

ドラマセラピーの手法（2）

「 発 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「発展的変容」を取り上げる。

1. 発展的変容の特徴

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。

発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。発展的変容の「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、か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。通常のセラピーでの転移、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く、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く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.