

## 第4章 広汎性発達障害者に対する心理的援助

高原 朗子

(熊本大学教育学部附属実践総合センター)

### 1. はじめに

カナー (Kanner 1943) やアスペルガー (Asperger 1944) が最初に、自閉症およびアスペルガー障害の概念を提唱して以来、広汎性発達障害研究は多くの発展を遂げてきた。治療技法については遊戯療法、行動療法、ソーシャルスキルトレーニング、動作法など様々な技法が適用され、また、福祉的分野でも多くのケアの方策が示され、それぞれその効用と限界について議論されてきた。このような広汎性発達障害研究において積み残された課題として、第一に、「社会性・対人関係の向上や心のケア・コミュニケーション技法の支援の必要性」、第二に、「臨機応変に他者の情動・自分の気持ちを理解することが難しい」ことが挙げられ、その援助法の確立が必要とされている。筆者は「他者との安心した関係づくりと、それに伴う個々人の情動表現の促進」を目指して、広汎性発達障害者に対し、約15年にわたり心理劇を適用し (高原 1993他)、その治療的効果を提起してきた (高原 2003)。本項では、それらについて報告する。

### 2. 心理劇とは

心理劇 (サイコドラマ) とは、モレノによって始められた集団心理療法である。即興劇により主役の心理的世界が、展開される。人間および人間を取り巻く状況を探求する科学であると定義され、現在では医学・教育・矯正・福祉・産業等の分野に幅広く適用されている。

#### 1) 技法の特徴

心理劇という技法の特徴は以下の通りである。

- ①心理劇は心理療法であり、かつ集団を利用したアクションメソッドである (ただの芝居やレクリエーションとは違う)。
- ②心理劇のキーワードは自発性と創造性である。
- ③心理劇は役割演技 (ロールプレイング) などを通して参加者の問題を診断・発見・解決する、が挙げられる。

#### 2) 心理劇を構成するもの (心理劇の5要素)

心理劇を構成するものは、以下5要素 (場合によっては6要素) がある。

- ①監督: 劇の進行係であり、治療者や指導者が行う。
- ②主役 (演者): 劇の主なる登場人物であり、自らの提出したテーマに基づき、監督の援助や共演者の助けを借りて劇を演じる。
- ③補助自我: 主役を助けて、主役の身代わりを演じたり、主役の相手役を演じたりし、あわせて監督を補佐する。治療スタッフがその役目をとることが多い。
- ④舞台: 心理劇が演じられる舞台である。特別に観客席と区切られた円形の3段舞台が設けられるが、普段施設や病院ではこのような特別のものではなく、施設内の1室で、参加者が取り囲む場が舞台となることが多い。舞台は心理的な安全性が保証され、一般社会と違うけれども、そこに観客が居

ることで、社会とのつながりのある場と考えられる。

- ⑤観客：観客は心理劇に参加する利用者やその援助のスタッフで構成される。単なる劇の観客であるというだけでなく、時にはその中から舞台に参加したり、あるいは演じている主役の応援者でもある。
- ⑥道具：その他に6つめの構成要素として道具が挙げられる場合もあるが、それは最低限のものに限られる。

### 3) 心理劇の進行

心理劇の進行は以下の通りである。

心理劇は普通3つの時制（3つの時間的流れ）に区切られる。まず「ウォーミングアップ」があり、全参加者が劇を始めるための心理的・身体的準備性を高めるものである。いきなり劇に持ち込んでも人は緊張して動きにくい。そこで、心身のリラクセスを図り、またこれから演じられる主題を自然な会話から見いだしたり、その場に集まった人が、仲間としてお互いに親和性を高めて演じやすい雰囲気を作るために行われる。

「劇化」は監督から示唆されたテーマや、主役が提出したテーマに基づき、監督がいくつかの技法を使って主役によって演じられる。その際に、主役によって必要な登場人物が告げられ、その人物は補助自我が演じることになる（一部はその他の観客の中から選ばれる）。劇は主役の提供した話しに添って、演者である主役を大切にしながら進められるのが基本である。

劇化は、その物語が一定の終結を迎えたり、主役が満足を表明した時点、もしくは監督が一定の治療効果があったと判断した時点で終了となる。劇化が終わるとシェアリングが行われる。

「シェアリング」とは、参加者が気持ちを共有することであり、とりわけ主役の表現してくれた物語や、それを演じた主役に対して、共感の気持ちや出演してくれたことに対する支持を表明することである。

### 4) その他、留意点

多くの臨床の場では、時間は1～2時間くらいであり、基本的ルールとして、高原が実践するときには①秘密を守る（守秘義務の周知・徹底）、②参加の意思を尊重する、③皆「～さん」付けで呼ぶ、④役割解除は必ず行う、としている。

## 3. 広汎性発達障害者に心理劇を適用する目的

広汎性発達障害者は一般に心理劇のような集団で、しかも自発性・創造性を求められる技法は施行困難であると思われ、心理劇を組織的に適用した研究はみられなかったが、筆者らは以下の目的をもって心理劇を適用してきた。

### 1) 表現の場としての意味

広汎性発達障害者の情動・認知の特性をいかせる技法ではないか。重度や中度の知的障害を伴う広汎性発達障害者に対しては、言葉では難しいが、体で彼らの独自の世界を表現できるのではないか。また、日常生活だと教育的に注意せざるを得ないことも、心理劇の場ならファンタジーの世界として許され、のびのびと表現できるのではないか。

### 2) 社会性向上の場としての意味

応用行動分析により、多くの広汎性発達障害者の障害を軽減するための実践研究が行われてきたが、残る課題として「訓練の場で習得した社会技能を、日常生活で臨機応変に使用することが難しい、つ

まり応用できない」という汎化の問題があげられる。心理劇で内面にアプローチすることで、広汎性発達障害者の意欲を高め、社会との接点をつけ、前述した汎化の問題を解決する一歩となるのではないか。

### 3) 集団療法の場としての意味

単に治療者と一対一の場面ではなく、同じような症状を持つ集団内で理解してくれる人の存在がその人を成長させるが、心理劇の場はそのような場ではないか。

## 4. 広汎性発達障害者への心理劇の流れ

心理劇の一般的な流れと同じであるが、特に広汎性発達障害者への取り組みとして工夫している点を挙げる。まず、ウォーミングアップでは、多くの場合、はじめに「今の気持ちはどうですか?」と聞く。重度の知的障害のある対象者には絵カードなどを選ばせる。討論や対話など言葉を使うものや、体操やゲームのように身体を使うものなどを施行する。さらに、シェアリングの段階では、各対象者の気づきを述べ、新たな気づき感じ取りやすい場を提供する。また、役を引きずらないよう役割解除を行う。役割解除のやり方は、多くの場合、「あなたは今演じた〇〇ではありません、いつもの△△さんに戻ってください」などと言って、日常の自分に戻る、という形をとる。毎回、ウォーミングアップ→劇化→シェアリングの流れで1時間～2時間程度行った。

## 5. 具体的な実践例

広汎性発達障害のうち、自閉症者の知的障害の程度別（重度・中度・高機能）に、さらにアスペルガー症候群に対しての四タイプの実践を紹介する。

### 1) 重度知的障害を伴う自閉症者への実践

重度知的障害を伴う自閉症者は、その対人関係の困難性に加えて、知的理解の困難性ゆえに、いわゆる古典的サイコドラマの基本的枠組みでは臨床適用できないと思われた。従って、状況に応じてウォーミングアップの段階だけを適用することや、レクリエーション的要素を多く取り入れることを工夫した。内容はウォーミングアップでは、簡単なゲーム、絵カードを使っての今の気持の確認、体操などを行った。劇化では、お正月やクリスマスなどの年中行事、旅行の劇など、楽しくて本人の実際の体験に基づいた劇を行った。

### 2) 中度知的障害を伴う自閉症者への実践

重度知的障害を伴う自閉症者への実践で行ったことに加えて、困っていること、小さい頃の思い出、こだわりの内容などを劇のテーマにした。すると、そのこだわりが減ってなくなったという効果もみられた。このようにこだわっていることでいつもは制限されることを、劇の場で思いっきり演じ、他者にも演じてもらうことで、そのこだわりを軽減し、社会適応につなげていくことができた。

### 3) 高機能自閉症者への実践

高機能自閉症者では、人間関係での悩みが高じて、こだわりになることがあり、それを軽減することや、そのこだわりに取って代わって直面させてゆくことなどを試みた。さらに、このタイプの対象者には過去・現在・未来を意識させるような劇化を多く試みた。というのも、我々にとっては過去・現在・未来は一つの時間の流れとしてとらえられているが、広汎性発達障害者にとってはその認知の独自性ゆえに過去・現在・未来の流れが渾然としているからである。従って、広汎性発達障害者の今現在の混乱は過去のことや未来への不安とは切り離せないのである。今現在の人間関係や職場での悩み、葛藤

不安なども、過去に体験したことを、ゆがんだ形で記憶してしまい、それがあきつかけでフラッシュバックとして再現され、パニックを起こしたり、不適応行動を引き起こしたりすることもよくある。従って、高機能自閉症者に対しては、このような点に配慮した心理劇を行った。

#### 4) アスペルガー症候群の対象者への実践

アスペルガー症候群の対象者に関しては、高機能自閉症者に行ったものに加えて、1. ファンタジーの世界をそのまま劇にすること、2. 対人関係でのトラブルや悩みを劇にすることを通して自己肯定感を持つこと、を目的とした。多くの対象者が、職場や高校・大学での人間関係のトラブルとその対応法などをテーマとして希望した。基本的には、一般の心理劇でのやり方とほとんど変わらないが、ファンタジーの世界を取り扱った際には、役割解除を、より丁寧に行った。

## 6. 広汎性発達障害者への心理劇の効果とその限界

### 1) 広汎性発達障害者への心理劇の効果

筆者は、三年以上継続して心理劇を適用してきた対象者四タイプ（計34名）それぞれの心理劇の経過をVTRで記録し、それを分析した。そして、表1の視点に基づき評価したところ、表2のような結果を得た。

表1 心理劇の効果評価内容

	定 義
状態評価 (援助者の見立て)	対象者の現在の興味関心や認知・情動特性などが、表れたかどうか
対人的相互反応の向上 (個人の外的変化)	対人的相互反応が認められた・もしくはそのレパトリーが増えたかどうか（主に DSM-IV の自閉性障害 A-（1）に対応）
言語表出の促進 (個人の外的変化)	意思伝達のために使用する話し言葉や会話が認められた・もしくはそのレパトリーが増えたかどうか（主に DSM-IV の自閉性障害 A-（2） a,b に対応）
問題行動の抑制 (個人の外的変化)	こだわりやパニックなど問題行動が軽減したり、より社会的に許される方法での行動に変化したかどうか（主に DSM-IV の自閉性障害 A-（3）に対応）
社会性の育成 (個人の外的変化)	社会的ルール・マナーの理解や、その使用が認められた・もしくはレパトリーが増えたかどうか
情動創成 (個人の内的変化)	思いがけないほど豊かで自発的な情動表出が認められたかどうか
心理療法 (個人の内的変化)	自分に対する気づき、洞察、カタルシスなどが認められたかどうか

どのタイプの広汎性発達障害者においても共通して効果が認められた点は「状態評価」、「対人的相互作用」、「社会性」の促進であった。従って、心理劇により広汎性発達障害およびアスペルガー症候群の状態を把握することが出来ることや、彼らにとってこれまで困難とされてきた点を成長・改善することが可能であることが示された。なお、「状態評価」は援助者側の視点を中心とした項目であり、「対人的相互反応の向上」「社会性の育成」「情動表出の変化」「心理療法」は、主に対象者の情動面の変容を評価する項目である。さらに、「対人的相互反応の向上」「言語表出の促進」「問題行動の抑制」「社会性の育成」は、主に認知面の変容を評価する項目である。つまり「対人的相互反応の向上」「社会性の育成」は情動・認知の各側面に関わる項目である。従って、表2の結果より、中度知的障害を有する広汎性発達障害者では主に認知面での変容をもたらし、アスペルガー症候群にとっては主に情動

表2 広汎性発達障害者の状態に応じた心理劇の効果

	重度知的障害を伴った自閉症	中度知的障害を伴った自閉症	高機能自閉症	アスペルガー障害
状態評価 (援助者の見立て)	効果あり	効果大	効果大	効果大
対人的相互反応の向上 (個人の外的変化)	事例によっては効果あり	効果あり	効果大	事例によっては効果あり
言語表出の促進 (個人の外的変化)	事例によっては効果あり	効果あり	効果あり	効果なし(不要)
問題行動の抑制 (個人の外的変化)	効果あまりなし	効果あり	効果あり	効果ある人とない人で差があり
社会性の育成 (個人の外的変化)	簡単なことでは効果あり	効果あり	効果あり	効果あり
情動表出の変化 (個人の内的変化)	評価不能	事例によっては効果あり	効果大	効果あり
心理療法 (個人の内的変化)	評価不能	事例によっては効果あり	効果あり	効果あり

面での変容をもたらすことが認められた。さらに、高機能広汎性発達障害者にとっては情動面・認知面どちらの側面でも変容をもたらすことも認められた。

以上より、援助の一技法として心理劇的方法は有効であり、また、知的レベルの段階によっては、その効果のあり方には違いがあることも明らかにされた。

## 2) 心理劇適用上の援助者の工夫

前述した効果は、本人の体験と援助者による援助の相互作用によって成し遂げられ、そこに援助者の働きかけの意義がある。従って、心理劇による治療を行う時には、援助者は過度の介入をしないし、一方で、「本人の意思に任せる」という耳に心地よい言辞の下に、結果として何もしないことになってはならない。

具体的に、監督をはじめとした援助者（治療者）が工夫した点は次のとおりである。

第一に、普通の援助よりやや介入的に関わったこともあった（もちろん根拠はある）。第二に、きつい目でみず、ゆっくり繰り返し説明し、わからない単語は意味を共有する言い換えた。第三に、監督としての気持ちも伝えた。第四に、対象者が日常生活だと教育的に注意せざるを得ないことを行っても、心理劇の場ではファンタジーの世界として許し、のびのびと表現させることを留意した。

## 3) 心理劇適用上の限界

一方で、この方法の独自性ゆえに適用上の限界もある。このことを敢えて明記することでむやみに適用されることの危険性を論じたい。

第一に、対象者の情動・認知の独自性を見間違えると逆効果となり、心理劇の場で心的外傷を作ってしまうことすらある。これらの危険性を援助者は十二分に認識した上で適用しなければならない。

したがって対象者との十分な信頼関係を築いた上での適用が必要である。

第二に、短期間の適用では効果が認められず、心理劇の意味が十分伝わらず逆効果になる危険性がある。筆者らの実践においても、対象者は、はじめの半年や一年はただ無表情に参加していることも多かったが、その彼らがある劇を境に「豊かな情動表現」を示した例はいくつもあった。従って、時間がかかることは適用上の限界である。

第三に、広汎性発達障害者への心理劇では、原則として対象者だけでなく治療者も複数必要となる。その複数の治療者は主治療者である監督を中心に対象者の補助自我として、それぞれが対象者の症状やその対応法に精通し、しかも連携をとって関わっていかねばならず、これがこの技法の特性でもあり、限界でもある。

## 7. まとめ

本項では、広汎性発達障害者への心理劇の適用の実際とその意義、限界などを報告してきた。広汎性発達障害者への心理劇によって求められる治療像というのは、他の治療技法のように「何か具体的な行動を獲得した」とか「何かが治った」ではなく、その時々「今ここでの（広汎性発達障害という個性を持った）自分らしい思いを表現することができた」であると思われる。そして、その様な治療像に至るには、ゆっくりとした時の流れが必要である。対象者が潜在的に持っている思いを、つい自発的に表現してしまったという情動表出の変化が重要であり、その時の十分でない表現は援助者が補うという双方のやりとり体験の繰り返しが、ある時、対象者の自己実現や人格の成長という大きな目標達成に至る。つまり、「安心できる時間と場のもとで、自分らしいやり方で他者とやりとりできる」ことが、広汎性発達障害者にとっての心理劇適用の意義である。

## 引用文献

- 高原朗子（2005）サイコドラマの対象：自閉症児・者への適用. 現代のエスプリ, 459, 94-103.  
高原朗子（編著）（2007）発達障害のための心理劇-想（おもい）から現（うつつ）へ-. 九州大学出版会（印刷中）