

## トーテムポール描画法の方法

荒木, 正見  
総合文化学会

<https://doi.org/10.15017/7183288>

---

出版情報：総合文化学論輯. 20, pp.61-72, 2024-05-01. Japan Institute for Comprehensive Cultural Studies

バージョン：

権利関係：Copyright (C) 総合文化学研究所 all rights reserved. この論輯の全ての文章・画像の権利は、総合文化学研究所に属します。無断での使用・転載を禁止いたします。



# トーテムポール描画法の方法

荒木 正見

はじめに

周知のようにトーテムポールは北アメリカ大陸北部太平洋岸の民が一族の歴史や祈りを刻んで幸福を祈るという、本来は宗教的要素の強いものであるが、その優れた造形性や魅力故に、わが国でも、造形のワークショップで活用されたり、校庭のアクセントとして設置されたりしている。他方筆者は40数年前に河合隼雄先生のワークショップで箱庭療法を学んだ折、分別もなく、哲学的場所論の応用としての描画や景観における場所の意味を様々に探求してみたいとお尋ねしたところ、筆者が幼時より描画や版画を学んできたことなどを聞き取られたうえで、試みてみてはと激励して下さった。それ以来、イメージアプローチという名の下で箱庭療法をはじめ、映像や描画の分析や解釈をテーマとしたアプローチを試みて来た。筆者の立場上、教育相談や医療従事者の研修において試みてきた中で、皆様の評価が定まってきたものを選択してきた。当、トーテムポール描画法もそのひとつである。

小論では、このトーテムポール描画法について症例を通して説明・考察する。

## 1. トーテムポール描画法の方法

トーテムポール描画法は、完全型と自己解釈型とがあり、用途によって使い分けるが、まず完全型の方法を説明する。

- ① 対象者（制作者）はまず、顔を5つ、上から下に向けて順番に5つ、トーテムポールのように積み重ねて描く。

顔は人間の顔でも動物や架空の存在の顔でもよいし、正面、横向き後ろ向き等のような向きでもよいが、表情を意識して描く。（モノクロでもカラーでも OK。）

- ② 顔の横にそれぞれ何のどのような顔か、簡単にメモする。

- ③ 5つの顔の場所としての以下の意味を伝える。

[1番上]

自分が他者に意識的に見せようとしている顔。

[上から 2 番目]

一番上によって隠そうとしている顔。

自覚している自分の弱い面。

[上から 3 番目]

自分が他者に無意識的に見せようとしている顔。

実際には他者からはこのように見られている。

[上から 4 番目]

上から 3 番目によって隠そうとしている顔。

自分にとって最も本音の顔。

[1 番下]

未来であったり、理想であったり、時には運命であったり、

これから変化していく方向性を暗示する顔。

上の 4 つを自分に反省し、エネルギーを満たせば理想へと変化する手がかりになる。特にこの段階では、ポジティブに発展的にまとめるのが重要。

- ④ この各段階の意味を踏まえて制作者が各段階の意味や表現した意図を説明する。
- ⑤ アドバイザーは制作者の説明にコメントするが、あくまでカウンセリングの一環なので以下の点を意識しつつコメントする。
  - a. カウンセリングの基本を逸脱しない。特に、制作者の人格的発達を支えることが大前提である。
  - b. 表現されている事柄の象徴的意味についての可能な限りの学術的知識（シンボル辞典など）を前提とする。
  - c. 制作者の意図を最優先にし受容的態度を忘れてはならないが、生存や倫理にとってマイナスになるような方向性については個性に配慮しつつ対応する。
- ⑥ 制作者は描画からアドバイザーのコメントに至る全体について感想や質問を述べ、アドバイザーとの対話を行う。アドバイザーは、これまでの流れを基に、倫理的な根拠に基づいて生存を前提とした受容性を以て対応し、発達を促す。以下、必要に応じて対話を続ける。

以上が、完全型の流れである。瞥見して明らかなように、この方式はカウンセラー等のアドバイザーの能力が強く問われる。これに対して、自己解釈型は④までの制作者の自己解釈

に対して、⑤ではアドバイザーの細かいコメントは行わず、a.～c.を意識しつつ、激励など感覚的な対応を以て⑥として終始する方法である。このように自己解釈型は製作者に依存する面が大きい、本来③のような各意味が背景に横たわる表現法なので、表現することで自己反省と発達を促すと言える。

ところで、この方法は対面で行う以外にも、オンラインやメール方式で行うことも可能である。近年、厚労省は災害支援などを意識して QOL 概念を拡充し、個人の生きがいに加えて住民の相互参加における生活の質向上をうたっている（厚生労働省（健康について）総論（[https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21\\_11/s1.html](https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21_11/s1.html)＝最終検索 2023.11.1））。

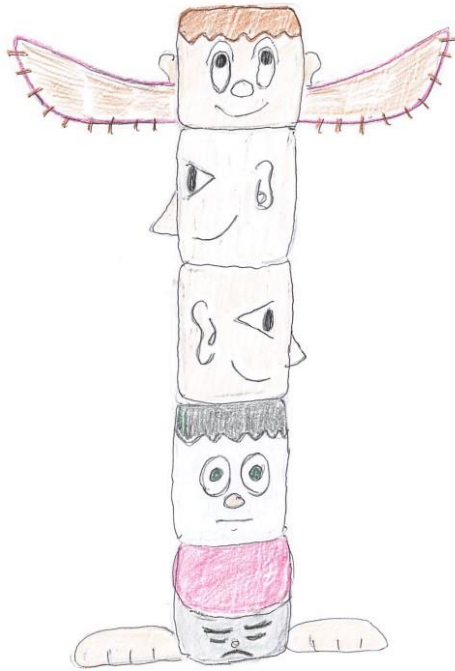
災害避難のように住民の相互的関わりに医療従事者がすぐに参加できなくても、オンライン等で参加して住民の生活の質向上に貢献することが出来る時代になったが、その際、この方法は手軽に用いることが出来る方法だと言えよう。

なお、このような象徴的表現解釈のエビデンスは常に問題となる所であるがそれについては小論の最後に考察する。

以下 2 症例を報告するが、いずれもメール交換の方法をとったものである。また、プライバシー保護を以て、制作者の詳細な情報は割愛するが、医療従事者もしくは医療経験者のワークショップとして実践した記録である。

## 2. 症例 1

### ①描画



### ②制作者コメント

一番上は、元気がよくて、飛び立とうとしている自分。

視線も上を向いていて、とてもポジティブな自分です。

2番目と3番目は、左右に目を配り、周囲を観察、情報収集している自分です。

4番目は、ニュートラルな自分。感情は平たんで、起伏なく、静かな感じ。

5番目は、一番下で頑張り、踏ん張っている自分。上の4人を支えている。

絵を描くのはホントに苦手で、お恥ずかしい限りですが、

浮かんできた発想を描いてみました。

### ③各段階の意味伝達

トーテムポール描画をお送り頂いて有難うございました。

予想を上回る豊かな表現にたくさんのことを考えていましたが、取り急ぎ、この表現方法の一般的ポイントをお伝えします。

それは、この表現は以下の前提に従って気楽にイメージ的に自己鑑賞するものだということです。その前提とは以下の通りです。→以下、先に述べた通り。

#### ④各段階の意味に応じた制作者のコメント

改めて自分の描画を見ては、色々妄想を広がらせていました・・・。

一番上の「上方を見て、笑顔でいる自分」

描いた時には、現在の自分の在り様かな、とも思ったのですが、

確かにご指摘のように、他者に自分が向ける在り方でもあります。

無理しているんですかねえ・・・。もっと力が抜けるといいですね。

2 番目と 3 番目は同じような感覚で描いていました。

「周囲からの情報を収集している自分」でした。

結構クールなというか、機械的な自分、隠したい自分でもあります。

他者からは結構細かいとみられている部分はあるようです。仕事の指示の書き方など。

4 番目の「自分にとって最も本音の顔」

描いた時の感覚は、「ニュートラル」でした。

「本音」とは、「こうありたい」ということでしょうか？

それとも「自分はこうだから」ということのアピール？

そして、一番下の「未来」「理想」「運命」

自分が描いた時のイメージは、「自分のダークサイド」「舞台裏」、みたいな感じでした。

上の方がポジティブな分、一番下はネガティブを一人背中で抱え、みたいな感じ。

まさに今、“bottom”にあるのかもしれません。そのように自分で思っているのでしょうね。

なるほどおです！！

上の 4 つがこれからの自分の、この“bottom”から昇っていくヒントになります。

この文章の書き始めは、どんなことが書けるのかなあと不安でしたが、書いてみると、

とてもすっきりした感じになれています。

ありがとうございました！！

また折に触れて描いてみます。

お時間のある時に、ご意見いただければ幸いです。

今後ともご指導ご鞭撻のほど、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

#### ⑤アドバイザーからのコメント

トータムポール描画は基本、自己確認性が強い方法なので、あまりカウンセラーやアドバイザーが解釈してはならないと思いますが、やはりカウンセリングとしては対象者を発達させてあげなければならないので、そのような角度からの簡潔なコメントをさせていただきます。

1 番上

ご自分の指摘通り強い向上心ですね。そのように見せたいように努力されているはず。

2 番目

1 番のように見せるべく隠しているのは左、すなわち無意識を見つめようとしている自分

です。

### 3 番目

従って、自分が無意識的で頑張っているのは、意識的に世界を認識したいという気持ち。周りからはそのような人だと見られていると思います。

### 4 番目

3 番目のように頑張っている自分はその裏ではご自分の指摘通りニュートラルにいわばもっと肩の力を抜いて自然に生きたいということ。しかも自分の本来の生き方は無意識的にはこれだと思っているものです。それでもしっかり世界を見ています。これが本音ですがいかにも統合的な在り方だと言えます。

### 5 番目

ご指摘通り 1 番目の裏のような表現ですが、まさに 1 番目のように意識的に頑張っていることや 3 番目でも意識的に頑張っていることの疲れに対する不安ですね。しかし、この描画でそれに気づいたことこそが重要です。ここですべきことは、エネルギーの補充です。そうすれば、いつでも理想通り飛べたてを羽で表現しています。

説明：制作者が医療従事者であることに関する説明を付加する。

発達させてあげるのがカウンセリングの目的ですから、ポイントは 5 番目の表現です。表現者が自分で未来を切り開くべく、ここが元気いっぱい明るければそのことを指摘して笑い合うだけでよいのですが、実際には、1 番目から 4 番目までの奇数段と偶数段とのギャップによるエネルギーの消費で疲れている表現や曖昧な表現がよく見られます。それに気づくことがこの描画の意義と言っても良いと思います。そして、5 番目は未来との接点ですから、そのような疲れが表現されたら、エネルギーの補充（量・質）を考えればよいわけです。そのヒントが 4 番目にあります。4 番目が最も自分らしい姿があらわれる個所ですから、その在り方を手掛かりに自己の行動をコントロールすればよいわけです。もちろん、このような行動変容は患者さんなど一般の方自身ではうまくできないことが想定されますが、それゆえにスーパーバイザーとしての医療従事者が必要だといえます。

いかがでしょうか。また時折描くことで、そのたびに少しずつ発達するはずです。

このように自分で感覚的に捉えられるので、患者さんなどと笑い合いながら話の糸口に使えるものです。

もちろん、その場合もケアという立場から、対象者が落ち込んでいたら、ポジティブに明るく終わるようにさりげなく導いてさしあげるようにしなければなりませんね。

顔は時折変わるの、折々に試みると良いかもしれません。

ご自分の表現についての感想やご質問があればお寄せください。

## ⑥制作者の感想・コメント

大変示唆に富んだコメントを頂き、誠にありがとうございます。

一番下の顔は、当初は、必ずしも好ましいものではないなあと考えていましたが、先生のお言葉から、寧ろ、ここの自分をどんな風に支え、調整していくかということが一番上の姿に繋がっていくのだらうと思え、エネルギーを頂き、ポジティブになりました。4番目の自分は、ホントはこうありたいという自分なのだけれども、そんなクールな人間に見られたくないと思っている自分が、3番目の右を向いている自分なんですね。隠そうとしている2番目の自分は、無意識の何を見つめようとしているのかなあと想いを巡らせると、それは自分のイドの部分、さもすれば邪気にまみれた自分自身なのかもしれませんね。それはいつも頭のどこかで探っているところではあります。そこと対峙し、それを克服すること、というか、自分の中のものとして意識的に受け入れていくことが、更なる成長に繋がるように、自分は思っているようだなあと気づきました。誠にありがとうございました！！

### 3. 症例2

#### ①描画



## ②制作者コメント

### 私のトーテムポール

てっぺんは知恵の象徴であるフクロウが乗っており王冠を被っている。

二つ目は翼を広げて大空を飛んで行けるペガサスのような架空の生き物。力強い存在である。

三つ目はスナフキン。何か困ったことが起きれば解決に導いてくれる頼もしい存在。冷静で指導力がある。

四つ目は臼。収穫した農産物を砕き餅などに加工する。貯えや豊かさの象徴のような感じ。

五つ目はニョロニョロ。地中から生えてくるキノコのような生き物たちで漂うように揺れている。言葉を持たず不思議な存在。不思議な存在に守られるように生きている。

宜しく願い申し上げます。

## ③各段階の意味伝達＝同上

## ④各段階の意味に応じた制作者のコメント

トーテムポールの自己鑑賞のポイントを拝受しました。ありがとうございます。

さて私の感想ですが、一番上のフクロウは知恵の象徴だと書きました。なんていい格好しいの高飛車な私なのでしょう。そして2番目はどこでも飛んでいける力強い生き物。本当は自由にどこかに飛んで行きたいのでしょうか？

そして3番目はスナフキン。無意識になんでも解決できる有能な人間と見せようとしていると。私の傲慢さを思い知りました。

4番目の臼はよくわからないのですが、食べ物に対する執着でしょうか、くいしんぼうなんだとは自覚しております（笑）。

1番下の言葉を持たないニョロニョロの漂う存在は今後の私にぴったりなのでしょう。謙虚に生きていかなければと思いました。人と対話する時にこちらから色々先走って質問してしまうと、その人の話したい方向に進まず、私の誘導になってしまうことがあるので、指示せずただ聞く、ただ寄り添い、その人のチカラを引き出すことが大事なのかなと、これからの生き方を決めることができました。ありがとうございます。

## ⑤アドバイザーからのコメント

コメントを有難うございます。

トーテムポール描画は自己確認性が強い方法なので、あまりカウンセラーやアドバイザーが解釈してはならないと思いますが、やはり対象者を発達させてあげなければならないので、そのような角度からの簡潔なコメントをさせていただきます。

1番上

ご自分の指摘通り賢い存在ですね。そのように見せたいように努力されているはずですが、鳥の姿をすることで他人への必要以上の圧力を回避しているようです。

#### 2 番目

1 番のように見せるべく隠しているのはもっと自由にふるまいたいという気持ちです。大きな羽がそれを特に表しています。

#### 3 番目

そして、はたから見れば、無意識的に頑張っているのは、賢明に生きたいという態度ですね。人からは信頼される人格です。

#### 4 番目

3 番目のように理性的、冷静にふるまっている自分はその裏ではエネルギーを用いてもう少し本能的に動きたいと思っているようです。3 番目が完璧なだけに奥の方に本能的なエネルギーを満たしそのように動いてみたいという心があるようです。

#### 5 番目

いまの4 番目が本能的な衝動で、無意識の奥における本音に近いものですから、それを前提に見れば複数の不明な存在の意味が見えてきます。すなわち曖昧な存在ですが、まさにこれからの曖昧だということです。だからこそ、ここでいまエネルギーの補充を行えば今の自分にとってふさわしい未来が開けるはずです。その手掛かりがこれまでの1 番目から4 番目にあるわけで、4 番目に対してご自分で「くいしんぼう」とおっしゃったのは重要な手がかりです。

また気が向いたら描いてみてください。そのたびに少しずつ発達するはずです。

説明：医療体験者に対するものとしての説明。

発達させてあげるのがカウンセリングの目的ですから、やはりポイントは5 番目の表現です。表現者自らここを元気いっぱいでも明るく描いていけば、そのことを指摘して笑い合うだけでよいのですが、実際には、1 番目から4 番目までの奇数段と偶数段とのギャップによるエネルギーの消費で疲れている表現や曖昧な表現がよく見られます。それに気づくことがこの描画の意義でもあります。5 番目は未来との接点ですから、そのような疲れや曖昧さが表現されたら、エネルギーの補充（量・質）を考えればよいし、カウンセラーには一緒にエネルギーの補充の手掛かりを探してあげることが求められます。そのヒントが4 番目にあります。4 番目が最も自分らしい姿があらわれる個所ですから、その在り方を手掛かりに自己の行動をコントロールすればよいわけです。もちろん、このような行動変容は、患者さんなど一般の方自身ではうまくできないことが想定されますが、それゆえにスーパーバイザーとしての医療従事者が必要だといえます。

#### ⑥制作者の感想・コメント

この度は丁寧な解説、そして今後の発達の指針となる洞察をいただきましてありがとうございます。

食いしんぼうのキーワードからエネルギーが落ちていてそれを満たすことによって発達の成功につながるという解説はとても腑に落ちました。今年の前半は家族や親せきの行事や介護などで疲れが溜まっておりました。その上健康上の理由で断食をしていたためかエネルギーが枯渇しそうになっておりました。全て納得がいきます。伴侶も仕事はとても忙しくたくさんの事を抱えていますなかなか減らそうとせず、健康面でも心配しております。愚痴を言って申し訳ございません。皆で良質なものを食べてもりもり元気をつけてまた仕事ができる状態にしていかなければなりませんね。エネルギーを汲み上げるよう努力します。

#### 4. トーテムポール描画法のエビデンスと完全型・自己解釈型

以下、今回の症例を軸としたトーテムポール描画法の解説であるが、やはり長年実行してきた過程における問題点とその取扱いについて整理しておく。

まず問題になるのは、この方法におけるエビデンスをどう捉えればよいかという点である。このことは箱庭療法等の象徴的理解に伴う手法について常に問題になってきたことである。本来、記号論において定義されてきたように、象徴 (symbol) とは、記号と意味が「1対無限」の関係になるものであるために、意味の限定が曖昧であるという宿命を負う。従って、今日の科学的根拠の主流である量的エビデンスに求め得ないという点にエビデンス性の問題点があると言える。勿論、表現対象の象徴的意味については各種シンボル辞典や、シンボル研究に於いて、歴史的文化的背景を踏まえた量的研究が数多く公表されており、筆者もその都度それらを参照してきた。しかし、いわゆる科学的研究の資料・参考文献引用に比較して客観性に乏しくその都度都合の良いものを適宜利用している懸念を避けることは出来ない。(その意味に於いて、小論も参考文献の紹介を遠慮させて頂いた。)

このように考えれば、小論のトーテムポール描画法は質的エビデンスを求めざるを得ないと考え、特に完全型においては質的エビデンスが得られるように各段階を構成した。即ちその質のポイントは「制作者が納得し自己理解を深め発達に向かって進んで行けているか」という点である。このような意味でのエビデンスは、医療行為に於いて治癒の程度を以て治療方法全体のエビデンス性を測ることと類比的に考えることが出来る。

完全型の第②段階、第④段階、第⑥段階はその点の確認をするために設定した段階である。②→④→⑥と進行する流れと⑥の感想とを分析することで制作者の質的状态が確認できる。確認やアドバイスの過程においては表現対象の象徴的意味についての知見や倫理的素養が求められるが、これらの総合的関わりが質的エビデンスを構成していると言える。

制作者の自己満足感に依存する質的エビデンスは量的エビデンスに比べて科学性に乏しい感じは否めないが、今日の科学性がそもそも量的基準に基づくものである以上やむを得ないであろう。

それよりも重要なのは描画に始まる一連の行程で制作者が自己の在り様に気づきそこからいかに発達するかである。この完全型は発達を促す方法であり、発達の状態を判断しやすい方法であると言える。

では、自己解釈型はどのように考えられるのか。

自己解釈型は完全型の④と⑤を飛ばす方法である。即ち、アドバイザーの関与を最低限にして制作者自身の自己発達に委ねる方法である。この方法では⑥におけるまとめ対話が特に重要だが、先に述べたように、「これまでの流れを基に、倫理的な根拠に基づいて生存を前提とした受容性を以て対応し、発達を促す」ことは同様に求められる。

そして、ここに至って、各種の描画行動の意義が理解される。子供たちが描いた絵画を先生が褒めるだけでも子供たちは自信を持って成長していく。描くという自己表現を肯定されることが本能的な発達を促すと言える。

この自己解釈型は、完全型に求められるほどのアドバイザーの分析的能力がなくても、教員やカウンセラーなどの標準的受容性で対応できるメリットがある。当然のことであるが教員やカウンセラーは対象者のエネルギーの量や質に配慮しつつ的確なアドバイスを行う専門家である。完全型の例に見られるような分析的解釈をしなくても対象者のエネルギーに委ねる技法を身につけている。その意味に於いて自己解釈型は活用しやすい方法だと言える。そして、このように⑥において成果を確認できるという意味で、自己解釈型の質的エビデンスをも説明できる。

## 5. 今後の課題

この方法が、5段に重なったトーテムポールを表現することによって自己の発達を促すという目的を持つ以上、当初よりの一貫した課題は、その目的が得られているのか、の確認であることは言うまでもない。今回の症例はいずれも医療教育を受けて来たという意味で、知的人格的に信頼できる方々である。筆者との応答や自己認識の質の高さがそれを物語っている。そして、上記目的を達成していることを自覚している。その意味に於いてこの方法の有効性が証明されたともいえるが、制作者の総合的能力に左右されることも想定される。方法が方法として取り扱われるためにはいかなる制作者においても効果的であることが必要である。

筆者はこのような問題意識を以て長い年月に亘って、可能な限り多様な対象に対してこの方法を用いてきたが、筆者の個人的立場からは限られた方々にのみ遂行してきたという限界を自覚せざるを得ない。筆者の試行してきた限りでは完全型、自己解釈型いずれも効果的だと言えるが、それは対象者の人格的条件に恵まれていたという可能性を無視するわけにはならない。このような意味に於いて、この方法を学んだ専門家の方々が多様な問題に悩む方々の立ち直りに利用して頂きたいと思う。このような心理的方法は弱い立場の人々にこ

そ生かして頂きたいからである。症例から分かるように完全型はアドバイザーの能力や知見が必須であるが、自己解釈型は制作者の自己解釈に依存する面が強く、カウンセラーなどの専門的なアドバイザーは、先に述べたように、対象者のエネルギーの量や質に配慮しつつ的確なアドバイスを行って発達を促す専門家であるのだから、自己解釈型は利用しやすいのではないと思われる。このように、方法についての更なる発展についても、アドバイザーサイドの多様な立場の人々の研究会やワークショップが求められることになる。そのような機会を重ねて、エビデンスの質を向上していくことが求められる。今にして思えば、河合隼雄先生主宰の箱庭療法研究会もそのような目的をも含んで頻繁に開催されていたと思いが当たるのである。

かくして今後の研究会の遂行へと課題を開いて小論を閉じるが、小論を読まれた方々の様々な思いや質問こそが発展の手掛かりである。折に触れてご教示賜れば幸いである。

最後に今は亡き河合隼雄先生、そして、症例掲載を快く承諾して下さったお二人、およびこれまで研究会などで筆者の成長を促して下さった皆様に心より感謝申し上げます。

[Method of Totempole Drawing]

[ARAKI,Masami・総合文化学会・哲学・倫理学・比較思想的学際研究]