

# 小さな「怪獣たち」とのドラマセラピー

## 7. コミュニケーションと絆の深まり

### 尾上 明代

このマガジンでは、A 児童養護施設で継続的に行ったドラマセラピー治療の事例を連載してきた。ドラマセラピーには多くの手法があるが、ここでは、いくつかのドラマゲームや即興劇手法を使って実施した、小さな「怪獣たち」（イチゴちゃん、リンゴちゃん、アンズちゃん、マツオ君、スギオ君）とのプロセスを詳しく提示している。

前号では、子どもたち、特にアンズの性的な言動が収束したのと反比例するかのよう、アンズが積極的に創って演じたハッピーエンドのドラマについて解説した。今号では、ドラマを通して創ったラポールが、ドラマ以外の場面で深まった（特にリンゴとアンズとの）できごとと、彼女たちの変化を記述する。

\* \* \*

#### 第13回

##### 浩二さんの辞職

助手の浩二さん（A施設の職員）が、施設を近々辞めることになった。今後は、ドラマセラピーのセッションのときだけ施設に来てくれるが、それ以外は、施設からい

なくなる。そのことを最近子どもたちに伝えたと聞いたので、今日は、彼らはさぞ落胆していることと思う。子どもたちが大好きな職員だからだ。

セラピールームに、リンゴとイチゴが先に現れたので、二人の背中を撫でながら、彼女らの気持ちを理解していることを伝えた。リンゴからは、どうってことないという雰囲気伝わってきた。もちろん、悲しくなかったのではなく、特定の大人たちに、継続的に変わらぬケアを求めることに、すでにあきらめがつく状態になっていたのだと思う。そもそも、ずっと辞めないで自分たちをケアしてくれる職員がいるなどという期待をしていなかったのだろう。

イチゴは、「別にいー」と言い、ことばとは正反対のとても悲しそうな顔をした。泣きたいのを堪えていたようだった。いつもふざけて笑ったり、ドラマで怒ったり、5人の中で一番表現力が豊かなイチゴではあるが、悲しい気持ちを素直に出したことは、あまりなかった。浩二さんがイチゴに辞めることを伝えたとき、彼女はすごく怒って泣いたと、あとで彼から聞いた。このイチゴの反応は自然である。浩二さんに、心をひらき頼っていた分だけ悲しみも大きかったのだろう。

## アンズの欠席

前回は、アンズにとって非常に深い意味をもつドラマができて、セラピーのプロセスが大きく進展したが、そのようなセッションの後は、ゆっくり時間をかけて消化していく必要があるからか、そのクライアントの欠席が発生することがある。アンズも今日はお休みだった。しかし休みの理由が、彼女自身の理由ではなく、外的な理由（彼女の実家の家族の都合）だったのが、アンズの変化と符丁が合っているようで興味深い。

実は、この日のセッションの終わりに、リンゴと2人でゆっくり話すことになったのだが（これについては後述する）、いつも一緒にくっついていてアンズがいなかったからこそできたことだと思う。このような「偶然」が期せずして変化を促し、またその変化を積極的に進めていくこともプロセスの一部である。

## 消えていく境界

この日も、パントマイム・ゲームを楽しんだあと、お約束の「床屋」のドラマを繰り返して、次にいつもの「動物園」ドラマに突入した。

しかし今日は、今までと違った興味深い変化が見られた。これまで何度となく行っていた「動物園」ドラマでは、動物たち（子どもたち）は、しっかり檻を作ってその中で餌をもらって食べたり、交尾したり、眠ったりして生活している状態が演じられ、やがて飼育係（浩二さんと私）の目を盗んで脱走を図る、というパターンだった。檻から逃げる行為によって、彼らは、捕まえ

てほしい（ケアしてほしい、心配してほしい）という気持ちを表現してきたのだ。同時にこのことは、彼らが「檻の中」と「外界」の境界をしっかりと分けて認識していることも示していた。

ところが今日は、その境界線が曖昧になってきている。例えばイチゴが「ここはサファリよ」と言い出し、動物たちは、初めからその辺をうろうろしている。檻と外界のボーダーがない方向に向かっていったのだ。

他者に邪魔されない自分（たち）の居場所をしっかりと作りたい欲求や、逃げた自分（たち）を捕まえてケアしてほしい欲求も低くなってきたと思われる。ケアしてくれるセラピストや馴染みの職員への信頼が高まり、脱走して心配させる必要度が低くなったということであろうか。

また、今までは「動物園」ドラマの最後に、必ずグランドピアノの下に5人が入り、自分たちの共同の檻（＝お城）のようなものを作って、眠る場面があった。安全地帯と言わんばかりに柵をめぐらして、私と浩二さんは入れないことになっていた。しかし今日は、それもしなかったのだ。アンズがいなかったことも、もちろん理由の一つと思われるが、時間をかけてプロセスが深まったことで、グループの凝集性も高まり、わざわざピアノの下に集まらなくても、仲間意識を感じられるようになったこともあるのだろう。

## リンゴとの「友情」

さて、ドラマ後に、部屋の明かりを消して想像する時間になると、スギオとマツオは、2人でふざけながら勝手に遊び始めた。イチゴは浩二さんにべったり甘えている。

離れた椅子に1人で座っていたリングは、突然、私の着ている服を指さして、何か質問した。私がそれに答えると、今度は「明代さん、結婚してる？」と聞く。このようなプライベートな質問を普通の（真面目で落ち着いた）話し方で私に話しかけてきたのは、初めてだ。

トラウマを持つ子どもが（もちろん大人もだが）、きちんと自分のトラウマの体験、あるいはその背景のことを語ることはとても難しい。何も話してくれない、話しても本当のことを言わない、そもそも覚えていない、などの回避的防衛や、解離状態が普通である。さらには、幼すぎて起きたことや自分の気持ちを言語化できない・意識化できない、またセラピストを信頼しないという状況もある。だからこそ、言語的表現ではなく、シンボリック、メタフォリックに、内面に抑圧された問題を直接表現できる芸術療法、とりわけドラマを使うことは有効なのである。もちろん、セラピーの目的は、起きたできごとを正確に知ることでない。（それが目的であれば、司法面接的なアプローチが必要だ。）しかし一方で、トラウマに関する話をセラピストにきちんと順序立てて言えるようになること自体は、非常に重要な段階だ。自分の辛い過去を思い出し、それを言語化し、そして誰かに伝えるという段階にくることで、そのことを統御する感覚を得ることができる。治療プロセスが進展して感情の開示と信頼の醸成が進んでくるとつまり、ドラマセラピーが「架空の」ドラマの世界においてクライアントの回復への道程に良い効果をもたらすと、次の段階として「現実の」開示が行

われるようになる。「現実の開示」そのものが治療プロセスであり、また、それによってセラピストは、現実生活上の介入やサポートをドラマ外でも行えるようになる。

クライアントの子どもが、セラピストを信頼して、自分から話し始めることは、治療初期の段階で治療者側が話を聞き出そうとする行為とは、まったく意味が異なる。前者は、深化した治療同盟のもと、しっかりとした関係性が基盤になっている。さらには、信頼できるようになったことだけが重要なだけでなく、（信頼だけが必要なのであれば、もっと短い期間でも、構築可能だ。）ここまでの即興ドラマ活動の中で、表現すること、心をひらくこと、言語化する能力などを身につけてきたということがポイントである。だから、ここでの会話は、いろいろな意味で治療プロセスと現実生活がクロスする重要場面なのだ。

子どもたちは、皆ひどく傷ついた経験を重ねているので、非常に注意深く5人を平等に扱うようにしていた私は、皆がいるところで、1人だけとゆっくり話すようなことは、したことがなかった。しかしこの時は、他のメンバーが2人ずつになっていたという状況が許してくれたので、私はリングと、それぞれ離れた椅子に座ったまま、少し大きな声で会話をした。リングが、私の家族や生活について質問してきたので、それらに答えた。私は、幸運が突然天から降ってきたと思い、心の中で「今だ」とばかりにチャンスの女神の前髪をひつつかんだ。

「ねえ、そっちに行っている？」「うん。」すんなりと受け入れてくれた彼女のところ

まで椅子をまたいで行き、一緒に並んで座った。そして真面目に、普通に、落ち着いて、しみりと、きちんと話ができたのだ。彼女は、自分の家族の状況や自分の気持ちを詳しく私に話した。情報としては施設側から聞いていた話と同じなので、すべて本当のことを話してくれたことがわかる。しかし、彼女が親に対してどんな気持ちを感じているのかは、初めてよくわかった。

そしてリンゴは、私の家族や、家族との関係について、矢継ぎ早に真剣に質問し、私の答えに一生懸命に耳を傾けていた。私は当然、治療意図のもと、内容を選びつつも本当のことを話した。しかし内容よりも、このような行為自体の意味が大きかった。まるで自己開示し合った後、友だち同士の仲が深まったような感覚と似ていた。

私たちの話し合いのせいで、いつもの「想像の時間」よりずっと長く時間をとってしまった。でも、ここは外せなかった。誰かが「もう長いよ。」と言ったので、リンゴとの話を切り上げ、部屋の電気をつける。

その直後のおやつ時間に、リンゴはニコツとして、私の足をちょこんと触る。私もニコツとして同じように、リンゴの同じ足を同じようにちょこんと触る。二人にしかわからない「友情」の確認行為だった。

おやつが終わって、それぞれの子どもが施設内の自分の棟に帰るとき、リンゴが、私の車に乗りたいというリクエストを言い出した。(リンゴは前にも一度、一人で車に乗せてと言ってきたことがあり、ギアチェンジのレバーを1回、往復させてほしいというので、OKしたことがあった。)

そこで、(歩けば1分の道のりなのだが)

皆を私の車に乗せ、歩くスピードで運転して送り届ける。たったこれだけのことだが、子どもたちは大満足の様子で、幸せそうに帰って行った。きっと良く眠れたことだろう。

このセッション以来、リンゴが機嫌悪くぐずったり、おなかが痛い・お菓子が気に入らないなどの理由で泣いたりしたときは、関係を築いてあったので、きちんと話し合うことができた。また彼女は、夜中に起きて施設の家具などをめちゃめちゃにしまうこともあった。施設職員には当然怒られたようだが、リンゴが私に、その理由やイライラする気持ちについて話してくれたので、私から職員に話することもできた。簡単に改善されない状況が原因なので、リンゴのイライラを取り除くのは難しいが、少なくとも「ドラマセラピーのときは、イライラしない。楽しいから」と言うリンゴに、私のできる枠組の中で、できるだけ良い時間をあげたいと改めて思った。

## 第14回

### これまででベストのセッション

セッション開始前に、私が事務室で職員と話していたら、子どもたちが迎えに来た。初めてのことだ。

浩二さんは少しだけ遅れて、このドラマセラピーのために施設にやってきた。子どもたちは、久しぶりに浩二さんに会って嬉しそうだった。そのようなことも影響してか、今日は全体的に皆が素直で、セッションは非常にうまく行った。以下の三つの約束を皆で言うことも良くできた。

## 約束

1. 他の人が演じているときは静かにし、みんなで一緒にやるときは、協力し合う。
2. 身体で実際にアタックしない。(やるときは、「ふり」だけ)
3. 楽しもう！ スッキリ良い気分になろう！

連載第二回でも書いたように、毎回、始まる前にこの約束を全員で一緒に言って確認しているのだが、子どもたちは、いつも文末を反対に変えて言っている。私が大きな声で文末を強調しながら「協力し・合・う！」というときに「協力し・な・い！」、また「アタックし・な・い！」を「アタックす・る！」というふうに。もちろん彼らは約束内容を良く理解しているのだが、そのように反対に言うこと自体が「お約束」になっていて、楽しんでいた。しかし、今日はちゃんと原文通りに唱和したのだ。

また、セッション初めのダンスは、いつもバラバラ、めちゃくちゃなのに、皆がちゃんと私の真似をして、「踊り」になっていたのも驚きだった。今までダンスを拒否していたスギオも踊り、彼の動きも初めてダンスと呼べるものになった！

さて、いつもはこの部屋にない長い机が何台か、今日はたまたま置いてあったので、子どもたちは、それを舞台として使い、次々に自発的にチュッチュ（セラピーの見守り役としていつもピアノの上に置いているオウムの人形）のパペットショーを始めた。良質な遊び心、創造性、即興性が発揮されている。私は黙ってニコニコとそれを見守

る。ストーリーの流れは特になく、ころころ変わって行くが、ショー自体を楽しんでいる感じだ。自由にはじけて陽気な気分が前面に出て伝わってきた。

それがすぐに（10分くらいで）収まると、「大家族のドラマをする！」とアンズたちが言い出す。いつものように、浩二さんと私が両親だ。それぞれの部屋、トイレ、風呂などを椅子と長い机で作る。まず、家作りそのものを楽しみ、時間とエネルギーを費やす。

それぞれが、「私はこういう子ね」などと設定を言ったり、自室で好きなことをしているが、ごはんのときは、この大家族はまとまる。真ん中に置いてあるダイニングテーブル（長い机）に集まり、母親の私が朝食の玉子料理を作る。ほんの少しの対応の違いにも彼らは敏感なので、平等に子どもたちを扱うことに気を配る。まったく同じことを5回——1人ずつまったく同じように玉子の焼き方を聞き、作り、出し方も同じにする。

そのドラマ後、机を組み合わせて戦車を作り、そこに乗る遊びをする。子どもたちは非常に喜んだ。ちょっと危険だし、行儀が悪いし、いけないことかもしれないが、今日はこのくらいのことを許してあげても良いと感じた。そこで、机の強度や床などをチェックし、浩二さんとも相談して、大丈夫という判断をした。子どもたちは、暴れたり私たちを困らせるようなことは、もちろん一切しなかった。そして子どもたちがこの上なく楽しんでいる気分を同じように体感するため、私自身も戦車に乗った！

最後はそのまま、その戦車テーブルを囲んでセッション終了時に決まって歌うことになっている歌を、皆がまとまって一生懸命に歌う。男の子たちも楽しんで積極的に歌ったのは、初めてだった。

今日は、たまたま置いてあった長い机がいろいろな道具に変わり、セッションの進行を手伝った。もちろん机とは別に、プロセス全体もとても良い運びで、よくある1人ずつバラバラで、ただワーワー言っているような場面は全くなく、皆が一致して本当に楽しい時を過ごすことができた。そのような意味で、今まででベストのセッションだった。

### アンズの成長と絆の深まり

最後の歌は、いつも皆で1回歌うだけであるが、今日は歌い終わるとすぐ、アンズが私に「もう一回歌って」と言った。他の子どもたちには、そのリクエストは聞こえていなかったが、私はすぐに皆を見ながらもう一度歌い始めた。すると途中で、アンズは誰かと話し出した。他の子どもたちも、お菓子を食べたり、大声でふざけて遊んだりしている。そんな中で、一生懸命に1人で歌っているのは、ちょっと変な状況である。リクエストした本人も友だちとおしゃべりしているので、「聞いてないのかな」と思いながらも、気にせず同じように歌い続けていると、誰かが「何で明代さん、歌ってるの？」とアンズに聞いた。するとアンズは少し誇らしい感じで「私が頼んだから」と答えたので、私は非常に嬉しく感じた。ちゃんと聞いていたのだ。満足した幸せそうな笑顔だった。期待を裏切らないで、そして自分が聞いてないような態度をしてい

ても、私が歌い続けてくれていることが、嬉しかったようだ。文字通り、「BGM」として私のケアを彼女が感じとっている気がした。まるで、見えないところで当たり前信頼関係で繋がっている親子のように。

この日のセッションからしばらくして、私はアンズのある変化に気づくことになる。それは、彼女の笑い方がケタケタロボットではなくなってきたことだった。この連載で何度か以前に書いたが、どんなときも均一のロボットのようなケタケタという音だったので、彼女の「人間的な」笑い声を聞きたいとずっと願っていたのである。もともとの声色の「くせ」は残っているものの、より「普通」の笑い声になっていると感じた。

これと同期して、生活面でも彼女は成長を示した。施設に新しく入ってきた発達障害の子どもと毎朝一緒に登校してくれるようになったそうだ。そのおかげで、施設職員が送っていく必要がなくなり、忙しい朝に大変助かっているという報告を聞いた。さらには小学校の教師に、「このごろアンズちゃんは、クラスの皆を引っ張って行ってくれている」と誉められたという。前号で記述したアンズの自作自演のドラマ（離婚した母親が戻ってくるドラマ）から、大きな変化が起き始めていたようだ。

A 施設でドラマセラピーを始めて約10ヶ月。いくつもの変化が一度にゆっくり全員を動かしている、その大きな波を感じる。

次号に続く。(次回は最終回の予定です。)