

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を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、赦した方が良いよ。」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、「赦した方が良いという人の役」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、なぜ赦した方が良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つたつもりだったが、その説得理由がほとんど口から出て来なかった。しかし、反対側に行つたとき、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る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ことにより、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るだろう。

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.