

ロールプレイングによる大学生の対人関係の変化

面高有作*・柴山謙二

Changes in Personal Relationships of University Students through Role-Playing

Yusaku OMODAKA and Kenji SHIBYAMA *

(Received October 1, 2009)

In this study we investigated the changing process of the personal relationships of subjects (case D and case L). Ten university students participated in the Role-Playing (RP) for two months, in which eight sessions were carried out. In these sessions the participants in a psychologically secure setting showed creativity, originality, and spontaneity while wrestling with the problem of personal relationships.

Case D ; D was extremely nervous and was not able to show her spontaneity at first. But, as the sessions continued, her creativity, originality, and spontaneity increased.

Case L; From the start of this session L observed it from a spectator's standpoint. There were several occasions where L performed those auxiliary egos where L repeatedly thought about the other participants' problems and my own problems from a spectator centered view.

We discussed the changes in personal relationships through the characteristics of the RP; creativity, originality, and spontaneity, as well as through the semi-standardized interview and the structure laying technique (SLT) which were conducted during the pre- and post-sessions.

Key words : Role Playing, Semi-standardized interview, the structure laying technique, University students

問 題

大学生の期間は、これまでの生活では体験することの出来なかった大きな変化を伴う時期でもある。一人暮らしやアルバイト、サークル活動など生活環境はこれまでにない変化を見せる。それに伴い、他人との関係は質・量ともに変化する。具体的には、授業やバイト先で挨拶を交わし合う関係もあれば、生き方に関わるような深い話をする関係もあろう。

今日の大学生の対人関係について堀川・柴山(2006)は、「友人との間で自己開示を求めているながらも、円滑な人間関係を維持することに重点を置いているため、葛藤は避けた方が良く、自分の意見や不満を言わないほうが良い」と思っていて、その特徴として、「他者に対して『配慮』したり、『遠慮』したりして、他者との対立を避ける傾向がある」と述べている。これと同様に、集団心理療法の場での観察から大学生の

対人関係の特徴をとらえた山田(2003)は、葛藤や軋轢を回避するために、親や教師、友人等の身近な他者から与えられたイメージに沿うような行動をとろうとする大学生の姿を明らかにした。

このように、これまでの大学生の対人関係の研究は、今日の大学生は他者に対して過剰に気を使い、葛藤や軋轢を避けることで、傷つけ合わないようにする傾向があることを示している。その心理的な背景として、彼らの自己評価は他者の評価によって揺らぎやすく、「自分がどうありたいか」よりも「他者は自分にどうあって欲しいのだろうか」を優先し、他者に求められている役割を取り続け、また、葛藤を避けるために求められている役割を取り続けているうちに、「自分がどうありたいか」が分かりにくくなってしまい、その結果、自分の人生についても責任をもった主体的な選択が出来なくなってしまっていることが少なくないのではないかと考えられる。

対人関係の進展について、岡田(2007)は、「人と

* 医療法人 佐藤会 弓削病院

人が関わる場では、お互いの間に心理的な役割関係が出来ており、「関係の進展にともなって、お互いの役割は常に変化」していくもので、「人間関係の葛藤というのは新たな役割分担を再構築するためには不可欠な役割を持っている」と述べている。つまり、大学生が人として成長していくためには、対人関係の葛藤を通じて、自分と向き合っていくことが大事だと言えよう。

しかし、今日の大学生は、社会や友人とのつながりが希薄で対人関係場面での不安・緊張・葛藤への対処について学習する機会が少ない。さらに、新たな役割分担を再構築するほどの対人関係の葛藤を体験することが少なくなっている。そこで、対人関係に課題を抱える大学生が、対人関係の葛藤を心理的に守られた安全な場で体験し安全に役割分担を再構築することは、適応的な生活を送るための開発的なアプローチとして大変意義あるものである。

大学生の対人関係の不安・緊張・葛藤を心理的に守られた安全な場で体験する方法の一つとして心理劇がある。心理劇とは、Moreno (1964) により創始された方法であり、即興劇の手法およびアクションメソッドを用いた集団心理療法の一技法である (中島, 1997)。心理劇では、即興劇の形式で演者がさまざまな役割を演じることによって、自他への理解とカタルシスを得る。我が国には、1950年代に紹介されて以来、心理臨床や精神医療、矯正教育、学校教育の場で用いられてきた。心理劇の構成要素は、①監督、②補助自我、③演者、④観客、⑤舞台である。また、セッションはウォーミングアップからドラマ、シェアリングの順で展開される。

モレノは自発性と創造性を心理劇において重要視しており、自発性と創造性について Anzieu (1956) は、「自発性とは、新しい場面において新しい反応を作り出すこと」であり、「自発性は創造性を目覚めさせる」と述べている。また、心理劇の主な対象である「貧弱な固定した役割に凍りつけられている者」の自発性を徐々に高め、創造性を十分に発揮させることで、「人格の中に新しい面が生ずる」としている。つまり、自発性が喚起されることによって創造性が発揮され、その深まりによって、独自の人格の中に新しい側面が形成されていくと考える。

これまでに、大学生を含めた対象に心理劇を実施した研究はいくつかある (山田, 2003; 卯木・島谷, 2005; 面高・柴山, 2008a; 面高・柴山, 2008b)。これらの心理劇は、対象や課題の設定の違い、個人と集団の動きの中から、ある時はサイコドラマ、ある時はソシオドラマ、ある時は RP として実施されている。これらの研究のアプローチは心理劇と記されているが、

「個人の心の内面の分析」よりも「参加者の社会性の発達」を重視しており、また、社会的場面をとりあげるが「集団解決だけが求められるのではなく、やはり参加者一人一人の成長を引き出すこと」を重視しているので、台 (2003) が言うロールプレイング (Role Playing; RP と略記) とみなすことができる。

山田 (2003) は、3日間の集中講義の中で、64名の大学生を対象に RP 前後の記述や感想の変化等を分析し、今日の大学生の特徴を捉えようとした。その結果、大学生の特徴として「葛藤や軋轢を回避し、『よい子役割』を演じ続けようとする」とを明らかにした。しかし、RP の過程がどのように進んだのか記述されておらず、また、どのように課題が克服されたのか不明である。また、卯木・島谷 (2005) は、2泊3日の宿泊形式で、成人男女20名を対象に RP を実施し、役割体験がどのような意味を持つのかを事例的に検討した。その結果、「主役体験をするには十分な準備が必要である」や「自分自身の役割を演じるのではなく、他者の役割を演じた場合にも、自分と自分に関わった他者との関係性への気づきが促される」、「監督とグループメンバーに対する肯定的な認知がグループへの安心感を生み、役割体験を支える」ことを明らかにした。しかし、卯木・島谷 (2005) の研究は成人を対象とし、大学生も含めているが、今日の大学生の対人関係の特徴を踏まえてのアプローチではない。さらに、参加者はセッションの中でどのような課題を出し、どのような感情や気づきを得て、他の参加者からももらったコメントをどう受け止めて、それらを日常にどのように適用していったか等については詳述されていない。RP の効果を検討する上で、体験している過程を詳述していくことは大変重要であるにもかかわらず、今日の大学生の対人関係の特徴をもとに RP を実施し、その過程を詳述し、その効果を検討したものは少ない。

大学生を対象に RP を中心としたセッションを行い、参加者やディレクター (Dir と略記) の体験を記述したものとして、面高・柴山 (2008a) と面高・柴山 (2008b) がある。

面高・柴山 (2008a) は、同じサークルに所属する大学生8名を対象に RP セッションを実施し、体験過程の記述や自由記述の感想からソーシャルスキルの変化を分析した。また、自己効力に注目しセッションの効果を検討した。その結果、RP が、行動面のスキルだけでなく認知面のスキルの開発にも有効であることと、自己効力を高めることを明らかにした。しかし、面高・柴山 (2008a) の研究では日常生活でそれらがどのように活かされていたのかについては明らかにされていない。また、RP の内容も対人関係に焦点化したものとは言い難い。面高・柴山 (2009b) は、募集

で集まった大学生 10 名を対象に友人との対人関係に焦点を当てたセッションを実施し、社会的スキルと対人的自己効力感の変化と、参加者の自発性・創造性・独自性の発揮状況を分析し、グループ全体の有効性を検討した。その結果、グループ全体の社会的スキルと対人的自己効力感が有意に向上した。また、参加者はセッションでの体験から得た学びをもとに、実生活の対人関係を変えていった。

しかし、グループ全体の効果の検討が中心で、Dir がどのように関わったのかについては述べられていない。グループセラピーは参加者同士だけでなく Dir と参加者との相互作用の影響も大きいと考える。したがって、参加者の対人過程の変容過程に Dir がどのように関わったのかを明らかにすることは重要なことである。

以上より、本研究では、対人関係に課題を抱える大学生を対象に実施した RP を通して、ある大学生の自発性・創造性・独自性がどのように表れ、実際の対人関係や対人関係の考え方がどのように変容したのか、参加者の自発性・創造性・独自性の発揮を促すための Dir の関わりとともに検討し、その過程を明らかにすることを目的とする。

方 法

1. 対人関係の特徴

D と L の参加経緯と対人関係における課題を表 1 にまとめた。

2. グループの形態

セッションの参加者は、参加者募集を経て集まった大学生 6 名およびその友人 4 名、計 10 名（1 年生 5 名、2 年生 5 名すべて女性）であった。

セッションを 8 つのセッションで構成し、それらを 3 つのフェイズに分類した。フェイズ I（# 1, # 2）では「RP を知る、体験すること」を、フェイズ II

（# 3, # 4, # 5）では「RP を通して、日常生活場面の課題に取り組むこと」さらに、「RP で得た知見をもとに行動し、その結果を報告すること」を、フェイズ III（# 6, # 7, # 8）では「日常生活での取り組みを振り返り、より本質的な課題と向き合うこと」を目標とした。1 セッションは 80 分程度でほとんどのセッションでウォーミングアップ・ディスカッション・RP・シェアリングを行った。しかし、Dir が判断したセッションでは場面に合わせて RP をせずにディスカッションを続けるなどの変更した（例えば、# 1 や # 4, # 8）。

3. 関わりの方針

本研究で行った RP のプログラムの特徴は、以下の 3 点である。①自発性・創造性・独自性を発揮する RP を実施する。②参加者の独自性を大切にする。③日常生活での場面を組み込む。

毎回のセッションの冒頭に、次の 4 点を約束として確認した。①RP では自分が思うまま、感じるままに行動して良いこと、②非難せず、お互いがより良い方向に進めるように助け合うこと、③この場で知りえたことはどんなことであっても外で話さず、秘密を厳守すること、さらに、④全てのセッションに可能な限り出席してもらうことをお願いした。

ウォーミングアップは、セッションに対する参加者の緊張を緩和し、参加者の気持ちを楽しめることで、参加者の自発性・創造性・独自性を高めることが期待できるので、すべてのセッションで実施した。実際には、ノンバーバルコミュニケーションとバーバルコミュニケーションの両方を組み入れ、交流を活性化するようにし、かつ、RP への導入を容易にするように工夫した。

ペアチャットでは、セッションでの基盤となる関係作りを意図して、固定した二人組み（ベースペアと称する）を作った。さらに、ベースペアでのやり取りを継続して行い、お互いの変化を感じ取れるようにした。

RP の内容は、参加者の話し合いで決定した。なお、

表 1 D と L の参加経緯と対人関係における課題

| 事例 | 情報, 参加経緯 | 対人関係における課題点 |
|----|---|--|
| D | 大学 1 年生, 女性, 19 歳。いち早く参加を表明した参加者の一人。セッション参加者の中に知り合いがいる。 | 「活発な人を過剰に意識しているところを変えたい」 「相談を聴くときの態度を変えたい」 |
| L | 大学 2 年生, 女性, 20 歳。友人と誘いあって参加を決めた。セッション参加者の中に知り合いがいる。 | 「もっと親しい友人を作りたい。自分から進んでいい方向に持っていけるようにする」 「2 人きりになった時に居られる。沈黙も乗り越えられるようになる」 |

RP後は小さなシェアリングを可能な限り行い、その後役割を解除した。

ホームワーク (HW と略記) は、① RP で得た知見を実生活で実践するように促し、②より具体的な課題を明らかにするのに役立ち、③セッションへの参加動機づけにつながると考え、全てのセッションで実施した。そして、次のセッションのペアチャットもしくは全体場で振り返るようにした。#1と#2ではHWシートⅠを用いたが、ディレクターの考えていた効果が得られなかったため、#3より改良を加えて新たなHWシートを用いた。新たなHWシートⅡは、対象や日時、場所を具体的に想定したもので、課題の具体化とRPで得た知見をより効果的に実践できるように工夫したものである。

シェアリングでは、お茶を飲みながら行うティータムシェアリング (堀川・柴山, 2006) を実施し、くつろいだ雰囲気の中でフィードバックの機会を持てるようにした。参加者は自由記述の感想を振り返りシートに書いた後で、RPの体験を中心に、その日のセッション全体の感想について話し合った。なお、参加者の書いた振り返りシートは、ディレクターが持ち帰りコメントを記入した。さらに、全員分を縮小コピーして、次のセッションで配布した。

参加者にはセッションの説明資料を綴じたファイルを1部ずつ配布し、そのなかにHWシートや振り返りシートを綴じることができるようにした。

4. インタビュー

Flick (2002) は、質的研究を「具体的な事例を重視して、それを時間的、地域的な特殊性の中で捉えようとし、また人々自身の表現や行為を立脚点として、それを人々が生きている地域的な文脈と結びつけて理解しようとする分野である」と定義している。

質的研究において、口頭データを収集し分析する一つのやり方として、半標準化インタビューがある。半標準化インタビューとは、「半構造化インタビューと同じ意味の一般的なカテゴリーではなく、シェーレとグレーベンが主観的理論を再構成するために開発した特殊なインタビュー形式」である。ここで言う主観的理論とは、「インタビューイーが調査のトピックに関して複雑な『知識の貯え』を有しているということを前提とした概念」であり、知識の貯えには、「オープンな質問に対して自発的に回答できるような明示的仮定と、言語化するためには方法的な補助が必要な暗黙の仮定とが含まれている」としている。半標準化インタビューでは初回のインタビュー終了後、それを補足するために「構造敷設テクニック」が用いられる。構造敷設テクニック (the structure laying technique:SLT)

の目的はインタビューイーの発言内容の構造を図式化することにある。初回のインタビューの次の機会に、インタビューイーと一緒にこのテクニックが適用し、「コミュニケーションによる妥当化」をはかる (Flick, 2002)。

友人関係の広さや深さ、そして距離といったものは人それぞれ異なっており、大学生は友人関係に関して非常に複雑な知識の貯えを有していると考える。その知識の貯えは、Flick (2002) が述べているように、自発的に回答できるものと、言語化するためには方法的な補助が必要なものが含まれていると考える。そこで、本研究では、半標準化インタビューと構造敷設テクニックを用いて、プログラム前後における対人関係の質的な変化を検討することとした。

結果と経過

1. RPにおけるDとLの自発性・創造性・独自性のあらわれと対人関係の変容過程

セッションごとのDとLの自発性・創造性・独自性のあらわれ、対人関係の捉え方、HW (日常生活場面において取り組んだ対人関係課題のこと) の取り組み、の経過を表2-1と表2-2に示す。

2. RPの具体例

具体的なRP実演場面におけるディレクターの関わりとRPの場の持つ効果を検討するため、#6と#7のRP場面を例に取り上げる。

#6はLが他の参加者が演じている姿に自分自身を重ね、RPを観察することで対人関係の気づきを得たセッションであった。実際には以下のように展開した。

グループを2つに分け、それぞれでどのような場面のRPをしたいかについて話し合った。Lはグループ2のメンバーであった。グループ1からは、Jのキャンプに行くという場面が出された。グループ2からは廊下等で顔見知り程度の人に会ったときの気まずい場面が出された。Fが、「…あんまり親しくないというか、ほとんど親しくない人で、むこうがこっちを覚えていないのか分からない時に、すれ違ったりする時に、挨拶をしたらいいのか…したりしなかったりする」と語った。すると、「うん、あるある」という発言や頷きが参加者に見られた。

初めに、グループ2がRPを行った (#6-1~#6-4)。Fの場面を具体的に設定する際に、LとJの「あまり親しくない人の近くでは、気づかないふりをするために一緒にいる友人との話を無理に盛り上げて通り過ぎる」という発言を受け、Fは強く同意し、すれ違う時

表2-1 事例Dの自発性・創造性・独自性のあらわれと対人関係課題への取り組みの過程

| # | セッションでのDの様子 | HW |
|---|---|--|
| 1 | ・緊張しており、自分から動きだせない。尋ねられたことを答えるだけで、ほんの数分間のペアチャットでさえも時間を持て余す。シェアリングでは「9人分のいろんな考えとかをこれからも話し合っていて、…いろんな影響を受けられて、すごくいい体験が出来ていると思う」と述べる。 | |
| 2 | ・初めて補助自我として演者を体験する。シェアリングで「今日のセッションはうまく自分で表現することが出来なかった…Gさんの思っていないような気持ちまで言いそうになった」と述べる。 | HWをしてこなかった。 |
| 3 | ・帰ろうとする主役を引きとめる友人役を効果的に演じ、シェアリングでは率先して感想を述べる。 ・「私も途中で帰りたい気持ちはどうしようかなと思うけど、…(揺れる気持ちは)もうちょっと私もしっかりして、自分のことは自分で考えたいと思いました」と感想を述べる。 | HWのやり方について Dir の意図とは違った理解をしている。HWシートには、これまで(例えば1年前など)に体験したことが書かれている。 |
| 4 | <Dirの判断で「HWの報告と目標設定のための話し合い」を行う> ・HWを先週想定していた授業とは違う、別の授業で取り組んだことを報告する。「自分と合わないとか合うとかそういうこと一切考えないで、ただ自分らしく接するようになって」行動し、「先入観を持たずに、自分を変えず、接することが出来たから良かった」と報告する。今後については、「別の授業でも、人の良いところを自分が見られるように接し方を変えたい」と述べる。 | ○短期目標1:火曜日の英語の時間に先入観を持たずに会話する ○短期目標2:友人との会話を避けず、自分から話をする 短期目標を意識して取り組み、講義後の教室で友人と会話し、「先入観を持たずに自分を変えずに接すること」が出来たため、「自分に自信が持てた」と報告する。 |
| 5 | ・RPしたい場面を出す、別の人の出した場面をRPすることになる。場面が似ていたことに注目し、DirがDを主役のダブルに指名する。RP#5-2が終わった後に、Dは日頃使っているボディタッチを紹介する。RP#5-3では実際にやって見せる。さらに、RP#5-4では主役と役割交代し、会話に入る役を演じる。RP#5-5では主役のダブルとして登場し、主役の取り組みを支える。 | ○短期目標1:先入観を持たない ○短期目標2:第一印象で決めつけて人をにらまない 英語の講義の時に、6人班での話し合いがあり、「自分の周りはずでに仲が良く、自分は1人だったけど前とは違って積極的に自分から仲の良い子に話しかけた」と報告する。 |
| 6 | ・話し合いの場で傾きはするものの、発言しない。RP#6-1~#6-4までは観客。RP#6-4の後に、「『おっ』だけじゃなくて、他にも言うともっと仲良くなると思う」と意見を述べる。RP#6-5で川の水役を募っていると、演者に立候補する。RPでは、体を揺らし、主役や友人役の体に触れて、川の流れを表現するなど、自分なりの創造性を働かせて演じる。 ・「RPで自分の経験を思い出しながら見ていた。私はよく男の子に知らないふりをする事が多いけど、向こうも私が知らないふりをしていることに気づくと思う。…今日から自分から積極的に挨拶しようと思う」と感想を書く。 | ○短期目標1:第一印象でその人をどんな人が決めつけず、仲良くなろうとする ○短期目標2:相談を聞く時に、同情して後ろ向きな反応ばかりせず、前向きな反応を試みる ①講義の中で、話したことの無い人たちと班になり戸惑い、「相手がどんな人か見ているだけで、自分らしく接することが出来なかった」や「自分から話しかけたりしたかった」と報告する。②3人で食事をしている時に「2人があまり仲が良くなく喋ろうとしないため、自分から話し始めた」ものの、「困惑したし、1人で食べた方がましだと思った。きつかった」と述べる。 |
| 7 | ・「(他人と話しているときに)自意識過剰になって、周りの人は絶対自分のことは好きじゃないとか、自分でそう考えちゃって、上手くしゃべれないことがあるので、それを改善したい」と話し、RPする。シェアリングでは「(ダブルを演じた)Aさんが以前の私の役をしてくれたので、客観的に自分を見ることが出来て、自分はああやってしていたんだということが分かった。…もうちょっと周りの人との接し方とかも前とは変えたいし、…もうちょっと自分から話題とかも出したりして変えていきたい」と述べる。 | ○短期目標1:気まずい雰囲気を脱出できるよう、深く考えすぎないようにする ○短期目標2:どんな場面でも自分らしく過ごす ①「登校中にあまり親しくない友人とバスが同じで、教室まで一緒に歩いて行き、気まずい感じ」であったが、「自分らしく接することが出来た」、「自分から話をもちかけることが出来た」と報告する。 ②班を作って話し合いをした授業で、「今までは1人でしょんぼりして、輪に入るのを自分から拒んでいた」が輪に入ってみると、「最初は嫌な気持ちだったけど、後から楽しくなった」と報告する。 |
| 8 | ・「自分だけがこの問題を抱えていると思っていたけど、ここにいるほとんどの人が私と同じようなことを考えているんだということを知って良かった。自分とは違う視点から考える人がいて、それを参考にしてみることができたから、すごく良かった」と語る。ペアのJは、「Dさんは、最初の頃よりもたくさん話とか出来るようになって、…ちゃんと自分の思いや考えを話せるようになって、…最初の頃よりも積極的に参加して良かった」とDについて話す。 | |

表2-2 事例Lの自発性・創造性・独自性のあらわれと対人関係課題への取り組みの過程

| # | セッションでのLの様子 | HW |
|---|--|---|
| 1 | ・知人が一緒に参加しており、緊張はそれほど強くない。「1時間くらいの話で、1年生とかには初めて会ったんですけど、その子がどんな子なのかということがちょっとでも分かったので、面白い時間だったなと思いました」と感想を述べる。 | |
| 2 | ・立候補して、補助自我を演じる。「本人がいる前で、本人役をするというのはちょっと恥ずかしかったけど、気持ちが分かるから、言葉が自然と出てきたように思いました」や「今日はRPをしてみても、まずは他の人から見られるっていう恥ずかしさがあった。だけど、見ているうちに『ああこういうときはこう言うのかな』とか自分で感じるようになった」と感想を述べる。 | ①授業中に友人から夏休みの旅行に誘われ、「断りたかったが出来なかった」ことを報告する。 ②昼休みに友人3人と一緒にいたら、そのうちの1人がその場にいない友人の不満を言い始め、その場にいた別の2人の友人も一緒になって文句を言ったことで、Lは、「その人のことは悪く思わなくて微妙な気持ち」になり、「その人の話をやめて欲しかった」という気持ちを抱いたと報告する。 |
| 3 | ・観客だったLは、RP直後のシェアリングでは発言しなかった。 ・Lは、「今日のような場面でなく、その場に居たくない時ってみんなどうするのかなあと思いました」、「そういう時は、帰りたいと思ったらどういう風に断るのかなとは思いました」と感想を述べた。 | 帰宅中のバスの車内で、友達を見つけ話しかけようとしたけど、その後会話が続きかと思わなくて、気づかない振りをして、後ろの方の席に座り、あとから、「声をかけた方がいい」と思ったと報告する。 |
| 4 | <Dirの判断で「HWの報告と目標設定のための話し合い」を行う> 「サークルの飲み会の時に、親しくない1年生に自分から話しかける」ことを報告した。上手くいかず、「(1年生の) その子もあまりしゃべる方じゃなくて、お互い気まずい感じ」であったが、「前に座っていた友達とか、(よくしゃべる) 他の1年生とはたくさん話せました」と話す。その時のことを「相手によって、ずいぶん違うなあと思いました」と振り返り、「人によって上手く話せた人と、そうでない人がいたので、人によって変わることなく、誰に対しても自分から話しかけることが出来るようになりたい」と今後の目標を述べる。 | ○短期目標：サークルの飲み会の時、親しくない1年生に自分から話しかける 居酒屋で隣に座ったサークルの1年生に話しかけようとしたが出来なかったことを報告する。「話しかけようとはしたけど、なんとなく出来なかった」や「その子もあまり喋る方じゃなかったのでお互い気まずかった」と述べる。 |
| 5 | ・RPで観客だったLは、「これからこういう機会があったら、自分の意思を持ってするのが大切だなと思いました」と述べる。 | ○短期目標：その人に応じた接し方を考えて、実際に行動する ①バイトの休憩で友人と2人になった時に、「その子はあまり話すほうではなかったし、たまに話すぐらいでいい雰囲気だったので私もそれに流れた」と報告する。②授業で知り合った友人と③授業について話し、時間を忘れるほどだったと報告する。 |
| 6 | ・「気付かないふりをして通り過ぎる」場面についての話し合いで、挨拶せずに通り過ぎると、「やっぱり、ちょっと話しかければよかったなと思う」などと積極的に発言する。 ・「私の長期目標は、『2人になることを避けないで上手く乗り切る』っていうので、最初のRPにあったように、挨拶されたら嬉しいと思うし、自分もそういう立場の人から向こうから話してくれたら嬉しいので、自分から声かけていくべきかなと思いました」と話す。 | ○短期目標：その人にあつた接し方を考えて実行する 授業で知り合った友人とペア学習の空き時間に話し、「『今日めっちゃ暑いよね』とか『あの映画みたいね』とか話が盛り上がり嬉しかった」と報告する。 |
| 7 | ・DのRPに観客として参加し、「結構、小・中学校すっごい悩んで、でも自分の中でそれが友人関係だと割り切ってた…小・中学校の時のような友人関係じゃなくて、今みたいなちゃんと信頼しあっている友人関係を作りたい」と自身の体験を振り返る。 ・「グループの中で、話しを出す人もいるし、聞く人もいるし、いろいろあってそれが友人関係を作っていくんだと思う」と感想を述べる。 | ○短期目標：さらに良い友人関係を作るにはどうすればいいか探る 「友人と街で買い物をしている時のことで、風邪気味な私に気を遣ってついていてくれて、『大丈夫?』と声をかけてくれた」、「申し訳なかったけど、そばにいてくれて、とても嬉しかった。信頼が生まれた」という体験を報告する。 |
| 8 | ・「意識したら自分の行動も変えられるというのが一番印象に残っていて、ここでそう思ったから、実際に自分が友達と接する時とかも、そういう風に考えてみたりして実行できた」と述べた。ペアのAは、「ももとの課題を少しずつ無くして行って、セッションで自分の課題を克服している」とLについて話す。 ・「セッションの内容もだけど、ここに集まったメンバーで、新たな友人関係とか出来て良かったです。これからもよろしくお願いします」と感想を述べる。 | |

に気づかないふりをする場面を RP することになった。RP # 6-1 は、主役と他 2 名の友人が、顔見知り程度の知り合い 2 名の近くを通り過ぎる場面であった。RP # 6-1 を終えて、ディレクターが F に感想を聞くと、「いや、もう、なるべく見ないように…[顔の前に両手で×を作りながら] (話で) 盛り上がってみました」。「なんか、気まずいだろうなって、私が (相手に) 気づかせたくせに、こっちも気まずくって」と話した。RP # 6-2 では、先ほどよりもゆっくりと歩き、主役がその時の気持ちをさらに鮮明に捉えることが出来るようにした。F は、「ゆっくりになったことで気まずさは増したんですけど、どうしようかな、どうしようかなってというのがあった」と述べた。

ディレクターが、次に RP する場面について、①挨拶する場面、②気づかないふりをされる場面を提案したところ、挨拶する場面を選んだ。RP # 6-3 では、L の「私が F さんの立場だったら、やっぱり声かけにくいから、そういう (一緒にいる友人が気づかせる) きっかけがあることによって、『あっ』とか声かけやすいと思う」との発言を受け、主役と一緒にいる友人が気づかせ、相手の存在に気づいた主役が挨拶する場面を RP することになった。RP を終えて、F は「挨拶しないよりも、挨拶したほうが、気分的にもすごく良い」と話し、挨拶された相手役 G は、「やっぱり、挨拶してもらえると、親近感が湧くって言うか、嬉しいですよ」と言った。RP # 6-4 では、F 本人が主役を演じ、自分から友達に声をかけることが出来た。

6 のティータイトムシェアリングで L は、「私の長期目標は、『2 人になることを避けないで上手く乗り切る』っていうので、最初の RP にあったように、挨拶されたら嬉しいと思うし、自分もそういう立場の人から向こうから話してくれたら嬉しいので、自分から声かけていくべきかなと思いました」と、自分の課題と近かった今回の RP から得た気づきについて話した。

7 は D が初めて主役を演じたセッションであった。展開は以下の通りであった。

ウォーミングアップを経て、集団が適度に混ざったところで、RP にむけて 2 つの小グループを作り、小グループで RP したい場面について話し合った。RP をしてもよいと表明した A と D、B は、「RP したいが、自分たちでは決めにくい」とのことだったので、誰の課題を RP してみたいかと全員に問い、挙手してもらった。その結果、D の課題を希望する参加者が多く、再度本人に確認後 RP することになった。

課題について D は、「大勢の前とか、…サークルの中とか、あと一緒に普通にしゃべっている時とかも、自分で自意識過剰になって、周りの人は絶対自分のことは好きじゃないとか、自分でそう考えちゃって、あ

まり上手くしゃべれないことがあるんで、それを改善したい」と話した。

D は、話に入っていけない自分のことを、「ウジウジしているから、変わりたいな」と言った。D の場面を丁寧に聞き取り、D と 3 人の友人が食事をしている場面を再現することになった。今までよりも主役に焦点を当てた RP を展開するために、主役が補助自我を選ぶようにした。友人役として、G、E、H が選ばれた。RP # 7-1 では、昼休みの教室で D とその友人が食事する場面を再現した。しかし、D は「いや、もうちょっと喋ってない」と言ったため、補助自我にそのことを伝え、RP # 7-2 を実施した。RP # 7-2 については、「さっきよりいい、こんな感じ」と述べ、「その時はずっとこんな感じで、ああー、どうしよっか、…自分だけ仲良くないなあとか、自分で勝手に考え過ぎてしまうから…変えたいんだけど、(変えるのは) いいやって投げやりに思ってしまった」と振り返った。ディレクターがどうなるか良いのかを尋ねると、「(会話に) 入っていききたい」と答えた。そこで、ディレクターが、①理想の自分を演じてみる、②理想の自分を補助自我に演じてもらい客観的に見てみる、の 2 つの方法を提案し、D が選んだ②を RP # 7-3 で行った。自身のダブルには、A を選び、A が D の役をすることになった。D の理想の自分とは、「話しに入っていけるだけでなく、自分から話をふれる」とのことだったので、自分から話題を提供するように A に伝えた。D は場面全体を見ることが出来る場所に座った。RP 後、「いいなーと思った…うん」と言い、今度は D が演じるようになった。RP # 7-4 では、これまでとは違って友人らに積極的に話しかける姿が見られた。RP を止めて感想を聞くと、「これからは、ちゃんと人の話を聞いてそれに対して自分も何か言えるようになりたいと思いました」と述べた。意識して会話に入る姿が見られたので、そのことについて尋ねると、「たまに苦痛だった…けど、もうちょっと喋ろうと思った」と話した。ここで、D から観客の感想が聞きたいと言う希望があったため、観客の感想を聞いた。RP # 7-5 では、「話さないし話せない」現在の D を、ダブルの A に演じてもらって、その場面を D に観察してもらうことにした。D の役を演じた A は、「いやー、何だろう…その…私も嫌に思われているんじゃないかって思って、避けようじゃないけど、首を突っ込まないでおこう、目立たないでおこうみたいなのがあった、いま、ここでわかる…話した方が楽しかったな」と RP で感じたことを話した。D に感想を聞くと、「A さんが楽しくなさそうって言うのは良く分かったし、3 人で盛り上がって 3 人しかいないような感じで、自分もそんな風になっていたのかなと客観的に見て思った」と語った。

自分自身にアドバイスするとしたらと問いかけると、「顔をもうちょっと暗くしないで、明るくして…したらどう？お弁当をじっと見ていたから、友達の色とかを見たらどう？って言いたい」と答えた。

ディレクターは主役のDが今の自分を受け入れて、さらに少しだけ前に進むために、現在の自分と未来の自分とのやりとりをすることが有効だと考えた。そこで、他の演者はすべて観客に戻ってもらい、椅子を2脚、90度の角を作るように向かい合わせ、RP # 7-6では、現在の自分と未来の自分のやりとりを行った。ディレクターは、「先ほどDさんが現在の自分に向けて言った、『顔をもうちょっと暗くしないで、明るくしたらどう？お弁当をじっと見ていたから、友達の色とかを見たらどう？』という言葉、未来の自分から現在の自分に語りかけてください。それに対して、現在の自分は何らかの言葉を返して下さい」と伝えた。未来の自分を演じるAがDに声をかけ、現在の自分を演じるDが、「うん、そうする」と言葉を返した。次に、役割を交代させ、Dが未来の自分として、「うん、大丈夫だから」と現在の自分に声をかけた。最後に、もう一度役割交代し、同様のやり取りを繰り返し、未来の自分からの言葉を受け取った。Dは頷いて、「うん、そうするよ。…ありがとう」と言った。

シェアリングでは円型になって座り、全体に感想を求めた。その際、主役の右にディレクターが座り、左側に誰も座っていない椅子を一つ置いた。感想がある人は、自分の席から主役の隣の席に移動し、横で感想を言うようにした。Bから、「私もグループとかの中にいると、あんまり楽しくなくなったりすることがあるから、一緒に楽しめるように頑張ろう」と言葉が送られた。Dは、「Bさんが私もあるって言ってくれたから、…私だけだと思っていたからホッとしました。Aさんが私の代わりにやってくれた時は、(外から見ていて) あんな自分嫌だな、…もっと投げ出したりしないで、その時自分で考えて変えられたら良かったなと思いました」と言った。Dが感想を述べた後に、「みんなにとって勉強になるRPをしてくれたDさんが一歩進めるように拍手を贈りましょう」と、Dirが声をかけ、大きな拍手を贈った。シェアリングに移る前に、いつもより念入りに役割解除をし、秘密の保持を伝えた。

7のティータイムシェアリングでDは、「今日は、演者の人やAさんが私の前の自分の役とかをしてくれたので、すごい客観的に自分を見ることが出来て、自分はああやってしてたんだっていうことが分かったの、すごい、今回のRPもすごい自分のためになった。…もうちょっと周りの人との接し方とかも前とは変えたいし、…もうちょっと自分から話題とかも出したり

して変えていきたい」と感想を述べた。

3. インタビューにおける変化

半標準化インタビューと構造敷設テクニックを用いて対人関係について尋ねた面接の、DとLの事前・事後の回答内容を図1～図4に示す。

考 察

1. RPにおけるDとLの自発性・創造性・独自性の表れと対人関係の変容過程

セッション開始時のDは緊張しており自発性を欠いていた。尋ねられたことに答えるだけで、自ら話すことはなく、ほんの数分間のペアチャットでさえも時間を持って余していた。初めて補助自我を演じた# 2では、Dirから見て、十分な表現が行われていたにも関わらず、「今日のセッションはうまく表現することが出来なかった」と自己評価の低さを伺わせた。# 3では、帰宅しようとする主役を引きとめる友人役を効果的に演じ、シェアリングでは率先して発言していた。自発性の高まりに加え、創造性や独自性を感じさせた。# 4では、HWを実行し望ましい結果を得ることができ、「自分に自信が持てた」と話す。この段階になると少しずつ日常場面で成果が表れてきた。# 5には、自分の存在を気付かせる方法としてボディタッチを紹介し、RP # 5-3とRP # 5-4では実際に演じて見せ、自発性や創造性、独自性を発揮した。# 7では主役を演じ、「初回の頃の自分と違って、自分が悩んでいたことをみんなに打ち明けることができたからすっきりした」と自身の成長を実感できたことを語った。

セッション開始時のLは、この集まりでどのようなことをするのか期待していた。顔見知り程度ではあったが知り合いが参加しており、ほかの参加者に比べ緊張はそれほど強くない印象を受けた。# 2では、「主役を代わりにしてみたけど、気持ちも分かるので、自然にセリフが出てきた…面白かった」と抵抗をあまり感じずに役を演じたことが伺えた。# 3のRPには観客として参加し、「観客の立場でよく起こりそうな場面を客観的な目で観て、例えば、自分が主役だった場合…」と主役に自分を重ねて、RPを観ていた。# 5のRPでは、RPと自分の経験との共通点を見いだせなかったためか、これまでの体験と結び付けた感想や振り返りは見られなかった。一方、# 6では、自分の体験と結び付けやすかったためか、自発的な発言がたびたび見られた。# 7のRPでは、「グループの中で、話し出す人もいるし、聞く人もいるし、いろいろあってそれが友人関係を作っていくのだと思う」と感想を書

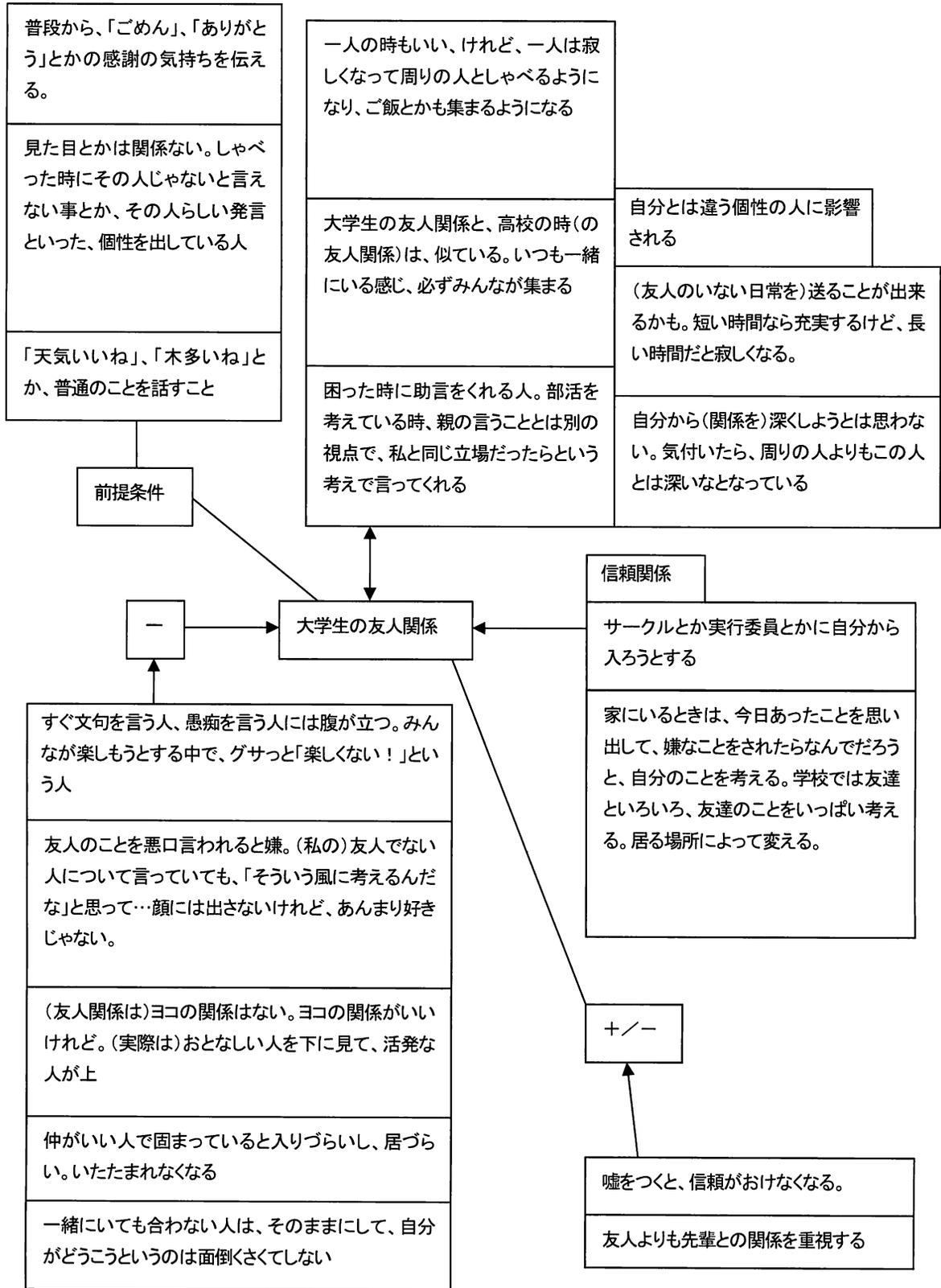


図1 Dのプログラム前のSLT図

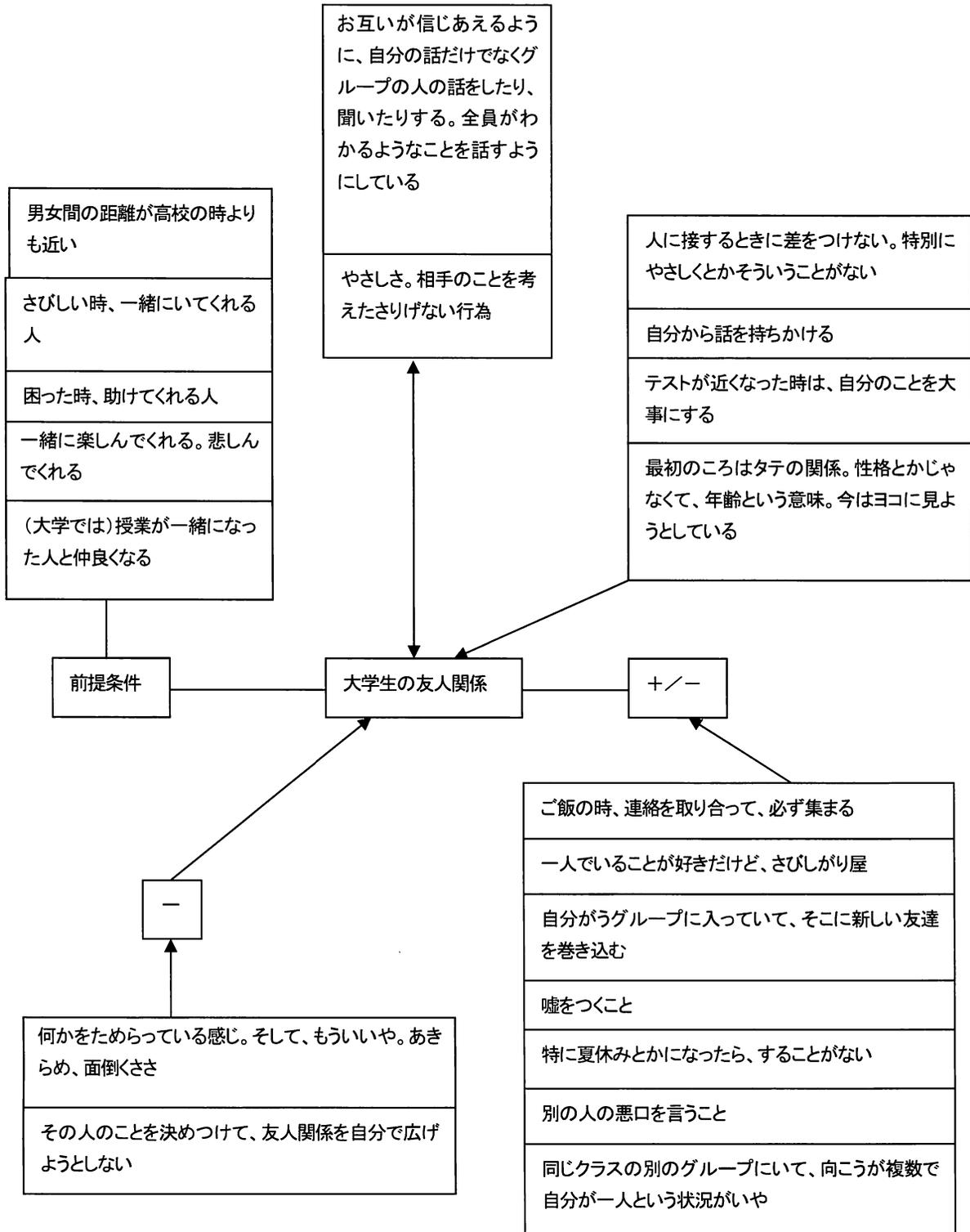


図2 Dのプログラム後のSLT図

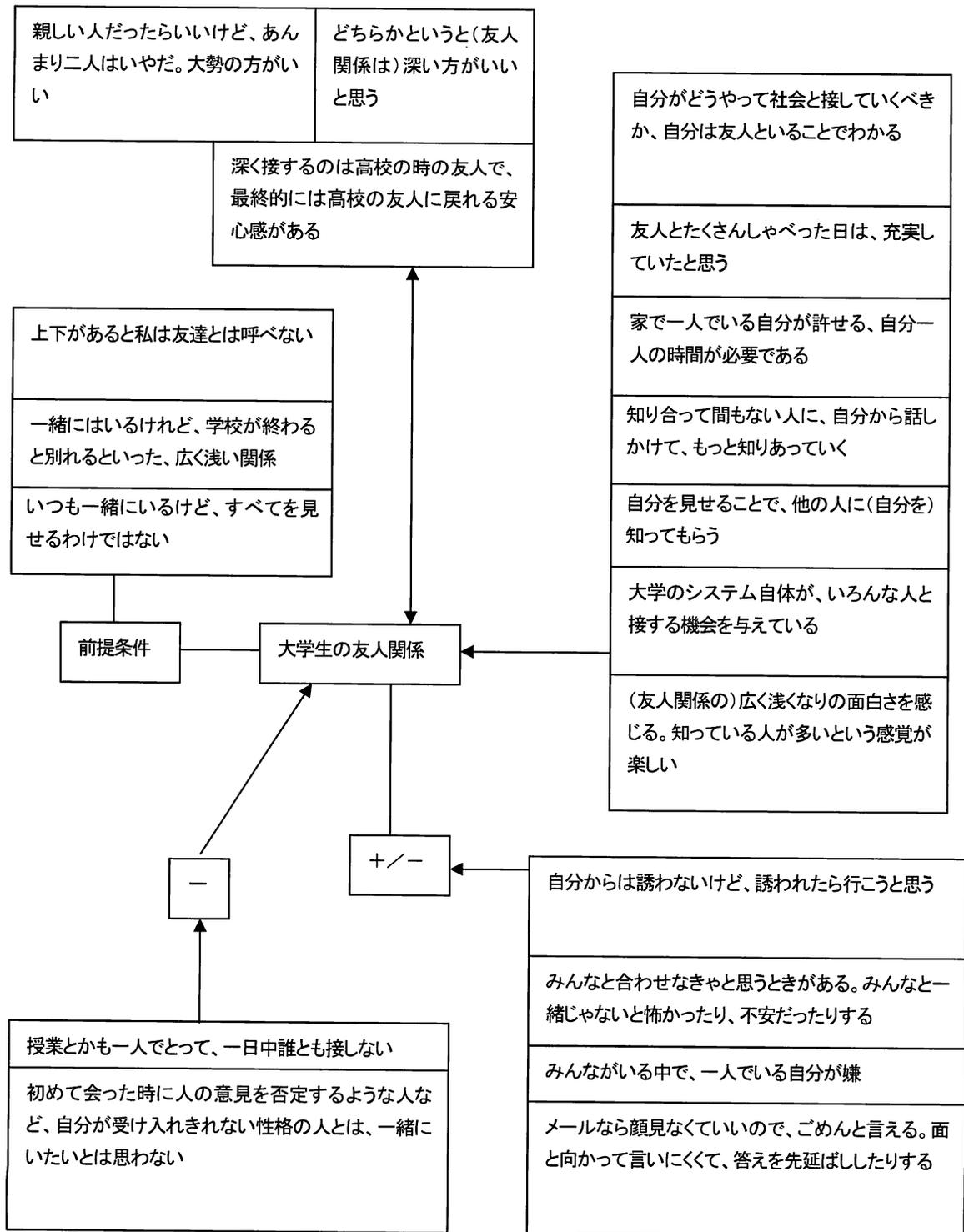


図3 Lのプログラム前のSLT図

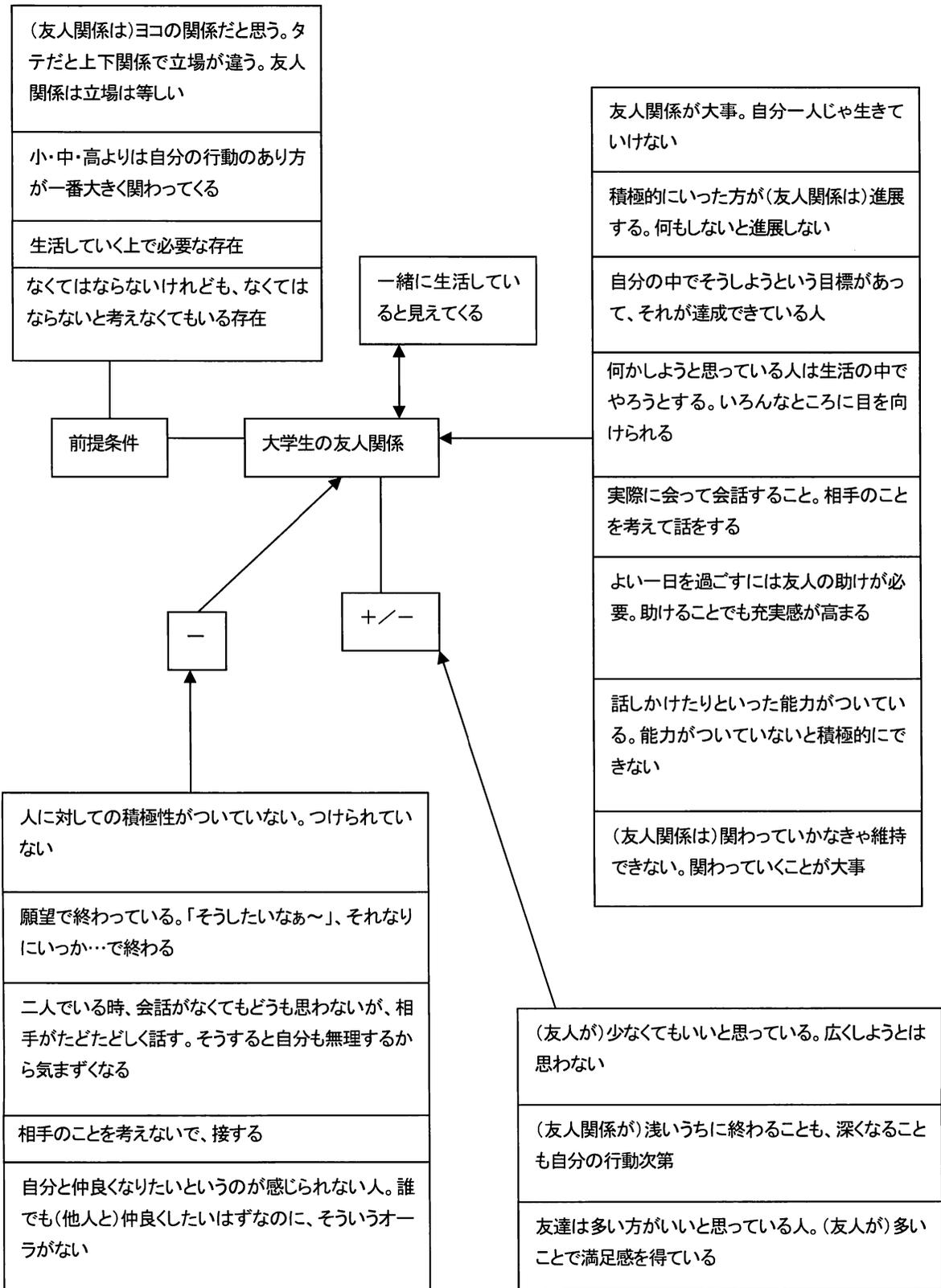


図4 Lのプログラム後のSLT図

いており、グループ内での一人ひとりの多様性を再認識していた。

DとLのRPでの体験の違いとして、気づきの生成過程と課題との向き合い方が挙げられる。

Dは、演者としての体験から気づきを得ている。一方で、Lは、他の参加者の報告を聞くことや、RPを観ることで、これまでの友人関係を振り返り、より良い友人関係を作るための気づきを得ている。また、演者としての立場が多かったDが、現実的な体験の中で課題と直面しているのに対して、観客の立場が多かったLは、他の参加者が演じる姿に自分を重ねることで課題と向き合っていたと考えられる。

これらは、相手の発言や行動に自発的に応答しなければ進んでいけない現実的な状況に置かれている演者と、一方で演者の対応を観察している観客との、自発性・創造性・独自性の差が体験の差となって表れたためだと言えよう。

2. インタビューからわかる対人関係の変容

Dはグループを作るものの、意図的に関係を深めることはあまりしない。また、グループ内で意見や価値観の不一致が表面化すると、関係の再構築をするのではなく、徐々に距離を置くなどして回避する傾向が伺える。いったん嫌だと思うと表情や行動に表しやすいタイプだと考えられる。

セッション前後の相互作用条件と促進条件での大きな違いは、友人関係を深めてみようという意思が感じられる発言や自発的な行動についての言及が増えたことが挙げられる。また、事前インタビューでは、友人関係にヨコの関係はないとしていたが、<ヨコに見ようとしている>と、友人関係そのものの前提の広がりを感じさせた。

Lのセッション前のインタビューから、現状の友人関係は良好だが、いまひとつ満足できていないLの友人関係の現状が見えてきた。現在の友人関係に満足できていない背景として、大学入学前に考えていた大学での友人関係と、入学してから現在までの実際の友人関係とのギャップに戸惑っていることが推察できる。

また、より深い友人関係を希求しながらも、「そこまでの関係と割り切って、そこから先に行こうとしない」という本人の発言にもあるように、主体性に欠ける側面が伺える。

セッション後の大きな変化は、事前インタビューでは、「深く接するのは高校の時の友人で、最終的には高校の友人に戻れる安心感がある」と語るなど、高校の時の友人関係の理想化と、大学入学後の友人関係への戸惑いが伺えたが、事後インタビューでは、<小・中・高よりは自分の行動のあり方が一番大きく関わっ

てくる>とし、大学における友人関係のあり方への理解が進んだ。そして、自分から主体的に関わっていくことが大切だという考えを持つようになった。

まとめると、Lは、現在の友人関係をどうするのか前向きに考えるようになる等、友人関係について問題意識を持つようになった。一方で、Dは意識と行動の両方の主体性が高まったことが伺えた。では、なぜDは行動面においても自発性を発揮することが出来たのだろうか。

両者の差はセッションでの体験の差であろう。友人との関係においてDはまさに「貧弱な固定した役割に凍りつけられて」(Anzieu, 1956) あり、苦しんでいた。しかし、セッションで自発性を発揮し、創造性と独自性を目覚めさせ、一時的ではあるが、RPの場で固定した役割から自分を解放することが出来た。こういった体験を積み重ねていくことで、実生活においても、広がりのある柔軟な役割を主体的に取れるようになったと考える。

3. まとめと今後の課題

DとL両者の体験の違いにあるように、RPでは一人ひとりが独自の体験をしており、そこでの気づきや学びは唯一無二である。従って、どのような体験の仕方が良いかということはない。しかし、①参加者が「いま・ここで」どのような体験をしているのかや②参加者が自発性・創造性・独自性がどの程度発揮できる水準にあるのかをDirは知っておかなければならないし、それぞれに合わせた対応がセッションでは求められると考える。

本研究でとりあげた事例は2つで、これはRPにおける参加者の変化の一部でしかない。DやLとは異なる変化を示した事例についても検討し、大学生がRPにどのような反応を示すのか、対人関係がどのように変化するのか明らかにすることが今後の課題である。それによって、より大学生の実態に沿ったセッションが行え、開発的なアプローチとしての効果を高めることにつながると考えるからである。

文 献

- Anzieu, D (1956) :LE PSYCHODRAME ANALYTIQUE CHEZ L' ENFANT. 篠田勝郎 (訳) (1965) : 分析的心理劇, 牧書店.
- Flick, U (2002) :QUALITATIVE FORSCHUNG. Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH,Hamburg. 小田博志 (訳) : 質的研究入門<人間の科学>のための方法論.
- 堀川徳子・柴山謙二 (2006) : 大学生に対するアサー

- ション・トレーニング. 熊本大学教育学部紀要, **55**, 人文科学, 73 - 83.
- 中島義明編 (1997): 心理学辞典. 有斐閣.
- 岡田努 (2007): 現代青年の心理学. 世界思想社.
- 面高有作・柴山謙二 (2008a): 大学生のソーシャルスキルと自己効力に及ぼすロールプレイングの効果. 熊本大学教育実践研究, **25**, 49 - 60.
- 面高有作・柴山謙二 (2008b): 今日の大学生の対人関係の改善に及ぼすロールプレイングの効果. 熊本大学教育学部紀要, **57**, 129 - 144.
- Corsini, R. J. (1994): 心理療法に生かすロールプレイングマニュアル. 金子賢 (訳) (2004): 金剛出版.
- 高良聖 (2005): サイコドラマの現在. 現代のエスプリ. 至文堂.
- 如木佑佳・島谷まき子 (2005): 心理劇的ロールプレイングにおける役割体験の意味. 心理劇, **10** (1), 63 - 70.
- 台 利夫 (2003): 新訂 ロールプレイング, 日本文化社.
- 山田真有美 (2003): 青年への心理劇の適用に関する報告 (2). 聖学院大学, **15** (2), 365 - 382.