

# 「水と私」描画における心理的体験

— 描画後の対話を中心に —

野口 康彦

和田 朱音

## <要旨>

本研究では、連想刺激としての「水」に自己像である「私」を組み合わせた課題描画法としての「水と私」描画の試案を作成し、「水と私」描画によってもたらされる心理的な体験について、描画後の対話（Post Drawing Dialogue：PDD）から得られた質的データの分析をグラウンデッド・セオリー・アプローチによって行った。最終的には、①「水の根源性への想起」、②「教示への心理的反応」、③「雨の想起」、④「快感情の喚起」、⑤「アイテムの意味づけ」、⑥「描画の展開」⑦「内的世界の表出」、⑧「水の性質」、⑨「描画の世界への没入」、⑩「過去体験の振り返り」、⑪「自己との対峙」という11のカテゴリーが抽出された。描画行為及び描画後のPDDにより、描き手による水にまつわる体験やイメージが物語性をもって語られていく過程を見ることができた。

## 1. 問題と目的

### (1) 関心の所在

心理臨床の実践において、描画は心理査定や心理面接に広く用いられている方法の一つであり、例えば課題描画法であるHTP(House-Tree-Person)やバウムテストといった描画法は心理査定技法としての投映法に位置づけられる（松澤，2003）。すなわち、心理臨床における実践あるいは研究としての描画法は、描画が引き起こすある種の心理的な体験を投映法的な視座から検討し、これを臨床心理学的な査定あるいは心理治療に応用しようとする技法であるとも言える。

大石・成瀬（2012）は、量的研究と比べた場合に信頼性・妥当性に関する検討は不十分など残している現状を踏まえつつ、描画過程や描画行為は、描き手の内的な心理体験を喚起し、その検討にあたっては事例研究を重ねることが有効であることを示唆している。描画行為には描き手の個別的な心理的体験が作品に投映されやすい。描画による表現行為そのものが、描き手にカタルシスや自己洞察といった治療的意義を与える効果をもっているが、それ以上に描画を媒介にした描き手とそれを見守る側との関係のあり方が大切となり、描き

手の主観的な意味に接近するには、描画後の質問や対話が重要となるのは言うまでもない。

田中ら（2012）は、卵画・洞窟画の試案を示しつつ、臨床への適用として半構造化された描画後質問（Post Drawing Interview：以下、PDI）の有効性について指摘している。PDIとは、描画を媒体にして、治療者がその描画についての問いかけを通してクライアント（描き手）にかかわることであるという。高橋（2007）も、クライアントが自分の描いた絵を治療者と共に眺め話し合うことによってクライアントの洞察が深まることを述べており、描画を介した話し合いについて「PDIではなく、描画後の対話：Post Drawing Dialogue（以下、PDD）と呼びたい」としている。描画療法においてPDIあるいはPDDが重要とされる意義について高橋（2007）は、「クライアントが描画に表出した内容を、言葉で表現するためには、検査者がクライアントに共感しながら、描画とともに味わいつつ、クライアントが表現し、伝えようとする事柄を汲み取っていく対話が必要である」とし、さらに「描画行動そのものにも治療的要因が働くが、描画テストからクライアントのパーソナリティを理解していくためには、描画の後に語り合うことが必要であり、この過程に、カタルシス、洞察、自己実現などの心理療法として効果をもつ要因が働くのである」と述べている。描画を用いた心理的なアプローチにおいては、見守る側（カウンセラーなど）が描き手（クライアント）の心理的な体験を追体験することにより、描き手の無意識の心的な世界が賦活され、自己洞察が深まっていくのかもしれない。描画を媒介としたコミュニケーションにおいて、描き手はどのような表現を行い、何を語り、そしてどのように自己の物語を構成するのかといったことについて深く関心をもった。

## (2) 本研究の目的

本研究では、連想刺激としての「水」に自己像である「私」を組み合わせた課題描画法としての、「水と私」描画の試案を作成する。そして、「水と私」描画において表現される描き手の表現や感情、態度および自己イメージについて検討するとともに、「水と私」描画によってもたらされる心理的な体験について、PDDデータを探索的に分析することを主な目的とした。また、大学生を調査協力者とする中で、心理発達において青年期にある人は、描画を通して自己の内的な世界や過去の体験をどのように語るのか、そして、それは自己の統合の一助にもなりえるのかという点についても若干の注目をした。なお、本研究における課題描画法の主題は「水と私」である。なぜ、「水」を描画の主題としたのか、以下にその理由を述べたい。

心理療法における描画の主題には水のイメージを利用するものが多く存在する（田熊，2008）。水を連想刺激とした描画法として、片口・松岡（1981）の水連想検査(WAT)がある。水を連想刺激とすることで、広い意味での人格的特徴、あるいは構造やイメージ世界の諸特徴を反映への予測を行い、ロール・シャッフテストのようなスコアリング法を用いてWAT反応を分類することを試みている。また、水そのものを主題としていないが、星と波テストにおける波（海）の表現をはじめ風景構成法における川の表現、雨中描画法（藤掛，2010）

の雨の表現も、「水イメージ」を利用した描画の課題と言えるだろう。また千野（2006）が指摘しているように、描画以外にも水イメージを利用した心理療法は多数存在する。上述してきたように、水が連想刺激となったり、あるいは水が関連する描画は多く見られるが、「水と私」そのものを主題とした描画を見ることはほとんどない。このような意味でも「水と私」描画における描き手の心理的な体験の分析は、水のもつイメージを無意識の視点から考えるうえでも有用な資料となるであろう。

## 2. 研究の方法

### (1) 使用する用具

用紙の大きさについては、一般的に使用されることの多いA4サイズとした。鉛筆は2Bから4Bの芯のやわらかいものを用いた。なお、調査協力者の心理的な負担の軽減から、失敗しても描きなおしができるという安心感を与えるため、消しゴムの使用に制限は設けなかった。また、彩色における画材も色鉛筆とクレヨンを本人の意思によって選ぶことができることにした。

### (2) 実施方法

試行については、調査協力者の正面に座り、先述した用具類を渡した。なお、統一性をもたせるために、用紙は横向きで渡すことにした。その後、「水と私の絵を描いてください。水に関するもの、水から思いつくものなら何でも構いません」という教示を与え、描画に取り掛かってもらった。なお、制限時間を気にする調査協力者からの質問に対しては、「自由にさせていただいてかまいません」と答えた。描画の終了後は、本人の許可を取り、PDDを聴取し、ICレコーダーで録音した。なお、調査者と調査協力者が完成した描画を見ながらPDDを進めていったが、調査協力者からの自由な語りを得るために、特定の質問項目は設けなかった。

### (3) 倫理的配慮

描画及びPDDについては途中でやめてもかまわないこと、描画とPDDデータの論文掲載については事前に承諾を取った。

### (4) 調査協力者一覧

本研究の調査協力者として、8名の大学生に協力してもらった。表2に性別と年齢、描画開始からPDDの終了に至るまでの実施時間について表1に示した。なお、実施場所は調査協力者が所属する大学の学内施設であった。

表1 調査協力者一覧

	性別	調査実施時の年齢	実施時間
Aさん	女	23歳	45分
Bさん	男	20歳	120分
Cさん	女	21歳	33分
Dさん	女	21歳	32分
Eさん	女	21歳	56分
Fさん	男	20歳	39分
Gさん	女	25歳	35分
Hさん	女	22歳	57分

### (5)PDDデータの分析の方法

PDDにより得られた逐語データの分析方法については、データに基づいて仮説的知見を得る質的研究の中でも、比較的方法論が整っているグラウンデッド・セオリー・アプローチ（以下、GTA）を用いた。GTAは、情報提供者の観点到根付いた形で、プロセスや行為や相互行為に関する一般化された抽象的な理論を引き出す方法論的な特性を有しており、本研究の目的に合致したためである。GTAにはその学派の違いから幾つかの方法があるが、本研究ではStrauss & Corbin(1990)の手法に準ずる手続きにより分析を行った。なお、分析の手順であるが、最初の作業は、データを1文ずつあるいはある程度のまとまりを区切って名前をつけ（オープン・コーディング）、次にオープン・コーディングから得られた概念に対して、カテゴライズしていくという作業（軸足コーディング）を行った。この段階におけるカテゴリーをサブ・カテゴリーと呼ぶことにする。サブ・カテゴリーについて、カテゴリー内容やカテゴリー同士の関連に基づき、再編成などを繰り返しながら、仮説及び理論を統合し、精緻化する作業を行う（選択コーディング）。カテゴリーが出尽くすことで、理論も精緻化され、妥当性が高まる。そこから抽出された最終的なモデルを図に示した。なお、サブ・カテゴリー及びカテゴリーの一覧については、巻末に付録として付している。

## 3. 事例とPDDデータの分析結果

### (1) 事例1 Aさんの「水と私」描画（図1）

Aさんは当初雨を描くことをイメージしたが、自分の画力との兼ね合いや、雨を描く事で悲しい感じの絵になってしまうと考えて、海の絵を描く事に決めたという。「人生を終えた後の絵って感じ」と言った。「私」がない点について訊ねると、「ほんとは描こうとしたんだけど、なんか全部いなくていいかな」と思い、風景に仕上げたという。左側の山にこだわりを示した理由は「海に引けを取らないくらい大きい山」と説明してくれた。Aさんは、こ

の絵のイメージを、「崖に海の水がぶつかってぱしゃーんとなるような」と表現した。そのうえで、「ぶつかっているのはあまり好きじゃないかも。なんかすごい壮大な感じもするけど、今の自分はそんなのいらない感じ。」と語り、今は穏やかさを求めていると語った。この描画を作成した時期は、大学院試験に向けての準備をしており「ゴールに向かっていきたい感じはあるかなあ」、「でも、それよりも穏やかなものを求めて落ち着いていきたいかな」と語った。



図1 Aさんの「水と私」描画

## (2) 事例2 Bさんの「水と私」描画 (図2)

Bさんは「絵は見せるためのものなのでクールな自分を描こうとします」という発言をしており、漫画の一コマのような自己像が描かれている。最初は飲み水くらいしか思いつかなかったが、描いているうちに雨を描く事を思いついたという。そうして描かれたものが左の方にある傘をさす自分の絵であり、1枚の用紙に2つの描画がなされている。左側の描画については「前に付き合っていた女性を思い出す」と言い、「もし交際している人がいればその人を隣に描いていたと思う」と言った後で、最終的に隣に女性の絵を描き足した。



図2 Bさんの「水と私」描画

### (3) 事例3 Cさんの「水と私」描画(図3)

雨は嫌いではなく、むしろ好きだとCさんは語り、描いているうちに小学生くらいの自分をイメージするようになったという。お気に入りの傘ということで、Cさんは自分の好きな黄緑とオレンジ色で彩色を行った。Cさんの描画は、クレヨンによって柔らかくあたたかい雰囲気表現されている。Cさんは、雨にポジティブな思い出があり、水をイメージする際にそのような思い出が想起されたという。



図3 Cさんの「水と私」描画

### (4) 事例4 Dさんの「水と私」描画(図4)

描画についてDさんは、「ぼつぼつ雨が降っているのを、家の中から、窓を通して眺めている絵」と語った。鉛筆で下描きをし、その後に色鉛筆とクレヨンの両方を使って丁寧に仕上げた。子どもが好きだというDさんは、「絵が好きで、デフォルメされた絵をよく描く」と話し、雨が好きであることについて語った。

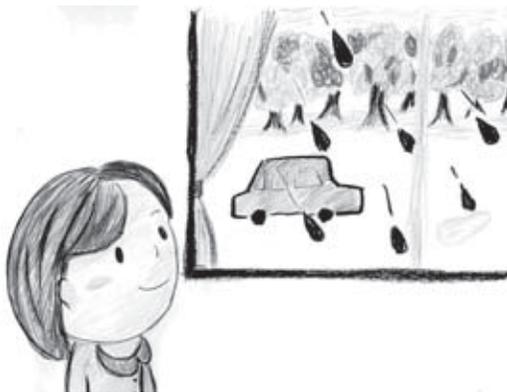


図4 Dさんの「水と私」描画

## (5) 事例5 Eさんの「水と私」描画(図5)

Eさんは鉛筆で下描きをし、色鉛筆で彩色をした。水というイメージで最初に浮かんだものが涙と海だったというEさんは、「人魚になった自分が、水の中を漂う」という絵を描いた。普段はあまり泣くことはないというEさんだが、描画の中で涙を流している。「きつと、何か嫌なことがあって泣いてると思うんですけど、海はそれを癒してくれているような気がします」という、場面設定も語ってくれた。Eさんにとって、水はありのままそのまますを受け入れてくれる存在であり、また水は水色ではなく、いろいろな色の光を透過していると語った。

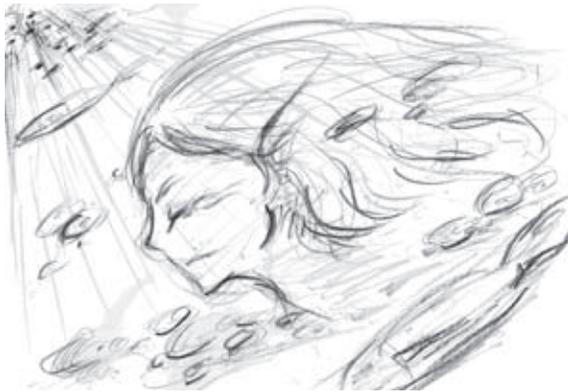


図5 Eさんの「水と私」描画

## (6) 事例6 Fさんの「水と私」描画(図6)

Fさんは、色鉛筆をゆっくりと使用し、薄いタッチで川と河川敷と橋とふたりの人間を描いた。Fさんは「4、5歳の時に母と一緒にいった近所の川」の思い出を再現したということであった。描画を描く事へ抵抗を感じたとFさんは話し、時間をかけて作品を完成させた。

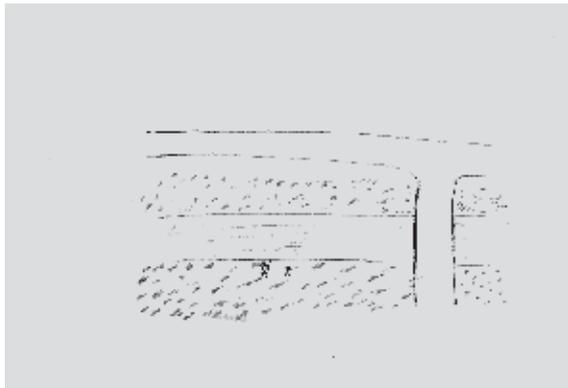


図6 Fさんの「水と私」描画

Fさんは幼いころの記憶があまりなく、思い出す作業をしているということだったが、この描画に対しても、「テレビをみているような距離がある」と語っていた。

#### (7) 事例7 Gさんの「水と私」描画(図7)

クレヨンを用いて描かれた作品についてGさんは、月明かりの中、湖の上を歩く絵であると述べた。教示を聞いてGさんが思い浮かべたのは、湖だという。「月の光に誘われて湖の上を歩きだすと、水の上を歩くことができた。というイメージだったのが、湖のイメージはやがて海になる。歩くうちに、歩くことそのものが目的になり、そのままどこまでも歩き続けていくような感じがする」とGさんは語った。最終的にイメージのなかで空と海の境目がよくわからなくなっていったという。



図7 Gさんの「水と私」描画

#### (8) 事例8 Hさんの「水と私」描画(図8)

「過去の水体験を振り返った」というHさんは、「子どもの頃に家族で旅行に行った川に、現在の自分が一人で訪れて、川を眺め、癒されている絵」を描いたと語った。また、「クレヨンで描くと、昔のことを描きたくなる」とコメントをした。教示を聞いたHさんは、「川っぽく流れているもの」をイメージしたという。そのイメージは次第に、家族で行った川のイメージに重なっていったという。描画の左上の方は、川というよりも滝のようなイメージで、右下の方は泳げるほどの川で、その二つが組み合わさっている場所だと説明がされた。さらに、以前家族で見に行った当時のことを描いているのではなく、現在のHさんが当時見た川



図8 Hさんの「水と私」描画

を眺めているというイメージだということが語られた。＜実際に川を見に行ったらどのような気持ちになりますか＞と訊ねると、「戻りたいと思えそう」と答えた。この川を見に行った頃のことを聞くと、怒ると怖い父親について話し、「それがあって、今でも、男の人の大きい声が苦手。なんか、穏やかなのがいい。そういうことがあったから余計、川での穏やかな時間が印象に残っているのかな」とHさんは語った。

#### (9) PDDのデータ分析結果

8名の調査協力者の92のサブ・カテゴリーをもとにカテゴリー化を行い、11のカテゴリーを抽出した。カテゴリーの抽出にあたっては、調査者の主観をできるだけ排除するために、カテゴリー化は複数名で行った。①「水の根源性への想起」、②「教示への心理的反応」、③「雨の想起」、④「快感情の喚起」、⑤「アイテムの意味づけ」、⑥「描画の展開」、⑦「内的世界の表出」、⑧「水の性質」、⑨「描画の世界への没入」、⑩「過去体験の振り返り」、⑪「自己との対峙」であった。11のカテゴリーであるが、カテゴリー間の関連については、図9にて示した。

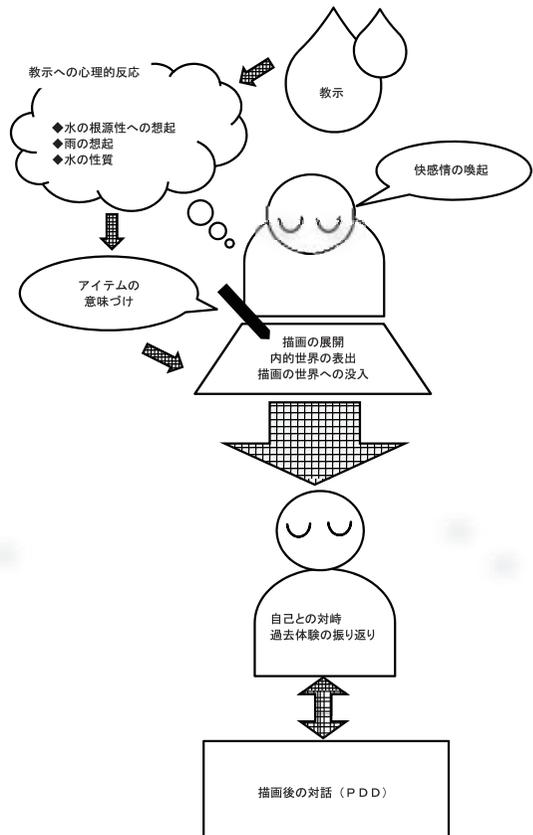


図9 「水と私」描画の心理的体験

## 4. 考察

### (1) 「水と私」描画における心理的体験

図9を参照しながら、PDDデータの分析により生成された「水と私」描画の心理的体験のプロセスについて考察を行った。なお、[ ] はカテゴリー名であり、{ } はサブ・カテゴリーを示す（サブ・カテゴリーについては付録に示している）。

「水と私の絵を描いてください」という教示が行われると、{絵を描くことへの抵抗} や {とりあえず描こう} という [教示への心理的反応] を経て、「水と私」描画が進行していった。Bさん（図2）、Cさん（図3）、Dさん（図4）の3人が雨の絵を描いており、日常的な体験から雨は感覚的にイメージしやすい水のアイテムであったと考える。また、{水は生命にとっ

て大切なもの} といった発想から、[水の根源性への想起]あるいは[雨の想起]が生じたのではないだろうか。さらに、器によって水はいろいろな形に変わる、つまり{水は不定形}であるがゆえに様々な形態を持つというこちらの[水の性質]をあげることもできよう。

描画が徐々に深化することによって、描き手は[アイテムの意味づけ]を行い、そして[描画の展開]がされていった。例えば、傘を好きな色で彩色したDさんは、雨の中で傘を広げている絵が、お気に入りの傘を広げている絵に変容し、描画へのポジティブな要素が強まったと話した。さらに、[描画の世界への没入]することは、描き手の[内的世界の表出]もされることにつながる。そして、完成した描画を媒介として、PDDが行われることにより、[自己との対峙]と[過去体験の振り返り]がなされた。Hさんは、以前訪れたことのある川を眺めている現在の自分を描いたが、対話を通して実際にこの川を眺めたらどんな気持ちになるだろうと想像し、「戻りたいと思えそう」と語った。大学の卒業が間近となったHさんは、描画行為とPDDにより、過去の体験を振り返り、そして一人の人間として自立して生きていかなければならない不安を抱える現在の自分と対峙したのではないだろうか。またCさんは、「描画の中の自分は雨の中傘を広げて楽しそうにしているけど、今の自分は忙しくてそんな余裕がない」と話したように、描画の中の自分と描画の外の自分を比較した。Bさんは「あいまいなイメージで描いていたことが、背景とか、ひとりなのかふたりなのか、そういうのをまじえると、意味が出てくる、みたいなのを感じました」と語った。

香月(2009)は、出来上がった描画そのものももちろん大切であるが、描く過程や、それに立ち会うことも重要だと指摘している。出来上がった描画に解釈を与えることも時には重要であるが、描画を描く側にもたらされる心理的体験や、描画行動を見守る側の様々な相互作用も、描画法の過程の一部である。それは、見守る側(検査者)が描き手(クライアント)の体験に同行することであり、そして描き手の物語の再構成を促す要因にもなるのである。

## (2)「水と私」描画の有用性と課題

「水と私の絵を描いてください。水に関するもの、水から思いつくものなら何でも構いません」というテーマが与えられ、さらにPDDが行われることによって、描き手による自己の水にまつわる体験やイメージが物語として語られていく過程を見ることができた。水という連想刺激に自己像である「私」を加えたことにより、重層的な物語性が生まれたと言える。三宅(2009)は、「水のある風景描画」と箱庭制作のプロセスを比較しつつ、箱庭であっても描画であっても、それを作り手や描き手が水と出会ったり向き合ったりする作業を見守り手がしっかりと共有することから水の表現の理解が始まり、治療効果の可能性へと繋がるのではないかと述べている。「水と私」描画においても、見守り手が描画の世界に同行することで、描き手の内的世界に表現された水の風景を生き生きと体験できたのではないだろうか。

「水と私」描画とその後のPDDによって、描き手の側に過去体験の振り返りや自己との対話が生じるなどの心理的なプロセスについては既述したとおりであるが、その一方で幾つかの研究課題も有する。李（1996）は描画の主題（テーマ）には、内的なものを積極的に表現させ自己の核に至る最短経路を提供するものが存在し、それ自体に治療的効果があると述べている。この点については三宅（2009）も指摘しており、治療的効果の主題である水の分析が十分とは言えなかった。また、田熊（2008）はユング、C. G. の理論を参照しながら水と無意識について同等の特性があると述べているが、この点における検討の余地も十分に残されている。今回は課題画法として「水と私」描画を施行した。李（1996）は、「自由画法では自由に絵を描くという“課題”を与えられるため、クライアントに表現したいモチーフがある場合か、治療関係が深まった後でなければ、クライアントは困難を感じやすい。課題画は導入が容易であるが、どのような課題をどのような時期に導入するかという問題は重要であり、治療者がクライアントの状態、治療関係、治療経過などから判断せねばならない」と説明している。本研究では調査協力者を大学生としたが、例えば、高齢者や小学生といったように、描き手を青年期ではない世代とした場合の、施行上の工夫や配慮もされる必要があるだろう。

#### <引用文献>

- 千野美和子（2005）水のイメージについて. 仁愛大学研究紀要, 4, 25-35.  
 藤掛 明（2010）雨降りの心理学. 燃焼社.  
 香月奈々子（2009）星と波描画テスト. 誠信書房.  
 片口安史・松岡正明（1981）水連想検査（WAT）の研究-1-発想の糸口と反応分類の基礎. 中京大学文学部紀要, 16(1), 66-98.  
 李 敏子（1996）課題画としてのマンダラ. 心理臨床学研究, 14(2), 207-218.  
 松澤広和（2003）検査法（2）投影法. (下山晴彦編 よくわかる臨床心理学). ミネルヴァ書房. pp40-41.  
 三宅理子（2009）箱庭で表現される「水のある風景」とY-G性格検査との関連—風景として水イメージの重要性—. 島根大学教育学部 心理臨床・教育相談室紀要, 43, 79-85.  
 大石幸二・成瀬雄一（2012）描画における臨床心理学的効果に関する展望—描画行為に内在する身体的拡張感の検討—. 人間関係学研究, 18 (2), 51-59.  
 Strauss, A. & Corbin, J. (1990) Basics of Qualitative Research : Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory, 2nd ed Sage Publications New York. 操華子・森岡崇（訳）（1999）質的研究の基礎—グランデッド・セオリー—開発の技法と手順. 医学書院.  
 田熊紀子（2008）水イメージから見た心理療法. 日本評論社.  
 高橋依子（2007）描画テストのPDIによるパーソナリティの理解-PDIからPDDへ. 臨床描画研究, 22, 85-98.  
 田中勝博・土田恭史・今野裕之・丹明彦・赤坂澄香（卵画と洞窟画における描画後質問（PDI）の作成に関する研究. 目白大学心理学研究, 8, 1-12.

## &lt;参考文献&gt;

皆藤章 (1994) 風景構成法—その基礎と実践, 誠信書房.

河合隼雄 (1991) イメージの心理学, 青土社.

付録 カテゴリーおよびサブ・カテゴリー一覧

カテゴリー	サブ・カテゴリー
水の根源性への想起	水は根源的 (B) 水は生命にとって大切なもの (E) 海は命を脅かす (E) 水は生命の源 (E)
教示への心理的反応	とりあえず描こう (A) テーマに沿うことが大切 (A) 描画への抵抗 (A) 私を描く事への抵抗 (A) お題の抽象性 (B) 描く事への抵抗 (B) 飲み水と雨をイメージ (B) 描画への抵抗 (C) 私を最初に描いた (C) 絵のこだわり (D) デフォルメ (D) 現実にはないものはイメージがわからない (D) テーマが与えられると書きやすい (D) 水で涙と海をイメージ (E) 自分以外のものになる (E) 描画が大変 (F) 流れる水を描くことにきめる (H)
雨の想起	雨を描かないという選択 (A) 雨が喚起する感情 (B) 雨で元カノを思い出す (B) 雨で自分の思いに浸る (B) 雨に対する好感情 (C) 雨がぼつぼつ降っている (D) 友人も雨が好き (D)
快感情の喚起	海が好き (A) 描画を描くことが楽しい (A) 穏やかなイメージ (A) 絵を描く事へのポジティブ感情 (B) ポジティブな感情 (D) 表現しきった (H)
アイテムの意味づけ	付加物を描く事へのあきらめ (A) 色付けに迷う (A) アイテムへの意味付け (B) 水を身の回りのものに置き換える (B) 色を塗ろう (C) すぎなものに囲まれる (D) アイテムを置く (F)

描画の展開	大きい山を越えてきた (A) ゴールを一人で見に来た (A) 非現実の世界 (A) 雨の中お気に入りの傘を広げる (C) ガラスを隔てて雨を見つめる (D) 漂流感 (E) 人生のような水の旅 (G) 水領域の拡大 (G) 普通の現実から一步踏み出す (G) 過去に戻りたい今の自分 (H) 流れの激しい水と距離を置く (H)
水の性質	海や水は受け入れてくれるもの (E) 水は透明 (E) 水は不定形 (E) 自分をありのままに受け入れてくれる水 (G) 勢いのある流れ (H)
描画の世界への没入	描画への没入 (A) 川の周囲の景色を思い出す (F) 穏やかな心境 (G) 癒しのイメージ (H) 初夏の曇りの日 (H)
過去体験の振り返り	一緒に絵を描く友人がいた (B) 過去の自分と雨にまつわる思い出 (C) 海にまつわる思い出 (E) 4～5歳の時の川の思い出 (F) 一部の記憶しかない (F) 母の思い出 (F) クレヨンで描くと昔を思い出す (H) 昔の自分を振り返る (H) 家族の楽しい思い出 (H) 絵を描いた思い出 (H) 旅行だけがいい思い出だった (H) 水体験を振り返る (H) 自然の思い出 (H)
自己との対峙	物事と距離を取る (A) 卒業に向かっている (A) 早くゴールに辿り着きたい (A) インタビューを通して自己洞察が進んだ (A) 状況や願望が自己像に投射された (B) 優柔不断な自分に気が付く (B) 願望の投射 (C) 過去から見た現在の自分 (C) 今の自分を描く (D) 自分の性格を振り返る (D) 自分らしく生きる (E) テレビを見ているような距離がある (F) 思考を描画に表現した (E) 「まずは受け入れること」が自分のポリシー (E) 客観的なものの見方をする自分を発見する (G) 現在の自分の所在のなさ (H) 冷静な自分 (H)