

# 小さな「怪獣たち」 との ドラマセラピー

尾上 明代

立命館大学大学院

## はじめに

ドラマセラピーは、「ドラマ・演劇のプロセスと結果を系統的、また意図的に用いて、症状を緩和する治療を行ったり、感情的・身体的な統合をすすめたり、また個人の成長を達成させようというもの」である（米国ドラマセラピー学会の定義）。

何故、「架空」のドラマで演じることで「癒される」のだろうか。それは、設定が架空であっても、そこに表出されている「感情」は「本物」だからである。むしろ「架空」の空間だからこそ、「現実」で直接、表出・表現できないものを安全に外在化させることが可能となるのだ。パラドックスのようだが、これがドラマセラピーの基本的で重要なセオリーであり、魅力でもある。

私はこれまで教育・臨床・企業などさまざまな場面でドラマセラピーを実践してきた。子ども対象のセッションとしては、一般の小学校で多く行ったが、このマガジンの連載では、ある児童養護施設で継続的に行ったセッションのプロセスを記述したいと思う。被虐待児たちへのドラマセラピー治療について、読者の皆さんに伝えることが少

しでもあればと希望している。ドラマセラピーの概観や理論的な説明は、最小限度に留め、ここでは具体的な一グループの事例ストーリーを読むことを通して、ドラマセラピーという「対人援助」法について知っていただきたいと思う。事例に出てくる登場人物は、すべて仮名であり、プライバシーを守るために、状況などは一部変えてあるが、本質的には実際におきたことが正確に伝わるように描写する。

言うまでもなく、子どもは大人より想像力・創造力が豊かである。今までの私自身の経験からも、大人よりずっと簡単に早くドラマの世界に入り込み、癒されることができるともっていることがよくわかる。私自身が相手役をする即興ドラマの中で、私に向けられる子どもの生（なま）の感情を丸ごと受け容れ、ごく短い時間でも可能な限りその瞬間を「共に生きる」ことで、彼らは普段出せずに抑えていた感情（特に攻撃的な気持ち、怒り・不満などのネガティブなもの）や他人に面と向かって言えないこ

と・現実にはできないことをすぐに表現してくれる。そのプロセスの中で、子どもの心は救われ、暴力性は昇華され、ストレスは癒されていく。また満足感・成功感やカタルシスを与え、結果的に彼らの自尊感情を高め、創造性を引き出すことに貢献できると考えている。しかし、対象者が養護施設の子どもとなると、一般の小学校でのプロセスとは違い、その道のりが簡単ではないのは、想像にかたくない。果たして、どのような出会いが待っているのだろうか？その先に光は見えてくるのだろうか？

対象者が大人でも同じことであるが、特に初めはシリアスな雰囲気を作らず、あくまで仲間と一緒に楽しいドラマということも大切な点である。そして頼りになるのは、こちらの心構えや技術だけではない。どれほどの傷を受けた人であっても、その人の中に回復しようとする力があると信じて、その「力」も頼りにする。また一緒にそれを高めることのできる「グループの力」も重要であり、それを引き出すことが、ドラマセラピストの仕事であるとも言える。

一人の子どものネガティブな感情も、決してその一人の子どもだけの孤独なものではない。観客（一緒にセッションを受けている仲間）も我がことのように共有するプロセスが起きる。それだからこそ、子どもたちは癒されるのだろう。「セラピーとしてのドラマこそ、真実が開示され、深いレベルのコミュニケーションと理解が得られ、個人的なことが普遍的なものとなる舞台を提供するのだ。」とアメリカでのドラマセラピーのパイオニアの一人、ルネ・エムナ も述べている。

#### A 児童養護施設での出会い

ここには、さまざまな家庭の事情で親と暮らせなくなった子どもたちが保護されて、共同生活をしている。ほとんどが、身体的・精神的虐待や、育児放棄などの理由で入所にいたっている。当然ながら心が安定していたり満たされている子どもは一人とし

ていない。険しいセッションの先行きを予測しつつも、ベストを尽くしたいと思う。

まずは、施設側が選んだ小学校1年生から3年生の子どもたち10人に、3回の連続セッションを、お試して実施することになった。協力してくれるスタッフは、この施設に勤めるエリさんと浩二さん。浩二さんは、ある大学の生涯学習センターで行った、私の連続セッションに参加したことのある演劇青年である。

ある年の晩秋。初めて会ったA施設の子どもたちは、小さな怪獣たちのようなだった。多くの子どもが難しい個性をもっていて、ぶつかり合いも多くひどい騒ぎで、当然ながら小学校で行うときのようなわけにはいかない。簡単で楽しいゲームをしようとしても、その説明を聞く子もほとんどいない。わーわー言って走り回っているだけだった。そこで秘密兵器の出番となる。私が一人何役にもなって、お話を演じてみせるのだ。この秘密兵器は、それまでの経験では、100回「静かにして！」と叫ぶより効果的だった。いつものように私が演じ始めると、突然、水を打ったようにシーンとなり、みんな見入っている。秘密兵器は怪獣たちにも効くことがわかった。

この話の最後の部分に、行商人の帽子屋が、居眠りしている間に手作りの帽子を山の猿たちに盗まれる場面がある。でも結局、猿は帽子屋の作戦にひっかかり、帽子は無事に返ってくる。私が演じたあとに、子どもたちに猿になってもらい、みんなで再演することにする。この時点で、すでに全員が即興でドラマを演じることができるようになっていた。それまでの小学校の子どもたちと行ったときと違ったのは、「バナナをくれないと帽子は返さない！」という猿たちが出現したことだった。私（帽子屋）は、言われる通りにバナナをあげたが、それでも返してくれない反抗的な猿たちもいた。もちろん、どんな猿も、どんな筋書きでもOK。子どもたちから出てくるものは、すべて受け入れる。

・・・このようにして、私と傷ついた小さな怪獣たちとのセッションは開始した。

#### 「お母さん」とのドラマ

次に、浩二さんに子ども役になってもらい、母親

役の私と短いドラマ場面を子どもたちに見せる。一つ目に登場するのは、勉強しなさいと子どもを叱る怖い母親と、おとなしくて言い返せない子ども。彼は、「勉強してるよ、でもわからないんだ」と静かに言う。観客の子どもたちの心が、その場に参加しているのがよくわかる。すると一人の男の子が、「うんこすればいい!」とふざけて言う。私(母親)は、すぐにそれを受けて、「うんこしたら勉強できるようになるのかしら」というと、言った本人にも他の子どもたちにも大ウケし、キャーキャー言って喜んでた。どんなことも受け入れるということ、このように示していくと、彼らは早く安心し、私というセラピストを信頼し始める。特に初めが肝心だ。

次にもう一つの場面を浩二さんで行う。怖い母親はそのまま同じで、浩二さんには、今度はしっかり母親に反抗してもらおう。その後、子どもたちに、「私(母親)とのドラマをやりたい人?」と投げかけるとほとんど全員が「ハイ!」と手を挙げた。そこで怖いお母さんでもお父さんでも、優しいお母さんでも、とにかく私はみんなの希望通りの誰にでもなるということ告げる。ドラマセラピーの手法は非常にたくさんあるのだが、この短いドラマは、私が編み出した「受容とミラーイングの即興ドラマ」という手法である。仲間が観客として見ている中で、短時間の一对一のドラマを行うもので、相手役を演じる私の受け答えとストーリーの流れに効果をもたせ、最も治療的な瞬間を創るのが意図である。

A君は、優しいお母さんとのドラマを希望した。おやつにガリガリ君(アイスクャンディー)が食べたいというので、持ってきて「あーん」と食べさせてあげる。普段の彼の様子を知る浩二さんは、「きょうは、A君の本当に幸せそうな顔が見られた」と驚いていた。彼は被虐待児というわけではなく、事情で小さいころからずっと施設暮らしだったとのことで、「母親に甘える体験」が、とても嬉しかったようだ。

何人かが、「超怖いお母さん」になって」と言ったので、私はリクエスト通りに演じ始める。反抗でき

る子どもにとっては良いことだったが、反抗しようとしても、できない子どもの場合、私は随分手加減して、なるべく彼らと行動をともにしたり、好みのおやつをもっていく場面を創るなどして対応した。たとえばB君とは、一緒に本を破き、おやつに「でっかい豚肉のかたまり」を出してあげる。奇妙なおやつだが、本人には何か意味のあるものなのだろうから、リクエストを受け入れた。

りんごちゃんは、「普通のお母さんやって」と希望した。普通の母を演じるのは、かえって難しい気がしたが、出来る限りやってみた。やはりガリガリ君をあげる場面で終わったが、嬉しそうだった。セッション後、浩二さんは私に、「彼女の実際の母親が精神的な病気を患っているので、「普通のお母さん」を希望した気持ちがよくわかる」と言った。



撮影: Drama Education Network

### 「レバー」を食べさせるお母さん

二回目のセッションでは、前回、猿のドラマがウケたので、今度は猿たちみんなでレバーを食べる設定を創った。たまたまレバーが大嫌いな子どもがいることを聞いたので、楽しいドラマをやって食べられるようになれば、との思いもあってのことだった。

「レバー食べないと山に連れて行っちゃうよ!」という怖いお母さん役をスタッフに頼もうと思ったところ、C君が「僕が怖いお母さんになる!」と勢い込んで一番乗りになってくれた。前は、ドラマはやらないよ、と全く関与しなかったのが、スタッフは驚いていた。その日は当初、お母さん役を子どもたちにやってもらう予定は無かったのだが、もちろんやってもらうことにした。C君は強いエネルギーで怒った。それに続いて他の何人もが「怖いお母さん」をやった。結局、「お皿に山盛りのレバー」を

いっぱい食べた(食べさせられた)のは、私だった。  
「お前なんて山でスクラップにしてやるからな！」  
「食べねえとぶっ殺すぞ！」子どもたちは、真の感情をはき出している。しかし私は、場の雰囲気をシリアスにしすぎないように、そしてあくまで遊びの中という枠組みに留めるために、「えーん、怖いよお〜」と、少しコミカルな雰囲気を創り、相手の子どもの様子を見ながら進めていく。

怖いお母さんたちは、次々に私(子ども)に強制的に食べさせる。私は毎回、懸命に「いじめられて」吐きながらも食べる。そのうちレバーがうんこに変わり、それも頑張って食べる。まるで本当に「それ」を食べているように「気持ちわるーい・・オェ!!」とリアルに演じる。彼らの創ったドラマの筋を誠実に受け入れて「食べる」と、怖いお母さんたちは、もうそれ以上はしつこくいじめなかった。B君などは水をもってきてくれたので、「ありがとう!」と感謝した。セッション後、浩二さんは、「施設で実際にB君の嫌いな食べ物が出たとき、年上の方が、そうしてくれたことがあったからではないか」と言っていた。A君は、「お母さん。ちゃんと食べたから、もう許して。」と私が言うと「よるしい!」とはっきり言ってくれた。

D君も、怖い母親になり、かなり大きなエネルギーで怒っていた。後でスタッフのエリさんは、「実の父親をイメージしていたのか、ふざけてる雰囲気の時があったが、目が全然笑っていなかった」と言っていた。でも私(子ども)が「お母さんもっと優しくしてえー」と頼むと、少しずつ柔らかくなっていて、最後には私にガリガリ君を10本もくれた。

## 殺したい

その後、再びB君と世界一怖い母(私)とのドラマをした。一緒に家を壊し、家出して熊(浩二さん)を食べた。次は「全員殺したい」という。私はリアルな感覚を避けたかったのと、でも何とか気持ちを受け止めていることを彼に伝えたかったので、とっさに足元の床を指して「ここに人間の魂を集めて殺そう」といって、手で空間をかき集める動作と、全く殺人には見えないアクションをし、彼の提案を無視しなかったことを示した。B君は、後でスタッフのエリさんに「怖いお母さんって言ったけど、普通

に遊べたよ」とうれしそうに報告したそうだ。他の子どもみんな「怖いお母さん」をリクエストするが、それは「優しいお母さん」とのドラマで癒されるところに行くプロセスなのかもしれない。この日のB君は私を受け入れ、一緒に楽しく演じる理想的なすごし方ができていたと思う。3回目のセッションでは、彼は最初は母親(私)に反抗して「家出」をしたが、「B、戻ってきておくれー」と母が泣くと、結局「百万円稼いできた」と戻ってきてくれた。母親が喜ぶと、「超怖いお母さんと家を壊して家出する」という。二人で行った先は、回転寿司。一緒におなかいっぱい食べた。

E君は、3回目のセッションで、世界一怖い妖怪(私)とのドラマがしたいという。他の子どもたちが騒いでいて、1対1のドラマがきちんと進まなかったが、爆発的な反抗、怒りのエネルギーが沢山あるのを感じた。まだ全然、出足りない。「何がしたい?」と聞くと彼はずっと「殺し合い!」といていたが、まわりの子たちの状況などもあって、「本格的な殺し合い」は無理と判断した。充分受け入れている、という雰囲気に対応をし、その「殺したい」エネルギーをマイルドな他のことに向けようと、何回か試みたがダメだった。次の機会があるなら今度は是非、まわりの状況を整えてからコンフロントしたいと思う。

## 「受け入れられる」のが怖い

マツオ君は、世界一怖いおじいちゃんやお母さんとのドラマを希望してきた。本人のリクエストなので、はじめは怖く演じたが、反抗してくるエネルギーがほとんどなく、かなり手加減した。きちんとしたストーリーの流れが全く創れない。言うことが次々に変わる。それでも一つ一つの彼の言動を受け入れて対応していこうとした。相手(私)が自分にきちんとアテンションを向けると逃げ出してしまう。普通に向き合えない。「照れ」とは違うと感じた。ドラマの中で私に逆らっているし、何も一緒にしてくれないので、一見反抗しているように見えるが、実は「反抗」ではない感じを強く受ける。表出される感情もくるくる変わる。一人の人間として認められそうになると、それに応ずることができず逃げてしまう。自分の希望通りになること、自分が受け入れ

られることが怖い、という感情である。彼はきょうだいが大変多く、親が育児困難なために姉と入所してきたとのことだった。

2回目の、私とのドラマのあと、エリさんが「いつも甘えるタイミングが悪いマツオ君が、ドラマのあとずっと私にだっこして甘えてきた」と言った。おそらく今まで、きちんと100%受け入れられたことがなくて、無意識に「タイミング悪い時」をわざわざ選んでスタッフに甘えていたのではないか。そして「やっぱり受け入れられなかった、甘えさせてもらえなかった」という事態を自分で作り上げて納得していたのではないだろうか。この日、ドラマがきっかけで、多少なりとも「僕はひょっとして受け入れられてもいいのかな？」と、自分で自分を試すために(もちろん無意識で)エリさんのところへ、「タイミング良く」甘えることができたのだ。彼にとっては非常に大きな一歩だったと感じる。さらにその時エリさんに初めて、実の親から叩かれた話をしたそう。セラピストの私とのドラマ後、(私はもう次の子どもとドラマをしている時)施設の職員の方が、その場に一緒にいて、このように彼を受け入れる、という状況はすごくよいことだ。

3回目のセッションでは、彼は一番に私とのドラマに出てきた。私が何になったらよいのか聞くと、ばばあ、トランプのババ、口さけ女、うんち、カップ・・・などと言っていたが、結局、こわーい妖怪とのドラマになった。「マツオー。何してるんだーい!?俺にもやらせろー。一緒に遊ぼうぜー!」と話かけても、やはりストーリーは作れず、すぐに「終わり!」と言って自分から終わらせ、逃げてしまった。しかしセッションがすべて終わったときの彼の雰囲気は、今までで一番良かった。

後日、子どもたちの手紙をスタッフが送ってくれたのだが、マツオ君の手紙は意味深長だった。こわーい妖怪「あけよさん」(私)の絵と、その横にお墓が描かれ、「しんだ」と書いてある。「怖い」私を葬ってくれたのだろう。そして、あんなにも逃げてしまっただけでドラマ内ではまったく関係が作れなかったにもかかわらず、「ドラマが一番大好きでした。さむくなったので、かぜをひかないでください」と書かれていた。

## いちごちゃんと、りんごちゃん

いちごちゃんとは、地球一怖いお父さんとのドラマだった。私(父親)が怒鳴っても、「お前なんか怖くねえ!」などと反抗と拒否を続けていたが、父が「おい、父さんがいちごの算数の宿題やってあげよう。そしたら一緒に寝よう」と語りかけ、歩みよると、どんどん素直な雰囲気になっていった。

いちご:「あのね、犬と猫をあした学校へもって行かないといけないの」

(見ていた子どもたちの中から犬と猫役が、自発的に出てくる。猫になっているのは、いちごの実の妹のFちゃん。この二人姉妹をこの施設に預けたのは彼女たちの父親である。事情があって母親とはずっと会えない状況だと聞いた。)

父:「そうなのか」

いちご:「この猫はアメリカンショートヘア、この犬はチワワ」

父:「可愛いなあ。よしよし。じゃ、これから4人で暮らそう。」

いちご:「うん!」

父:「父さんも、きょうは疲れた。もう寝よう。一緒に」

いちご:「うん!」

照れくさそうだったが、いちごちゃんは、とても満たされた表情をしていた。妹のFちゃんも一緒に嬉しかったに違いない。

りんごちゃんは3回目に、「世界一、爆発するほど怖い施設の先生とのドラマ」を希望した。この日は全体的に他の子どもたちが騒いでドラマに入ってきて、ばたばたしてストーリーのハッキリしないものになったが、とにかくどんなドラマであっても、最後はみんなが猫になって私にウンチやおしっこをかける、ということが起きた。私は彼らを受け入れ、彼らに謝り、彼らに勝利感を味わってもらおうとした。りんごちゃんに「今まで先生はおこりすぎて嫌な思いさせてたんだなって反省した。きょうはお菓子も買ってきてあげる。でもこのままじゃウンチだらけで買いに行けないから一緒にシャワーあびてお風呂に入ろう。」と言ったとき、みんなは急に静かになった。一応ハッピーエンドで終わることができた。

りんごちゃん個人としても、3回とも順調に気持

ちを表現し、少しずつではあるがドラマに慣れてきて、気分も落ちついてきたと思う。

### 「超怖い」お母さん

3回のセッションのほとんどのドラマで、私は、彼ら自身のリクエストによる「超怖いお母さん（お父さん、先生、妖怪など）」を演じた。しかし多くの場合、彼らは、私の「怖さ」にちゃんと対抗できずにいるのがすぐにわかったので、ものすごく手加減した。というより、途中からはほとんど怖くないお母さんにならざるを得なかった。しかし私が怖くなくなってきても、ほとんどの子どもたちは甘えてくるわけでもなかった。そこで、さりげなく相手を受け入れ、出来る限りハッピーエンドにもっていった。でも、リクエスト通りやってるよ、という体裁にしたかったので、時々思い出したように「私はさ、超怖いお母さんなんだよ！」などと怒鳴っていた。

それにしても、ほぼ全員が「世界一、超怖いお母さんになって！」という意味は何だろう？ 怒りたい、ということは考えにくいので、やはり 反抗したい（自分も怒りをぶつけたい）ということと、

優しいお母さんとのドラマをすんなり素直にやるには、まだまだ抵抗がある、ということだろうか。2回目、「優しいお母さんとのドラマ」をエリさんと演じて見せたとき、「うそー！」とか「こんなのないよー！」と口々に否定していたので、抵抗というより、現実味が感じられないというのが正解かもしれない。胸が痛む。しかし、回を重ねてドラマの中ではっきり、堂々と甘えられれば、もっと彼らは癒されるだろう。彼らの場合、甘えることが出来るためには、その前に反抗したい気持ち、怒りや我慢を出来る限り吐き出す必要があると思う。さらにそのためには、ドラマの相手役（私）を全面的に信頼できなくてはダメだ。それができれば彼らの現実生活も変容していくはずである。

### 最後に出し切る

さて、3回目は、どの子どもとのドラマにも、皆が騒いで出てきて混乱していた。そのせいで1対1のドラマが大変やりにくかったが、このことにも大きな意味があると思う。これは、グループで行なうドラマセラピーの利点でもある。

この騒ぎは、3回目で慣れてきたこと、「皆ですれば怖くない」的な気分になったこと、そして何よりも考えられるのが、最後のセッション、ということがあり、無意識的にも「出し切ろう！」としていたように感じる。また、この「みんなで爆発する」というプロセスを一通り過ぎたら、1対1のドラマも再びできるようになって、次の局面を迎えられると思われる。1対1のドラマ最中にみんなが私目がけて飛びついてきたり、騒いだり、また私が「超怖い人」として大声で怒鳴ったりしている大混乱の中で、突然誰かが「あけよさん、今日で最後？」と聞いた。（確かマツオ君だった。）私も「素」に戻って「とりあえず今年はね。」と答えたが、やはり、最後なら出し切ろう、という心が彼らに働いていたように思う。

それにしても、猫になったみんなは、私にこれでもか、これでもか、と執拗におしっこウンチをひっかけて大騒ぎをしたが、「怖い人」というイメージに対して、皆で、しかも猫という役になって、やっつけることができたというところが、まさしくドラマセラピーであった。

\* \* \* \* \*

この後、施設が検討会議をして、翌年度春から正式に開始することになる。メンバーは10人では多すぎることもあり、必要性の高い子どもが選ばれることになった。お試しの3セッションだけでも、うんちを、ひっかけられたり、食べさせられたり、一緒に「殺人」をしたり・・・愛すべき小さな怪獣たちとの、十分すぎるほど個性的な数々のドラマを振り返ると、本セッションは一体どんな展開になっていくのだろうかと思いつらさずにはいられない。

想像するだけで、ドラマセラピストの血が騒ぐというものである・・・！

（次号に続く）



# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

尾上 明代

## 2 . 船出

このマガジンの連載では、被虐待児たちへのドラマセラピー治療について、読者の皆さんに伝わるのが少しでもあればと希望しつつ、ある児童養護施設で継続的に行ったセッションのプロセスを記述している。本稿では、理論的な説明等よりも、一つのグループの具体的な事例ストーリーを読むことを通して、ドラマセラピーという「対人援助」法について知っていただければと思う。

(事例に出てくる登場人物は、すべて仮名であり、プライバシーを守るために状況などは一部変えてあるが、本質的には実際におきたことが正確に伝わるように描写する。また各子どもの家庭状況と合わせて、その子どもの即興ドラマを考察すると、その意味がより良く理解できるのだが、それらの記述も割愛する。)

ある年の晩秋、A 児童養護施設で10人の子どもたちに3回の「お試し」セッションを行った。虐待その他、さまざまな「育児困難」という理由で施設での共同生活を

強いられている、傷ついた小さな「怪獣」たちが、個性豊かなドラマの中で、多くの強い感情を表現してくれたことは、前回の創刊号で書かせて頂いた。

その後、施設側が、より必要性の高いクライアント・5人を選び、正式に連続セッションが開始されたのは、翌年の春。二週間に一度、夕食後の19時から21時、施設敷地内の別棟にあるホールで行うことになった。

主に、私が開発した「受容とミラーイングの即興ドラマ」という手法を用いてワークを行う。セッション後は、子どもが興奮して眠れない、などということが起きないように、収束プロセスを通常以上に念入りとする目的として、毎回お菓子を食べながら、紙芝居を見せてあげることに決める。全員の気持ちが落ち着いたことを確認してから、それぞれの部屋に帰すことにした。

選ばれたメンバーは、小学校中学年の5人である。

マツオ君

お試しセッションでは、他人に受け入れられることを自分に許せないようで、私と向き合ってドラマを演じることができなかった。でも、ほんの少しずつ自分を表現できるようになって、職員にも甘えられるようになった。前回くれた手紙に、私への思いやりが感じられた。

### スギオ君

お試しセッションには参加していない。マツオ君と行動パターンが似ている。二人は喧嘩もするが、基本的にはとても仲が良い。言語表現が苦手であることも手伝って、私には照れてほとんど直接話しかけてこない。が、私の持ち物を隠したりする方法で、多めにアプローチしてくる。つらい家庭生活を経ていることを、あまり感じさせない。素直で穏やかな雰囲気がある瞳を持っていて、彼の生まれ持った幸運の一つだと思った。

### イチゴちゃん

お試しセッションで、地球一怖いお父さんとのドラマを行ったが、最後は家族と一緒に眠るハッピーエンドを作ることができた。その反面、怒りや悲しい気持ちも素直に表現できる。5人の中でドラマを演じることに一番向いていると感じた。日焼けした肌、スリムで軽く活発な動きが印象的。

### リンゴちゃん

お試しセッションでは、「普通のお母さんとのドラマ」や「世界一・爆発するほど怖い施設の先生とのドラマ」を行った。3回のセッションで少しずつドラマに、そして私に慣れて、気分も落ち着いてきている。イチゴちゃんと対照的に色白で丸顔。おっとりタイプ。言語表現は苦手だが、職員や私に甘えることはできる。

### アンズちゃん

お試しセッションには不参加。少なくとも表面的には、はっきりものを言うし、友だちとの喧嘩にも負けない強さがあるように見える。しかし私に対して、またドラマセラピーに対しても一番警戒していて、心をひらいてくれそうもない様子である。ほとんど口をきいてくれない。大人を冷静に観察している。いたづらっぽくて、少女マンガのようにキラキラしている瞳が印象的。

\* \* \*  
\* \* \*

演劇青年で施設の職員でもある浩二さんを助手にして、船頭である私は、5人の「怪獣」を7人乗りの小さな船に乗せた。どのようなルートでどこに行き着くのだろうか・・・という以前に、そもそも沖に出られるのだろうか。海岸付近ですでに大波がうねっていたことが、お試しセッションで「観測」されている。しかし、とにかく出帆しなければ、どこにも行けない。

この5人の子どもたちとの出会い・交流は、私のドラマセラピスト人生史上、かなり大きな意味をもつことになるという予感がする。一人一人、心底かけがえのない、大切な子どもたちだと感じた。おそらくこれから私は、彼らの中にいる「怪獣たち」とドラマを通して格闘しながら、彼らの「すべて」と全身全霊で関わっていくことになるだろう。

### セッション一回目、開始！

お試しセッションでドラマセラピーの楽しさを知っているマツオ、イチゴ、リンゴは、本セッションを受けるメンバーとして

選ばれたことが、とても嬉しい様子だった。スギオは、マツオから聞いていたようで、どちらかと言えば楽しみにしている様子だが、アンズは、迷惑がっているのがわかる。もちろん、二週間に一回、夕飯後に5人だけ「特別な活動」に行くことを許され、終わってから何とお菓子を食べ、紙芝居を読んでもらえるというのは、他の多くの子どもたちに羨ましがられることではあるので、この「特権」については、悪い気はしていないようだ。しかし自分を表現する(しかもドラマで演じる)ことを要求されるのはごめんだ！と感じているようだった。

まずセッションを受ける際、守ってほしい「お約束」を、とにかく徹底して伝えた。特に始めの二つは彼らには難しいルールだろうが、これは、今後ずっと毎回セッションが始まる前に復唱して確認させ続けることで、より効果的なものにする助けとしたい。

#### お約束

- 1, 他の人が演じているときは静かにし、みんなで一緒にやるときは、協力し合う。
- 2, 身体で実際にアタックしない。(やるときは、「ふり」だけ)
- 3, 楽しもう！ スッキリ良い気分になろう！

私たち7人のグループを見守ってくれるマスコットとして、なぜか気に入ってシンガポールの動物園で手に入れたオウムのパペットを持って行った。真っ赤な身体に大きな黄色のくちばし。カラフルな羽。目はキョロキョロしていて、チョコボールの宣

伝に出てくる鳥に似ている。ドラマに使うこともあるだろうし、たとえ使わなくても、毎回この鳥を見ると「ドラマセラピーが始まるんだ！」と、子どもたちの心のモードが非日常の世界へ変われるように、セッションの象徴としての役を果たしてもらおうと、グランドピアノの上に座らせた。「名前を決めよう」と提案したが、みんなが、てんでばらばらの自分の言いたいことを言っているだけでなかなか決まらない。結局、マツオの提案した「チュッチュ」にする。全員のコンセンサスはとれていない。この時点では、私が何を言っても、何をやるうとしても、ただみんな勝手に騒いだりふざけたりしているのみ…。

#### 子どもと子犬のドラマ

いよいよドラマの設定をし始める。まず子どもと犬の絵を見せた。子どもは部屋の隅で壁に顔をつけているので、後ろ向きになっていて、顔は見えない。その後ろに、子どもを心配しているような顔をした子犬がちょこんと座っている。この絵を見て、どんな状況か自由に想像し、ドラマをするのだ。一人ずつ、相手役は必ず私が演じる。どちらが子ども役か犬役かは、演じる子どもに決めさせる。

小学校などで行うと、「お母さんに叱られた子どもを犬が慰めている」というような、いわゆる子どもらしいストーリーが出てくるのが一般的だが、今回はそのようなアイディアは出ず、しょっぱなから「個性的な」ドラマが続いた。

#### リンゴ(犬)と私(男の子)

「家を壊して遠くのマンションに引っ越す！」と犬が主張するので、男の子は、今

住んでいる家を壊した。犬も、見ている観客（他の子どもたち）も喜ぶ。私がいうことを聞いてくれるのが嬉しいのだろうが、それ以上に壊すという行為が気持ち良いのだ。現実生活で子どもが何かを「壊す」行為は基本的に認めてもらえないし、当然怒られるので、このように受容されること自体が、非常に嬉しいようだ。もちろん、架空の設定だからこそドラマセラピストは受け入れて、やってあげることができるのだが、これはドラマの大きなメリットの一つである。

家の破壊のあと、さあ、引っ越そうと男の子が言っても、犬は、ずっと床にぐずぐずして立とうとしない。犬は「おちんちんと言わなきゃダメ」としつつ私にいう。私はすぐに言う。それでも立とうとしないので、また言う。「二回も言わなくていいよ」と楽しそうに笑った。（当然、観客にもウケた。）要するに、どのくらい受け入れて、自分の望みを叶えてくれるか「お試し」をしているのだ。

このようなことばは、普段、子どもは遊びの中でふざけて言うことはよくあると思うが、大人が（特に「先生」のような立場の人が）何のわだかまりもなく、一緒になって言うのは、意外で面白いらしい。私は、何でも受け入れるよ、という顔を彼らに見せる。またドラマの中では実際にぶつたりしなければ、何をしても言っても基本的には自由と伝えてあるので、そのこととの矛盾を子どもが感じないように、当然、どのようなことばやアクションも「基本的には」平等に扱うようにしている。

さてやっと荷物をまとめて二人で引っ越しの作業になるが、一緒にドラマをしているというより、リンゴが私に「ああしろ、

こうしろ」と命令し、それに従って私が一人で動いている感じになった。引っ越しが完了し、私（男の子）は疲れたので、犬に向かって「疲れたからもう寝よう。そうだ、お母さんも一緒に。」と言ったらニコニコしていたリンゴが豹変し、とても不機嫌になった。金切り声でヒステリックに「お母さんは、い・な・い・の・お～っ！！」と怒鳴った。

私は、「あ、そうか。お母さんいないのか。犬と二人で住んでいたのね。」と合わせた。次におなかすいた、と男の子が言い、結局牛乳を買って来て飲む。犬は、床に寝たまま動かない。足の裏を男の子に向けて、そこから飲むというので、男の子は「足の裏、ちょっと臭いけど、ここから栄養補給ね」と言って足から飲ませる場面で終了した。

ドラマの枠組み(設定)を提供した上で、自由に即興をしてもらおうと、子どもたちは、まさにそのときの状態を反映させたり、自分の気持ちを投影させて表現する。それゆえに、普通の「お話しモード」でコミュニケーションをしてもわからない（わかりづらい）ことが、瞬時に手にとるようにわかる。私自身が相手役をしているので、相手の生（ナマ）の感情をストレートに受けとり、それを全身で感じる。ドラマを子どもたち同士でさせて客観的に見ても到底わからないことも、理解できることが多い。

リンゴは、お試しセッションのときは、もっと素直で子どもらしい部分が多かったが、今回は、イライラ気分や相手を支配したい・いじめたい感情が強くなっていて、随分ドラマの質が変わった。「何があったの？」と浩二さんに聞くと、（それまでは定期的に実家に帰る機会があったのだが）最近の家の状況で、母親と会えない状態だと

ということと、施設で一緒に暮らすグループの中に、リンゴより年下の子どもが入所してきて、職員たちの注目がその子どもに行っているということだった。

いづれにしても、「明代さん(私をそう呼ぶようにと子どもたちに言ってある)とリンゴ」という現実人生の関係ではなく、ドラマの「男の子と犬」として、感情をぶつけたり受け入れたりという相互交流の中で、子どもが言語化、意識化できない葛藤なども、瞬時に浮上してくるので、それらを扱うことが可能になる、というところがポイントである。

#### イチゴ(犬)と私(女の子)

お母さんに怒られて泣いている、という設定になった。そこで私は慰めてくれるかなと、少し期待したが、甘かった・・・。

犬は、いきなり「ボケ!!泣くんじゃねー!」と怒鳴ったのだ。それで女の子が、もっと泣くと、犬はケタケタ笑った。ちょっとヒステリックで、ざまあ見る、いい気味、という雰囲気である。その後、なぜか女の子は死んだことになって、その肉をはぎ取られ、食べられた。

#### マツオ(犬)と私(女の子)

初めに、犬は、おら～～～!!と大声でどなり、すごく激しい不良少年のようなことばを吐いた。女の子が、ご飯食べる?一緒に寝る?といろいろ聞いても全てにイヤだ!と反抗する。前のセッションで、ドラマが少しも続かず、私とも対峙できずに逃げ回っていた彼を思うと、このように、正面切って反抗するドラマを一定時間続けられるということ自体、大きな進歩だった。女の子に「家を壊して死ね!」と言うので

(このあたりは、前の子どもたちのパターンを真似ているのだろうが、それにしても、そこにハマるといことは、みんながそのような感情を持っていて、それをドラマの中で受け入れてくれる人に吐きだしているのだろう。)一緒に家を壊そうと誘ったが、イヤだと断られた。そこで私が一人で言われた通りに壊すのを喜んで見ていたが、「一人でやって嬉しい?」などと言う。何とも複雑な犬の心情が窺える。その後「死ね!」と言ったが、リンゴやイチゴと違って気弱な響きだった。本当は、あまり言いたくないことばなのだろう。一応は受け入れて、ドラマを終わらせようと思い、「はい、死んだ」と応えた。マツオのエネルギーが、だんだんしぼんできた様子と、つまらない雰囲気がよく伝わってきた。

アメリカのドラマセラピスト、アリス・フォレスターらの報告によると、被虐待児に行った初期セッションのロールプレイで、子どもはドラマセラピストに、弱くて侮辱されたり、人格を傷つけられる、無力な役をさせると述べている。ある事例で、子どもはドラマの中でセラピストを撃ち殺したり、細かく切り刻んで食べたりしたという。私もまったく同様の体験をしてきている。

このような行為の意味を、フォレスターらは、「子どもは、虐待され、屈辱を受けたときどう感じたかを、また制御不能な感覚や恐れなどの感情をセラピストに教えていたのだ」と気づいたそうだ。この気づきは、ドラマで「攻撃」され続ける私を多いに助けてくれた。

#### 浩二さん(女の子)と私(犬)

3人が、ネガティブな感情を、犬や子ど

もの役に乘せて表現したことは、非常に良かったと思う。しかしマツオのような場合、本当はもっと違った表現をさせたいと感じる。すっきりできずにいるのがよくわかるからだ。そこで、少し方向が変わるかもしれないと期待して、今度は「まともな」ドラマをこちらから投げかけてみよう、と、浩二さんと演じて見せた。探している人形(オウムのチュッチュを使った)を犬がつけてハッピーエンド、というストーリーにした。でも子どもたちはまったく興味を示さなかった。

### スギオ

スギオは今回初めてで、私との即興ドラマはあまりうまく行かなかった。ドラマを展開できずに短時間で逃げてしまう。逃げ方が前のマツオのときと似ていた。

### 世界一怖いお母さん

ここでリンゴからのリクエストがくる。子どもが自発的に演じたいと、設定や役をリクエストしてくるのは、大きな意味を持つ。前回の「世界一怖いお母さん」とのドラマが面白かったと見え、私にやってほしいと言う。

母(私) 勉強しなさい!

リンゴ 泥棒になるからいいよ。

母 泥棒だって勉強しないと成れないよ。

リンゴ (部屋のどこかから、ノートを見つけて持ってきて)お前のノートを見ろよ。

母 あら、これ私の昔のノートじゃない!お母さん0点なのばれちゃったわ。

(これは、リンゴが筋書きを作って、私に言わせたセリフである)

リンゴ 「私は世界一貧乏で算数が0点のババアです」って、書け! そう言え!

母 (その通りに言う)

### 超怖いお父さん

イチゴもリクエストを出してきた。後半で、父(私)が怖いままでドラマを終わらせたくないと思い、そっと肩に手をかけて、「お父さんがこんなに怖いのは、本当はイチゴへの愛情の裏返しなんだよ。お前を思っているんだよ。」と試みてみた。が、時期尚早だったようだ。こわーい、憎たらしい感じでピシャッと怒鳴られてしまった。

「なれなれしく触ってんじゃねーよ!ブタッ!!」

### アンズ

アンズは、他の子どものドラマを見るのはOKでも、自分がやるのはイヤだ、一人でドラマに出るのはイヤだと言って拒否した。もちろん、無理強いはいらない。この場にいることはイヤではないようなので、良かった。

### 五つ子と超怖いお母さん

その後、みんな一緒にドラマをやろうということになった。5人の子どもたちは五つ子で、明代さんが超怖いお母さんね、とみんなが設定した。一人ずつだとうまく行かないスギオもアンズも、何と参加して、私に口答えのせりふ言っているではないか!

「宿題やったの? やりなさい!」と怒る母に「お金くれたら勉強してやってもいいんだ」などと誰かが言っていたが、そのうち、みんな競って私に「宿題」を見せるようになった。



# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

尾上 明代

## 3. 続く「いじめ」のドラマ

このマガジンでは、被虐待児たちへのドラマセラピー治療について、ある児童養護施設で継続的に行ったセッション事例を連載することにした。主に具体的なストーリーを読むことを通して、ドラマセラピーという「対人援助」法について知っていただければと考え、プロセスを詳述している。

A 児童養護施設で暮らしている 5 人の子どもたち（マツオ君、スギオ君、イチゴちゃん、リンゴちゃん、アンズちゃん）と開始したドラマセラピー。前号では、良いスタートとなった一回目のセッションについて書いた。

今回、報告する二～四回目でも、私の「いじめられ役」が続く展開になったが、ドラマという枠組み、そして役と現実の境界をはっきりつけることが、いかに重要であるかを改めて確認する良い機会となった。

### 二回目のセッション

リンゴが、いきなりぐずり始めた。お試しセッションのときに受けたおっとりした感じが消えており、ネガティブな気分を周

囲にたくさん投げかけていた。実家に帰って実母と会える機会がなくなっていること、また自分より年下の子どもが入所したことで、一緒に暮らす職員からの注目が、その子どもに行っている状況等が続いており、やはりその影響ではないかと施設職員の浩二さんから聞いた。

私とドラマをしたいというイチゴとどちらが先にやるかでけんかになったが、浩二さんが、「イチゴの方が一つ年上なんだから」とイチゴを説得した。「いつも年が一個上ってだけで、我慢させられるんだからッ！」と、イチゴは強い不満を訴えた。一人一人の子どもの訴えやリクエストを、それぞれ 100%受け入れてあげたいところだが、それはなかなか難しい。やはりできるだけ公平になるよう配慮しながら順番に対応していくしかない。もちろん、グループ内のコンフリクトはグループワークの重要な要素である。しかし、少なくとも連続セッション開始時期の今は、そこには焦点をあてないようにし、ドラマを演じ合う中で、良い相互関係を創るという目的を優先する。

### リンゴ（母親役）と私（子ども役）

母親は、子どもを家の外に締め出し、無理やりレバー（彼らにとってレバーは、まづいものの代名詞である）を50コ食べさせながら、自分は家の中で桃を食べている。ドア越しに話している設定。

子ども： 桃とレバーじゃ、天国と地獄じゃん。

母： あんた、地獄に行けば。いいから食べる！

いじめている、という雰囲気が強く伝わってくる。家には絶対に入れてくれない。今日のリンゴには、大声で怒鳴るようなエネルギーはないのだが、その分、静かで冷たい。私は子ども役として、確実にいじめられていることを感じた。ドラマの雰囲気がシリアスになりすぎないようにコントロールしたかったので、少しユーモラスにしようと思い、子どもがレバーの数をごまかしながら食べる場面にしてみた。ところが母親は、間違いなく食べているかどうか、ちゃんと数えているので、まったく数をごまかせなかった。一皿に盛ってある50コを食べればよいと言ったのに、やっと食べ終わったら、またもう一皿、持ってきた。子どもがいよいよ食べていると、「1万円くれたら許す」などと言う。しかし、当然そんなお金は持っていないので、子どもは、随分たくさんレバーを食べる羽目になった。

### イチゴ（母親役）と私（子ども役）

こちらもおやつにレバーを食べさせる母親だった。当然、前のドラマに影響されて、それを真似ることがよく起こる。しかし、単に真似する目的だけではなく、私が望み通り「いじめられ役」を誠実にこな

すので、それを見て自分もやりたいと思ったのだろう。

子ども役が、気持ち悪がりながらも、けなげに一生懸命食べ終わると、イチゴは「あと10皿食べなさい！」と迫ってくる。しかし相手役の私は、リンゴのときよりも、嫌な気分にならなかった。今日のイチゴとのドラマには、劇遊びの雰囲気が少しあった。いじめている、台詞にそれほど陰がない。つまりイチゴが、「いじめる」感情にどっぷりと支配されずに、そこから少し距離をとって、劇遊びとして楽しんでいる部分を感じたのだ。このようなことは、私自身が相手役を演じているからこそわかるのである。たとえば子ども同士に演じさせて第三者としてドラマを見ていてもわからないことが、「第三者」として関わると、確実に感じるができるのである。

しかし、プロットの発展や変化はないままだった。そこで、ある程度イチゴが希望通り繰り返したな、と感じたところで一旦終了した。

### マツオ（1300歳の怖いおじいさん役）と私（156歳の息子役）

役の設定そのものが、マツオがクリエイティブになってきたことを示している。ほんの短い間であったが、彼が老人になりきった瞬間があり、しかもそれが本当に「おじいさん」らしい上手な演技だったので、全員にとってもウケた。息子役がいじめられるというテーマは同じだったが、内容は、ポテトサラダに毛虫が入っていて、それを息子が食べさせられるというもので、レバーより進化していた！ しかも、ポテトサラダはレバーよりずっとおいしいものという認識をもつ彼が、息子を一瞬喜ばせ、結

局毛虫というレバーよりずっとひどいものを食べさせるという手の混んだストーリーラインも、創造的で良いと思う。

息子は、何とかいじめられることから逃れ、できれば父親と仲良くしたい意図で、「父さん、一緒にお酒でも飲もうよ！」と良い雰囲気誘ってみた。でもおじいさんは、「嫌だ」と舞台の端のイスのところにいるままで、寄ってこなかった。しかし、たとえ短い時間であっても、表面の装いと、その真意を二重に表現するような場面作り、老人の役を上手に演じるなど、演技を楽しみ始めたという感じがあり、前よりずっとドラマらしい様相を呈してきたことは進歩だと思う。

#### スギオ（おじさん役）と私（おじさんが道で拾った 26 歳の男の役）

マツオのドラマに刺激されたスギオも、さらにユニークな配役と筋書きを考えたようだ。とにかく、すべての設定は、本人が提案するものを評価なしにそのまま受け入れる。

男が、道端で拾われるところから開始した。

**おじさん：**持って帰ってやるよ。

**男：**嬉しい、いい人だね！（素直に感謝する）

**おじさん：**こき使ってやる。

やはり、そう来たか……。このあと、おじさんは、トイレの便器に頭をつっこんで来い、とか浩二さんにキスして来い、などと男に命令する。もちろん、ふりだけの演技であるが、男はきちんと従う。すると、「冷蔵庫の下のドアに入っているお酒飲んでいいよ。」と言うので、男がご褒美だと思って喜んで飲むと、「飲んだら死ぬよ。毒が

入ってるから。死んでよ！」という筋書きになった。当然、男は苦しんで死んだ。おじさんは、笑って見ている。このときにスギオから受けた感情は、誰かを殺したいほど憎んでいる、ということではなく、自分のリクエストを他者がその通りに聞いてくれた・自分を全面的に受け入れてくれたことへの愉快的気持ちだったように感じた。お試しセッションのときに「殺し合いをしたい！」と言ったE君（メルマガ第一号に掲載）からは、本気で人を殺したいような雰囲気が伝わってきたが、スギオからは感じられなかった。

男が死んですぐ、観客として見ていた他の子どもたちが、その場面にどやどや入ってきて、男は生き返るよう導かれた。「友情出演（?!）」のつもりなのか、「昔のお母さんとおじいちゃん」などが登場してきて、男は彼らに会うことになった。「観客たち」も、場面作りに一緒に心を配り始めたのである。これは、彼らの自発性が引き出されたことを示している。また、「おじさん」を信じてついて行った男を死なせなくなかった子どもが多かったとも言える。その後は混沌として、ドラマとしての結末で締めくくる形にはならない状態で終わったが、みんなが舞台に登場して男を生き返らせることで、満足した感情になったことが結末、という見方もできる。スギオとしては、「ドラマを演じる」というかたちになっていたという点で、かなり良いものを提供してくれたと思う。

その後、全員で強盗と探偵のドラマごっこを行ったが、前回の家族ドラマのような盛り上がりはなかった。それでも皆は、面白がってやっていたようだ。

### 「想像」の難しさとヒステリックな笑い

最後にクールダウンのための、想像の世界へ行く時間になる。部屋を暗くして床に寝て、「鳥になったつもりで好きなところに行つて。」という指示をする。でも、私がどこに行つたか聞いても皆ふざけて、前回同様、ウンコの世界、おちんちんの世界、としか答えなかった。そもそも、そのような想像の世界に行っていたとは感じられない返事の仕方だった。もし何かを想像していた子どもがいたとしても、それを皆には伝えなかった、ということかもしれない。それまでの経験から言うと、小学校のクラスでこのワークをすると、子どもたちの反応はとても良かった。しかしこの五人は、この後も「想像の世界に行く」ことが難しい時期が、長く続いた。

今回のセッションでは、彼らがまったく意味なく突然、キャー！！ギャー！！と奇声をあげて叫ぶことが多かった、というのが全体的な印象だ。また、特に女の子3人の笑い方が気になった。前回、イチゴとのドラマの中でも感じたが、今回は3人とも同じようなヒステリックな笑い方をしていた。子どもが、楽しい・面白いと感じたときに出す笑い声とは異質なものだった。いわゆる子ども向けの童話劇か何かで、(大人の俳優が演じる)悪役の魔女が、「いい気味っ！」という感じでヒヒヒヒヒッ！と甲高い声で笑うときのイメージにぴったりだった。そのような笑い声を、ドラマ以外のときにも何度も聞いた。純粹に、ただ楽しいという感情のこもった彼女たちの笑い声を聞いてみたいと思った。そのような笑い声は、その後10ヶ月経った頃ようやく

聞こえ始めることになるのだが、この時点では、そのような変化がいつ、どのように表れるのか、予測はできなかった。

### ドラマという枠組みの効用

この日、私は事情で即座に帰らなければならず、皆でお菓子を食べる時間は、浩二さんに任せることにした。それを告げると「何でえ!？」と皆が不満な顔を見せたので驚く。特にマツオの、えーっ!?!? そんなの嫌だ!という表情が印象に残った。浩二さんは、施設の中でも特に人気のある職員で、子どもたちはとにかく彼のことが好きだ。お菓子の時間は、浩二さんが本を読むのを一緒に黙って聞くだけなので、私がいなくてもそれほどの違いはないと思っていたが、そうではなくて、彼らにとっては重要だったというのが、このときにわかり、私が個人として受け入れられていることを感じて嬉しく思った。

また、改めて「構造」としてのセッションの働きに注目させられた。これは、ドラマの中での私への「いじめの感情」が、しっかりドラマの中だけに収められていることを意味している。私たちは、この施設で、いわばセラピストとクライアントという「役」をそれぞれ演じているわけだが、さらにそこで創ったドラマという「劇中劇」で、「お母さんと子ども」「おじさんと若い男」などの「役」を演じていたのであり、その役を降りたあと、お菓子の時間には、またセラピストとクライアントに戻る、ということを経験する構造が、子どもたちにはっきり理解させていた、ということなのだ。

たとえどんなに私をいじめても、それは当然ドラマの中で自分の感情を表現して、

セラピストが演じている「役」の誰かをいじめているのであって、もちろんセラピストをいじめたいわけではない。子どもたちには、「セラピスト」とその彼女が演じている「役」が、はっきり分化・分離して見えている。そして、セッション終了後のお菓子の時間に、私を「セラピストの明代さん」として受け容れる素地ができはじめていたのだ。そのような二重構造が有効に働いているのは、ドラマセラピーとしては当然のことであるとはいえ、改めて発見できたことだった。

しかし、このような役の多重性という単純なことも、ドラマという枠組みがないセラピーでは、よりわかりにくい。逆に、枠組みをきちんと作ると、ドラマの「役」から降りたときに、はっきりとお互いにわかるのである。ここが非常に大切なポイントである。ドラマを使わないセラピーの場合、セラピーと非セラピー状態の境界線は、どのように引かれているのか。これは、言わばプレイ・ルームという場所とセラピーの時間で区切られていると考えられる。しかし、その境界線をクライアントが理解していない場合が多いと感じる。セラピストでさえ、境界があいまいになり、傷つくこともある。例えば子どもにプレイセラピーを行うため、プレイ・ルームに入ってセラピーの時間をともに過ごしているときは、セラピストとクライアントとして過ごすことになり、そこでの遊びの中でクライアントからセラピストへの「攻撃」があった場合、それは当然「セラピー内」でのことである。しかし、その時間が終わり、その部屋を出れば、クライアントの攻撃的な気分はすぐに収束するのだろうか。またセラピストも、「攻撃された」感情をすぐに切り替えられ

るのだろうか。子どもは、いったい誰への攻撃をしたという認識だったのだろうか。このようなとき、セラピーセッションの中でさらに「ドラマの役」という構造が使えると、そのような感情の分離が効果的に、眼に見える形で実行できる。通常発生する転移感情を、ドラマという特別の舞台、特別の時間の中の演技・行動の中に包みこむと同時にそこで大いに「劇的に」解放することが可能となる。もちろん、このことで通常のクライアント・セラピスト間の転移・逆転移がなくなるものではない。しかし、このようなドラマ手法では、(いじめや攻撃的感情の場合は特に) 転移感情の問題から解放された活動が大いにできる。また、その個別のドラマが終了し、役割解除をすれば、本来のセラピスト・クライアントの関係に短時間で戻ることが可能となり、セラピーをよりよく効果的に進めることができると考える。

以下は、マクマホン(2000)が、傷ついた子どもの収容施設で働くワーカーが遊びのセッションをする際の留意事項を述べたものである。

ワーカーは遊びのセッションの中で子どもの気迫に満ちた怒りの感情を受け止めるにつれ、その子への怒りやその子を罰したいという感情を恐れるようになっていたり、また報復したいと思ったりするかもしれない。あるいはワーカーは、自分自身と環境を子どもの怒りから守るのに忙しいので、その子が伝えようとしているものについてよく考えたりそれに反応したりする精神的な空間を作る機会がないかもしれない。犠牲者が迫害者になってしまうこともある。軽蔑

的な無関心さ、すなわち自分が感じている拒否というコミュニケーションのやり方でワーカーとやりとりする子どもがいる。こうした場合、ワーカーはむなしさ、無力感を感じ、悪影響を受けたとさえ感じる。(p.90)

このようなことは、セラピーの中で（もちろん、相手が大人であっても）起こるが、ドラマという枠組みを使うと効果的に対処できることを、理解していただけたと思う。マクマホン、このようなときの対処法について、次のように言う。

ワーカーが攻撃は個人的なものではなくて、自分を裏切ったと感じている親に対する子どもの感情の再現なのであるということを経験し、思いつくことが有効である。(p.90)

まったくその通りなのであるが、攻撃が激しくなると、どんなに頭でわかっている、セラピストといえども人間なので、感情的に難しいときがある。

英国のドラマセラピーのパイオニアであるスー・ジェニングズ(1990)は、次のように言う。

ドラマセラピーという方式では、その本質からして、劇の中の劇、さらにその中の劇、というように劇が多重に創り出される。別の言い方をすれば、さまざまな人の人生を抱える世界全体という演劇の場、その中のドラマセラピーグループという場、さらにその中のドラマ、という具合である。(p.25)

つまり彼女は、劇中劇を演じることによ

り、演じる側と観劇する側との双方を多重に理解していくことができる；そのことにより、人のさまざまな本心や真実が開示される局面を作り出すことが可能となる、と言っている。私は、この構造がセラピー中の転移感情を扱う上でも有効だと考える。繰り返すが、セッション中のドラマという劇中劇で演じることにより、転移感情をより強く、より真実に近い、あるいはそれ以上に拡大して表現することが可能となり、それが相手を傷つけることなく、安全に行われるのだ。

実は、私たちの日常生活の中でも、転移感情を本来の相手ではない人に対してぶつける・ぶつけられるという場合が多くあるのだが、お互いそれに気づかずに、人々は傷ついたり苦しんだりしている。普段でも、もしこの劇中劇という枠組みを作れたとしたら、多くの人間関係を良くすることができるのに、と思わずにいられない。

### 3 回目のセッション

さて、3 回目は、少し趣向を変えてみようと思い、『三つの願い』というお話を導入に使った。貧乏な老夫婦の前に神様が現れ、どんな願いでも三つ叶えてあげよう、というストーリーだ。子どもたちに、何でも希望を言ってもらい、それが叶うドラマを創ろうという意図だった。これまでのセッションで、演じることや仲間とのドラマ創りを多少なりとも楽しむことに慣れてくれたのではないかと考えて試した導入であったが、彼らは楽しくなさそうで、全然乗ってこなかった。あとで思ったのだが、彼らは希望することが不得意なのだ。重要な時期に親との信頼関係が築けなかっただけでなく、多くは見捨てられたという感情を持ち、

セルフ・エスティームが低い状態では、たとえドラマの中でさえ、大きな願いを神様に頼む心境にはなれなかったのだろう。万が一でもいいから、「実のお母さんと会いたい」などの生の気持ちを表現してくれたら、グループで共有・共感したいと思っていた私の期待が甘かったと思う。

それでも私がリードすると、お金がほしいという希望が多かった。前回、レバーを食べさせる母を演じたリングが、「1万円くれたら許す」と言っていたことも考え合わせると、彼らが「せめてお金だけでも、少しあったら」と思う気持ちが理解できる。あまりに自由のない生活、我慢ばかりの生活。子どもらしい夢や希望をもつ気持ちの余裕などあるはずもないのだ。

結局5人きょうだいの劇をやることになった。スギオは大学生。あとの子どもたちは小学生。浩二さんは父、私は母になる。学校からみんなが帰ってきたところという設定で、親たちは、「宿題しなさい！」というが、全員反抗する。一人ずつ私たちに訴えている様子からわかるのは、やはり自分に一番注目してほしいということだった。100%の受容、100%の注目をあげるという意味では、彼ら一人一人に一对一のセラピーが必要だと思う。でもとにかく今回も、彼らは「両親のいる」ドラマを皆で楽しんでくれたのではないかと思う。ただ今日は、そのあと混沌として大騒ぎになり、あまりの大声に、階下で仕事をしていた事情を知らなかった人が、注意をしに来たほどだった。

最後の目を閉じて想像の世界へ行く時間でも、今回はバタバタ動き回るだけで、全員まったく言うこと聞かなかったのが、浩二さんが彼らを強く叱った。彼は私に「こ

の時間だけ、子どもたちみんなが、收拾がつかなくなるんです！」と言っていた。そうであるならば、できるだけそうさせてあげたい。もちろん、ルールが守れずドラマができないほどの混乱になっては困るだが、ある意味ここが「解放される場所」として、子どもたちに正しく受け取られていると言える。できれば、普段我慢ばかりの子どもたちに、ドラマセラピーの場でまで怒ったり制限したくない。いづれにしても、今回は、初めに私が提供した材料（三つの願い）が失敗だった。私にとってはいくつかの発見があったが、セッションの進行としては、少し、行き詰まった感じで終了した。

#### 四回目のセッション

到着してすぐ、スギオがマツオに耳をぶたれて泣き、私が撫でてあげる。スギオには私のケアリングを示す自然なタイミングがなかなか訪れなかったので、良い機会だったと思う。

さて、いつもは最初に必ず円になって、守るべき「約束」(メルマガ第二号参照)を、何とか全員一緒に言わせてからセラピーを開始していたが、今日からその前に毎回、ダンスをすることにした。初めは私が音楽に合わせて適当に踊るのを、皆がまねっこする。あとは、一人ずつ順番に「踊るリーダー」になり、全員でまねっこをする。真似をさせるのは、ミラーイングの効果で皆の気分を合わせる狙いだったが、それぞればらばらな動きを勝手にしていた。でも初めてのダンスを楽しんでくれた。

ドラマは、再び子どもたちの好きな設定でやらせることにした。

#### イチゴ(子ども)と私(怖いくそババア)

私は「宿題しろ！」で始めたが、いつも

と同じようなパターンを抜け出せないかと考え、だんだん怖くしないで仲良く母子で遊ぶという方向にもっていこうと試みた。が、もう一つ相手の反応が悪い。そのうち観客が「全然怖くない！」と訴えるので、「そうか！」と言って彼らの気分に合わせてことにした。その後の流れの中で、くそババアが、「何かリクエストは？」と子どもに聞く場面があったとき、イチゴは、まじめにこう言った。

「消えてほしい、ほんとは死んでほしい。」

つまり「私があんたを殺すんじゃないよ。あんたが自分で死んでくれ」というメッセージである。本当にそういう気分なのか確かめたいのと、気が変わってほしい希望もあって質問してみた。

**くそババア：** 今、私がウって死んだら嬉しい？

**子ども：** うん、嬉しい。

**くそババア：** そのあとどうすんの？一人で生きるの？

**子ども：** うん。

ふざけている雰囲気は、まるでない。このストーリーを実行する決心は固いようだった。

**くそババア：** どうやって死んだらいい？

**子ども：** 包丁もってきて、自分の目ん玉刺すの！

イチゴは、考える間もなく、すぐに答えた。このような発想がどこから来たのかはわからない。ふと、ギリシャ悲劇のエディプス王を思い起こす。自分自身に与える懲罰としては、相当に酷い部類に入ることではないだろうか。それをリクエストしているイチゴは、「くそババア」に対して、それほどの思いを持っているのだろうか。私は往生

際が悪く、イチゴが撤回してくれる気分にはならないか、と働きかけてみる。

**くそババア：** えーっ！？ じゃあ……。私が死んだら悲しい・・・？

イチゴは、煮え切らないで、ごちゃごちゃ言っているくそババアに腹を立てたようだった。

**子ども：** 早く死ね！（怒鳴る）死んだらハッピーエンド！（叫ぶ）

**くそババア：** じゃあ、ハッピーエンドにしてやるよ。

私は、イチゴを受け入れていることを示したかったので、リクエスト通りの筋書きを演じた。まず、両方の手に包丁をもって、「うっ」と目を刺す動作をした。しかし、私が本気で演じたらリアルすぎて、イチゴや他の子どもたちにとって絶対に良くないので、ユーモラスな雰囲気のをしゃべり方を漂わせて、「残虐なドラマです。あ、血が・・・どおおー」とナレーションしながら、目から頬の上を手の指で軽く触った。そして「バタっ」と言いながら倒れて死ぬところを「誠実に」演じた。するとイチゴは、満足したように、最後のナレーションを自分でしゃべってドラマを終わらせた。

**子ども：** 包丁もってきて、切って、焼いて食べました。おわり！

観客の拍手でドラマ終了。このとき、イチゴは何を感じていたのだろうか。この施設では、今まで何度となく「殺された」私であるが、このような具体的で「残虐な」リクエストによって自ら死なされる場面は初めてだった。しかも、バタッと死んだだけで終了ではなく、さらに「包丁で切って焼いて食べられた」のだ。しかし、イチゴが「切って焼いて食べる」アクションはせず、ナレーションだけで筋を説明したの

は、私がリアルになり過ぎないように意図した演技を理解していたからかも知れない。

#### マツオと私（二人ともプロレスラーの役）

最初はドラマの設定と役がまったく決められずにいたが、結局「プロレスラーとその相手」ということになった。プロレスラー同士だからと考え、私は「試合が終わったら話さないか」とマツオを誘ってみたが、「いやだ」と断られた。

試合が始まった。実際に殴ったりする気配はなく、セラピー初めの約束通り、プロレスの「ふり」だけで、アクションをする。きちんと「ふり」ができているのは、見事だと思った。そして、私が倒れたところで「1！2！3！」とカウントされ、立ち上がれずに負けて、試合が終わった。勝ったマツオは嬉しそうだった。

#### 私（世界一うざくて臭いゴリラの役）とリンゴ・アンズ（ゴリラをやっつける人の役）

最初にリンゴが出て来て設定を始め、アンズと一緒にやろうと誘った。アンズは一人では、絶対に私とのドラマをしないが、仲間と一緒にだと出て来て参加する。リンゴは私に、「お前がゴリラで私たち二人の人間が殺す」と言う。バナナをあげるよ、とゴリラに渡してすぐ取りあげたり、「臭ーい！」とか「きもーい！」と言っていじめる。二人で楽しそうにはしゃいでいる。私は二人の満足のために、きちんといじめられ役を演じた。最後は、二人がゴリラを殺したが、ふざけている感じで、イチゴのようなシリアスな雰囲気はない。

次に、二人が「臭いし、まじめすぎていやだ」という女の子（私）を学校でいじめるドラマに移る。今度は、ぶったり（もち

ろん、ぶつ「ふり」だけ。これも毎回「約束」を復唱させている賜物である）、臭いと言ったりする。担任の先生がいないところでいじめるので、陰湿な感じを受ける。私がいじめられて泣いたりすると、二人して「いい気味〜！」という感じでとても嬉しそうにする。

すると、何故かイチゴが、「見てもらえない、放っておけない」という感じで観客席から出て来た。担任の先生になり、ひょうきんな雰囲気やしやべり方で私をかばい、いじめっ子に注意する。「あなたたち、いじめてるんでしょー。ダメーよ！」

今日は、「目ん玉刺して死ぬ」ところから始まって、その後もプロレスで倒されたり、友だちにいじめられているばかりの役をしている私は、自分の生身の感情としても救われたような気持ちになり、またイチゴが私の味方の役を買って出たこと自体も嬉しかった。そこで「先生、助けてくれてありがとう」と、嬉し泣きの演技をした。このような、相手の好意を信じて感謝するような場面で、私は今まで何度も「失望」させられて来たのだが、今回のイチゴは、私の信頼を初めて裏切らなかった。イチゴ先生は「また、こういうことがあったら、言ってね！」と言ってくれた。リンゴもアンズも、それ以上はいじめなかったので、「先生」の「介入」は、奏功したのだ。

先ほどの、目を刺したドラマから私はかなりのインパクトを受けていたので、イチゴが咄嗟に特別出演で、私の味方役をしたことは、どんな意味があるのだろうかと思わずにいられない。前半でネガティブな感情をはき出すことができたので、ハッピーエンドを創ることができる気分になったのかもしれない。

### できちゃった結婚の家族ドラマ

後半は、やはり家族のドラマがいい！ということで、みんなで設定する。今回は、できちゃった結婚、ということになる。以下のプロットは、ほとんど子どもたちが創ったものである。

まず浩二さん（父親）と私（母親）が結婚式で指輪の交換をし、キスするところから始まる。みんな「キスして、キスして！」とはやし立てるが、これもやはり「ふり」だけである。イチゴは神父、スギオは私の父役で、新婦の私はスギオと腕を組んでバージンロードを歩く。彼は、照れている酔っぱらいの父を演じている。酔っぱらいの演技がかなり上手くできていて、感心する。あとの子どもは列席者である。式が終わったら、すぐに産気づく母親。イチゴは、いろいろな役を即興でこなせる柔軟性が一番高い。すぐに看護師になり、私のお産の世話をしてくれた。このときも、いじめられている子どもを救った教師と同じような感情で、親切であった。出産が終わると、五人は全員、夫婦の子どもになる。（できちゃった結婚で、結婚式直後に五つ子を生む親もめずらしい。私としても、めったに経験できない役を演じることができた。）

子どもたちのリクエストで、夫婦は五人に名前をつける。「あなた、この子は可愛いですね。何て名前にしましょうか」と二人で、「食いしん坊」「甘えん坊」などと一人ずつ名付けていった。五人とも素直に嬉しそうな表情を見せた。

今日は、前回の「行き詰まり感」から抜け出せた気がする。

（次号に続く）

### 引用文献

- ① リネット・マクマホン 鈴木聡志訳  
（2000） 遊戯療法ハンドブック ブレーン出版
- ② Jennings, S (1990). Dramatherapy with families, groups, and individuals: Waiting in the wings. Jessica Kingsley



# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

尾上 明代

## 4. 大きな一歩

このマガジンでは、被虐待児たちへのドラマセラピー治療について、A 児童養護施設で継続的に行った事例を連載している。主に具体的なストーリーを読むことを通して、ドラマセラピーという「対人援助」法について知っていただければと考え、プロセスを詳述してきた。

イチゴちゃん、リンゴちゃん、アンズちゃん、マツオ君、スギオ君、という5人の小さな「怪獣たち」と開始した連続セッション。前号では、私が酷くいじめられる設定のドラマが続く中で、イチゴちゃんが私の味方に転じた変化、そしてそれまで通りの楽しい家族ドラマの模様について書いた。

今号では、子どもたちの個別の変化とグループ全体の成長という点で、大きな前進があった5回目のセッションについて記述する。

\* \* \*

リンゴが体調不調で欠席したため、きょうは4人で行う。まず前回から始めたダン

スをする。やはりお互いの動きを真似して踊るミラーリングはあまりできず、それぞれがバラバラ、めちゃくちゃに踊っていた。このバラバラの踊りは、このグループの特徴を象徴している。自分の感覚を優先して、自己解放をしているかのような。ほとんどが、ダンスとさえ呼べないような、ただ動いたり走り回ったりしているだけだったが、それでも音楽がかかりみんなで動くことを楽しんだ様子だった。

このような決まってしまう同じ導入は、儀式的な役割を果たすので、その後は「いつものドラマをするんだ」という心身の準備になる。さっそく、私とのドラマ（ミラーリングと受容の即興ドラマ）を始める。やりたい子どもにやりたい設定・配役を提案させ、私が相手役を行う。

### イチゴと私（親友同士の役）

学校のお昼の時間、イチゴはおいしい給食、私は「ウンコ」を食べる。イチゴの設定通り素直にいっぱい食べていると、「臭い」と言って私をいじめる。いつものパタ

ーンだ。イチゴに「いじめ甲斐」を感じてもらえるように、私はわんわんと泣く。すると、本当にいい気味だという感情たっぷりに「泣け、泣けーっ！もっと泣けーっ！」と大きな声で言うので私はもっと泣く。とてもたくさん泣いたあと、少しは彼女の気が済んだかなと思い、「仲良くして！一緒に給食、食べよう。だって親友でしょ？」と言ってみたが許してくれない。

見ている観客たちからでさえ、「親友じゃないの？」と声がかかるが(このこと自体、興味深い。今まで、このような「ドラマの設定をきちんと把握して見ながら、それに基づいたコメント」が観客から出ることはなかったからだ。)それでもイチゴはドラマを修正しなかった。私が、「いっぱいウンコ食べて、いっぱい泣いて、もう死にそうだ」と言うと、当然の結果のように、イチゴは「死ね！」と言うので、私は死に、ドラマは終了した。

前回までのような、真に迫る殺気だった雰囲気や残酷ないじめの感情は感じられなかったが、友だちをやり込めたい気分は、強く伝わってきた。セッション後、施設職員の浩二さんは、「イチゴは、実際は学校では友だちがいないんです」と言った。詳しい状況はわからないが、親友とのドラマをやってみたいと思って初めに設定したイチゴの気持ちが理解できた。

イチゴのような生活環境で生きてきた子どもたちは、結果として学校でも、楽しい日々を送れることは少ないように思う。施設から通っているというだけで、いじめや差別がある可能性もあるし、本人のセルフエスティームも低いので、満足な友人関係が築けない。しかも勉強ができる、など良い意味で目立つことも難しい。イチゴは頭

の良い子どもなので、きちんと勉強ができない環境にあることは、本当に残念に思う。

### アンズと私のドラマ

次にアンズを誘ってみると、何と客席から出てきた。5回目にして初めてのことだ。今までは、みんなで行うドラマには参加しても、私と二人でやるドラマは毎回嫌がり、他の子ども全員が何度も私と行っても、いつも見るだけで、絶対に応じなかった。

アンズに役の設定を聞いてみると、初めは「普通の人」「知らない人」などと言っていたが、結局「隣の家に住んでいる人」ということになった。机をベッドに見立ててそこに横になり、アンズは寝ている。この隣人は、寝ながら時々ふざけてクスクス笑っているだけで、私が訪ねて玄関の呼び鈴を鳴らしても起きてこない。仕方なく私は自宅に戻り、寝ている隣人を窓越しに眺めながらドラマを展開させようと、大声で楽しそうに独り言を言ってみた。

「隣の家の人、寝てるのが見える。あ、笑ってる。楽しい夢を見てるのかな？」しかし隣人には何の変化もなく、そのままドラマは終わりにした。少し照れているのと、素直に私とコミュニケーションをとりたくない気分なのと、まだ創造性や即興力が育っていないのと・・・理由はいくつかあったが、これでもりっぱな「笑いながら寝ている隣人とのドラマ」ができたと思う。私とのドラマに出てきただけでも、彼女としては大きな一歩であった。

### スギオとマツオ

スギオとは、スターウォーズの戦いのドラマで混沌として終わり、次のマツオとも映画の決闘シーンになった。「真似だけよ」

と言ってもこの日は本当のけんかのようになっていたので、すぐに終わりにした。

### 浩二さん（鳥のチュッチュ役）と私（人間の子ども役）

そこで気分を変えるために、ちょっとした流れと展開のあるドラマを浩二さんと私が見せることにした。始まりは浩二さんに任せ、即興で演じる。場のお守りのように、毎回私が持参してグランドピアノの上に置いてある、カラフルなオウムのパペット「チュッチュ」（マツオが命名）を使い、その鳥役に浩二さん、私は人間の子どもだ。ちょっとだけ登場する怖い母を、マツオに頼むとすぐにやってくれた。子どもが怖い母親に怒られて、森に薪を拾いに行くストーリーで始まった。

子どもが森で出会ったその鳥は、「あなたみたいに、いろんな色で派手な男は嫌い！」と彼女にふられたのだと言って、落ち込んでいた。子どもは持っていたパンを鳥にあげて、「カラフルなあなたって素敵！」という女の子がきつと現れるから、と励ますと、鳥は元気を取り戻した。そのお礼ということで、鳥に薪拾いを手伝ってもらい、子どもは帰宅する。母親は、まだ怒っていたが、子どもは「いいや。今日は鳥さんと友だちになって、薪拾いも協力してもらったんだから。どうせお母さんはいつもあんなふうに怒っているんだから、気にしないんだ」と独り言を言ったところで終了。

### イチゴ（母親、鳥のチュッチュ、北海道の女の3役）と私（子ども役）

イチゴはプロットを創りつつ私に指おひながら、自分は3役をこなしてドラマを進めていった。この創作は、ドラマのストー

リーとしても、長さとしても今までで一番大がかりであった。強い意志のもと不退転の勢いで突っ走って行くイチゴを、私が伴走したようなイメージだった。

子どもは母親の命令で、飼っている鳥にえさをあげていたところ、鳥は籠から逃げて飛んで行ってしまった。

**子ども**：帰って来てー！

**鳥**：いやだねーっ！ 家はつまんないからな。（部屋中、大きく動いて飛び回った後）  
もう追っかけてこない。北海道だから。

**イチゴ**：＜私への指示＞ハーハーして、〇〇市（A児童養護施設がある地名）から北海道まで追いかけてくるの。いっぱい時間かけて。（間）疲れて倒れて！それからいろいろ探してやっと見つける。いろんな家をとんとんって探して。

**子ども**：（すべて指示通りに演じたあと、ドアをたたく真似）とんとん。

ここで、誰からも何も言われないのに、即座に観客が一人ずつ、北海道の民家の人たちになって協力する！ こういうところは、みんな即興ドラマに随分慣れてきたものだと感心した。

**子ども**：とんとん。ウチの鳥、見ませんでしたか？

**民家の人1**：見てませんね。

**子ども**：とんとん。ウチの鳥、見ませんでしたか？

**民家の人2**：見てませんね。

**子ども**：とんとん。ウチの鳥、見ませんでしたか？

**民家の人3**：見てませんね。

**子ども**：とんとん。ウチの鳥、見ませんでしたか？（4人目がドアを開ける）

あーっ！！ いたーっ！！

**北海道の女**：（ここから、とても「お芝居チ

ック」に、つまり、いかにもドラマのセリフを言っています、という感じで大声ではっきりと) 私の子よーッ! さっき拾ったの!

子ども:(やはり大声で、お芝居っぽく) 私の子よーッ! 本来はウチの鳥よ!

北海道:捨てたでしょ! そう言ってるわよ!

子ども:ううん。この子が勝手に逃げたの。

北海道:あんたが投げ捨てたって言ってるでしょ。かわいそうに。

子ども:ショック。勝手に逃げたのに、「投げ捨てた」なんてー。

もう少し、話だけでも・・・ウチの鳥とせめてもう一回、話をさせて下さい。

北海道:でも、この子は悲しがってるわよ。

子ども:ねえ、チュッチュちゃん。私がえさをあげたとき、自分から逃げて行ったのにさ、何であんなひどいこと言うのお?(優しい言い方で聞く)

鳥:何言ってるのーっ!!

子ども:こんなに遠くから探しに来たじゃない。家に戻ってきて!

鳥:やだー。あんな狭いせまーいところに閉じ込められて、もうイヤ。(ドアを閉める)

子ども:閉められちゃったから、ドア越しに話すけど・・・そっか。その気持ちわかるよ。狭いもんね。

鳥:もう聞こえないの。閉めちゃったから。

子ども:でも言いたいことがあるの。ここで一生暮らせる? 仲良くできそう?

鳥:聞こえないもん。

子ども:(独り言) じゃあ、あの女の人がかわいがってくれるんならいいかなー。

鳥:でも、私を連れて帰らないと、お母さん、家に入れてくれないでしょ。

子ども:でも狭いところに帰るのイヤだって言う、その気持ちわかるから。家に入れてもらえなくても、チュッチュのこと考えたらしょうがないや。

イチゴ:<私への指示>ねえ、帰って。

子ども:(〇〇市の家に帰る) お母さん。

母親:(玄関で怒っている) チュッチュは探したの? 捕まえたの!?

子ども:お母さん、聞いて聞いて。北海道にいたの。一生懸命追っかけて行って、そしたらー。

母親:(子どもが説明しようとしているのを遮り、セリフをかぶせて) 捕まえたのか聞いてるのッ! 捕まえたのか聞いてんのッ!!

子ども:ううん。でも、聞いて。どうしてかと言うとー。

母親:捕まえるまで帰るんじゃないと、言っただろ!!

子ども:でもチュッチュがね、ウチだと狭くて辛いつて言ったから、チュッチュのために諦めたの!

母親:・・・。(無視)

子ども:もういい。

お母さんが私を家に入れてくれなくてもチュッチュのためだから、しょうがない。

母親:(ドラマチックに芝居気たっぷりに) じゃあ、入んなさい! 入りたければ、今!

子ども:(嬉しそうに驚いて) 入れてくれるの!?

母親:(ふざけ笑い) 入れないよ。

子ども:ん・・・?

母親:間違えたの、ことば!! (観客一同爆笑)

子ども:(少し笑いを含みながら)

何だよ、ウチのお母さんは・・・。

母親:バチン! バチバチ! (いきなり子

どもをぶつ。もちろん真似だけ。)

**子ども**：痛い、いたーい。

**母親**：出て行きなさい！！

**子ども**：ごめんなさい、お母さんごめんなさい。(泣く)

**母親**：バタッ！（ドアを閉める）あなたは外にいなさい。(独り言) やつといなくなった。実は北海道の女は、このお母さんとグルだった。双子で離ればなれだったの。で、電話で「やったね、お母さん」って。

**私**：(素に戻って) じゃあ、ハッピーエンドだね。

**イチゴ**：お母さんとイチゴだけがハッピーエンドで、あんただけが、「イヤ～ン！！(ここだけ大声で怒鳴る)」って、なってんの！

**私**：イヤ～ン！ じゃあ、ハッピーエンドだね。  
(観客の拍手で終わり)

イチゴが創ったこのドラマにはどんな意味があるのか。これまでは、母親や子どもの役などを演じている「私」がいじめられたり殺される、というテーマと単純な場面設定で、ドラマの長さも短かった。それらに比べると、このドラマは単なるいじめではなく、筋や場面設定が複雑で、時間も長い。何より、これを創って演じきる！という意気込みが大変強く感じられ、他の観客は、そのエネルギーに飲み込まれるように見入り、ドラマのエキストラとして協力こそすれ、邪魔は誰一人一度もしなかった。このようなことは初めてであった。ストーリーを進めていく推進力も大きく、即興とは思えないほど、次々に私に指示をしながら、自分でも3役をこなし、迷うことなく

筋書きを進めて行ったことにも驚かされた。

(このドラマには、ストーリーと登場人物が、少しわかりづらい部分がある。イチゴの即興なので、一貫性がないように思えるところもあるが、その点はあまり重要ではない。)

このドラマの中で意味深いことが起きた、という確かな感覚を私は強く受け取ったのだが、その具体的な内容は、すぐには解明できなかった。ドラマの中身を分析して解釈することがいつも必要とは思わないし、解釈を試みても、それが正しいがどうかを証明することはできないことも多い。意味付けすることが、単なるセラピスト側の曲解や自己満足である場合もあるかもしれない。しかし、そのような可能性があることも十分わかった上で、セッションの詳しいプロセスの記述をしている今、あえて試みてみたい。もちろんその目的は、いかにクライアントが「ドラマ」という枠組に守られながら、真実の感情を投影して表現・解放し、シンボリック、メタフォリックに問題を乗り越え成長するのかを伝えたいためである。

このドラマの逐語セリフという生のデータに向き合っただけでも何度も繰り返し読み、ドラマ時の感覚を思い起こしながら、現時点の私が考察した結果が以下である。(よって立つ基盤は、何度かのドラマを介して知るイチゴの様子、彼女がこれまで演じてきた内容と今回示した変化の観察、そして相手役をした私の感覚である。)

### 一人三役の意味

イチゴにとって非常に大事ないくつかの感情と立場が、3人の登場人物(鳥、母親、北海道の女)を借りて表現された。

### ① ケアされたい、捨てられた鳥

鳥は、現在のイチゴ本人を象徴している。鳥が狭い世界（施設）から飛び立ちたかったことは、一つの事実だろうが、それ以上に大切なことは、安心できる優しい人に保護されたい、また行方不明になった自分をどんなに遠くてもハーパー走り回り苦労して探し出してほしいと願う感情だ。

自分から家を飛び出した鳥であったが、話が途中から捨てられた鳥に変化している。イチゴが狭い世界から飛び出したかったという気持ちより、「捨てられた」という感情の方が前面に出てきて反映していると思われる。

ここの局面での私（子ども役）の対応は、迷うところだった。ストーリーの一貫性がなくても、イチゴに合わせて捨てられたことにすればよかったか、または一貫性を優先させ、イチゴに合わせないで、自分で飛び出したことにするか。私は後者を選択し、狭い世界から飛び出たかった鳥の気持ちを理解するスタンスをとった。イチゴの話に合わせて、鳥を捨てたことを認めて謝る役でも良かったかもしれないが、いずれにしても、鳥に対するケアと愛情を示す飼い主の子どもを演じたので、その点では大きな違いはなかったかもしれない。

しかし、後から何度もセリフを読み返して、捨てたことを謝ってもらった方が、イチゴにとって良かったのではないかとも思い直した。現実のイチゴは、もちろん自分が出たくて家を出て施設に来たわけではないのだ。しかし、ここが難しいところで、捨てたことを謝ることが、「ドラマだから」可能だという考えと、このような彼女の現実を「ドラマなんかで」安易に創り変えて

はいけないという考えの間で悩むのである。過去のできごとであれば、「ドラマで塗り替える」選択もあり得るが、現在のイチゴの状況なので、易々と「捨ててごめんね」とは私は言えなかった。結局、謝るかどうよりも、飼い主の子どもが「母親に家から閉め出されるという罰を受けてでも、鳥の気持ちを優先するという愛情を示した」こと自体が良かったのではないかとも思える。この子どもが感情表明をしたことで、実は陰ながら深く自分をケアしてくれているのだということが、鳥にわかったからだ。

なにぶん、ドラマが始まってしまうと、その時々で、瞬時に選択・対応しなければならないので、そのときにゆっくり判断している暇はない。この種の仕事は、そのときの自分の直感を信じて行うしかなく、それで良かったのか、他の選択肢があったのか、などは後の自身の振り返りで、その都度考察していくしかない。

### ② 傷ついた自分をいたわる役の出現

このドラマで最も重要なできごとは、相反する感情を持った二つの役にイチゴが同一化したことであり、その後それらが統合されたのではないかと推測できる点である。

一つは、捨てられた鳥を可愛そうだと言って味方をし、保護する役（北海道の女）であり、もう一つは、自分の子どもを叱って外に閉め出す怖い母親である。後者は、今までの多くのドラマで何度も登場した、攻撃者・虐待者に同一化する役だ。（「私」をいじめたり殺したりした役）しかし、前回のセッションで初めて、いじめられている「私」を助ける教師の役が登場し、とうとう今回、被虐待者を慰め助ける役が、もっとはっきりと強い形で現れたのである。

しかも、今回イチゴが保護し助けた「鳥」は、イチゴ自身を象徴している役だ。被虐待児が、虐待者と同一化した感情のまま大人になると、次なる虐待者になるという、いわゆる虐待の連鎖が起こることがよく言われているが、そうならないために、上記のような「被害者を慰める」（つまり、弱い自分を認め、自分自身をいたわる）感情を被虐待児の中に育てることが大変重要である。米国のドラマセラピストたちによる、被虐待児とのセッションの報告にもあるが、そのような子どもたちとの治療の初期には、必ずセラピストをいじめ、やっつける役、誰にも絶対に負けない強い役が繰り返し演じられ、長い治療が進むにつれ、弱さを認める役や弱者をケアし助ける役が出現する。

i この役こそ、傷ついた自分自身をいたわり育むもう一人の自分であり、ドラマセラピストのルネ・エムナーが「内面に存在するはぐくみの親<sup>ii</sup>」と呼ぶ役である。イチゴが北海道の女を創り出したことは、まさに、このプロセスが起きたことを示し、彼女が慰める役とも同一化できたことがわかる。

このときに大変興味深く感じたのは、その役が「私の子よ！可愛そうに」というところで、イチゴが急に芝居気たっぷりの、大袈裟なセリフ回しをしたことである。それまでの、たとえば、私に「ウンコを食べろ！」などと言うドラマには見られなかった雰囲気だ。（前回のセッションで「あなたたち、いじめてるんでしょー。ダメーよ！」と、私の味方をしてくれた教師役のときも、まさにこの雰囲気のセリフ回しだったことに、今気づき、非常に興味深く感じている。）このいかにも「ドラマをしています！という感じ」は、自分自身の生の感情、あるいは、基盤になっている感情がその役を通し

て強調され、開示されてきているように思われた。普段、自分が言えないことば、人から聞けないことばを、演技の中で表現して、良い感情の刺激を受けていたのではないだろうか。このような大袈裟な演技やセリフ回しは、実はリアルな演技よりも強く演技者自身に影響を与えることもあるように思う。このような感情の外在化をすると、その印象が強く残り、同時に内在化を深めると思うからである。

もう一つ、「手が混んでいて」興味深かったのは、子どもに「出ていけ」といじめる母親ではあるが、そのいじめる理由、「可愛そうな鳥を連れ戻さなかったから」というところが、今までのいじめ役よりも進化（善良化）していたことである。

さらには、子ども役が、「お母さんが私を家に入れてくれなくても、チュッチュのためだから、しょうがない。」と言ったとき、母親役のイチゴは、「じゃあ、入んなさい！入りたければ今！」と叫んだことだ。あのとき、子どもが即座に家に突入していれば、きっと許してくれていたかもしれない。つまり、攻撃者としての悪役の意図、理由、態度が変化し、揺れているということがよくわかる。つい、そう言ってしまったのだ・・・！

### ③ 二つの役の統合化

そして、このドラマの「解釈」の中で一番、私自身が驚いたことは、最後の部分である。イチゴが同一化した二つの役（攻撃者と保護者）が、実は双子のグルだったと言ったところだ。「離ればなれ」だった二人が、電話で「やったね」と話し、合体して統合されたのである。初め私の考え過ぎかとも思ったが、やはりイチゴは、このドラ

マで見事に、健康的な回復に向けて大きな一歩を歩んだのでないか、と感じずにはいられない。

少なくとも、私に「ウンコ」を食べさせるドラマは、この日を最後に、その後二度と起こらなかった。

#### マツオ（床屋）と私（若い男のお客）

男：こんにちは。髪、切ってほしいんですけど

床屋：1000円です。（手を出す）

男：まだ切っていないのに？ 後で払うんじゃないですか？（と言いながらも支払う。）男らしくしてくれよ。

床屋：わかったよ〜。（照れ隠しか、とても変な言い方。）びゃ〜！（めちゃくちゃに切る動作）

男：（自分の髪を触って）この辺が乱れてますよ。男らしくしてくれって頼んだんだけどなー。これは似合ってるのかなー。坊主頭になってる。

床屋：思いっきり似合ってる。

男：ま、いいや。モテるかな、女の子に。

床屋：明日、学校に行ってください。

私：＜みんなに指示＞じゃあ、学校！

みんな：（即座に客席から全員立ち上がり、シーンに参加）キンコンカンコーン！

男：（教室に入っていく）お早う。

みんな：（口々に）わー、きもーい、きもーい。うえー、げー！

女の子たち：後ろにハゲって書いてあるよ。（キヤーキヤー言って、噂話をするように、固まって男の悪口を言う）

男：えっ！？ カリスマ美容師と思ったのに。ひでえ、あの床屋ー！！1000円も払ったのになー！ 文句言いにいい。（床屋に着く）トントン、

床屋さーん。今日、学校に行ったらみんなにキモイキモイって言われたんだ。

どうしてくれんの。金返してくれよ。1000円って俺には大変な金なんだよ。

後ろにハゲって書いてあるって。

床屋：はい。（返す）

（スギオが急に客席から、「それ、ニセ札なんだよ。」というアイデアでマツオに助け船を出す。）

男：あ、これニセ札じゃねーか。返して、返して。じゃなきゃ、やり直して下さい。女にモテるように。

床屋：（男の髪をカットする動作）これでチョー、モテるよ。

みんな：（絶妙のタイミングで、場はすぐに学校と化す）キンコンカンコーン！

今回のように、互いに打ち合わせることなくすぐに一致団結してドラマの筋を進めるところは、このグループの凝集性や子どもたちの自発性、創造性、即興力がついてきた証拠だ。何より、彼らが大変楽しい思いとともに、行っていることも重要な点である。

男：みんなお早う。

みんな：キモイ！（いろいろ言っていじめる）

ここで終了。マツオが、このようにドラマのストーリーの流れを創って「まともに」演じ続けられたのも、今回が初めてだった。彼にとっても、今日は大きな一歩であった。

この床屋のドラマは、子どもたちのお気に入りになり、このあと幾度となく演じ繰り返されることとなる。

この日のシェアリング（みんな感想を言う時間）も、特記すべき内容だった。

スギオ：マツオのが面白かった。

イチゴ：マツオのハゲのヤツが特に面白かった。あと、アンズの楽しかった。

スギオ 浩二さんの、いいお話だった。薪とか拾って元気になって良かった。

私は、「そうだね。二人で協力したところが良かったね。」とスギオに返したが、彼がこのような素直な子どもらしい「まともな」感想を言ったのは、初めてだった。

また私は、「役が必要なときにパッと誰かの役になって協力してくれたのが、いいことだよ。みんな良かったよ。」と伝え、みんなのドラマを褒めたら、子どもたちもお互い褒めあって、初めての本気で褒め合う（おふざけではない）シェアリングになった。こんなに良い雰囲気、なおかつ楽しいのは本当に初めてで、グループ全体の成長という点でも、やはり「大きな一歩」の日だった。

(次号に続く)

---

<sup>i</sup> James, M. Forrester, A. M. & Kim, K.C. (2005). Developmental Transformations in the Treatment of Sexually Abused Children. In Haen, C. & Weber, A. M. (Eds), Clinical Applications of Drama Therapy in Child and Adolescent Treatment (pp.67-86). Taylor & Francis Group.

<sup>ii</sup> ルネ・エムナー、尾上明代訳 (2007)、ドラマセラピーのプロセス・技法・上演、北大路書房

# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

## 5. プロセスの進化(深化)と「性的」問題

尾上 明代

このマガジンでは、被虐待児たちへのドラマセラピー治療について、A 児童養護施設で継続的に行った事例を連載している。具体的なプロセスの提示を通して、ドラマセラピーという「対人援助」法について知っていただければと考えている。(各子どもの家庭状況と合わせて、その子どもの即興ドラマを考察すると、その意味がより良く理解できるのだが、それらの記述は割愛する。)

イチゴちゃん、リンゴちゃん、アンズちゃん、マツオ君、スギオ君、という5人の小さな「怪獣たち」と開始した連続セッション。前号では、主にイチゴちゃんの変化と、グループ全体の成長という点で、大きな前進があったことについて記述した。

きょうは大きな流れとして、子どもたちとのプロセスがさらに進化する様子、その一方で浮上してきたセッション内での「性的」な言動について記述する。数回のセッションを重ねてきて、小さな「怪獣たち」は、主に他者をひどくいじめる感情を表現し続けたが、今号の6-9回では、それが確実に収束してきた。五人のこれまでの環境や今の状態が違うので、全員同じように進むのは難しいが、それでも数々のドラマを楽しみながら、グループとして良い方向に前進してきた。・・・というところで、当

然ながら、一難去ってまた一難である。「怪獣たち」がくれた次なる「攻撃(?)」は「性的」問題であった。

\* \* \*

第六回セッション

再び床屋のドラマ!

前回ヒットした「床屋のドラマ」(床屋が、私扮する若い男の客を変な髪型にし、その男が翌日小学校へ行って子どもたちにバカにされるというプロット)をまず行う。浩二さん(助手の施設職員)に床屋になってほしい、と子どもたちの「浩二さん、浩二さん!」コールが起きる。

浩二さんは、彼らのリクエストに沿って「ぼけた爺さん」「ぼけた婆さん」「ぼけた曾爺さん」の床屋を演じる。「ぼけている」ゆえに、手元が狂って客の髪型がどんどん変になっていくという部分は、浩二さんの創作だ。三回ともほとんど同じストーリーだが、この「繰り返し」は、セラピーでは大変重要である。ごく簡単に説明すると、例えば苦しい場面や悲しい場面は、繰り返しながら螺旋的に上昇することで、やがてそこから抜けだし、新しい解決方向へ発展していく。(ただし、対象者の状況や感情レベルを見ながら、負の感情が強化されすぎ

ないよう、ドラマセラピストが導いていかなくてはならない)。また今回の床屋のような楽しい場面は、みんなと一緒に繰り返すことで、良い気分が協力・信頼関係を増強させるプロセスになる。

散髪場面が終わると、毎回すぐに子どもたちは、待ってましたとばかりに、「キンコンカンコーン」とコーラスして（ここがみんな大好き!）、学校の場面を作り、男を見て「きもーい!」と笑う。誰かをいじめるというエネルギーは減り、みんなで共通の目的に向かって団結しているのが楽しいようだ。

4回目には、イチゴが床屋になると言い、男は五千円も払ったのに、怪我させられたあげく、ひどい髪型にされた。「ひどーい! きもーい!」とみんなも大騒ぎ。アンズが「こわーい、父ちゃん」と言って男を見て逃げる演技をした。彼女はそれまで、ほとんどが「その他大勢」としてそこにいて、突出したせりふを言ったことはなかった。「どさくさに紛れて」父親に頼るような言動を表現してくれたのは、印象的だった。実はアンズにとって父親は、大変重要な人物なのだ。

その後、警察が来て、何故か男は捕まり牢屋に入れられた。「ひどい。髪型が変なだけで牢屋に入れられた。」と私（男）が言って、そのドラマを終えた。

#### マツオ（自転車屋）と私（子どものお客）

お客：あ、「マツオ自転車」って書いてある。

自転車屋：くださいーい。

自転車屋：分かりました。何がいいですか？

お客：子どものお小遣いで買えるやつ。

これまでマツオは、逃げ腰だったり、ふ

ざけたり、攻撃的だったり、なかなか普通にしゃべってくれなかったが、彼のセリフ回しが、これほど「まとも」なのは初めてだった。自転車屋が、お客のほしい自転車の値段は「100万円」だと言うので、高すぎて買えないでいると、そこに億万長者と称する人（イチゴ）が飛び入りで出てきて、これ見よがしに（?）即金で買ってすーっと乗って行ってしまった。すごく楽しそうに。（私は相変わらず、貧乏くじを引くような、やられる役ではあるが、いじめられることはなかった。）彼女らのエネルギーが善意的になった感じを受ける。

#### リングとアンズの「ソーセージ屋」

二人がセットで出てくる。アンズは誰かにくっついてやるだけで、私とはメインで対峙することはない。（前回、初めて私と二人で行う即興ドラマに出てきたのは進歩であったが、私との接点はないまま、眠っているだけの隣家の人を演じたのみであった。）アンズは必ずリングと一緒に出てくる。性的なジョークも、この二人が一番するし、その点でも気が合っているらしい。二人はソーセージ屋。「浩二さんのおちんちんをいっぱい、何十本も（やきとり屋のように）焼いて」売っていた。私は買って食べる場面をやらされる。

このころから、まるで強迫観念のように、セッション内での性的な言動が頻発するようになる。ドラマの中、そして想像の時間には、みんなが性器や性的行為を表すことばを発する。私は、子どもとしての単なるおふざけのレベルと、それを超えているものを、見極めようと努力しながら、頭ごな

しに否定しない（つまり、これまで通りドラマ内では、受け入れる）という基本姿勢は保ったままで、一方ではどうしたものかと悩んでいた。施設入所前の子どもたちの生活史に関する情報を整理するとともに、職員と話し合ったり、また何より大切な、今目の前にいる子どもが発している感情・様子・雰囲気から自分が感じることに、それまで以上に集中した。

### 想像力・創造力の重要性とセラピーにおける効果

クールダウン（セラピーのクロージャー）の時間は毎回、まず部屋を暗くして床に寝転び、目を閉じて「想像」の世界に行くように導いている。

想像力や空想の遊びがどれほど大切かは、ユングを初め、歴代の心理療法家たちが、多くの論考を提供してくれているので、今更述べるまでもない。

芸術療法、特にドラマセラピーにおいては、そもそもドラマという架空の設定で行う方法が、想像力なしでは成り立たないという性質上、被虐待児など特に想像力が乏しい対象者には、それを開発することと平行してセラピーを行うことは必須である。ある子どもが、想像できるかどうかと、ドラマを楽しんでできるかどうかは、ピッタリと一致する。そして、想像できるようになると、即興でドラマが創れるようになる——つまり今度は創造力がつくのである。（日本語の音が同じなのは、偶然とは思えない。）そして、この創造力こそ、治療の鍵、そして人間の魂が癒される鍵だと強く確信している。

何か新しいことを生み出す・創造するこ

とができたとき、人はとても良い気分になる。ドラマを創るアイデアを出したり演じたりして、認められるという成功体験は、たとえば鬱、依存症、神経症など、またセルフ・エスティームの低いクライアントたちに大変良い影響を与え、現実生活での自信につながることを、日々の仕事の中で、リアルに実感している。この楽しさは、「魂が喜ぶ」という形容詞があてはまると感じる。生み出す行為そのものから来るポジティブな感情と、そこに認めてくれる他者の存在があり、楽しさを分かち合う仲間がいるという組み合わせは素晴らしい。子どもの場合で言えば、即興ドラマで自分が創り出したアイデアと演技をみんなに誉められたときの感情は、たとえば算数の九九が言えたとき、漢字の書き取りができたときなどは、まったく違う種類の満足感だ。また認知症が進んでいるとき、施設で初めて描いた絵が認められ、絵の上達とともに症状も改善されることもある。（実話の一つとして、「折り梅」という映画がある。）

逆に言えば、このような創造性が十分開発できれば、セラピー・プロセスは半分以上、終わっていると言っても過言ではない。苦しい思いを抱えてセラピーに来た人々は、その苦しみを芸術に変える過程で癒されたり、またその作品そのものが他者を癒すものとなる。ベートーベンが聴力を失ったあとに創った第九・喜びの歌をここで例に挙げずとも、歴史上の偉大な芸術作品はすべて作者の苦しみの所産と言える。

ところで6月、トラウマと心のケアの世界的権威と言われているボストン大学のベセル・ヴァン・デア・コルク氏の講演を聴く機会があった。その中で特に印象に残っ

た話がある。911テロのときに惨状を目の当たりにしてトラウマを受けた子ども（直後に両親に保護され、ケアされた子ども）に二週間後に絵を描かせると、テロ時のWTCビルの様子を描いたという。ビルの下に描かれているものが、何かわからず質問すると、子どもは、「トランポリン。これがあるときあったら、多くの人たちが助かったのに」と答えたそうだ。ヴァン・デア・コルク氏は、「このような創造性が出ていけば、この子はもう大丈夫」と判断したと述べた。そして、「創造性を創ることも、トラウマを受けた人にとって大切なので、自分はドラマも取り入れている」とのことだった。このように、ドラマが創造性を刺激し発現させる力を彼も利用していることがわかった。

話をA施設に戻そう。とにかくこの5人の子どもたちには、何とか想像力を使うような場面設定にして、その力を呼び起こしてもらおうと、クールダウンの活動には、必ず「想像の時間」を取り入れていたのだ。

この日、特に印象に残ったのは、いつも目を閉じて一番良く想像ができるイチゴが、目を開いたままだったことだ。アイスクャンディーをなめる動作。性的な行為を意図しており、「わかる？」とマツオを見て、二人でニヤッと合っていた。

その後の一人ずつの感想の時間は、前回にも増して、大変「まとも」で、誰のどこが面白かったかきちんと言ひ合うことができた。もちろんその都度、私も同意したり褒めたりした。この時間だけ取りあげれば、まるで私が彼らの「性的」言動に悩んでいたことと逆行するように、今日は非常に大きな向上・変化を感じた日であった！

## 第七回セッション

私が夏休みをとったため、いつもより間隔が空いたことと、施設の都合で普段と違うホールだったので、彼らはいつもより解放された雰囲気でもとまらない。でも、「今日ドラマやる気ある人？」と聞くと、みんなは「はい！」と言っていたので、楽しみにしていたのだろう。

これまで架空の設定のドラマを続けてきたが、そろそろ現実的な場面も取り入れてみようと思い、実際に夏休みの出来事を話してもらってそれをドラマにしてみようと提案した。現実をドラマに取り入れることによって、その先、彼らの現実の問題を直接扱えるようになるかもしれないという期待があったからだ。浩二さんと私が具体的な例を演じて方法を伝えた。しかし、子どもたちの反応は鈍く、誰も夏休みの出来事を言ってくれなかった。その後のセッションでも、何回か架空から現実に近いと意図したことがあったが、目に見えない抵抗を感じた。このグループでは、結局最後まで、架空のドラマが貫かれた。

対象者がどのようなクライアントであれ、現実的な題材をドラマで扱わなくてはいけない、ということは実は全くなく、それを無理にさせる必要もない。対象者の状況や性向、希望、セッションの目的によっては取り入れることもあるが、むしろ架空のメタフォリックなドラマを扱うことこそ、本来のドラマセラピーの意図である。

それで、この日はある程度子どもたちに任せてみた。当時、子どもの中で流行っていたテレビドラマの場面を、イチゴが中心に

なり、みんなは楽しんで演じていた。私だけそのドラマを見たことがなかったので、一人で観客になっていると、リンゴやマツオが、何でも適当にやればいからドラマに入れ、という。私も一緒にやって欲しいという気持ちだと思い、すなおに嬉しく感じた。少し一緒に演じたあと、次回セッションまでに、そのドラマを見ておくことを約束して終わる。

誰からともなく、学校で練習している運動会の応援歌を歌い初め、とても大きな声でのコーラスになった！かなりのエネルギーが発散されたと思う。今回は、夏休みということもあって、不思議と「番外編」のようなセッションだったので、いつものようなプロセスにはならなかったが、ちょっとした息抜きになったように思う。

セラピー後、それぞれの子どもが、施設敷地内にある自分が所属する建物に帰る際、アンズが、「怖いから送って行って」と言う。このような弱音じみた発言は、決してなかった子どもなので、はじめは本気と取らななかったが、真面目に頼んでいることがわかり、しっかり手をつなぎ歩く。アンズとのこのような時間は初めてだ。夜は「後ろが怖い」のだそうだ。それに共感しつつ安心させながら送り届けた。

## 第八回セッション

### またまた床屋

セラピーの部屋も通常に戻り、再びみんなのお気に入りの「床屋」のドラマから始まった。私が床屋、マツオがお客になり、

彼は「チンコの一」というセリフでドラマを始めた。

私は、「チンコは今までいっぱいやったからいいよ。やめようよ。」と、初めて受け入れずに、却下してみた。

もちろん、内的な理由があって、性的な言動が起きていたと思う。だから、当初の何回かは受け入れて、その発展の様子を見ていた。(しかし、そこからただちに、内面や過去の問題点を導き出すようになる段階ではなかった。)とにかくおふざけで話していることでかなりの「負」のエネルギーを発散できているように思えたが、おふざけの形にせよ、何度も吹き出していた。そうになると、繰り返すことによって、その言動が強化・拡大されてしまうばかりで、変化、昇華、収束の方向がすぐには見えなかった。(これまでのエネルギーの発散で良しとして)一端、他の方向へ子どもたちを向けさせたいと思ったのだ。

するとリンゴたちは、そのことには触れず、「明代さんがお客がいい！」と言い、マツオと交代する。結局、ぼけた床屋の爺さん(浩二)とお客(私)で、おなじみのドラマを子どもたちに見せることになった。「キンコンカンコーン！」学校でまた、「キモーイ！」と。みんな楽しそう。イチゴとアンズは「きゃー、マジックだ。眉毛がつながっているよ！」などと、想像的なせりふを言い、マツオは、「カッコイイ！」と言うので、男は「嬉しい！始めてカッコイイって言ってくれた！」と喜んだ。

続いて浩二さんが、「床屋」という苗字の植木屋だった、という筋書きで、私の頭に

作業して、頭上に綺麗な林ができあがり、私が「きれいーいッ！」と言って終わらせた。

読者の方々は、もう飽きてきたのではないかと思うこの床屋のドラマ、ほとんど繰り返しの中で、少しずつ変化しているのをお気づきだろうか。私へのいじめが、明かに消えてきて、さらには肯定的な感情が表れているのを。このように、繰り返すことにより、負の感情が十分に発露され、いつのまにか今までの負の感情の発露対象の存在が相対的に少なくなり、他の面への関心や集中に変化してきている。いわゆる、浄化、昇華につながったとも言える。

#### テレビドラマ

次に、私が約束通り見て来たテレビドラマの場面をドラマにする。私は学校の先生の役（怖い先生の設定）になったが、みんなは生徒役で、わーわーと楽しそうに騒ぎ、また本気っぽく反抗したりする。私へのいじめの感情が収束してきたのは良かったが、代わりに性的なことへの固執がやはり続いている。たとえば、

イチゴ：先生のおっぱい揉みたい！

私：そんなこと許されません。

アンズ：先生のチンコをー

私：私は女性なのでそんなものはありません。じゃ私は、もう行きます。

マツオ：はい、勝手に行けーっ！！（とても憎らしい感じで）

という具合である。

みんなはこのあと「卒業の歌」を歌う。もうメチャクチャに叫び、動物園みたいな騒ぎだ。とくかく音量がすごい。歌の途中で、みんなは私の記録用のレコーダーのマイクに向かって、チンコをもみもみ、明代

さんのチンコ、おっぱい・・・口々に吹き込んでいた。（私があとで聞くことを知っている。）

#### 初めて叱る

突然、スギオが「明代が交通事故で足をなくして、みんなは医者。手術をする病院。」と提案する。そこで、まず自動車役の子がぶつかってきて、私が倒れる。スギオたちは、大丈夫ですか、と言って私を助け、オペ室へ。机をベッドに見立てて私は寝かされる。みんなで寄ってたかって、私に手術をしている様子である。（私は当然ずっと目をつぶったまま。）すると、私のズボンのチャックを降ろされた。

上述したように、今まで、このようなことばやドラマ内でのアクションについて、ほとんど全てを受容するというスタンスでやってきた。それは、以下のような理由からだ。

- ・私がどこまで受け入れてくれるかのお試し（たとえば、初めのころ、ドラマの流れと全く関係なく「おちんちんと言って」などといわれて、即リクエストに答えていた。）

- ・そのような言葉を言ってストレスを解消（これは一般の大人でも、「くそ畜生！」などと言うことはごく普通にある）

- ・子どもゆえの遊びの一環（ウンコなどということばは子どもは普通に言う。さらにみんなで言い合うのは楽しいという側面がある。性器をことばに出す、などもしかり。）

しかし、だんだん思春期に向かっている歳でもあり、さらに一般の子どもと全く違う家族史、生活史をもっていることを考慮

すると、このような事柄をすべて受容するのは、もちろん良くない。頭ごなしに、それはダメ、それは言うなという方略は採らないが、それに関しては、マイルドに受容を辞めていく必要があった。しかし、前出のマツオに「それはもう辞めようよ」と言った場合とは違い、今度は、チャックをおろすというような現実的な行動に出たわけだから、「ドラマの中では実際にぶったりしない」というお約束に準じて、ここはしっかりいけないことを伝えるときだ。ここを外したら、現実的に行動を起こす可能性まで受容してしまうことになる。

私：(目を開けて素に戻り、かなり本気で叱る) 誰？謝って！

みんな：リンゴ。

私：正直に言って。言ってくれたらいいんだから。本当にリンゴなの・・・？

みんな：・・・。(私が怒ったのを初めて見たからか、神妙な顔つきをしている)

私：じゃ、どうする？このあとどうするかみんなで決めてください！

それ以上、叱ることはしないかわりに、このドラマは中断することをこのような方法で伝え、その後の対処をみんなに委ねた。

マツオ：動物園ごっこ。

私：それでいい人？

みんな：はい。

マツオ：明代さん、飼育係！

## 動物園のドラマ

叱られた時間は、短時間でも子どもたちにはインパクトがあったと思うので、その後はさっと気持ちを切り替え、マツオの提案を受け入れた。みんなは沢山の椅子を使

って檻を作る。動物園だから当然だが、ぎゃー、ウォーとすごいエネルギーで、全員鳴く！私が追いかける！みんな逃げる！大混乱！

アンズとリンゴは、ゴリラの檻に二人で入って、アンズがリンゴの上に乗って「交尾」していたが、飼育係が来るとすぐ逃げる。浩二さんも飼育係になり、麻酔銃で動物たちを一瞬眠らせる。でも、みんなすぐ起きる。撃たれて一瞬眠る麻酔銃を彼らは大変気に入ったようだ。騒ぎが収拾つかなくなってきたので「止めよう。OK、終わりの！」と私が叫んだすぐあと、下の階にいた事情を知らない人が何事かと入ってきた。みんな、シーンとなる。

その後、アンズが気持ちよさそうに運動会の歌を歌い始めた。みんなは横になり、寝ているところを、一人一人私が足を引っ張って床を滑らせてあげる遊びをした。どの子もキャッキョと嬉しがって、幸せそうだった。特にマツオが一番喜んだ。

## 絆ができる

「じゃー寝よう。たまには、チンコじゃないことも考えて。いつもそれじゃつまんなよー。」意図的に方向を変えるために、この発言で、私は再び介入した。そして、今日初めて用意してきた「コロは屋根の上」(子どもらしい歌詞のかわいい歌)のCDを流す。この子たちにはウケないかも・・・「何こんな歌！」なんて言われるかも、と内心思っていたのだが、彼らが静かに落ち着いたことに少し驚く。今日は、今までで一番、ギャーギャー大声をいっぱい出して、発散できたからかもしれない。何が奏功したの

かは、断定できないが、初めて彼らの心身が落ち着いているところを見た気がする。

以下は、この日の彼らの想像の中身である。ここでも私は、いつも当然ながら、どの子のどの発言も基本的には何のジャッジもせず受け入れ、ごく自然な雰囲気で見守る。

マツオ：俺が、金持ちになった。

私：あー、いいねー。お金持ちになったんだ。

スギオ：おれ貧乏の生活している夢。

リンゴ：ピッカピカの家。

イチゴ：自分の好きなものに変身して、鳥になって空飛んで、野原に行った。

アンズ：何にもない。

私：何にもない、っていうのもいいねー。

アンズだけは、やはり想像させることが一番難しい。スギオも、やはり難しい子どもである。今回はマツオのことばに反応して発言したが、本当に「想像した」とは考えにくい。

一番良かったところの感想としては、やはり「動物園」で逃げ出して騒いだところと言う子が多かったが、リンゴは、何と「チャック降ろしたところ。」と言ったのだった。

私：(優しく) やっぱりそうなの!? 正直でよろしい。許してあげる。

リンゴ：別に許してくれなくていいよ。

私：(リンゴが照れ隠しで言ったのがわかったのでニコニコと) そんなこと言っちゃって～。

するとアンズが、とても落ち着いた平和な感じで「自分が初めにやった。」と話してくれた。

私が「二人とも正直でよろしい。二人とも

偉い！褒めてあげる。」と言うと、僕たちもやった、俺も・・・とみんなが言い始めたのだ。嬉しい気持ちが静かにこみ上げてきた。リンゴとアンズが、少し私に近づいてきたというか、この出来事で、絆が少しできたように感じる。

帰るとき、マツオが初めて「明代さん、ありがとう。」といったので、浩二さんが「あの子がお礼を言うなんて」と驚いていた。足を引っぱってあげる遊びがよっぽど楽しかったのだろうか。

そして、この回以降、動物園のドラマが大流行し、毎回セッションのお約束となったのは、言うまでもない・・・！

## 第九回セッション

### 絵のドラマ化

マツオが体調不調で欠席したので、他の四人と行った。

きょうは、気分転換の意味も込めて、床に敷いた巨大な模造紙に、みんなで絵を描くことから始めた。それぞれが自分の好きなものを好きなところに描き、その後、人の描いた絵も見て、一緒に書き足したりしても良いと伝えた。特にイチゴやリンゴはとても嬉しそうだった。それぞれが描けたら、浩二さんと私も含めて、一人ずつ説明する。私は太陽と7つのハートを象徴的に描いて、「ドラマセラピーを7人で楽しくやっているところ」と説明した。

特にアンズの発言に興味を惹かれた。大きなウンコ、ゼリーがなっている木、虫を描いたのだが、それぞれの間の関係はないというのだ。たとえば、「この木の下に虫が来てウンコした」などのような、絵と絵の

関係を知りたかったのだが、何度聞いても「知らねー」とか「ない！」と答える。しかし最後には「浩二さんの描いたロケットと関係がある」と言う。彼女は誰とも関係を持ちたくないが、唯一、浩二さんとは持ちたいのである。(浩二さんは、とにかくどの子どもにも人気のある職員なのだ。)彼女が私との一対一のドラマに初めて出て来た前回も、隣の家の人の役として単に眠っているだけで、私とは一切関係を持たなかった(持ちたくなかった)のと同じことに思える。

スギオは、やはり彼のドラマと同じように、創造的ではなく、人の真似をして描いたり、描くことそのもの(表現すること)に気が進まないようだったが、最後に、アンズの描いたウンコの上方に、それを今まさに踏もうとしている人の足を描いた。その発想が面白くて個性的、と指摘して褒める。全体的にどの子どもの話もいつも通り、何もジャッジせずに共感的、支持的、ポジティブに聞いた。

そこからみんなでストーリーを創って演じようというのが、私の意図だった。しかし、目の前にある絵(限定された材料)を使ってストーリーを協力して創るのは、彼らにとっては難しかった。私は自分も演じながら優しく導き、結局ほとんど全部に介入してやっとできたというものだった。

6人の役:

モグラのおばあさんーイチゴ、  
毛虫のケムパスースギオ、  
スーパーウンチ君(イチゴが創ったキャラクター)ーリンゴ、  
犬ーアンズ、  
ロケットの花ー浩二、

少年ー私

モグラのおばあさんが種を見つけて埋める。(ここはイチゴが創った。良いスタートである。)ロケット花が咲き、通りがかりのケムパスが出てくる。そこに犬が来てウンコする。少年が来て、それを踏んじやって大騒ぎする。小川が流れていてそこで洗ってハッピーエンド!

プロットは至ってシンプルであるが、絵も含めて、初めてみんなで創りあげたドラマであった。大盛り上がり、というほどではなかったが、みんなで落ち着いて行い、結構楽しく出来たことを考えると、実はとても良かったと思う! 私が驚いたのは、このような「まるで子どもらしい」ドラマが、この子たちとみんなで作れたことだ。殺しや攻撃やいじめも一切出て来ないドラマ。それにしても、ウンコを私が踏むというところまでストーリーが進んだのに、一向にそれ以上私が惨めになるような流れにはならなかった。それどころかウンコには無反応だった。(特にイチゴの)いじめエネルギーは消失した(出切った)ようにも思われる。

絵を描かせたこと自体も良かった。(子どもも楽しんだし、そこから私がそれぞれの子どもの傾向を確認できた。)

### やはり動物園

結局、このあと「動物園タイム!」になる。

トラの夫婦(リンゴとアンズ)、象→いつしかワニ(スギオ)、カラカル(イチゴ)というふうに、凶暴な動物が多い。アンズはやはりどうしても単体ではいられず、誰かと一緒(夫婦)である。みんなが檻から逃げ

たり、浩二さんと私が飼育係になって捕まえようとしたり、えさをやったり麻醉銃で撃ったり、前回と同じことが繰り返された。お絵描きのときに床を保護するために敷いた大きなビニールシートがあり、みんな逃げてその下に入って隠れるのがすごくワクワク楽しかったようだ。最後は四人が一丸となった。世話係の二人対四人のようになり、彼らは逃げる。と言ってももちろん「追いかけてほしい」「気にしてほしい」「かまってほしい」という意味だ。

ギャー—、ギャー—と叫んで、同じことの繰り返しと大音量に、こちらの大人二人は少々疲れが出て、飽きてきていたが・・・でも彼らはエネルギー発散させた。

このような遊びは、例えば床屋のドラマのストーリーを楽しむのとは、随分違う種類のおもしろさである。一人ずつよりみんな一緒、というのが好きな子どもたちだし、さらに動物になって浩二さんと私からケアしてもらえる、逃げたら捕まえに来てくれる、というのはとても嬉しかったはずだ。セラピストや施設職員としてではなく、「飼育係」として「動物たち」のケアをするという構造が、現実からの距離感があってドラマセラピー的だ。

象になったスギオ（仲良しのマツオが休みでちょっと寂しそうだった）は、ケアしてくれるのは嬉しいようだが、突然、かわいい雰囲気にもまったく似合わない怒鳴り方をする。（マツオにも同じ傾向がある。）「何だ、うるっせー！バカ野郎！」などと怒りを突然ぶつけられると、「可愛いやんちゃな、私を慕っている男の子」というイメージが一瞬で吹っ飛び、その刹那だけ「この子の

中に私を憎んでいる感情があったのか」と思ってしまうことがある。もちろんそれは、明らかに、私を憎んでいるのではなく、彼らは別の人間への感情を出しているにすぎないのだが。（二人の男の子へのケアにはまた課題が多く残っている。）動物、特に獰猛なものになるということは、奇声を発して叫ぶようなこと、また怒りを爆発させることがオフィシャルにできる利点でもあるので、彼らは気に入っているのだろう。

### クールダウン

前回から始めた歌の時間に、歌詞を持って行き見せると、みんな集まって歌おうとした！かわいい、子どもっぽい歌詞の歌を彼らが歌おうとしているのを見ると、今までの言動から感じていたものと違い、かえって意外な印象を受けた。彼らの「攻撃」や「性的言動」にドラマの中で直接関わってきている私としては、本来の「子ども」としての感情や生活の体験が乏しかった彼らが、「子どもみたいな歌」を「子どもみたくに」進んで歌おうとしているのを見るのは、感慨深いものがあった。

この日の想像の時間は、イチゴの発言から始まった。（私は、また現実に引き戻される。）

「さあ、きんたまの夢、行こうかな。」  
私：自由だけど、なるべくきんたま以外にしてよ。」

前回の想像の時間は、静かに「寝て」いたが、今日はまた、お互いふざけてごろごろ転がったりしていた。イチゴとアンズが、二人で内緒で話合ったのか、「楽しかったね」「チンコの世界に行つてさ」などと言っている。

このあと、イチゴは、性器の名前を使い、それをたこ焼きにして食べた云々と発言した。それに続き、アンズは、ある具体的で特殊な性行為の様子を「想像の世界」の名の下に、話し始めた。さらに続けて、「私はセックスの村に行ったの。そこではみんなセックスしてるの。」と言う。イチゴもそれに乗って、「そう！そこではうふーん（動作して）とか言ってみんなしてるの。」

まるで、「想像の世界」の話という形なら、私も否定はできないだろう、とばかりに、とどまることを知らない様子である。

アンズ：あとね、良い世界もあった

私：良い世界は？（この時の私のレスポンスの仕方は、内容に対しては、しっかりと中立的な態度を維持しつつ、受容的に優しく、暖かく包み込むように聞いていた。実際、彼女たちが話す中身を聞いて、叱ろうという気持ちはまったく起こらず、また、すぐに口をふさいで辞めさせたいというような気にもならなかった。本当に彼女たちの心と身体を包みこんであげたい感覚だった。）

アンズ：アメリカに行った。

私：あ、えっほんと！？

アンズ：英語でしゃべってね、チンコのこといっぱいしゃべった。チンコの英語しか覚えてないから。

（とうとう他の題材がでてくるのか、と期待したがやはりダメだった。アンズには、私の期待をちゃんと知っていて、ふざけてからかっている気分も入っている。）

リンゴ：チュッチュ（セラピーの見守り役としていつも置いてあるぬいぐるみの名）と一緒に森に行って一緒に食べて終わり。

スギオ：嘘つけー

リンゴは本当にそんな空想をしてくれたのか、それともやはり私をからかって、期待されている“答え”を言ったのか。とっさに私はとても良いとすなおに信じた（そしてその自分の感覚を信じたい。）が、直後にスギオが、嘘つけーと言ったので、スギオの方がリンゴの本当の意図を見抜いたのか。またはスギオ自身がひねくれたことを言ったのか、わからない。

スギオ：何も無い。

なかなか一筋縄では行かないことは、もとよりわかっている。

以前にも書いたが、このころ、毎回のようにアンズの笑い声が気になった。人を馬鹿にしたような、カタカタカタカタというその響きは（もちろん、おかしいよ～という気持ちは表れ出ているが）あまりに均一、画一的でロボットか笑い箱のようだ。ボタンを押すとその笑い方をするだけ、それ以外にはない。自分が本当に友達とふざけて楽しんでいる時も、ドラマの中で私が馬鹿にされているのを見て、あざ笑うときも、自分がエッチな冗談言ってその後笑うときも、全て同じ笑い方。普通は状況に応じて笑い方は変わる。人間らしく変化してほしい。彼女の心からの、機械的に響かない笑い声を聞きたいと思う。

6回目から9回目の4回のセッションでは、内容と行動に顕著な変化が表れた。一つは、攻撃性（人をいじめる、殺すなど）が、明かに減って（子どもによってはほとんど消滅して）いったこと。そしてその分、私の演じる役とみんなの演じる役との間に、

意味のある話しの展開ができはじめた。一方、もう一つは、いじめ、攻撃感情の代わりに、性的な言動の模倣、感情、それへの意識が表面化してきたことだ。それは最初、子ども一人のこだわりの行動、感情であったものが、全体に広がった感じだ。

ここでの受容する度合いには、とても慎重な判断が必要だった。このような題材に関して、共通の「倫理」的感觉をどこに定めるかは難しい。マルキ・ド・サドまで行けば、また別の世界になるが、日本人とヨーロッパ、アメリカとは相当に感覚が異なるし、日本人の中の多様さも同じように広い。そして、「通常的感觉」を超えるのがドラマ、ドラマセラピーであるのだから、一般的倫理での切り捨ては極力避けたい。

「ウンチ、おしっこ」の時は、できるだけ付き合った。しかし、性的なことを直接表現するのは、一定のエネルギーを発散させた後は、一端、休止に持っていくようにした。

どちらも社会では、禁忌とみなされる分野であるが、前者は仮想空間であれば許容できることとし、後者は仮想空間であっても、一定の禁忌性を維持した。

その感情のエネルギーをある程度発露させつつも、包み込んでいく行程はしばらくかかるだろうと思われる。前思春期の子どもたちでもあり、また、家庭・生活環境にも関わっているので、丁寧に扱う必要を強く感じる。

(次号に続く)

# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

## 6. アンズちゃんの成長

### 尾上 明代

このマガジンでは、A 児童養護施設で継続的に行ったドラマセラピー治療の事例を連載してきた。ドラマセラピーには多くの手法があるが、ここでは、いくつかのドラマゲームや即興劇手法を使って実施した、小さな「怪獣たち」（イチゴちゃん、リンゴちゃん、アンズちゃん、マツオ君、スギオ君）とのプロセスを詳しく提示している。（各子どもの家庭状況と合わせて、その子どもの即興ドラマを考察すると、その意味がより良く理解できるのだが、それらの記述は割愛する。）

前号では、子どもたちとのプロセスがさらに進化する一方で浮上してきたセッション内での多くの「性的」な言動について記述した。その後も名残のように、同じような言動が散見されたものの、その頻度は予想をはるかに下回り、全体的に収束の方向へ向かっていったので、これはどういうことかと考えていた。その言動へのこだわりが最も強く感じられていたのが、アンズであったが、その収束傾向と、まるで反比例するかのように、ドラマをどんどん演じ始めたのも、またアンズであった。彼女は、当初もっともドラマを演じたがらない子どもだった。それでも少しずつ、仲間に紛れ

るようにして全員で演じるドラマには参加していた。その後、私と二人で創るドラマには、やっと参加してくれたものの、黙って寝ているだけの隣人の設定で、ドラマの中での関係性は作れていなかったのだ。

\* \* \*

#### 第10回セッション

##### アンズの変化

この日は、まずパントマイムでいくつかの状況を浩二さん（施設の職員）と私とで演じて見せ、誰がどんな気持ちで何をしている場面かを子どもたちに当ててもらった。このゲームは初めての試みである。

その後、それぞれ二人組でアイデアを出して場面を演じ、当てっこをした。内容は、吠えている犬と飼い主、町で痙攣を起こした人、などシンプルなものが多かったが、彼らは、内緒の打ち合わせ・演技・当てっこ、というプロセスすべてをととても楽しんでた。特にアンズが私と二人組みで、まともに演じてくれたのは、このときが初めてだったと思う。コンビニで万引きする場面を本人が提案して上手に演じた。

その後、昔話の登場人物を組み合わせ使ったドラマでも、桃太郎になったアンズ

は、おばあさん（私）としっかりコミュニケーションをとることができた。まだまだ抵抗したい気持ちもあり、「うるせーなー！」などと表面では言いながらも、嬉しそうに「おばあさん」と会話をした。おばあさんを助けるような言動も見られ、初めて私たち二人のドラマが成立したように感じる。

### 家族ドラマの進化

そのまま、自然に5人きょうだいのドラマに入ってしまった。子どもたちが夜中まで寝ないで起きているので、母親（私）が怒るところから始まった。

翌朝、「起きなさい！」と母親がいうと、寝不足の子どもたちは「眠い、うるせー！」と反抗する。眠そうな演技が、みんなとても上手で、その上達ぶりに驚く。演じることに抵抗があるスギオも、全員一緒のドラマだと積極的に参加するようになったのも、良いことだ。

子どもたちは登校して学校の先生（私が兼役）に、母を悪い人に仕立てて言いつけ、家に帰ってまた母に反抗する。面白いのは、ドラマの最中、みんなが口々に「こう言うの！」というふうに、私のセリフや筋を命令するので、私は言われたとおりにドラマを創っていく形になっていることだ。「もっと怖くして！！！」とリンゴに怒鳴られ、私はもっと怖く怒る。

この連続セッションが始まる前に、お試しセッションをしたとき、子どもたちは「超怖いお母さん」とか、「世界一怖いお母さん」になってほしいと私にリクエストし、私が（様子を見ながら）言われたとおりの怖い母親を演じて、彼らは、それに対峙して

反抗することができなかった。しかし、このごろの彼らは、自分の身体と声を使ってしっかり感情を出して「母親」に対峙している。

アンズも母にいろいろ訴える。でも母への怒りではなくて、学校で怒られたことを私に言いつけたりして、結局は甘えているようだ。何も表現してくれなかった初期のころのアンズとは、まったく違う。他の子どもたちも、みんなで口々に私にいろいろな文句を言っているが、そのことで、母とコミュニケーションをとっている様子である。

結局浩二さんが父親になる。彼は穏やかで良い父親を演じてくれた。

「そうか、そうか、君たちは元気があり余ってるんだね。」

その後、母親の私一人をおいて、父親と子どもみんなが家出するという提案が出た。イチゴ：みんなで家出してハワイに行こう！！

スギオ：そんなお金ないでしょ。

（ドラマの中で、現実の枠を超えるという想像力がまだ不十分なため、彼はとても現実的な意見を出す）

イチゴ：知らない人の子どもになりすまして飛行機に乗っちゃえば！？

（イチゴらしいクリエイティブな発想である）

何だかんだと言いながらも、結局、飛行機には乗らずに全員で家に帰ってくる。

父：みんなで帰ってきたよ。

母：まあ一嬉しいわ、帰ってくれて。（優しく嬉しそうに）

ここで、「最後まで母親は、良いお母さんになっちゃいけない」と子どもたちに言わ

れたので、「もう、早く寝なさい！」と怒鳴ったが、最後は私の次のせりふで、ドラマを終えた。

母：これで一家7人が揃って、あー良かった、良かった。

## 第11回セッション

### 円になる意味

施設の都合などで、前回から間が空いてしまった。もうすぐ年末で、きょうは今年最後のセッションである。子どもたちは私に会って嬉しそうだったが、同時に不満を言う。特にアンズは、「何でもっと多く来てくれないの。」と、めずらしい態度とセリフであった。私に素（す）でも甘えることができるようになったようだ。正直な自分の感情を出してきたということは、良いことだ。

いつも通りのダンスのあと、「みんな丸くなってー！」と声をかける。この子どもたちが、ちゃんと一つの円になっていられる時間は、毎回1分ももたない。

ところで、この日リングが突然、「何で丸くなるのよ？三角でもいいじゃん」と言った。これは良いアイデアだと、すぐに採用する。全員で一つの三角形になるのは、円より難しい。いつになくみんなは集中して三角を創った！

リングの問いはユニークだ。何で円になるのか？ どんなセッションでも、誰からも聞かれたことはなかった。

円という形はセラピーでとても重要な要素である。円は大部分の古代儀式と初期ギリシャ演劇の形式である山羊の踊りで使われているが、これはドラマセラピーや一般

的な心理療法グループのドラマ的儀式でもよく使う配置の形でもある<sup>i</sup>。円は強力な宗教的、精神的、心理的な象徴であり、プシュケーを反映している<sup>ii</sup>。さらにそれは、全体性を象徴している。つまり、時間と空間の全体性であり、出立と帰還、外に向かったの冒険と帰宅、誕生と死と復活を示している<sup>iii</sup>。このように、円の形になることには、さまざまな象徴的な意味と意義がある。また別の象徴としては、メンバー全員の平等性や、ときには団結、結びつきもあると思う。例えば、傘連判状（一揆などで用いられた円環状の署名形式）のコンセプトは、誰が主役かを隠しつつ団結する様子を示していて、その良い例の一つだ。さらには、例えば「人格が丸くなる」というような表現に示されるように、角がない円というのは、平和な感覚、戦いやコンフリクトのない柔らかさや暖かさ、心の平静なども表現している。さきほどのリングのコメントを思い返すと、彼らがそのような「丸い」気分ではないことが理解できた。まさに「三角」の気分だったのだ。A施設以外のすべての場所で行うセッションでは、あまりに当たり前に感じていた「円になる」行為が、この子どもたちにとっては、疑問であったことを教えられた。そして、リングの提案を受け入れて楽しく三角を創って外在化できたことで、逆に彼らのその日の「角」をとることができたかもしれない。

### 自由な表現へ

そののち、(最近のワークの中で大ヒットの)「パントマイム当てっこ」をやったあと、子どもたちは、てんでバラバラではあるが、同時に何かをし始めた。ちょっと誰かと誰

かがドラマモードで対話になったり、勝手に叫んだり奇声を発したり。今年最後のセッションということも関係しているのかもしれないが、何かいつもと違う感じで活気づいている。

例えばイチゴは、テレビのアナウンサーになってマイクを持ち、「皆さん、イチゴニュースの時間です。明日の天気はー」などと1人でしゃべっている。するとアンズが、気持ち良さそうに歌い出す。マツオも何かわーわー言っている、というような状態だった。みんなが私に見てほしい様子だったので、楽しい気分ニコニコと全員を同時に見守った。

これほどまでにみんなが自発的に自由に気持ちよく、自分をそれぞれ表現しているのを見るのは初めての気がする。だから、このような時間があっても良いのだと思った。ただその状態がしばらく続いたので、少し枠組を作ろうと思い、「みんなのドラマを作ろうか、どうするか」と聞いてみた。イチゴのニュースと天気予報はまだ続いていたが、結局歌いたい女の子たちの意志が強かったので、私は紅白歌合戦を提案し、司会も私が買って出た。その部屋には三つのマイクがあったので、それを使うのも楽しかったようだ。それなりに紅組と白組の歌唱が終わると、後半は、お約束の動物園タイムとなる。

### 「動物園ドラマ」の意味

それぞれの「動物たち」は、椅子などを使って自分の檻を思い思いに組み立て、自分の居場所を創る。アンズは決して単体ではない。しかし、いつもは必ずリンゴと一緒に「夫婦」でいるのに、今回は初めて

「親子」だった。

朝ご飯の餌をもらったら、さっそくみんなが逃げ出す。とにかく檻から抜け出す。浩二さんと私が追いかける。みんなは追いかけるのが大好きなのだ。「麻醉銃で撃たれたら寝る」というルールは、特にマツオとスギオのお気に入りだ。でもすぐに「麻醉」は切れて、また奇声を発して暴れ、エネルギーを大いに発散する。浩二さんと私は疲れるだけなのだが……。一人ずつ、「ここが私たちのとこね」「じゃ、ここで逃げるの」などと主張する。結局、みんなでグランドピアノの下に入って「ここは安全地帯」とばかりに家族になって隠れて、寝たりしている。しばしの休息が得られると思い、私たちも静かにしていると、そのままではつまらない様子で、しばらくすると誰かがあえて逃亡する。イチゴやアンズは、「うー、ぎゃー！」と獐猛な動物役で私に牙を剥く。まさに「小さな怪獣たち」である。でも私が不快になるような、また悪意のあるようなネガティブな感情は感じられなかった。

浩二さんは、セッション後の私との振り返りのときに、「動物園の檻から逃げるといふドラマ」はみんなが現実（養護施設の生活）から逃げたいということではないかと言った。しかし私は、ただ逃げたいのとは違うと感じる。つまり逃げたら私と浩二さんに捕まえてほしい、つまりケアしてほしい、関心を向けてほしいということなのだ。どんなに唸っても、噛みついて、逃げても、やはり「飼育係」として自分たちをケアしてほしいのだ。もし単に現状から抜け出したいのであれば、ピアノの下に戻ってみんなで集まって寝たりしないのではないだろうか。養護施設の生活はつらいかもしれ

れないが、今は自宅に戻れないことを、彼らは知っている。仲間と一緒にいるピアノの下（養護施設）は、とりあえずの安心の場所で、そこで仮想の家族を味わっているのだろう。

### お菓子を食べながらのシェアリング

セッションでエネルギーをたくさん発散したからだろう、子どもたちは落ち着いて話している。「今年11回やったよ」と言うと皆に「少ない！」と不満をぶつけられた。ドラマ外で私に気持ちを表現してくれるようになったことは、評価できる。

今日の空想の時間の中身を聞いてみると、なかなか良い返答であった。

リンゴ：えーと山を一人で散歩してる夢。

私：へー！山を一人で。（嬉しい）

マツオ：（性器にまつわるジョークを言う。）

私：ほんと。（さらっと流す）

イチゴ：南の島でイチゴ一人で昼寝してた。

私：南の島ね。

アンズ：何も見てない。

私：見てない。

スギオ：ない。

私：ない、OK！（大丈夫、という感じで）

アンズはこの日、性的な内容の発言をしなかった。（今日この話題に触れたのは、上記のマツオだけだった。）

全員、今日も動物園が面白かったと言う。よほどお気に入りのようだ。そして、今日が年内最後なので、「来年、またやる？」「いつまで？」という質問をみんながし始めた。やりたいか聞いてみると、皆は「やりたい」「やりたい」と口々に答える。アンズは、「再来年の12月まで！」と言ったが、そ

れはずっと長くやりたいという意味であると解釈した。初めのうち、ドラマを演じることに対して抵抗がかなりあり、私にもなかなか慣れなかったので、この発言は良い進歩である。

私：また来年も楽しくやろう！

イチゴ：泣いて。

スギオ：泣け！お別れなんだから。

彼も、このような表現で、自分が「今年のお別れ」を悲しいと思う気持ちを伝えようとしてくれたのではないだろうか。私は、彼のリクエスト（？）をまったく無視することはできないと思い、ちょっと泣くまねをしてから、「でもさ、今年是最後って言うだけじゃない。」と彼らに来年も必ず来ることを伝えた。このような会話を彼らとできるとは嬉しい。とても良い時間だった。

### 第12回セッション

#### ウンチが出ない「トマトちゃん」

年明け最初のこの日は、まず二人組であらかじめ打ち合わせして作ったミニドラマを発表することにした。私はアンズと組んだ。どんなことにしようかと聞くと、「何も考えてない・・・。ウンチのこと・・・。」と言うので、私がアイディアを出して相談。そのときは、結構やる気で話し合っていたが、いざ実際に発表するときには、なぜか気分が退却してしまったようだ。

私：私はニンジンの神様です。あなたは誰？

アンズ：（私が励ましてやっとなんて答える）トマトちゃん。ウンチが出なくなっちゃったんだ。

私：いつから？

アンズ：生まれてから。（アンズは打ち合わ

せ通りにはせず、即興で答える。)

私：今、何歳？

アンズ：一歳。

私：生まれたときからウンチが出ないというのは、大変じゃ。良い方法を教えてあげよう。私を食べなさい。出さないと身体に悪いぞ。

アンズ：イヤだ！

私は、この短いドラマにインパクトを受けた。生まれてから一度も排泄をしていないということの中に、何か大事なことがメタファーとして現れていると思う。アンズは実際は十歳なので、それが象徴している何か、一年ではなく、実は十年続いているのではないだろうか。一歳と答えたのは、そのような年齢に戻りたいのか、またはウンチが出ない期間の答えとして一年くらいが妥当と感じたからか。いずれにしても、「イヤだ！」と言ったとき、彼女の強い拒否の感情が表出されているのを感じた。ニンジンの神様が差しのべた助けを拒否したアンズ。ニンジンを食べるのがイヤなのではなく、ウンチを出すのがイヤなのだ。ドラマの中で解決策が出ることも、ドラマの中で癒されることも拒否している・・・という感じを受ける。しかし、このドラマでアンズの中の何か揺さぶられたのではないかと思う。そしてそれは、(後日、気づいたことなのだが) このセッション後半の、初めての「アンズのドラマ」へとつながって行くことになった。

## 動物園

みんなが一番好きで一番やりたいのがこれなので、このところ絶対はずせない。彼らは一生懸命自分の檻を(椅子など使って)

時間をかけて作っても、すぐそれを壊し、檻から逃げる。壊すために、時間をかけてきちんと作っているのかもしれない。

今回は私の思いつきで、(サファリパークのような)動物園を見に来たお客になり、浩二さんが案内係として、私にいろんな動物を見せてくれる設定にした。たとえば、私が「この動物、檻から出てるけど、大丈夫ですか？噛みつかない？安全？」などと聞いて、彼が「大丈夫です。これはカラカルの親子で・・・」というふうに説明する。動物たちは、決してお客を歓迎しない。私に吠えたり、噛みつこうとしたり、突進したりして来た。年明け早々、またもやエネルギーがたくさん発散された。

## アンズのドラマ

その後、皆で一緒に家族ドラマをやろうということになった。設定を打ち合わせるため、私が「子どもたちは私(母親)のことを好きなの？」と聞くと、アンズが首を横にふり、「ううん。私たちは、二人が仲良いところをじゃまするの。」というふうに答えた。今までも、浩二さんが父親役、私が母親役、みんなが五人きょうだいの家族のドラマを何回かやってきたが、アンズが中心になってアイデアを出したり、登場人物の設定や筋を創っていくのは初めてのことだ。

五人全員が父親の子どもで、私は最近、父親と結婚をした継母なのだそう。「どんなお母さん？」と聞くと、アンズとイチゴが私に指示をする。「きびしく、やさしい母親。子どもたちは母親のことは嫌い。」とのこと。そしてアンズは再び「仲良いところをじゃまするの」と言った。

私は、ご飯の場面から開始した。新しく来た母として、家族に宣言をする。

母：私は一生懸命、良いお母さんになるからね。(夫に) 私、あなたの子どもたちを、一生懸命愛していきます。

アンズ (以下「ア」)：お父さんだけ、愛していればいいんだよ。

(別に責めている感じでなく、淡々と語る。)

アンズが自ら主演を演じている事実が驚く。さらにはドラマの途中でどんどん指示を出してみんなを導いている。こんなことは今まで一度もなかった。間違いなくこれは、彼女のためのドラマだ。不思議なもので、いつもなら誰かが提案したことに、必ず反対意見が出るのだが、今は誰もほとんど自己主張しない。(特に男子2人は、まったく抵抗・提案しないでアンズに従っている。)彼女の不退転の気迫が、皆をそうさせているのが、わかる。重要な瞬間に立ち合っているという感覚だ！

今日は、アンズの十歳のお誕生日という設定で、二人が大きな誕生日ケーキのロウソクを吹き消す。私が切り分けてあげて、みんなで食べる。「プレゼントには何がほしい？」と聞くと、アンズは猫がほしいと言うので、ペットショップに行つて買う。

アンズ以外の4人は、途中で猫になったりもするので、子どもかペットかわからないくらいごちゃごちゃしていた。誰かがウンチしよう、ウンと言っていたり、ペットたちは奇声を発して大変な騒ぎだった。

母：お母さんと仲良く暮らそうね。

ア：イヤだー。(でも実際はそれほどイヤそ

うな雰囲気ではない。)

そして突然、

ア：離婚すれば！？ お父さんだけの方が全然いい！

と言出す。このあたりでちょうどセッションの終了時間になったのだが、最後の最後で一生懸命アンズは部屋を作り直し始めた。「お父さんとお母さんの部屋は、ここ。ここ、子どもだけの部屋。」などと椅子を使って部屋をアレンジし直している。最も個人的なのは、椅子を沢山使って玄関からずーっとぐるっと遠回りしてやっと部屋に行き着くような造りの家だったことだ。

時間が来てしまったので、いつもの想像の時間にすることを告げ、いつものオルゴール音楽をBGMとしてかける。みんなは、少し落ち着いて横になる雰囲気なので、ドラマの中から自然に出てきて、収束のための感想を言う時間に入っていけるように、私は子どもたちに語りかけた。

私：良かったねー、お誕生日祝いで。ケーキ食べて、ペット買って。

ア：あーまずかったー！

(初めて、はっきりと冗談であると自他ともにわかる言い方で、みんなも私も笑う。彼女は、さらにいろいろわざとけなしている風なことを言ったが、本気の嫌悪感のようなものは感じられなかった。

私：お父さんは良いお父さんだし、お母さんも一生懸命――

ア：(私のことばをさえぎって) お母さんは良いお母さんじゃないけど。

今日は、この先をアンズがどうしても続けたい勢いがあつた。そして、一度は収束させようとした私も、再び自然にドラマの中

に戻るような体裁になって行った。

私：もしかしてお母さんは、離婚してくれるかもよ。

ア：早くしてよ。

母：じゃあ、お父さん、離婚しよう。ね？

そうしたら皆幸せになるみたいだから、私は身をひきます。

父：そうか、仕方ないかな。

母：じゃあ、みんな元気でね。短い間だったけど。

マツオ：超短い！

母：お父さんと仲良くね。バイバーイ！  
みんなが、本気で出て行けっ！という母親を拒否するような感情ではなかったこともあり、深刻な雰囲気は全く造らず、少し笑いながらいかにもお話を創っています、という感じに演じた。

ア：バイバーーイ！！

(と母に言ってから、自分で「やったあ！」という感じで) イェーイ！

(つられてマツオたちも母親にバイバーイと手を振っている)

私は、これでドラマが終わったかと思い、「すごいハッピーエンドだね。」と言った。アンズは嫌いな人がいなくなって喜ぶ子どもの役を演じたのだが、この「イェーイ！」が、何かカラ元気で、母が出ていったことを実は喜んでいないのに、無理に喜んだ演技をしている気配が感じられた。するとアンズは、すかさず続けた。

「それでね。一年後にお母さんから電話が、お父さんのところにかかってくるの。トゥルルルンって。それで私が電話に出るから。」

こんなに具体的にはっきり指示したのは

初めてだ。もうかなり時間オーバーだったが、今夜はやるしかないという状況である。どちらにしても、もうやっている！ 浩二さんも同じことを感じ、私たちはアンズのために劇を続けた。

母：トゥルルルン。

ア：(受話器をとる動作) もしもし、佐藤(浩二さんの名字) ですけど。

母：もしもし。私、一年前に離婚したお母さんですけど。みんな元気にしてる？

ア：(それには答えず、すぐに皆に大声で) みんな一聞いて！ みんなちょっと聞いてー！ あのね、お母さんから電話なんだけど！ ねー、出ていいと思う？ 出ていいと思う？ (こんなにドラマで生き生きとしたアンズは、初めて見た。)

リンゴ：思う！

ア：じゃあ、お父さん出て。(受話器を父に渡すしぐさ)

母：もしもし、あなた？ 元気にしてますか？ 離婚したけど、子どもたちのことが気になって電話しているんですけど。

(子どもたちが母親を本当に憎んでいるわけではなく、実際は未練があるのを感じて、子どもへの気持ちをセリフで表して伝えたいと思ったのだ。)

父：アンズが心配してたよ。

母：ほんと？

ア：(電話の横でお父さんに) してないよ、してない。

(直接話すところまで母を「許して」ないが、でも電話の向こうに母がいて、自分の好きな父が、今、母とコンタクトが取れている状態なのがすごく嬉しい感じだ。)

母：してないんだー。でも、もし皆がいいって言うてくれたら、別れてからも心配

だったから、皆に会いに行きたいと思っ  
て。(アンズは電話に耳をつけて聞いている)

ア：(きょうだいたちに) みんなー、お母さん、来ていい!?

(彼女は中立で聞いているのはでなく、自分自身は母親に帰ってほしい感じ。)

皆：いいよー。(そのアンズの勢いに押されて、みんな一緒に即同意!)

ア：ほんとに!?

父：(電話で妻に) いいって。アンズもいいって言ってる。

ア：お母さん、帰ってきたら意地悪しよう。  
(・・・などと大声で独り言を言っているが、嬉しい感じが伝わってくる。)

母：ピンポン。みんな久しぶり! (玄関で叫ぶ。)

父：(子どもたちに) 帰ってきたよ!

皆は、家の中で大騒ぎの様子。前述したようにアンズが、玄関からぐるっと長い廊下を遠回りしてやっと部屋に入れるような家に造ったので、私がみんなのいるところまで行くのに、みんなが玄関に出てくるのに、時間がかかった。玄関を開けたらすぐに対面できないところが、何とも心憎い。

家族は、ようやく一年ぶりに再会した。アンズが出迎えて私に言う。

ア：君がねえ、一年前いなくなったとき、皆すごく幸せだったの。

今も幸せ気分だね。

母親が帰ってきて嬉しい気持ちが伝わる。本当にハッピーエンドだった。

一年かかって母親を許して再び迎え入れたアンズのドラマ。アンズのメタファーを使えば、ニンジンを食べ、生まれて初めてウンチがやっと出たのだという感じであっ

た。彼女の中にあってずっと表現できなかったものがここでひとつ大きく現れ出たのだろう。他の子どもも、そして浩二さん、私も、そのプロセスをともにした、という感覚を共有できた。

アンズの初めての「何が何でも、今日はやる!」という強いエネルギーと勢いだったので、時間オーバーであったが、最後までやって良かったと思う。

前号で、子どもたち、特にアンズの性的な言動について詳述したが、その収束傾向と反比例するように起きた、積極的なドラマ参加・感情表現の高まりが、非常に興味深く感じられた。

子どもたちの性的な言動は、生(ナマ)の、つまり本人の表層感情のままの発露であり、何かを創り上げるという感覚や意図は、当然なかったし感じられなかった。しかし、ドラマを創ることに入り込むことで、現実から想像の世界に入り始めた。想像とは、実は、今まで感じなかった、表現できなかったことを呼び起こし、感覚、感情の基盤が変化することでもあり、それが進行していたのだろう。表層の「性的」な言動より優勢な感情が出てきて、変容が進行したともいえる。

最後のお菓子タイム(シェアリング)のとき、たまたま私の分が足りないお菓子があったのだが、「明代さんのは?!」と言って、みんなが大変心配してくれた。自分の分があるかどうかだけに関心のある子どもたちだったはずなのだが・・・。アンズのドラマでみんなが感情を共有したことが、ここにつながったのではないだろうか。

(次号に続く)

- 
- i Jennings, S. (Ed.).(1987).  
Dramatherapy: Theory and  
practice for teachers and clinicians.  
Cambridge: Brookline Books.
  - ii Jung, C. (1964). Man and his  
symbols. New York: Doubleday.
  - iii Campbell, J. (1988). The power of  
myth. New York: Doubleday.

# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

## 7. コミュニケーションと絆の深まり

### 尾上 明代

このマガジンでは、A 児童養護施設で継続的に行ったドラマセラピー治療の事例を連載してきた。ドラマセラピーには多くの手法があるが、ここでは、いくつかのドラマゲームや即興劇手法を使って実施した、小さな「怪獣たち」（イチゴちゃん、リンゴちゃん、アンズちゃん、マツオ君、スギオ君）とのプロセスを詳しく提示している。

前号では、子どもたち、特にアンズの性的な言動が収束したのと反比例するかのよう、アンズが積極的に創って演じたハッピーエンドのドラマについて解説した。今号では、ドラマを通して創ったラポールが、ドラマ以外の場面で深まった（特にリンゴとアンズとの）できごとと、彼女たちの変化を記述する。

\* \* \*

#### 第13回

##### 浩二さんの辞職

助手の浩二さん（A施設の職員）が、施設を近々辞めることになった。今後は、ドラマセラピーのセッションのときだけ施設に来てくれるが、それ以外は、施設からい

なくなる。そのことを最近子どもたちに伝えたと聞いたので、今日は、彼らはさぞ落胆していることと思う。子どもたちが大好きな職員だからだ。

セラピールームに、リンゴとイチゴが先に現れたので、二人の背中を撫でながら、彼女らの気持ちを理解していることを伝えた。リンゴからは、どうってことないという雰囲気伝わってきた。もちろん、悲しくなかったのではなく、特定の大人たちに、継続的に変わらぬケアを求めることに、すでにあきらめがつく状態になっていたのだと思う。そもそも、ずっと辞めないで自分たちをケアしてくれる職員がいるなどという期待をしていなかったのだろう。

イチゴは、「別にいー」と言い、ことばとは正反対のとても悲しそうな顔をした。泣きたいのを堪えていたようだった。いつもふざけて笑ったり、ドラマで怒ったり、5人の中で一番表現力が豊かなイチゴではあるが、悲しい気持ちを素直に出したことは、あまりなかった。浩二さんがイチゴに辞めることを伝えたとき、彼女はすごく怒って泣いたと、あとで彼から聞いた。このイチゴの反応は自然である。浩二さんに、心をひらき頼っていた分だけ悲しみも大きかったのだろう。

## アンズの欠席

前回は、アンズにとって非常に深い意味をもつドラマができて、セラピーのプロセスが大きく進展したが、そのようなセッションの後は、ゆっくり時間をかけて消化していく必要があるからか、そのクライアントの欠席が発生することがある。アンズも今日はお休みだった。しかし休みの理由が、彼女自身の理由ではなく、外的な理由（彼女の実家の家族の都合）だったのが、アンズの変化と符丁が合っているようで興味深い。

実は、この日のセッションの終わりに、リンゴと2人でゆっくり話すことになったのだが（これについては後述する）、いつも一緒にくっついていてアンズがいなかったからこそできたことだと思う。このような「偶然」が期せずして変化を促し、またその変化を積極的に進めていくこともプロセスの一部である。

## 消えていく境界

この日も、パントマイム・ゲームを楽しんだあと、お約束の「床屋」のドラマを繰り返して、次にいつもの「動物園」ドラマに突入した。

しかし今日は、今までと違った興味深い変化が見られた。これまで何度となく行っていた「動物園」ドラマでは、動物たち（子どもたち）は、しっかり檻を作ってその中で餌をもらって食べたり、交尾したり、眠ったりして生活している状態が演じられ、やがて飼育係（浩二さんと私）の目を盗んで脱走を図る、というパターンだった。檻から逃げる行為によって、彼らは、捕まえ

てほしい（ケアしてほしい、心配してほしい）という気持ちを表現してきたのだ。同時にこのことは、彼らが「檻の中」と「外界」の境界をしっかりと分けて認識していることも示していた。

ところが今日は、その境界線が曖昧になってきている。例えばイチゴが「ここはサファリよ」と言い出し、動物たちは、初めからその辺をうろうろしている。檻と外界のボーダーがない方向に向かっていったのだ。

他者に邪魔されない自分（たち）の居場所をしっかりと作りたい欲求や、逃げた自分（たち）を捕まえてケアしてほしい欲求も低くなってきたと思われる。ケアしてくれるセラピストや馴染みの職員への信頼が高まり、脱走して心配させる必要度が低くなったということであろうか。

また、今までは「動物園」ドラマの最後に、必ずグランドピアノの下に5人が入り、自分たちの共同の檻（＝お城）のようなものを作って、眠る場面があった。安全地帯と言わんばかりに柵をめぐらして、私と浩二さんは入れないことになっていた。しかし今日は、それもしなかったのだ。アンズがいなかったことも、もちろん理由の一つと思われるが、時間をかけてプロセスが深まったことで、グループの凝集性も高まり、わざわざピアノの下に集まらなくても、仲間意識を感じられるようになったこともあるのだろう。

## リンゴとの「友情」

さて、ドラマ後に、部屋の明かりを消して想像する時間になると、スギオとマツオは、2人でふざけながら勝手に遊び始めた。イチゴは浩二さんにべったり甘えている。

離れた椅子に1人で座っていたリングは、突然、私の着ている服を指さして、何か質問した。私がそれに答えると、今度は「明代さん、結婚してる？」と聞く。このようなプライベートな質問を普通の（真面目で落ち着いた）話し方で私に話しかけてきたのは、初めてだ。

トラウマを持つ子どもが（もちろん大人もだが）、きちんと自分のトラウマの体験、あるいはその背景のことを語ることはとても難しい。何も話してくれない、話しても本当のことを言わない、そもそも覚えていない、などの回避的防衛や、解離状態が普通である。さらには、幼すぎて起きたことや自分の気持ちを言語化できない・意識化できない、またセラピストを信頼しないという状況もある。だからこそ、言語的表現ではなく、シンボリック、メタフォリックに、内面に抑圧された問題を直接表現できる芸術療法、とりわけドラマを使うことは有効なのである。もちろん、セラピーの目的は、起きたできごとを正確に知ることでない。（それが目的であれば、司法面接的なアプローチが必要だ。）しかし一方で、トラウマに関する話をセラピストにきちんと順序立てて言えるようになること自体は、非常に重要な段階だ。自分の辛い過去を思い出し、それを言語化し、そして誰かに伝えるという段階にくることで、そのことを統御する感覚を得ることができる。治療プロセスが進展して感情の開示と信頼の醸成が進んでくるとつまり、ドラマセラピーが「架空の」ドラマの世界においてクライアントの回復への道程に良い効果をもたらすと、次の段階として「現実の」開示が行

われるようになる。「現実の開示」そのものが治療プロセスであり、また、それによってセラピストは、現実生活上の介入やサポートをドラマ外でも行えるようになる。

クライアントの子どもが、セラピストを信頼して、自分から話し始めることは、治療初期の段階で治療者側が話を聞き出そうとする行為とは、まったく意味が異なる。前者は、深化した治療同盟のもと、しっかりとした関係性が基盤になっている。さらには、信頼できるようになったことだけが重要なだけでなく、（信頼だけが必要なのであれば、もっと短い期間でも、構築可能だ。）ここまでの即興ドラマ活動の中で、表現すること、心をひらくこと、言語化する能力などを身につけてきたということがポイントである。だから、ここでの会話は、いろいろな意味で治療プロセスと現実生活がクロスする重要場面なのだ。

子どもたちは、皆ひどく傷ついた経験を重ねているので、非常に注意深く5人を平等に扱うようにしていた私は、皆がいるところで、1人だけとゆっくり話すようなことは、したことがなかった。しかしこの時は、他のメンバーが2人ずつになっていたという状況が許してくれたので、私はリングと、それぞれ離れた椅子に座ったまま、少し大きな声で会話をした。リングが、私の家族や生活について質問してきたので、それらに答えた。私は、幸運が突然天から降ってきたと思い、心の中で「今だ」とばかりにチャンスの女神の前髪をひつつかんだ。

「ねえ、そっちに行っている？」「うん。」すんなりと受け入れてくれた彼女のところ

まで椅子をまたいで行き、一緒に並んで座った。そして真面目に、普通に、落ち着いて、しみりと、きちんと話ができたのだ。彼女は、自分の家族の状況や自分の気持ちを詳しく私に話した。情報としては施設側から聞いていた話と同じなので、すべて本当のことを話してくれたことがわかる。しかし、彼女が親に対してどんな気持ちを感じているのかは、初めてよくわかった。

そしてリンゴは、私の家族や、家族との関係について、矢継ぎ早に真剣に質問し、私の答えに一生懸命に耳を傾けていた。私は当然、治療意図のもと、内容を選びつつも本当のことを話した。しかし内容よりも、このような行為自体の意味が大きかった。まるで自己開示し合った後、友だち同士の仲が深まったような感覚と似ていた。

私たちの話し合いのせいで、いつもの「想像の時間」よりずっと長く時間をとってしまった。でも、ここは外せなかった。誰かが「もう長いよ。」と言ったので、リンゴとの話を切り上げ、部屋の電気をつける。

その直後のおやつ時間に、リンゴはニコツとして、私の足をちょこんと触る。私もニコツとして同じように、リンゴの同じ足を同じようにちょこんと触る。二人にしかわからない「友情」の確認行為だった。

おやつが終わって、それぞれの子どもが施設内の自分の棟に帰るとき、リンゴが、私の車に乗りたいというリクエストを言い出した。(リンゴは前にも一度、一人で車に乗せてと言ってきたことがあり、ギアチェンジのレバーを1回、往復させてほしいというので、OKしたことがあった。)

そこで、(歩けば1分の道のりなのだが)

皆を私の車に乗せ、歩くスピードで運転して送り届ける。たったこれだけのことだが、子どもたちは大満足の様子で、幸せそうに帰って行った。きっと良く眠れたことだろう。

このセッション以来、リンゴが機嫌悪くぐずったり、おなかが痛い・お菓子が気に入らないなどの理由で泣いたりしたときは、関係を築いてあったので、きちんと話し合うことができた。また彼女は、夜中に起きて施設の家具などをめちゃめちゃにしまうこともあった。施設職員には当然怒られたようだが、リンゴが私に、その理由やイライラする気持ちについて話してくれたので、私から職員に話することもできた。簡単に改善されない状況が原因なので、リンゴのイライラを取り除くのは難しいが、少なくとも「ドラマセラピーのときは、イライラしない。楽しいから」と言うリンゴに、私のできる枠組の中で、できるだけ良い時間をあげたいと改めて思った。

## 第14回

### これまででベストのセッション

セッション開始前に、私が事務室で職員と話していたら、子どもたちが迎えに来た。初めてのことだ。

浩二さんは少しだけ遅れて、このドラマセラピーのために施設にやってきた。子どもたちは、久しぶりに浩二さんに会って嬉しそうだった。そのようなことも影響してか、今日は全体的に皆が素直で、セッションは非常にうまく行った。以下の三つの約束を皆で言うことも良くできた。

## 約束

1. 他の人が演じているときは静かにし、みんなで一緒にやるときは、協力し合う。
2. 身体で実際にアタックしない。(やるときは、「ふり」だけ)
3. 楽しもう！ スッキリ良い気分になろう！

連載第二回でも書いたように、毎回、始まる前にこの約束を全員で一緒に言って確認しているのだが、子どもたちは、いつも文末を反対に変えて言っている。私が大きな声で文末を強調しながら「協力し・合・う！」というときに「協力し・な・い！」、また「アタックし・な・い！」を「アタックす・る！」というふうに。もちろん彼らは約束内容を良く理解しているのだが、そのように反対に言うこと自体が「お約束」になっていて、楽しんでいた。しかし、今日はちゃんと原文通りに唱和したのだ。

また、セッション初めのダンスは、いつもバラバラ、めちゃくちゃなのに、皆がちゃんと私の真似をして、「踊り」になっていたのも驚きだった。今までダンスを拒否していたスギオも踊り、彼の動きも初めてダンスと呼べるものになった！

さて、いつもはこの部屋にない長い机が何台か、今日はたまたま置いてあったので、子どもたちは、それを舞台として使い、次々に自発的にチュッチュ（セラピーの見守り役としていつもピアノの上に置いているオウムの人形）のパペットショーを始めた。良質な遊び心、創造性、即興性が発揮されている。私は黙ってニコニコとそれを見守

る。ストーリーの流れは特になく、ころころ変わって行くが、ショー自体を楽しんでいる感じだ。自由にはじめて陽気な気分が前面に出て伝わってきた。

それがすぐに（10分くらいで）収まると、「大家族のドラマをする！」とアンズたちが言い出す。いつものように、浩二さんと私が両親だ。それぞれの部屋、トイレ、風呂などを椅子と長い机で作る。まず、家作りそのものを楽しみ、時間とエネルギーを費やす。

それぞれが、「私はこういう子ね」などと設定を言ったり、自室で好きなことをしているが、ごはんのときは、この大家族はまとまる。真ん中に置いてあるダイニングテーブル（長い机）に集まり、母親の私が朝食の玉子料理を作る。ほんの少しの対応の違いにも彼らは敏感なので、平等に子どもたちを扱うことに気を配る。まったく同じことを5回——1人ずつまったく同じように玉子の焼き方を聞き、作り、出し方も同じにする。

そのドラマ後、机を組み合わせて戦車を作り、そこに乗る遊びをする。子どもたちは非常に喜んだ。ちょっと危険だし、行儀が悪いし、いけないことかもしれないが、今日はこのくらいのことを許してあげても良いと感じた。そこで、机の強度や床などをチェックし、浩二さんとも相談して、大丈夫という判断をした。子どもたちは、暴れたり私たちを困らせるようなことは、もちろん一切しなかった。そして子どもたちがこの上なく楽しんでいる気分を同じように体感するため、私自身も戦車に乗った！

最後はそのまま、その戦車テーブルを囲んでセッション終了時に決まって歌うことになっている歌を、皆がまとまって一生懸命に歌う。男の子たちも楽しんで積極的に歌ったのは、初めてだった。

今日は、たまたま置いてあった長い机がいろいろな道具に変わり、セッションの進行を手伝った。もちろん机とは別に、プロセス全体もとても良い運びで、よくある1人ずつバラバラで、ただワーワー言っているような場面は全くなく、皆が一致して本当に楽しい時を過ごすことができた。そのような意味で、今まででベストのセッションだった。

#### アンズの成長と絆の深まり

最後の歌は、いつも皆で1回歌うだけであるが、今日は歌い終わるとすぐ、アンズが私に「もう一回歌って」と言った。他の子どもたちには、そのリクエストは聞こえていなかったが、私はすぐに皆を見ながらもう一度歌い始めた。すると途中で、アンズは誰かと話し出した。他の子どもたちも、お菓子を食べたり、大声でふざけて遊んだりしている。そんな中で、一生懸命に1人で歌っているのは、ちょっと変な状況である。リクエストした本人も友だちとおしゃべりしているので、「聞いてないのかな」と思いながらも、気にせず同じように歌い続けていると、誰かが「何で明代さん、歌ってるの？」とアンズに聞いた。するとアンズは少し誇らしい感じで「私が頼んだから」と答えたので、私は非常に嬉しく感じた。ちゃんと聞いていたのだ。満足した幸せそうな笑顔だった。期待を裏切らないで、そして自分が聞いてないような態度をしてい

ても、私が歌い続けてくれていることが、嬉しかったようだ。文字通り、「BGM」として私のケアを彼女が感じとっている気がした。まるで、見えないところで当たり前信頼関係で繋がっている親子のように。

この日のセッションからしばらくして、私はアンズのある変化に気づくことになる。それは、彼女の笑い方がケタケタロボットではなくなってきたことだった。この連載で何度か以前に書いたが、どんなときも均一のロボットのようなケタケタという音だったので、彼女の「人間的な」笑い声を聞きたいとずっと願っていたのである。もともとの声色の「くせ」は残っているものの、より「普通」の笑い声になっていると感じた。

これと同期して、生活面でも彼女は成長を示した。施設に新しく入ってきた発達障害の子どもと毎朝一緒に登校してくれるようになったそうだ。そのおかげで、施設職員が送っていく必要がなくなり、忙しい朝に大変助かっているという報告を聞いた。さらには小学校の教師に、「このごろアンズちゃんは、クラスの皆を引っ張って行ってくれている」と誉められたという。前号で記述したアンズの自作自演のドラマ（離婚した母親が戻ってくるドラマ）から、大きな変化が起き始めていたようだ。

A 施設でドラマセラピーを始めて約10ヶ月。いくつもの変化が一度にゆっくり全員を動かしている、その大きな波を感じる。

次号に続く。(次回は最終回の予定です。)

# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

## 8. 最終回 「怪獣たち」との別れ

### 尾上 明代

#### セッション終了について

前号まで、A 児童養護施設で行ったドラマセラピー治療セッションについて、開始から約10ヶ月のプロセスを詳述してきた。

その後1年2ヶ月ほど継続し、結局2年実施した時点で終了することになった。実は、もう少し続けるつもりでいたのだが、いろいろな事情が重なり、終了させるを得ない状況で打ち切ることになったので、私としても大変残念であった。また子どもたちにも、終了への心の準備に、ある程度の期間をかけることができなかつたことを申し訳なく思う。(男の子2人がA施設の事情で別の施設に移ることになったのである。それでも何とかA施設でセラピーを続ける方法がないわけではなかったが、助手の浩二さんがすでに施設職員を辞職していること、私が可能な曜日が変わったことなども含めてA施設の考えも聞き、打ち切りを決定したという経緯であった。)

これまでの記述からも理解していただけるように、5人の子どもたちには、感情表現や、仲間と協力して一緒にドラマを創りあげる楽しさを体験してもらうことができたと思う。攻撃的ないじめや過

度な性的言動が表出するドラマが収束していったのと反比例的に、自発性、主体性、表現力、創造力、他者への信頼もかなり育ってきた。終結しても良い時期だったのかもしれない。しかし、施設での暮らしそのものからくる辛さと、いつ親のいる実家に帰ることができるのかわからない不安、よってずっと親から見捨てられた気持ちを感じている、そのような状態が現実的に継続しているわけだから、終結時期を決めるのは難しい問題である。いずれにしても、全員の心身の状態が問題なくなってセッション終了、めでたしめでたし、となるのは無理であるし、今後はちょうど思春期真っ盛りになっていくので、一般的に言っても新たな課題とともにセラピーの必要性も、ずっと続くはずだ。

外的状況のために終わることにはなったが、でもいつかは終了することになるわけだから、逆に2年も続けられて良かったと思うことにしたい。

\* \* \*

#### A施設のセッションでの手法について

ここで、改めてA施設で行ったドラマ

セラピーの手法のエッセンスを提示しておきたい。特にセッション前半で、観客（他のメンバーたち）の前で、ドラマセラピストと子どもが対一で行う手法は、私が開発した「受容とミラーリングの即興ドラマ」というものである。

この手法の特徴として大変重要なことの一つは、セラピストがディレクターとしてではなく、一緒に演じる共演者という存在だということである。子どもたちと一緒に遊ぶので、プレイセラピーと同じものだと思われる方もいるかもしれない。プレイセラピーの理論や方法論から与えられた恩恵もたくさんあるが、それとの大きな違いの一つは、投影が可能なおもちゃや小道具をほぼ一切使わないことである。この点は、アメリカのドラマセラピスト、David Johnson の開発した「発展的変容」（これもドラマセラピストが自ら演じながらクライアントを導いていく手法）の理論と同じだ。おもちゃを意図的になくして、セラピストとクライアントが出会う。クライアントは、セラピスト以外に遊ぶおもちゃがないので、セラピストが「体現された遊ぶ対象」になり、対人関係に最大限のフォーカスをあてることができる。セラピストと関わるしかない状態におかれるのだ。つまり、クライアントの精神とセラピストの精神が、直接に語り合い、触れ合い、反応し、行きつ戻りつしながら、少しずつ前進していく、まさに「道行（みちゆき）」と言える作業だ。そうしながらセラピストは、クライアントの「感情の補綴（ほてつ）」を提供し（クライアントが今まさに必要としている感情をセラピストが、なり代

わって表現してあげて）、クライアントがその人自身のドラマを創ることに集中する。

A施設では、この方法で一人ずつの子どもたちが、即興ドラマを私と演じることで自発性や創造力を得て、その後の全員で行うドラマもできるようになっていった。そして、ドラマゲーム・個人のドラマ・全員のドラマなどを組み合わせたセッションを積み重ね、繰り返しと相互の **interaction** の中で、さまざまなプロセスが進展した。開始時期と較べて、子どもたちは明らかに自己を自由に表現し、グループで協力をしながら創造的に振る舞うことができるようになった。また施設での他の生活や学校生活でも、より積極的な態度が現れるなど、各子ども個人とグループ全体の成長が見られた。

\* \* \*

前号で記述したセッション以降は、大変うまくドラマができて良いプロセスが進む日もあれば、その反動のように、まったくうまく行かない日もあったりと、でこぼこ道ではあったが、これまでお伝えしてきたように、毎回大騒ぎをしながら、「怪獣たち」と私は、「楽しく苦闘」し合ってきた。

今号では、前号後のプロセスの中で、特に強く印象に残ったドラマと、最終日の様子を紹介し、「小さな怪獣たち」の連載を終わりたいと思う。

### 我が子を殺すドラマ

前号のセッションからしばらく経った

ある日のこと、いつものように大家族のドラマをすることになり、皆に設定や筋をどうするか聞いた。するとアンズが私に初めて「本当のお母さん役」を指定した。(それまでは必ずいつも「継母役」だった。)アンズは、自分を見捨てた(と間違いなく彼女が感じているであろう)現実の母親を、彼女なりに心の中で受け容れる準備ができつつあることを感じる。このような変化は、アンズが「離婚した母が戻ってくるドラマ」を演じたころから起き始めたように思う。

イチゴたちも、「本当の母親役」には反対しなかったが、でも「世界一怖いお母さん」になってほしいとのこと。理由は、「みんなで反抗するから!」ということだった。

するとリンゴが、「お母さんが、子どもやお父さんをみんな殺して終わるドラマ」を提案した。方法は、銃で撃つというものだった。私は「そのまま終わるの? ハッピーエンドにしようよ」と投げかけてみた。子どもたちは案を出し合い、「みんなが死んで幽霊になって仲直りする」というストーリーで、話がまとまった。

実は、この日の一回前のセッションで、おばけ屋敷ごっこをして遊んだということがあった。(部屋の明かりを消してお化けたちが思い思いのところに隠れ、準備ができると、部屋の外で待っていたお客役が入ってきて順路を歩き、お化けが出て来て脅かすというもの。お化けもお客もとても盛り上がった。特にリンゴはこの遊びをととても楽しんでいた。)「みんな幽霊になって」というリンゴの提案は、その影響もあったかもしれない。

しかしもう一つ、私の頭をよぎったのは、リンゴが実母から「これ以上、一緒に暮らすとあなたを殺してしまいそうだから施設に入ってほしい」と言われたという、以前施設から聞いた報告であった。母親が子どもを殺すということがどのようなものか、ドラマでやってみたかったのだろうか。とにかくもちろん、その筋書きに同意する。私は、後半の「幽霊になって仲直りする」ところが楽しみだった。

ドラマが始まり、私が「世界一怖いお母さん」を演じ始めた。すると子どもたちには、今までで初めてくらいの反抗エネルギーがあり、とてもよく反抗できた!

以前(特に初期のころ)は、反抗できずにいる感じが伝わり、私は相当手加減したが、それが不必要なほどで、大変良い傾向だと思う! しかも蹴ったりする「暴力」もほとんど「まね」だけでできるようになった。私を実際に蹴らずに「蹴るふり」なのだが、(イチゴとマツオは特に)とてもたくさんの負の感情を表現し、吐き出しているのが母親役を演じる中で実感としてよく伝わってくる。

そもそも、考えてみてほしい。つらい体験をもつ施設の子どもたちが、「自分たちが、怖い母親に怒られ殺される場面をやってほしい」とリクエストし、セラピストがそれを快諾して、そのようなドラマを演じている状況を。この連載の読者の方々は、今となっては特段の違和感もなく理解して頂けていると思うが、もし初めにここだけ読んだ方がいるとすれば、

かなり首をかしげるのではないだろうか・・・！

私が「怖さの演技」を手加減する必要がなくなったという意味を、別な言い方で説明するならば、この場が、「架空のドラマ、遊び空間」として、しっかり機能するレベルが大変高くなったということである。子どもたちが、そのことを了解している度合いが進めば進むほど、どんなドラマも可能になるし、危険ではなくなる。そしてクライアントが多くの負のエネルギーを解放することが、より可能になっているのに、しかも、より楽しく安全にそれができるといえることが起きる。今のドラマは、まさにそのようなレベルに到達したことを示している。

David Johnson は、次のように説明する。「クライアントが遊ぶ（演じる）ことが不可能な問題(the unplayable)を、遊べる（演じられる）ようになることが、セラピーのゴールである。なぜなら、この遊べない（演じられない）ものこそが（内面に潜んでいて）、私たちの源から私たちを妨げているからだ。そのブロックをはずすためには、ネガティブな問題を遊べるようにならなければいけない。そのようなプロセスは、多くの場合、繰り返しの途中で可能になっていく。」

つまり、初期のころから、子どもたちが加害者の役に同一化するドラマが頻繁に演じられるというプロセスが進み、少しずつ、被害者(弱い立場の役)を慰める役、加害者を赦す役などが、出現してきていた。そして、「子どもが怖い親に怒られ殺される」ドラマは、(5人のプロセスの進化は均一ではないものの)自分たちがい

じめられるという題材が、子どもたちにとってかなり「遊べるもの」になったということを示している。これは、今までの行きつ戻りつの繰り返しのドラマプロセスが可能にしたことだと断言できる。(男子2人のプロセスの進化度合いは少し違っていたが、これについては、後述する。)

以上のことを、異なった視点から次のようにも言えるだろう。中村雄二郎は、様々な感覚のなかで、身体的であれ、精神的であれ、痛みこそ全身にもっとも影響を与えるのだと言う。彼は「共通感覚論」の中で、個人の諸感覚を統合されるといわれる共通感覚を通して、痛みは全身の感覚に影響を与え、また身体・精神の統合に影響を与えること、逆にその感覚こそ、他者と最もよく共有され、他者によりよくつながることのできる源となり得ることを解説している。

つまり、深く強い痛みを持っている彼らこそ、その痛みと対峙し、理解できるようになれば、他者と共振する感情をより一層強く持てる可能性があると思う。加害者の役から被害者の役への転換、そしてその痛みを楽しみながら対象化できるようになるのは、その意味でとても大きな転換点である。

### マツオとスギオの大きな進化

さて、ドラマが進み、とうとう私が子どもを殺すくだりになったとき、アンズとイチゴがストーリーに反対して、新たなアイデアが出される。「母親が殺した、と思い込んだだけで、実は子どもたちは生きている。皆は死んだふりをしていた

だけ」というものであった。当初のストーリーを提案したリングも反対しなかったの、そのように変更された。その後の筋書きやハッピーエンドも詳しく決まった。いずれにしても、ハッピーエンドは私も当初から創りたかったの、大歓迎だ。このように高まった彼らの自発性、創造性を非常に好ましく思う。

いよいよ私が銃で子どもたちや夫を殺し、皆は予定通り「死んだ」。実は、このとき（またその前の、筋書きを皆で決めているときも）マツオとスギオの2人はどちらかという、嫌そうだった。彼らはまだ被害者の役は受け入れられないのだろう。でも全員の望みを聞くことは不可能だ。

ところが、面白いことが起きた。マツオとスギオは、殺された直後、突然2人で起き上がって（打ち合わせもなしで！）TVレポーターに成り変わり、マイクをもって「事件」レポートをし始めたのだ。まさに、そこで起きていることから距離をとり、客観的立場で、その場の状況を語るという選択をしたのだ。その後、マツオレポーターは、テレビ局のスタジオに戻り、ニュースキャスター席からカメラに向かって続きを話す。スギオは、（生放送のニュース番組によくいる）ディレクターとしてマツオの隣に座って指示を出す。アイデアもさることながら、演技としてもなかなか上手く、当然、他のメンバーみんなにとってもウケた。

さて現場で死んだふりをしていた家族たちは、母親がその場を立ち去ったあと、打ち合わせ通りこっそり起き上がる。このとき、テレビ局の男子2人はさっと「子

ども」に戻った。そして皆で警察に行く。

その後すぐ現場に戻ってきた母親とは言えば、死んでいるはずの皆がいないので大変驚き、母親も警察に行く。そこで皆が会って仲直りをし、東京ディズニーランドに行った。TDLではジェットコースターに乗って（実際に長机に乗る）ハッピーエンドというドラマであった。

マツオとスギオがレポーター役を咄嗟に自発的に行ったことは、驚愕と感動に値する。なかなか「遊べない問題」を、まさにドラマの中で自ら別の役や状況を創って、自他ともにととても楽しいやり方で「遊べる」ように創りかえて対処したのだ。自発性を発揮して複数の役に入ったり出たりして創造的に癒されていく方向に向かったことは、非常に高く評価できた。

上述したように、女の子3人は、殺される（つまり被害者になる）役は、しっかりできるようになっていた。このことは、3人が連続セッションのプロセスを良く進み、攻撃者とだけ同一化していた役をやることから抜けだし、自分自身を弱い被害者として勇気をもって認め受け容れることや、攻撃者を赦して受け容れることができてきたということでもあろう。「子どもたちは実は死んではいなかった（母親を殺人犯にしなかった）、そして警察で会って仲直りする」という筋書きは、まさに攻撃者を赦し受け容れたのちの家族再生のドラマであると、私には思えた。）

また、前号までに記述した通り、それぞれの女の子と私との信頼関係がきちん

とできていたことが、そのまま反映されている。一方、男の子2人は、彼らの即興ドラマの技術とプロセスが、まだ女の子ほど進んでいなかったこと、(これと並行して私との信頼関係のレベルが、女の子ほどではなかったこと)がそのまま現れており、まだどうしても被害者の役になりたくなかったことが見てとれる。マツオとスギオは、もともとドラマ表現に照れる傾向があること、2人は大の仲良しなので、セッション中も、何かと気分が一緒、物理的にも一緒にいたので、1人ずつと私が心を通わせるチャンスが少なかったことも理由としてあげられる。

しかし、とても素晴らしいことは、彼らがここで(無意識に被害者の役をやりたくなかったとき)、たとえば突然加害者の役になるとか、ドラマ参加をやめてしまうのではなくて(そのようなことは、充分起こりうることだったのにもかかわらず)、突然、テレビレポーターになったことである。この行動により、自分たちは、嫌な役に留まっている必要はなくなり、また突然ドラマ参加をやめることでその場を壊してしまうこともなく、ドラマは続行できたのだ。しかも、ドラマ全体としても、とても良いアイデアでバラエティーに飛んだ楽しい展開を出現させたのである。

この2人が二年間に演じた即興ドラマの中で、私が一番印象に残るものであった。

\* \* \*

## 最後のセッション

さて、最終日が訪れた。セッション開始時、女の子3人は、ドラマセラピーが終わることをとても残念がってはいたものの、事情を理解し、受け入れ、私と和やかに話をする事ができた。しかし男の子2人の雰囲気は、荒れていた。セッションが終わることだけでなく、そもそも急に別の施設に行くことになったことが、つらいのだ。

セッションは、いつもと同じ構造にし、中心部分は二年間のプロセスを振り返るべく、床屋や家族のドラマを試みたが、うまく行かなかった。スギオが言うことを聞かず、ボールを持ち込みマツオとサッカーをしていて、柱に掛かっていた大きな時計に「間違っ」ボールが当たってしまった。

ガッシャーーン！！

ものすごい音とともに、ガラスが飛び散った。スギオの気持ちを本当にピッタリこの時計が表現してくれた。幸い、誰にも怪我はなかった。普段、もしこのようなことが起きたとすれば、他の子どもたちから、悪戯をした子どもへ大変なブーイングが起きるのだが、このときは誰からもそのような発言はなかった。少しだけ、「あーあ」という、やっちゃったーという気分の声が女子から漏れただけで、あとは全員一丸となって黙々と協力して後始末をした。彼らを誇りに思えた。

最後のいつもの歌の時間に、プレーヤーの前に来て一緒に歌ったのは3人の女の子たちだけだった。

この後、全員ですぐ近くのファミリーレストランに行ってデザートを食べることになっていた。あとにも先にもたった

一度の「家族全員のお出かけ」である。セラピーの終了が決まったとき、私が施設に特別の許可を得てあったのだ。

皆はオーダーを決めるのに大変悩み、時間がかかったが、それも含めてこの家族メンバーでのデザートタイムを大騒ぎで楽しんでくれた。

これから、彼らにどんな人生が待っているのだろうか。二年間のドラマセラピーの思い出を目に見える形で残したいと思う。ルネ・エムナーも、「連続治療セッションが終わるときは、クライアントたちに写真などの具体的な思い出の品を渡すことは、別れに伴う痛みを和らげるし、未来において治療体験の記憶が薄れる頃に困難に直面したとき、その人を支えてくれるかも知れない。特に子どもの場合は、そのようなものが必要だ。その子どもたちが、人生の中で多くの別れを堪え忍んできており、何かの終わりというものに直面するのに困難を感じる可能性がある場合にはさらにそうである。」と述べている。私は、前回撮った皆の写真をアルバムにし、1人ずつに手紙と共に渡した。リンゴがとても気に入っていた私のシャーペン（安価なものだが、キラキラ光る素材でできていたことから、彼女は大変羨ましがっていた。）も5本購入してあり、皆への記念品とした。

このパーティーと記念品贈呈を、プロセス最後の第五段階（ルネ・エムナーが提唱する「ドラマ的儀式」）とし、ついにこのグループは終結した。

## 別れ

私は車で女子3人をA施設に送り届け

た。穏やかにことばを交わし、3人とお別れの握手をしたあの夜のシーンを、何年もたった今でもはっきりと覚えている。スギオは1人で自転車に乗り新しい施設に帰った。最後にマツオを新しい施設に送る。車のドアを開けて降りたら、マツオは私を振り返りもせず、玄関へ向けて走って行くので、「マツオ君、握手！」と呼びかけると、すぐに戻ってきて、私の手をバチン！とぶって行った。私の顔も見ないで。

\* \* \*

## 終わりに

当時、二年前に出発した7人乗りの船・・・5人の小さな怪獣たちを乗せた船は、どこに行き着いたのか。決まった目的地があって出帆したわけではないが、これまでいろいろな場所を皆で巡り旅してきて、とりあえず一つの港に到着したことには違いない。

これからは、この7人で旅に出ることは、二度とない。それぞれが、旅の思い出をどこかにしまい、今後のそれぞれの旅の中で、そのかけらを思い出してくれればと願う。私にとっては、「ドラマを通して」格闘しながら彼らの「すべて」と全身全霊で関わった日々であり、さまざまな思いのつまった旅路であった。この船と一緒に乗り続けてくれた浩二さん、そして小さな怪獣たちとともにこのような旅ができたことを、船頭として心から感謝したい。

創作力と演技力をたっぷり発揮したドラマをきっかけに、攻撃性がほとんど消

滅していったイチゴ。強迫的にも思える性的な言動が一番強かったアズズの収束傾向と反比例するように起きた、彼女の積極的なドラマ参加と感情表現の高まり。初めは口もきいてくれなかった彼女と創れた信頼関係。リンゴの自己開示をきっかけに結べた、より確かなコミュニケーションの絆。ドラマでの表現も、また私が近づくのも一番難しかったマツオとスギオの自発性と創造力の高まり。確かに、このような変容が実現できた。しかし、今思い返せば、もっとこうすれば良かった、あんなことも試せたのではないか、などなど悔いもたくさん残っている。

彼らの生育歴や、施設での状況を考えると、感情表現、他者との協力、想像力、創造力を開発することが、どれほど重要なことかは、強調しすぎることはない。この連続セッションが、彼らの成長の糧として、少しでも役立っていくことを期待したい。

\* \* \*

私は最初、5人の「中」にいる「怪獣たち」をなだめようと格闘していたように思う。しかし、怪獣たちは、「中」にはいなかった。子どもたちは、「怪獣」の着ぐるみを着ていたのである。誰でも必要なとき、必要な場所では、そのような着ぐるみを着ざるを得ないのだ。着ぐるみを脱いだ彼らの「中」にいたのは、自分が選択したのではない環境に、傷つき、恐れ、これから様々に成長する可能性をもつ子どもたちであった。

この旅の「終着港」として、デザート

を食べた、あのファミレスをこの先一生思い出すことだろう。そしてガッシュャーンと落ちた大きな時計と、最後に私の手をぶったマツオの手を。

(完)

#### 文献

- 1 James, M. Forrester, A. M. & Kim, K.C. (2005). Developmental Transformations in the Treatment of Sexually Abused Children. In Haen, C. & Weber, A. M. (Eds), Clinical Applications of Drama Therapy in Child and Adolescent Treatment (pp.67-86). Taylor & Francis Group.
- 2 Johnson, D.R. & Emunah, R. (eds.). (2009). Current Approaches in Drama Therapy. C.C.Thomas.
- 3 Lewis, P. & Johnson, D.R. (eds.). (2000). Current Approaches in Drama Therapy. C.C.Thomas.
- 4 中村雄二郎、(2000) 共通感覚論、岩波現代文庫
- 5 ルネ・エムナー、尾上明代訳 (2007)、ドラマセラピーのプロセス・技法・上演、北大路書房

**ドラマセラピーの手法（１）**  
**「社会を癒す」ソシオドラマ — 集合的問題への取組み**

**尾上 明代**

これまでの連載では、実際のドラマセラピーのプロセスを、児童養護施設での治療を例に記述した。そこで使った手法は、主に劇遊びと、私が開発した「受容とミラーリングの即興ドラマ」である。

演劇・ドラマには癒しにつながる力があるという共通概念のもと、ドラマセラピーは、歴史的に多くの流れを引き継いで、そのアプローチが多様化、発展してきている。当然、ドラマセラピストはそれら多くのアプローチや手法に精通していなければならない。対象者、目的、プロセスに合わせて、何を使うかを選択、組み合わせてセッションを進めていく。しかし、海外のドラマセラピストたちを見ると、自身の得意領域（たとえば、自らがクライアントの共演者となってドラマの中で演じながら導く、またはディレクターとしてドラマの外から導くなど）や嗜好によって、特定の手法のみを多く使って仕事をしている人が少なくない。

私は、日本でパイオニアという役割を意識して、なるべく偏りなく、多くの手法を現場に合わせて使いながら、参加者や学

習者に提供するよう努めてきた。どのアプローチも興味深く、個人的にもエンjoyしながら実施できるため、今後もこのスタンスは続けていくつもりだ。

そこで今号から何回かにわたり、手法・アプローチ的な観点から、いくつかを選んで簡潔に紹介していきたい。（すべてを包括的に解説することは、別の機会に譲る。）

執筆の順番は、（ドラマセラピー分野にとっての）そのアプローチの重要性や開発された順番などを反映させたものではない。初回に「社会を癒す」手法から始めるのは、オーソドックスではないと思うが、ソシオドラマ創始者のモレノに従えば、全体の中の個人という視点がまず原点なので、その意義を考えるために、これを取り上げようと思う。またソシオドラマは、東京のアドバンストレーニングで現在集中的に実施していることや、立命館大学で始めた「性別に関する違和感を共に考える研究会」でも使っているアプローチなので、最近実施したドラマ例が豊富にあることも今回取り上げる理由の1つである。

## モレノが創始したソシオドラマ

1920年代に、ウィーンでサイコドラマを発明したのは、天才的な精神科医、J. L. モレノであった。彼は、最初のドラマセラピストと言って良いだろう。その半世紀後の1970年ごろにドラマセラピーという新しい専門分野がイギリスやアメリカで正式に確立されることになるのだが、モレノの業績は、間違いなくその最大の源の1つとしての役割を担った。

サイコドラマは、主役となるクライアント個人の内面をドラマ化、可視化することで、行動として表現・変化させる精神治療法である。モレノは、クライアントの自発性と創造性を引き出し、精神と身体性、個人と他者との関係、個人の内面と外面との関係などを相互に作用させる道を切り拓いた。その一方でモレノは、人間の根本はその社会性であることを重要視し、社会と人間が相互作用する関係、通常は直接は見えない、精神に影響を与える社会的関係として存在しているものを具現化し、変容できるソシオドラマを提言・実行した。

彼は、人間はさまざまな役を演じる複合体であると捉え、自分の属する社会や文化等の中で共通認識のある集合的な役 (collective role) と個人的な役 (private role) の両方で構成されていると考えた。サイコドラマでは個人的な役、個人に実際に起きたできごとを扱うのに対して、ソシオドラマでは、仮定的な共通の問題場面を作り、演者には集合的な役をまとめて演じってもらう。つまりソシオドラマの主役はグ

ループであり、さまざまな種類・レベルの社会問題、意識、感情、集団間の関係、集合的なイデオロギーや対立が扱われる。特にモレノは第二次世界大戦後の社会におけるさまざまな集団間のデリケートな問題を改善するために、この手法を発展させた。モレノ自身が行った多くのソシオドラマのテーマのうち、ほんの数例をあげると、アイヒマン裁判、ケネディー暗殺、アメリカの人種差別問題・戦争中の日系アメリカ人との対立などである。

## 社会を癒す "Societyry"

個人セラピーは大変重要であるが、それだけでは人類の多くの苦悩を治すことはできない、とモレノは信じていた。まったくその通りだと思う。そのことをモレノは、著書 *Who shall survive?* の冒頭にこう記している：「真の治療行為は、人類すべてを対象とする目的に繋がってなければならない。」つまり彼は、サイコドラマの主役の中に人類全てを見ていた、とも言える。

ここで提示したいのは、彼の *societyry* という概念である。*Who shall survive?* が未だ翻訳されていないこともあって、このことばは日本ではほとんど知られていない。モレノは、個人の精神の病を癒すための方法が *psychiatry* (精神医学) であるのに対して、社会の病を癒す方法を、*societyry* ということばを作って表現したのだ。ピーター F. ケラーマンは、社会の病を癒す治療家 (*sociatrist*—これもモレノの造語で、精神科医の *psychiatrist* をもじったもの) が使う方法として、社会分析学、臨床社会学、

そして集団精神療法—特にソシオドラマをあげている。

### 集合的トラウマ (Collective Trauma) を扱うソシオドラマ

ケラーマンはスウェーデン生まれ、イスラエル在住の臨床心理学者で、ホロコーストなどの集合的トラウマを扱ったサイコドラマやソシオドラマを多く実践している。またアメリカのドラマセラピスト、A. ヴォルカスも、歴史・戦争・民族関係の諸価値の衝突・矛盾を扱う「歴史の傷を癒す」HWH(Healing the Wounds of History)というアプローチを自ら開発し、その中でソシオ・サイコドラマなどを使いながら迫害者と被害者という対立のサイクルを乗り越える道を模索している。ここ数年ヴォルカス氏は、立命館大学の村本邦子教授らと共同で、「戦争のトラウマと和解修復の試み」を南京や立命館大学などで行っている。このような流れは、Societyry の実践そのものと言える。

上記のように、テーマにより参加者の集合的役割が固定されている（国籍や民族など）場合でも、プロセスを経ることにより対立者間の理解、受容などがおき、最終的に参加者の集合的役割は発展・変容したものになっていく。そして、このような変容が起きるためには、ファシリテーターのヒューマニティーが、もう一つの大きな基本的な要素としてあげられるだろう。

### 多様な社会問題・意識・感情を扱うソシオドラマ

一方、P. スターンバーグと A. ガルシアらによるソシオドラマでは、上記の国や民族レベルという、ある意味では区別が分かりやすい多人数に潜む集合的意識を対象にしたものというより、個人の中に体現されてしまっている社会的関係・価値の衝突・矛盾を含む様々なテーマが扱われ、その考え方に影響を受けた多くのドラマセラピストたちが、セラピー・教育・職場・宗教・コミュニティ等場で実践している。

ソシオドラマは、背景となる集合的意識の認識の仕方により、広範囲の現実の問題に取り組めるので、個人と集団とのダイナミックな関係をしっかり把握しながら実施すれば、どのような目的・場・対象者にも効力を発揮すると考える。実施するセラピストにとっては、かなり難度の高い技術と多くの経験を要する。ちなみに私のトレーニーたちは、チャレンジし甲斐のある意義深いものと認識して頑張っているので、今後の成長が楽しみである。

### ゴール

スターンバーグとガルシアは、ソシオドラマのゴールを、カタルシス、自己洞察、役割トレーニングの 3 つであると言う。私が簡潔に説明するならば、カタルシスとは、感情表現や解放から得られる心的な浄化である。囚われ、抑圧、固定的な見方からの解放として、単なる演技者個人のカタルシスではなく、観客も含めてのグループ全体

の、そして社会のカタルシスを目指す。自己洞察は、それまでの理解（無理解）が、変容・発展して、問題に対する新たなパースペクティブを手に入れることであると言える。しっかりと身体と頭で認識した新しい気づきである。三つ目の役割トレーニングは、ソシオドラマで「練習」した新しい役割や行動を、実際の人生で使えるようになることである。演技者だけでなく、観客も同化しつつドラマに参加するので、参加者すべてにその効果が発揮される。このように、今まで無意識に囚われていた見方や考え方を自覚し、必要な変更を加えていくためには、つまり、人が変わるためには、感情、頭、身体の3つすべての要素にホリスティックに働きかけなければいけないとモレノは言う。これらのゴールは、集合的意識・無意識に支配されている諸個人に変化を起こす契機となっていく。

## 技法

ソシオドラマは、ウォームアップ、ドラマ、シェアリング（振り返り、分かち合い）の三部からなるが、ドラマ内でドラマセラピスト（ソシオドラマティスト）が使う具体的な技法は、役割交換、ダブル、空の椅子、独白、脇台詞、魔法のスクリーン、歩いて話す、活人画、具象化、彫刻、ミラーリング、未来投影、などである。これらのテクニックを適所で選択して使いながら、社会の問題が浮き彫りになるように場面を作っていく。多くの技法は、演技者がまだ表現していない感情や、言っていないこと、言いたいのに我慢していることなどを外に

出してもらうためのツールや、その場面で実際何が起きているのか、そこにいる人たちの関係はどのようなものを可視化させるツールなどである。

## 他者の「靴を履く」

上記の技法の中で、ソシオドラマのコンセプトとして重要なものの1つは、「役割交換」であろう。アメリカのインディアンのことばに、「人を判断しようとするときは、その人のモカシン（インディアンの革靴）で1マイル歩いてみたあとでなければいけない。」というものがあることを、現在95才で健在のザーカ・モレノ（モレノの妻）が紹介している。長年（夫の死後も）サイコドラマやソシオドラマを実践してきた彼女は、さらに以下のように言う。

誰かと衝突したとき「私の立場に立ってみてほしい。もしあなたが私だったらどうしますか？」とよく言うけれど、お互いの立場を実際に交換して相手の主観の世界に入る体験を本当にさせてくれるための答えをくれたのが（夫の）モレノです。しかしそれを行う唯一の方法は、そのことをアクションでやることなのです。

つまり、真に相手を理解するためには、相手の立場を想像して認識した理解ではなく、実際に「靴を履く」という行為が必要なのだ。あるテーマや登場人物についての知識などがまったくない演技者が、ソシオドラマで「靴をはいた」あと、具体的実際的な理解を得ることは、非常によく起こることである。

## ソシオドラマの事例

ではここで、「福島の中学校のホームルームで、夏の節電の方法を話し合うという設定」で行ったソシオドラマの内容を簡潔に紹介する。原発事故の苦悩を理解する手立ての1つとして今年（2012年）5月に実施したものである。

東電社員の娘A子、農家の娘B子、一般社員の息子C男という役を配置した。担任教師役が、生徒たちの意見を求めると、事故処理に一生懸命に取り組む父親の姿を見てきたA子はエアコン使用を控えて節電を、と言う。B子は、風評被害で農業ができなくなった親の気持ちを代弁するかのようになり、A子に怒りをぶつける。また放射能の影響を怖れてもいるので、とにかく窓を閉めてエアコンを使うべきだと主張した。二人の対立が高まると、C男が間に入る。彼はそれまで仲良しだった友人たちが、事故の影響で争うことを悲しく思うのだった。

仮に福島でこのようなホームルームを行ったとしても、上記の衝突のような表だった言い合いが起こることは考えにくいので、そう言う意味では「架空の」設定である。しかしそれでも、このようなドラマ場面という一例から、状況の難しさが理解できる。

次に、A子の家の場面を作った。A子が夕飯のとき、両親に学校で友人たちに責められた話をすると、母親がそれをきっかけに、夫に会社を辞めてほしいと訴える。彼女は家族の健康も心配しているし、近所でも肩身の狭い思いをしているので、福島から出て行きたいのだ。ところが夫は東電マ

ンの誇りを持って仕事をしているので、何があってもここに残ると宣言し、夫婦は激しく対立する。妻からは「娘を連れて離婚する」ということばまで飛び出し、A子はますます辛い状況に陥る・・・。

この福島ソシオドラマを行った場には、実際の被災者はいなかったもので、被災の実体験のない参加者たちが、このドラマからその苦悩のほんの一端を、具体的現実味をおびて理解できたことに意味がある。ソシオドラマの大きな目的は、家庭、学校、地域、共同体、国、世界で今現在起きている問題を演じることで、（問題の結論や解決策を出すことではなく）様々な対立の諸相を体験し、その新たな視点からその問題を深く理解することなのだ。（もちろん、それが解決にも繋がるし、しばしば理解し合うこと自体が解決になり得る。）

### 「役割交換」技法の真の効用

ところで、どのようなテーマであれ、その具体的な状況や関係者の気持ちを理解する良い方法の1つとしても活用できるのが、一般的な映画や演劇である。もちろんそれらにも大きな意義はある。しかし、受け身の観客としてよりも、実際に演じた役からダイレクトに伝わる身体的な体験と理解は力強い。ソシオドラマの技法、例えば対立する相手同士がそれぞれの立場を取り替える役割交換の効用は強力だ。しかしこの説明だけだと、実際に演じている人しか体験できないように思われるかもしれない。ところが役割交換は、実はそれを見ている観客にも強いインパクトを与える。たった今、「娘を連れてこの地を出て行く」と叫んで

いた妻役の役者その人が、その時点で役割交換をすると、突然「東電マンの誇りをかけてここに留まり守り抜く」と宣言する立場になる。それを見る観客の心は、同じ人が役割によって全く異なった意見を持つことを目の当たりにして、大きく揺さぶられるのだ。私はこれまで大人数の参加者（100－300人）にソシオドラマを多数回行ってきたが、観客が大きな衝撃で一番多くどよめくのは、今まである主張をしていた演技者が、役割交換をした次の瞬間に反対の立場の主張を始めたときであった。このようにソシオドラマに参加することで、同じ人が異なった意見や立場を超えて表明し、身体的にも、感情的にも、いずれの役にも同化するプロセスを体験、観察することで、誰でも立場が変われば対立相手を理解できるという可能性を見せつけられるのである。

また、役割交換をしても、新しい靴を（上手に）履けない、違和感を持つというときは、そのこと自体が新たなステップとなったプロセスが、様々な手法を使って開始される。これは、集合的役割が固定されている場合、特に重要な視点である。

### 観客の主体性を引き出す「ダブル」技法

観客はさらにダブルという技法で、参加する。「役」のさまざまな感情やことばを、その演技者が十分に表出していないと思われるとき、観客にそれらを引き出す役目を与えるのだ。このように演技者も観客も台本のない即興ドラマを一緒に作っていく。参加者数にかかわらず、その場に集まった人たちが皆が主体的に創りあげたという感覚が得られることで、その集団全体への影響力が強くなり、また既存の社会の意見や見

方を深め、変化させる。ソシオドラマ実行後は、言わば参加者にとって、社会はすでに変容したのであり、これが現実の社会を変える力につながって行くのだ。

### その他の事例

私が実施した、他のソシオドラマのテーマ例を挙げてみよう。

学校内のいじめを扱ったもの。実際の体験者ではない参加者たちも含め、いじめっ子といじめられる子ども、傍観者の友人たちを演じ合った。演じる中で演技者たちが得た実感の例として、以下のようなものがあった。

- ・いじめられっ子が抵抗を示す場面を、実験的に試みたあとの、いじめっ子役の感想：「相手が無抵抗じゃないと、いじめていても面白くない」
- ・いじめられている子を強い態度でかばう子が出現したときのいじめっ子役の感想：「その強い子に従属しなくなった。」
- ・傍観している子役たちの感想：「無視するには、多くのエネルギーが必要だった。」「無感覚になることで防衛している。」

いずれも、現実には実験ができない状況を、ソシオドラマの技法を駆使して体験したことでこのような理解が得られたことは興味深い。

紙面の都合で詳しい説明は割愛するが、他にもいくつかテーマのみ列挙する。

- ・就労が不可能ではないのに生活保護を受けている人と福祉事務所員の葛藤

- ・ 占い師にマインドコントロールされて金をつぎ込む女性と引き戻そうとする周囲の人
- ・ 国民の大きな期待を背負うオリンピック選手の苦悩
- ・ 非正規職員としてがんばって働いたのに、次期の契約にこぎつけない若者の落胆と彼を支援するハローワーク職員とジョブコーチの苦勞
- ・ パチンコ依存症の母親と、駐車場の車の中に閉じ込められて腹痛で泣いている子ども、心配する近所の住民と姑
- ・ 自己の身体的性別に違和感を感じて、「制服のスカートを履くのが苦痛なのでズボン履きたい」と教師に訴える女子生徒
- ・ 女の子は女の子らしく、男の子は男の子らしく、という固定化されたジェンダー意識的な教育方針の保育園の子どもたち
- ・ 「女性的な男性」キャラクターに対する社会の嫌悪、またそれを自らネタとして笑いに使っているお笑いタレントとそのことに対する世間の考え

### 最後に一小さなグループの大きな可能性

これまで説明してきたように、家族の間関係から、学校でのいじめ、職場の問題、社会制度や政治問題、さらには大きな災害や戦争、虐殺までありとあらゆるできごと、意識・感情・トラウマなどの問題が、この1つの手法で扱うことができることを理解していただけたと思う。即興ドラマを基本に、いくつもの技法を使うことで、数人から1000人単位の参加者たち（モレノは、地球に生きる人類すべてに広げて考えていた！）の視点は変化し広がり、思いもよらなかったことがらや人への理解がもたらさ

れ、集合的意識に囚われていた個人が解放され、新たな視野が広がる。そして何より、いろいろなレベルで社会への変化に繋がることにモレノは希望を抱いていた。彼は、世界中の人々が皆ソシオドラマを行ったら世界は平和になると語ったそう。そしてそのために、実は小さなグループ内の相互関係の中にこそ、その病理の根本を理解する鍵があることを見落としてはいけない、と言っているのが印象的である。

サイコドラマと共にソシオドラマを創始したモレノは、実は、集団の意識を取り扱うソシオドラマの中に、その集団を構成する個人を発見することで、この個人と集団は深く厳しい連環の中にあることを知っていたのだ。集団的行動や意識は、そのような連環の中でしか変容（または乗り越え）できないだろうと私も考える。

### 文献

- Moreno, J.L. (1953). Who shall survive? New York: Beacon House.
- Sternberg, P. and Garcia, A. (2000) Sociodrama: who's in your shoes? New York: Praeger.
- Kellermann, P.F. (2007) Sociodrama and Collective Trauma. London: Jessica Kingsley Publishers.

ドラマセラピーの手法（2）

## 「 展 展 的 変 容 」

～加害者への治療セッションを一例として

尾上 明代

ドラマセラピーの手法紹介 2 回目の今号では、アメリカにおけるドラマセラピーのパイオニアの一人、David Read Johnson が開発した「展展的変容」を取り上げる。

### 1. 展展的変容の特徴

#### プレイスペース（遊び・劇空間）でセラピストが共に演じる

まず、ドラマセラピスト自らがクライアントの共演者となって演じながら導くのが、大きな特長の一つである。セラピストが、指導者・監督という立場で、クライアントに指示して進めていくものが多い中、このアプローチは、セラピストが演技空間に自ら入り、文字通り自分の身体や感情を使ってクライアントと出会い、関わる。セッション内容は、前もって予定されることは一切なく、また決まったゲームやワークをすることも一切ない。セラピストは、セラピールームのドアを閉じたその瞬間から、強力な遊び・演技空間を創り出し、それを保ちながらセッションを進めていく。すべてがどんどん変化変容し続けるプロセスが創

られる。終わりの時間になったら、クライアントを残してセラピストは先に部屋を出ていき、その日のセッションは終了する。いわゆる言語的シェアリングや振り返りは、しない。つまり、それらもプレイスペースにすべて包含させる手法なのである。

展展的変容のプレイスペースにおけるプレイとは、「そこで発生することは全て現実の表象・想像された存在の表象であり、また描写としての演技である」と参加者同士が相互に約束・同意の上で行うものである。（おもちゃや小道具を使わずに）人と人が直接「出会って遊ぶ」のであるから（つまり、想像力を使うしかない）、結局はドラマ的なもの、架空の世界を演じることになるのである。

英語の play には遊ぶという意味と同時に、何かを「する、行なう」という意味がある。「行なう」対象は、「現実」のような何が起こるかわからない状態での活動ではなく、ゲーム、ドラマ、スポーツ、音楽など、決められた約束事の範囲内での架空の交流、活動になる。展展的変容の「遊び」

ということばも、その範疇で使われており、演技、劇、ふり、という意味と同じで、「クライアントと遊ぶ」「遊び空間」などと言う場合も、上記の意味が含まれている。

### 人と人が直接関わる

セッションに使う部屋には、いくつかのクッションと証人の輪 (Witnessing Circle) と呼ばれる丸い布 (セラピストが、クライアントと自己の内面的感覚を静かに観察したいとき、ドラマ空間から出て座るための布。そこで、次の場面への衝動やイメージが創り上げられると、ドラマ空間に戻っていく。) が1枚あるのみで、それ以外のもは一切置いていない。クライアントが子どもの場合ももちろん同じで、人形やおもちゃは一つもない。Johnson は、その理由を次のように説明する。

これら実際の物体があると、投影の対象物になってしまう。発展的変容では、そのような投影は、人間に向けてもらいたいと考えている。そうすることで、お互いがより早く出会うことができ、また、そこに介入できるようになる。投影の対象になるとき、物体は、人間が行なう対応とは異なり、自分の扱われ方に応じての回帰的な反応ができず、そのため、劇の進行が固定化されてしまう。この固定化されるという効果は、他の形のセラピーの場合、助けになることもあるだろうが、発展的変容の場合は通常、その進行を阻害する。(Johnson, 2000, 2009, 参考)

### 回数や対象者

目的や状況に合わせて、少数回のセッ

ションを実施することもあるし (もちろん1回でも可能)、多数回 (多い場合は100回以上) 受けるクライアントもいる。回数を重ね、プロセスが進行するとともに、プレイ (遊び・劇) の内容も表面的な劇 (surface play) → ペルソナ (対外役割) の劇 (persona play) → 親密な劇 (intimate play) → 深い劇 (deep play)、という段階を経ていく。また個人セッションもグループセッションもできる。

対象者の可能性も広い。病気や問題、悩みを抱えて受ける人もいれば、創造性を高めたい目的の芸術家、また自らの楽しみのためにセッションを受けに来る人もいる。

開発されてから約30年間の実践については、さまざまな研究論文で報告されている。それらの対象者には、PTSD・精神病・薬物乱用などの患者、被性虐待児、ホームレス、高齢者、暴力性の高い男性 (退役軍人など) が含まれていることからわかるように、難しい対象者に効果を生み出すことが可能だ。もちろん、セラピストの熟練と、的確で継続的なスーパービジョンが必須の条件である。

### 影響を受けた分野と概念

発展的変容は、さまざまな分野から影響を受けている。その一部を紹介すると：ピアジェの研究、ウィニコットとスターンの研究、対象関係理論、精神分析の自由連想、クライアント中心療法、家族療法、オーセンティックムーブメント・音楽療法などのクリエイティブ・アーツ・セラピー、サルトルらの実存主義哲学、ポストモダン作家 (特にデリダの解体という概念)、フーコーの特権と権力の概念、仏教、特に空 (く

う)・自然(じねん)、色(しき)の乱れと無常の概念など。演劇分野では、スポーリンの即興劇、グロトフスキの持たざる演劇、マイズナーのメソッド、音楽からの影響としてジャズ理論と方法論全般などなど。

このように、多岐にわたる分野が発展的変容の実践と理論構築に貢献している。

## 2. 事例：加害者の治療として

ではここで、この手法の具体的な治療事例を、Dintino と Johnson の共同研究：「加害者と演じ遊ぶ ～発展的ドラマセラピーにおけるジェンダーダイナミクス」から紹介する。(Dintino & Johnson, 1996, 参考)

クライアントが「被害者」であることは、よくあることだが、「加害者」の場合(しかも重大な犯罪である場合)は、どのようなスタンスが治療者に必要だろうか。また、女性に対する犯罪を犯した男性加害者に、女性治療者が対応する場合は、どのようなことが起こるのだろうか。

この論文は、発展的変容を暴力性の高い加害者の支援・治療にどのように使うのか、さらに、男性クライアント対女性セラピストのダイナミズムについての考察など、興味深い報告となっている。

冒頭で Dintino と Johnson は、加害者クライアントとの「プレイ」による治療の要点を、サラ・ヘイリー(Haley, S. (1974) *When the patient reports atrocities*, *Archives of General Psychiatry* 30) を引用しながら、以下のように述べている。

加害者クライアントと行なう、プレイスペースによる治療には幾つかの重要なポイントがある。まず、「加害者」自身の中には「犠牲者」が内在しているということ。さらに加害に対する自責の念が渦巻いており、被害・加害・自責の感情が錯綜しているという点である。

そして、加害者から残虐行為を行なうという感情が示された場合、支援者が、目の前にいる「人」「感情」にただちに共感するのは難しい場合が多い。クライアントが被害者であれば、その心情に共感するのは、支援者にとって大きな障害となることは少ない。しかし、それが加害者の残虐な感情であった場合、共感して遊ぶ(劇をすることができない事態が発生する可能性がある。

故に、「残虐性」など大きな負の感情をプレイの中で扱う場合は、まず自分自身の中の「残虐性」や負の感情を探索し、それと共感し対峙できることが重要な前提となる。

さらに、「残虐な行為・感情」がプレイされたとき(セラピストはそのプレイの一部になり、クライアントを受け入れ、一緒に演技するのだが)、そのような「受け入れ」はそれらの行為を受け入れることではない。援助者が行なうのは、善悪の感情を失ったときに発生した要因を患者とともに探索することだ。プレイスペースをしっかりと作ることが、セラピスト・クライアント双方に、その区別をはっきりさせる。

そして、現実と「プレイ」との区別は、悪そのものか、悪の「表象」のプレイであるかどうか、危害を加えるか、危害を加える「振り」をしているかどうかであり、その境界が実際のプレイスペースで行われる

べきプレイ（遊び・行動・演技）の「限界」として設定される。

### セッションのプロセス

具体的事例として、ベトナムで残虐な殺戮行為をした戦争帰還兵たち（男性グループ8人）と女性ドラマセラピスト(Dintino)のリハビリ治療セッションのプロセスが、彼女とスーパーバイザー(Johnson)の考察・指導とともに紹介されている。上記の加害者クライアントという側面に加えて、女性援助者対男性加害者クライアントというジェンダーのダイナミズムが働く様子が記述される。

\*\*\*

セッション初期、クライアントたちによる性的示唆・行為、糞尿行為などのプレイ、女性セラピストへの反応を確かめるような言動が繰り返される。それらにセラピストが影響を受けて、屈辱を与えられているような感情が起こり、自由な遊びや劇を創る彼女の能力も邪魔される。投影や転移感情と「遊ぶ」ことが難しくなり、現実との境界が揺れる。しかしスーパーバイザーからの指導と、セッションの意義の共有をすることで、セラピストはクライアントのプレイと内面の関係を再確認して、積極的にプレイすることでセッションを続ける。

その後クライアントたちは、セラピストに対する反抗から離れたが、自分たちで「バブル嬢」と名付けた巨大な女性性器を作り上げる。セラピストはそれを受け入れられない。スーパーバイザーとの考察のあと、

セラピストは、その巨大像を拒否することをクライアントに宣言。皆で、バブル嬢を天井の隅にしまう。クライアントたちの劇はその後、内面の弱さの表象のプレイに変化する。そして、一人の男性が子どもを出産し、PTSDで無感情の子どもが生まれる。その子どもが他の遊び道具に変化し、巨大性器の中に戻っていく。セラピストがバブル嬢に帰ってもらいたいと言うと、クライアントたちは一人ずつバブル嬢への自分の思いを述べる。

「彼女は体重500ポンドのダンサー。」

「120ポンドで子供の時、虐待された。」

「本当は善良なんだ。いじめて悪いと思う。」・・・

ここでグループ全体が、急に哀しみの感情に覆われる。

「実は、彼女は帰還兵一人ひとりと一緒に仕事している。」

「彼女は、押入れに週末閉じ込められていた。」

「刺青いっぱいだね。」・・・

その後、バブル嬢を来たところに返すことにした。何人かは、気持ちよさそうな声を出し、そして、彼女を空の彼方に押し返す。

次にクライアントたちは、「PTSDの木」を作り上げ、その木を皆で切り倒す。その根がクライアントたちにつながっており、それを一人ずつ掘り起こし、それがどんな根であるか皆で描写する。根は男根とのアナロジーとなっており、一人一人が、弱い根しか持っていないことを、悲しく物語る。激しい感情と弱々しい内面との関連が、象徴的に演じられながら認知されていく。

そして全ての根は、魔法の箱（セラピー

の中で登場したアイテムを、毎セッション後に入れるための想像上の箱)に入れられ大事に保管される。

\*\*\*

## 考察

「ジェンダーダイナミクスは多くの投影の入れ物になる。異なったジェンダー間での演じ合いの中でこそ権力、権威、搾取、欲望、不確かさなどについての問題がとても良く表出されやすい場となるからだ。」  
(Dintino, Johnson, 1996)

一般のセラピーでは(またドラマセラピーであってもセラピストがディレクター役をする手法においては)権威をもつ立場の指導者が、客観的に指示やアドバイスをしながらセッションを導いていくが、発展的変容を使うと、セラピストとクライアントがプレイスペースという同じ土俵で共に演じ・遊ぶので、「権威者」の立場が何度でも入れ替わることができる。発展的変容ではこの「イメージの転換」をプレイ・治療の基本、そして変容の根本として扱う。通常セラピーでの転移、逆転移、投影などが、プレイの中の表象の変化として具体的に演じられる、と言える。身体と感情で演じるがゆえにホリスティックなプロセスとなる。

退役軍人たちは、最初は権威をもつ女性に対する恐れや憎しみを投影する外的対象として、女性セラピストを標的にした。しかし、遊び・演じる空間がしっかりできあがったあとは、バブル嬢やPTSDの木のような想像上の対象を創り出した。その後はもっとフレキシブルに女性の役を彼ら自

身で体験し始め(子どもを生むなど)、最終的には、自分の中にある弱い部分、恥を感じる部分を認知することができた。同時にセラピストは逆転移感情的な怒りを縮小できて、本来、親近感をもたらすものである遊び・劇を通して彼らと内面的に関わることができた。

Dintino と Johnson は、「ドラマセラピストは、癒しの場としてのプレイスペースを信頼することで、偉大な力の治療プロセスを促進させることができることを信じている。」と強調する。

「加害者クライアントを治療するとき、彼らが暴力的な内面を投影することはその後の安定にとって根本的に重要なプロセスであり、また悪逆な形象が表出されたとき、セラピストがそれに耐え、受け入れることは、必要な治療ステップである。そのような段階のとき、プレイスペースの特質(=そこは現実ではない)をしっかりと双方が理解することは、セラピストが平衡感覚を保つための大きな助けとなる。セラピストは、クライアントたちに、過去の暴力行為や、将来再びやってしまうかもしれない可能性を認識させつつ、かつ、異なった行動を選ばせるという重要な仕事をしているのである。ドラマセラピーの中で、この選択というプロセスが生き生きと蘇ってくる。というのは、プレイスペースの動きの一つひとつの瞬間は、暴力的な行為をするかしないか、セラピストへの暴力を制御するかしないか、つまり、女性への暴力をするかしないか、という選択の連続なのだ。」(Dintino & Johnson, 1996)

つまり、瞬間瞬間の選択の繰り返しの中で、将来、暴力を振るうことをしないという体験を先取りして行なっている。一回ではなく、何回も何回も暴力の誘惑に打ち克っていき、という連続が最も重要な治療プロセスだと思う。暴力的な行為をしないという選択ができれば、それは、セラピストへの暴力の抑止を意味し、つまりは女性への暴力を抑止することに繋がるのだ。

### 発展的変容とは

事例を提示したあとで、ここで改めてJohnson自身の簡潔な説明を紹介したい。

「プレイ」の中に、患者の内面の無意識、別の自己などが、通常の「制限、抑圧」なしで登場し、そして、変化し変容して、その他の自己と統合されていく。これは、昇華、自我を作るための退行とも呼ばれ、ドラマセラピーの大きな特徴である。

発展的変容が意図する主要な効果は、個人がもつ、存在の不安定への恐れを減少させること、特に「身体」、「他者」、そして「変化」に関連しての恐怖を減少させることだ。発展的変容は、この効果を達成するために、個人をゆっくりと具象化・身体化が求められるような状況のなかに置いていく。この具象化は、今・ここでの他者との出会いに焦点を置き、常に変容していくものだ。ここで求められているものは、私たちが自由であるという感覚を制限している、「身体」「他者」そして「変化」というものが劇として・遊びとして演じられるということだ。そして、それらが、より少ない怒りや恐怖の感覚で受け入れられるようにするのである。発展的変容は、このことを達成するた

めに、表現することを繰り返し実践していくことで、「現在」という感覚を大きなものにする。自分を他人へ与える、他人に自己を自分に向けて与えさせる能力が高まるにつれ、世界への障壁はますます少なくなる。(Johnson, 2000, 2009, 参考)

### 「壊れたおもちゃ」という概念

Johnson は、発展的変容のセラピストは、クライアントの(生きている)おもちゃだ、という概念をもっている。しかし、その「おもちゃ」は全く不完全であり、それが当然だ、それで良いのだという。以下に引用する彼の主張は、私の気に入っている一節である。

発展的変容では、人を改善するとか、精神的対立を減少させるとか、性格上の欠陥を修復するなどという試みをするのではない。むしろ、私たち人生のこれら有害な諸側面をできるだけ完全に開示し、その開示に伴う恥、当惑、嘘、心配・不安という反応が、洞察、ユーモア、受容、赦し、そして「ま、仕方がないか!」という反応に置き換えられるようにすることだ。全ての遊びの道具、「おもちゃ」と同じように、私たちは最終的に壊れていくし、また他人の操作の誤りでも壊れるのだ。部品が足りない、前のように、回ったり、話したりできない。電池の残りが少ない、ボタンがうまくはまらない。しかしながら、私たちがそのような不完全であっても、遊びたいという意欲が打ち克つのである。そして、私たちはおもちゃと同じように、また持ち上げられ、遊ばれ、世話をされ、喜びを与えられ、そして、時には何年もの間、遊戯室や寝室

やおもちゃ箱に保管されたままにもなる。ちょうど私たちが、愛しているけれど壊れている人たちを自分の身近にいつも引き寄せているように。これが結局、存在するということの全てなのだ。(Johnson, 2009)

Johnson は、この手法の出典の一つとして、仏教の三法印（諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜）の中の最初の二つをあげているが、上で述べられていることは、そのような悟りの境地に近いと言えると思う。そして、かなり強い、生きる、というメッセージだ。受容・受忍の中から、生存への大いなる意志を汲み出そうという力を感じさせる。本来、悟りが終着点でなく、再生の端緒だと理解すれば、Deep Play（この手法で長期セッションを続けた最終段階）にも、悟りと同じエネルギーとモメントがあると言える。

### 最後に ～David Johnson の素顔

私は今年 2 月に、David を初めて日本に招き、東京で彼のワークショップ、続けて彼のパートナーである Hadar Lubin（トラウマ治療が専門の精神科医）のワークショップを開催した。ワークショップの最中、震度 3 程度の地震があった。二人にとっては、地面や建物が揺れる初めての経験だったようだ。David はセッション終了後、私に「もしもあの時、もっと大きな揺れになって逃げなければいけなくなった場合は、さてどの窓から逃げようか、どうやって彼女を守ろうかと思ったよ」と話し、「愛『妻』家」ぶりを垣間見せた。（参加者たちへの心配はその後のようだった・・・）翌日、二人

仲良く箱根観光へ旅立って行った。

ところで、彼の発展的変容研究所はニューヨークにあるが、実践を行っている研究所は、世界各地に広がっている。アメリカの他の場所に 6 箇所、カナダ、イギリス、ベルギー、フランス、チェコ、オランダ、ギリシャ、南アフリカ、イスラエル、香港、オーストラリアである。（何度かお会いする中で、日本にも作るようにという、彼の密かな希望を感じている・・・）

また PTSD 治療センターもニューヘイブンに開設している。彼は、発展的変容の目的は、クライアントが不安定さや怖れがあっても生きて行けるようにすることだ、という。そのセンターは、元消防署だった跡地に建てたそうだ。危険や PTSD にまつわるイメージが強くあるところを選んだのだ。また、9 1 1 テロのビル崩壊時のかけらがセンター建設時に使われている。トラウマ治療を扱うような場所では、平和な雰囲気を作ったり、リラックスできる音楽が流されたりしているイメージがあるが、そのようなところに、人が持っている苦しさを堂々と取り出して、取り組むという彼の哲学が表現されているようで興味深い。

また彼は、人生の無常、全てのものが変化し続けていることを、この手法を教える中でいつも言っており、例えば、手法の説明やテキストも常に書き変えることで、そのことを体現している。よってテキストは出版したことがなく、しばしば変化・進化した原稿をインターネットなどで更新する。最新版にも「これこそが発展的変容なんだ、とは絶対に思わないで！ あなたが読んでいる間にも、変更されるかもしれないから」

と書かれていて、こちらも興味深い。

この手法の全容は、とても数ページでは説明し尽くせないが、具体的な事例を提示したことで、その意義がほんの少しでも伝えられたとすれば幸いである。

今回は、退役軍人へのセラピー事例をとりあげたが、他にも、精神障害をもつホームレスの人たちへの治療セッションで、彼らが人としての尊厳・自尊心を取り戻していった事例や、家族から性虐待を受け続けていた8才の男の子が回復していった事例等々、この手法だからこそ、より良い結果に結びついたらと理解できる実践が数多くある。

## 文献

Dintino, C. and Johnson, D. R.  
(1996) *Playing with the Perpetrator: Gender Dynamics in Developmental Drama Therapy. Drama therapy: Theory and Practice, Volume 3*. London: Routledge.

Galway, K.C. Hurd, K. & Johnson, D.R.  
(2003) *Developmental Transformations in Group Therapy with Homeless People with a Mental Illness*. In Wieber, D.J. & Oxford, L. K. (Eds), *Action Therapy with Families and Groups: Using creative arts improvisation in clinical practice* (pp135-162). Washington D.C. American Psychological Association

James, M. Forrester, A. M. & Kim, K.C.  
(2005). *Developmental Transformations in the Treatment of Sexually Abused Children*. In Haen, C. & Weber, A. M. (Eds), *Clinical Applications of Drama Therapy in Child and Adolescent Treatment* (pp.67-86). Taylor & Francis Group.

Johnson, D.R. (2009). *Developmental Transformations: Towards the Body as Presence*.  
In Johnson, D.R. & Emunah, R. (Eds.), *Current Approaches in Drama Therapy*. C.C.Thomas.

Johnson, D.R. (2000). *Developmental Transformations: Towards the Body as Presence*. In Lewis, P. & Johnson, D.R. (eds.). (2000). *Current Approaches in Drama Therapy*. C.C.Thomas.

ドラマセラピーの手法（3）

## 「シアター・フォーラム」

～アウグスト・ボアールの「被抑圧者の演劇」から

尾上 明代

手法の紹介3回目の今号では、「シアター・フォーラム（討論劇）」を取り上げる。「ドラマセラピーの手法」とは言うものの、もとはブラジルの演出家・政治活動家であったアウグスト・ボアール(1931-2009)が実践した「被抑圧者の演劇（Theatre of the Oppressed）」の中の一手法であり、実はセラピーを意図して開発されたものではない。しかしドラマセラピーの枠組で使うと有効であることから、これをセッションに組み入れるドラマセラピストは多い。ボアールは、「演劇は、被抑圧者を解放する『武器』である。演劇をとおして被抑圧者たちは、自己を表現し、この新しい『言語』を使いながら、表現すべき新しい内容をも発見するにいたる。」と述べているが、このコンセプトはドラマセラピーと同じものだ。「被抑圧者」を「クライアント」に置き換えると理解できるだろう。

### シアター・フォーラムとボアール

ボアールのワークショップでは、身体を

使ったゲームや表現力を高める活動などのプロセスのあと、「シアター・フォーラム」をおこなう手順になっているが、本稿では前段階の活動については割愛し、まず「シアター・フォーラム」そのものの実施法を、簡潔に説明したい。最初に、解決策がわからない社会的・また政治的な問題が含まれている話題を参加者から募り、ドラマ化して上演する。問題の状況を皆で共有したあと、再び同じ劇が演じられるが、今度は「自分ならこう言う」「こうしてみたら」「こう変えたい」というような選択肢を思いついた観客たちが、途中で劇の進行を止め、演者を交代して演じる。この方法で時間の許す限り、さまざまなアイデアを出し合っ、実際に試していくのである。

当然、ある人の一つのせりふ、一つのアクションが変われば、他の人の反応や行動が変わる。それにより劇の筋が代わり、登場人物の人間関係も変わり、それに続く結果も変わる。そのことを、参加者が「演劇的に討論する」こと、すなわち自らの身体・感情・声などを使って体感することで、そこから現実を変える可能性や力が生まれる

のである。

ボアールは、「劇場は私たちの美德と欠陥を等しく照らし返す鏡のようだ」というシェークスピアのハムレットのこぼれを気に入っていたが、彼自身は、むしろ劇場を、現実を変化させることにつながる鏡だと捉えていたのだ。

そもそもボアールが、このような手法を編み出し実践した目的は、「客体」である民衆を「主体」へと変容させることだった。つまり受動的な存在である民衆を、「劇的アクションの中で行為しうる行為者＝俳優」へと変容させ、社会を変革するためだったのである。1964年、ブラジルでクーデターが起きた後、彼の活動は軍の独裁政権から脅威と見なされた。彼は1971年に路上で誘拐・逮捕されて、4ヶ月の間、投獄・拷問を受けた。釈放後、アルゼンチン・ペルー、ポルトガル・パリでの15年に及ぶ亡命生活を経て、1986年に、ようやくブラジルへの帰国を果たすこととなる。1992年には、リオデジャネイロの市議員となり、シアター・フォーラム手法を使って、福祉や医療システムの問題、偏見や差別、女性に対する抑圧などの問題をコミュニティで議論し、その活動から新しい法律の制定に至ったものもある。

## 事例

ボアールは、「被抑圧者の教育学」を著したパウロ・フレイレから大きな影響を受けた。フレイレの晩年に活動をともしていた時期もある。フレイレが重視した「対話」や「意識化」を、ボアールは演劇を使

って可能にしようとした、とも言えるだろう。以下に当時のブラジルでの「被抑圧者の演劇」活動の中からの事例を紹介する。

### <事例1>

夫に裏切られた（字が読めないために、夫の愛人からのラブレターを大切な書類だと思い込まされていた）ことを知ったある女性から、どのようにすれば恨みを果たせるかという問いかけがあり、女性の観客たちがいろいろな提案を出して、すべてのアイデアを演じ、その効力を試した。夫が気がとがめるくらいにさめざめと泣く・家出する・帰宅した夫を家の中に入れない、などの場面が演じられた。しかし、泣いても効果はなく、家出しても結局困るのは妻自身であることが実感をともなって理解され、また夫を閉め出した場合も、彼は給料袋をもったまま愛人のところへ行ってしまおうという結果になった。最後に、夫をなぐってから普通にごはんの支度をする、という「解決策」が提案され、観客の女性たちから大喝采が起きた。

### <事例2>

魚粉工場の労働者たちが、長時間労働を強いられ搾取されていることに対してどのように戦うべきか、という問題が提起された。解決策として、工場の監督が見ていないときにノロノロと働く・工場の機械をわざと壊して修理中の時間に休む・工場を爆破する・ストライキをする、などのアイデアが提案されて演じられた。しかし、頭で考え出したアイデアを実際に演じてみると、好ましくない具体的結果に繋がることがわかった。工場を爆破すれば職場がな

くなってしまう、ストライキをしたらクビにされる（すぐに経営者の役の演者がストライキをしない新しい労働者たちを雇い始めた）などという筋書きが現れたのである。そこで、きちんと労働組合を作るということで参加者の意見が一致した。もちろん、労働組合設立の結論がベストだと言っているわけではない。シアター・フォーラムは、あらゆる意見や解答を「演劇的な実践を通して検証する可能性」を民衆に提供するものであり、「いかなる結論も強制しない」とボアールは説明している。

#### ボアールの意図と「セラピー」の関係

ボアールは、この手法は「革命のリハーサルになる」と言い、シアター・フォーラムの目的は「社会の変革だ。個人の治癒ではない」と明言している。さらに「舞台上『革命』が遂行されてしまうと、観客はそれで満足してしまう。革命は現実の中で起こさなければならない。」とも述べている。彼の意図としては、つまり、その場でカタルシスが起きて、気持ちが収まってしまう「癒し」の場を作ってはいけないのである。

社会教育的・社会変革的なモデルと、心理療法的・治療的モデルの違いは、参加者あるいはクライアントのどこを見据えながらすすめるプロセスなのか、という点である。しかし、社会の現実や集団的心理であれ、個人の現実や心理であれ、「今、それ」を変えようとする方向は共通している。ドラマセラピーでは、いろいろなオルタナティブを演技・行動で試し、現実の難しい状況や症状を変える力を得るために、この手

法を使う。つまり、劇場の外（現実）で「革命」を起こそうとしている点では同じだ。さらに言えば、個人を癒す・社会を治療する、という両方が必要と提唱し、サイコドラマ・ソシオドラマを生み出したモレノの主張を思い起こすと（対人援助マガジン第10号、ドラマセラピーの手法（1）—「社会を癒す」ソシオドラマを参照）、根本的なところで通底していることが理解できる。

私自身、一般参加のワークショップでも、治療的なセッションでも、この手法をその時々に合わせて有効に使っている。例えば、小さいいじめやハラスメントが起き始めたいくつかの具体的な場面で、誰がどのような言動をすると大きいいじめに発展していくのか、またどうすればそれを防げるのか、多くの可能性を実際に演じて試すことで、参加者たちに、そのプロセスや構造を理解してもらおう。臨床事例としては、アルコールや薬物依存症のクライアントたちが、アディクション欲求がおきる（飲みたくなる・薬を使いたくなる）ときの対策を立てるときなどにもこの手法を使っている。また、最近の事例で印象に残っているのは、強い不安障害のためにスーパーのレジでの支払いが難しいというクライアントたちとのセッションである。支払いの際、どのようにしたら良いかというアイデアとして、「おつりをもらう時間を省いて支払いを早く終わらせるために、事前に小銭をたくさん用意しておく」、「レジ係に天気など気軽な話題を話しかける」、「緊張で手が震えていることをレジ係に伝える」等々が演じられた。中には、震える手でレジ係の手を握り、レジ係役も（買い物客に共感を示すた

め) 震える手で握り返す、という場面もあった。このようなことは、現実には起こり難いものの、不安感情の表現を実際に試して仲間たちと共有できたという点では、非常に意味のあるワークになった。ここでは、それまで何回も同じメンバーで積み上げたプロセスのおかげもあって、良質なユーモアあふれる笑いとともに皆でアイデアを演じ合うことができた。

## 終わりに

ドラマセラピストの Nisha Sajnani は、多くの社会問題をかかえる現代におけるボアール手法の意義について、次のように述べている。

ボアールの方法は、集団的トラウマとその影響が、個人およびグループの心理に及んでくる過程、そして、それを解除する取り組みを行なう際に、ますます必要となる道筋を与えている。個人的な物語を集団のものにしていくことを通して、「被抑圧者の演劇」は、苦しみを引き起こす文化的な環境条件を見つけ出し、それに取り組むためのいくつかの手段を提供する。そうすることで、精神病理を、個人の弱さや欠陥から形成されるという支配的で公式的な見解から引き離したのだ。

「被抑圧者の演劇」には、他にも「見えない演劇」「新聞劇」などいくつかある。またヨーロッパに亡命中、そこでの必要性に応じてセラピー的な要素が強い手法（「欲

望の虹」など）も開発されたが、今号では「シアター・フォーラム」に絞って紹介した。

逮捕・拷問・亡命などの苦難を乗り越えたボアールの活動は、世界中のさまざまな分野の多くの人々に影響とインスピレーションを与えた。「被抑圧者の演劇」センターは、現在パリ、リオデジャネイロ、そしてアメリカ、カナダなどの各地にある。ボアールは、2008年にノーベル平和賞の候補にノミネートされたが、翌年の2009年、白血病により他界した。日本に一度だけでも招きたいと仲間たちとともに考えていたが、結局それが叶わなかったことが大変残念である。

文献：

ボアール, A. 「被抑圧者の演劇」里見実ほか訳 晶文社 1984年

Sajnani, N. (2009). Theatre of the oppressed: Drama Therapy as Cultural Dialogue.

In Johnson, D.R. & Emunah, R. (Eds.), Current Approaches in Drama Therapy. C.C.Thomas.

## ドラマセラピーの手法（４） ～ロバート・ランディーの 「ロールメソッド」

尾上 明代

ドラマセラピーにおいて、非常に重要な概念の一つは、言うまでもなく「役を演じる」ことである。

ドラマで「役を演じる」ことと、実人生の中で「役を演じる」ことの差異（実はほとんどないという言い方もできるが）の一つは、それが架空の設定か否かという点である。しかし、そのことよりもっと重要なのは、「実人生での役」は、無意識に「演じている」ことが多いが、ドラマセラピーでは、さまざまな役を「意識的に」演じることで、自分の現実の状況や課題についての客観的な理解や視点を得て、新しい方向へ発展させることが可能だという点である。

今号では、役割理論などの研究と実践で知られるドラマセラピスト、ロバート・ランディーの開発したロール・メソッドというアプローチを紹介したい。

彼の手法を解説する前に、まず架空の設定で「役を演じる」（自分とは違う考え方、感じ方、パーソナリティをもつ「他者」になって行動する）ことで、例えばどのようなことが起きるのかを具体的にイメージ

してもらうために、私のセッションから、ほんの一例を提示する。「役を演じる」という枠組みを提供すると、参加者は、「自分自身」の感情や考えについて、しばしば大きな気づきを得るのである。

### シンデレラの選択

ある連続セッションで「赦す・赦さない」というテーマを扱った。このテーマは大きく深い。参加者たちは、当然、テーマに関してのさまざまな感情、状況、背景、経験などを、それぞれ持っている。それでも、安全な距離を保ちつつドラマワークを積み重ねて多くの視点を提供することで、グループ全体が一緒に一つの共通のテーマを探索することが可能になる。そして身体性を伴う深い気づきが発生する。

さまざまな役を皆で楽しみながら、演じることに十分に慣れてもらったあと、シンデレラの一場面から、彼女が継母と姉たちにいじめられるところを演じてもらった。その直後、参加者全員が２チームに分かれてシンデレラ役の人を説得するゲームを行なうことにした。まず、このシンデレラが

母親たちを赦すべきだと思う人たちと、赦してはいけないと思う人たちに分かれてもらう。左右、二手に分かれた両チームの真ん中にシンデレラが立ち、両方から説得を受ける。それぞれのチームメンバーは、自分たちの主張の方が正しい理由を彼女に訴える。シンデレラは、自分の心が動かされることばがある度に、そちら側に移動する。

「絶対に赦しちゃダメ。あんなひどい人たちが赦すことなどできないはず。」

「いつまでも憎しみの感情を持っていたら、自分が辛いから、赦した方がよいよ。」などという具合に、両方のチームは、何とか彼女を自分たちの考えの側に引き込もうと「対戦」する。もちろん、簡単に答えの出るものではないので、シンデレラは、いろいろな意見が出るたびに、右に寄り、また左に戻りしながら、全員の意見に真剣に耳を傾ける。本来このゲームは、説得される人が、どちらかに決めたところで終わるのだが、今回は、結論を出すことが目的ではないということを皆に伝え、両方の立場からのさまざまな意見を十分に引き出すことに集中してもらった。

いろいろな考えがほぼ出尽くしたと思われたところで、両チームのメンバーに、反対側のチームと役割を入れ替わるように指示した。皆は自分の考えにどっぷりと浸って熱中していたので、この突然の指示に驚き、ほとんどの人が無理な注文だというような表情を浮かべた。気が進まない雰囲気ではあったものの、皆は役を交代し、物理的にも左右のチームが入れ替わった。

自分の「本当の」気持ちとして、絶対に赦すべきではないと思っていた人たちが、「赦した方がよいという人の役」になり、

またその逆の人たちも、「赦してはいけないという人の役」になって、同じような説得合戦が始まった。すると、「役になった」という意識が大きな手助けとなり、皆はたった今とは反対の主張を次々に言い始めた。中でも一番説得力があった参加者は、シンデレラの今後の人生を誠実に思いやる様子で、なぜ赦した方がよいのかを力強く訴えた。本人自身も驚くような、そして他のメンバーも感情が大きく揺さぶられることばであった。反対側の役（そちらが実際の人生での自分の真の感情であったと、その人はワーク後に述べた。）にいたときには、出て来ないことばであった。このワーク終了後、複数の人が以下のような同様の感想を語った。「赦してはいけないと言う側に行って説得していたときは、自分がこうあるべきだと頭で考えて正しいと思った側に行ったつもりだったが、その説得理由がほとんど口から出て来なかった。しかし、反対側に行ったとき、説得理由がすらすら出てきて、実は自分はこちら側の考えだったということに気付いた。こちら側に来て話さなかったら、わからなかったと思う。」

「無理に反対意見の側に来て、赦すべきだと言ったとき、前よりずっと言いやすくて、本当は自分はこっちだったとわかった。実際に動いて話すという身体性が、このような気づきをもたらしてくれたと思う。」

とてもシンプルな事例だが、「何々の役」という枠組みで、即興のセリフを言って演じるという行為が、このような気づきを可能にしたのである。

## ランディーの「役」の捉え方

ロバート・ランディは、アメリカにおけるドラマセラピーのパイオニアの一人で、ニューヨーク大学大学院にドラマセラピーコースを創設した人である。彼は、ドラマセラピーにおけるロールセオリー（役割理論）、ロールメソッド、そしてロールシステムを提唱していることで知られている。3年前、初めて来日した際、立命館大学大学院応用人間科学研究科でも招聘し、講演とワークショップをしていただいた。院生たちにロールメソッドを直接体験してもらえ、その機会を提供できたことを嬉しく思う。

彼のロールセオリーとその方法論、人間理解は、ドラマセラピーのセッションに利用だけでなく、根本的な人間理解をどのようにするかという観点から発想されており、その適用範囲は広い。

人生は劇場のようだ、とよく言われるが、モレノ（サイコドラマ・ソシオドラマの創始者）は、実は人生は劇場そのものなのだとした。ランディもこのことを強調し、更に進めて「諸個人には、何か固定的な役、本質的な役があるのではなく、その都度、演じていく役の総和がその人なのだ」と主張する。

その上で、彼は次のように説明する。人は実際の生活の中で、役割を与えられてそれを演じている。その時に演じている役割は、その人にとっては、主役としての役割であり、その役を演じる・行動するために、彼・彼女は、その他の役を背景に押しやっている。人は、もともと、いくつかの大きな矛盾を抱えたまま生きることを受け入れることで、実際の人生を生きていくことが

できる。その意味で、異なった自分を抱えながら、一定のバランスを求めて旅をしているようなものだ。そして、そのようなバランスが崩れた場合、人は、何とかそのバランスを回復しようとして様々な活動を行う。しかし、どうしてもそのバランスが上手にとれない状態が続くとき、つまり矛盾が隠れて、一つの役、一つの方向だけに固定されると、情動、身体、そして対人関係などに様々な問題が発生する。つまりそのような問題が発生しているときは、そのバランスが崩れている、と理解できる。

彼は、古今の理論家（アリストテレスからユングまで）を幅広く引用しながら、このような人間の見方に立ち至った。そして、ロールセオリーの根本を次のように言う。

### 「役（ロール）」と「対向役割（カウンターロール）」、そして「ガイド」

外に現れている役割を、彼は役（主役）と呼び、その役に隠れているもう一方の役割を、カウンターロール（対向役割）と呼ぶ。この対立は、善悪、敵味方のような対極・二項対立のようなものだけでなく、親と子、兄と妹、など補完的とも言える対向軸も同様に扱う。人が外面、内面の問題に対処できないとき、このバランスが一方に偏っていることが多く、この2つの対向的な役割を理解し演じることができるとにより、その対立、分裂、不安に、より良く対処できる、と彼は主張する。つまり、役と対向役割を理解すること、そのバランスこそが大事だとした。

しかし、その2つを統合するのは誰だ？との問いが出てきて、それに答えるために彼は考察を重ね、二つの橋渡しをする抽象的な役を、ガイド（案内役）として想定した。そして、これは純粋に抽象的な役割であって、主役と対向役割との間を行き来できるようにする操舵手、案内役であるとした。三位一体としての三者であるが、しかし、この役が、その人の本質的主体である、との立場をとらず、人の主体は、あくまでその人が演じる役割の総和であるとの見解を維持しているといえる。

彼は、その人の役割の全体を、ロールシステムと名付けた。そして、狭い、固定したロールシステムから、数多くの役割を包含して有機的に働くロールシステムへと進展させることを目標とした。

彼は、この役割理論をよりよく理解し、実践できるように、役の分類法（タクソノミー）に向かい、基本的に人に現れる役割を古今の演劇から80数種類取り出して、それらの役の意味について詳細な解説をしている。（例えば、主役の本質の一つを「ヒーロー」として捉えた場合、ヒーローの本質を、未知に立ち向かい、精神的な未開の地に乗り出す意気だとした。）また、それらの役割の演じ方の特徴を、主張的（＝抽象的な思考に基づく演じ方）と表象的（＝直接的で情動的な演じ方）分け、役との距離が遠いとき（前者）と役との距離が近いとき（後者）のそれぞれの演じ方がもたらす影響にも注目した。

つまり彼は、人は可変的で自己主張的でありながらも、他者との相互関与に規定された様々の役割を演じていると言っている。

また、これらの役割は実際の人生の場で起こっているが、実は、主体の内面にその関係が映し出されており、その人の内面で起こっている役割についての認識だと主張する。他者との関係の中で演じている、主体の「役」と「対向役割」と「ガイド」の様々な組み合わせを、他者との関係のようにとらえて演じながら、矛盾があってもそれらの役割を統合できるかどうか、実践の課題となる。

## ロールメソッド

実際のドラマセラピーのセッションではこの理論はどのように適用されるのだろうか？

彼は次のように言っている。ドラマセラピストは、クライアントに接するとき、そこには表れていない役割がその人にはある（隠されている、抑圧されている）のではないか、という前提・理解をする。実際のセッションは、いろいろな手法を使って、その人の「主役」を探索しつつ、その「対向役割」を探し出していく旅となる。自分や他者が様々な役を演じ、それを役割交換したり、吟味しながら進めていくのだが、そのときガイドの役割も探索する。最初はドラマセラピストがその役割をする場合が多い。

セッションの実際の進行は以下のような手順で行われる：

1. 役割を呼び出す。
2. 役割に命名する。
3. その役割を演じつくす。

4. 代わりとなるような派生的役割を探索する。
5. それまで行なった役割演技について考察する。
6. 仮想の役割を日常生活に関連付ける。
7. 様々な役割を統合し、自分のロール・システムを機能させる。
8. 他者に影響を与えるような社会的なモデルとなる。

この進行は、直線的というよりは、行きつ戻りつしながら上昇するような螺旋的なものと言えらる。

セッションは、現在の自分が演じている役割を理解し探し出すことから開始し、最終的な目標は、クライアントが、主役も、対向役割も、ガイドの役も、自分の内面に取り入れることができるようになって、自分自身をより大きなパースペクティブで把握できるようにすること、さらに、自分の役割にのみ集中している自分から、他者に影響を与えるような社会的モデルにまで自分を拡大させることである。

一旦バランスがとれる状態になっても、人生はさらに変化していくだろう。その都度の問題を、自分自身で統御するための基本的な枠組みを、ランディは、ロールシステムの変化、進展、拡大として見ていき、その理解の仕方の基礎に古今の演劇から抽出した、役割のタクソノミーを置いているのである。

ランディは、自分が30年以上かけて開発してきたロールセオリー、ロールメソッド、ロールシステムではバーバルな考察を統合化の重要な契機にしているが故に、

高機能障害に適しており、低機能障害には適していないのではないか、との懸念を示していた。しかし後に、低機能障害者にも有効な結果が示された状況を受けて、さらに対象が拡大することを期待している。

最終的に彼は、(多数の) 役割の統合化を言語だけに頼らず、行動・演じることそのものによって行なうという他のアプローチ(モレノ、ジョンソン、エムナーら)を挙げて、ことばで話すことと演じることの両方による役割の統合の意義を認めている。

ランディの理論と実践は、役に焦点を当てたものであるが、ドラマセラピー全体の基礎概念であり、すべてのドラマセラピストが共有し、意図的に使用しているものだ。更に、役割理論として意識化されてはいなくとも、他の多くの心理療法、そしてドラマの手法を使う多くの活動の背後で働いている力が、実はこのロールセオリーで提示されている現象・変容であると言える。

文献：

Landy, R.J. (1993). *Persona and Performance*. New York. The Guilford Press

Landy, R.J. (2009). *Role Theory and The Role Method in Drama Therapy*.

In Johnson, D.R. & Emunah, R. (Eds.), *Current Approaches in Drama Therapy* C.C.Thomas.

Landy, R.J. & Butler, J.D. (2012) *Assessment Through Role Theory*

In Johnson, D.R. & Pendzik, S. (Eds.), *Assessment of Drama Therapy*. C.C. Thomas.

## ドラマセラピーの手法（5）

### 「隠れた物語を発見する——神話とお伽噺を使ったセラピー」

(The Story Within---myth and fairy tale in therapy)

## 尾上 明代

ドラマセラピーでは即興ドラマを創ることが多いが、既成の物語を使ったアプローチも、大切な手法の1つである。そこで今号では、カナダのドラマセラピスト、ユフディット・シルバーマン（Yehudit Silverman）の「隠れた物語を発見する」を紹介したい。

### 現実からの「距離」の効用

神話やお伽噺などの既成の物語をセラピーで使うことは、クライアントが現実から距離をとり、自分の問題を比喩的・象徴的に探索できることを意味している。現実を直接扱わないことはドラマセラピーの重要な概念の1つだ。その方が、実はより深く、しかしより安全に探究できるのである。もちろん、セッションを積み重ねる中で、個人とグループが「現実」そのものを扱う準備ができて、それが有効と思われる場合には、サイコドラマのような現実に起きたことを扱う手法を使うこともあるが、そのときに気を付けなければならない大事なポイントがある。それは、クライアント本人が、

自分が乗り越えるべき問題・課題をわかっているつもりでいても、実はそれは表面的に見えるものに過ぎず、その奥にまだ本人にもわかっていない課題が隠されている場合があるという点である。これに関してはドラマセラピスト、ルネ・エムナーも注意を促している。つまりセラピーの初めに、「この問題をやって下さい」という本人の希望で現実的な内容をドラマで扱った場合、それが本当の問題を本人が（無意識に）隠す（または邪魔をする）ことになるケースが多くあるのだ。しかし、セッション回数を重ねて深めていくと、本当の課題がわかってきたり、自分自身も忘れていたトラウマを思い出すことがよくおきる。そこで、神話やお伽噺という「距離」を使うと、少しずつ深い領域に、より安心して入ってもらい、時間をかけて「無意識」との間に橋を架けて到達すべき場所まで導いていけるのである。もともと世界中の神話やお伽噺に出て来る主人公たちは、その真剣な探究の旅の中で、自分自身についての重要な発見をするのであるが、クライアントたちも、それと同じような旅をするのだ。

## この手法の特徴

ユフディットは、カナダのコンコーディア大学大学院・クリエイティブアーツセラピー学科で教鞭をとりながら、モントリオールの臨床現場で芸術療法を行ってきたドラマセラピストである。対象者は、精神科の患者や自死者の遺族、個人とコミュニティーのトラウマに苦しむサバイバーなど多岐にわたる。彼女は、25年の臨床経験の中から「隠れた物語を発見する～神話とお伽噺を使ったセラピー」というアプローチを独自に開発した。この手法の特徴は、①既成の神話やお伽噺を使うこと、②ドラマ以外の多種のモダリティー（アート・音楽・詩歌・ダンスやムーブメントなど）も使っ

て深い探索すること、③特にマスクワーク（参加者各自がお面を作り、それを使ってドラマを行うワーク）に時間をかけることである。

しかしこの3つの特徴は、ドラマセラピー分野にとっては、特にめずらしいものではない。すべてのドラマセラピストが必修科目の中で学んでいることであり、それぞれ必要に応じて使われている内容だ。では、この手法のユニークな特徴は何であろうか。簡潔に紹介しつつ、その意義を考えたい。

彼女の手法では、まずクライアント本人に、自分を表現していると思う（または、「まだよくわからないけれど、自分の内面と触れ、何らかの意味をもっているように感じる」）神話やお伽噺、その中の登場人物、



場面を選んでもらう。決してセラピストがクライアントの代わりに選ぶことはしない。セラピストは導き手、器、証人になり、クライアント自身の発見を支え助け、場合によっては、相手役を演じる。

ドラマセラピーで既成の物語を使う場合には、クライアントたちの状況やセッションの目的に合ったものをセラピストが選び、グループ全体として一つの物語を演じることが多い。しかしこの手法では、1人ずつが自分のお伽噺を選んで、その登場人物を皆で同時に演じるのである。また連続セッションの中で、たった一つの役（登場人物）を何週間も（ときには何ヶ月も）演じてもらう。そのプロセスの中で、1つの特別な場面に深く入り込むことになるのだが、それがこのアプローチで最重要の治療的構成要素である。

## お面（仮面）製作～監督へ

ところでドラマセラピーには、マスクワークという分野がある。これは、お面（仮面）を製作するワーク（石膏を使って本格的に自分自身の顔の型を作るもの、プラスチックや紙・布などを使って作品として製作するものなど）や、そのお面を使ったパフォーマンスなどを指す。

お面は世界中の文化に存在し、古代から多様な目的で使われてきた。マスクワークを多く実践しているドラマセラピスト、カルロス・ロドリゲスによると、その起源は、人間が動物などに変装して狩りをし、また狩りが儀式と関わりながら発展したであろうことを示していると言う。演劇でも、昔から役の小道具として、普遍的イメージを

伝える役も果たしてきた。ドラマセラピーの中では、現実から距離をとることの象徴ともなるし、自分を表現する手段にもなる。

ユフディットの手法の中でも、お面は重要な役を果たしている。物語と登場人物を選んだクライアントは、次にそのお面を製作する。自分ではなく「登場人物」のお面なので、アクセスしにくいテーマが隠れていたとしても、そこに距離ができる。さまざまな材質の材料を使って描いたりデコレーションして作るのだが、参加者たちの多くは童心に帰って創る過程そのものを楽しむ。

その後はお面を使いながら音楽・ムーブメント・ドラマなど多くの媒体を使うワークを通して、自分で選んだ登場人物を様々に試していく。この創造的なプロセスに浸って神話やお伽噺の中の人物と一体化することで、安全な構造と器ができると同時に、その役と自分との間の深い共鳴、共振がおきてくる。今まで表面化していなかった（抑圧されていた、隠されていた、意識していなかった）自分の問題やトラウマとなっている材料を取り扱うことができるようになる。ユフディットは、自分で選んだ人物・役の中にすっかり包まれてしまうと、自分自身の心配事、恐れ、切望が現れ出てくると主張する。

この手法の特徴は、物語の登場人物が直面している困難な事態に、自分自身の困難な事態がつながっていくことである。このようにして、自分の状況や問題を理解できる一方で、自分とは違う対処の仕方を「登場人物」に気づかせてもらうことも可能になる。例えば、自分だったら恐怖を体験するような場面で、物語中の人物は、ユーモアを体験するかもしれない、というふうに。

さらには、クライアントに「監督」をしてもらう段階がある。クライアントは、自分の選んだ登場人物を他のメンバー（また

はセラピスト)に演技してもらい、監督として場面の指示をするという機会を与えられるのだ。このようにして、場面は変えることができる、つまり自分の現実の困難な状況も変えることができる可能性を理解する。

要約すると、この手法は、それまで無意識的に影響を与えていた(またはアクセスすることが困難であった)心的状態に安全に触れて癒しを得るプロセスだと、彼女は説明している。

### 「ジャックと豆の木」を選んだ少年

ではここで、ユフディットの過去のセッションの中から事例を紹介する。

自分のきょうだいへの性虐待を含む、とても多くの重い罪を犯した非行少年におこなったセラピーである。(少年と言っても身長が6フィートもある、筋骨たくましい反抗的な18才の男子とのこと。)彼は、ラップが大変得意だったため、ユフディットはラップを使って個人セッションを進めた。彼は、「ジャックと豆の木」を選んだ。「ジャックがお金を儲ける話だから、この話がずっと好きだったのさ」、と最初は言っていたそうだ。プロセスとともに、彼は徐々にジャックという人物になることができ、ジャックの物語や「巨人」に対する恐怖などをラップで表現するようになった。あるとき、梯子を使って豆の木を登って巨人に直面しに行く場面をおこなったとき、彼は、急に止まって恐怖で震え出した。小さい頃、父親から屋根裏部屋で性虐待を受けていたことを思い出したのだという。父親は、彼が7才のときにいなくなってしまったとすることで、そのことを忘れていたが、「豆の木を登った」とき、屋根裏で待っている父の

ところへ行ったことが甦ったようだ。このことこそ、彼自身も意識の上ではわからなかった「ジャックと豆の木」を選んだ理由だったのがある。

このとき以降、彼は、自分の受けた虐待、そして自分がしてきた虐待や暴力、そして暴力に対する自分自身の恐怖に向き合い始めた。そしてついに家族とやり直し、暴力団グループからも離れて更正することができたという。最後のセッションのとき、「お伽噺だなんてさ、本当に騙されちゃったみたいだね、こんなアホみたいなものに。でもさ、豆の木を登ったとき、あいつのことを思い出したんだ・・・

全く大変なことだったよ。そう、このセラピーを受けて良かった。おかげで人生が変わったよ。」

と話した。セラピー終了後、彼はユフディットに、ラップシンガーになるオーディションテープを作っているという連絡をしてきたそうである。

この事例では、ラップ音楽が得意なクライアントだったため、セラピストが実際にそれを一緒に行うことで、ドラマへの道筋をつけていった。個々のクライアントにとって適合している表現方法を使うことの効果がよく理解できる。

また彼女が主張しているもう1つの特長は、ユングその他の枠組での解釈をする方法と違って、神話やお伽噺を、そのクライアントの個人的な体験の枠組で、理解・解釈していく点である。

## 映画

ユフディットは、芸術をセラピーだけでなく、社会変革の方法として積極的に使用しており、ドキュメンタリー映画の制作者という顔も持っている。自死遺族が苦しみを表現する必要性を描いた *The Hidden Face of Suicide* (2010) は、いくつかの国際映画祭に出展した結果、2つの賞を受賞した。

あるとき彼女は、古い新聞記事を見て、自分が生まれる前に伯父が自死していたことを偶然に知るのだが、そのことについて、家族の誰一人として話すことがなかったことに疑問を抱く。家族の沈黙の裏にはどんな意味があるのか理解したいと思ったユフディットは、多くの自死遺族たちに出会う。そして彼女は、話すことができないことを表現するユニークな手段（＝お面作り）を彼らに提供し、遺族たちがその中にどんな意味を見い出していくのかを描いている。それは彼らとユフディット自身の癒しにとって大変重要な変容の旅であった。遺族たちが教えてくれたのは、秘密にしておくことの危険。そこから、自分の家族の沈黙を破る勇気をもったユフディットは、50年前の悲劇について初めて両親に聞くことができた。その後3人は、伯父の魂を癒すために、お墓に向かう。お墓での3人の歌声が感動的なラストシーンを創っている。このドキュメンタリーは、大切な人を亡くした自死遺族の苦しみと、その苦しみを秘密にしておくことの苦しみ、そしてそれを表現することの重要性を描いているのだが、同時に制作者の彼女自身の旅となっていることもユニークである。



今年3月、ユフディットが来日した際、立命館大学・応用人間科学研究科でも招聘した。院生たちに「隠れた物語を発見する」のワークショップを体験してもらい、また上記の映画を紹介することができて大変有意義な時間となった。

### 文献（資料）

キャンベル、J、（平田武靖他 訳）千の顔をもつ英雄 人文書院 2004年

関則雄（編）、新しい芸術療法の流れ クリエイティブ・アーツセラピー フィルムアート社 2008年

Silverman, Y. (2004). The Story Within---myth and fairy tale in therapy. *The Arts in Psychotherapy*. Vol. 31  
The Story Within-myth and fairy tale in therapy, 2004  
Produced and directed by Yehudit Silverman

*The Hidden Face of Suicide*, March, 2010  
Produced, written, and directed by Yehudit Silverman

## ドラマセラピーの手法（6）

# 「苦しみを芸術に変える」

～自己開示劇（The Self-Revelatory Performance）～

尾上 明代

一般的な演劇は、決められた構成に基づきリハーサルを重ねたのち舞台上で上演され、出来上がったプロダクト（結果としての作品）に焦点があてられる。これに対してドラマセラピーでは、セッション内で即興演技場面を行ない、そのプロセスを最も大切にする。このような基本的違いはあるが、ドラマセラピーにも、長期間かけて演劇作品を作り観客の前で演じるアプローチがあることを今号で紹介したい。

この「自己開示劇」は、ドラマセラピーのクライアント本人たちが、自分が**現在**もつ問題や苦しみを劇にして演じ、一般社会に向けて公表するという手法である<sup>i</sup>。演技者たちは、薬物等依存症者、虐待等のサバイバー、身体的または発達障がいをもつ人、ホームレス、受刑者、移民、難民、高齢者、青年など多岐にわたる。このような劇の上演活動が、どのようにして可能になるのだろうか。クライアントにとってチャレンジングであるばかりでなく、ドラマセラピストにとっても非常に高い力量と多くのエネルギーが必要なアプローチであるが、創始者、ルネ・エムナー<sup>ii</sup>の素晴らしい実践を例

にあげて解説したいと思う。

## 「自己開示」と

## 「自己開示劇」について

“自己開示 (self-disclosure) についての体系的な研究を最初に行なったのはカナダの心理学者ジュラードである。彼は自己開示を「他者が知覚しうるよう自分自身を露わにする行為」と定義した (Jourard, 1971) が、具体的には、自分の体験、価値観、感情など、話していなかったことや隠していたことを明らかにすることだと考える。それは、一対一の対人関係では、告白するという表現になるかもしれないし、多数の人たちへ向ける場合は、公表・カミングアウトするという表現になることもあるだろう。

では「自己開示劇」は、どのような劇だとイメージされるだろうか。これは、長期間（通常1年程度）にわたる多数回の連続

セラピーセッションで少しずつプロセスを進展させ、そこから生まれたクライアントの現在の問題を表わすドラマ場面を、最終的に観客たちに向けて上演する演劇である。

ことばの意味から考えてみると、一般的に「自己開示」は英語では self-disclosure と言うが、この「自己開示劇」の原語は self-revelatory performance である。このことばを日本語に訳すとき私は長い間悩んだが、簡潔な日本語にするために「自己開示劇」という表現を選んだ。だが、ニュアンスとして、disclosure は単に今まで隠していたものを露わにするという感じがするのに対して、revelation(revelatory の名詞形)には、明らかにするという意味以外に啓示、黙示という意味もある。聖書のヨハネの黙示録にある通り、隠されていた真理が大いなるものの導きによって現れ出る、という感じを受ける。

その中には、その導きで変容した新しい自己を見つける、というプロセスも含まれるだろう。つまり、自己開示劇は、今まで明らかにしていなかった自分を開示したり曝け出すだけでなく、その開示のプロセスにおいて、何が創造され、そして自分と自分を取り巻く環境がどのように変容したのか、変容しつつあるのかを観客と共有することを目指すものだと言える。

## 「内側から外側へ」

ではここで、ルネが1979年に実践し、話題となった劇団「分析を超えて」の記録を紹介する。

カリフォルニアの元精神疾患患者7名で構成されたこの劇団は、一年間のドラマセラピー連続セッションプロセスの後半段階のクライマックスとして「内側から外側へ」という劇を、一般の観客に向けて多数回、上演した。彼らが困難なプロセスを乗り越えて公演を成功させ、回復するプロセスの記録は非常に貴重である。

(アウトラインのみを記述するので感動的な詳しいプロセスを知りたい方は「ドラマセラピーのプロセス・技法・上演 (Emunah, 2007)」の9章をお読みください。)

ルネは、精神科病院で精神疾患をもつ患者へのドラマセラピーに多く携わる中で、退院患者の再入院率が非常に高いことを憂慮し、何とか良い方法がないかと模索していた。その大きな原因が、社会的な孤立と、日常生活におけるストレスと挫折に対処できないこと(または対処する意欲の欠如)であると考えた彼女は、「高いレベルの社会的相互交流や、親密な所属意識を作り出す演劇グループが、上記問題の解決につながるのではないか」と思いついたのだ。

セラピーグループ内での相互交流も、れっきとした「ミニ社会」であり、(それがセラピストによって意図的に作られた「疑似社会」であったとしても)本当の社会に出ていくための橋渡しとして機能することは十分可能であるが、やはり閉じられたセラピーグループの枠内の効果を超えるのは難しいことが多々ある。そこで、演劇集団として上演・公開を目指すということは、より具体的な実際の社会との相互交流となり、セラピー内の「現実性」を遥かに超えたものとなる。仲間や活動に対するコミットメ

ントや社会的責任は大きくなり、セラピーと社会的行動が同時進行をしていく中で、ダイナミックな変化が期待できるわけである。

またルネは、当初からこのような劇を、より大きなコミュニティのための癒しの力として、また相互に変容していく過程として、「外部の人たちに見てもらわなければならない」というインスピレーションをもっていったようだ。「施設に收容された人たちとコミュニティとの間の障壁を壊す必要があった。そしてタブーとなっているテーマを公に提示し、汚名と先入観を粉碎する必要があった」と述べている。

しかし、複数の人間が多くの時間をともにすごして長期でコミットし、劇を作り上げる過程は、ただでさえ多くの困難が伴い、また最後まで貫徹されるためには全員の安定した参加や努力が必要であるのに、この劇団のメンバーの状況は難しく、ルネは大変苦勞することとなる。

## 上演のプロセス

公演を目指して同意し船出をしたグループであったが、ほどなくして、メンバーたちの出席が不定期になった。ある女性は、舞台上で自分の姿を見られるのが嫌なので辞めると言い出し、別の女性は再入院をしてしまう。鬱症状になるメンバーも出て、皆が再入院の恐れを感じるようになる。ルネは、メンバーのネガティブな感情や不安をなくしたり避けたりするのではなく、それらとドラマの中で対峙させ、乗り越えるよ

うに指導し、しかもそのことを遙か先に行われるであろう劇の素材として共に創り出していった。また彼女は、グループ全体でセッションをする利点をよく理解しながらも、それだけでは対処し切れないことを認識し、個別カウンセリングを各人と並行して実施しながら、根気よく全員を支えた。

しかし、自殺未遂を繰り返していた若い男性(彼には、「おまえなんか死んでしまえ」という声がときどき聞こえていた)に、またそのような気分が出てきたときは、同じ体験をもつメンバーたちが助け支えた。このころには、メンバー同士がサポートし合えるような関係に成長していたと言える。

その後、芸術作品としてより良いものにするため、プロのアーティストたちをゲストとして招いて、ワークショップも定期的に行なってもらった。皆はセラピスト以外の外部の人たちの指示を懸命に受け入れた。これは、現実の社会に踏み出す準備が出来始めた証拠だとルネは考えた。その後、メンバーたちはボランティアやパートの仕事を始め、順調に進んでいったように見えたのだが、そのさなか、ある女性が鬱状態になり引きこもってしまった。また2人の女性メンバーが仲良くなっていくことに嫉妬した別の女性が、奇妙な電話を2人にかけて脅かし、自己破滅的な行動をとる。ルネは、その女性との個人ミーティングや、3人の仲直りセッションを繰り返す。そうこうしているうちに、さきほどの男性に、また「死んでしまえ」という声が聞こえ始める。

・・・という具合で、文字通り一難去ってはまた一難という状況が続く中、ルネは「このような人たちと公共の場で上演する

演劇を作り上げるのは無理なのかもしれない。この人たちが、生き続ける意志を持つということにすら期待できないのであれば、もう無理かもしれない」と思うこともあったと言う。

しかし、諦めることなくベストを尽くし、とうとう本番当日を迎えて成功した。その後多くの場所での公演も終え、ルネとメンバーの1人は新聞やテレビのインタビューや取材に応える活動も行なった。

## 成功後の問題

メンバーたちは、幼いころ体験した虐待や、ゲイである理由による親からの拒否など、さまざまな辛い体験を抱えていた。これまで自己評価が低かった人たちがこのような上演成功から変容を遂げて自己評価を高めていくことは特に意義深い。

ところが成功裏に舞台を終えた後、彼らはそれまでで最大の難問をルネに突きつけたのだ。一つは、公演が終了してしまった喪失感が原因の鬱、もう一つは、成功した自分に課される高い期待への恐れとその水準を維持できないのではないかという不安から、今までの低い自己評価のままにいたいという欲求が出てきたことである。今までの低い自己評価と成功した自分とのギャップが大きいため、成功後は新しい自己像を統合していくプロセスが必要になる。鬱状態も、再び社会的に引きこもり、薬物使用などのきっかけとさえなりうる。つまり、このときこそ、ドラマセラピストの最大の配慮や援助が必要なときなのだ。公演は、

セラピーにおける一つのクライマックスであることには違いないが、それは最終段階ではなく、公演後のセッションは、リハーサル段階と同じくらいの集中したセッション・スケジュールが必要であると、ルネは言う。

## 「自己開示劇」の特徴

劇団「分析を超えて」でルネが実施した手順をまとめると以下の通りである。

1. セッションを重ねて各メンバーが自己の課題を探索する
2. 様々なシーンの中から内部、外部世界を開示するような、上演に値する場面を選択し、少しずつ発展させる
3. 内面からの表出をテーマとして提出できるよう、ストーリー化する
4. 上演に向けて洗練するために、プロの演劇人の指導を入れる
5. 観客を前にした上演（複数回）
6. 上演後の危機に対処する終結のプロセスを行なう

自己開示劇は、演者の現実人生を扱うという意味では自伝的演劇と同じであるが、その最大の特徴の一つは、すでに終わった（乗り越えた）過去の問題ではなく、現在抱えている問題を扱うという点である。よって演者にとって危険を冒す部分がある。クライアントの大きな勇気と、危険を乗り越える力が必要なので、グループの準備ができていない段階では導入してはならない

とルネも明言している。一方、演者自身の人生を扱うことの良い側面の一つは、観客からの称賛が、より直接的な意味をもつことだ。普通、舞台俳優は、上演が終わって観客から拍手を受けるとき、役を脱いで元の自分として拍手を受ける。しかし彼らの場合には脱ぎ捨てる役はなく、観客からの拍手は、作品と演者本人の両方へ向けた拍手となるのだ。

また、「セラピー」であるにもかかわらず、プロダクト（出来上がった作品）の芸術的美しさを高度なものにしていくという点や、そのような技術をクライアントに求めることも大きな特徴である。ルネは、そのようにして初めて「そこに明晰さと統御の感覚を獲得することができる。そのプロセスには、内面の題材の発掘、拡大、彫刻、修正、独創的で力強い伝達方法の発見、そしてこれらすべてを洗練することが含まれている。このようにして、芸術的な美しさを完成させようという流れと、治療的な効果を高めるといふ流れは、相互に深く絡み合う」と説明する。つまり、芸術度を上げることで、治療プロセスも強化されると言うのだ。これは、プロの俳優のようなレベルを要求するという意味ではなく、演技を磨いてクライアント本人が上達したことを実感し、観客の拍手や称賛をそのものとして信じて受け入れることができるためであろう。さらに「治療」を超えた場が創り出されることも容易に理解できる。

もう一つの重要な側面は、公演時の即興性である。構成が決まっていて、リハーサル練習も何度も行なうが、生（ナマ）の現場で行なう即興場面は常に作られ、最後までその要素が残されている。自己開示を行

なう決定的な場面の大枠は決まっていますが、感情、表現、発話はその瞬間のモメントに委ねられているのである。演者は毎回の上演ごとに新たな自己開示を試みることになる。また即興演技の際のさまざまな感情を観客から募るといふ手法を使うので、客席とのふれあい、交歓のときともなる。ここで演者のユーモアも発現される。

## 「自己開示劇」の意義

この手法は、ドラマセラピーの中でも特に総合的・統合的である。参加する個人とグループにとっての課題が扱われるだけでなく、セラピー内と外の社会との関係も統合されるからだ。その内外の関係が頂点に達するのが上演のときである。個人・グループの開示を行なう劇が、コミュニティーという観客を前に、具体的な共存・共有の場を迎える。一般のセラピーセッションでは、そこで起きた変容を個々人が現実人生にもって帰ることが、現実社会への働きかけになるだけだが、この手法では、公演劇として社会・コミュニティーに提示することで、より具体的、現実的な統合をはかる。演者諸個人が変容する→それを開示する→それを見ることで観客・社会が変容する→変容した観客や社会を見て演者諸個人が変容する・・・このような循環が幾重にも発生し、大きな渦を引き起こすことが期待できる。自己開示劇には、何層にも表出・進行するプロセスが発生するのである。

またルネは、この上演の波及効果は、諸個人の内面的にも、外部との交渉としても、

その対象が「グループから地域社会へ、セラピーから教育へ、個人的なものから普遍的なものへと拡大する」と述べる。

「個人的なものは、必ず普遍的なものへとその質が変化しなくてはいけない。ある特定の演技者の体験は、必ずより幅広い人間の体験を照らし出さなくてはならない。その劇は、単に『演技者のために良い』ということだけにとどまってはならず、多数の観客を啓発し、感動させ、そしてインスピレーションを与えるものとならなければならない。」このような考えは、クライアントのために観客が見に来るのではなく、劇の演者であるクライアントが観客のために奉仕するという考え方だ。実際、ほとんどの観客はこの演者たちの孤立、葛藤、乗り越えなどのプロセスと思わず一体感をもち、自分たちの内面の苦しみと喜びを思い起こすことになったという。この劇は、一般的な演劇より深いレベルのインパクトと理解、共感、感覚の変容を可能にする。これは、演者と観客が相互に浄化し合うというグロトフスキの「もたざる演劇」と同じ要素もっている。そこでは、いらぬものをそぎ落とした「聖なる俳優」が、最も深いコアの部分さらけ出すように指導され、観客たちを心理的・スピリチュアルな旅へと誘う。その俳優たちと自己開示劇の演者が行なうことは通底しており、ルネも「奉納であり、変容を目指す生贄であるとすら言える」と解説している。

自己開示劇は、以上のようなプロセスとその意味から、優れて自己についての語りを変容させ語り直していくナラティブの統合的な活動と言える。このように、自己開

示した演者たち（クライアントたち）は、自分たちの存在を社会に伝え、社会の眼差しや先入観を変えるだけでなく、実は、観客（社会）の癒しのために奉仕している。この奉仕は、上演という形で最高潮に至る。自己開示劇は、社会変革につながる可能性を潜在させたアプローチとして、これまで紹介したモレノの「ソシオドラマ」や、ポアールの「被抑圧者の演劇」に匹敵するものと言ってよいだろう。

#### 参考・引用文献

エムナー、R. (2007)「ドラマセラピーのプロセス・技法・上演」尾上明代訳 北大路書房.

グロトフスキ、J. (1971)「実験演劇論—持たざる演劇をめざして」大島勉訳 テアトロ.

ジュラード、S. M. (1974)「透明なる自己」岡堂哲雄訳、誠心書房.

---

i セラピー内でメンバーたちに向けて上演されることも多くあるが、今号では外のコミュニティ・社会へ向けての実践を紹介した。

ii アメリカでのドラマセラピーの生みの親の1人。30年以上の歴史をもつカリフォルニア総合学研究所のドラマセラピー修士課程の創設者であり、長い臨床・及び教授経験をもつ。日本にも数度招聘し、立命館大学応用人間科学研究科でも集中授業を担当してもらったことがある。私にとって最も信頼できるメンターであり、友人の1人でもある。

## ドラマセラピーの手法（7）

# 「苦しみを芸術に変える～パート2」

～劇団「プレイフル・サバイバーズ」による自己開示劇～

## 尾上 明代

ここ数年、女性の依存症（アルコール、薬物、ギャンブルなど）回復のための中間施設で、ドラマセラピーを使った対人援助を実践している。私が力を注いでいる活動の一つだ。今年6月、関連施設で行われたイベントで、前号で紹介した自己開示劇を実施した。そこで今号は「パート2」としてその報告をしたい。これまで小さな規模で行ったことはあったが、本格的なプロセスを経た実施は今回が初めてだ。（しかも本邦初でもある。）

ドラマセラピストたちの共通の理解であるが、援助者全員が、私のドラマセラピーのトレーニングを受け、セッションにもクライアントたちと一緒に参加するというのは、海外も含めて初めての取り組みである。

最も大切な援助目的は、断酒の継続、リラプス（再飲酒などで再び元の状態に戻ってしまうこと）の予防、そして社会復帰のためのサポートであるが、そのために、ドラマセラピーで目指している目標は以下である。

### 依存症回復のための

#### ドラマセラピー実践の概要

この施設でのドラマセラピーは、ドラマセラピストの私の他に、依存症専門の精神科医と看護師、ソーシャルワーカー、元当事者の施設職員たち全員女性で構成されたチームで実施している。ドラマセラピーが依存症治療に有効であることは、海外のド

- ・感情の認知、感情の表現と抑制をバランスのとれたものにする
- ・自尊感情や自己評価を高める
- ・自分の過去と現在を理解し直す
- ・新たな未来を希望をもって展望する
- ・他者との関係を新しいパースペクティブで見ることができるようになる
- ・自己を受け入れてくれるように、周りの人々や社会に働きかけることができるようにする（本人によるセルフ・アドボケートの支援）・依存症に至った原因のトラ

ウマもできるだけ扱う など。

ところで、もともとこの施設の利用者たちにとって重要な役割を担い続けているのが、セルフグループ（AA=Alcoholics Anonymous・無名のアルコール依存症者たち）である。彼女たちは、そこでのミーティングに参加し、「12のステップ」を仲間や先輩と学び、実践している。このプログラムは、断酒継続から新たな生き方を可能にする最も有効な方法の一つである。1ステップずつの基本原則があり（例えばステップ1は、アルコールに対して自分が無力であることを認識する内容）、ドラマセラピーの中でも、AAの文化や活動をサポートし、相乗効果が出るよう配慮して行ってきた。また、AA等のミーティングだけでなく、治療分野でも認知行動療法などバーバルな活動が多い中、ドラマセラピーの特徴である体験的で身体性のある手法は、上記の目標を達成するのに、非常に有効に機能する。さらに「チーム連携によるドラマセラピー」という新しいアプローチによって、既存の治療的活動のみでは回復困難な状況を抱えるクライアントたちに貢献することができており、これまでの結果はかなり良好である。

## 「自己開示劇」実施の難しさ

今号では、上記施設で行った自己開示劇について具体的な報告するが、まずは、この手法がなかなか実行困難であることを説

明しよう。

前号に詳しく書いたように、自分の現在もっている課題や苦しみを開示し、公演という形で発表する自己開示劇は、初めから上演目的でグループが集まって劇の練習をするわけではない。ドラマ「セラピー」の実行、そこでの発展・変容が先であり基本である。その後、長期間のセッションの中で、クライアントによって即興で演じられたドラマをベースに作品にしていくものである。よって創作劇でもないし、また正式な脚本もない（つまり、全てのせりふが固定されているわけではない）。そして、自己を題材として社会への働きかけを行うという、明確な課題が新たに設定される。

私は、これまで多数のグループで多種の対象者にドラマセラピーを行ってきたが、この手法を目指したことはなかった。それは、公の場で自己を開示してもらう点や、多数の観客に見せるレベルの「演劇」を創るという点で、強いパワーを持ち続けられるクライアントでなければ不可能なこと、さらに症状などの後退の危険が伴うことがあるので、長期間のかかわりと周りの環境からの継続的安定的な支えが必要になり、実施が非常にむずかしいからである。「クライアントの大きな勇気と、危険を乗り越える力が必要なので、グループの準備ができていない段階では導入してはならない」と創始者のルネ・エムナーも明言している。どうしても対象者の利益より害になってしまう可能性のほうが多く感じられ、実践に踏み切れるグループには、これまで出会っていなかった。

## 実施決定—劇団「プレイフル・サバイバーズ」の誕生

ところが、今年初めて自己開示劇を行う劇団を結成することになった。このグループは、上記の施設で以前8ヶ月間のセッションを成功裏に終了した9人のメンバーたちである。この施設では、毎グループのセラピー終了後、半年から1年くらい経ったところでフォローアップのセッションを3、4回行うことにしており、このグループも同じ目的で3月初めに再び集まった。ドラマセラピーは1年ぶりであったが、メンバーたちのほとんどが施設のミーティングに通い続けており、さらなる回復への道を歩んでいた。ドラマセラピーの導入以来、脱落する（再飲酒など元の状態に戻ってしまったり、施設やAAのミーティングに来なくなるなど）人の割合は、かなり改善されたが、0になったわけではない。このグループでは、9名中2名がそのような事情により、フォローアップに参加できない状態であった。

7名で始めたフォローアップ1回目。AAの「12のステップ」の実践継続をサポート・強化するために、それらの内容に基づいた彼女たちの実体験や、現在抱えている悩みをドラマにして演じてもらった。彼女たちの「演技力」は、まったく衰えていなかった。それどころか1年前より良くなっていくくらいであった。これは、まさしく彼女たちの実人生における「生きる能力」そのものが保たれている、または前より改善されていることを示している。断酒継続

とともに素晴らしいことだ、と嬉しくなり、そのことを皆に伝えた。

どのような状況をドラマ化する場合も、そこにプレイフルネス（良質なユーモアや楽しい遊び心の精神）の要素を入れること、むずかしい状況でも、そのような要素を入れて演じることができれば、実人生で生きて行く力になることを、セッションで私はいつも伝えてきたし、その力を彼女たちも身をもって体験してきている。今回のドラマでは、その精神が1年経っても健在であることが示されていた。ドラマセラピーを楽しむながら自分たち自身の体験を適切な距離感をもって客観的に見ることができていると同時に、感情をリアルに感じることもできていた。この状態は、ドラマセラピーでは「美的距離」と呼び、バランスのとれた良い状態である。仲間たちとの良好な関係（実はこれを保つこともむずかしく、回復のために入った施設での対人関係のこじれから、せつかくの機会を捨てるように施設を辞めていく女性たちが、これまでは多かった。これを防ぐことが、私のドラマセラピー・セッションが導入された大きな理由の一つでもあった。）も保たれており、演技後のシェアリングでは、信頼と安心の雰囲気の中、多くの気づきが真剣に話し合われた。

このとき、「このグループなら自身の課題を社会に訴えることができる、このグループなら自己開示劇ができる！」というインスピレーションが湧いたのだ。その日のスタッフミーティングでさっそく提案すると、皆賛成だった。特に看護師のOさんは「長い間の夢が叶う！」と最も喜んでくれた。彼女は、もともと「心の傷を芸術に変える」

という自己開示劇について本で読んで感動し、私をその施設に招いた張本人である。

翌回のセッションで、グループメンバーたちに自己開示劇について説明をした。(前号でも解説したように) ルネは、「単に『演技者のために良い』ということだけにとどまってはならず、多数の観客を啓発し、感動させ、そしてインスピレーションを与えるものとならなければならない。」と言っているが、これは、クライアントのために観客が観劇するのではなく、劇の演者であるクライアントが観客のために奉仕するという考え方である。彼女たちの実体験や現在の課題を公演にすることは、依存症の回復を目指している多くの観客にとって、まさに上記の概念が当てはまる。実際、自己開示劇のほとんどの観客は演者たちの葛藤、乗り越えなどのプロセスと思わず一体感をもち、自分たちの内面の苦しみと喜びを思い起こすことになった、とルネは言う。

クライアントたちは、自己開示劇の内容と意義を理解し、公演に向けて頑張ることを同意してくれた。特に自分たち自身だけでなく、観客たちの役に立つというこの劇が、AAの「12のステップ」の12番目(自分たちが学んで成し遂げたことを次の世代の依存症者たちに伝えていく義務があるという最後のステップ)と合致するという説明で、さらにやる気になったのだ。自分たちが社会に発言していくという意味を深く理解したのだろう。

さっそく劇団の名前を皆で話し合った。このグループに関して思いつくイメージやことばを出し合う中で、私が前年のセッション時によく使っていたプレイフル、とい

うことばを多くのメンバーが気に入っていると、結局「プレイフル・サバイバーズ」に決まった。「私たちは、辛く苦しいときも、ユーモアと楽しい遊び心をもって、乗り越えて行こうとしている」という意味が込められている。虐待やDVなどを、死と隣り合わせで生き抜いて来た、文字通りのサバイバーたちが、自らつけた劇団名である。私も大変気に入った。彼女たちの自己開示劇そのものも、プレイフルネスを活かして創って行きたいと強く思った。

## プロセスの進め方の特徴

ちょうど、ある施設主催の年中行事が約3ヶ月後にあることから、そのプログラムの中で1時間ほど、公演の時間をもらうことになった。観客は、依存症から回復した本人やその家族たち、それに一般市民、約250人である。

もともとは、3回だけのフォローアップ「セラピー」の予定だったのが、次のセッションから、6月の公演へ向けたハードな練習へと変わった。しかし、一般の劇団とまったく違うのは、やはり基本はセラピーであるという点である。私は本番まで時間が少ない中、心の底の焦りを抑えつつ、慎重に計画を立てて進めていった。そもそもメンバーだけの「セラピー」内で演じていただけの「ずぶの素人」を、多くの人の前で、自分の実体験を開示しながら失敗なく演技をるところまで導くことができるのだろうか？彼女たちが、依存症からの回復途上にある、心身の症状がまだまだ不安

定なメンバーたちであることに、改めて思い至ると、前号でも紹介したルネの劇団同様、途中で辞めたい人や、具合が悪くなる人が出るかもしれないことは、容易に想像できた。そこで、特に初期のころは、彼女たちの気持ちを丁寧に聞きながら、やる気が保たれているか常に確認しながら進めた。不安な気持ちがあれば表現してもらって、そのこと自体を使ったワークを行うなど、丁寧に進めた。メンバーもスタッフも私もベストを尽くしたのだが、結局1人だけが、強い鬱症状のため続けられず、非常に残念ながら辞めることになった。

さて、観客に見せる「演劇作品」という性質上、私は普段の「セラピー」セッションとは違う姿勢で、多くの演出や指導をすることになったが、皆がやらされているという気持ちにならないよう、彼女たち自身の主体性を最大限尊重するスタンスは、セラピー時と全く同様にした。全員一緒に作りあげていけるよう、彼女たちの意見を沢山採用した。実際、彼女たちには、去年の連続セッションのおかげで創造力がついてきた。細かいところは演者本人が随分工夫してくれた。他のスタッフも良いアイデアを出してくれた。

大道具は何も使わなかったが、必要な小道具は、演者たちが時間を作って集まり、懸命に作っていた。スタッフもいつもに増して、積極的にアイデアを出した。私が体調を崩して欠席したときは、看護師のOさんや施設スタッフが代わりにディレクターを務めてくれた。そのときの指導ポイントが的を射ていたことが後日わかり、体調を崩したことが「奏功して」凶らずもスタッフの大きな成長をも見ることができた。

メンバーの調子が悪いときは（例えば生理前のときは、彼女たちにとって心身の状態が最悪のときの一つである）、それらに対処するドラマを行なうなど、ベースがセラピーであることを自他ともに意識し続けた。そのように支えながらも、しっかり劇創りも進めるという、セラピーと演出の両方を実践した。

大きな声を出す練習も、いわゆる劇団の訓練で行うような発声練習は一切せず、自然に大きな声が出て来るようなゲームやアクティビティを考案して行った。

上演内容は、セラピー・セッションで演じられた場面の中から、演者たちにとって効果的であると同時に、観客にとっても役立つであろうドラマを選んでいった。私には「演出家」としての欲が出て来て、「この場面上演できたらとても興味深い劇になる！」と喉から手が出るほどやりたい場面がいくつかあったが、出演者の現実場面であることから、ご本人が辞退すれば、その瞬間に諦めざるを得なかった。特に、Dさんが演じたある場面は、多くの観客から共感が得られると思われ、上演を提案してみたが、即座に断られてしまった。（このDさんは、その何週間かあとで「ノーと言えない自分」のドラマを演じることになるのだが、実際はこの時点でノーと言えていたわけだ。本人が思う以上に生きる力が増してきていたことを、今記述する中で発見し、興味深く思う。）

## 公演の内容

今回のパフォーマンスは、出演者6人の中から4人の現実場面を4つのドラマにして構成した。他の2人も、重要な脇役・相手役をいくつか掛け持ちで演じた。それらは結果的に2人にとっても、自分の現実と関係があるものになった。

ドラマの根底にあるテーマは、すべてAの「12のステップ」の原理に関係している。例えば、ドラマ1と2のテーマはステップ1～3で、神や自分を越えた大きな力を信じて、その配慮にゆだねる、という生き方を表している。(AAは宗教団体ではなく、どのような宗教・宗派などにも縛られていないが、神・ハイヤーパワーなどの表現と、自分なりに理解した神、という概念を使っている。そこで、ドラマセラピーのセッションのスタンスにもその文化を反映・サポートし、自己開示劇にも取り入れている。)

以下の4つのストーリーに共通して表現されているのは、古いものを手放して新しいものを獲得するプロセスである。古い人生や古い自分を手放すには、大きな努力と痛みが伴うが、彼女たちが、新しい人生や新しい自分を手に入れることを成し遂げるプロセスが少しでも伝えられればと思う。

#### ドラマ1―「決心したんだ」

テーマ：ステップ1、2、3

たばこの吸い過ぎで、体調を崩していたAさんは、検査結果が心配でも、愛する孫に頼まれても、「たばこは死んでも辞められない」と思っていた。断酒後、唯一しがみついていたい嗜好品でもあった。そこで私

はドラマワークを提供した。Aさんが天に助けを求めると、目の前にハイヤーパワーが現れ、「お酒を辞めたあなたにとって、たばこは心のよりどころとして必要だったのでしょ。でも、もう手放す必要があります。ミーティングで最近、本当の気持ちをきちんと話していないのではないですか。正直に自分の気持ちを語り、私を信じていれば必ず良い方向に行きます」というアドバイスを得た。(実際は、Aさん自身から出てきたことばを、ハイヤーパワー役の人に再度言ってもらった。)このようなやり取りを続けた後、ほどなくしてAさんは、「たばこを辞めます!」と決心した。そして久しぶりに会った孫に「もう辞めたよ」という場面を行った。この日は公演の2ヶ月前であった。

Aさんが酷い咳で病院に行き、検査結果を心配していたので、「セラピー」として行ったのだが、このドラマの効果で実際にその日から本当にたばこを辞められたのである。一週間後の検査結果も良かったので、ぜひ公演でやりましょうということになったのだった。

「もう2ヶ月も吸っていないよ」と本番で言ったAさん。多くの仲間たちが驚いていた。

#### ドラマ2―「新しい生き方を大切に」

ステップ1、2、3

Bさんは、家を出て中間施設で暮らす中で、離婚を決心した。1年前のことだ。一緒にお酒や薬物を使っていた夫はまだ同じ状態だったので、直接連絡をとらないまま、他者を介して離婚しなければならなかった。

子どものいない彼女には娘のような存在である犬がいたが、家に戻れなかったため、連れてくることはおろか、会うことさえもできない。彼女にとっては、それが一番大きな理由で離婚に踏み切れずにいた。そこで、当時のセッションの中で、犬ときちんとお別れをする場面を創った。長期セラピー終了後、久しぶりにBさんに会ったとき、彼女は私に「あのとき、別れのドラマをやって下さったおかげで離婚できました。本当に、あれがなかったらできてなかったです！」と晴々した顔で報告してくれた。しかし実際にアパートで自立生活を始めたBさんは、ときどき「娘同様の」犬を思い出して、今も辛い思いをしているそうだ。「だからもう一度、あの場面を多くの観客の前で演じる必要があるのかもしれない、勇気を出してやってみたい」と言う。

舞台上でBさんは、「あなたと別れるのは、本当につらいし寂しいけど、あなたを手放すことは、古い生き方を手放すことになるの。」と犬との別れの場面を演じた。「イヤ！ママ私を捨てないで。行かないで！」と泣いて訴える犬に、続けて語りかけるBさん。

「お酒、覚醒剤を使っていた自分、人に迷惑をかけたり、家族に心配かけたりしていた自分を手放します。あのね、モカちゃん。聞いて。手放すと良いことがあるの。ささやかな幸せが手に入るのよ。たとえば健康な身体、ごはんが美味しいこと、スッキリした目覚め。平安な心。家族との良い関係。良い仲間。・・・こうやって本来の愛に気づくことができたの！ママは、あなたを神様にお預けする！神様、この子をよろしくお願いします！」

するとやっと犬も納得し、別れのことば

を伝える。「私も頑張って生きるからママも新しい生き方を大切にね！」

舞台の袖から、客席で泣いている女性が見えた。

### ドラマ3—「これで私も変わって行ける」

#### ステップ4, 5

ステップ4では、これまでの自分の人生を振り返る「棚卸し」と呼ばれるプロセスを行う。今まで自分に起きたこと、思い出したくないこと、向き合いたくない内容をすべて表にして書き出していくため、この作業を大変苦しく思う人が多い。例えば恨んでいる相手を列挙し、その理由や傷つけられたものを書いていくのである。長いことかけて書き上げた後、ステップ5でスポンサーといわれる先輩にその内容をすべて話して、自分の過ちを認めるプロセスに進むことになる。

Cさんは、ステップ4で何度もスポンサーからダメ出しが出て、結局一年もかかって棚卸しを書いた。劇では、ダメ出しの度にがっかりし、考え直し、自己と向き合い、自己洞察を深めていく様子を表現した。アルコールと薬物を使っていたこれまでの人生、それらを始めた経緯などを丁寧に掘り起こし、思い出したくない過去をすべて書き出す。とうとう完成して、スポンサーにすべて聞いてもらい、大きな仕事を一つ乗り越えた気分のCさんは、「これで私も変わって行ける！」と宣言する。これを見て、ステップ4, 5の理解が深まった観客も多かったことだろう。

ただ、ずっと座って書いているだけだと

劇として面白くないので、沢山の工夫を凝らし、プレイフルな動きを演出した。会場には多くの笑いが広がった。

#### ドラマ4—「ノーと言っているんだ」

ステップ6、7

ステップ6と7は、自分の性格上の欠点を神に取り除いてもらう段階である。

Dさんは、人からの頼みを断れないし、自分の言いたいことを言えない。原家族の問題や育ってきた環境から、このようなクライアントはとて多く、彼女も例外ではない。他の人の評価や嫌われることが怖くて断れないのだ。「本当は泣きたい気分」と言いつつも、職場でも上司に断れずにニコニコして仕事を受けて、いつもキャパシティー以上に抱え込み、つぶれてしまうのである。この様子を、劇ではパソコンを打っているDさんに上司が後から後から書類をどんどんもって来て積み上げ、Dさんの顔が見えなくなるほどになっても、ニコニコして受け取る場面にした。

このとき彼女は、「こんな私はどうしたら良いのでしょうか？」と客席に語りかける。

この部分は、さらなる即興性とプレイフルネスを表現する演出にした。客席に散らばったメンバーたちが1人ずつ出てきて、Dさんに代わっていろいろなアイデアで同じ場面を再演するのである。

・突然おなかが痛くなり、苦しみ出す部下。

上司はすぐに医務室へ行けと言ってくれる。

・「こんなにたくさんやられるか！」と上司に怒鳴って出て行く。

- ・もらった書類を上司の目の前でシュレッダーにかける。
- ・「部長、背広に大きな穴が空いています。」と話しかけると驚いた部長が背広を脱ぐ。「今日大事な会議があるんですよね。急いで私が縫っておきますから、部長は私の代わりにこの仕事をやって下さい。」と説得する。

このような「選択肢」がメンバーから演じられたあと、会場からもアイデアを募った。その場の即興性を大切にするため、ルネの自己開示劇は、何らかの形で観客たちにも参加してもらう工夫をしている。そこで、私はこれを思いついた。思いついたアイデアを実際に舞台上で演じてもらうので、初めての観客にはハードルが高いかもしれないが、過去にドラマセラピーを受けた先輩たちも多数見に来ていたので、2人が手をあげてくれた。

1人は、ことばを一切言わず、ただただ泣いて泣いて、部長に仕事をすべて押し返すアイデア。もう1人は、すでに忙しく仕事に没頭している最中で、部長が話しかけてきても、(無視して電話をかけるなど)まったく聞こえないふりをするというアイデアであった。観客にも大変受けていた。実際にこのような現実対処の即興ドラマは、いつもセッションでプレイフルに行っている。非現実的なことでもどんどん思いついたアイデアを実際に行動に移してもらう。非現実的だからこそ、架空だからこそ、捕われの心が自由になり、かえって柔軟なアイデアを思いつく練習になる。実際には絶対できないけれど、やれたらスッキリするなあ、というものを演じることができると、皆の気分は爽快になるし、楽しい笑い

が共有できる。

そしてその行動力、パワーが彼女たちに自信をつける。現実と同じような場面に遭遇したとき、セッションの楽しさを思い出して余裕が生まれることもあるし、「非現実」と思われたことも、その一部の要素は、自分の現実的な力になるので（例えば、怒鳴らないまでも断ることができるようになる、など）、私はこのようなワークを率先して推奨し行っている。その様子も観客に知ってもらいたいと思い、公演でこの場面を取り入れた。

Dさんは「最後に私自身が、現実的な対処をやってみます」と言い、山のような書類を二つに分け、しっかりとした口調で次のように上司に話す。

「部長、私の力量ではこれを今日中に終えるのは無理です。私ができるのは、ここまでです。ここまではしっかりやらせて頂きます。」その「宣言」のような口調に上司も理解し、「わかった。こっちは別の人に頼むよ」と去る。

「あ一言えた！ノーと言っていいんだ！」とDさんは自分に言い聞かせるように、安堵の表情を見せた。

最後は、発表した4つのドラマのテーマとも言える決めぜりふを全員（舞台袖にいたスタッフも一緒に）で唱和した。特に最後の「これで私も変わっていける！私も変わっていける！私も変わっていける！」と何度も大きな声で連呼したときは、演者すべてが、渾身の力をこめたメッセージとして依存症の仲間や、これから回復プログラムを始める人たちに伝えようとしていたのがよくわかった。（実際、演者たちは公演後

に多くの観客から「何か伝えたいという思いをすごく受け取った」と言われて非常に喜んでいた。）

皆の表情は明るく、自信に満ちており、彼女たちの回復ぶりと劇の出来映えがまさに一体化していた。この手法を創ったルネ自身も言うように、自己開示劇のプロセスには、「内面の題材の発掘、拡大、彫刻、修正、独創的で力強い伝達方法の発見、そしてこれらすべてを洗練することが含まれている。このようにして、芸術的な美しさを完成させようという流れと、治療的な効果を高めるという流れは、相互に深く絡み合う」のである。

## 演者たちから

### 観客（社会）へのアドボケイト

本来は、もっと多くの一般の地域社会の方々にも見ていただきたかったが、この施設の催事として上演したことから、いきおい観客は依存症のご本人やご家族が多かった。「12のステップ」の進み具合からすると、今回の演者たちと同じくらいの人たちや先輩たちもいたが、まだステップの内容をよく知らない人たちも沢山いた。その意味では、まさに12番目の伝えるという目的が成し遂げられた。また、たくさんの笑いも共有したが、場面によっては涙を流しながら見る人たちもいた。

「会場が、しーんとして皆さん食い入るように見ている。この催しものは毎年行われているが、あのようなことは初めてのこと

だった」と複数のスタッフが異口同音に言っていた。

熱心に見て下さった一般市民の方(男性)がいて、感想を書いて下さったので、ご本人の承諾を得て、ここでお伝えしたい。

「少人数で、舞台装置も殆ど無い状態で、テーマが浮かび上がってくるようなとても上手な演技と演出だと思いました。ユーモアと心の暖かさを感じることができて、見ているとても気持ち良くなりました。テーマから言うと、2番目のドラマが一番重たかった。最も大切なモノを捨てても、この新しい生き方を選べるかどうか、が問われています。見ている、犬ですらかわいそうなのに、子どもとの別れとも重なり、天に託すしかないこともあるだろうけど、それはどんな決断だろうと胸が痛みました。でもハイヤーパワーがいるからこそ、救われもしました。皆さんと一緒に感動しました。」

自己開示劇は、長期のセラピーと公演を組み合わせた結果として――

演者諸個人が変容する→それを開示する→それを見ることで観客(社会)が変容する→変容した観客(社会)を見て演者諸個人がさらに変容する・・・

このような循環を引き起こすことが期待できる。

## 何度も演じることの意義

自己開示劇では、自己のストーリーを単に語り直すだけでなく、何度も演じ直すことになる。それはつまり、身体的・現実的

に生き直すことと言えるだろう。公演劇を創りあげるには、繰り返しの練習が必要となる。何度も何度も繰り返すこと、そして他者に見せて理解してもらおうとすることで、そのドラマの質が実は大きく変化することを、今回、強くはっきりと間近に見ることができた。

この質的变化を少し詳しく説明してみよう。観客に理解してもらうためにクライアントは自分の体験・ストーリーを何度も演じ直していく。そこには、演じている自分とその演じ方を鑑賞する自分が二重化しているように思われる。自分の演技が、他者から見つめられた時にどんな意味を持つのかを必死に考えてより良い演じ方に直していくうちに、自分と他者の視点が対象的でもあり同一的でもあるような時点を通過する。そして、そこで演じている内容は、自分のものでもあり、他者のものでもあるような普遍化がおきる。すると、クライアントはセラピー的にもさらに一つの壁を越え、その課題がより透明になるような通過が起こる。

そこでは、演者は自分の問題ではなく全員の問題を演じているのであり、観客は演者の問題を見ているのではなく自分自身の問題がそこに反映されていると感じる。

つまり、こうして個人の体験・ストーリーが、作品化・芸術化されると、その作品は本人たちの手を離れ、昇華し、観客たちのもの、コミュニティのもの、そして社会の共有財産になっていくのだ。

## 自己開示劇の体験から

### 得たもの

公演終了後、しばらく経ってから再びグループセラピーを行った。公演が大成功だったので、もしも終わったことで重荷をおろして鬱症状が出ている等のメンバーがいれば、しばらくセッションを続ける予定であったが、どの人もうまく対処し、上記の心配は不要とわかったので、収束のための最後のセッションとした。

以下は、6人のコメントである。

- ・自分に自信がもてて自分を今までより好きになった。
- ・劇団名にした「プレイフル」を実生活で今後も活かして行きたい。(Bさん)
- ・イヤだなと途中で何度も思った。本番の日は休みたかった。もう無理なんじゃないかと思った。でも仲間のおかげでできたので感謝。勇気ってことばが浮かんで、できるんだという気持ち。吹っ切れたみたい。いろんなことが。これでいいんだって思えるようになったから、すごく楽になってきた。だからやって良かった。また皆で同窓会で会いたい。(Dさん)
- ・練習のときは歯を食いしばって行くような感じだった。1年前のドラマセラピーは楽しかったけど、公演の練習は理想と現実のギャップを感じて、つらくて苦痛だった。行って練習すると来て良かったと思うけれど、行くまでが毎回大変だった。大変だったけど良い思い出、良い経験だった。実際やって最後までやり通して得られた満足感がすごく大きい。今ま

で飲んでいるとき、イヤなことからいつも逃げてきたけど、今度は逃げずに向き合ってた。昔の自分とは違うんだと・・・新しい自分に出会えたことが、得られたこと。(Cさん)

- ・私はハイパーパワー役をやっていたのに、自分は最近ミーティングにも出ていなくて、ステップが中途だったかも。でもこのおかげで12番目までできたかなという感じ。皆もすごい。一緒に作りあげられたのが良かった。
- ・この私がたばこ辞めようなんて、すごいことだよ。自分は絶対に辞められると思ってなかった。ドラマセラピーと仲間のおかげ。観客にも本当に辞めてるってわかってもらって良かった。

ドラマセラピー自体に参加させてもらっているんなことを得られた。自分が変わった。表現できるようになった。以前は自分の思っていることを言えなかった。自分を出しても良いんだ。よく頑張ったよな。もしドラマセラピーを知らないで一観客として見てたら、すごく感激して見てたはず。

また元当事者のスタッフも、大きなものを得たことを次のように語っている。

「人間の力の可能性を感じた。大成功して、この3ヶ月にこれだけ人が変わっていくという姿を見せて頂けて有り難かった。この力をもっと信じて、自分のここでの仕事や自分の生き方に利用して行きたいと思った。」

私としては、何度もリハーサルをした中で、本番が一番うまく行ったのが、嬉しい驚きであった。実際は、小さな失敗(予定どおりに行かなかったこと)はいくつもあ

ったのだが、そのようなときのお互いの協力とフォローが大変上手で、観客には一切わからなかった。劇の即興力と人生を生きる力は同じだ！これはドラマセラピーの神髄だと思う。

去年の連続セッションで蒔いた種から芽が出て彼女たちの中で大きく育っていることがはっきりと感じられた。この劇で観客にも種を蒔くことができたとすれば本当に嬉しい。本来の9人全員でできたらベストだった。参加できなかったあと3人のさらなる回復を、セッションの最後に皆で祈り、「プレイフル・サバイバーズ」は解散した。

## このシリーズの終了

7回に亘りドラマセラピーの手法について解説してきた。それらはまだほんの一部である。

手法をタイプ別にしてみると、架空を扱うもの～現実を扱うもの（「～」は、両極の手法だけがあるのではなく、その間にグラデーションの手法があるという意味である）、即興性とプロセスにフォーカスするもの～練習を重ねて劇を発表することにフォーカスするもの、個人の治療・変容に重点を置くもの～社会の治療・変容に重点を置くもの、セラピストが演者となって一緒に演じるもの～セラピストがディレクターとしてファシリテートするもの・・・などがあり、他にもたくさんアプローチがあるが、この7回だけでも上記のような多様性がある程度示すことができたと思っている。他の手法（名前だけでもあげると一劇遊び、

人形劇、プレイバックシアター、サイコドラマ、治療的螺旋、ドラマ的儀式、儀式的劇場、歴史の傷のヒーリング、ナラドラマ、心理分析的ドラマセラピー、オメガ・トランスパーソナルドラマセラピー、ストップギャップ、成長のためのリハーサル、受容とミラーリングの即興ドラマ[私自身が開発した子ども向けの手法]など)の紹介は別の機会に譲り、「ドラマセラピーの手法」シリーズは、今号で終了する。

連載はしばらくお休みをするが、またいつか新しいシリーズを始められることを願っている。

## 文献

AAワールドサービス社. (2003)「アルコールクス・アノニマス」AA日本出版局訳編 AA日本ゼネラルサービス.

エムナー, R. (2007)「ドラマセラピーのプロセス・技法・上演」尾上明代訳 北大路書房.

尾上明代. (2013)「女性の依存症へのドラマセラピー導入とチーム連携がもたらす効果」, 望月昭ほか編『対人援助学の到達点』晃洋書房.

マキュー, J. (2008)「回復の『ステップ』 依存症から回復する12ステップ・ガイド」 依存症からの回復研究会訳 依存症からの回復研究会.

# 高齢者とのドラマセラピー

尾上 明代

## 1 一期一会

高齢者施設は私がドラマセラピーを行っている場所の一つである。シリーズ1回目の今号では、数年前に実施したクローズド（固定メンバー）グループのセッション（週1回で10回連続の第9回）を紹介する。私にとって初めての（超）高齢者（多くが80歳台）のグループだった。「ドラマを演じるなんて生まれて初めて！」という方がほとんどであったが、回を重ねていく中でだんだん慣れて、後半には「もう、何でも演じられる！」というぐらいになっていた。このようなことが可能になるのは、ドラマセラピストが、相互交流を高めるゲームやドラマ的な遊びなどを行って、参加者の即興力・想像力・創造力を徐々に引き出していくからだ。私は（高齢者に限らず、すべての対象者グループで）特にこの漸進的な作業を入念に行い、楽しんでもらいながら演じる力をつけ、同時に安全・安心なグループを作っていく。それがセッションの成否を決めるからだ。

このグループも、皆で笑ってばかりのセッションが続いた。架空のドラマ創りなどを重ね、最終回も近づいた9回目のセッションで、実人生の題材を使うことにした。一般的に言って、高齢者の方々に良いと思われるのは、たとえば、

人生を振り返り、ドラマで「体感」して思い出してもらうワークである。NADTA（北米ドラマセラピー学会）は、高齢者に役立つことの一つとして「未完のことがらを適切に終了させる」という項目を掲げているので、この日私は、「昔、誰かに言いたかったのに言えなかったことを電話で伝えるドラマ」を提案した。

## 戦争に行ったK男さん

とてもおしとやかで気品のあるF子さん（87歳）は、まさに良妻賢母タイプ。セッション中、「何だか楽しくて」と、いつもたくさん笑っている方だ。彼女が、まだ十代のころ、お兄さんの友人だった男性にどうしても伝えなかったことがあると言う。私はその男性（K男さん）の役になった。事前の情報として上記のことしか聞かなかったので、どのような事情が展開するのか、どのような返答をしたらF子さんの気持ちが満たされるのかは全くわからないので、とにかく注意深く傾聴しながら、ベストと思える受け答えを即興で選択していく。

F子：           もしもし、K男さんですか？ 今、天国にいらっしゃるのね？  
K男（尾上）：はい、K男です。そう。天国ですよ。どなたかな？  
F子：           〇〇（結婚前の名字）F子です。  
K男（尾上）：えっ、F子さん！？ おお、久しぶりだなあ。お元気ですか？  
F子：           はい、おかげさまで元気にしております。  
                  実は、長い間、どうしてもお伝えしたいことがあったんです。  
K男（尾上）：何でしょう、F子さん。  
F子：           貴方は、私を好きだと言ってくれました。  
                  貴方が戦争にいらっしゃるとき、お見送りに行って・・・  
                  あのとき私、貴方への思いを告げられませんでした。  
K男（尾上）：君も僕のことを！？ いやあ、それは知らなかった。  
                  今まで僕の片思いだとばかり思ってた。  
                  嬉しい、ありがとう！話してくれて。

観客たち（他のメンバーと施設のワーカー）が、にわかにならなげなげ、ほのぼのとした甘酸っぱい初恋の雰囲気漂う。

F子：           でもね、貴方が戦争に行らしたあと、戦死の知らせがきて・・・  
                  兄の薦めで別の方と・・・結局その人と結婚したんです。

一転、悲恋のヒロインF子さんに対して、観客たちは同情の思いを抱くのであった。

K男（尾上）：いやなのに結婚したの??

F子：            いえ。その人も素敵な人で。  
                  ごめんなさい。お許し願います。

観客一同、ズッコケ、笑い!

F子さんは、いたずらっぽい笑顔で「モテモテだった」その頃をリアルに感じ、思い出していたのか、まるで少女のように見える。

K男もズッコケていたが、気を取り直し—

K男（尾上）：いや、いいですよ。君が幸せな人生を送ったと聞けて、  
                  僕もこんなに嬉しいことはありません。

F子：            はい、幸せな結婚生活でした。

K男（尾上）：旦那さんは?

F子：            亡くなりました。そちらにいます。

K男（尾上）：あ、もしかして・・・!  
                  その人なら、僕、ここで会ったことがありますよ。友だちです。  
                  彼もこっちで元気にしていますよ。

F子：            そうでしたか。よかったですわ。

K男（尾上）：では、お元気で。本当に電話ありがとう!  
                  天国から君のこと、ずっと見守っていますからね。

とても後味の良い、素敵なシーンだった。「良妻賢母」のイメージと少しだけ違う、愛すべきF子さんのドラマ。観客は、ほのぼのと楽しい気分になり、ご本人も大満足の様子だった。

## 漸次的な進行の重要性と創造性の開発

このようなドラマが可能になったのは、それまでの8回で、固定メンバーでの相互交流を深め、ドラマゲームや架空ドラマを楽しく演じることに慣れてもらうプロセスを創って来たからである。9回目のこの日も、いきなり上記のド

ラマをしたのではなく、実は以下のようなメニューを実施し、少しずつウォームアップをしていた。

このときは冬だったので、まず最初に「冬」から連想するイメージ・思い出をひとつこと言ってもらった。その答えとして出たのは、ゆず、鍋、孫とスキーに行ったことなどが多かったが、F子さんだけは、「吹雪の中、恋人に会いに行く」とユニークな発言をした。そこで私は、F子さん自身の本当の思い出の可能性が高いと感じ、そのことを心にとどめた。

次に、公園のベンチで新聞を読んでいる人に、何か働きかけをして、その新聞を手放させるゲームをした。

私が新聞を読む人になり、メンバーがそれぞれ何とか工夫して発案し、私に話しかけるなどする。その結果、私の手から新聞が離れば成功というゲームだ。例えば、私が何かに驚き、思わず新聞を落とすとか、何かを頼まれて新聞をその人にあげる・貸すなど、何でも良い。

施設のワーカーも含めて、すでに全員のプレイフルネス（良質なユーモア、遊び心）や創造性が開発されているので、多くのアイデアが出た。現実的ではない案も推奨している。現実の範疇にとどまるようなことは、全員毎日生きている中で嫌と言うほどやっているのだから、少しでも現実離れしたアイデアを実行できることが重要である。その積み重ねで発想力がつき、現実でのさまざまな行動や対処が豊かに変容するのだ。このことは、私が多くのクライアントとの経験の中で確証を得ていることであり、セッションをリードする中で非常に大事にしていることの一つである。

さて、この日の皆さんの成功例をいくつか紹介すると、「すみません、ちょっとこの荷物持っていていただけませんか」と私に頼むパターンや、「そこにムカデがいます！」とか「地震だ！」と言って、驚かせる手法があった。特に「手をあげろ！！」と迫られたときは、私は思わず両手をホールドアップし、新聞は一も二もなく手から落ちた。

次に、新聞をもつ人を今度は参加者から募集すると、F子さんが手をあげた。ここで私たちは、今までに見たことのない彼女の一面を見ることとなる。あるメンバーが「火事だ！」「あなたに火がついてますよ！」と言ってもF子さんは私のように動じず、新聞を握りしめている。

実は、私が新聞の持ち手のときは、セラピストとして当然ながら、どんなアイデアも受け入れて新聞を手離すが、参加者に新聞を預けた場合は、その人自身の感情を表現する機会となり、手放させようとした人のほうが不成功に終わって、がっかりすることがある。

このときのF子さんは強者だった。相手の言うなりにはならない、という頑固なまでの強い意志が見て取れた。良いアイデアが出ても、それを成功させ

たくないという、ちょっと「意地悪な」感情も感じられた。これは、それまでのデイサービスでの様子からは想像もつかないものだった。セッションでは、一度だけ、家族にいろいろ指示されることに対して、「うんっもう！」ということばとともにイライラする感情をパントマイムゲームで表したことがあったが、そのような負の感情を「新聞を離さない」という行動の中で表現していたように感じる。このような架空の楽しい枠組みで、思い切り本心を露わにする人は多いし、それこそがドラマセラピーの本来の意図の一つである。

その後「孫の合格発表が、その新聞に載っているんですが見せて頂けませんか？」と話しかけられたときは、「私の大事な新聞だからだめよ。」と言って、やはりその手には乗らなかった。次に私が手放させる案を出す番になった。冬のイメージのとき、「吹雪の中、恋人に会いに行く」と言っていたので、私は「恋人との再会」を試みた。「F子さん、僕はあなたに会いに来ました。」と言って近づくと私たちは抱擁し合い、感動的な再会ができた。しかし何とその間も、新聞が身体から離れないように、小脇にしっかり抱えていた！この徹底した抵抗振りに、皆から拍手が沸いたほどだ。その後、上記で紹介した昔言えなかったことを誰かに伝えるあのドラマとなったのである。

## 「睦みあう」

このグループに、俳句創りがとてもお得意なM子さんという82歳の方がいて、デイサービスで俳句の日には、先生役としても活躍されていた。その彼女が最終回のときに、すてきな一句を読んで下さった。

「冬陽(ふゆひ)入れ ドラマセラピー 睦みあう」

セッションをしていた部屋には、冬の太陽の陽が差し込んできていた。そんな暖かな部屋で、楽しいドラマの数々を皆で演じあっている様子を「睦みあう」ということばで表現して下さったのだ。今まで私は、いろいろな表現を使ってドラマセラピーを説明してきたが、「睦みあう」というのは初めてで、そのように感じていることを俳句で伝えてもらって有り難く嬉しかった。

このM子さんは、思い残したことを言うドラマのとき、たった1人の妹さんに伝えたいことがあると語った。

「昔、父さんが私にだけ素敵な帽子を買ってきてくれてごめんね。あんたには、昔世話になったのに、腰を痛めて入院しているのに見舞いにも行けないで

申し訳ないと思います。私は、そんなにいい帽子じゃなくてもいいから、父さんに、2人を買ってきて欲しかった。身体に気をつけてね。」

なぜお父さんが、M子さんにだけ買ってきたのかわからないが、彼女は、そのことがずっととても気になっていたと言う。ご存命の妹さんに実際に伝えることはできないとのことで、ここで長年の思いを表現できて、本当に肩の荷がおりたと喜んで下さった。

## 一期一会のグループ

今回、紹介したグループセッションは、もともと認知機能にほとんど問題がなく、また意欲の高い方々が集められて始まったものだった。ゆえに「高齢者」グループと言っても、(単に年齢が高いだけで) ドラマを演じる、即興で物語りを創る、そこから洞察が得られるなどの能力があり、一般のグループとほとんど変わらないワークが可能な方々だった。このグループ終了後、施設と話し合った結果、認知症の症状が出ている方々も対象にすることとなった。ドラマセラピーは、仲間やセラピストとの交流がしやすいこと、また感情表現や記憶を扱うので、認知症の症状にも効果があり、全体的にQOLを向上させることに役立つからだ。つまり、その後のセッション実施は、かなりチャレンジングな仕事になっていったのである。現在も、私の挑戦は続いている。

この最初のグループの参加者で、今もその施設のデイサービスに通っている方は一人しかいない。F子さんは別の施設に移り、そして「睦みあう」俳句を創って下さったM子さんは、天国に行かれた。今振り返ると、この最初の10回が、どれだけ上手くいったグループだったか、どれだけ稀で尊い交流の時間だったかを思い知らされる。まさに一期一会であった。

(次号に続く)



# 高齢者とのドラマセラピー

尾上 明代

## 2. 「待つ」高齢者

### 多くの障壁

前号では、10回の連続セッションが成功裏に終結したデイサービスでの高齢者グループの様子を紹介した。その後、しばらくの休止期間を経て再開することになったのだが、施設からの依頼で、今度は認知症の症状のある方々も対象とすることになり、月2回、以下のような内容で実施することが決まった。

- ・デイサービスの利用者全員（30－40人）への20分程度の表現ゲーム等のセッションと、それに引き続き、希望者のみが別室に移動して実施するドラマセラピーの二本立てにする。

- ・後半セッションは、以前のような固定メンバーではなく、その日に出たい人が自由に出られるオープングループ（毎回、数人から10人程度を見込む）で、途中のお茶休憩を入れて1時間程度。ゲームだけでなく、全員がドラマを演じられるように計画する。

・私のトレーニーが実習する機会として、一緒にセッションに加わる。(3名が交代で参加)

前半の全員セッションは、①参加者の状態が千差万別であること、②人数が多いこと、③演じることを楽しめるまでにワークを発展させるには時間が短かすぎるなど、乗り越えるべき障壁が多い。特に①は、非常に厳しい状況である。例えば、認知機能の点では、全く問題のない人から発話が困難な人まで、また身体的機能の点では、普通に歩ける人から車椅子の人まで、さらに麻痺のある人、視覚障害のある人、そして多くの耳が遠い(でも補聴器をつけていない)人、等々が混在している。高齢者施設では当たり前のことであるが、この状況で表現ワークを実現させるのは、非常に難しい。何をどのようにしたら、少しでも創造的な時間を皆さんに提供できるのだろうか。

## 受け身の利用者

この施設の周辺は、駅や住宅地に近接していながら四季折々の花が咲き、緑豊かな環境である。デイサービス用の大広間は開放的で、庭に面した大きな窓から明るい光が差し込んでくる。介護職員たちは皆、利用者を大切にし、できるだけ個々のニーズに応えようとしているのがわかる。利用者にとって、安心できる場である。

大広間には丸テーブルがいくつも置いてあり、それぞれに4, 5人ずつが座っている。その状態で食事やおやつ、「交流」の時間をもつことになるのだが、近くの人と会話をしている人は、あまりいない。たいてい、無表情でただ座っている、食べている、という感じを受ける。比較的大きな声での会話が聞こえるときは、職員が話しかけているときだ。こっくりこっくり居眠りをしている人もよく見かける。ときどき誰かがトイレに立つ。1人で歩けない人には、職員が付き添っていく。利用者は、皆自分のペースで過ごしているのだから、この状況が悪いわけではない。むしろ、上記のようにハード、ソフト両面ともに、大変良い施設である。

職員が利用者全員に向けて、軽い体操やレクリエーションゲームなどするとき、またコーラスや踊りの団体が来て鑑賞するときなどは、丸テーブルを片付けて、全員が舞台スペースを向いてびっしりと並んで座るのだが、物理的に近くにいても、多くの人が「ひとり」で座っているように見えることがよくある。

私は、せつかく施設から依頼されたのだから、皆さん同士が少しでも多く実際に会話をし、相互交流ができる機会を創りたいと思った。また、受け身で見る・聞くという体勢ではなく、可能な限り、身体・感情・頭を動かして参加してもらいたい。もし実際に動けなくても、心だけでもアクティブに参加してほしい・・・などなど、周りと自分の双方向に目が向くようなことができないかと、私の期待は勝手に膨らんだ。とにかく何か能動的に表現してもらおうアクティビティーを考えてみたが、今後、様子を見ながら試行錯誤をしていくしかない。初期のころ実施した全体でのセッションは、以下のようなメニューである。

- ・イメージしながら深呼吸：「青空の下で」「山で」など
- ・手などを動かす簡単な体操
- ・共通点探しパントマイム：  
隣の人とペアになり、共通の好きなものを話し、見つかったら、その行動をパントマイムで一緒にやる
- ・顔の表情ゲーム：いろいろな感情を表現する
- ・パントマイムクイズ：  
希望者に前に出てきてもらい、その日の担当職員・トレーニー・私と一緒にパントマイムで何かのアクション(バイオリンを弾く、シャボン玉を飛ばすなど)をして、観客に当ててもらおう。そのあと観客も全員同じ動きをする
- ・ミニドラマ：  
再びペアになり、出されたお題(北風と太陽、画家とモデル、勉強しない子どもと怒るお母さんなど)になり、即興で短いドラマ(10秒程度)を演じる。  
(全ペアが同時に行う)

まずまずの好調な出だしで、おおかたうまく進めることができた。具体的な内容や参加者の様子は次号に譲るが、ここでは、心に残ったある参加者のことばについて記したい。

新体制の開始から2, 3回目の全体セッションのときのことだ。ペアで共通の好きな果物を話し、見つかったら一緒にパントマイムで食べるゲームを始めたところ、突然ある女性が「あんたたち。私たちにやらせないで、自分たちでやりなさい!」と怒り出したのである。自分は観客であって「見る」存在だということに慣れていたのである。舞台スペースにいる私たちがサボっているように感じたのかもしれない。何かを能動的に考えてやってみること(しかも創造的に!)や、それを他者と一緒に協働するこのような活動に、ぜひ慣れてほしいし、できれば楽しむようになっていただければと思った。

興味深いことに、この女性を含め全員が、「体操」のときだとまるで違和感な

く（というより自動的に）、舞台スペースで「指導」する職員の動きを真似る。「体操」は健康に良いことだから当然やる、という雰囲気だ。事実、私たちが手を使った軽い体操などをするときには、すぐに反応良く動いて下さる。それで、表情の表現ワークなどのときは、あえて「顔の体操です！」と説明すると、これまた懸命に取り組み、ほとんど全員が大泣きや大笑いの表情を一緒にすることで、場が盛り上がるのであった。

## “Waiting at the Gate”

アメリカのドラマセラピスト、デイビッド・R・ジョンソンは、老人ホームでのドラマセラピーとムーブメントセラピーの実践を記録した“Waiting at the Gate”という著書の中で、施設での生活は、待つことが大半であると述べ、三つの「待つ」をあげている。

一つ目は、他者に依存しているがゆえに、他者が何かをしてくれるまで待たねばならないことである。たとえ献身的なスタッフや美しい環境の整っている最高の施設であったとしても、入所者はニーズに応えてもらうために待たなければならない。参加する活動に連れて行ってもらう、食べさせてもらう、おしめを替えてもらうのを待つ。そして家族の訪問も待つ身だ。自身ではコントロールできないことなので、自分の無力さや弱さを感じつつ、文句を言わずに待つ。

二つ目は、社会的役割を失っていて、自ら行う有意義なことが何もないので、じっとしているという「待ち」の姿勢である。入所者たちにとっては、「ただそこにいる」だけが日常となる。

三つ目は、そのような生活により、まさに死を待つ状態に置かれているということである。

この本は、このような「待つ」状況をいかに変革していくか、という意欲的な内容である。ちなみに、タイトル“Waiting at the gate”の gate の意味は多重で、スタッフや看護師がいるナースステーションの入り口、また天国の入り口を指しているようだ。さらには、人々をつなぐ門、自分の内と外をつなぐ門、状態の変化をつなぐ門、そして自己の変容をも表しているという。最初に出版されたのが1987年なので、随分古い本であるが、このような「待ち」の状態を変化させるという観点からみると、今の日本でも、内容の古さは感じられない。もちろん現在は、認知症やケアの研究が進み、介護保険などの制度も整い、日本人の寿命はさらに延び、元気な高齢者もたくさん増えた。しかし、(特

に施設入所の) 高齢者の「待つ」という状況は、受け身の入所者に何かを提供するという施設側の姿勢が主体であれば、あまり変わっていないのではないだろうか。

私が訪問しているのはデイサービスなので、もちろん入所施設としての老人ホームとは違う場だが、それでもやはり「待つ」状況が多い気がする。朝、家を出るときには、迎えの車を待つ。到着すると、看護師のバイタルチェックを待つ。お風呂にいれてもらう順番を待つ。昼食を待つ。レクリエーションの時間を待つ。おやつを待つ。帰りの時間を待つ……。全ての時間を「有意義に」消費しているはずなのに、「待っている」ように見えるのは、そこに創造、協働、人間関係の構築などの活動とその楽しみが欠如しているからではないだろうか。また、今ここに身を置けていないからではないだろうか。今に集中できている場合は、他者がしてくれることを待っている状態から脱却しているからだ。「今」を十分に生きることが、誰にとっても充実した人生を創ることに繋がる。もちろん、良い「過去」を思い出すことで心豊かになることもできるし、良い「未来」を思い描くことで、「今」の辛さを乗り越えることもできる。しかし、(特に認知力や記憶力が低下した) 高齢者は、過去や未来を思い巡らすのが難しい場合が多いことを考えると、この瞬間瞬間が、少しでも創造的な時間になることがいかに重要であることかと、改めて思った。

鷺田(2006)は、現代社会では「待つ」ことがネガティブに捉えられているが、何か醸成されてくるのをじっと「待つ」という感受性が私たちには必要だと説いている。高齢者施設での「待つ」がそのような醸成への「待ち」となる可能性もありうる。その場合、そこには深い精神性が問われることになるだろう。

## 「待つ」への「解毒薬 (antidote)」として

ジョンソンは、自らが実践してきたクリエイティブ・アーツ・セラピー、その中でも特にドラマセラピーとムーブメントセラピーは、以下の五つの領域において高齢者の健康に貢献すると言う。

1. 見当識の向上と身体的活動の改善
2. 過去の記憶回想力の促進
3. 自己と他者への理解の向上
4. 有意義な対人関係の進展
5. 地域との連携意識の構築

彼は、「老人ホームで高齢者が、映画などのエンターテインメントの観客（＝受動的な受け手）でいることは、「死を待つ」ことと根本では同義である」と述べ、クリエイティブ・アーツ・セラピー（創造的芸術療法）への参加は、「待つこと」が表す依存、受動性、そして死に対する「解毒薬」だと主張している。

デイサービスでのセッションは、全員での活動、少人数での活動の双方とも、回を重ねるごとに、皆さんに馴染んできた。「やらせないで、あんたたちがやりなさい」という不平はなくなっている。ただ、利用者たちの状況が変化し、新参加者が常にいるので、そのセッションの瞬間に皆さん自身が創造性と、他者との関係をどれだけ楽しめるかに、工夫と挑戦と試行錯誤を重ねている。そこから見えてくる新しい風景に期待したい。

（次号に続く）

\* セッション内容の記述は、主にトレーニーたちの記録とジャーナルを元にして  
ている。

## 文献

Johnson, D.R. and Sandal, S.L. (2009) *Waiting at the Gate: Creativity and Hope in the Nursing Home*. New York: Routledge.

鷺田清一（2006）『「待つ」ということ』角川学芸出版.

# 高齢者とのドラマセラピー

尾上 明代

## 3. Mimicry から Imitation へ

前回は、多くの時間を「受け身」または「待ちの姿勢」で過ごしているように見えるデイサービスでの高齢者の方々に、少しでも自発的な言動をしてもらいたい、そして能動的に今この瞬間を過ごしてもらいたいという希望を述べた。この目的のために、ドラマやドラマ的ゲームを使う活動を提供してきたが、今号ではこの希望や指針の視点の一つとして Mimicry と Imitation という概念について考察しながら、初期のころ実施した全体でのセッション（15-20分で、この後に約1時間の少人数のグループセッションを実施している。そちらについては次号で報告する。）の具体的内容や参加者の様子を記述する。

全員セッションは、①参加者の身体的・認知機能的状態が千差万別であること、②人数が多いこと（30人前後）、③演じることを楽しめるまでにワークを発展させるには時間が短かすぎる事など、相手が高齢者でなくても難しい条件が揃っている。さらには、お昼ごはん後という、参加者が一番眠くてやりにくい時間帯なので、たった15分～20分を有意義にするためには工夫が必要である。トライアル&エラーでやっていくしかない。

### イメージで深呼吸

まず「青空の下で」「海で」「良い香りのバラ園で」というような情景をイメージしてもらいながら深呼吸をする。単なる深呼吸にとどまらず、ドラマ的な展開も含めてリード

する。周りの情景も温度もすべて架空の想像であるが、実際の五感を刺激することになり、そこから創造的に場を創りあげることが可能になる。

例えば、助手（ドラマセラピー実施を学ぶトレーニー）の川添真紀子さんが、暑い季節に涼しさをイメージしてもらうため、雪の中での呼吸をリードしたときは、ファシリテーター自身がぶるぶると震えて見せるだけでなく、参加者に「まつ毛が凍ってますよ」「メガネが真っ白！」などと声をかけてみると、皆さんが笑って明らかにその場も活性化された。彼女は「想像力が活発でない対象者の場合は、積極的にこちらが色々なイメージを提供して相手を刺激することが効果的だと感じた」と言っている。

ある日、ちょうど秋だったので、トレーニーの畠村麗子さんが十五夜のお月見をしながら深呼吸することを提案した。彼女は、「私が『月』になるので、皆さんはお月見をして深呼吸をしてください」と説明し、自身の腕で大きな円を作った。すると多くの人が、即座に彼女のポーズを模倣して腕で円を作り、そこここにたくさんの「お月様」が出現してしまったのである。それまで、いろいろな場所をイメージして深呼吸してもらっていたが、前の舞台スペースに出ている私たちファシリテーターが深呼吸をしていたので、その動きを何も考えずに真似をしていた人が多かったことに気付かされた。この「お月見」のときは、ファシリテーターは深呼吸をせず「月」になったので、皆さんはそのまま真似て「月」になってしまったのだろう。

このシーンの意味を理解するために、自閉症の人たちの模倣についての興味深い説明があるので紹介したい。自閉症の人が他者の行為を模倣することを目にする機会は多くあるが、認知神経科学の知見から、ここで重要なのは二つのタイプの模倣を区別することであると言う。英語で言うと Mimicry と Imitation の違いとなるようだ。「Mimicry とは意図を理解しない行為のみの模倣であり、単に真似をしているだけである。これに対して、Imitation とは意図を理解したうえでの行動の模倣である。そこにおいて、自閉症の人たちは Mimicry はできるのだが、Imitation ができない（越野 2017）」ということである。

つまり、前者は単なる自動運動的な模倣で、後者の場合は、そこにしっかりした観察力や理解力、能動性、何より創造力が働いている活動なのだと私は解釈する。デイサービスに話を戻すと、「お月見」のときに私は、その反応は **mimicry** であると感じた。単なる模倣という点で同じ現象が起きていたのではないかと思える。つまり、「想像して深呼吸する」という単純に思えるワークであっても、提案されたさまざまな状況を本当に想像し、その場にいることを思い浮かべることができるような工夫をすることで、参加者が **imitation** できれば、それだけでも意義があると感じる。**Imitation** には、「それがあるべき現実性を人間の技術で再現すること」という意味もある。そのためには、生き生きとしたリアルな感覚を主体的に感じてもらえるような、ファシリテーターの表現力や即興力が欠かせない。例えば「満点の星空の下で呼吸」のときに、「あ、流れ星！」と盛り上がっている車椅子の男性と職員のペアがいたので、「あ、また流れ星！皆で願い事をしましょう」とマイクで全体に声をかけた。近くの方たちに「何の願い事をしましたか？」と話しかけていると、

先ほどのチームが「流れ星が手のひらに落ちてやけどした！」と盛り上がっていたので私はやけどの手当をしに行った。ほんの一瞬でも、創造的な **imitation** ができている場になっていると感じる。**Imitation** ということばは、宝石などの偽物を表現するときにも使われることから、何となくネガティブなイメージを私たちに与えるかもしれないが、実は、ここで紹介するような豊かな意味があることを再認識した。

また、施設の職員がその場で一緒にやったださることも、イメージには大きな助けになった。利用者さんたちに人気の職員 O さんは、表現力が豊かで、「は～いい気持ち」「ここは海～」など「客席側」で声を出して、全体が「ここにいる」という感じを創るのに貢献してくださった。

## 手指を動かす体操

これも極力 **mimicry** にならないように工夫したいところだ。そのためには、前に出ているリーダーの動きを、何も考えずに無意識に自動的に真似をしそうなとき、何か新しい情報などに注意を向けてもらうことが必要だ。それも、無理に何かで気を引くというのではなく、参加者の中の誰かの変化や行動をうまく拾って、場を創ることが大切だと思う。例えば、手を一回たたいて次に隣の人と手を合わせるという動きをトレーニーが提案したとき、誰かが「夏も近づく～」と口ずさむのが聞こえたので、「茶摘み」の歌と手遊びを知っている方々がいることがわかり、すぐに私が歌い出すと楽しい雰囲気です。「夏も近づく八十八夜、野にも山にも・・・」という歌声と手の動きが生まれ出た。このときの記録にトレーニーは「多くの女性はペアと手を合わせてやってくれたが、男性は恥ずかしいのか前を向いたままエアでやっていた。」と書いていたが、「エア」（エア・ギターのような表現と同じで、何もないところで「ふり」をしていたことをこのように記述したと思われる。）であっても、決して **mimicry** ではなく、**imitation** だったと感じた。このミニ体操の時間では、車椅子で両腕が上がりづらい人も、数秒遅れで動作をしてくれていた。

## 共通の好きなものパントマイム

その後、隣の人とペアを組み、二人の共通の好きなものを見つけるゲームに移る。一般的なグループの場合、即座にペアを組んで始められるが、ここでは、時間とエネルギーを要する。やる気のある人が、隣を向いても相手が黙って前を向いたままということもよくあるし、お互いが話しやすいようにと椅子の向きを変えるのも一苦労である。（危険防止の

ためかキャスターのついていない普通の椅子なので、職員さんたちが重い椅子を向き合わせてくれるのに時間とエネルギーが必要となる。) また、耳の遠い人も多くいるようで指示が聞こえないのか、聞こえていてもやりたくないのかの判断も難しい。やっと向き合っても、私たち支援者が間をとりもたないと、ペアの 2 人だけでは話が弾まない様子だ。多いときは 30 人以上なので、椅子を動かしたり、ペアごとに話しかけているうちに、すぐ 10 分くらい経ってしまう。結局、このゲームは時間が経つにつれ中止にした。しかし、何回か続けるうちに、毎回「自分の好きなものはない」と言う男性がやっと果物なら柿が好きだと笑顔を向けてくださったこともあった。

## 顔の表情ゲーム

私たちが、まずいろいろな表情をして(驚き、怒り、悲しみ、恥ずかしい、ルンルンなど)どんな感情か当ててもらおう。そのまま参加者がその表情を作る。当然、仕方なくやっている方がいるが、それでも見本をやっている私たちの表情につられてその場が活気づく。例えば「恥ずかしい」というお題は少し難しいため「何だろう?」と注意して私たちの顔を観察するので、**mimicry** になりにくい。もともと単純な動作や表面的な表情は **mimicry** になりやすいが、本当の意味で感情を真似るのは、**imitation** でないとできないはずだ。現場で実際このようなゲームを「恥ずかしい」と感じている人たちがいるので、そのときの自然な気持ちの発露にもなる点は良いと感じる。その流れで「怒り」に行くと、恥ずかしそうににこにこ笑いながら、拳を上げて表現している人も出てきて、実際は「怒り」とは反対の和やかな雰囲気になる。

## パントマイムクイズ

希望者に前に出てきてもらい、その日の担当職員・トレーニー・私がパントマイムで何かのアクション(例えば「スイカを食べる」など)をして、観客に当ててもらい、そのあと全員で「スイカを食べる」真似をする。このゲームは、私たちだけでなくデイサービスの仲間が舞台スペースに出てパントマイムをすることで、皆さんの注意が集まる。前に出てアクションをするのは嫌でも、当てるほうなら参加したいという人が多くいて、食い入るように見ている。お題は、例えば「季節もの」として、夏は盆踊り、金魚すくい、甲子園で応援、秋なら赤とんぼを捕る、焚き火で焼き芋などで、「何をしていますでしょう」「ここはどこでしょう」と問いかける。とても小柄な女性が「秋祭りで御神輿を担いで」くれ

たり、98歳の女性が「運動会で玉入れ」をしてくれた。小道具も大道具も何もなく、やる方も当てる方も、お互いの「想像力」だけが頼りであるにもかかわらず、皆さんは少しずつより良い反応をしてくださるようになった。「和太鼓を叩く」では、ある男性が前に出てきて、はちまきの仕草をしてから叩き出したり、「バイオリンを弾く」では、ある女性が「あかし、触ったこともないのよ、できるかしら……。できないわ。」と言いながらも出てきて、見事に「バイオリン」を弾く。「蚊に刺されてかゆい」をしてくれた男性は、とてもユーモラスに表現した。以上は「認知症が進んでいる」と施設からお聞きしていた方々である。当たったあとは全員でそのアクションを真似るが、上記のような仕掛けがあることから、多くの方が **mimicry** ではなく **imitation** をしている。また、単なるアクションから少しだけドラマ的に発展させて、「釣り」で鯛が捕れたらすぐに捌いてお刺身にして食べたり、「指揮者」が当たったあとは、それぞれ好きな楽器を弾いたり、「書道」が当たったあとは、個々に好きな漢字を空中に書いてもらったりした。どんな字を書いたか畠村さんが聞いてみると、「幸」「大」「心」などの答えが返ってきた。中には「何を書いたか内緒」という人もいた。「お化け屋敷でデート」など少し複雑な状況にもチャレンジしたときは、お化け役、怖がるお客のカップル役など役割分担をして楽しくできた。

しかし、やはり人前に出てパントマイムをしてくださる方はそれほど多くはなく、前に出ることを薦めても、「いい、いい！」と断られてしまう。ところが、慣れている職員の方が「大丈夫だから、是非行ってらっしゃい」と後押ししてくださると、恥ずかしいと言いながらも出て下さる方が増えた。さらに私は「セッションが始まる前に一人一人に挨拶しようか」とトレーニーに提案した。テーブルを移動しながら声かけをすると、毎回「あなた誰？」という表情をする人が多い中、少しずつ私たちの顔を覚えている雰囲気の人も出てきて、効果があったように思う。

## ミニドラマ

全体セッションの最後は再びペアになり、出されたお題（北風と太陽、勉強しない子どもと怒るお母さんなど）で、短いドラマ（ほんの10秒程度）を全員が同時に演じる。この即興は、皆の前で演じるわけではないが、ハードルが高かったかもしれない。対象者に合わせた適切なお題の内容と難易度が、成否を決めるワークであり、「できた！」という成功感が何より重要なので、できるものを精選するのがとても難しい。トレーニーたちにも考える練習をしてもらったが、「水戸黄門と悪代官」というのを出してきたときは、若い年代のトレーニーの連想なのだろうと苦笑しながら「年配者が知っているとは限らない」と伝えた。果たして参加者たちの反応は「水戸黄門って知らない」「悪人ってどうすればいいのかしら？」というものであった。しかし「夢を見て寝ている人と良いお告げをする神

様」では、アドリブで「明日いいことがありますよ」などと言ってくれる方がいて、良かったと思う。ここまで来ると、imitationよりさらに進んで新しいものや新しい関係を創造している段階に入っていた。

そもそも月2回20分程度のセッションで、さまざまな障壁を乗り越えてこのようにできたこと自体は評価できると思うが、回数を重ねてきて楽しんでいる方と、ペア同士お互いやる気がなく座っているだけの方との差は当然出ていた。トレーニーの記録には「わりと元気な方達と意識が虚ろな方達の差に少しショックを受けた。少しでも何か刺激をと思い、目を合わせて話しかけたり、笑顔を向けたりしたが反応がゼロな方も何人かいて、ワークの内容をどの位に設定するかというのが本当に難しいなと思った。」とある。

ともに身体と心を動かして、相互交流が促進されるように何ができるか、私たちのチャレンジは続く。

- \* セッション内容の記述は、主にトレーニーたちの記録とジャーナルを元に行っている。
- \* 越野英哉（2017）Personal Communication.