

# 心理劇のウォーミングアップにおける大学生の気づき

松 山 郁 夫

Awareness of University Students in the Warm-up of Psychodrama

Ikuo MATSUYAMA

## 要 旨

心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングの体験が、参加者にどのような気づきをもたらすのかを明らかにすることが求められている。本研究の目的は、心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングの体験が、演者の内面にどのような影響を及ぼすのかを検討することである。社会福祉を学ぶ大学4年生、計4名を対象に心理劇のウォーミングアップとして行ったロールプレイングにおける5つの場面で、参加者が感じたり気づいたりしたことを検討した。それらの内容から、少人数既知集団によるロールプレイングであっても、演者は相手の気持ちを察したり尊重したりすること、自己受容が進み、社交性と自発性を引き出すことがなされていること等が考察された。

**キーワード：**心理劇（サイコドラマ）、ウォーミングアップ、ロールプレイング、少人数既知集団

## I はじめに

集団精神療法の一つである心理劇（サイコドラマ）における体験全体に対しては、ウォーミングアップ体験や監督やグループに対する肯定的な体験が相互に関わり合い、観客体験を肯定的なものにしている。また、その中で観客体験に直接的に影響を与えているのは、監督への肯定的体験とウォーミングアップでのドラマへの準備性への高まりである。そのため、観客がウォーミングアップでドラマへの準備性を高め、監督に対して肯定的な体験をすることは、観客がドラマに積極的に関与して、自他への気づきを得ることを促進している（水谷・島谷，2021）との見解がある。

話しかける役割である主役になると、様々なテーマを演じるためにある役割を思い浮かべ、相手に対して自分の考えを伝えたり、相手に誤解を与えないように配慮したりして、役割行為を遂行するように図ることがなされる。また、自己の内面を感じ取るようにも作用していることが窺える。話しかけられる役割である補助自我を演じることは、自己の内面を感じ取りながら自己覚知を深めるように作用しているものと考えられる。さらに、観客の存在は、演者にとって自己に対する自然の客観的な眼になる。それは恥ずかしさを生むこともあるが、自己の内面に取り入れられて鋭い自己観察を可能にする。他方、観客は演者によって新しい体験を学習して認知を広げる。演者を観察することで自分を顧み、演者と同一視すること

でその体験をシェアする（台，2003）。このため、観客の場合、客観的な立場で劇を見ているにもかかわらず、自己覚知にも影響を及ぼしている（松山，2014）と言及されている。

心理劇におけるウォーミングアップ（第1相）の段階では、さまざまなテーマでイメージアップを図る体験をするため、自発的適応行為を誘発し、自己覚知に繋がる。また、このような体験をした者が福祉専門職として福祉の現場で生活支援や相談支援を行う際、対象者のストレングスを基にして、エンパワメントを強化する支援を容易にすると考えられている。この支援においては、援助者が対象者を身体面・心理面・社会面から状況を理解する必要がある。対象者の心理面を理解するためには、多様な視点からその気持ち、行動を捉えなければならない。それ故、ソーシャルワーク演習においては、多様な視点からの心理面に対する理解が促進されるように、心理劇におけるウォーミングアップを活用することが有効である（松山，2011）と論及されている。ウォーミングアップにはロールプレイングの要素が含まれている。したがって、ウォーミングアップにおけるロールプレイングの体験が参加者にどのような気づきをもたらすのかを明らかにすることが求められる。

以上のことから、本研究の目的は、心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングの体験が、演者にどのような気づきをもたらすのかを検討することである。

## Ⅱ 方 法

201X年度のソーシャルワーク演習（科目名：相談援助演習）において、相談援助に関する理解を促進することを目的として、福祉を学ぶ大学4年生、計4名の大学生を対象に行った心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングにおいて、各自が感じたり気づいたりしたことを検討した。

ロールプレイングの場面については結果に記述している。場面①、場面②、場面③では、「話しかける役」をA、「話しかけられる役」をBと表記している。AとBとの会話と演じた後の感想から、即興による二人で行うロールプレイングがどのようなものなのかを検討する。なお、場面ごとにテーマを掲げているが、予めテーマを考えて演じるのではなく、即興で「話しかける役」Aが「話しかけられる役」Bに話しかけたときに、初めてAがどのような役柄を演じているのが明らかになる。また、Aの話しかけに対して、Bがどのように話しを返すのかを見て、初めてBの役柄を捉えることができる。このため、演じられる場面は毎回異なるものになる。演じている中で、演者もそれを見ている観客も場面のテーマや演者の役割や役柄が掴めてくる。

場面④と場面⑤については、「話しかける役」A、「話しかけられる役」Bの両者間の寸劇から始まるが、途中から場面④では演者が一人、場面⑤では演者が二人加わるため、心理劇の第2相に進んだ状況になっている。

このように、1つの場面が演じられるたびに演者に感想を聞くような進行をしているため、第1相ウォーミングアップでありながら、二人による即興劇は心理劇の第2相である劇化、演じた直後に感想を述べてもらったのは第3相であるシェアリングにあたりと捉えることができる。特に場面④と場面⑤は心理劇の第1相から第3相までが展開されている。

場面①から場面⑤まで、監督（教員）は、1つの場面が演じられるたびに演者に感想を聞くようにしながら進行をした。その際、心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングを行った後、各役割行為から生じた気持ちや感想等について述べてもらった。その内容を検討してどのような内容から成り立っているのかを明らかにすることとした。

心理劇を活用した演習は、机や椅子を動かして心理劇ができるスペースが確保できる講義室で、1回90分程度実施した。事前に、対人援助職を目指す大学生における心理劇に関する研究に使用させてもらうこ

と、その際、成績には一切反映させないことを説明し、全員から同意を得ている。同時に、倫理的配慮として心理劇を体験した大学生における気づきや感想等を研究に使用する際、個人情報保護に配慮することについても説明し同意を得ている。

### Ⅲ 結 果

次の場面①から場面のロールプレイングを行った。各々の劇の展開とシェアリングは次のようになされた

#### 1. 場面①

##### (1) 場面①における二人の会話の様子

A : 「ごめんください。乗りやすい自転車はありますか？」

B : 「いらっしゃいませ。スポーツタイプの自転車でも乗りやすいですよ。」

A : 「安く買えるのがあるのですか？」

B : 「これですが……、かっこいいでしょう。色も10種類のなかから選ぶことができますよ。」

A : 「この自転車、乗りやすいですね。いくらですか？」

B : 「大幅にまけて2万円引きの10万円がいいですよ」

A : 「えー……、スポーツタイプの自転車は高いのですね。学生なので手が届かない金額です。」

B : 「そうでしたか。それはすみませんでした。」

A : 「自転車は、〇〇大学までの通学に使いたいと思っています。」

B : 「大学への通学用の自転車でしたか。通学用もありますよ？自宅から、どのくらいの距離ですか？」

A : 「自宅の近くに住む先輩が、大学まで所謂ママチャリと呼ばれる籠がついた自転車でも、15分あれば行けるって言っていました。」

B : 「ああ、それだったら、この自転車がいいと思いますよ。価格も安くしますよ。19,800円です。」

A : 「税込みですか？」

B : 「そうです。19,800円しかかかりませんので、どうぞご安心ください。」

A : 「よかったです。バイトしたお金が2万円しかなくて助かりました。でも、本当に消費税は別ですか？」

B : 「いいですよ。消費税はいりません。サービスします。」

A : 「ありがたいと思います。でも、自転車屋さんには儲けが少ないようですが、いいのですか？」

B : 「大丈夫です。小さな自転車屋さんですが、生活はできていますので……、気にされなくていいですよ。」

この自転車でしっかりと大学に通って学問をさせてください。」

A : 「どうも、ありがとう。買ってよかったです。」

##### (2) 場面①における演者の感想

演者A : 「最初にスポーツタイプの自転車を勧められ、価格を尋ねるとかなりの高額で、かなり動揺しました。でも、自転車屋さんBに通学用であると話すと、あまり儲からないにもかかわらず、購入できるように図っていただきました。貧しい学生に対して配慮してくれる優しい自転車屋さんとわかり、気持ちよく自転車を購入することができました。ただ、安いので儲けが出ないのではないかとも思い、自転車屋さんに申し訳ないような気持ちにもなりました。」

演者B : 「乗りやすい自転車はありますかと尋ねられたので、スポーツタイプの自転車でも乗りやすい自転車を勧めることにしました。勿論、お金が儲かるからです。でも、Aさんから学生なので手が届かない金額と聞いたため、儲けではなくAさんという学生の立場のことを考慮して、通学に向いている自転車を買っ

てもらおうと思直しました。いつのまにか良心的な自転車屋さんを演じていました。」

### (3)場面①におけるロールプレイングの特徴

自転車の購入に関する話であった。大学生のAさんが通学用の自転車を購入したいがため、自転車屋に行き、購入に向けた会話がなされた。自転車屋のBさんは儲けることを考えてスポーツ車を勧めたが、学生であるAさんの話を聞くうちに、この真面目な学生のために儲けは度外視して販売するようになっていった。その態度に対して、学生も儲けがあまり出ないため、安く販売してくれる自転車屋さんが生活できるのかが心配になってきた。

この場面では、演者同士の短い会話であっても、演者はお互い相手のことを気遣うようになることが窺えた。

## 2. 場面②

### (1) 場面②における買物での会話の様子

A：「こんにちは。八百屋さん。ほうれん草ください。」

B：「こんにちは。あれあれ、いつもありがとうございます。今日はどれも安いよ！」

A：「そうなの。それでは、小松菜と人参もいただこうかな。」

B：「全部で600円です。」

A：「えー。安いですね。それでは、大根も白菜も買おうかしら。」

B：「サービスして1000円です。」

A：「八百屋さん。今日はなぜこんなに、安いのですか。」

B：「ちょっと、それは言いにくいなあ。」

A：「まあ、少しくらい話してくれてもいいのではないですか。私はこの八百屋さんで買物をするようになって、もう40年にもなっているのに……。」

B：「そういえばAさんは中学生の時にお遣いでこの八百屋さんに来ていましたね。あれから40年も経つけど、買いに来てくれているのですね。」

A：「ということで、まあ、少しくらい話してくれてもいいのではないですか。」

B：「ほかの人に言わないでね。」

A：「誰にも言わないから、大丈夫ですよ。」

B：「実は、昨日パチンコで、ものすごく儲けてしまって。笑いが止まらなくて……。それで、今日来てくれるお客さんには野菜の大安売りをしようと思ったのです。」

A：「そういうことでしたか。そういえば、時々大安売りをしていたけど、その前日はパチンコで儲けたからだったのですね。」

B：「えっ……。やっぱりわかりましたか」

A：「やっぱりそうなのですね。八百屋さん。今日もパチンコで是非儲けてくださいね。応援しています。」

B：「おじさん。今日も勝つからね！」

A：「勝ったら、明日はもっと安くしてね。おじさん頑張ってね。」

B：「もちろん。明日も買いに来てね。では、ありがとうございます。」

### (2)場面②における演者の感想

演者A：「八百屋のBさんの店から、40年間に亘って野菜を買っているAさんの役を演じました。本日の

野菜がいつもよりかなり安いので、Bさんに何かいいことがあったのかと思いました。これまでの長い信頼関係があるため、自分には安くした理由を話してくれるのではないかと考え、Bさんに尋ねました。すると、自分だけにパチンコで儲けたことを話してくれました。話し難いことをそっと教えてくれたので、Bさんとは信頼関係があると感じ、嬉しい気分になりました。」

演者B：「八百屋さんを演じてみると、相手の気分や調子に合わせて会話ができるのが楽しいと感じていました。40年前から野菜を買ってくれているAさんとは、気心が知れているので、つつい調子に乗ってしまい、正直にパチンコで儲けたことや、そのために大安売りをしていることを話してしまいました。」

### (3) 場面②におけるロールプレイングの特徴

八百屋さんに野菜を買いに来たAさんが、Bさんに買いたい野菜の名前を言って、買おうとしている場面であった。買物の場面では、買い手と売り手の役になることと、明確に買いたいものがあるため、演者同士で会話が続きやすく、信頼関係も醸成されやすいと考えられる。このため、パチンコで儲けて嬉しいために野菜を大安売りすることにした等、買物以外の話題にも発展し、会話の内容が広がっていく展開となった。

この場面では、演者同士の会話が続くことで信頼関係が醸成され、話題が広がっていくことが示唆された。

## 3. 場面③

### (1) 場面③における喫茶店での会話の様子

A：「何を飲まれますか？」

B：「この店で評判の飲み物はなんですか？」

A：「ホットコーヒーです。」

B：「あれ、どこの喫茶店にもあると思いますが、なぜなのでしょう。」

A：「手の込んだ焙煎をしているのが自慢なのです。」

B：「そうなのですね。飲んでみたいなあ。ホットコーヒーください。」

A：「ありがとうございます。しばらくお待ちください。」

B：「はい。楽しみです。」

A：「はい。お持ちしました。熱いので気をつけてください。」

B：「あれあれ、コーヒーを淹れるのがすごく早いですね。飲んでみます。うわーっ、これは美味しいですね。」

A：「ありがとうございます。お客さんはみんなそう言ってくださいます。」

B：「わかります。すっかりこの店のファンになりました。」

A：「どうも、ありがとうございます。」

監督：「翌日、Bさんは昨日行った喫茶店のコーヒーを飲みたくなり、再び出向くことにしたようです。」

BさんはAさんの喫茶店のドアを開けました。」

B：「ごめんください。」

A：「あれ、昨日、来られましたね？」

B：「はい。昨日この店でいただいたホットコーヒーがおいしくてまた飲みたくなりました。」

A：「あれ、あれ、どうもありがとうございます。それほどまでにコーヒーが好きなのですか？」

B：「そうなのです。おいしいコーヒーを飲むと、幸せな気分になるのです。」

- A：「そうですか。そう言っていただいてうれしいです。コーヒーを淹れますね。」
- B：「大学生の時によく喫茶店に行って、ゆっくりとくつろぐのが好きでした。昨日、コーヒーを飲みと、学生時代のことを思い出してしまい、昔の懐かしい思い出もよみがえり、温かい気持ちになりました。」
- A：「そうだったのですね。どうぞ、ゆっくりとくつろがれてください。それでは、コーヒーができましたよ。」
- B：「いい香りですね。今日もいい日になったらいいな。」
- A：「大丈夫です。コーヒーを飲むと、きっと良いことがありますよ。」
- B：「ありがとうございます。本当にそのように思えてきました。」

## (2) 場面③における演者の感想

演者A：「最初に注文を何うやいなやBさんはこの店で評判の飲み物は何かと、少し慌ただしい感じで尋ねられた様子でした。Bさんは会社のOLをしていて、仕事が忙しかったり人間関係が難しかったりしてストレスがあるのではないかと感じました。Bさんにはゆっくりしてほしいという気持ちからか、思わず、自慢のホットコーヒーを勧めてしまいました。Bさんは翌日も来店し、コーヒーを飲むと学生時代の懐かしい思い出がよみがえり、温かい気持ちになったと聞き、本当によかったと思いました。」

演者B：「最初に喫茶店に入ったときは、仕事が忙しいためストレスを溜め込んでいました。しかしながら、注文したコーヒーがおいしかったため、その後は落ち着いた気分になりました。翌日も喫茶店に行きたい気持ちになり、最初はおいしいコーヒーを味わいたいからだと思っていましたが、ゆったりとくつろいだ気分になりました。そして、学生時代の懐かしい思い出がよみがえり、温かい気持ちになったのは、Aさんが醸し出す喫茶店の居場所の様な雰囲気のためだと思えてきました。」

## (3) 場面③におけるロールプレイングの特徴

喫茶店での場面では、来店当初は落ち着かなかったBさんが、コーヒーを飲むと徐々にゆったりとした態度となり、くつろぎながらAさんとの会話がなされていた。Bさんは翌日もこの喫茶店に来た。この店に来るとコーヒーがおいしいだけでなく、学生時代の思い出がよみがえる等温かい気持ちになる自分に気づいた。この店を居場所と感じるのは、Aさんが醸し出す雰囲気に癒されるからだと思うようになった。最初に来店したときは落ち着かなかったBさんが、翌日には癒され自分を取り戻した様子であった。この場面では、短い時間で演者の気持ちが変化することが示された。

## 4. 場面④

### (1) 場面④における趣味の会話

- A：「土星をみてみたいな。」
- B：「私、天体望遠鏡で見たことがあるわ！」
- A：「輪は見えただけ？きれいだっただけ？」
- B：「すごくきれいだっただわ。輪がある星が宇宙に浮かんでいるのは神秘的だったわ。」
- A：「いいわね。私も見てみたいわ。どうしたら天体望遠鏡で土星を見ることが出来るのかな？」
- B：「近所の星が大好きで、いつも天体望遠鏡で星をのぞいているC君に頼むと見せてもらえるよ。」
- A：「それなら、C君に頼んで、天体望遠鏡で見せてもらおうかな。」
- B：「そうだね。」
- A：「でも、C君、星を観るのは好きだけど、人と話をするのは苦手じゃなかったっけ？」

B：「そうね。C君、すごく内気だから……。でも、好きな星のことだったら、人と話すことができるかもしれないね。」

A：「それなら、思い切って、天体望遠鏡で土星を見せてくれないかと頼んでみましょうか。」

B：「そうね。それがいいと思います。」

監督：「その後、AさんとBさんは、C君に頼んで、天体望遠鏡で土星を見せてもらいました。土星の輪を見て感激したAさんは再びC君の家を尋ねました。」

A：「こんばんは。」

C：「こんばんは。あれ、また星を見に来たのかな？」

A：「この前は土星を見せてくれてありがとう。本当に輪があって、宇宙に輪がある星が浮かんでいて、ものすごく神秘的で感動しました。」

C：「土星を見ると感動しますよね。あの……。ちょうどよかったよ。今から木星を見ない？」

A：「ああ、よかった。でも、急に来てしまって、迷惑でしたか？」

C：「いえいえ、ちょうどあそこにひときわ明るく輝いている木星を見ようと思っていました。今から天体望遠鏡を用意しますよ。」

A：「いいですね。大きく見えるのですか？」

C：「木星はこの前一緒に見た土星よりも大きく見えますよ。」

A：「はい。木星の方が大きく見えます。同じ300倍の倍率なのに？」

C：「それは、木星は土星よりも大きくてさらに、土星よりも地球に近いからです。」

A：「ところで、木星にも地球と同じようにお月様があるのですよね。」

C：「では、倍率を50倍に下げますね。どうぞ見てください。」

A：「さっきよりも木星が小さくなったけど、その周りに4つの星が見えています。ひょっとしたら、ガリレオが発見したという木星のガリレオ衛星ですか？」

C：「そうです。よくガリレオ衛星を知っていましたね。星のことを勉強しているのですね。今見えているように、木星のお月様であるガリレオ衛星はだいたいいつも4つ見えますよ。」

A：「そうなのですね。木星のお月様が4つも見えると面白いですね。」

C：「それは、本当に面白いです。地球にも4つ月があったらもっと楽しいのに！」

A：「えっ！普通はそこまでは考えないと思うけど……。びっくりしました！」

C：「僕は天文ファンだから、いつもそのようなことばかり考えています。」

A：「えっ！……。」（あきれたような表情をする）

## (2) 場面④における演者の感想

演者A：「土星という輪のある惑星に興味があって、一度は天体望遠鏡で見たいと思っていました。友人のBさんに話をすると、土星を見たことがあり、きれいで輪がある星が宇宙に浮かんでいるのは神秘的だったと聞き、ますます土星を見たくなりました。内気だけど星のことになると星のように目を輝かせて話をするC君を訪ねました。土星、そして木星とガリレオ衛星を見て感動したり、地球にも月が4つあればいいと言うC君に驚いたり面白く時間を過ごしました。」

演者B：「Aさんが土星をみてみたいと言うので、以前、天体望遠鏡で見たことを思い出しました。輪がある星が宇宙に浮かんでいるのは神秘的との話をしたとたん、話がトントン拍子に進むので、Aさんは本当に土星を見たいことがわかりました。C君の内気なところが気になりましたが、Aさんの勢いに押され、思わず、天体望遠鏡で土星を見せてもらうように頼むことに合意してしまいました。」

演者C：「土星を見て喜んだAさんが、今度は木星をみたいとのことで自宅に来てくれました。内気なせいもあって一人で星を観るのが好きだったけど、Aさんに星を見せるのも楽しくなってきました。Aさんに木星と4つのガリレオ衛星を見せると、木星のお月様が4つも見えると面白いと話すので、思わず地球にも4つ月があったらもっと楽しいと言ってしまい、あきれられたようでした。」

### (3) 場面④におけるロールプレイングの特徴

前半はAさんとBさんの会話でした。Aさんが土星を天体望遠鏡で見たいとBさんに話をすると、土星を見て感動的だったと話したため、ますます土星を見たい気持ちが膨らんだような状況であった。話がトントン拍子で進み、Bさんの助言で、内気だけど星が好きなC君を訪ねた。後半はAさんが土星、木星とガリレオ衛星を見て感動したり、地球にも月が4つあればいいと言うC君に驚いたり面白時間を過ごす様子が演じられた。

これらの場面では、演者が天体望遠鏡で星を観るという趣味の時間を過ごしている。興味や関心のあることを演じると、感動、驚き、面白さを体験できることが窺えた。

## 5. 場面⑤

### (1) 場面⑤における過疎化が進む地域に住む隣同士の会話

A：「おはようございます。雪が降ってきましたね。」

B：(凍えるようなしぐさをしながら)「おはようございます。これから本当に寒くなるらしいですよ。」

A：「やっぱりそうですか。今年も家の屋根の雪降しがたいへんでしょうね。」

B：「息子が東京に出稼ぎに行っているものだから、わしが一人で雪降しをしないといけなくて……、つらいです。」

A：「そうですか。うちは息子が地元就職したので、手伝ってもらえるのです。」

B：「そりゃ、うらやましいですね。うちの息子も地元に戻ってきてくれれば、本当にありがたいと思います。」

A：「地元には働くところが限られるので、若い人の多くは都市部に行ってしまいますよね。」

B：「そうですね。でも、お宅の息子さん、こちらに仕事があってよかったですね。」

A：「とりあえず、安心しました。でも、過疎化が進んで限界集落になるらしいので、先のことを考えると息子のことが心配になるのです。」

B：「そうだったのですか。息子さんが地元に戻ってきてあるのでうらやましいと思っていたのですが、悩みは尽きないですね。」

A：「本当に悩みはつきないですね。」

B：「お互い悩んでばかりですね。酒でも飲みますか？」

A：「いいですね。そうしましょう。」

B：「それでは、うちにどうぞ。」

A：「はい。世話になります。」

監督：「このままでは、過疎化が進んで限界集落になる地域の住民同士の会話でした。限界集落になってしまった地域の住民の会話を聞いてみましょう。」

C：「こんにちは。回覧板を持ってきましたよ。」

D：「こんにちは。いつもありがとうございます。」

C：「回覧板に書いてあるけど、この村の人口が減っていて、限界集落になっているらしいよ。」



- D：「えっ！この村は限界集落なのか。」
- C：「そうだよ。限界集落になっているのですよ。」
- D：「ところで、限界集落って、何なのですか？」
- C：「えっ！限界集落をしらないの？ 回覧板には、過疎化が進み、その地域の人口の半分以上が高齢者になってしまい、冠婚葬祭のような共同生活が困難になっている集落って書いてあるよ。」
- D：「えっ！昨年孫が結婚式をしたとき、この集落の全員で300人くらいだったかな。来てくれたよ。大丈夫じゃないの？」
- C：「そのうち、200人位が年寄りだったよね。」
- D：「200人も年寄りがいてくれて、仲間がたくさんいて楽しかったよ。」
- C：「でも、あと10年か20年位たつとどうなるのかな？」
- D：「年寄りがさらに増えて、仲間がいっぱいになって、ますます楽しくなるのではないかいな？」
- C：「そう言われてみれば、仲間ばかりで楽しいかもしれないね。相変わらず楽天的だね。」
- D：「楽しく生きないとね。限界集落、万歳！」
- C：「そこまで言いますか。でも、何か楽しい感じもしてきましたよ。」

## (2) 場面⑤における演者の感想

演者A：「隣に住むBさんへ雪降しの話をすると、息子が出稼ぎでいないためBさんは一人で雪降しをしないといけないのでつらいこと、地元就職口が少ないこと、地元に戻ってきても限界集落になるため息子が心配になること等、いつもの悩みをいつものように話しました。それでも私もBさんも地元が好きで、仲良く酒を飲むのが幸せだと感じていました。」

演者B：「隣のAさんとは、息子が東京に出稼ぎに行っているから一人で雪降しをしないといけなくてつらいこと、息子が地元に戻ってくればありがたいこと、Aさんの息子が地元で仕事があってうらやましいこと等、会うたびに同じ話をしています。でも、地元が好きでAさんと酒を飲むのが唯一の楽しみだと思いました。」

演者C：「Dさんに回覧板を持っていくと限界集落の話になってしまいます。Dさんは限界集落の意味がわからないのかいつも同じ会話になってしまいます。この村は限界集落なのかと驚くのに、限界集落について尋ねてきます。年寄りがさらに増えて仲間がいっぱいになって、ますます楽しくなるのではないかいなと言われかもしれませんが、Dさんと同様に楽しい気持ちにもなってくるのが不思議でした。」

演者D：「回覧板がくるといつもの限界集落の話になるけど、この村の皆は仲がいいので、高齢者が増えるともっと楽しくなってくるようにしか思いませんでした。Cさんから相変わらず楽天的だねと言われませんが、その通りでいろいろあっても、楽しく生きないといけないので、思わず限界集落、万歳と大きな声を出してしまいました。」

## (3) 場面⑤におけるロールプレイングの特徴

過疎化が進む地域に住む隣同士の会話がなされた。最初は、挨拶をして雪降しのことを話したり、回覧板を持って行ったりする日常的な場面が演じられていた。その後、住んでいる地域が限界集落になったりそれが進行したりしていくため、生活上の問題が出てくること等地域の問題について話がなされた。深刻な話のなかにも郷土愛を持つ皆は、前向きに明るく生きようとする様子も演じられていた。

この場面では、地域における深刻な問題について語られながらも、前向きに明るく楽しく生きていこうとする人々のたくましさも表現されていることが示された。

#### IV 考 察

心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングにおいて5つの場面が演じられ、それらから次のことが考えられる。

少人数既知集団においても、心理劇は学生の自己表現や情緒的交流を促し、アイデンティティ形成の課題に寄与できる教育的手法として有効である。また、心理劇という枠組みが与えられることによって、普段の生活ではできにくい自己表現や情緒的交流が促される(村上, 2020)と主張されている。場面①では、演者同士の短い会話であっても、演者にはお互い相手のことを気遣うようになる様子が見られたため、少人数既知集団によるロールプレイングであっても、相手の気持ちを察したり尊重したりするものと言える。

心理劇とは、即興劇を行うことを通して自発性や創造性を引き出し、自己、他者および両者の関係への気づきを促すことを目的とした集団活動のひとつである(鳥谷, 1991)。主役、主役以外の役割、観客の各役割体験とシェアリング体験のタイプとが心理劇の効果に与える影響として、主役体験の場合、自己受容の効果と深い関連がある。主役以外の役割体験の場合、社交性と自発性の効果と深い関連がある。観客体験の場合、シェアリングで情動型のタイプの体験をすることによって自己受容の効果が高まる(榎本・鳥谷, 2020)と報告されている。場面②において、演者同士の会話が続くことで信頼関係が醸成され、話題が広がっていく状況が見られたため、演者には、自己受容を進め、社交性と自発性を引き出すことがなされているものと推察される。

心理劇の体験を通して、自己を再確認する体験が及ぼす効果は、対応の仕方のスキルではなく、役割演技をとおして体験感情までも変化した、自己の変容に基づく他者への関わり方の変容である(石川, 2014)と主張されている。場面③において、演者が短い時間で演者の気持ちが変化し、演じることによって癒される体験がなされたのは、役割演技による体験感情の変化と捉えられる。このため、癒された気持ちにもなったものと考えられる。

心理劇の体験が主体的な学びのプロセスとなっているため、心理劇における体験の深まりを導いているのは、自発性・創造性を高めるための心理劇技法の特性によるところが大きい(吉川・岩男, 2018)との見解がある。場面④においては、演者が興味や関心のあることを演じると、感動、驚き、面白さを体験できていたことから、自発性・創造性が引き出され、より高まっているものと判断される。

大学生を対象にして実施した心理劇全体を通して、演じることの難しさと面白さという、アンビバレンスな感情が生起していた。役割行為は、自己覚知を深めることや他者を受容することに影響を及ぼす(松山, 2014)と論及されている。場面⑤において、地域における深刻な問題について語られながらも、前向きに明るく楽しく生きていこうとする人々のたくましさも表現されていたことは、劇において矛盾や葛藤があり、演者にアンビバレンスな感情が芽生えていても、自己覚知が深まり、他者受容がなされることを示しているものと推察される。

以上より、心理劇のウォーミングアップにおいてロールプレイングを体験すると、劇の中で役割行為を演じる場合と同様に、相手の気持ちを察したり尊重したりするため、様々な過程がありながらも、自己覚知、社交性、自発性、創造性、他者受容等が引き出されたり高まったりすることが考察された。このことは、ソーシャルワーク等対人援助の専門職の技量を高めるものと判断される。

今後の課題は、心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイング体験の意義を明確し、対人援助の専門職の育成にどのように使えば効果的なのかを検討することである。

## V 結 論

心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングにおいて5つの場面が演じられ、それらの内容から、①少人数既知集団によるロールプレイングであっても、演者は相手の気持ちを察したり尊重したりする。②演者には、自己受容を進め、社交性と自発性を引き出すことがなされている。③短時間で演者の気持ちに変化し、演じることによって癒される体験がなされるのは、役割演技による体験感情の変化によって癒された気持ちが生起するからである。④演者が興味や関心のあることを演じると、感動、驚き、面白さを体験できているため、自発性・創造性が引き出される。⑤劇において矛盾や葛藤があり、演者にアンビバレンスな感情が芽生えていても自己覚知が深まり、他者受容がなされる。以上、①から⑤までの見解が得られた。これらによって、心理劇のウォーミングアップにおけるロールプレイングは、ソーシャルワーク等対人援助の専門職の技量を高めることに繋がるものと考察された。

## 謝 辞

本研究に協力していただきました皆様に深く感謝申し上げます。

## 引用文献

- 榎本万里子・島谷まき子(2020) 役割体験とシェアリング体験の心理劇の効果への影響. 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, 29, 1-13.
- 石川須美子(2014) 看護学生のコミュニケーション教育における心理劇的ロールプレイ導入の効果. 別府大学紀要, (55), 85-95.
- 松山郁夫(2011) ソーシャルワーク演習において心理劇を活用する意義. 佐賀大学文化教育学部研究論文集, 15(2), 249-256.
- 松山郁夫(2014) 自己覚知を促す心理劇を活用したソーシャルワーク演習. 佐賀大学文化教育学部研究論文集, 18(2), 151-160.
- 水谷悟子・島谷まき子(2021)心理劇のドラマ体験に影響を与える要因の検討—ウォーミングアップ体験・対監督体験・対グループ体験に着目して—. 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, (23), 75-86.
- 村上広美(2020) 少人数既知集団における心理劇活用の意義と課題: 大学生のゼミ活動における心理劇導入の試み. 静岡大学教育学部研究報告, 人文・社会・自然科学篇, (71), 193-203.
- 島谷まき子(1991) 心理劇. 「臨床心理リーディングガイド」, サイエンス社, 181-184.
- 台利夫(2003) ロールプレイング. 日本文化科学社.
- 吉川昌子・岩男美美(2018) 「主体的・対話的で深い学び」に活かす心理劇の導入: 演習科目「発達臨床心理学」における試み. 中村学園大学発達支援センター研究紀要, (9), 85-93.