

「雑草自分語り」における 雑草の特徴と 学生の性格との関連性

新潟医療福祉大学 社会福祉学部

伊藤絢菜・飯田愛唯樺・原口彩子

swa19016@nuhw.ac.jp

「木との出会いは、
自分自身との
出会いである。」

ヘルマン・ヒルトブルナー



冬に咲く可憐なイヌタデを選んだ学生。

雑草自分語りとは

- 道端や畑等に生えている雑草を採取し、その雑草の特徴に自分の性格の特徴を重ね合わせ第三者に語ることで、自己覚知を深めていく試みのことである。
- 自己覚知を深めることで、自分の内に秘めていた性格（長所や短所など）を認知することができる。

例）葉が多い = 多趣味、好奇心が多い

今までの雑草自分語り研究

・ 自分に似た雑草を語ることの自己理解に対する効果 湯本・原口 2021

1) 自分に似た雑草を語ることの意義

- ① 比喩の多用による、傷つきが少ない語り
- ② 自己に対するポジティブな表現
- ③ 雑草を自分に置き換え第三者視点から自分を捉え直す

2) 雑草に投影する自己の時期や期間

各参加者が投影する自己の時期や期間は異なっていた。

幼少期から現在、最も輝いていた期間、現在のみを投影した者など

今までの雑草自分語り研究

- 雑草自分語りが自己覚知に及ぼす影響（量的研究） 田邊・林・江畑 2022

雑草を使って語ることが自己肯定感の低い学生にとってポジティブな感情を喚起させる可能性があることが示唆された。

「ペアの人の雑草を選んだ理由が素敵でいいなと思った」

「雑草を通して語ると、ただ自分について語るより自分についての話がしやすい印象があった」

本研究に至った背景

- 今までの研究から、雑草自分語りは、対象者が自分の性格傾向を植物の形態や構造に投影して話ができるため、自らの価値観や性格の傾向を前向きに認識させる効果が分かっている。
- 個人がどんな雑草を選び、その雑草に自分の何を投影したのかは明らかになっていない。

目的

本研究は、大学生がどのような雑草を選ぶのか、また、その雑草の特徴を自分のどのような特徴と結びつける傾向があるのかについて調べ、それらの関係性について明らかにすることにした。

調査方法

- 「カウンセリング論」の講義を受講する学生72名に呼びかけ、任意で57名の協力を得た。
- 無作為に2人一組のペアを作り、雑草採取10分、自分語りを互いに10分ずつ、計約30分の雑草自分語りに取り組んでもらった。
- 実施期間は、2022年6月18日～7月12日までであった。
- 語った内容、選択した雑草の写真データをオンライン上で回収し、集計した。
- カテゴリー化が必要なテーマについては、心理学が専門の教員、社会福祉学が専門の教員各1名を加え、協議の結果、類似概念の分析を行った。

結果！

- 57名が採取した雑草は37種類
- ヒメムカシヨモギが12人（全体の21%）、
オオアレチノギクが5人（全体の8.8%）
両者合わせて約30%の学生が選んだ。
- そのほか、スコルゾネロイデス・オータム
ナリス、ノハライトキビが各3名（5%）、
カタバミ、ドクダミ、ノボロギク、マツバ
ウンラン、ヤナギニガナが各2名（3.5%）





ヒメムカシヨモギ



オオアレチノギク



スコルゾネロイデス・
オーナムナリス



ノハライトキビ



カタバミ



ドクダミ



ノボロギク



マツバウンラン



ヤナギニガナ

結果 2

- I. 個人の特徵
(①身体的特徴、②性格的特徴、③コンプレックス)
- II. 社会とのつながり
(①自分と環境との関係、②他者との関係)
- III. 時間的展望
(①過去の体験、②将来への展望、③願望)

バウムテストに見られる解釈

左右の強調

抑制・退避

自信・成就欲求

葉・花：
飾り・彩り・
仮面

外向性

頂点：
印象
将来
意識
現実における行動

基部：
自我、生まれつきの才能、
原始的な層、本能、情緒、
予備力、無意識、
素性

内向性

幹・枝：
骨組み・本体・
天賦の才能

地面：
環境、景色

根：
原始性の強調
自己、基本点・
源・自我存在

着目された雑草の各部位と性格特徴との関連

語られた 雑草の部 位	回答数 (n=57)	%	性格特徴との関連
葉	37	64.9%	趣味・関心の多寡、好奇心の強さ、選択肢の多寡
茎	35	61.4%	見た目、知識の多寡、見栄え、成長、自信の有無、他者との関係性
根	32	56.1%	芯の強弱、自信の有無、努力、内面性、成長
花	14	24.6%	長所、強み、可能性、存在の目立ち度、成果の有無、感情の発露
つぼみ	3	5.3%	内向性、潜在的な才能や可能性
その他	3	5.3%	

語られた部位と性格特徴を示すポイント

性格特徴を示すポイント					
		長さ・太さ・大きさ	色・形状	構造・状態	数
語られた雑草の部位	根	16 (28.1%)	4 (7.0%)	13 (22.8%)	
	葉	6 (10.5%)	19 (33.3%)	9 (15.8%)	13 (22.8%)
	茎	24 (42.1%)	10 (17.5%)	13 (22.8%)	2 (3.5%)
	花		5 (8.8%)	4 (7.0%)	6 (10.5%)
	その他			2 (3.5%)	

葉が多いから趣味の
多い自分と似ている

蕾がたくさんついでい
る点が不安を抱え込む
自分のようだ

茎が白いところが自分
の将来の可能性が多い
ことを表している

根が真っすぐ伸びているの
は、1つのことを極めよう
とする点に合致する

根が細いところが自分の
自信のなさに当てはまる

葉の形が丸いところが
穏やかな自分に当
てはまっている

茎からいくつもの枝が伸びてい
るのは、様々なことにチャレン
ジいて将来を模索している自分
に当てはまる

花が咲き始めているのは、
自分の今の成長段階とこれ
からの飛躍を意味している

生息環境を含めた雑草の特徴を語る意味

- 生えていた場所の環境的な特徴に着目し、自分と社会のつながりを投影して語っていた。
 - ①生い茂った雑草の中にあった（31.6%）
 - ②日陰（5.3%）
 - ③人目につかないところにあった（3.5%）
- これらの生息環境の特徴を題材に、**集団行動への思考や自己主張傾向**について語られた。

事例Ⅰ

ヒメムカシヨモギを選んだAさんの語り

葉が多く、茎の部分に小さな葉がついている、根が長くしっかりとしている。

生えていた環境/周りにも雑草が生えている場所→大学という集団に属している一部という所が似ている。

葉が沢山ある→一人で生きていける強さは持っておらず、友達や家族など様々な人に支えられて生きている所。

茎の部分にある小さい葉→一人前になりきれず、今の将来が決まっていなかったため様々なことにチャレンジしている所。

根が長い→負けず嫌い、納得いくまであきらめない図太さ。



事例 2

ヒメムカシヨモギを選んだBさんの語り

大きくて頼りがいのある雑草の隣にひっそりと生えて自立していた→1人は不安だけど他の人に頼りっぱなしではない所。

茎の下の部分が曲がっている→ひねくれている自分を表している。

葉は数多くあり、天に向かって育っている→趣味の範囲が広く好奇心旺盛である所。

下の部分が枯れて変色している→興味のなくなったものには見向きもしなくなる所。

葉は大きく広がっているが、掘らなくては見えない根は短い→明るく見えるが、実は臆病で小心者である所。



ヒメムカシヨモギについて語られた共通の特徴

positive

・雑草の特徴

- ①根・茎がしっかりしている
- ②葉が多い
- ③根・茎が真っすぐである

・学生の性格の特徴

- ①メンタル面の強さ
(粘り強い、負けず嫌い、
図太い、芯が強い)
- ②社交性の高さ
(人の意見を聴く、多趣味、
好奇心旺盛)
- ③几帳面、真面目

ヒメムカシヨモギについて語られた共通の特徴

negative

・雑草の特徴

- ①根が短い
- ②茎が細く根の張りが弱い
- ③根が曲がっている
- ④葉が小さい

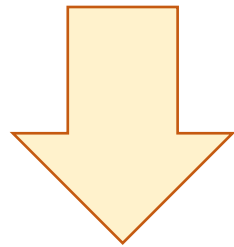
・学生の性格の特徴

- ①社交性の低さ
(内向的、臆病、小心者)
- ②八方美人
(嫌われたくない、いい顔をする、意見を押し殺す)
- ③④メンタル面の弱さ
(芯が弱い、打たれ弱い)

考察

- 雑草の選択は、時期に左右されるが、選ばれやすい雑草がある。
- 雑草の特徴をバウムテストのように、共通した性格特性として捉えることもできるが、同じ部位、特徴を捉えてある人は自分の長所として、ある人は短所として語ることがあるように、固有の投影がなされている。
- 心理テストよりも自由度が高く、自分を自分で意味づけるナラティブの要素が強いことが示唆された。

雑草を媒介に
自由に自分を語る



自我同一性の獲得



参考文献

- 医療心理臨床の基礎と経験

監修：馬場謙一

編著：福森高洋・松本京介

- 2021（令和3）年度 新潟医療福祉大学 社会福祉学部社会福祉学科 卒業論文・ゼミ論文集

- バウム・テストー樹木画による人格診断法ー C. コッホ/林ら

- 武蔵浦和メンタルクリニックのHPより 「エリクソンは語るーアイデンティティの心理学」 著者：R.I.エヴァンズ 新曜社

ご清聴あり
がとうござ
いました。

