

雨のイメージと「雨の中の私」の関連について

中京大学心理学部 野口つばさ

中京大学心理学部 馬場 史津

Association between rainy images and unpleasant thoughts in the Draw-a-Person-in-the-Rain test

NOGUCHI, Tsubasa (School of Psychology, Chukyo university)

BABA, Shizu (School of Psychology, Chukyo university)

The Draw-a-Person-in-the-Rain test is a personality test that considers rain to indicate the amount of stress felt by an individual. Although previous studies have reported that rainy images are associated with unpleasant thoughts, no such association has been found in the Draw-a-Person-in-the-Rain test. In this study, we conducted semi-structured interviews to investigate the association between unpleasant thoughts and rainy images in the Draw-a-Person-in-the-Rain test. Although most participants in this study mentioned having unpleasant thoughts associated with rainy images, they rarely drew a memory of such an experience. Some participants did depict their experience in a drawing, but only after intense contemplation. On the other hand, they felt that their drawing skills were insufficient. These results suggest that it is important to listen to participants' full explanations when interpreting results of the Draw-a-Person-in-the-Rain test.

Key words: Draw-a-Person-in-the-Rain test, rainy image, drawing process

問題

日本では6月ごろに多くの地域で梅雨になり、夏になると台風が訪れる。また、最近では集中豪雨などもあり、雨に関するニュースを耳にすることが多くなった。じめじめとした空気やどんよりと曇った空から、雨に対して不快感などネガティブな感情を抱く人が多いだろう。実際、気候ごとの気分と行動の変化や、月ごとの体と心の変化について報告した甲斐原・森田(2004)の調査では、梅雨の多い6月は気分が悪い月だという回答が多かった。

このような雨が不快なものという前提を用いた描画テストがある。石川(1985)によれば雨中人物画法(Draw-A-Person-in-the-Rain-Test)は「雨の中の人を描きなさい」と教示し、「雨」に象徴される不快なストレスのもとでの自己身体イメージを知る目的で行われる。その後、「雨の中の人」よりも「雨の中の私」のほうが自己像を描きやすいとして、本邦では「雨の中の私を描きなさい」という教示が用いられることが多い(澤柳・石川・川口・大原, 1989)。雨をストレスと仮定し、どのように対処しているかというストレスコーピングの視点に立った解釈は明快で、臨床場面でも活用されている(仲嶺・

島田, 2008)。

一方、この解釈仮説に対して異議を唱える研究もある。例えば丹治・松本・今泉(1993)の研究では、「雨の中の私」とP-Fスタディの相関関係から、「雨」は外的なストレスを表すのではなく、自己の内面における他責性、つまり狭義のアグレッションを反映していると指摘した。また、藤掛・竹淵(2007)は描かれた人物が雨に濡れながらもそれ自体を快と受け止めている事例を検討し、これまでの自分の生き方を過去のものとして「洗い流す」意味や、「頭を冷やす」意味が読み取れ、ストレス防御とは異なる解釈仮説があることを示した。森川・平井(2010)も、描かれた人物が快感情を持つ場合、必ずしも雨濡れをストレスの指標と見ることは出来ないと報告している。藤掛らや森川らによれば、雨に濡れていたとしても、その人物がどのように感じているかが大切かということになるだろう。

また、雨そのものについても喜雨や慈雨、恵みの雨といった雨をポジティブに捉えた日本語の表現もあり、雨が好きな人も少なからずいるだろう。このように描き手が雨に対して好ましい印象を持っている場合は、雨がストレスを象徴するといえるのだろうか。加藤・山下・仲嶺(2008)は、描画中の雨の

イメージと実際の雨のイメージを半構造化面接で聞き取り、快・不快に言及しているか否かという観点から【快イメージ】【不快イメージ】【両価的イメージ】【中立的イメージ】の出現頻度をCramerの連関係数を用いて比較した。その結果、描画中の雨のイメージでは【中立的イメージ】、実際の雨のイメージは【不快イメージ】が多いことが示された。つまり、雨に対して【快イメージ】を持つことが少ないと言えるが、同時に必ずしも実際の雨のイメージがそのまま描画に表現されるわけではないことが示された。しかし、この研究ではCramerの連関係数を用いた結果のみが言及され、なぜ描画中に実際のイメージが表現されないのかという理由については明らかにされていない。

そこで本研究では、描き手の実際の雨のイメージ（以下、雨のイメージとする）が「雨の中の私」とどのような関連にあるのか、また雨をポジティブに捉えている人の描画について、より具体的に理解するため、描き手に対する半構造化面接を用いて検討することを目的とする。

方法

研究参加者

大学生・大学院生 10名（男性4名、女性6名）を対象とした。平均年齢は21.8歳（SD=1.34）であった。参加者には研究の目的と方法、個人情報の保護、絵の掲載などについて説明し、同意を得た。

手続き

参加者に3Bの鉛筆とA4の画用紙を渡し、藤掛・佐々木・大山（1991）に基づき「雨の中の私を描いてください。雨と自分を含めていれば、どのような内容でも構いません」と教示した。紙の向きは自由とし、消しゴムの使用は制限しなかった。時間は15分として早く描き終わった場合にはその時点で描画を終了した。その後、絵についての説明を促し、雨の強さやいつまで降り続くのか、人物像の気持ちなどについて質問した。その後、雨のイメージや雨の思い出などについて半構造化面接を行った。

結果

参加者10名の「雨の中の私」は屋外で傘をさして雨を防御している絵が5枚、屋外で雨除けがなく濡れている絵が3枚、人物像が屋内にいて外の雨を

見ている絵が2枚であった。それぞれの描画例を図1から図3、参加者のNOを示した。また、半構造化面接の記録から 雨の強さ、人物像の気持ち、雨のイメージ、雨の思い出を表1にまとめた。描かれた雨は、強い雨が2名、小雨が4名、強く



図1 屋外で傘 (NO. 7)

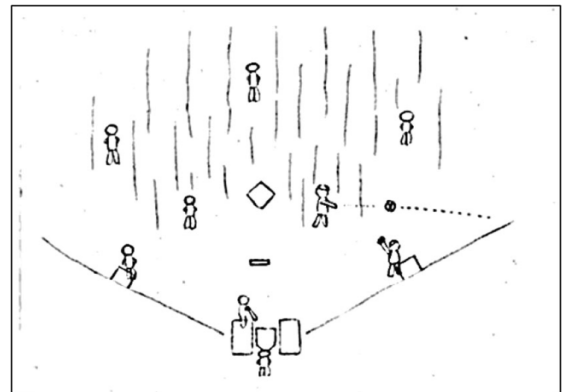


図2 屋外で濡れている (NO. 3)



図3 屋内 (NO. 4)

表1 描画後の質問、雨のイメージ、雨の思い出のまとめ

	雨の強さ	人物像の気持ち	雨のイメージ	雨の思い出
NO.1 屋外・傘	降りにはひどい。しばらく降るけど明日には止む。	あまり明るい気分じゃない。でも笑顔。	暗かったり、濡れるのやだな。憂鬱。大事なものもある。	小4, 浸水。ワクワク。雨ってすごい。驚き。少し怖い。濡れるのは嫌。
NO.2 屋外・傘	結構ひどい雨。1日降っている。明日には晴れる。	雨だな、嫌だな。寒いな。	雨は嫌だな。寒いな、濡れるな、良いイメージはない。	小3, 豪雨で数カ月準備してきたお祭りが中止。良いことはない。大体どこか行く時は雨が多い。
NO.3 屋外・濡	弱くもなく、強くもなく。もっと強くなる。	雨、鬱陶しいな。もっと強くなって、練習中止になれればいい。	嫌だな。降ってほしくない。植物のためには悪くもない。	雨の日には外に出ない。降っていると気分が憂鬱。傘がなく、びしょ濡れになったことがある。
NO.4 屋内	小雨。30分くらいふる。	想定内だけど、降っちゃった。嫌だな。濡れたくない。	曇ってたりして、暗いイメージ。止んで虹がでると気分も良い。野菜作っている人には良い。	小5, キャンプで雨が降って、テントが倒れて直した。嫌だなんて思った。最近は降らないな。雨を回避している。
NO.5 屋外・傘	小雨。夜まで続く。	ウィンドショッピングしよう。	行動範囲が狭まるので、予定が入っているときは降ってほしくない。まあ、好きではないかな。	6年前? 大雨が降ったときに、家の前の川の水位が上がるのを見て驚いた。それからは氾濫しないか気が掛ける。
NO.6 屋内	大降りでもないが、小雨でもない。1日中降る。	ワクワクと静寂。落ち着いている。学校が休みにならないかって期待。	自然みたいないイメージ。ワクワク。雨の音が好き。	小学校のところに珍しく朝早くおきて、朝なのに暗くて雨が降っているのが特別感があってワクワクした。
NO.7 屋外・傘	しとしと降っている。小振り。このあと晴れる。	アジサイきれいだな。傘邪魔だなくらいで、雨はそんなに気にしていない。	梅雨、台風、うるさい。濡れるのが嫌だ。最近雨のニュースが多い。	ドロドロな所を踏んだ。小学校の修学旅行の日には雨が降っていた。
NO.8 屋外・傘	強い雨ではない。数時間で止む。	憂鬱な気持ちで、早く止んでほしいな。	暗いイメージ、騒がしさが少ない。冷たい。自分を暗くする。	小学校の時に、楽しみだったプールが中止になった。大学生になって、家にいるときなら、悪くないかなと思う。
NO.9 屋外・濡	嵐でもないけど、小雨でもない。しばらく降る。	放心している。防いでもいなくて、うつろ。	視界が悪くなるという悪いイメージ。眠くなる。けだるい。重い、暗い。	中学の時に合羽を忘れて風邪をひいた。最近旅行で雨が降っていた。
NO.10 屋外・濡	通り雨。それほど強くない。狐の嫁入り。すぐ晴れる。	何も考えず、空を見ている。雨に対しては何も思っていない。	濡れるのは嫌だけど、基本的には好き。ちょっと晴れている時に見ると綺麗。生活に関わる。	あまりない。高校2年で大雨のなが自転車帰って電柱にぶつかった。川が氾濫した。

も弱くもない雨が4名であった。人物像の気持ちは、鬱陶しい、濡れたくないなどの不快な感情を示したものが5名、ワクワクした気持ちや景色を楽しむような快感情を示したものが3名、安心していたり、何も考えていないものが2名であった。雨に濡れながらそれを快と受けとめたものはいなかった。

雨のイメージは「いつもよりやるが増えてしまうので、濡れることが手間なので嫌いな」に代表されるように、濡れることや汚れることに対する不快感、憂鬱やけだるさ、暗さのイメージが語られることが多く、9名が何らかのネガティブなイメージについて述べた。うち2名は「植物のためには悪くない」などの慈雨のイメージを述べ、1名は「濡れるのは嫌だけど、基本的に好き」とネガティブとポジティブの両面に言及した。一方で、「ワクワク」「雨の音が好き」とポジティブなイメージのみを語ったものは1名のみであった。雨のイメージとして「梅雨」「台風」といった時期や、「最近強い雨のニュースが多い」といった快・不快とは異なる中立的なイメージを語る場合もあった。

また雨の思い出は小学校のころの思い出が6名、中学・高校のころの思い出がそれぞれ1名であった。大雨で行事が中止されたり、雨にぬれて風邪をひいたり事故に遭いそうになったエピソードが語られ、ワクワクした楽しい思い出を語ったものは1名のみであった。この参加者では雨の思い出と雨のイメージ、人物像の気持ちがほぼ同じ内容として語られた。

考察

1 雨のイメージと「雨の中の私」

本研究においてもほとんどの参加者が不快な雨のイメージについて言及し、加藤ら(2008)の報告と同様の結果となった。雨は濡れることによって汚れたり、拭かねばならず、手間がかかる面倒なものとしてイメージされ、だからこそストレスを象徴するといえる。「雨の中の私」は、描き手ができれば濡れたくない雨とどのように向き合うのかが示される描画であり、ストレスコーピングの視点からの解釈は概ね妥当と言えるだろう。

また「植物のためには悪くない」といった慈雨に触れた2名の人物像の気持ちは「鬱陶しい」「濡れたくない」などの不快な感情が表明されていた。慈雨は田畑の作物が水気を失って萎れそうな時に降ってくる雨であり、生気をもたらす雨である(倉嶋・

原田, 2014)。雨という言葉で、恵みの雨を連想する人であっても、「雨の中の私」にはストレスとしての雨が描かれると思われる。「雨の中の私」という教示は、雨の降る中にいる当事者である「私」を思い浮かべやすく、そのために不快な雨のイメージが表現されるのではないだろうか。また、2名の面接記録を詳細にみると、まず雨のイメージとして不快な感情を述べた後で、慈雨に触れるという流れであった。このことから、不快な感情のほうが強くイメージされていたともいえるだろう。本研究では雨に対してポジティブなイメージを持つものが1名みられたが、この事例については後述する。

2 雨の思い出と「雨の中の私」

雨の思い出として挙げられた記憶は、浸水して避難した経験、何カ月も練習した演目が大雨で中止になり発表できなかった悔しい経験などが挙げられた。ある参加者は面接のなかで、衝撃的な記憶を思い出、日常生活で見聞きしているものが記憶だと述べていた。この参加者だけでなく、面接時の「雨の思い出」という言葉がインパクトの強い出来事を想起させたものと思われる。そして、「雨の中の私」では必ずしもそういった思い出が描かれるわけではないことは大変興味深い。絵に描かれたことが実際に経験したことかを尋ねられたある参加者は、「いろんなものをたぶん組み合わせてるんだと思う。普段買い物に行く時はたぶんこんな感じだなとか、雨降ってる時はこういう感じだなんていうのを組み合わせて描いた。だから、一度にこの場面ってことじゃなくて、今までの経験を組み合わせた感じ」と答えた。投映法としての「雨の中の私」には、描き手がこれまでに体験してきた小雨や豪雨が象徴するストレス状況に対しどのように対処してきたのかという自己イメー

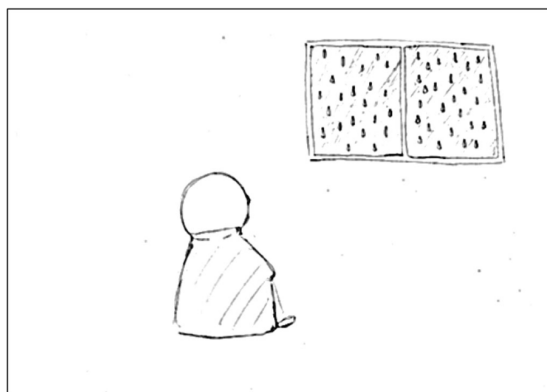


図4 雨の思い出が描かれた例 (NO. 6)

ジが表現されると言えるだろう。

一方で、雨の思い出が「雨の中の私」として表現された例もみられた（図4）。この絵は小学生の自分が雨の日に朝早く起きて家の中から雨を見ている絵である。雨の音を聞きながら、ワクワクした気持ちと静寂、学校が休みにならないかなと期待していると説明された。この女性は雨の思い出として、「小学生の頃にちょっと珍しく朝早く起きて、朝なのに暗くて雨が降ってるっていうのが特別感があってワクワクしたみたいなのが1番の思い出」と述べ、「雨の中の私と聞いた時に1番に思い浮かんだのがこの時の思い出だった。それを描こうと思って描きました」とのことであった。雨のイメージも「自然みたいな感じ、ワクワクするみたいなものもイメージの中に入っている」とポジティブなイメージのみを述べた。雨の思い出と雨のイメージ、表現が共通しており、彼女の中でこの思い出は特別なものであったのではないかと推測される。

この絵の雨は、台風になるかもしれない強い雨ではあっても、浸水して避難するような非日常性はないように思われる。しかし、彼女にとっては小学生のころの雨にまつわるワクワクした気持ちが雨のイメージとして形成され、「雨の中の私」にもこの思い出が描かれた。前述したように、雨の思い出がそのまま描かれることは少ないが、この例のように思い出のある情景がある場合には、それが描かれる可能性があり、従来の解釈を当てはめてよいのか検討する必要があるだろう。高橋・高橋（2010）は人物画テストの解釈において、人物像には現実像が描かれる場合もあれば理想像が描かれる場合もあるとし、そのどちらであるかを明らかにするためには描画後の質問や他の資料との関連によって検討しなければならないと述べている。「雨の中の私」におい

ても、強く印象に残った雨の記憶がある場合にはそれが再現される可能性もあり、またそのように見えても異なる場合もある。解釈にあたっては、描き手の説明をききながら、何がそこに表現されているのかを見極める必要があるだろう。

3 描画のプロセス

半構造化面接の記録をもとに、「雨の中の私を描きなさい」と教示された描き手が絵を完成させるまでのプロセスを図5としてまとめた。

まず一つは、記憶にある雨の情景をできるだけ再現しようとするパターンである。前述の例のように、「雨の中の私と聞いた時に1番に思い浮かんだのがこの時の思い出だった。それを描こうと思って描きました」という場合や、「実際に自分の体験に近い絵を描いた。雨のイメージが強いのはいつだったかなと思って、よく大学に通ってた2年生ぐらいの頃を思い出して描きました」「雨を感じるの、じっと信号待っている時がそうかなと思って。その周りの道路とか、同じ信号待ちしてる車とかを思い出して描きました」と日常生活の雨の場面を思い出して描く場合もある（図6）。前者の場合には何か特別の思い出があると思われるが、後者はかなり日常生活の描写に近いものと推測される。こういった場合にはステレオタイプの描写がなされた可能性もある。

また、小学生の頃の登校時のイメージが強かった参加者は「思い出がたくさんありすぎて、その思い出まとめてイメージとしてこうなったって感じ。思い出を描いたわけではないと思う」と述べたが、いくつもの思い出がまとまって雨のイメージとなり、それが絵に表現される場合もある。このような特定の思い出や日常生活の再現ではない場合に、ストレ

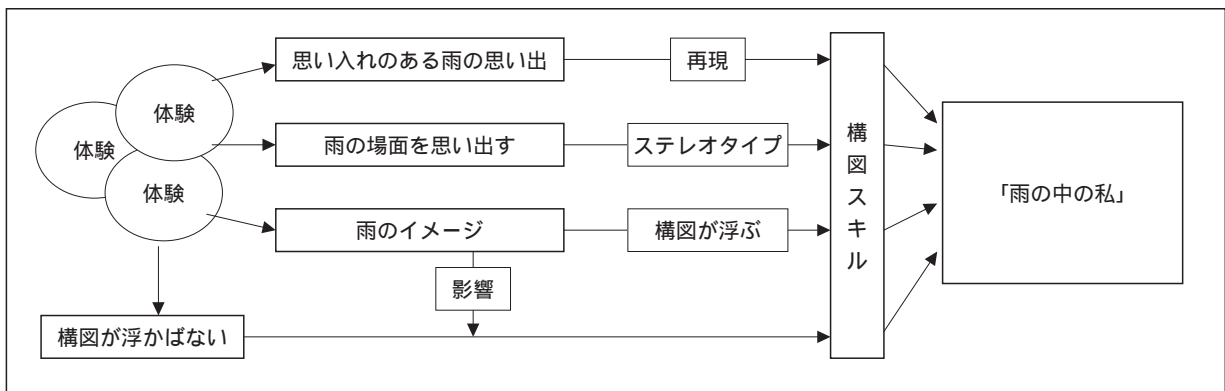


図5 絵を完成させるまでのプロセス



図6 日常生活の雨の場面 (NO. 8)



図7 構図が浮かんだ例 (NO. 1)

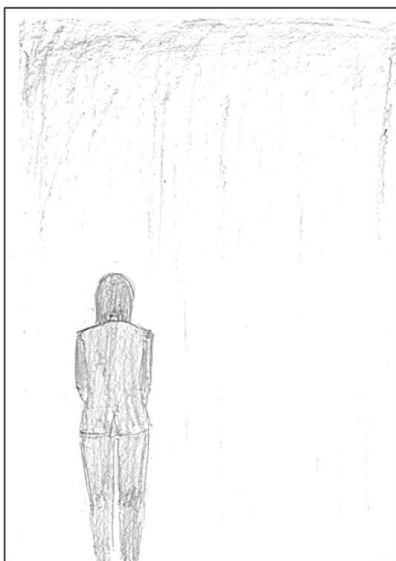


図8 場面が思い浮かばなかった例 (NO. 9)

スコーピングの解釈仮説が有効になると思われる。

また、教示を聞いて「雨の中って聞いた瞬間に、雨は土砂降りだな、傘さしてるな、普段着で歩いてるなって感じが浮かんだ」と構図がすぐに浮かんできた場合(図7)もあれば、「正直描いてる時に何も浮かばなかったんだよね。だから、どうやって描こうというのがあって、とりあえず描いたらこれになった」という場合(図8)もみられた。構図として明確なものではなくても、これまでの雨の体験に基づく雨のイメージは言葉にならないものの存在し、それが絵に表れていると考えられる。この2例はすぐに場面が思い浮かんだか否かの違いはあるものの、雨の絵だからこうしようという意図的な取舍選択が比較的少なく、浮かんできたイメージをそのまま表現したという点では共通している。そしてそのような表現がなされたときには、「疲れているからこういう絵になるのかもしれない(図7)」「未来だろうか、先がみえない(図8)」と描き手に気づきが生じる可能性を示唆するものであった。

しかし、描き手が思い浮かんだ構図を描くうえでの障害として描画スキルの問題がある。今回の面接においても5名の参加者から「自分の思っている通りに描けない」という感想がきかれた。ある参加者は「外に出る時、雨が降ったら傘はさすと思うので、そういう場面を想像した」ものの「傘を持って歩いてるところを描こうと思ったけど、ちょっと描けないなと思って」と場面を変更したことが語られた。描画テストではこのような自分のイメージが表現できない不全感が語られることは少なくない。描画後は、描かれた作品について質問をするだけでなく、「この場面を選んだ理由があれば教えてください」などのように、どうしてその場面が選択されたのかというプロセスにも耳を傾ける必要がある。非言語的表現である描画には、描き手に意識されていない内容が含まれることもあり、言葉によってすべてが説明されるわけではない。しかし、描き手がどのような思いでその絵を描いたのかには十分に配慮すべきであろう。また、描画テストの解釈が描き手から離れた独善的なものにならないためにも、「雨に対してはどのようなイメージがありますか」「雨の思い出として、何か浮かぶものがありますか」のようなやりとりを通じて、思い出の再現なのかステレオタイプの表現なのか、あるいは自己イメージとして解釈可能なのかを判断することが必要なのではないだろうか。

付記 本論文は平成 27 年度中京大学心理学部に提出された卒業研究の一部を修正したものである。

引用文献

- 藤掛明・佐々木恵美・大山晋 1991 非行少年の「雨の中の私」画の分析 日本犯罪心理学会第 29 大会論文集, 88-89.
- 藤掛明・竹淵香織 2007 「雨の中の私」画解釈の新しい試み (1) 日本描画テスト・描画療法学会 17 回大会論文集, 58.
- 石川元 1985 雨中人物法 こころの臨床ア・ラ・カルト, 11, 43-49.
- 甲斐原るみ・森田健 2004 気分や季節変動についての調査 福岡女子大学人間環境学部紀要, 35, 7-13.
- 加藤由紀・山下委希子・仲嶺裕子 2008 雨中人物画法において描き手は「雨のイメージ」と「私の気持ち」をどのように表現するのか 臨床描画研究, 23, 159-177.
- 倉嶋厚・原田稔 2014 雨のことは辞典 講談社
- 森川友子・平井達也 2010 大学生における「雨の中の私」画とストレス反応・ストレスコーピングとの関連 人物の感情に注目して 九州産業大学国際文化学部紀要, 47, 163-179.
- 仲嶺裕子・島田さつき 2008 「雨の中の私」画を用いた保健室登校女児とのかかわり カウンセリング研究, 41, 315-322.
- 澤柳志津江・石川元・川口浩司・大原健士郎 1989 「雨中人物画」にあらわれた森田療法の治療過程 臨床精神医学, 18 (1), 81-89.
- 高橋雅春・高橋依子 2010 人物画テスト 北大路書房
- 丹治光浩・松本真理子・今泉寿明 1993 描画法におけるストレス投影性に関する研究 課題画「坂道と私」「雨の中の私」の比較を通して 臨床描画研究, 8, 202-212.