

研究論文

対人援助職を目指す大学生における心理劇の実践

松山 郁夫*

The Practice of Psychodrama for University Students Aiming for Human Service Professionals

Ikuo MATSUYAMA

【要約】対人援助職を目指す大学生が心理劇の体験からどのようなことを学んだのかを検討した。大学生を対象に心理劇を行い、シェアリングの内容から、グループにおける肯定的な体験や観客の劇への関与を含む演者や観客の体験がなされていた。参加者はその場にふさわしい行動をとること、ある事態に適応するために自発性・創造性を発揮すること、演者や観客としてのグループ体験が自他への気づきに繋がること等が考察された。

【キーワード】心理劇（サイコドラマ）、シェアリング、大学生、対人援助、グループ体験

1. はじめに

心理劇（サイコドラマ）とは、米国の精神科医モレノが考案したドラマ形式を用いた集団心理療法の一技法である。当初、心理劇による治療の対象は統合失調症であったが、現在、認知症高齢者や障害者に対する治療、健常者や治療者に対する研修等に幅広く用いられている。特に、神経症、統合失調症、自閉スペクトラム症、不登校や家庭内暴力を起こしている児童生徒等、言葉でコミュニケーションをとることが苦手な対象者に対する有効な治療手段となっている。

心理劇の目的は、対象者のカタルシスを促したり自発性を高めたりすることである。自発性とは、葛藤や危機的状況などに遭遇したときに適切な行為を遂行する力のことである。台本なしで自発的な役割を演じ、自己のテーマや感情を表現することで、自己洞察やカタルシスを得ることが可能となる。

心理劇を実施する集団に対して、あるテーマに応じた劇を即興的・自発的に演じさせ、感情を表現できるようにする。つまり、予め決められた筋書き通りに劇が進められていくのではなく、診断的・治療的な目的のもとに参加者がある役割を演じるようにする。こうして、人や人をとりまく状況を探求し、日常生活のなかで埋没している対象者の自発性を引き出すことで、自己理解を深めることが可能となる。

治療者である監督が、演者（患者）たちに即興劇を演じさせる。演じる前に参加者が話し合うことで、お互いの理解を深め、テーマや参加者の役柄を決める。役柄の設定にあたっては各自の意志を尊重する。監督が主役や他の演者と相談しながら劇を展開していくことになり、演者は役を演じながら自分の気持ちを表現していく。劇が終わった後、演者や観客は自分の意見や体験を語ることで、参加者は互いに課題を共有し合うことになる。

心理劇は、演者（被治療者）・監督（治療者）・補助自我（治療者）・観客・舞台の5つの構成要素からなっている。演者が主役や脇役などの役割分担をして演技をし、監督と補助自我は演者が場面に適応

*佐賀大学教育学部

した行為ができるように配慮する。心理劇の手順は、日常の役割と異なった役を演じることで自発性を引き出し、自己理解を深めること、参加者がお互い親しくなれるようにすること、及びありのままの自分を表現すること等の実施上の注意事項を説明した後、ウォーミング・アップ（第1相）となる。その後、劇化（第2相）、シェアリング（第3相）と進行する。

ウォーミング・アップ（第1相）では、参加者同士あいさつをしたり、歩いたり体操をしたりして緊張を和らげ、参加者全員で劇ができる雰囲気を作っていく。主役を希望する人を募り、主役、その他の役を演じる人を決めていく。

劇（第2相）では、演者が劇の中で起こる様々な事態に即興的に対応していく。相手役と役割を交換する役割交換、主役の分身をおくダブル、他人が替わって演じているのを見るミラーなどの技法を使いながら、演者が感じたことを表現したり、場面に応じた行為をとったりしていく。

監督は、主役が満足感を味わったところ、劇中のストーリーが終わったところ、及び劇の雰囲気が最高潮を迎えたときに劇を終えるようにする。劇が終結した後、シェアリング（第3相）となる。主役はそのドラマによってどのようなことを感じたのか、思い出されたのかを話すようにする。その他の演者や観客も感じたこと等を話すようにする。

心理劇は、集団精神療法の一技法として用いられるが、教育や訓練のためにも広く活用できるものであり、人種差別のような社会的なテーマで行われるときはソシオドラマ（社会劇）、教育や訓練などに用いられるときはロールプレイングということもある。特に、生活支援員や介護職員等福祉施設等で要援護者に接する専門職の養成教育において利用できる方法であるとも考えられる。

以上のことは、増野（1990）と台（1982）の心理劇に関する見解を整理したものである。

援助者は、適切な援助をするために、被援助者の言葉による表現だけではなく、表情、身振り、態度などの非言語コミュニケーションにも注目しながら、相互に信頼関係を結んでいくことになる。また、傾聴等のコミュニケーション技術により、被援助者が自身の課題を明確にししながら、自らの能力を最大限に活用して問題解決ができるような働きかけを行っていく。それ故、対人援助に関する演習や研修では、援助者と被援助者との一対一の面接場面を設定した上で、ロールプレイングが行われている。

しかしながら、福祉や教育等の領域における対人援助の専門職は、面接室で個別面接をするよりも、生活場面で複数の被援助者に対応することの方が多。つまり、被援助者の日常生活の場が面接空間となり、一対一の関係よりもダイナミックな人間関係のなかで援助が行われる状況にある。

また、「心理劇で変容するのは、パーソナリティ全体を揺り動かされて生じる自己の変容に基づいた他者との関わりである」（石川, 2014）と主張されている。具体的には、「主役である話しかける役を演じると役割行為を遂行するように図ったり、自己の内面を感じ取ったりする。補助自我である話しかけられる役割を演じると、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する。観客の役は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す。寸劇では、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、心理劇に対する意義を捉えようとする。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。したがって、集団精神療法の一つである心理劇を活用して、日常生活場面における人間関係のなかで援助できるように、対人関係から生起する情動的な問題を解決することを目的とした演習や研修を行うと、参加者の対人援助力が向上するものと考えられる。

福祉や教育等の領域において、生活を支援したり相談を受けたりする対人援助場面では、援助を要する相手の気持ちを受容しながら、信頼関係を築き、効果的な援助ができるように配慮をしなければ

ならない。対人援助に関する演習や研修では、参加者に対して援助場面を想定した体験を通して、自己覚知や他者理解について理解を深めていくことが求められる。心理劇は福祉や教育等の対人援助職の養成教育に活用できるため、対人援助の専門職を目指す学生が心理劇の体験をしておくことが望まれ、体験したことに対する気づきがどのようなものなのかを明らかにしておく必要がある。したがって、本研究の目的は、対人援助職を目指す大学生が、心理劇の体験からどのようなことを学んだのかを検討することにする。

2. 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3年生と4年生、計9名の大学生を対象に行った心理劇の第1相から第3相までを録音して、各自が感じたり気づいたりしたことを検討した。

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な進行をした。第1相のウォーミングアップ後、第2相である劇化に移行し、第3相のシェアリングにおいて、各役割行為から生じた気持ち等の感想を述べてもらった。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。その際、KJ法的手法によって、意味内容が同じものを整理することとした。

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、計2回実施した。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、今回の取り組みについては成績には一切反映させないこと、劇を録音するが文章化した時点で録音を消去することを説明し、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。

3. 結果

2つの即興劇を行った。場面①はスキーの体験、場面②は認知症グループホームにおける団欒の様子で、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における劇とシェアリング

監督：「夕方、JRの駅に電車が到着しました。Aくんが降りてきました。以前打ち合わせをした通り、Bくんの家に向かっています。そして、家の玄関につきました。チャイムを鳴らしたら、玄関の戸が開き、Bくんが顔を見せました。」

A：「こんばんは。Bくんおじゃまします。雪が降りますよね。」

B：「こんばんは。Aくんよく来てくれたね。今年は雪が多いから明日のスキー楽しみだね。打ち合わせ通り今日は僕の家泊まって、朝、スキー場に向かうことにしよう。」

A：「明日の朝は何時に出発かな？」

B：「7時には出た方がいいよ。僕の父が車に乗せてスキー場まで連れて行ってくれるって言うよ。」

A：「それはありがたいね。」

B：「田舎なのでスキー場までは車で行くしかないの、遠慮しないでね。」

A：「ところで、布団の上にこたつがあるけど、ここで寝たらいいのかな？」

B：「そうだよ。この地域は寒いので、一人に一つこたつがあるよ。そんなにびっくりすることな

の？」

A：「地元が九州なので、本当にびっくりしたよ。やっぱり寒い地域になるとこたつが人数分いるよね。それでは、おやすみなさい。」

B：「明日は一日中スキーなので、よく眠らないとね。おやすみ。」

監督：「朝となり、スキーウェアに着替えたAさんとBさんは、Bさんの父親Cが運転する車に乗りました。そして、キャンプ場に向けて出発しました。」

A：「Bさんのお父さん。ところで、この軽のワゴンだけれど、スキー場まで行けるのですか？」

C：「大丈夫だよ。心配しないで。毎日雪の中をこの車で商売しているから、心配なくていいよ。」

B：「Aさん。軽のワゴンなのでびっくりしたかもしれないけど、チェーンを付けているのでスキー場まで行けるよ。」

C：「でも、今日の雪の降り方は、これまで見たことがないくらい多いな。積もった雪の量も半端じゃないね。」

A：「まるで、ラッセル車みたいな感じだね。あれ、車輪は回っているようだけど、進まないね。」

B：「これはまずいな。お父さん、車が雪に埋まって動けなくなったので、雪かきをしよう。」

C：「悪いね。でも、これではスキー場に行けないので、やむを得ないけど家に戻ろうか。」

B：「Aさんはわざわざ九州から来ているので、ここからは歩いてスキー場に行くよ。」

A：「え……、膝まで雪が積もっているじゃないか。大丈夫なの？」

B：「大丈夫だよ。行ける。行ける。雪国育ちの僕が言うから大丈夫だよ。それよりも、僕と一緒に軽ワゴンの向きを180度変えてくれないか。」

A：「え……、二人で向きを変えられるかな？」

C：「おーい。雪が降ってきたので車の向きを変えるのを、急いでくれないか。」

AとB：「よいしょ、よいしょ、よいしょ、」（軽ワゴンの向きを変えることができた）

C：「下りは車の勢いがあるので、雪に埋まらないから、一人で大丈夫だよ。二人とも気を付けてスキー場に行きなさい。」

A：「送っていただき、ありがとうございました」

B：「はい。父さん、気を付けてね。」

監督：「二人はその後、日が暮れる前に、膝まである雪をかき分けながら、何とかスキー場に到着しました。スキー場の隣の民宿に泊まるようです。」

B：「ごめんください。今日泊まらせてください。」

A：「よろしくお願いします。」

D：「いらっしゃいませ。この宿の職員です。よく、このドカ雪の中を来ましたね。」

B：「乗ってきた軽のワゴンが雪に埋まって進まなくなったので、途中から歩いてきました。」

A：「僕は九州出身なので、寒さがこたえました。なんとか6時間、膝まである雪をかき分けてここまで辿りつけました。」

D：「このドカ雪のなかで、今日スキー場にきたのは、君たち二人だけだよ。」

A：「え、地元のBさんはこのくらいの雪は大丈夫って言っていたけど……、」

D：「そんな……、地元の人でも来ることができないですよ。普通だったら凍死していたかもしれないのに……。」

B：「やっぱりそうですか。すまんね。Aくん。」

A：「えー、やっぱり、危なかったじゃないか。」

D：「まあまあ、私も最初はびっくりしましたが、二人ともせっかくこちらまで来られたのですから、明日は存分にスキーを楽しませてください。」

B：「まあ、Aくん、ここまで来てよかったじゃない。機嫌直して、明日は楽しくスキーをしようよ。」

A：「そうだね。初めてのスキーなので、いろいろと教えてね。」

監督：「雪に埋まりそうになりながら6時間も歩いた二人は、疲れ切って眠ってしまいました。そして、一晩中、雪が降りました。昨日よりも雪が積もっています。二人はスキー場に来ました。お客さんはAくんとBくんの二人だけです。また、向こうの方から、スキー場の職員が出てきました。AくんがBくんに何か話しかけているようです。」

A：「Bくん、スキー板を履いたけど、どこにいけばいいのかな？」

B：「リフトに行ったらいいよ。あれ、リフトはどこかな？」

E：「スキー場の職員ですが、よく来ることができましたね。」

A：「すみません。リフトはどこですか？」

B：「さっきから、スキー場にいるけど、リフトを見つけられなくて困っています。」

E：「君たち、この雪の量から考えるとリフトはどうなると思うかな？」

A：「まさか、この雪の下に埋まっているとか？」

E：「正解です。二人の足元に埋まってしまっています。」

B：「じゃあ、スキーはできないの？Aくんは九州からわざわざ来てくれたので、スキーをさせたいけれど。」

A：「Bくん、ひどーい。これではスキーができないと思うけど。」

E：「大丈夫です。スキーはできますよ。二人とも横になって、準備はいいかな。カニのように横に歩いてください。少しずつ斜面を登っていけるはずですよ。」

B：「Aくんよかったね。これで、スキーはできるよ。やっぱりきてよかったね。」

A：「Bくん、スキーできそうだけど、足がきついよ。」

B：「大丈夫だよ。上まで行けば、あとは滑るだけだから。本当にスキーって、楽しいよね。」

A：「でも、登るだけで疲れてしまうよ。滑ることができるかな？スキーをするのはいたいへんだね。はーはー、やっと登ることができたね。」

B：「では、滑ってみよう。腰が引けているけど傾斜は緩やかなので大丈夫だよ。僕の後ろからついてきてね。」

A：「ゆっくり進むので、滑ることができるみたい。楽しいなー、来てよかったなー。スキーっておもしろいね。」

B：「そうですねAくん。10メートル位滑ることができたね。では、横歩きで登るよ。」

A：「はい。元気が出てきたよ。来てよかった。Bくん、ありがとう。」

監督：「それでは、ここまでにしましょう。この後、二人はどうなるのでしょうか。どのように展開するのか楽しみに思いますが、このあたりで終わりにします。」(演者が椅子に座ってから)「それでは皆さん、劇の中である役割を演じたり観客として見ていたりして、どのようなことを

感じたり考えたりしましたか？」(第3相シェアリングが始まる)

- Aくん役：「九州出身の大学生を演じました。友人の住む寒い地域の家に行くと、一人に一つこたつがあったり、ドカ雪のなかを軽ワゴンでスキー場まで行こうとしたり、6時間も雪をかき分けてスキー場までいったり、リフトが雪に埋まっていたり、スキー板を履いて横歩きで登ったりと、びっくりすることばかりでした。日常のように淡々と行動するBくんが自分とは違う文化に生きていると感じました。驚きの体験で、未だに体験したことを受け止めることができません。でも、こんなにドキドキ、ワクワクして、面白い体験をしたのは初めてのことでした。スキーは楽しいと思いました。」
- Bくん役：「雪がたくさん降る寒い地域に住むBくんを演じました。一人に一つこたつがあること、ドカ雪のなかを軽ワゴンでスキー場まで出かけること、雪をかき分けてスキー場までいくこと等は僕にとっては普通のことなので、Aくんがいちいち驚いたり不安になったりする様子を見るたびに、なぜそのような反応をするのか不思議に思っていました。ただ、育った地域が違えば、もの見方や感じ方も随分違ってくると感じました。Aくんを元気づけようと思って、どんなことがあってもスキーだけは体験させてあげたいと思っていました。最後に、Aくんがスキーを楽しそうにする様子を見て嬉しかったのと、かなりほっとした気持ちになりました。」
- Cお父さん役：「Bくんの父さん役をしました。Aくんはわが子Bの親友なので、頑張ってAくんをスキー場に連れて行かないといけないなと思う一心で、ドカ雪の中を軽ワゴンで山道を走らせました。通常であれば、雪の量が多いのでスキー場に軽ワゴンで行くことはしないと思うけど、息子Bの親友Aくんのためなので、冷静な判断ができなかったように思います。また、雪に埋もれた軽ワゴンを二人に方向転換させたりするところや、下りは雪に埋まらないので一人で大丈夫と豪語するところ、二人とも気を付けてスキー場に行くように言うところでは、父親はたくましく生きてきたのと同時に、人に優しい面があると感じました。同時に、毎日雪の中を軽ワゴンで商売しているというプライドがあったように思いました。」
- D宿の職員の役：「地元の人も来ることができないような積雪のため、スキー客が来ることはないと思っていたところに、二人が来たので驚きました。また、二人が宿に来たときは、これで少しはお金が入ると思い、嬉しい気持ちになりました。そのためか、AくんがBくんに、危なかったじゃないかと文句を言っている様子を見ても、横から愛想よく、二人ともせっかく来たので楽しくスキーをしたらみたいな台詞を発するだけの余裕があったようです。」
- Eスキー場の職員役：「AくんがBくんに対して、リフトが雪に埋まってしまう、スキーができない旨、文句を言っている様子を見て、二人とも仲良くスキーを楽しんでくれたらいいなと思いました。それで、とっさにスキーができると言ってしまう、また、リフトが使えないのでカニのように横に歩くようにして斜面を登っていけば滑ることができると言ってしまう。その後、笑顔になったBくんがAくんに、スキーができるからよかったと言うのを見て、私の対応は間違っていなかったように思いました。二人と一緒に仲良く斜面を横歩きで登り始め、Aくんが楽しそうに滑る様子を見ることができて、本当によかったと思いました。」
- 観客F：「Aくんは驚いたり不安に落ちいたりで、大変だったと思いました。でも、ドカ雪にもかかわらず軽ワゴンでスキー場に行ったり、膝まで雪があるのに長時間スキー場まで歩いたり、日頃できない貴重な体験ができていたとも思いました。」
- 観客G：「Cお父さんは、息子Bくん、そして友人のAくんのために、よく頑張っていました。積雪で軽ワゴンが埋まって動けなくなっても、二人に車の向きを変えるように過酷なことを頼みまし

たが、気をつけてスキー場に行くように気遣ったりして、遅しくも優しい父親だと思いました。」

観客H：「D宿の職員もEスキー場の職員も、優しい人だと思いました。二人が仲良くスキーを楽しめるように気遣って話しかけていることが伝わってきました。AくんもBくんも出会った人に恵まれて、たいへんだけど貴重な体験ができたのではないかと思います。」

観客I：「九州育ちのAくんにとって、寒くて雪の多いBくんの地域に来たとたんに驚くことばかりで、AくんとBくんのこれまでの生活体験の違いが、このような展開になった背景ではないかと考えました。ただ、僕はAくんのような体験は避けたいです。凍死する可能性があると思うからです。でも、最後にAくんがスキーを楽しむことができて、Bくんもほっとした表情で、よかったです。」

監督：「演者の皆さんと観客の皆さんには、劇を演じたり見たりして感じたこと、考えたことを話してもらいました。参加されている皆さんは、それぞれに演じている人物がどのような価値観を持っているのか、どのように周囲に配慮しているのかを見ていたように思いました。AくんとBくんがスキーを始めたばかりのところでこの劇は終わりました。この後のスキーの場面ではどのような展開になるのかも見てみたいように思うのですが、スキーをテーマにした心理劇はここまでとします。」

監督「以上、監督1名、演者5名、観客4名、合計10名で心理劇がなされました。九州出身の大学生Aくんと雪がたくさん降る寒い地域に住むBくんの家に行き、生活環境の違いに驚きます。また、大雪の中を軽ワゴンでスキー場に向かう、膝まである雪を6時間もかき分けながらスキー場に行く、リフトが雪に埋まってしまったスキー場でスキーをする等、日常にはない体験の連続となりました。それによって、育った地域が違えば物の見方や感じ方も随分違ってくることが示されました。この場面では、育つ環境の違いによる演者のものの見方や感じ方の違い、それをどのように捉えて対応したらよいか表現されました。なお、B君役は皆に気配りをすることが多かったため、自然に補助自我の役割を担っていたように思いました。」

(2) 場面②における劇とシェアリング

第1相のウォーミングアップにおいて、参加者がこれまで人と話したことで印象に残っていることを話すことにした。各自がそれぞれ印象に残っていることを話し、それが終わった直後、全員が監督役の教員の話が印象的で、そのことを題材にした劇を試みたいとの意見の一致があったため、教員が体験した実話を基にした劇を行うこととした。なお、実際は監督役の教員が特別養護老人ホームを訪問した時に、ある男性利用者が話しかけてきた内容で、現実では特別養護老人ホームにおける利用者との会話におけるエピソードであるが、劇化においては、利用者の認知症の程度が軽い認知症グループホームにおける出来事として設定することにした。

監督：「ここは認知症グループホームです。午後のお茶の時間になったようですね。利用者の方々がテーブルに集まってきましたよ。」

利用者A：「お茶の時間がきましたね。今日は誰がお茶を入れるようになっていきますか？ Bさんじゃないですか？」

利用者B：「私じゃないですよ。Aさん最近物忘れがひどくない？ さっき、Cさんがお茶を入れるとっていたと思うけど……。」

利用者C：「私じゃないです。Bさん本当に物忘れがひどいですよ。介護スタッフのDさん、今日は誰がお茶を入れるようになっていますか？」

介護スタッフD：「誰だったっけ？ 忘れてしまいました。」

A・B・C：「えー……。」

D：「全員が忘れてしまってはどうしようもありませんので、お茶を入れるのが上手な人に頼みましようか？ Eさん、お茶を皆さんに入れていただけますでしょうか？」

利用者E：「いいですよ。勿論です。それでは、皆さんにお茶を淹れましょう。用意をしますので、しばらくお待ちください。」

監督：「Eさんがおいしいお茶を淹れて、みんながお茶を楽しむことになりました。いつものように利用者同士の会話が始まったようです。」

利用者A：「今日は誰がお茶を入れるようになっていたのか忘れてしまい、Bさんに迷惑をかけた。」

利用者B：「Aさん、何を言っているの。毎日お茶の時間に、同じことを言っているじゃないの。」

利用者C：「ところで、Bさん、あなたも毎日お茶の時間に、同じことを言っていますよ。」

介護スタッフD：「皆さん、実は私も毎日お茶の時間に、誰だったっけ？ 忘れてしまいましたって、言っています。」

利用者E：「そして、私が皆さんにお茶を淹れることになってしまうのです。毎度のことです。」

介護スタッフD：「そういうことで、最近のお茶の時間は、Eさんが皆のために頑張ってくれているのですよ。」

利用者A・B・C：「Eさん、どうもありがとう。」

監督：「このようにお茶に時間の始まりは、毎回同じ会話になってしまいます。認知症になると毎回の会話を忘れてしまいがちなので、利用者の皆さんは、毎日のようにほぼ同じ会話をしているという認識はないようです。男性の利用者Aさんがいつもの話を始めましたよ。認知症グループホームの見学に来られた来客のFさんも話に参加しています。」

利用者A：「わしは、昔、飛行機の整備、いっしきをしていたんだよ。」

利用者B：「飛行機の整備をいっしきするのはたいへんだったでしょう。」

利用者C：「そうよね。Aさんは飛行機の整備をいっしき頑張っていたのですね。」

介護スタッフD：「新人の介護スタッフFさん、Aさんは毎日、昔、飛行機の整備、いっしきしていたたいへんだったのですよ。」

来客F：「そうですか。でも、何か変な言い方ですよ。飛行機の整備、いっしきだなんて……。Aさん、ひょっとしたら、一式陸攻の整備をされていたのではないですか。」

利用者A：「よくわかってくれました。戦争中に一式陸上攻撃機、一式陸攻を整備していました。」

介護スタッフD：「飛行機の整備、いっしきではなくて、一式陸攻という名前の飛行機の整備をされていたのですね。お客さんのFさんのおかげで、いっしきの意味がわかりました。ここ数年、毎日同じ内容の話をしておられたのに、わからずに、すみませんでした。」

来客F：「Aさん、一式陸攻について、どうぞ話をされてください。」

利用者A：「はい。戦争中に一式陸上攻撃機，一式陸攻を整備していました。近眼だったので，子供の時からなりたかったパイロットになれなくて……，でも飛行機が好きなので整備士になりました。」（皆，真剣な表情でAさんの話を聴いている。）

来客F：「そうだったのですね。まだ，話をされたいようですね。戦争中のことでしょうかから，たいへんな体験をされているようですね。」

利用者A：「親友が一式陸攻で出撃することになったので，戻ってくる事ができるように一所懸命に整備しました。しかし，親友は戻ってきませんでした。大切な友を失いました。僕がもっときちんと一式陸攻を整備しておけば友は戻ってくる事ができたかもしれません。今も毎日のように後悔の念を抱いています……。漸く，皆さんにお話しすることができました。」（皆，泣きながら，Aさんの話を聴いている。）

利用者B：「それはつらかったね。Aさん。」

利用者C：「Aさん，たいへんなことでしたね。」

介護スタッフD：「今まで，そのようなこととは気づかず，本当に申し訳ありませんでした。」

利用者A：「親友が戻らず，これまで憔悴の日々を送ってきました。私は友にも日本国にも何の役にもたちませんでした。」

来客F：「それは違います。私も含めてここにいる皆さんが幸せに暮らすことができるのは，Aさんが頑張ってくれたおかげです。日本国民を代表してお礼を言います。Aさん，そしてAさんの親友をはじめ日本国，日本国民のために尽くしていただき，ありがとうございました。」

利用者A：「私は日本国，日本国民に役立っていたのですね。」

来客F：「当然です。あなたは立派な人です。あなたの親友もきっと草葉の陰から感謝の気持ちであなたを見守っていますよ。」

（皆が利用者Aに向かって感謝の拍手をする。）

利用者A：「皆さん，ありがとうございました」（直立不動の姿勢でお辞儀をする。）

介護スタッフD：「Aさん，本当に立派な方なのですね。よくわかりました。ここにおられる皆さんも，同じ気持ちですよ。そして，来客のFさん，私どもがわからなかったことが，このグループホームに来られたばかりなのに，よく気づかれましたね。おかげさまで。」

来客F：「いえいえ，たまたまです。実は航空機関係の仕事をしていて，いっしきという言葉から，もしや，昭和16年つまり皇紀2601年に制式採用されたことから一式陸上攻撃機と名づけられた略称，一式陸攻ではと連想したのです。でも，周りの方々がAさんの辛い体験に対して共感されていたので，よかったと思います。皆さん，素晴らしい方々ですね。」

監督：「認知症グループホームのお茶の時間の出来事でした。利用者Aさんの辛い体験を，皆さんが理解し共感して，皆さんの絆が深まったように感じました。さて，明日からの午後のお茶の時間は，どのようになるのか観てみたいですね。でも，今日は，ここまでで終わりにします。」（演者が椅子に座ってから）「それでは，皆さんどのようなことを感じたり考えたりしましたか？」

利用者A役：「飛行機を整備していました。いっしき……と話しても，周りが一式陸攻の整備士だったとわかってくれない日々が続き，つらかったです。でも来客のFさんが，「いっしき」という言葉のことを一式陸攻と気づいてくれて，親友が戻ってこないつらい日々や，毎日のように後悔の念を抱いている自分の内面を皆が理解し共感してくれて，また，日本に役だったとも言っていたら，僕の人生には意味があったと感ずることができました。」

利用者B役：「Aさんは、毎日のお茶の時間に、今日は誰がお茶を入れるようになっていきますか？」

Bさんじゃないですか？と文句を言うように話すので、苦手でした。でも、戻ってくるように願いながら整備した一式陸攻に乗った親友を亡くしてしまったことを知り、Aさんは辛い気持ちで日々を送っていたんだろうなと感じました。また、Aさんは立派な人と思うようにもなりました。」

利用者C役：「AさんもBさんも、毎日のお茶の時間に、同じことを言って、しかもいがみ合っているようなので、二人にはあまりかわりたくないと思っていました。でも、Aさんの辛い体験やBさんがAさんのことを共感する様子を見て、二人のことを尊敬できるように思えてきました。私の人を見る目が変わったように感じました。」

介護スタッフD役：「実は私も毎日お茶の時間に、誰だったっけ？忘れてしまいましたって、言っています……、というとぼけたことを言う介護スタッフでしたが、Aさんの辛い体験を聴き、もっと早く、いっしきが一式陸攻の意味とわかればよかったのにと、後悔してしまいました。見学に来られたFさんのおかげで皆がAさんのことを理解し共感できたので、Fさんには本当に感謝の気持ちでいっぱいになりました。でも、介護職員は利用者のことを理解しようと努めないといけない職業だと思いました。」

来客F役：「いっしき…、その意味するところを気づくことができ本当によかったと思いました。私も含めてここにいる皆さんが幸せに暮らすことができるのはAさんのおかげで、日本国民を代表してお礼を言うのは、おかしなことだと思いましたが、Aさんの話を聴いているうちに、自然に台詞が出てきた感じでした。Aさんのことを皆が理解し共感したので、たまたまこの認知症グループホームに見学に来て、また自分がAさんや皆の役に立って、よかったと思いました。」

観客G：「最初は認知症グループホームの何気ない日常が演じられているように感じていました。でも、一式陸攻の話からは利用者Aさんの人生ドラマになってきました。福祉施設で生活している利用者には、それぞれの人生があるのだろうと考えながら、この劇を観ていました。」

観客H：「利用者のBさん、Cさん、介護スタッフDさん、みんないい人だから、利用者のAさんは、安心して自分の辛かった体験を話げたのだろうなと思いました。」

観客I：「来客Fさんが、利用者Aさんがいっしき……、とたどたどしく話す言葉が意味することに気づき、一気に話が急展開したように感じました。Aさんの周りの人が来客Fさんの気づきに対して敏感に反応し、Aさんの心情をくみ取ろうとしたところに共感しました。また、福祉施設の温かい雰囲気を感じ、癒されたようにも感じました。」

監督：「演者と観客の皆さんには、劇を通して感じたことや考えたことを話してもらいました。認知症グループホームのお茶の時間の一コマを演じていたわけですが、途中からAさんが辛い体験を話し始め、参加者の皆さんも真剣にAさんのことを理解しようと努めていました。Aさんの話を真剣に受け止めようとしているのは、Aさんを取り巻く演者だけでなく、観客も演者と同様だったと感じました。観客も劇に引き込まれているようでした。そして、来客Fさんが最後に、皆さん素晴らしい方々ですねと言いましたが、この台詞は、この劇の舞台となった認知症グループホームの皆さんの人柄を表していると感じました。この施設の明日のお茶の時間の様子を見てみたいように思います。では、このあたりで、本日の心理劇は終了とします。」

監督「この場面については、監督1名、演者6名、観客3名、合計10名で心理劇がなされました。」

劇は、認知症グループホームのお茶の時間を利用者と介護職員と一緒に過ごしているところから始まりました。途中からAさんが辛かった体験を話し始め、皆一所懸命に聞いていました。皆がAさんの心情をくみ取り、その辛かった体験をみんなで分かち合うことになり、福祉施設が温かい雰囲気になりました。この場面では、一人の体験をみんなで分かち合うことや悩んでいる人を支える様子が表現されました。なお、来客Fさんが皆の話を上手に展開するように気配りをされていて、補助自我の役割を自然にとられているように思いました。」

(3) 心理劇の2場面からの気づき

以上、心理劇の実際例を2場面から、心理劇において即興で演じて感じたこと、また演者や観客におけるシェアリングで語られたことを整理すると、心理劇に参加して演者の観客の役割をとることによって、「短い会話でもお互いに相手の気持ちを察することができる」、「何気ない会話でも演者の心配事や援助を求める気持ちが含まれる」、「短い会話でも演者はお互い相手のことを気遣うようになる」、「演者同士の会話が続くことで信頼関係が醸成されて話題が広がる」、「短い時間であっても演者の気持ちが変化する」、「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」、「会話のなかで相手に対する見方が変わったり深まったりしていく」、「深刻な問題が語られても人々の逞しさも表現される」、「演者にアンビバレントな感情が生起してもその感情を乗り越えられる」、「出会ったばかりの人への思いやりや感謝の気持ちが生起する」、「育った地域が違えば物の見方や感じ方も随分違う」、「一人の体験をみんなで分かち合うことや悩んでいる人を支えあうことができる」との気づきがあったことが示唆された。

4. 考察

少人数既知集団に心理劇を導入する際には、既知集団であるがゆえの課題や心理劇という表現方法をとることに対しての困難感に配慮する必要がある。その際の心理劇展開の工夫として、「心理劇の導入に際して十分なウォーミングアップを行うこと、監督が場面や役割の設定を具体的に、明確に（時には目的に応じディレクティブに）提示すること、侵襲性の少ない状況の中で全員が補助自我の役割を意識できるような劇構造や展開を意識し、参加者間の情緒的な体験の共有を促すことが有効である」（村上, 2020）と報告されている。したがって、少人数既知集団に心理劇を導入する際には、それに応じた配慮が求められる。今回の心理劇を行う際、参加者全員が同じ大学で対人援助職を目指しているため、一緒に講義を受けることが多く、所謂知り合いの間柄であった。少人数既知集団にあたるため、監督（教員）は、第1相ウォーミングアップには十分な時間を使って、全員で劇ができる雰囲気を作るように配慮し、心理劇が展開するように参加者全員が一致したテーマのものを題材にして劇化することにした。このため、参加者全員が場面を十分にイメージできたために、劇が展開していたものと考えられる。

「心理劇では、社会の中で人間が活着しているときに、今ここで新たな体験をし、それに対して適応的な役割をとるためには、従来の役割を機械的に演じるのではなく、その場面の状況にふさわしい行動をとらなくてはならないこと、その事態に適応するためには自発性・創造性を発揮しなくてはならないこと、及びそれがその場にふさわしい役割として演じられるときにうまく生きていくことになる」（金子, 2007）、「主役体験に直接的に影響を与えていたのはグループへの肯定的体験であり、グループに対する肯定的な体験は主役が自分らしく表現し、自他への気づきを得ることを促進する。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、観客が劇に

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),「心理劇の参加者の体験から離れた多様な役割を役割交換により体験することで、自己の再認識が進む」(重橋・岡嶋, 2006)と言及されている。

今回行った心理劇においてもシェアリングで語られたことから、グループに対する肯定的な体験や観客の劇への関与を含む演者や観客の体験によって、演者は劇の場面にふさわしい行動をとること、ある事態に適応するために自発性・創造性を発揮していること、演者や観客としてのグループ体験が自他への気づきに繋がること、役割体験によって自己の再認識が進むこと等がなされているものと推察される。

また、葛藤を呼び起こすような困難な場面での対処・打開行動については、「参加者は思いのほか工夫に満ちたポジティブな自己表現を多様にしている。自分の感情も把握している表現が数多く見られ、相手の立場を慮った反省の自己表現が複数見られた」(佐々木, 2015)と報告されている。これらと同様のことが、今回の心理劇でも認められる。

したがって、心理劇体験から得られた気づきから、劇において様々な役割を演じたり見たりする体験は、実際の生活体験のなかで感じたり考えたりすることと同様なものと判断される。たとえ演じる体験が短時間であっても様々な心の動きがあり、それを察知したり人を支えたりする体験をしているものと捉えられる。

5. 結論

対人援助職を目指す大学生が心理劇の体験における気づきについて検討した結果、①少人数既知集団の場合、ウォーミングアップには十分な時間を使って、全員で劇ができる雰囲気を作り、参加者全員が一致したテーマのものを題材に劇化する必要がある。②グループに対する肯定的な体験や観客の劇への関与を含む演者や観客の体験によって、参加者はその場にふさわしい行動をとる。③演者はある事態に適応するために自発性・創造性を発揮する。④演者や観客としてのグループ体験が自他への気づきに繋がる。⑤役割体験によって自己の再認識が進む。⑥様々な役割を演じたり見たりする体験は、実際の生活体験のなかで感じたり考えたりすることと同様なものである。⑦演じる体験が短時間であっても様々な心の動きがあり、演者や観客はそれを察知したり人を支えたりする体験をしている。以上のことが考察された。

謝辞

本研究に協力していただいた皆様に深く感謝申し上げます。

引用文献

- 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.
- 重橋のぞみ・岡嶋一郎 (2006) 対人援助職養成における心理劇の役割交換技法に関する研究: 保育学生の自己・役割・人間関係に対する気づきを通して. 福岡女学院大学大学院紀要: 臨床心理学, 3, 39-46.
- 金子進之助 (2007) 対象や方法についての理論, 発達障害のための心理劇—想から現に— (高原明子編著). 11-25.
- 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.

増野肇 (1990) 集団精神療法としてのサイコドラマ. 金剛出版.

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.

佐々木由利子 (2015) 大学祭における物語劇の主役を演ずる体験について—サイコドラマ風自己表現の場として—. 日本橋学館大学紀要, 14, 47-60.

台利夫 (1982) 臨床心理劇. ブレーン出版.

(2022年1月28日 受理)