

ドラマセラピーの実践・研究・手法

統合失調症の治療

尾上 明代

これまで、ときどき古典的な論文や実践の内容を解説してきたが、今回は統合失調症を対象とする場合、ドラマセラピーがどのように役立つのかを主に Johnson(1981)の理論から紹介する。

統合失調症の原因については、長年にわたって、すでに様々な議論が展開されている。また治療法としては、精神科医療における薬物療法が一般的である。その功罪などについて述べるのは本稿の意図ではないが、まず、薬物療法（または最小限の併用を含む）以外のアプローチについて、簡単に言及したい。

「オープンダイアログ」と「当事者研究」

例えば、フィンランドの「オープンダイアログ（=開かれた対話）」や北海道の「べてるの家」の活動（当事者研究など）がある。

「オープンダイアログ」について、私は Seikkura と Arnkil の著作(2006)に出会って以来、注目してきたが、日本では斎藤(2015)に紹介されて、急速に知られるようになってきた。医療者たちが、発症した患者の家に行き、その患者や家族等と毎日対話をするすることで、入院や服薬が激減するということが起きる。また向谷地（2009 等）が北海道浦河で始めた「べてるの家」では、患者たちが共同体を作り生活する。「三度の飯よりミーティング」というほど対話や話し合いを重視し、「当事者研究」では、自身の妄想、症状、そして困りごとなどを絵にする等して「研究」し、グループで分かち合う。グループで語ること、対話することの意味や意義が強く発信されている。両方とも 1980 年代からの取り組みで、今や統合失調症だけでなく、さまざまな「場」や「当事者」の活動に広がり応用されている。

また、Bateson(2000)が統合失調症の原因として人間関係を挙げ、ダブルバイ

ンド理論を発表したのは、それらよりずっと前、1950年代のことであった。このように、広く社会関係までを包含して病因を求め、グループで協働してその病状を改善したり受け入れたりすることで「治療」する、つまり薬以外に統合失調症にアプローチできる理論や方法がある。

統合失調症を対象としたドラマセラピーの機能

前述したことを大前提として、ではドラマセラピーがどのように役立てるかを解説したい。ドラマセラピーが、学問や心理療法の一分野として確立されたのは、1970年代であるが、その始まりは1900年代に遡る。ドラマセラピーも、グループで人と関わり合いながら、対話や会話をする点で、上記のオープンダイアログや当事者研究と同じスタンスであると言える。大きな違いは、当然ながら、架空の状況（物語など）を扱ったドラマで役を演じることである。**Ruddy&Dent-Brown (2007)** は、「統合失調症に関連した、様々な混乱した考えや感情を包み込む容器 (container) として、演じるというドラマの力は特に効果がある」と述べている。この包み込む容器、という概念は、どんな対象者とのセッションでも言えることであるが、統合失調症の場合は特に役立つと感じる。

さらに、**Ruddy&Dent-Brown** は、「ドラマセラピーは、参加者にドラマの世界を（筆者注：セラピーの）グループの世界から区別するという、環境を制御する方法を提供し、参加者が現実と幻想 (fantasy) とを分離することを助けてくれる」と主張する。そして **Emunah (1983)** は、「ドラマセラピーが、統合失調症をもつ諸個人に、現実と幻想 (fantasy) とを混同するかもしれないことに対処する援助を与える方法となる」と見ている。**Emunah** によれば、「劇遊びは、現実では制御し難い衝動を、幻想の中で制御し、現実を取り入れ、身につけるための方法」である。上記の記述の中で、**fantasy** という用語は、統合失調症での妄想として、そして、ドラマセラピーでの劇的世界という架空、の両方の意味で使われている。このように、患者の妄想への対処をドラマの幻想で受けて立てるところが、ドラマセラピーの奥深さの一つと考える。

しかし、当然、ただ架空のドラマを演じてもらえば良いということではない。セラピストが注意を払いながら演技を観察しリードしていかなければ、逆効果になりうるからである。この点をわかりやすく提起したのが **Johnson (1981)** の統合失調症治療に関する理論である。以下に紹介する。

＜統合失調症と対人関係＞

統合失調症の人は、自己と他者との境界が曖昧なので、対人関係への恐怖がその根本にある。その対人関係は、どんなものであれ、自分を飲み込み、また自己を失うことにつながるのだ。単に敵対的な関係だけでなく、友好的な愛情をもった関係ですら、自分が飲み込まれ自己を喪失してしまうと感じられる。その感覚には、見られることや話を聞かれることまでも含む。ゆえに、統合失調症の人は、すべての人間関係から撤退し、自己の中に閉じこもるようになる。しかし、まさにそのときこそ、最も他者からの援助が必要なわけだ。にもかかわらず、それを拒否することに凝り固まって、絶望的な状態になってしまうのである。このような悪循環に陥っているので、治療はこの循環を逆転していくことである。

＜役を演じて区別する＞

そこで、「役を演じること」が大きな役目を果たす。通常、自分ではない「役」を演じるときには、以下のような境界を明解にもっていなければならない。

A1: 自分が演じている役 B1: 他者が演じている役
A: 自分 B: 他者

演者「Aさん」が認識しなくてはならないのは：

A と A1 との区別

B と B1 との区別

A1 と B1 との区別

さらに、

A と B1 との関係が、A と B との関係とは異なるという区別

A1 と B との関係が、A と B との関係とは異なるという区別

A1 と B1 との関係は、A と B との関係とは異なるという区別

そして、(ドラマ外で) 常に A と B との区別

これらの区別ができなくては、役を演じることができず、また、役を解除することもできない。統合失調症の人は、このいずれかで混乱が生じ、役を演じ続けることができなくなると言われている。つまり、役を演じてもらうことで、どこに問題があるかがわかるのだ。

ドラマセラピストが、混乱が生じた時点で介入して状況を理解させ、上手く

役を演じることができるように導くことで、クライアントは、自分が演じている役と自分、他者が演じている役と他者、自分の演じている役と他者が演じている役、など、それぞれの区別を認識できるようになり、ひいては、自己と他者との区別が明解になっていく。

そして Johnson は、それが医療的な治療を超えて、統合失調症の症状をもたらしている根本を改善できる可能性を示していると言う。

私は、「べてるの家」と北海道全体の「当事者研究集会」でドラマセラピーを実施したことがある。当事者の方々だけでなく、援助スタッフ、各地から実習等に来ていた研修生などが一緒に同じドラマという場を共有して下さった。連続的なセラピーではなく、それぞれ、たった1回2時間だけのセッションで、しかも40-50人の大きなグループという状況であったが、良いプロセスを発生させることができた。皆さんは参加前、「ドラマ、と聞いて何をさせられるのか、と心配していた」とのことだったが、セッション後には、異口同音に「予想と全然違うものだった」と感想を述べていた。(どんな予想だったのかは、わからないが・・・)そして「久々に本気でたくさん笑った」「みんな2時間前と全然違う表情だ」等々の感想も多くあった。

また、札幌なかまの杜クリニック(精神障害者が創るユニークな精神科クリニック。さまざまな意味で、べてるの家の「文化」を実践している)では、定期的に連続セッションをさせていただいている。そこでの様子は、以前、本稿でも紹介したことがあるが、毎回、楽しみながら個人レベルでもグループとしても、終了後に大きな変化を遂げている。

ワーク内容と、参加者への一瞬一瞬の対応を注意深く丁寧に遂行することで、多くの参加者に、良いインパクトと心から笑う楽しさ、そして「柔軟な変化ができるんだ」という自信を提供できることを強く感じている。

Butler(2012)は、発展的変容(このマガジンで何度か紹介したことのある手法)を用い、統合失調症対象のドラマセラピーを多く実践している。彼はその手法の視点から見る統合失調症を、以下のような障害であるという。

- 1 自分の身体を適切に感じるができない
- 2 他者と出会ったり関係を作ったりすることができない
- 3 自分を柔軟に変化・変容させることができない

私はこのことを念頭において、上記のような統合失調症の方が含まれるグル

ープでセッションを実施する。すなわち、まず1に対しては、いろいろな役に「今ここ」で楽しく没頭できるプロセスを創ることで、その瞬間に自分の身体を感じてもらう。必要に応じてボディーワークも取り入れている。また、2に対しては、役を通してお互いに出会う関係を作るのであるが、役をしっかりと降りたあとも、素（す）の自分として、他者と関わりやすくなっているのが感じられる。さらに、3に対しては、1回のセッションでも効果が出る。発想力や創造性を開発できるワークをすると、多くの方が、周りが驚くような柔軟な発想で、ドミナントストーリー（支配的な物語）を変えたり、新たなオルタナティブストーリー（今までとは異なる物語）を演じて下さる。

ただし、これらの良い結果について特筆すべきことがある。その変容ぶりは、べてるの家や札幌なかまの杜クリニック等、参加者の属するコミュニティーにおける対話や関係構築など、元々培われていたものの力が大きいということである。そのような土壌の上に、私のセッションが耕運機となり、さらに耕されて良い結果に結びついていると解釈している。

文献

Butler, J.D. (2012) Playing with madness: Developmental Transformations and the treatment of schizophrenia. *The Arts in Psychotherapy*, 39, pp87-94

ベイトソン, G. (2000). 精神の生態学(改訂第二版) 佐藤良明訳, 新思索社

Emunah, R. (1983). Drama therapy with adult psychiatric patients. *The Arts in Psychotherapy*, 10(2), 77–84.

Johnson, D. R. (1981). Drama therapy and the schizophrenic condition. In Schattner, G., & Courtney, R. (Eds.). *Drama in therapy* (pp. 47–64). New York: Drama Book Specialists.

向谷地生良 (2009) 技法以前—べてるの家のつくりかた (シリーズケアをひらく)、医学書院

Ruddy, R., & Dent-Brown, K. (2007). Drama therapy for schizophrenia or schizophrenia-like illnesses. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (1). Art. No. CD005378.

斎藤環 (2015) オープンダイアログとは何か 医学書院

Seikkura, J., & Arnkil, T. E. (2006). *Dialogical Meetings in Social Networks* (The Systemic Thinking and Practice Series). Routledge