

Title	Person-Centred サイコドラマに関する一考察
Author(s)	山田, 麻有美
Citation	聖学院大学論叢,18(2) : 209-222
URL	http://serve.seigakuin-univ.ac.jp/reps/modules/xoonips/detail.php?item_id=110
Rights	

聖学院学術情報発信システム : SERVE

SEigakuin Repository for academic archiVE

Person-Centred サイコドラマに関する一考察

山 田 麻有美

A Study of the Person - Centred Psychodrama

Mayumi YAMADA

In the beginning of the 1900s, the Psychodrama, a sort of psychotherapeutic method for groups, was invented by J.L.Moreno. He was very charismatic and powerful. He trained his follower's. They performed the Psychodrama world-wide. Through they developed their own techniques and schools, they made little theoretical development.

The Person-Centred Psychodrama is one of these schools of psychodrama. It is used mainly in the UK and has been gaining acceptance.

The purpose of this essay is to point out differences between the Person-Centred Psychodrama and the Classical Psychodrama through a comparison of their techniques.

Key words: Psychodrama, Person-Centred Approach, Director

1 . はじめに : サイコドラマという考え方

サイコドラマは ,Moreno, J. L. によって創始された集団心理療法である。Moreno は ,社会的な問題は ,個々人の心の不調の集積であり ,そのような社会的な問題を解決するためには ,個々人の心の不調を取り除く必要がある ,と考え ,20世紀初頭のウィーンで『即興劇場』という方法を編み出し ,社会的な問題とされていた人々の生活改善運動に関わった。これがサイコドラマの始まりである。(“ Who shall survive?” Moreno, J. L. 1934)

この経験を踏まえてアメリカ合衆国に移住した Moreno は ,集団力動という考え方を展開し ,“ Sociometry ”(現在は ,“ Social Psychology Quarterly ”)を創刊するとともに ,『今・ここ』に生起している人と人との集団力動すなわち相互作用を重視したサイコドラマの理論と技法を発展させた。当初 Moreno は ,Freud, S. の影響を受け ,実際のサイコドラマの中で ,精神分析的な視点からの解釈や指示がなされることも少なくなかった。Moreno 没後サイコドラマは ,そのカリスマ的パーソナリティのもとで薫陶を受けた後継者たちやその妻 Zerka らにより ,実践的に研究され ,個人の心理

的な問題の解決から社会問題の解決に至るまで、広範囲に適用できる方法として発展してきた。これらの実践者たちは、個々にその経験に基づいてさまざまな分派を形式し、その対象とする問題の範囲や技法、背景とする理論もそれぞれ異なるものを打ち立ててきた。しかし、その多くは実践中心であり、理論的検討が十分になされて来たとはいえない。

このような事情を Moreno, J.L. の息子 Moreno, J.D. は、次のように述べている。

『…私はすばらしい父の仕事上の後継者たちに取り囲まれていたが、彼らは、私よりも外向的で、自発性豊かであることに気が付いた。彼らは彼らが行ったことを書くよりも、行動することにはるかに興味を持っているように思われた。…なぜ、ほとんど30年にわたって、サイコドラマの理論の発展が比較的停滞していたかということについて推察することは有益ではないと考える¹。』

Kellermann, P.F. は、サイコドラマの学派としては、モレノ派、フロイト派、アドラー派、ロジャーズ派を、また、基礎的な理論背景としては、サイコドラマの理論、精神分析的理論、実存主義的理論、人間性心理学的理論、行動療法的理論を、それぞれ挙げている。さらに、治療者（サイコドラマティスト）の介入の方法としては、指示的介入、支持的介入、直面的介入、再構成的介入、表現的介入、説明的介入などがあると述べている²。

このように多くの学派や基礎理論、介入の方法がある中で、Person-Centred サイコドラマは、Rogers, C. の、non-directive counselling を源流とする Person-Centred Approach の考え方や技法をサイコドラマに取り入れた方法である。この Person-Centred サイコドラマという立場は比較的新しいものであるが、特に英国において、広がりを見せている。英国において、サイコドラマティストの最大の団体である the British Psychodrama Association (BPA) は、英国最大の心理療法家団体 the United Kingdom Council for Psychotherapy (UKCP) の the Humanistic and Integrative Psychotherapy 部門に所属していて、サイコドラマという技法と Person-Centred Approach という心理療法の基本的理論との整合性についての検討も行われている³。

本研究は、Person-Centred サイコドラマと Classical サイコドラマの技法の違いを明らかにすることを目的としている。

2. 心理療法としてのサイコドラマ

2 - 1. サイコドラマの概要

Kellermann, P.F. (1992) は、サイコドラマの包括的定義として、次のように述べている。

『サイコドラマとは、クライアントが、ドラマ化、役割演技、ドラマ的自己表現を通して、自分の行動を継続し、完成できるように援助する精神療法の一つの方法である。言語的、および非言語的コミュニケーションが用いられる。多くのシーンが上演されるが、例えば、過去の特別な出来事の記憶、未完成の状況、心の内面のドラマ、ファンタジー、夢、未来の危機的状況への準

備, 精神状態のリハーサルされていない表現といったものが, 今, ここで表現されるのである。これらのシーンは現実生活に近づくこともあれば, 内面の精神的プロセスを外在化したものになることもある。もし必要なときには, 他のメンバーや無生物の対象などの他の役が演じられることになる。一般には, ウォーミング・アップ, アクション, 徹底操作, 終結, シェアリング等の諸相が認められる⁴。』

サイコドラマは, 個人や集団 (治療集団だけでなく, 学級集団やさまざまな社会集団も含む) を対象とするだけでなく, 家族をも対象とすることもある。また, その目的とするところは, 葛藤の解決や症状の改善, 危機的介入などであり, これらの目的を達成する要因として, 情動の解放, 認知的洞察, 対人関係のフィードバック, 新たな行動の学習などが強調される。

2 - 2. サイコドラマの基本要素

サイコドラマに必要なものは, 舞台 (stage), 主役 (protagonist), 監督 (director), 補助自我 (auxiliary), 観客 (audience) の5つである⁵。これらによってサイコドラマは, 展開される。実際には, ある場所 (舞台 stage) に集まった人たちが, 監督 (director) をリーダーとして, 主役 (protagonist) と観客 (audience) に分かれて, 主役が持っている現実の問題を, 補助自我 (auxiliary) の助けを借りながら, ドラマ (劇) という方法で再現していく, という過程をたどる。

それぞれの要素は, 次のように考えられている。

a. 舞台 stage

Moreno が提唱した舞台は, 通常の演劇に用いられるものとはやや異なる⁶。Moreno が考案したサイコドラマ用の舞台は, 三段重ねのウェディングケーキのようなものとバルコニーとで構成されていて, それぞれ段には固有の目的が与えられていた。すなわち一段目は現実生活の段, 二段目は空想の段, 三段目は情熱が支配する段, そしてバルコニーは人が触れることのできない神々が語りかける場と規定されていた。しかし, 現在では, このような特定の舞台のある場でサイコドラマが行われることはほとんどなく, 人数に合わせてある程度の広さを持つ空間で行われることが多い。⁷

b. 主人公 subject ないし演者 actor, 主役 protagonist⁸

主役 (protagonist) は, その時に取上げる自分自身の問題をセッションの場に提供し, 監督あるいは補助自我, 観客としてセッションに参加しているグループのメンバーとともに, いくつかの場面を再現しつつ, その問題について探求していく人のことである。サイコドラマにおける主役は, その人が何等かの問題を感じている経験や感情について, 舞台と決めた場所ですべて実際に再現する。主役が監督やメンバーに自らの問題や感情を物語ることによって, 監

督やメンバーがその問題を理解し、ドラマとして再現することが可能となる。この再現ドラマの中で、主役は自分の問題を再体験することになる。それゆえ、サイコドラマの主役 (protagonist) は、劇作家や脚本家が書いた台本に基づいて演じる一般的な演劇における主役 (title-role, principal, star, leading actor など) とは異なるものである。⁹

一般的に、心理 (精神) 療法場面では、その対象となる人のことを「患者」あるいは「クライアント」と呼ぶが、サイコドラマでは「主役 (protagonist)」と呼ぶ。この点について Blatner, A. (1988) は、次のように説明している。すなわち、第一点は、そのサイコドラマに参加する人のほとんどが「患者」あるいは「クライアント」と考えられることもあるし、逆に、「患者」あるいは「クライアント」と考えられる人が参加していないこともあるから、そのセッションで焦点を当てる問題を提供する人に対して「主役 (protagonist)」という用語を用いる、ということである。第二点は、たとえそのセッションの主役が「患者」あるいは「クライアント」であったとしても、その人が、「患者」ないし「クライアント」という役割に囚われないようにするためである¹⁰、と述べている。

c. 監督 (演出家) director

監督は、主役がその問題を舞台上で再現できるようにする人のことで、その目的に沿って、個々のメンバーの心の動きに配慮しつつ、ウォームアップ・アップから、主役の決定、ドラマ・アクション、シェアリング、終結に至るまで、サイコドラマのセッション全体の進行に責任を負う¹¹。監督は、主役やメンバーが、そのセッションのことで未解決の感情や混乱を持ったままセッションが終了しないように十分配慮しなくてはならない。

d. 治療補助者 staff of therapeutic aides 補助自我 auxiliary egos

モレノの用語としての補助自我は、主役のドラマの中で何等かの部分を担うことで、主役を援助する人をさしている¹²。現在は、主役のそれまでの人生に重要な意味を持ってきた人々の役を演じるグループのメンバーのことである¹³。

e. 観客 audience

観客は、監督と主役以外のサイコドラマに参加する人である¹⁴。心理療法を受ける人だけでなく、教育・研修グループのメンバーや家族、友人、心理療法のスタッフなど、誰でもサイコドラマに参加する人は、観客であり、主役もセッションの始まりには観客の一人なのである。主役にとって観客は、ともにドラマを演じる協同者であり、同時に、社会的共通感覚を代表する者でもある。観客は、単に話を聞いているだけでなく、主役のドラマに参加する機会が少なくないので、主役の問題に自我関与が強まり、共感したり、自分の問題と重ね合

わせて考えたりすることができる。

3. 研究の方法と事例

サイコドラマのセッションは通常、監督をリーダーないしファシリテーターとして、主役 (protagonist) と補助自我 (auxiliary), 観客 (audience) が、ウォーミング・アップから、いくつかの主役のドラマを経て、シェアリングに至る過程をたどる。これは、どの学派のサイコドラマにも共通する過程である。それゆえ、Classical サイコドラマと Person-Centred サイコドラマの差異を明らかにするために、実際に行われたサイコドラマのセッションの過程をたどり、比較検討することが、まず必要であろう。

一方、Wilkins, P. (1994)¹⁵は、サイコドラマという技法と Person-Centred Approach (PCA) との整合性について検討している。その中で Wilkins は、Rogers (1986) を引いて、PCA の基本的な考え方は、actualizing tendency である、としている。また、Moreno と Rogers は心理療法に対する見解はかなり相違していたものの、成長への欲求 (the drive for growth) という点に関しては、一致していると主張する。さらに、Rogers (1961) や Brazier (1993) を引いて、PCA の特徴を、他者の経験を深く尊敬し、何とか理解しようと努め、何かを実現しようとしている人を信じようと最大限の注意を払いつつ、ともにその実現を図ることであろう、と推論し、これらの点については、まさに Person-Centred サイコドラマの監督が常に行っていることである、と述べ、サイコドラマが Person-Centred Approach でありうると結論している。

本研究では、上記のことから、公開されている双方のサイコドラマの記録から、アクションの部分に着目し、監督の主役への働きかけについて、Classical サイコドラマと Person-Centred サイコドラマとの比較検討することとした。

3 - 1 . Classical サイコドラマの過程

Classical サイコドラマの検討事例として、Goldman, E.E. と Morrison, D.S.¹⁶ の記録を用いた。

< John の事例¹⁷ >

a. 問題の概要

The protagonist is a thirty-five-year-old blue-collar worker who is hospitalized for severe depression. His presenting problem is his “strained relationship” with his wife of sixteen years. They are parents of one twelve-year-old son, Jimmy.

b. 監督の主役への働きかけ

Scene 1 : John がどんな場面で緊張するのかを問う

妻と息子、それぞれの性格特徴を話すように言う

- Scene 2 : これまでの人生で、同じような劣等感情を持ったことがあったかを問う
その時の家族相互の関わりをどのように見ていたかを、父と母と John の位置関係で表現するよう言う
John の父母 Auxiliaries に John へのメッセージを繰り返させる
John の怒りを押しとどめる
- Scene 3 : 別の場面へ移るように言う
その場面についての説明を求める
父 auxiliary にメッセージを繰り返させる
John に bataka を渡す
- Scene 4 : 怒りのほかに John がどんなことを感じたかを問う
怒りのほかに欲求不満を感じたときはいつかを問う
その場面についての説明を求める
7歳時の John のダブル (double: 主役の代わりに主役を演じるメンバーの一人) を登場させる
ダブルに “ Please love me, please love me. ” と言わせる
- Scene 5 : John に鍵となる重要な質問 “ Did you promise yourself as a child that you would be different than your father? ” をする。
John と息子の Jimmy との現在の場面に移行するように言う
父と息子の役割を交換するように言う
息子を抱きしめるように言う
- Scene 6 : 妻を登場させる
妻の立ち位置を決めることでこの 8 年間の妻との距離を示すように言う
妻との距離が何を示しているのかを問う
John が言語化した 4 つの問題を 4 つの椅子で示すように言う
妻との距離や椅子に象徴されていることについて監督が説明
自分の人生をどうしたいか John に問う
息子と関わる役割を練習させる

c. 監督の気づき

- Scene 1 : John は怒りっぽい
John の劣等感情をたどることが重要
John は劣等感を感じると怒り始める
- Scene 2 : かなり多くの同様の場面があったであろう
この場面ではソシオグラムを用いるのが適当

John の怒りを発散させるには早すぎる

John の現在の問題の流れもまだわかっていないし、情報も足りない

Scene 3 : 父親の非難と辱しめがあったことと、怒りを押しとどめてきた後であることから、

John の怒りの発散を認めよう

次の場面への移行の手がかりは、怒りの発散で John が涙を流したことだ

Scene 4 : John は最初怒りを感じるがすぐに悲しみに変わる

これは Scene 1 や妻の John に対するコメントと関連している

Scene 5 : John にとって父親が最も重要な意味を持つ人物だった

John は息子の感じていることが解るようになった

John と息子がそれぞれの父親に対して抱いていた感情は同じである

John と息子が並行状態であったことに John が気づいたので、ミラー (mirror : 監督の指示によって主役が演じた通りを演じるメンバー) を使って類似性を示す必要はない

抱きしめるという身体的な動きがこのセッションでは重要

Scene 6 : このセッションから主役が得たものを固定化することが主役に必要

ぼろぼろの状態の結婚生活の現実に戻る必要がある

これまで John は、抑うつ感や怒り、恐れなどの自分の感情とうまく付き合えないままだった

このセッションはサイコドラマとして必要なものすべてを満たすものだった

3 - 2 . Person - Centred サイコドラマの過程

Person-Centred サイコドラマの検討事例として、Duric,Z. & Veljkovic, J. の記録を用いた。

< 女性 A の事例¹⁸ >

a. 問題の概要

21歳の独身女性。ボーイフレンドがいる。父母と同居している。先週の金曜日から、精神的に不安定な感じを持っている。その2日前、家庭でちょっとした腹の立つことがあったということだが、日常生活に支障をきたすようなことはなく、通常の生活をしている、ごく普通の若い女性である。

b. 監督の主役への働きかけ

Scene 1 : 先週の水曜日に何が起きたのかを尋ねる

出来事を紹介し、再現することを求める

何を考えているかを問う

Scene 2 : 主役に補助自我 (ボーイフレンド) をメンバーの中から選んでもらう

出来事を，役割交換を繰り返すことによって紹介し再現することを求める

Scene 3 : 以前に同じように「冷たい」と感じたことがあるかを問う

父親はいつも「冷たい」のかを問う

主役に補助自我（父親）をメンバーの中から選んでもらう

主役が幼い頃の出来事を，役割交換を繰り返すことによって紹介し再現することを求める

Scene 4 : いつから何が変わったのかを問う

主役に補助自我（母親）をメンバーの中から選んでもらう

先週の金曜日の家庭での出来事を，役割交換を繰り返すことによって紹介し再現することを求める

Scene 5 : 本当は起こらなかったけれど，やりたかったことは何かを主役に問う

壁掛けを父親とみなすように言う

主役の横で，「お父さんはもう起き上がることはできない」と言う

主役とグループ全体に，「このことは現実には起こったことではなく，お父さんもお母さんも現実の家庭にいる」ことを告げる

Scene 6 : 両親に対して言いたいことがあるか主役に問う

両親に言いたいことを言うように促す

c. 監督の気づき

Scene 1 : 主役には何等かの感情のわだかまりがある

主役は父親を気にしている

Scene 2 : 主役は何かを心配している

主役はボーイフレンドの対応に不満を感じている

Scene 3 : 主役には父親に対する感情のわだかまりがある

主役は幼い頃母親より父親に強い愛着を持っていた

Scene 4 : 主役は絶望感を感じ，それが激しい怒りに変わった

Scene 5 : 主役は，父親を攻撃しようとしている

主役には怒りの感情の発散が起きている

Scene 6 : 主役にさげすみの感情が湧いている

4 . 異なる技法のサイコドラマにおける監督役割の比較検討

検討の対象とした事例の問題の性質の差異については，ここでは比較の対象とはしていない。心理療法の実施者としての監督の仕方について，二つの技法間の差異についてのみ検討する。

4 - 1 .「監督の主演への働きかけ」の比較

a. 問いかけについて

Classical サイコドラマの監督(以下 CPD)が、主演の感情について問うことが多いのに対して、Person-Centred サイコドラマの監督(以下 PCPD)は、その時そこで何が起きたのかを問うことが多い。

すなわち、CPD(以下 CPD)は、まず Scene 1 で主演がどのような場面で緊張を感じるかを尋ねている。その結果、Classical サイコドラマの主演は、Scene 2 において早くも、サイコドラマのセッションのクライマックスの一つである抑圧されてきた感情の解放による不安・緊張の逶減(カタルシス)へ進んでいる。そこで、CPD は、Scene 2 においては、主演が湧き出る感情を統制するよう指示を与えている。しかし、Scene 3 では、主演のカタルシスへの欲求(すなわちここでは欲求不満から生じる怒りの感情の解放)が強いため、部分的な感情の解放を認めている。

さらに Scene 4 では、新たな欲求不満場面の再現を主演に求めて、Scene 4 の最終段階で、“Please love me!”を繰り返すよう指示している。この“Please love me!”というフレーズは、CPD が主演の怒りの感情のもとになっていると予測したものであり、主演を十分なカタルシスへと導く重要なフレーズであるとの判断からであることは確かである。

Scene 5 は、サーplus・リアリティ場面であるが、これは、主演の、自らの欲求不満の原因となっていた人たちとであったとの和解の場面である。この場面は CPD の指示によるものであって、主演が自発的に演じた Scene ではない。

Scene 6 は、CPD の指示によって演じられた、対人関係のスキル・トレーニング場面である。このスキル・トレーニングを以ってサイコドラマ・セッションを終了としている。

一方、Person-Centred サイコドラマの監督(以下 PCPD)は、Scene 1 で主演が持ち出した再現 Scene を演じてもらった後、主演が「その時に考えていたこと」を問うている。

Scene 2 から Scene 4 において、主演のその感情が湧き出てきた場면을問い、それらの場面を一つ一つ再現するように求めている。このような PCPD の働きかけから主演は、一歩ずつ自らの考えや感情に気づいていく。

サイコドラマのセッションで重要な点の一つであるカタルシスは、Scene 5 において生じている。ここで PCPD は、Scene 4 で湧き出てきた感情を解放する場面として、サーplus・リアリティ場면을演じるよう主演に求めている。この Scene を構成したのは、PCPD ではなく、主演本人である。

Scene 6 で PCPD は、主演に対して、Scene 5 で解放した感情を言語化するように求めている。主演はこれに応じ、相手に対する思いを言語化し、サイコドラマを終結させている。

これらのことから、CPD と PCPD の第一の差異は、Scene を進行していく際、CPD は、何等かの意図を持って主役に指示しているのに対して、PCPD は、主役の心の動きに沿って問いかけ、問いかけている点である。

第二は、Scene を演じてもらう際の差異である。CPD は各 Scene で表出された主役の感情を手がかりに、CPD によって決定されるのに対して、PCPD は、各 Scene 手がかりを主役から得て、主役の意図に沿って Scene を構成しようとしている。

第三は、主役がカタルシスへと進む過程の差異である。CPD は、Scene 1 が演じられる前に、主役が対人的に緊張する場面について問うことを通して、主役の劣等感情を引き出している。そのため、主役は Scene 2 で怒りを発散させようとしている。しかし、CPD は怒りの発散を制御し、場面を切り替え、Scene 3 を始めたが、主役の怒りの感情があまりにも激しいため、Scene 3 で部分的な感情の発散を認めた。この部分的な感情の発散は、主役にとって十分なカタルシスとなったか不明である。それに対して、PCPD は、Scene 1 の日常再現から Scene 5 の抑圧されていた感情の解放に至るまで、「その時何が起きたのか」や、「その時何を考えていたのか」、「その時どのように感じたのか」、「その時誰がいたのか」などの主役が再現しようとしている場面について、具体的な問いかけを積み重ねた。それにより主役は、Scene 5 で十分なカタルシスを経験し、Scene 6 で、自らの思いを言語化することができている。

第四は、そのセッションの終結の仕方の差異である。SPD は、対人関係スキル・トレーニングによってそのセッションを閉じているのに対して、PCPD は、現実の再現の中で、主役の感情の言語化をもって、ドラマを閉じ、シェアリングに移っている。

4 - 2 . 「監督の気づき」についての比較

CDP は、Scene 1 で早くも、主役の怒りの感情の底に、強い劣等感情があることに気づいている。この気づきに至る過程は明らかではない。しかし、この気づきを基にしてサイコドラマを展開している。それは、Scene 2 のあまりに速い展開に、CPD が主役の問題を見失いながらも、主役の怒りの感情に着目し、それを制御しようとしていることから明らかである。Scene 3 での主役の感情の部分的解放を許した後、Scene 4 で怒りの底にある感情を主役に気づかせるためには、“Please love me!” という表現を主役自身が口にすることが必要と CPD は気づいて、このフレーズを口に出すように指示を与えたのであろう。この言葉を繰り返して言うことで主役は、自分の怒りの感情には悲しみが含まれていることに気づく。Scene 5 で CPD は、主役と父親との関係が、主役と息子との関係とちょうど同じになっていることに気づき、息子との和解の抱擁を指示している。そして Scene 6 で CPD は、主役にスキル・トレーニングを行い、主役がこのサイコドラマ・セッションを通して、これまでうまく付き合えなかった自分の感情との付き合い方に気づいたと感じて、終了した。

これに対して PCPD は、一つ一つの Scene を通して、主役の自発的な発言や行動を手がかりに、主役のもっている感情をたどっている。具体的には、Scene 1 では主役の父親に対する感情のわだかまりに、Scene 2 では、ボーイフレンドに対する感情のわだかまりに、Scene 3 では、幼い頃の主役の父親に対して抱いていた強い愛着に、Scene 4 では、主役の父親に対する感情が、愛着から見捨てられた絶望感を経て怒りに至る変化に、Scene 5 では、主役の父親への攻撃により怒りが発散されたことに、Scene 6 では、主役に新たな感情が芽生えていることに、それぞれ気づいている。これらの PCPD の気づきは、同時に主役の自分自身に対する気づきと重なり、サイコドラマは終了となり、シェアリングへと移っていった。

4 - 3 . Person-Centred サイコドラマと Classical サイコドラマの監督役割の差異

以上見てきたように、Person-Centred サイコドラマの監督と Classical サイコドラマの監督とでは、サイコドラマの展開の仕方やその役割に差異がある。

Person-Centred サイコドラマにおいて、監督はドラマの進行を援助するものであって、ドラマを展開するのは主役である。Person-Centred サイコドラマにおけるドラマは、過去の出来事であれ空想上の出来事あるいは夢や願望など何であれ、主役の演じたい出来事に沿って進行する。ここでの監督の役割は、主役が自分のドラマを、演じたいように演じられるように手助けすることである。そのために監督の問いの多くは、「いつ・どこで・誰が・誰と・何を・どのようにした」のかを明らかにするためのものなのである。

それに対して、Classical サイコドラマでは、監督が、主役の問題解決に必要な役割をいち早く察知し、指示を与え、主役のドラマを展開させていく。Classical サイコドラマにおけるドラマは、監督が、主役の日常に欠けている役割を発見し、主役がその役割に気づき、演じることができるよう援助するために行われる。そこで監督がまず明らかにしようとすることは、ドラマの進行時の主役の感情がどのようなものか、また誰に対する感情なのか、きっかけは何か、いつから続いているのかなどである。これらの情報を解釈し、主役にカタルシスと気づきをもたらすドラマを主役が演じられるように指示していくことが、ここでの監督の役割なのである。

これらの差異は、主役が展開する主役のためのドラマか、あるいは、監督が展開する主役のためのドラマかということもできるだろう。主役主導型のサイコドラマが Person-Centred サイコドラマであり、監督主導型のサイコドラマが Classical サイコドラマである、ともいえよう。

ここでは、異なるタイプのサイコドラマの監督が、主役にどのように働きかけ、どのようにドラマを展開していくのかという2点についてのみ検討を行ったが、この他にも観客に対する監督の役割や用いるサイコドラマの技法など比較検討を要する点があるが、それは、他の機会に行う予定である。

5. 結 語

モレノは、サイコドラマを、ドラマの手法を用いて『真実』を探求する科学と定義した¹⁹。また、サイコドラマは精神分析学的方法と異なり、双方向の関係性を持つ方法であるとしている²⁰。

サイコドラマは、他と同様に、『今・ここ』(here and now)で生起している人間関係の相互作用を重視する集団心理療法である。特に、person-centred サイコドラマでは、参加者同士の肯定的な相互作用だけでなく、否定的な相互作用をも考慮する。

人は、ある関係の中で傷つき、別の関係の中で癒される。person-centred サイコドラマでは、参加者全員が傷つくことのないように、サイコドラマティスト(サイコドラマを行うセラピストで、実際のセッションの中ではディレクターと呼ばれる)が、参加者同士の相互作用に最大限の注意を払い、一人一人が自発的・創造的であるように配慮する。参加者は、こうした配慮のもとで、自分自身の心理的・身体的な安全が保障されていることを感じることができ、自分自身の問題と向き合うことができる。

サイコドラマの観客は、無条件の肯定的態度で傾聴する。この態度は Person-Centred Approach の特徴である。

監督は、主役がその問題を舞台上で再現できるようにする人のことで、その目的に沿って、個々のメンバーの心の動きに配慮しつつ、ウォームアップ・アップから、主役の決定、ドラマ・アクション、シェアリング、終結に至るまで、サイコドラマのセッション全体の進行に責任を負う²¹。

一方、Baumtest と MMPI-MINI の結果から、現代日本の一般的な青年は、「自己イメージが不明確」でありながら、「きわめて適応的な現実生活」していることがわかった(「青年期の樹木画に関する研究」山田麻有美, 1998)。不明確な自己イメージを持ちつつ現実生活を適応的に送るということは、心理的に不安定な状態である。また、その状態から必然的に生じる「内的葛藤」を抱えながらも、「その解決を図ろうとしない」ということも明らかになった。このような現代日本の一般的な青年の心理的不安定さは、潜在化しており、通常の生活には支障がないが、感情爆発や行動化、あるいは自殺や引きこもり、NEET となって現れているのが現代の日本社会であろう。

このような現代日本の社会的な問題への接近法として、person-centred サイコドラマは有効な方法と考えられる。それは、サイコドラマでは、参加者全員の心理的安全と身体的安全とが保証されているからである。一見、現実適応は良いが不安定な心的傾向を有している現代青年は傷つきやすく、また、傷つくことを恐れている。安心して自己の内的葛藤に向き合うことのできる場を提供する person-centred サイコドラマの場は、傷つきやすい現代青年が、自己の心理的問題と向き合い、自己イメージをより明確にし、より深く自己を理解し、真に、現実に適応するのを援助する場なのである。

中村雄二郎²²は、現代日本社会の問題を解決するためには、「臨床の知」が必要であるとしているが、その「臨床の知」は「演劇的知」をもとに生じるという。そして、この「演劇的知」は、ギリシャ劇に遡るといふ。そのギリシャ劇に登場するコロス khoros²³とは、パトスの表現形式であり、人と人との間をつなぎ、相互の理解をもたらすものとしている。

Moreno は、サイコドラマがギリシャ劇を起源としている、と述べているが、補助自我がサイコドラマのアクションの中で果たしている役割を、ギリシャ劇のコロス khoros と捉えると、サイコドラマはギリシャ劇の要素を備えていることになる。つまり、サイコドラマは、「演劇的知」から成り立つものであり、「臨床の知」を実践する方法であるといえるだろう。

注

- 1 Moreno, J.D. ("Focus on Psychodrama: Therapeutic Aspects of Psychodrama" Kellermann, P.F. 1992 「精神療法としてのサイコドラマ」増野肇・増野信子訳、金剛出版、1998、P5)
- 2 Kellermann, P.F. 1992, 前掲書, p28
- 3 Wilkins, P. 1994, Can Psychodrama be 'Person-Centred'? Person-Centred Practice, Vol.2, No.2
- 4 Kellermann, P.F. 1992, 前掲書, p27
- 5 Moreno, J.L. 1953, Who shall survive? p53-56
- 6 Duric, Z. & Veljkovic, J. 2003, Psychodrama p7
- 7 Blatner, A. 1988, Foundations of Psychodrama: History, Theory, and Practice, p177
In Moreno's opinion, the stage was originally an important part of psychodrama. He designed stages that were accessible to a small audience, consisting of a three-tiered, circular area that evoked more of a sense of dramatic action. It was an example of architecture as applied to psychology (Enneis, 1952). If enough classical psychodrama is done, it would be desirable to construct such a stage. It should be noted, however, that most psychodramas are held in far less formal contexts-in group rooms, empty conference rooms (in which the tables and chairs can be moved out of the way), or large offices. Probably an area of at least 50 sq ft is required. It is best to avoid the high stages in school or theatre auditoriums because they cannot be accessed easily and are too removed from the cosiness of the group. As mentioned before, the method can also be adapted for use in the relatively narrow confines of the consulting room because the action involves the patient's mode of involvement rather than any formal production.
- 8 Fox, J. ed. 1987, The Essential Moreno(「エッセンシャル・モレノ」磯田雄二郎監訳、金剛出版、2000、p45)
今日ではサイコドラマにおいて主人公 (subject) にかわって用いられるのは (protagonist)。モレノは1950年代までこの用語は用いていない。(編者注) しかしわれわれはこの本では主役にすべて統一した。(訳者注)
- 9 Moreno, J.D. ("Focus on Psychodrama: Therapeutic Aspects of Psychodrama" Kellermann, P.F. 1992) 「精神療法としてのサイコドラマ」増野肇・増野信子訳、金剛出版、1998、P46)
- 10 Blatner, A. 1988, Foundations of Psychodrama: History, Theory, and Practice, p172
This is a term used in psychodrama to indicate the person playing the principal role in an enactment. The protagonist presents the issue to be explored, and it is this person's experience that becomes the central focus of the group. The reason for using a term other than "patient" is that when a person becomes a protagonist he can play a number of roles besides himself.....Protagonists in a psychodramatic exploration that includes several scenes can play themselves or significant others in their lives.
- 11 Farmer, C. 1995, Psychodrama and systemic therapy

12 Leveton, E. 2001 Clinician's Guid to Psychodrama

13 Duric, Z. & Veljkovic, J. 2003 , 前掲書

14 Blatner, A. 1988 , 前掲書 , p 159-160

This is usually a therapy group but could be any kind of group, a family, several therapists or staff members, some friends, and so on. It includes those present who are not playing a specific role in a given enactment itself, though, as noted below, the audience sometimes plays a collective role. In most cases the audience consists of fewer than 20 patients. Psychodramas can be effective with as few as 4 or 5 patients, though I suspect that around 8 to 12 is closer to the optimum.

15 Wilkins, P. 1994 , 前掲書

16 Goldman, E.E. & Morrison, D.S. 1984, Psychodrama: Experience and Process

17 Goldman, E.E. & Morrison, D.S. 1984 , 前掲書 , 38-41

18 Duric, Z. & Veljkovic, J. 2003 , 前掲書 , p22-36

19 Moreno, J.L. 前掲書 , p53

Psychodrama can be defined, therefore, as the science which explores the "truth" by dramatic methods.

It deals with inter-personal relations and private worlds.

20 Moreno, J. 1953, 前掲書 , p37

21 Farmer, C. 1995, Psychodrama and systemic therapy

22 中村雄二郎 , 2001 , 魔女ランダ考 - 演劇的知とは何か , 岩波書店