

ドラマセラピーの実践・研究・手法

ソシオドラマの授業

尾上 明代

ソシオドラマについては、このマガジンで何度か記述したが、今号では、直近でこの手法を実施した昨夏の授業から紹介する。ソシオドラマを開発したのは、1920年代にサイコドラマを創ったJ.L.モレノである。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。

詳しくはこちらをご参照下さい。 → <https://tinyurl.com/3yssktn2>

立命館大学にて

人間科学研究科では、ソシオドラマに特化した授業をしている。昨夏も4日間、続けて院生の皆さんが選んださまざまなテーマを探索・考察した。テーマを決めるとき皆で討論するので、院生たちがどのような社会問題に興味関心があるのかがわかり、私にとってはそれが興味深い。

まず、多くの人から探索したいと挙げられたテーマは、男性というジェンダ

一人で生きることが辛い「夫・父親」を降りたタレント夫妻の「離婚」であった。家族間の関係や葛藤だけではなく、世間（特にマスコミ）との関係を考察した。

次に実施したテーマは、宗教の理不尽な教えに取り込まれている人とその家族についてであった。これは、もちろん前総理大臣が命を落としたことから端を発した社会問題が背景となって提案されたものであったが、信者の家族、特に二世問題が現在（2022年11月）ほどクローズアップされるずっと前のタイミングだったので先取りした形になったと思う。

教祖役になった院生の独創的なアイデアで「キュウリ」を神と崇める団体という設定にしたことで、現存する団体の状況には全く触れることなしに、その秀逸な比喻を使って、信者の人生や生活にまつわる具体的状況を非常に強力な感情を伴って受講生全員が、実にリアルに体験・理解することができた。もちろん本当にその状況にいる方と同じとは言えないが、教室にいるまま短時間で当事者への深い思いを馳せることができたのは、ひとえにソシオドラマという手法、そして受講生たちの創造力による。ここでは二世は中学生という設定で、学校の友人も登場させたが、友人のある言動がどれほどの助けになるかも証明されたと感じる。

さらに現実のニュース等では比較的注目されていないと思われる対象として、宗教トップの人の背景なども描き（もちろん想像で、一つの可能性として）、文字通りさまざまな立場の人への理解を試みた。ドラマの最後の介入方法として未来投影という技法がある。そこでは時間を先に進めて、未来の結果を見てみる。私は、あえて二つの未来を創った。一つは、ドラマの中心的人物であった女性（中学生の母親で、夫とはすでに離婚していて母子家庭の設定だった）が、団体と無関係の婚約者と出会い、彼の助けで団体を辞めて一般的な家庭となって生きている状況を描いた未来。もう一つは、その婚約者も教祖の薦めで団体に入信し、結婚後、妻は二代目の教祖になっているという未来だ。細かい描写は、本当の当事者でない限りはわからないことが多いが、それでも可能性としてありうる状況のエッセンスをドラマ化すると、登場人物はまるで現実のように立ち現れて、参加者の深い学びになった。

他には、小学生たちのイジメ、過干渉の親と子どもの精神的な独立についてもソシオドラマ化した。また人生の様々な不安に折り合いをつけたり不要なものを手放すメタフォリックなドラマは誰もがエンパワーされる結果となった。

ここ3年は毎年コロナが夏に増え、今年度（2022年度）は、それまでで一番感染が広がった第7波の時期となってしまったので、安全に気を付けながらの対面・集中はエネルギー使った。受講生の方々のご協力が無事に終わられて感謝している。

東京大学にて

数年前から、東京大学教育学部・教育学研究科でドラマセラピーを使った表現実践の授業を担当させていただいている。この授業は、東京大学芸術創造連携研究機構（ACUT）という、「あらゆる分野の研究者が連携し、芸術家との協働・連携をしながら知性と芸術を結び付け、未来を切り開いていく」ために創設された科目の一つとなっている。

過去2年間はオンラインで実施したが、いろいろ工夫することで、対面とほとんど変わらない授業効果をあげられたと自己評価している。しかしやはり学生の皆さんは、「対面」したかったようだ。特に、バーチャルでもドラマを通してお互いの関係性がつくられてくると、「リアルで皆に会いたい！」と思うようになり、コロナが落ち着いた後にオフ会を実施したようだ。

今年は夏の集中という形(2週続けた週末)にして2年ぶりに対面が実現した。しかしここでもコロナ対策に心を砕かなければならなかった。体調を崩したという学生からの連絡が入るたびにかなり緊張した。結局、原因不明の方3人ほどに休んでいただき、レポートなどで補う方法を取り、無事に全過程を終了してほっとした。結局、有難いことにこちらでも誰もコロナに罹患したという報告はなかった。

例年、さまざまな学部の学生と院生が履修するので、とても良い交流ができる。履修の理由は、ドラマやセラピーに興味があるからという人たちだけでなく、全く知らない世界だからとか、専門外だから学んでみたい、という人たちも何人かいて、とても良いことだと思う。印象に残っていることの一つは、法学部の学生たちのことばだ。「日々テスト、テストで教員の講義をひたすら聞いて自習、の連続で、気づいたら一週間誰とも話してない、なんてことがよくある」そうで、「人」と豊かに関わることができる授業として本当に喜んでいて。今年は短期間・集中の実施だったゆえに、受講生の表現力・創造力が日ごとにどんどん変化していくのを目の当たりにし、例年以上にやりがいがあった。

ここではソシオドラマだけの授業ではないが、必ず3回分は実施しており、受講生らの社会問題に対する意識や、日々の悩み等が良くわかる局面となる。これまでで特に心に残っているものとして、学外ではなかなか「東大生」と言えない悩みや、就活での「苦労」、バイト先での「逆差別」などがあつた。東大に入りたいと思って入れなかった人にとっては、「贅沢な」悩みだと思えるかもしれないが、誰にとっても、その当事者でないとわからない悩みや苦労は当然ある。そして今年は集中で対面ということもあり、学生の皆さんたちの「苦しさ」が一番、理解できた気がする。トップと見なされる場所にいることによる現在

のプレッシャーだけでなく、一生ついてくる「トップ」を踏まえて、いわば未来のプレッシャーを先取りしているような人たちもいた。中でもインパクトを受けたのは、多くの人からのリクエストで、去年のある事件を取り上げたときのことだった。

その事件とは・・・東大受験は難しい、と担任教師から言われた高校二年生が入試当日、東大に刃物をもって出向き、一人の受験生と守衛の方を刺した事件である。

「東大を受けたくても受けられない高校生」の「東大を受験する人を羨む感情」は、この学生たちが一生、現実では味わえない感情である。それを、東大受験をし、受かり、入学を果たした「東大生」が、リアリスティックに感じ、演じ、考えたことに大きな意義があったと思う。ドラマ後、学生の一人は、自分は結果的に入学できたが、「でも僕は、彼だったかもしれない」と述べた。このように、自分が理解できない立場の人を、ドラマによって理解することができるだけでなく、わからない（と思っていた）人は、実は自分の中にいた、自分の一部でもあった、という発見ができるのもドラマである。

未来投影では、その高校生が東大以外の医学部にいくことができ、とても良い町医者になり、人々を助けている場面を作った。これは、ありもしない架空のドラマで無理やりハッピーエンドを作ったのではない。社会には、この人と同じような、しかしまだ事件を起こしていない誰かがいるはずではないかと思ひ、そのような人の、未来の一つを描きたかったのだ。そしてその筋書きの可能性はもちろんあり、そのようなドラマを受講生たちに提示し、一緒に演じることは大事なことだと考えたからである。そして肝要なポイントは、これらを身体的に、心的に、知的に、つまりホリスティックに体験してもらったことである。