

第8章 心理劇による実習

高原 朗子

(熊本大学教育学部附属総合実践センター)

1. はじめにー実践の場ー

本実践は、熊本大学地域貢献特別支援事業「特別支援教育・はじめの一步」の講座の一コマとして行われた。筆者の担当する講座では、テーマ：「広汎性発達障害者に対する心理的援助ー心理劇による情動表出の促進を目指して」で、その目的と内容：『広汎性発達障害者は、対人関係をとることに困難があり、また、他者のみでなく自身の気持ちを理解したり表現したりすることが難しいといわれています。その結果、他者とのトラブルが頻発し、結果として彼らが傷つく場合が少なくありません。高原はこれらの問題を軽減するために、彼らに対して心理劇という集団心理療法の一技法を適用してきました。この講座では、今までの実践でわかってきたことを紹介し、かつ、その実践のデモンストレーションなどを受講者に体験していただきたいと思ひます』であった。

本項では、上記講座で行われた心理劇を利用した実習の実際と、その効果について考察する。

2. 期間

平成16年から平成18年の3年にわたって、各1回行われた。

3. 対象者

対象者は上記事業の聴講を希望した「特別支援教育に関心のある教育関係者および子どもの保護者」であり、参加者は、平成16年度は27名、平成17年度は30名、平成18年度は31名、計88名であった。参加者の内約9割は教員、残りは大学生、大学院生、障害児の保護者であった。また、参加者の内の8割は女性であった。

なお、筆者は講座担当および実践では監督として関わった。

4. 心理劇の方法と実際

ほとんどが心理劇体験初心者であったため、はじめに一時間程度前述したように心理劇の基礎知識や広汎性発達障害児への適用の意義についてレクチャーを行った（第Ⅱ部第4章参照）。

その後、休憩を挟んで、ウォーミングアップ・劇化・シェアリングの流れで二時間程度心理劇の実践を行った。心理劇の実践の内容は季節に関するイメージの表現や、子どもたちの学校の思い出などを小グループで劇として表現してもらった。

タイム・スケジュールは以下の通りである。

13：30～14：30 基礎知識の講義

14：30～16：00 心理劇の体験

ウォーミングアップ→劇化→シェアリング

16：00～16：30 全体討議

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。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。次に、劇化（ドラマ）では、初心者対象であること、教育関係の心理劇ということで、自分が子どもに戻ったということなどを大きな課題とし、「四季の思い出」「小学校の楽しかったこと」の2テーマから選んでもらい、6～8人くらいの4グループに分けてグループ毎に発表してもらった。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、新たな気づきを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」など言って、日常の自分に戻る、という形をとる。

5. 分析方法

講座の最後に感想を自由記述で書いてもらい、その内容を分析した（表1）。その時には書くことで劇場面の振り返りにもなり自分自身の心を整理する意味もあることを伝え、また、匿名でなんでも自由に書くよう指示し、監督である筆者に無用の気遣いをしないよう伝えた。

表1 感想文で表現された語のパターン

パターン1	「有効、使える、意味ある」などの表現
パターン2	「楽しい、わくわく、良かった」などの表現
パターン3	「丁寧、充実、安心」などの表現
パターン4	「勉強になる、勉強したい」などの表現
パターン5	「やりたい、体験したい」などの表現
パターン6	「疑問、難しい、分からない」などの表現
パターン7	「無効、使えない、意味ない」などの表現
パターン8	「不安、心配、抵抗、緊張」などの表現

6. 結果

1) 表現された語のパターン分類

自由記述による文章の中で表現された語のうち、表現が良く見られた表2の7パターンに分類した。パターン1・2・3は、本体験を肯定的に捉えていると考え、パターン4・5は今後も体験を積みたいという意欲の表れと考えられた。またパターン6・7・8は、本体験を否定的に捉えていると考えられた。

以上の、7パターンに分類した。なお、同一人が、複数の表現をしている場合も多く、それらは複数回カウントされた。その結果を表4に示す。縦軸のNoは対象者のことであり、横軸はパターンを示す。たとえば、No1の参加者はその感想の中でパターン4・5について言及していることを示す。

その結果、パターン1は45人（51%）、パターン2は47人（53%）、パターン3は8人（9%）、パターン4は36人（41%）、パターン5は14人（16%）、パターン6は22人（25%）、パターン7は6人（7%）、パターン8は10人（11%）であった。また、88人中70人（80%）がパターン1・2・3のどこかに分類され、肯定的に捉えていることが示された。88人中47人（53%）がパターン4・5に分類され、今後も心理劇を学びたい、体験したいと希望した。一方、パターン6・7・8に分類された人も

表2 各対象者の感想内容

No	有効・使える・意味ある	パターン1 楽しい・わくわく・良かった	パターン2 丁寧・充実・安心	パターン3 勉強になる・勉強したい	パターン4 やりたい	パターン5 疑問・難しい・分からない	パターン6 無効・使えない・意味ない	パターン7 不安・心配・抵抗・緊張
1				○	○			
2		○	○	○				
3			○			○		
4	○	○		○				
5		○						
6	○	○	○					
7	○	○				○		○
8		○						
9	○	○		○				
10						○		
11	○			○				
12	○		○	○	○			
13				○		○		
14	○	○		○				○
15		○	○	○		○		
16	○	○						
17	○				○			
18	○			○				
19	○	○						
20	○	○						
21						○		
22			○				○	
23	○						○	
24	○						○	
25				○		○		
26	○			○				
27	○			○				
28	○	○	○	○				
29	○			○				
30					○			
31		○				○	○	
32	○							
33		○				○		
34						○		○
35		○						
36				○				
37	○	○		○				
38							○	
39		○						
40		○		○		○		
41		○				○		
42				○				○
43		○		○				
44	○	○						
計	45人	47人	8人	36人	14人	22人	6人	10人

のは88人中35人（40%）であり、体験を否定的に捉えていることがわかった。また、パターン1・2・3に分類され、かつパターン6・7・8に分類されるものも88人中19人（22%）おり、肯定・否定どちらの思いも持っているとは判断された。

2) 感想内容の紹介

次に、対象者の感想を、パターン毎に幾つか紹介する。

パターン1 「有効、使える、意味ある」などの表現

- 主役の人がおっしゃっていた「自分のことを皆が見守ってやってくれたことに感謝の気持ちだ」という言葉にとっても納得しました。自分のことを皆と一緒に考えてくれるという経験はどんな人にとっても、とてもすてきな経験になり、人を好きになったりコミュニケーションを楽しく感じたり出来る土台になるのではないかなと思いました（No.6）。
- 他人になりきる想像をすることで人の気持ちを思いやることは、日常生活の中で大切なことと思います。教育現場でも心理劇でこの力を伸ばすことが出来たら、思いやりの気持ち、自分を大切にする気持ち等育っていくのではないかと期待します（No.7）。
- 治療・支援の方法の一つとして過去の体験を変えることが出来るというのはとても魅力的に感じました。集団で行うこのような支援は、一人で堂々巡りしがちな子どもたちにも応用できると思いました（No.14）。
- 心理劇をもって内面のどろどろしたものを扱うのかなと思ったが、そうではなく今までの自分の問題から少し心が解き放たれるというか、前向きになれる為の手法ということがわかった。クラスでも何かの折に使えるなあと思った（No.29）。
- 子どもの個性を伸ばしたり、違った良い面を発見するのに役立つと思った（No.44）。
- 心の不安等演じたり、それを見たり、他人の力を借りて自分で整理できるような気がしました。大変貴重なワークショップでした（No.55）。
- 自閉症児は想像することや人の心を考えることが苦手だからこそ、こういう体験が有効であると思う（No.67）。

パターン2 「楽しい、わくわく、良かった」などの表現

- はじめ「私には、指名しないでください」と言っていたのですが、実際にやってみると楽しくて、楽しくて、人の気持ちを聞くのが楽しみでした。意外に自分の気持ちも言えるものだなあとわかりました（No.5）。
- とにかく楽しかったです。自分の気持ちを出すまでには到らなかったのですが、皆さんの劇を見ていて、いろいろな季節の感じがあると楽しませてもらいました（No.33）。
- 難しいことを考えず、誰もが持つ思いや経験を、劇を通して一緒に体験していくことの楽しさを知りました（No.53）。
- 実際、やってみて楽しかったし、この経験が人と関わる力を伸ばすことにつながるんだと感じました（No.58）。
- 教師になったときの決意（子どもたちの前では、どんな役でもこなす役者になりたい）を思い出した、忘れかけていた元気を取り戻した感じだ（No. 77）。
- 心理劇をやりながら少しずつ安心する自分を見だし、生徒の不安をシュミレーションできたような気がします（No.86）。

パターン3 「丁寧、充実、安心」などの表現

- 役を演じることで、自然と共感する気持ち、周囲の動き、気持ちの変化、自分の動きの調整など、心が揺れ動くように感じた。何をしても認められる、ほめられるといった安心感みたいな雰囲気が漂っていたように思う。楽しくすがすがしい気持ちになった (No.2)。
- ただ、劇を見ていただだけでもそれぞれの意見を聞きながら話すことが大切であることや、少しずつ皆の心が開かれていくこと (自分も含めて) が感じられました (No.3)。
- 心理劇を初めて体験しましたが、終わった後とてもさわやかで温かいものが気持ちの中に残った (No.15)。
- 心理劇のいろいろな技法 (ミラー・ダブルなど) は、有効であろうと思った。おもしろいし、最後のデロールも必要で丁寧なやり方だなあとと思いました。また、勉強したいです (No.28)。

パターン4 「勉強になる、勉強したい」などの表現

- 監督の適切な言葉かけなど支援の仕方について勉強になりました (No.4)。
- 子どもたちに活かしていけるよう、勉強していかなければならないと実感しました。もっと若い頃に学んでおけば良かったです (No.54)。
- 実際にやってみて、役が「自分だなあ」と実感でき、想像していたよりもリアルに楽しくやる事が出来ました。しっかり勉強が必要な分野だと感じました (No.57)。
- 実際にどうやって自閉症の子どもたちに適用するのか学びたいです (No.63)。

パターン5 「やりたい、体験したい」などの表現

- 学校でどのように支援したらよいか、実際ご指導下さい (No.1)。
- 短い時間に沢山のことを教えていただき充実していました。もっと詳しく知りたいし、機会があれば是非参加したいです (No.12)。

パターン6 「疑問、難しい、分からない」などの表現

- 初めて心理劇を見て、高機能自閉症やアスペルガー症候群の子どもたちがもし体験するならば、どうふるまい、どう変容していくのかよくわかりませんでした (No.21)。
- 心理劇の全体像はよくわかったが、如何に現場に活かすかと考えると、子どもたちに行うとしたら、無理だと思う (No.45)。
- 自閉症の子どもたちには、心理劇はやはり難しいのではという思いを持ちました (No.49)。
- 大まかな流れは理解できたのですが、自分が受けもっている子どもの気持ちを出させるためにはどのようにしていくのかなというところのイメージがうまく持てない (No.52)。

パターン7 「無効、使えない、意味ない」などの表現

- 体験したのは楽しかったけど、なんとなくそれまでのような感じがする。心理劇が教育の現場でここまで活かされるのか、多少自我が発達し始めた子どもたちにとってははじめのきっかけにつながることもあるのではないかと不安に思いました (No.31)。
- 教師だからうまくできたけど、障害のある子どもたちではこうはいかないだろう (No.59)。

パターン8 「不安、心配、抵抗、緊張」などの表現

- 心理面にどういった効果があるのか、よくわからず不安ばかりでした (No.34)。
- 人前で、表現することには抵抗があったので、心理劇を重ねてもその殻が壊せるのかなと思いました (No.38)。

さらに、肯定的でかつ否定的な表現をしたものの内の代表的な感想を示す。

パターン1「有効、使える、意味ある」などの表現と、パターン6「疑問、難しい、分からない」などの表現の共存

○勤務している学校の子どもたちをイメージしながら参加できて良い支援の方法だと思いました。でも、実際の支援の中で活かすにはどうしたらいいかわかりません (No46)。

○体験しながら学ぶことが出来参考になりました。でも、学級でどう使っていけばよいかまだ具体的に捉えられません (No87)。

パターン1「有効、使える、意味ある」などの表現と、パターン7「無効、使えない、意味ない」などの表現の共存

○条件を整えば有効であることはよくわかりました。しかし、どこかで継続的に学んでいかないと実際使うのは無理です (No23)。

○とても勉強になりました。でも、学校現場ですぐ使うことは難しいと思いました。支援者の人数のこともあるし、障害児に気持ちを出させるのは本当に難しいことです (No24)。

パターン1「有効、使える、意味ある」などの表現と、パターン8「不安、心配、抵抗、緊張」などの表現の共存

○さながら、サウンドオブミュージックの一場面を見るようだった。楽しく触れ合うためのよい技法であった。体を動かしての学習方法は多々あると思うが、いざ劇となると指導者は一歩引いてしまうところがある (No47)。

パターン2「楽しい、わくわく、良かった」などの表現と、パターン6「疑問、難しい、分からない」などの表現の共存

○話を聞いたことはあったが、実際に体験できてその感じがつかめてとても良かった。けれども、教室でどの程度やれるかは疑問である。高機能自閉症やADHDにやれるのか、難しいと思う (No40)。

○自分で経験した分は楽しくすごせました。初めて授業で劇をするとき、生徒にどのように興味を持たせたらいいかなど、実際するには少し不安があります (No18)。

7. 考察

本項では、熊本大学地域貢献特別支援事業「特別支援教育・はじめの一歩」についてその実際とその感想文の分析結果を報告してきた。ワークショップの目的は、第一に、「ワークショップに参加した教員各自が自分自身をみつめ、自分を振り返る」、第二に、「特別支援教育を初めとする教育の現場で関わっている子どもたちに対する理解を深める」、の二点であった。これら二点の目的について達成されたか否かについて、以下に考察する。

まず、第一の目的「参加した教員各自が自分自身をみつめ、自分を振り返る」についてであるが、感想文の結果、88人中、70人つまり約80%は肯定的な感想を書いていた。また、パターン2・3・4などを表現した参加者は全体の66人、約75%であった。参加者の多くは、この講座で心理劇を体験して良かった、発達障害児の教育で有効であると感じていることがわかる。一方、否定的な意見のみを書いた参加者も7人、8%いた。しかしながら、彼らも講座や心理劇の体験全てを拒否したのではなく、誠実に体験した上で、「自分には合わなかった」とか「自閉症に適用するのは難しいと感じた」という意見であった。ほぼ、参加者全員が心理劇体験によって自分の過去を振り返ったり、教師としての資質を考えたり、今現在関わっている子どもたちのことに思い至ったりという自分を振り返るきっかけ

を得たと思われる。従って、第一の目的については、おおむね達成できた。

しかし、少数ながら十分に満足できなかった参加者に対する配慮は、今後更に行うべきことと考える。

第二の目的「特別支援教育を初めとする教育の現場で関わっている子どもたちに対する理解を深める」については、パターン1やパターン4など教育的効果や子どもたちについての理解の深まり、今後心理劇適用を考えたいなどと表現した参加者が63人、72%いることから、この講座の第二の目的を充分理解していると考えられる。

しかしながら、理解が充分でないと思われた参加者の意見について、アンビバレント（肯定・否定両方）な思いを記述した感想文の分析により考察したい。このような思いを表現したのは18人20%であった。これらも大きく二つのタイプに分けられる。一つ目のタイプは、「自分は楽しかったが、自閉症などの障害者にはこのような技法は無理である」という従来の考え方を持っている意見、二つ目のタイプは「自閉症に試してみたいが自分だけでは、また教育の現場では施行は難しい」というスキルの問題であった。二つのタイプどちらについても共通して、アンビバレントな意見の参加者は心理劇を広汎性発達障害者に適用することの意義が理解できていないと思われる。前者は、発達障害児は状況さえ整えば、自分を表現できるという力があることを過小評価している。後者は、心理劇という技法自体に対する知識不足であり、この技法をとっても難しいものであると感じてしまっているのである。この問題について、本講座を担当するものとして改善するためには、前者に対しては自閉症でも豊かなイメージの世界を持っていること、働きかけ次第で心理劇の中ですばらしい表現が出来ることを伝えていくことが必要である。後者に対しては、ワークショップの中で、教育の現場の中で工夫していく方法をもっと伝えていくことが必要であると思われた。一つのやり方として、心理劇的方法に関するいくつかのマニュアルを提案する。また、守秘義務等の問題はあるだろうが、広汎性発達障害児との心理劇を実際に体験することの企画や、動画等を用いての講座を企画することも今後の改善点であろう。

以上のように、3年間の参加者の感想より得られた貴重な意見が得られた。今後も、広汎性発達障害児に対して、心理劇の考え方をさまざまに応用・工夫し、彼らの社会性の向上、情動表出力の促進、他者理解の促進、コミュニケーション力の向上のために適用していくことの意義を理解してもらう不断の努力が必要である。

8. まとめ

筆者は今まで広汎性発達障害児・者に対して、約15年にわたり集団心理療法の一つである心理劇を適用し、その治療的効果を提起してきた。その一環として本論では、特別支援教育の導入に伴う教員ワークショップでの心理劇による支援方法の提示について、そのやり方および実際を報告し、その意義と今後の課題を整理した。また、今回の研究で得られた参加者の感想文の分析をもとに、今後取り入れるべき研修内容についていくつかの例を提示した。今後も、特別支援教育充実のため、研究を深め、貢献していきたい。

引用文献

- 高原朗子 (2007) 特別支援教育における心理劇－教員研修のためのワークショップでの感想文分析－. 熊本大学教育実践研究, 24, 27－35.
- 高原朗子 (2007) 特別支援教育における心理劇適用の可能性－熊本大学地域貢献特別支援事業「特別支援教育 はじめの一步」での取り組み－. 心理劇研究, 33, 第1巻 (印刷中).