

うつ病の早期発見を目的とした「描画と色彩による心理テスト」

臨床心理士 認定正 CT 櫻井 眞澄
臨床心理士 認定正 CT 桜井まち子

ここ約 20 年、企業や大学・高校などから職員・教員を対象とした「うつ病の早期発見法に関する研修依頼」が増えてきました。

その共通した要望は、

- 1) 医療領域や心理領域を専門としない職員や教員でも、直ぐ使えるようになる「うつ病の早期発見法の研修」であること、
 - 2) 職員や教員に必要な研修時間は、数時間程度であること、
- ……の 2 点です。

この無理難題とも言える企業や大学・高校の要望に応えるため筆者のアート・メンタルトリートメント・ラボ (AML) が取り組み始めた研究が、「描画と色彩による心理テスト」です。

筆者のラボではまず、医療機関でうつ病との診断を受け入通院歴 2 年半以上のクライアントの心理アセスメント・バッテリーに用いてきた描画テスト、SWT (スター・ウェーブ・テスト: The Star-Wave-Test), ワルテッグ・テスト, バウム・テストなどの全てを点検し直すことにしました。

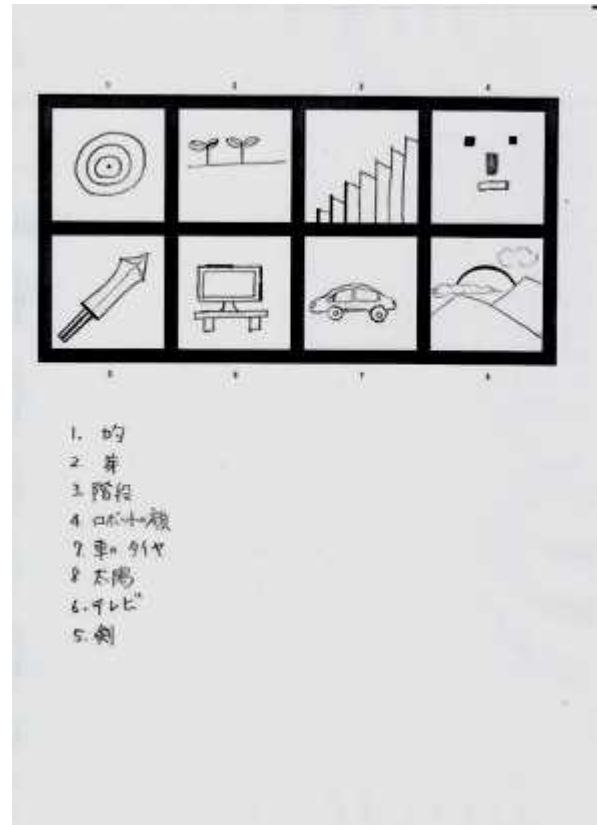
その点検目的は描画テスト類を、うつ病を見出すツールという、ただその 1 点だけから観た場合、

- 1) どの描画テストが優れているか、
 - 2) どのような特徴に絞って観ればよいか、
 - 3) その特徴の見分けは、非専門領域の職員や教員でも、数時間以内の簡単な研修を受ければ見分け可能になるものであるか、
- ……の 3 点でした。

その結果、筆者のラボでは SWT (スター・ウェーブ・テスト) とバウム・テストを外し、ワルテッグ・テストに絞って研究を進めることにしました。その根拠からご説明を進めていきます。

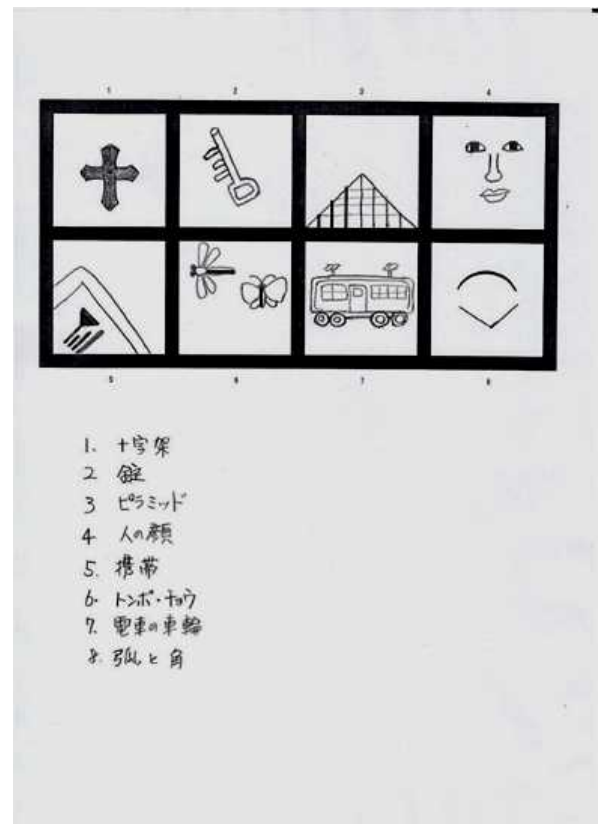
まず標準的な日常生活を営んでいる方々のワルテッグ・テストを 5 点紹介します。

次に示す、ワルテッグ・テスト 1～5 です。



1. 的
2. 芽
3. 階段
4. ロボット様
5. 車
6. 太陽
7. 山
8. 雲

ワルテッグ・テスト 1



1. 十字架
2. 錠
3. ピラミッド
4. 人の顔
5. 携帯
6. トンボ・チョウ
7. 電車の車輪
8. 弧と角

ワルテッグ・テスト 2



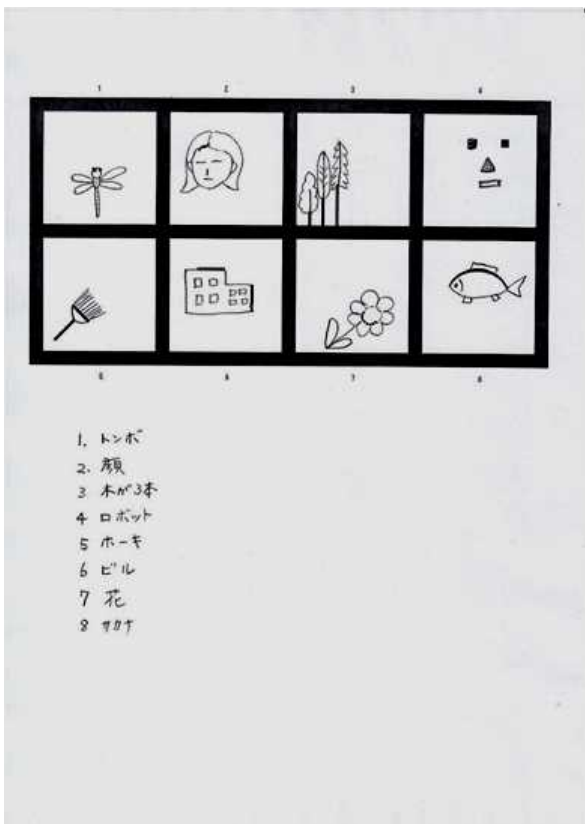
1. かかしとイチョ
2. リンゴの木
3. コスモス
4. ばす
5. きのこ
6. 山小屋
7. ネコの丸毛
8. カップ

ワルテッグ・テスト 3



2. 3人
6. プレゼント
1. 顔
4. 城
8. 目
7. 顔(寝)
5. 運転中
- ニラメン

ワルテッグ・テスト 5



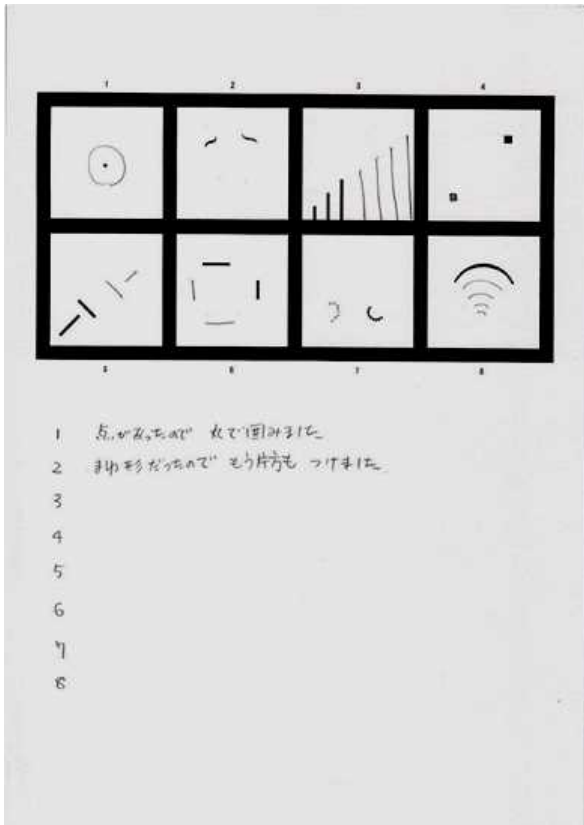
1. トンボ
2. 顔
3. 木が3本
4. ロボット
5. ホーキ
6. ビル
7. 花
8. 魚

ワルテッグ・テスト 4

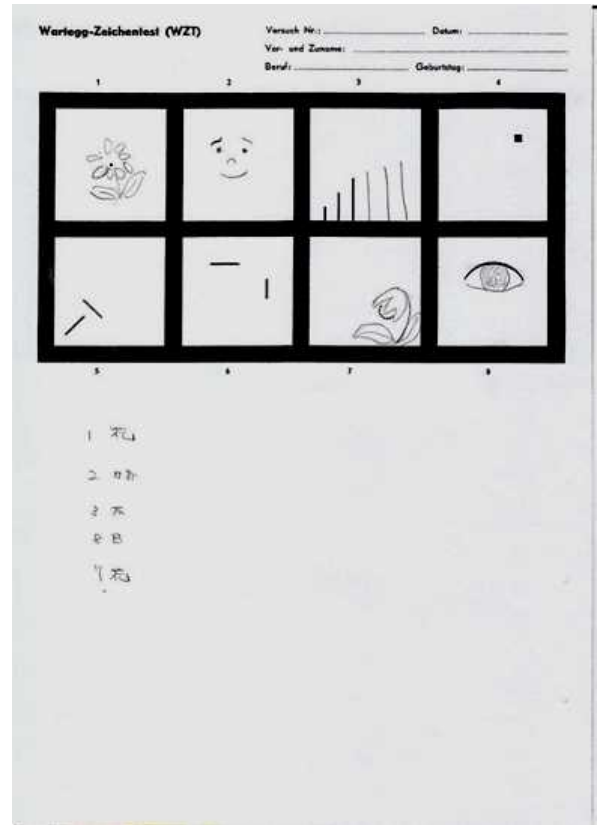
通常ワルテッグ・テストの教示は、
 a, 「鉛筆で、8つの枠（または升）全てに何か描いて下さい」
 ※：描き方についての質問があった場合は全て、「自由にして結構ですよ」と応えます。
 b, （全ての枠を描き終えてから）「下側に描いた順に番号を縦に書いて、その横に何を描いたか書いて下さい」
 c, 「裏側に、今日の日付、ご住所、生年月日、年齢をお書き下さい」
 d, 「ペンネームをお持ちの方、占いや姓名判断などの通称を日常生活でお使いの方は、それもフルネームでお書き下さい」
 ……です。

さて以上5点の標準的な日常生活を営んでいる方々のワルテッグ・テストの表現力に注目して、医療機関でうつ病と診断され、2年半以上入院を続けているクライアントのワルテッグ・テストの表現力とを比較します。

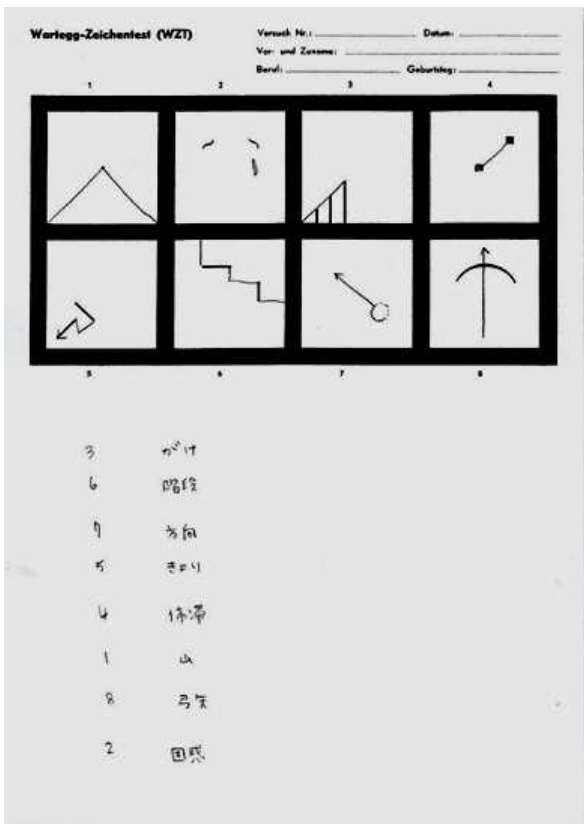
次の、ワルテッグ・テストの6～10です。



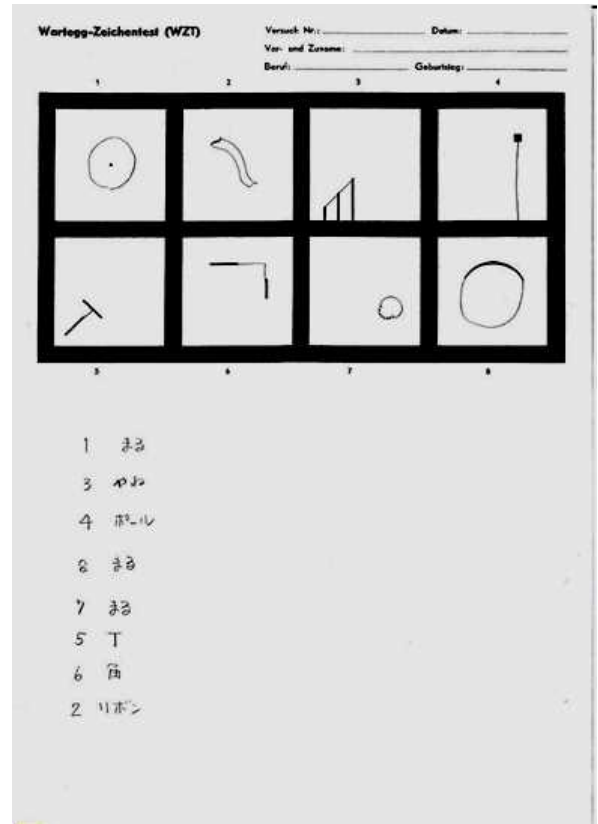
ワルテッグ・テスト 6



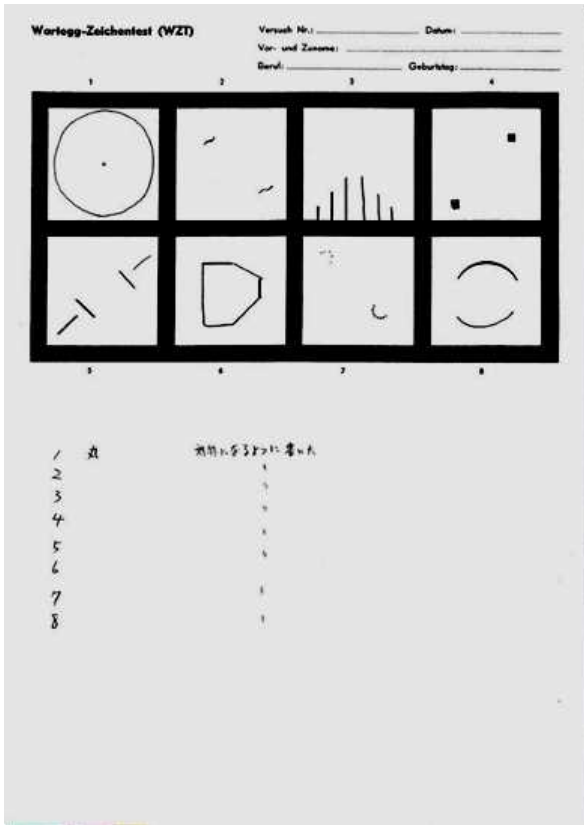
ワルテッグ・テスト 8



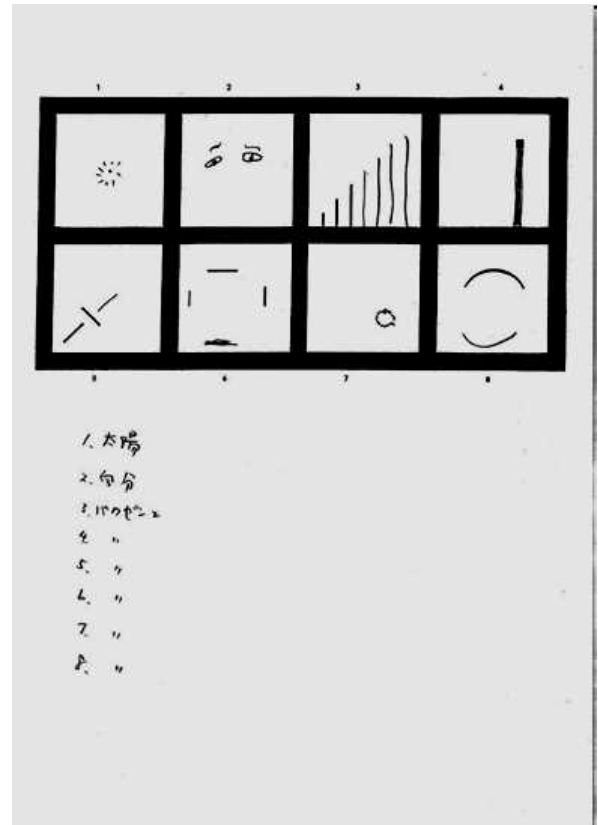
ワルテッグ・テスト 7



ワルテッグ・テスト 9



ワルテッグ・テスト 10



クライアントA インテーク時

標準的な日常生活を営んでいる方々の描いたワルテッグ・テストの特徴は、

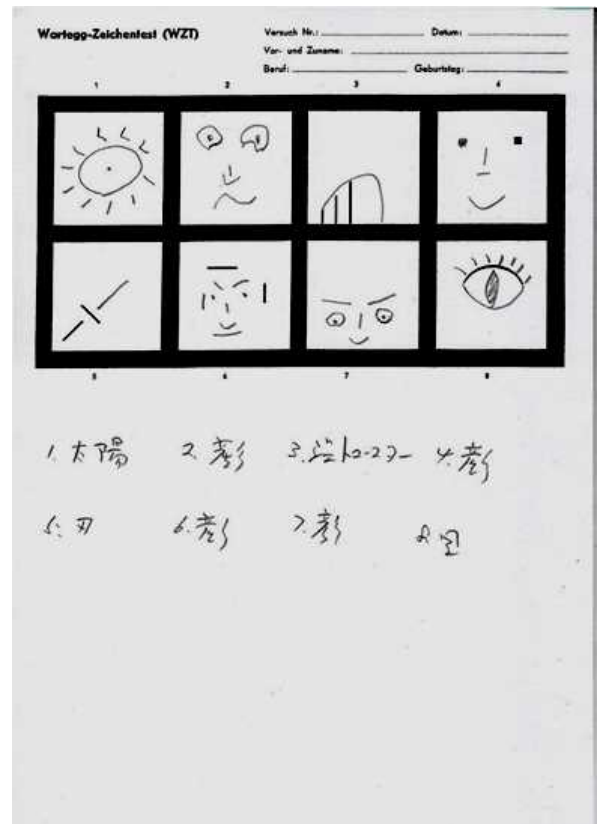
- ① 8つの枠全てに何かが描かれていて、
 - ② その多くは創作的な工夫の跡が見受けられ、
 - ③ 8つの各枠に何を表現したかについて、意味ある説明がされている。
- ……などです。

一方、うつ病クライアントが描いたワルテッグ・テストの特徴は、

- イ、何も描かれていない枠もあり、
 - ロ、描かれた表現方法の多くは、創作的な工夫の跡が見受けられず、
 - ハ、8つの枠に何を表現したかについて、意味ある説明がされていない、
- ……などです。




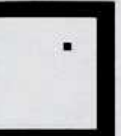




ここで上記のイ～ハなどの特徴が、うつ病クライアントの特徴的表現かどうかを更に確認するため、筆者のラボのインテーク時と、回復終結時のワルテッグ・テストとも比較してみます。

クライアントA～Cのワルテッグ・テストです。





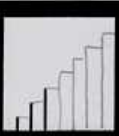





クライアントA 回復終結時

Wortegg-Zeichentest (WZT) Versuch Nr.: _____ Datum: _____
 Vor- und Zuname: _____
 Beruf: _____ Geburtstag: _____

1	2	3	4
			
			
1	2	3	4

2. ビジネスオメガ
 1. 豪華館
 3. カマ



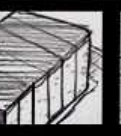


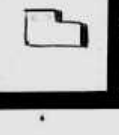

クライアントB インテーク時

1	2	3	4
			
			
1	2	3	4

3. 棒グラフ
 4. ワイド
 1. 顔
 2. 風船
 5. カカ
 7. 突撃
 8. "
 6. 悲しい顔



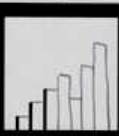
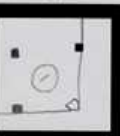




クライアントC インテーク時

Wortegg-Zeichentest (WZT) Versuch Nr.: _____ Datum: _____
 Vor- und Zuname: _____
 Beruf: _____ Geburtstag: _____

1	2	3	4
			
			
1	2	3	4

2. 3分間の作業
 1. スケッチ
 3. カメラ
 4. Xカ
 5. 電気ドリル
 6. ?
 7. マキカ=クラッカー
 8. ネジ

クライアントB 回復最終時

1	2	3	4
			
			
1	2	3	4

1: 突撃
 5: カカ
 3: 棒グラフ
 4: 野球場
 7: ワイド(S)
 6: 手
 2: 顔
 8: 太陽

クライアントC 回復最終時

以上、標準的な日常生活を営んでいる方々のワルテッグ・テスト1～5と、うつ病クライアントA～Cの回復終結時（標準的な日常生活を営める状態に回復した時）ワルテッグ・テストの特徴は、5ページであげた、

- ① 8つの枠全てに何かが描かれていて、
 - ② その多くは創作的な工夫の跡が見受けられ、
 - ③ 8つの各枠に何を表現したかについて、意味ある説明がされている。
- ……などでした。

また、うつ病クライアントが描いたワルテッグ・テスト6～10とA～Cのインテーク時ワルテッグ・テストの特徴（ワルテッグ・テスト6～10もインテーク時ワルテッグ・テストです）も、5ページであげた、

- イ、何も描かれていない枠もあり、
 - ロ、描かれた表現方法の多くは、創作的な工夫の跡が見受けられず、
 - ハ、8つの枠に何を表現したかについて、意味ある説明がされていない。
- ……などでした。

これらワルテッグ・テストの表現状態の比較から、従来のワルテッグ・テストの分析に用いられてきた描画の中身、つまり「何が描かれているか」といったような描画者のパーソナリティ理解やうつ病以外の疾患可能性検討に必要な注目点などを外し、もっぱら「どのように描かれているか」だけに注目すれば、うつ病の早期発見法としては良いことが明らかになりました。

但しそれだけではまだ、心理領域非専門家職員や教員への数時間以内の研修では、使える早期発見法にはなりません。

数時間以内の研修で使えるようにするためには、一定の客観的基準に従ってチェックを入れていけば、誰がチェックを入れても同じ結果が示されるような数値化が必要になってきます。

そこで筆者のラボで過去約20年間に扱ったうつ病クライアントのワルテッグ・テストと、セラピスト養成講座で実習して頂いたワルテッグ・テストを比較検討し、うつ病クライアントの表現から以下15項目の客観的特徴を見出すことに成功しました。

- A. 6枠以上がスケッチのような写実的表現である。

B. 6枠以上が何を描いたか説明できる表現である。

C. 線画で枠番号順に表現している。

D. 第3枠の右上に表現がない。

E. 3筆以下の表現が2枠から3枠ある。

F. 3筆以下の表現が4枠以上ある。

G. 4筆以下の鏡面(対称)配置の表現が2枠から3枠ある。

H. 4筆以下の鏡面(対称)配置の表現が4枠以上ある。

I. 表現できない枠が1枠ある。

J. 表現できない枠が2枠ある。

K. 表現できない枠が3枠ある。

L. 表現できない枠が4枠以上ある。

M. 意味ある説明が7枠以上ある。

N. 意味ある説明が5枠以上ある。

O. 意味ある説明が3枠から4枠ある。

P. 意味ある説明が2枠以下である。

そしてこれらA～Pの16項目のうち、うつ病クライアントのインテーク時症状レベルによって、各項目別に数値を与えることができました。

例えばEに該当すれば数値1、Fに該当すれば数値2、といった具合です。

当然ですが筆者のラボのデータでは、うつ病の症状レベルの重いクライアントはFに該当、軽いクライアントはEに該当しています。

同様にGに該当すれば数値1、Hに該当すれば数値2、といった具合にA～Oの15項目全てに症状レベルに応じた適切な数値を与えます。

そして評価を下したい被験者のワルテッグ・テストに該当する表現項目の数値全てを加算し、合計数値とうつ病クライアントの症状レベルとの相関を検討すると、数値が15以上だった場合は症状の重いクライアントのデータと一致し、8以上15未満だった場合は少し軽い症状のクライアントのデータと一致することが証明されました。

また数値が8未満の場合は、放送大学公認学生団体の放送大学心理臨床研修会会員の体験実習時のデータや、筆者のラボのセミナー受講生のデータ、つまり標準領域の日常生活者のデータと一致することが証明されました。

その結果、それらのデータを勘案すると、まずワルテッグ・テストの表現がA～Oのどの項目に該当するかを判定し、その項目に与えられている数値に従い、該当する項目全体を合算して合計数

値を求めて判定する方法によれば、僅か数時間の研修で可能になることが仮説されました。

そこで実際に心理学領域の知識がほとんどない成人男女 35 名に約 2 時間の研修を行った後、うつ病クライアントのワルテッグ・テストを示し、表現が該当する項目の選択を求め、該当する全ての項目全体を合算して合計数値を求めて頂いたところ、筆者が求めた数値とほぼ同一の数値を求め得ることが確認できました。

ところで従来、企業や大学・高校などの職員や教員研修で実習体験して頂いた経験によると、緊張しやすい方や防衛機制的の高い方が描いたワルテッグ・テストは、その実習体験者が標準的な日常生活を営んでいる方々でも、うつ病クライアントの表現と極めて類似している場合が多々あり、「自分はうつ病ではない自信があるが、ワルテッグ・テストの判定はうつ病ということですか?」といった質問に遭遇することになります。

そこでワルテッグ・テスト以外の方法を組み合わせることによって、更に信頼性を高める方法を検討することになりました。

その組み合わせ相手に選んだのが、色彩です。

筆者のラボではインテーク時と回復終結時のコラージュ創作の場合、雑誌類からピースを切り抜き始める前に、17 色のカラー台紙からその時の気分が一番合うイメージの台紙を選んで頂いて、コラージュ創作を始めて頂いています。

うつ病クライアントがその折りに選択したカラーを集計し、その選択色彩とワルテッグ・テストで抽出した数値の合計数を組み合わせることによって信頼性を高めようと企図したのです。



筆者のラボで使っているカラー台紙色

その後、それらの組み合わせを機能させるための有効な質問文を検討し、以下の 15 問を定めました。

そして上記のような 17 色のカラーパネルから、選択した色彩を番号で答えて頂く方法を採用して検討を加えました。

- a. 今の気分が一番近いイメージの色は、どの色ですか？
- b. 今の気分二番目に近いイメージの色は、どの色ですか？
- c. 今の気分三番目に近いイメージの色は、どの色ですか？
- d. 今の気分が一番合わないイメージの色は、どの色ですか？
- e. 今の気分二番目に合わないイメージの色は、どの色ですか？
- f. 今の気分三番目に合わないイメージの色は、どの色ですか？
- g. もともと一番好きな色は、どの色ですか？
- h. もともと二番目に好きな色は、どの色ですか？
- i. もともと三番目に好きな色は、どの色ですか？
- j. もともと一番嫌いな色は、どの色ですか？
- k. もともと二番目に嫌いな色は、どの色ですか？
- l. もともと三番目に嫌いな色は、どの色ですか？
- m. もう一度、今の気分が一番近いイメージの色は、どの色ですか？
- n. もう一度、今の気分二番目に近いイメージの色は、どの色ですか？
- o. もう一度、今の気分三番目に近いイメージの色は、どの色ですか？

この 15 問によって選ばれた番号の色彩を「選択色彩」と名づけ、筆者のラボのうつ病クライアントが選択したカラー台紙と、症状レベルとを総合的に比較検討し、やはり数値を与えます。

そしてワルテッグ・テストの 15 項目の特徴をうつ病クライアントの症状レベルによって数値化した数値も、選択色彩に与えられた数値も記憶しておく必要がないように、その部分および集計と判定は、コンピュータ・ソフトによる方法を採用することにしました。

本来は統合失調症や認知症、外国籍在住者など
のような方を誤判定することのないための工夫
なのですが、うつ病の診断書の取得目的に「いい
加減に答える」被験者の発見にも役立つといった、
全く予期していなかった結果も出てきました。

今後は取り敢えずこの「うつ病の早期発見法と
して役立つ『描画と色彩による心理テスト』の普
及」と、うつ病クライアントの自死念慮発見法を、
「包括法ロールシャッハの自死指標（該当者は60
日以内に80%の確率で自死決行の可能性があ
るとされています）を下回らないレベルで見出す
「描画・コラージュ・色彩による方法」の研究を
進めていきたいと思えます。