

# 相互コラージュ・ウォッチワード・テクニクの試み

申 崎 真 志

## I. はじめに

ウォッチワード・テクニク (watchword technique : 以下WTと略記) は、カール・ユング (Carl Gustav Jung) の言語連想法をもとにした自己発見技法である (Daniels, 2004 ; 申崎, 2004)。16個の任意の語句から言語連想を重ねて11の核となる言葉を導き、その意味をユング心理学的に拡充しながら自己理解を深める。しかし、臨床場面で使うには言語連想の回数が多く、集中力やエネルギーの少ないクライアントには不向きである。また一人で実施できる利点がある一方、セラピーの醍醐味であるセラピストとクライアントの相互性はない。

そこで筆者 (申崎, 2007) は、WTを臨床場面で使いやすくするために、(1)手続きを簡略化し、(2)セラピストとクライアントの相互性を加味した「相互ウォッチワード・テクニク」 (mutual watchword technique : MWT) を開発した。その結果、原法と相互法の感想を比較すると、「適合感」については原法をあげる人が多く、「意外性」「肯定感」については相互性がすぐれていた (申崎, 2007)。

MWTは言語を用いるので、クライアントによっては困難を感じることもある。また、セラピストとクライアントの相互性を活性化するには、イメージによる方法も考えられるだろう (注1)。コラージュは、イメージ療法のひとつとして広く用いられる技法である。そこで本研究では、コラージュを用いた「相互コラージュ・ウォッチワード・テクニク」 (mutual

collage watchword technique : MCWT) の開発を試みた。なお、今回はパイロットスタディとして、臨床場面における適用ではなく、学生による模擬面接で実施した。

## II. 方法

学部生3 - 4年生24名 (女性18名、男性6名) 及び大学院生10名 (女性5名、男性5名) に協力を依頼した。時期は2008年4 - 5月であった。演習クラスの受講生が任意の組み合わせでペアをつくり、模擬的にセラピスト役とクライアント役となって実施した。

学部生にはMWTとMCWTの両者を実施した。まずペアでMWTを制作し、それが終わったら、続けて同じペアでMCWTを制作するという順序であった。MWTとMCWTの制作感を比較するため、クライアント役の12名の学生に、「どちらの結果が自分にフィットするか」 (適合感)、「どちらの作品が自分の意外な側面が現れているか」 (意外性)、「どちらの作品が自分にとってポジティブな意味をもっているか」 (肯定感) の3項目について尋ねた。

大学院生は、まずペアでMCWTを制作し、続けて同じペアで、セラピストとクライアントの役割を入れ替えてMCWTを制作するという順序で実施した。そして最後に、制作感を自由記述してもらった。いずれの場合も、MCWTは、あらかじめ学生に任意の雑誌を持参してもらい、筆者が次の手順を教示しながら制作した。所要時間は30分程度であった。

(1)切り抜いてもよい雑誌等を、セラピストとクライアントそれぞれ1-2冊ずつ用意する。  
 (2)雑誌を眺めて心にとまったイメージを、セラピストとクライアントそれぞれ1つずつ切り抜く。切り抜いたら、裏面に1と記して裏向きに置いておく。  
 (3)続けて、心にとまったイメージを切り抜き、裏面に2と記す。同様に、全部で4枚切り抜く。切り抜いた順番に1-4と記入しておくこと。  
 (4)セラピストの1枚目とクライアントの1枚目を表に向ける。この2つの切抜きから連想するイメージを、セラピストとクライアントそれぞれ雑誌から探して切り抜く。2つの切抜きから自分なりに心にとまったイメージでかまわない。切り抜いたらそれぞれ表向きにして並べておく。  
 (5)続けて、セラピストとクライアントの2枚目のセットから連想するイメージを切り抜く。以下同様に、4枚目のセットまで行う。二人の前には、16枚の切抜きが表向きに並んでいるはずである。  
 (6)クライアントはその16枚の切抜きをよく眺めて、「ぴったりこないもの」(あるいは「今は必要ないと思うもの」)を5枚選んで除外し、重ねて右下に置く。セラピストはそれを見守る。

(7)クライアントは残った11枚を台紙に貼る。大小のケント紙を用意しておき、切抜きの大きさに合わせて選ぶとよい。

### Ⅲ. 結果

学部学生12名(A-L)のMWT(単語法)とMCWT(コラージュ法)の制作感を表1に示した。その結果、「適合感」「意外性」についてはMWTをあげる人が多く、「肯定感」についてはMCWTが多かった(図1)。また、大学院生10名(M-V)の感想を表2にまとめた。その結果、多くの人が共感的な情動調律(empathic attunement)(注2)に言及していた(「やっているうちに相手とイメージが一致して不思議な気持ちになった」「相手と同じように感じていると思った」「相手と意識が近いところにあるような不思議な感じがした」「二人で一枚の作品を作るよりも相互性がある」など)。また、心地よさやポジティブな体験に言及する声もあった(「途中から暖かい気持ちになった」「意欲がわいてきた」など)。作品例として、作品O、作品P、作品Rを示しておこう。

表1 相互ウォッチワード・テクニックの単語法とコラージュ法の比較

	性別	相手	適合感	意外性	肯定感
A	女性	女性	単語	単語	コラージュ
B	男性	女性	単語	単語	単語
C	女性	男性	単語	単語	コラージュ
D	男性	女性	コラージュ	単語	コラージュ
E	女性	女性	コラージュ	単語	コラージュ
F	女性	女性	単語	単語	単語
G	女性	女性	コラージュ	単語	コラージュ
H	男性	男性	コラージュ	コラージュ	コラージュ
I	女性	女性	単語	単語	コラージュ
J	女性	女性	単語	単語	コラージュ
K	女性	女性	単語	単語	コラージュ
L	女性	男性	単語	コラージュ	コラージュ

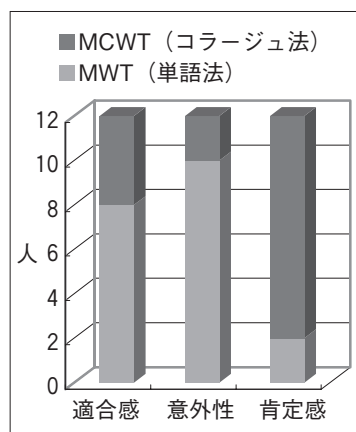


図1 MWT(単語法)とMCWT(コラージュ法)の比較

表2 相互コラージュ・ウォッチワード・テクニックの感想

	性別	相手	感想
M	女性	男性	相手と自然にコミュニケーションがとれた
N	男性	女性	最初は相手とイメージが合わなかったが、途中から暖かい気持ちになれた
O	女性	男性	やっているうちに相手とイメージが一致して不思議な気持ちになった
P	女性	女性	相手と同じように感じていると思った
Q	男性	男性	相手と意識が近いところにあるような不思議な感じがした
R	男性	女性	意欲がわいてきた。新鮮だった
S	女性	女性	同じ刺激なのに相手とぜんぜん違うイメージを切り抜いた
T	女性	女性	相手のイメージが入っているのに自分の好きな雰囲気の商品になって不思議
U	男性	男性	二人で一枚の作品を作るよりも相互性がある。簡単な心理療法体験かも
V	男性	男性	なかなかおもしろかった



作品O



作品P



作品R

#### IV. 考察

MCWTにおける相互性は、セラピストとクライアントの単なるやりとりではなく、ダニエル・スターン (Stern, 2004) の「間主観的意

識」(intersubjective consciousness) を背景にもつ関係といえる (注3)。スターン (Stern, 2004, p.125) によれば、二人が「現在の瞬間」(present moment) をシェアしながら、体験を間主観的に共同生成 (cocreate) しているとき、一方の現象学的意識は他方のそれと全部あるいは一部が重なっているという。それは、まさに心理療法のなかで生じていることだと、彼は指摘する。表2の感想からも、MCWTにおける間主観的意識の体験がうかがえるだろう。

また、MCWTでは原法のような象徴解釈を採用せず、間主観的意識で感じたことを手がかりに理解を深める。これは理論を欠いた個人的印象に終始する危険性もあるが、むしろセラピストのドグマに陥ることを防ぎ、誠実な実践の

可能性を広げるだろう。なにより、このようなセラピーの「共同構成」的側面は、近年の心理療法の特徴とっていい。それは、ナラティヴ・アプローチやIkemiら（2007）の「体験の状況性」（‘situatedness’ of experience）論（注4）など、学派を超えて散見される。

MCWTの制作過程をふりかえってみると、(1)イメージの産出、(2)相手のイメージの取り入れ、(3)イメージの吟味（取捨選択）、(4)方向づけ（配置）といった、いわばセラピーのエッセンスが含まれている。これらは、MCWT体験と臨床場面の近似を示唆するだろう。MCWTは臨床場面に導入しやすいだけでなく、心理学を専攻する学生が、問主観的な臨床感覚を訓練するためのツールにもなると思われる。

#### 注

- 1 たとえばWinnicott（1971）のスキグル・ゲーム（squiggle game）では、セラピストとクライアントがそれぞれの描画にイメージを投影しあうことによって、治療が展開していく（Tuber, 2008）。
- 2 他者の心の状態に正確かつ効率的に共鳴できる能力をいう。Heinz Kohutの自己心理学（self psychology）などでも強調される。
- 3 Stern（2004, p.243）は、「問主観的意識」を次のように定義している。「ある人の心が直接した体験と、その人の体験を第二の人物が体験したものを最初の人物が体験したこととの間に、再入力ループが作られた際に生じる意識の形。この問主観的・回帰的ループは、最初の人物が意識―問主観的意識へと入り込み、二重の体験をすることを可能にする。問主観的意識は社会性に根ざしており、一人の心の中に単独で生じる体験の再入力ループから生まれることはない」（訳書2007, p.257）
- 4 Ikemiら（2007）は、体験過程流コラージュ・ワーク（experiential collage work）について次のように考察している。「そのコラージュについての聴き手の印象は、新たなクロッシングを形成し、暗在的側面に共鳴するかもしれない」（p.471）。「それゆえセラピストあるいはパートナーは、クライアントセンタードの傾聴に加えて、そのコラージュについての自分のフェルトセンスを表現することで、そのコラージュから意味を明在化するのを助けることができる」（p.472）

#### 文献

- Daniels, M. (2004) *Self-Discovery The Jungian way: The watchword technique, Revised ebook edition*. www.michaeldaniels.co.uk
- Ikemi, A., Yano, K., Miyake, M., & Matsuoka, S. (2007). Experiential collage work: Exploring meaning in collage from a Focusing-oriented perspective. *Journal of Japanese Clinical Psychology*, 25, 464-475.
- 串崎真志（2004）心理的支えから見たウォッチワード・テクニク. 『同志社女子大学生生活科学』第37号, 43-48.
- 串崎真志（2007）相互ウォッチワード・テクニク（Mutual Watchword Technique）の試み. 『関西大学文学部心理学論集』第1号, 11-18.
- Stern, D. N. (2004). *The present moment in psychotherapy and everyday life*. Norton. [奥寺崇監訳、津島豊美訳（2007）プレゼントモーメント：精神療法と日常生活における現在の瞬間 岩崎学術出版社]
- Tuber, S. (2008). *Attachment, play, and authenticity: A Winnicott primer*. New York: Rowman and Littlefield (Jason Aronson).
- Winnicott, D. W. (1971). *Therapeutic consultations in child psychiatry*. New York: Basic Books.