてしまうのではないかと思いながら描いていた。『あ、ごめん』というかんじ。絵の向きも自分の向きになっていた。楽しく描けた。
- ii : 自分にというか、ワークをしながら楽しいかんじがした。『一緒にやってくっていいな』。割と自分が『優柔不断』だからこそ(ワークの中では)『直感でいきないな』と思い『感覚を研ぎ澄ませたいな』と思いながら取り組んだ。普段から感覚を研ぎ澄ませたいと思っているが、割と考え込んでしまうことがあり、結局いつも優柔不断になってしまう。(普段から)『感覚的にいきたいな』という『理想』はある。それを絵に出せたのはよかった。
- iii : 作品の中で『緑』が欲しいなと思っていたらちょうどGさんが描いてくれた。『えー、嬉しい(Gさんの言葉)』。『魚』を描く

流れのときに急に『花』を描く流れに変わったときも2人で一緒に作成できた。

- iv : 普段からGさんのことを『すごい人やな』と思っていたため、一緒にワークをすることになって『楽しみだな』と思いながら最後までできた(3人で笑いあい)。Gさんの表現をネガティブだとは思わなかった。Gさんともうちょっと喋ってみたいと思った。

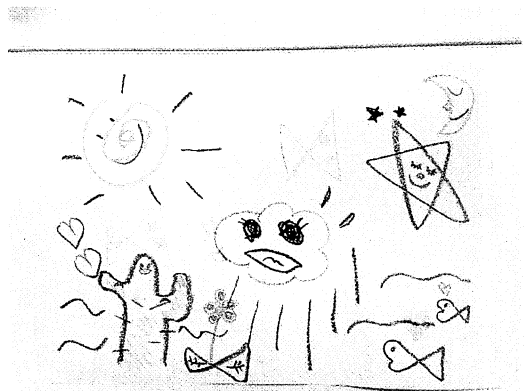


図1 GさんとHさんの作品

考察

1. 二律的運動における自分への気づき

Conv-D実施後にインタビューを行った結果、対象者のほとんどが“自分の特徴”について何らかの気づきを得ることができていたことが分かった(以下方法と結果における対象者を参加者とする)。これは、インタビューを行う中で明らかとなったものであり、前反省的にConv-Dを行うだけでは気づき得なかったものである。このような結果に至った背景には以下のようなことが考えられる。

本研究で採用したインタビュー内容は“自分の特徴”に着目するようなものになっており、これは普段の会話ではあまり話さないような内容が含まれている。このような質問を行うことによって、参加者は普段の自分と照合を行いながら“自分の特徴”を振り返ることができた。

表1 自分の特徴についての描写

ペア	構成員	自分の特徴について気づいたこと	ペア	構成員	自分の特徴について気づいたこと
1	A	人に理解してもらいたがっている自分に気づいた。	7	M	年上に対しすごく緊張してどぎまぎしてしまうことがあり、描いてくれたものに沿って同じようなものを描いてしまうようなところがあると思った。
	B	絵を描きながら「全部自分でしようと思ってたんだ」と気づいた。(そんな自分に気づいて)「恥ずかしい」。		N	自分はいろいろとインスピレーションで動いている。基本的に「人と繋がりたい」という思いはあるが、やっぱり関係がなかなか深まっていないうちは「怖い」。
2	C	自分自身にも探り探りな一面がある。自分には気になることは聞きたくなるところがある。	8	O	相手が出したら「あ、出していいんや」と思って出していけるようなところがある。思い返せば日常生活でもそういうことがある。
	D	すごい自分を感じた。相手を気にしているような部分が「しっかり出ちゃったな」。		P	前からなんとなく分かっていたような自分の子どもっぽい傾向が出てきたようなかんじ。
3	E	「間違えたらいけないな」という「遠慮?」のようなところがあるように感じた。	9	Q	普段は自分で何かをするが、後から「あ、あれどうだったんだろう」とかを考えてしまうところがある。
	F	自分は「大胆」だった。でも何も気にしないでやっちゃうみたいなのもあった。		R	大胆というところもあるし、何か「包みたいな」というところがあった。「そっちの方が(よく絵に)出たかな」。
4	G	自分は少しネガティブなところがある。自分のネガティブさに気付かされて「うっ」と思う反面、相手の絵で「あ、助けられた」と思った。自分は人に頼るのがそんなに得意ではないため、任せて期待してよくない結果になるより、他者にあまり期待をせずに自分でやってしまうというところがある。「分かってもらえないんだったら自分で描きますけど」というようなかんじ。	10	S	作品に自分の「いじわる感」がよく出てるなと思った。自分の「ユーモアさが出てしまった」ように感じる。
	H	割と自分が「優柔不断」だからこそ「直感でいきかないな」と思い「感覚を研ぎ澄ませたいな」と思いながら取り組んだ(普段から)「感覚的にいききたいな」という「理想」はある。		T	左右に振れたりもするが、振れた分、真ん中に戻したくなるような自分を感じた。「無難なところに行きたくなる」。
5	I	自分もあまり普段から積極的に何かをするというのが得意ではなく、ワーク中もそうになっていた。やっぱり自分は「受け身」。	11	U	自分は普段から結構設定が細かい慎重なところもあるけど、自分がやりたいことは押さえられないようなところはあるかもしれない。「押さえようって思わないタイプ」。
	J	結構自分は気をつかう性格。だが、全部が全部「慎重さ」ばかりではないと分かった。わりと自分は「社交的だな」と思った。		V	はじめは相手に合わせて描くが、最終的には「自分仕様」にしていく。自分の中には「最後は持っていくぞ」みたいなところがあって、それが作品にも出ていた。
6	K	わりと「こう!と思うとそれに縛られてしまう」ようなところがあるかなと感じた。普段から人に配慮することを忘れることがあり、ここでもそういうのが出るなと思った。			
	L	Kさんの物語は何だろうと思って描いていた。なんだろうと思ってわくわくした。自分の中にそういう好奇心はあるかなと思って描いた。			

彼らは Conv-D において“表現する”というプロセスだけでなく、“表現されたもの”を基にインタビューを行うことで彼ら自身の気持ちが呼び起こされた結果、自分への気づきに至ったのである。これはまさに池見が論じていた通りであり、参加者は“前反省的な”作品作りの後で作品を“反省的に”振り返って観ることで意味が想像されたのである (Ikemi, Yano & Miyake et al 2007)。このことより、参加者らの自分への気づきは、Conv-D を利用した前反省的・反省的の二律的運動がもたらしたものであったと考えられる。

また、本稿での取り組みは研究という要素から、参加者に対してはじめに研究の目的を説明していた。このことにより参加者は“自分の特徴”という点により一層意識が向いた可能性もある。現に、インタビューの中で参加者自身からもそういった意見が挙げられることもあった。また、ワークを終えた感想として『楽しかった』や『面白かった』等と答えた参加者が数多くおり、このことからワークを通して自分の特徴を振り返って観る作業は、参加者にとって比較的負担が少なく、且つ楽しみながら取り組むことが可能であると考えられる。

2. 具体的な自分への気づき

先に述べたとおり、今回の研究では二律的運動により参加者たちは自分であるということの一側面を言い表していた。では彼らの“言い表した自分”とは具体的にどのようなものであったのだろうか。

ワーク後のインタビューを検証した結果、参加者の多くは元々（前反省的に）気づいていた自分の特徴を述べていることが分かった。表1はインタビューにおいて自分の特徴を述べた箇所を部分的に抜粋してまとめたものであるが、この表を見てもそのことは明らかである（表1のC、D、G、H、I、K、L～Vを参照）。参加者の多くはインタビューを行うことで、Pが述べているように『前からなんとなく分かっていた

ような』自分の特徴を反省的に把握するに至ったと考えられる。つまり、“前反省的”あるいはジェンドリンの用語で言うなら“前概念的”“暗在的”に気づいていた自分の特徴が“反省的”なインタビューにおいて振り返ることで“反省的”に覚知されたのである。

おわりに

本稿における参加者らは Conv-D を利用した二律的運動の中で、“前反省的”に気づいていた自分の特徴を“反省的”なインタビューにおいて振り返ることで“反省的”に覚知することができた。つまり、「暗在的」であった自身の特徴が、ワークに取り組みインタビューで振り返ることで「明在化」されたのである（池見 2013）。このように“自分の特徴”の一部は、何らかのワークを通して他者とその関わりを振り返ったときに見えてくるものなのかもしれない。しかしその際には Ikemi, Yano & Miyake et al (2007) と同様に、ワークだけではなく、ワークとワーク後のインタビューの両方が必要である。本稿では Conv-D を含むアートセラピーを二律的運動として捉えることの意義が明らかになったと言えるだろう。

また、ここでは詳しく言及はしていないが、インタビューの中で『Hさんとワークができてよかったという思いがあった』という言葉や『Gさんともうちょっと喋ってみたいと思った』という言葉があったように、ワークを通して“相手との関係性”について語っていると考えられる参加者もいた。また、筒井（2014）においてもインタビューにおいて相手への印象を述べている参加者がいた。このことより、教示方法やインタビューの進め方によっては自分自身の特徴だけでなく、他者との関係性について反省的に捉えるツールとして“Conv-Dを利用した前反省的・反省的の二律的運動”が機能する可能性もあると考えられる。そのため、今後は教示及びインタビューの内容を目的に応じて再検討す

る必要がある。

謝 辞

末尾になりましたが、本稿を執筆するにあたってご指導を賜りました、関西大学臨床心理専門職大学院教授池見 陽先生、並びに研究にご協力いただきました皆様様に心より御礼申し上げます。

文 献

- ジェンドリン、E、池見陽（1990）：人格変化の一理論『セラピープロセスの小さな一歩：フォーカシングからの人間理解』金剛出版 pp.165-231.
- ジェンドリン、E. (1998/1999)：『フォーカシング指向心理療法（上）（下）』村瀬孝雄・池見 陽・日笠摩子（監訳）金剛出版.
- Ikemi, A. (2013): You can inspire me to live further. Explicating pre-reflexive bridges to the other. *Interdisciplinary Handbook of the Person-Centered Approach* J.H.D.Cornelius White,R. Motschnig-Pitrik, M.Lux, New York, Springer, pp.131-140.
- Ikemi, A.(2014): A Theory of Focusing Oriented Psychotherapy in Madison, G. (Ed.) *Theory and Practice of Focusing-Oriented Psychotherapy: Beyond the Talking Cure*. London, Jessica Kingsley Publishers, pp.22-35
- Ikemi, A., Yano, K., Miyake, M. and Matsuoka, S. (2007): Experiential Collage Work : Exploring meaning in collage from a Focusing-oriented perspective. *Journal of Japanese Clinical Psychology* 25 (4) pp.464-475.
- 池見陽（2010）：『僕のフォーカシング＝カウンセリング：ひとときの生を言い表す』創元社.
- 池見陽（2013）：ひまわり、イワシ、そして覚知の拡大—身体化から呼応する共身体化過程へ—, 日本トランスパーソナル心理学, 精神医学会誌, 13, (1) : 14-23.
- 池見 陽、ラパポート、L.、三宅麻希（2012）：『アート表現のこころ：フォーカシング指向アートセラピー体験 etc.』誠信書房.
- Rappaport, L., Ikemi, A. and Miyake, M. (2012): Focusing-Oriented Art Therapy and Experiential Collage Work: History and Development in Japan in Kalmanowitz, D., Potash, J. and Chan, S. eds. *Art Therapy in Asia: To the Bone or Wrapped in Silk*. London, Jessica Kingsley Publishers.
- ラパポート、L. (2009)：『フォーカシング指向アートセラピー：からだの知恵と創造性が出会うとき』誠信書房 Rappaport, L., *Focusing-Oriented Art Therapy*. London, Jessica Kingsley Publisher, 2009.

田中勝博（1993）：スクイグル法の実際『臨床描画研究』金剛出版 VIII pp.19-34.

筒井優介（2014）：カンバセーション・ドローイングを連続的に行うことの臨床的意義について『サイロジスト：関西大学臨床心理専門職大学院紀要』4：53-61.