

ドラマセラピーの実践・研究・手法

虐待を受けた子どもへのドラマセラピー その1

尾上 明代

今号から何回かにわたって「発展的変容 (Developmental Transformation)」という手法を用いて実施された、虐待を受けた子どもとの長期セッションについて、米国のドラマセラピスト・James、Forrester、Kim の3人の研究論文(2005)から紹介する。私自身が実施していた児童養護施設の子どもたちへのセラピーの様子は、このマガジンの創刊号から連載していたが、その活動の初期のころに、私が多いに支えられた研究報告であり、著者の一人、Forrester さんには直接お会いしてアドバイスをいただいたこともあった。

背景

劇やドラマを使うという本来の性質から、ドラマセラピーはグループで実施されることが多いが、これから紹介するのは、セラピストと子どもが対面で歩んだ2年間に及ぶセラピーである。登場するのは、ジャマーという8歳のアフリカ系・アメリカ人の男の子である。

ジャマーは、両親の薬物乱用により、ネグレクトやドメスティック・バイオレンスを受け、里親に預けられることになった。あいにく、男児を預かる里親がなかなか見つからず、やっと決まった預かり先は、彼の家に向かいの家に住むシャーリーという女性だった。ジャマーは、学校で暴力をふるったり、男友だちに「性的な行為」をしようとするなど「問題児」と思われていた。夜は、頻繁におねしょをし、また「チャッキーが窓から侵入してきて、ナイフを突きさすんだ」と言って、一人では眠れない様子だった。

困ったシャーリーやケースワーカーは、何度か医者連れて行った。診断は智恵遅れやADHDなど、医者によって変わり、さらに精神病とされたときは、

その薬が処方されたりした。何人かのセラピストにも連れて行ったが、うまくいかなかった。

シャーリーに預けられて1年が過ぎたころ、ジャマーは、両親と一緒に住んでいたとき、16歳の叔父からたび重なる性的虐待を受けていた事実を彼女に告白した。無理矢理、性交させられていたこと、他言すれば、家族に危害を加えると脅迫されていたことなどがわかり、性的・身体的・感情的虐待があったことが判明した。

しかし、このプロセスは、彼をさらなる苦しみに導く結果になったと思われる。つまり、勇気をもって虐待のことを告げたのに、そして多くの「白人の」大人たちから、根掘り葉掘り聞かれた話に答えたのに、結局、虐待者は向かい側の両親の家にまだ住んでおり、彼は大変な恐怖を感じていたのだった。

加えて「虐待者である叔父の生活は何も変わらず、自分が家を出なければならなくなった。両親とも離ればなれになった」という事実から、ジャマーは、この事件はすべて自分のせい、自分が悪かったのだと思い込んでいた。繰り返される虐待のたびに、叔父から「誰にも言うな。言ったら酷いことが起きるぞ」と脅されていたので、告白したせいで、本当に酷いことが自分に起きたのだと自責の念をもったのだ。彼は次第に記憶を抑圧し、同時に学校でもシャーリーの家でも、言うことをきかない「問題児」になっていったのだった。

ドラマセラピー開始

そこで彼はドラマセラピストのところへ紹介されることになった。

ドラマセラピストは、まずジャマーにパペットを与え、そのパペットが彼に「夜、自分の部屋にいるのは安全だよ」と語りかける（つまり、ジャマーがパペットを動かしてジャマー自身に話しかける）練習をさせた。彼は、これを大変気に入ったという。もちろんパペットは家にもって帰ってもらった。夜中に悪夢にうなされたりして、1人で寝るのが怖い彼にとって、とても役立つクリエイティブなアイデアだと思う。

このドラマセラピーに使われたのは、「発展的変容」というアプローチである。（この手法は当マガジンでも紹介したことがあるので、詳しくはこちらを御覧ください。→ [17.pdf \(humanservices.jp\)](#))

この手法の特徴は、部屋にはドラマセラピストとクライアント、そして play space と呼ばれる空間だけで、（セラピストが、セッション中に少しだけ距離を置きたいときに使う敷物としての円形の小さな布とクッション以外は）何も無い。対象者は問わないが、子ども対象のときであっても、おもちゃなどは一切使用せず、すべて想像上のものだけでセッションを進める。つまりセラピスト

とクライアントが初めから直接対峙して身体的に関わる点が、プレイセラピーとは一線を画するところだ。

上記の理由で、このセラピストがジャマーにまずパペットの実物を使ったのは例外的であることがわかるが、夜に恐怖を感じる彼の切実な状況を考えての素晴らしい介入であると言える。

初期のセッション

「おもちゃはどこ？」と聞くジャマーに、セラピストは、「わたしがおもちゃだよ」と答えた。ジャマーはニコツとして、すぐに想像のバスケットボールが始まった。ジャマーは、決してセラピストに点を入れさせず、自分だけがシュートを成功させる場面を続けた。これまで多くの大人から裏切られてきた彼は、人を信頼して遊ぶことができないのである。当然、しばらくの時間が必要となる。

毎回セッションの最後に、セラピストはジャマーに「魔法の箱」を開けることができる「想像上の」鍵を渡す。その鍵を使って箱を開けられるのは、二人だけである。セッション内で二人が創ったすべてのものに名前をつけて、その箱に入れる。このようなドラマ的儀式を行うことは、架空と現実をしっかりと分けることにも役立つ。

初期のセッションで、ジャマーはセラピストによくぶつかって来た。実際に殴ったり飛びかかったりしようとしたのだ。彼は、内側にある強い怒りをどうしたら良いか、わからなかったのである。ジャマーの中にある強い怒りの感情を安全に表現させるためには、このような身体性を伴うドラマ的な構造が必要であり、とても有効であると思う。しかしセラピストを殴るなどの、攻撃的な行動は、「ふり」だけで本当に殴ってはいけない、というルールを学んでもらわなければならない。

そこでセラピストは、人を攻撃したい衝動を、遊びの空間でどうやって表現するか教えた。「君みたいな行動をしていたら、家でも学校でもすぐにトラブルを起こしてしまうよ。ここでの約束ごとは『ふりをすること』。そうすればトラブルにはならない」と。ジャマーはこれを熱心に聴いて、同意した。

彼は赤ちゃんのころからネグレクトを受けており、また、彼の「子守」をしていたのは、テレビやビデオゲームの攻撃的なキャラクターたちだったのではないかと、セラピストは感じていた。このような子どもは、想像力を使うことが難しいことが少なくない。しかしセラピストの導きによって、ジャマーの想像力は少しずつ開発されて、彼はドラマを楽しみ初めた。たとえ「ふり」でも、真の感情を込めてセラピストを「殴ったり」、「銃で撃ったり」、「手榴弾で吹き

飛ばしたり」できるようになった・・・！ とにかくジャマーは、非常に強い攻撃者に同一化しており、全く無傷で絶対に負かされない役だけを演じるのであった。反対にセラピストは、いつも弱くて無力で、やられっぱなしで傷つけられる役。セラピストが、このパターンを変えることを、ジャマーは決して許さなかった。この頃、セッション中のジャマーの激しい怒りの叫び声が、部屋の外まで、よく聞こえていたようだ。

あるとき、ジャマーは想像のナイフでセラピストを刺し、またあるときは、セラピストを切り刻んで食べる場面を演じた。ここでドラマセラピストは、あることに気づく。ジャマーは、“怖くてどうしていいかわからない、屈辱的な虐待をされる気持ち”（里親のシャーリーに保護される前の生活で感じていたであろう気持ち）がどのようなものだったのかを、自分に教えてくれているんだ、と。

私自身も児童養護施設の子どもたちと長期セッションを行っていたとき、このドラマセラピストとまったく同じような経験をしていた。ドラマの中の彼らの「攻撃」は、虐待された苦しい状態や気持ちを私に「教えて」くれている行為なのだ、というこの論文のくだりを読んで大変助けられたことを思い出す。また、そのときは5人の子どもたちとセッションをしていたので、私が執拗に「いじめられる」ドラマでも、別の子どもが私を「助ける役」を自発的に担ってくれることもあり、そのような新しい「役」を子どもの中に早く生み出せたという効果もあった。同時にセラピストとしての私のしんどさも救われて、さまざまな興味深いプロセスが発生した。

ジャマーのセラピストは一人で対峙していたので、さぞ大変だったことだろう。このようなセッション内容が半年続いたというのだ。一口に半年、というのは簡単だが、来る日も来る日も同じことが繰り返される最中は、しんどかったと思う。しかし、非常に苦しい虐待を受け続けていたジャマーが、次の段階に進むためには、これだけの時間が必要だったのだろう。そして、これだけの怒りの表出を繰り返すことが必要だったのだ。そしてその間、ずっとセラピストが受容しながら関わったことで、繰り返しのループから抜け出るときが来たのである。

半年後

半年後、ジャマーは「怪獣に襲われて捕らわれの身になっているセラピスト」を救出して怪我の世話をする、というドラマを演じたのであった。半年かけて醸成されたものこそが、次のステップを生み出したのだろう。セラピストとジャマーは、この時を準備していたのだ。このようなストーリー展開は初めてで、

その後、ジャマーとセラピストの親密さが深まったのを2人とも感じたようだ。

程なくしてジャマーは、とうとうセラピストが強い怪獣の役になることを許すようになった。他者を助けることができるようになった彼は、ようやく自分を守る、という行動に出始めたのだ。もちろん、まだドラマの中である。しかし、彼はそれを実行する「気分」に変化したのだ。しかし、「強い怪獣に襲われる」というドラマは、当然、彼のトラウマが再燃する危険を孕む。そこでセラピストは、ジャマーが（興奮しすぎたり、解離してしまう前に）いつでも使える「フリーズガン（それを発射すると怪獣はピタッと止まって動けなくしてしまふ銃）」を与えた。もちろん想像上の小道具だ。現実的なものは何も使わない。このこと自体がクライアントの想像力と創造性を掘起こし、かつ、本来遊べないもの（トラウマ）を楽しい遊びの中で昇華させることができる仕掛けになるのだと思う。さらには、どんなに強い怪獣が襲って来ても、逃げ込むことができる、絶対に安全な「洞穴」や「お城」の場所を決めておいたり、また想像上の竜や鳥の翼をジャマーに事前に与えておき、彼が飛んで逃げられる手段も整えてあった。このような架空の道具を使って現実のトラウマを乗り越えてもらうアイデアは見事である。

これらを使ってセラピストと遊ぶうちに、ジャマーにとってこの「怪獣ドラマ」は恐怖の象徴としてだけでなく、ワクワクするものになっていった。このころから、彼は日常生活においても自信がつき、またリラックスできるようにもなり、学校でのけんかもなくなったという。このような展開に、こちらまでワクワクしてくる。

そしてこのあとよいよ核心へ、つまり性的虐待に関するテーマに近づいていくことになる。

<次号へ続く>

文献：

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.