

心理劇への招待 (一)



鈴木隆子
中村悦子

ある講習会で、次のような試みが行なわれました。当日の参加者は約二十名。会場には、心理劇の舞台が部屋の中央に用意してありました。

監督の指示によって、ひとりの若い女の人が舞台にのぼり無言劇をすることになりました。残された全員は全部、観客です。

女の人は、舞台の中段の角に立って、右足をちょっとまげて、窓ごしに夜空を眺めていましたが、間もなく、観客の方に顔をむけ、「おしまい。」と、言いました。

このあとで、観客のひとりひとりの無言劇についての感想が、語られました。それは、次のようなものでした。

○バスに乗ろうと思つて走ってきたが、どうどうまにあわないで、ひとり停留所に立っていると。

○別れたくない人と今別れて、ぼんやり考えこんでいるところ。

また、うしろをふり向くかもしれないと思つたところ。

○あれ、これから何をするのかなと思つたら、あの人はこれでおしまい、なんていうことになって、どうもさっぱりいけません。

○女の人が、これからお見合いに行くところ。どんなことが起るかわからない先のことを案じて、今立っていると。

○デパートの売り場の前です。財布の中を考えながら思案しているところ。買いたいものはここにあるけれど、明日のことが気になるって。つらいところです。

こうして、たった三十秒の間、ひとりの人がだまって行為したことを、観客はそれぞれみな違ってとらえていました。どれも、観客にとつては真実であり、たいせつな体験でしたけれど、このように違うのです。観客の感想発表のあと、演者は、次のように説明をしました。

○舞台にのぼったのはいいけれど、さて、これから何をしようかなと思っていました。自分の思いついたことを表現することは、なかなか不自由なものでした。

心理劇では、監督・補助自我（補助者）・演者（患者）・観客・舞台の五つが必要です。

心理劇で用いられる舞台は、普通円形の三段舞台です。この三段階は、演者の心理的な推移の段階を示しています。劇にはいる前のウォーミングアップの段階では、演者の多くは舞台の中段・下段のあたりで心の準備がおこなわれる場合が多いようです。初めて相談室（舞台のある部屋）へ来所したものなかで、そのうち幾人かは下段に足をかけることができませんでした。しかし、相談治療が進むにつれて、次第に演者の行動領域は舞台全体に拡がりました。

心理劇は、この三段舞台がなければ実演することができないものではありません。床の上にチョークで線をかいて、それを舞台にして振るまうこともできるわけです。人びとの集まったその場所に、移動式心理劇用舞台を用意することも便利でしょう。この舞台には、規定の広さや高さはありません。ある幼稚園では、砂場を劇場にしてその中を舞台にして、心理劇をしています。

ある日、心理劇研究会に、ひとりの幼稚園の先生が参加しました。そのときの劇体験をきくことにしましょう。

『私は、幼稚園の教師を七年つとめてきました。考えてみると小さきさまざまな事件の連続でしたが、一方、その日その日の仕事に追われ、私自身の保育技術の進歩がどこにあるだろうかと考えることがたびたびでした。その上、今、組に二人、保育をしていく上でかちんとつき当る子どももいて、このまま過ごしてしまうのも困るなと思っている、そんなとき、誘われたのを機会に、この心理劇研究会にきました。』

会場についたときは、すでははじまっていたのでしようか、十四、五人の人たちがにこやかに話をしていました。

正面には、舞台があります。それは三段になっていて私たちは、舞台を囲むように腰をかけてしました。

『では、そろそろはじめますか。少し動かなくては。』

『では、Aさん。監督になって、全員が参加するウォーミングアップをしてください。』

監督と呼ばれた人は立ちあがり、舞台の方に近づきながら、言いました。

『それでは、みんな立って、舞台の上を歩きましょう。何になってもいいのです。さあ、自由に歩いてください。』

みんなは立って歩きはじめました。

『自分のなりたいたいと思うものになって歩いてください。なりたいたいものになって歩いたら、席にもどっていいですよ。』

私もみんなのあとについて舞台へあがりました。私は、一番上の

段にあがろうとして、ふと圧力を感じました。三十センチほどのぼるだけなのに、でも、思いきってのぼり、帰ろうとしてうしろを向いて、驚きました。すでに席についた人たちがこっちを見あげています。みている人と、そして、いやに高いところに立ってみられている私。私は、急いでおりました。おりて、席にかえって眺めると、何でもない舞台です。

『はい、みんな何になったのかな？』

会員は、次つきに話しはじめました。

『おかあさんとあの坂道を歩いてきた。』

『ぼくは、三つぐらいの女の子になって、あちらこちら走りまわってきた。』

『私は、歩きまわっているうちに、柵の中の動物になったような気がしてきました。』

感想を述べた人の中には、私と同じ年ぐらいの女の人も、学生も、年輩の男の人もいました。

『みんななんて空想的なのかしら。どうしてそんなことを想ったり感じたりする余裕があるのかな』

と、私は、ふしぎでした。

『あなたは？』

『えっ、私？ ただ歩いただけで……。』

『はじめて舞台にのってどうでした？』

私は、何になろうなどと思う余裕もなかったこと、上の段にあが

るときの気持、みることとみられることの違う驚きなど、ただそれだけを、感じたままで述べました。

『そう、おもしろい体験でしたね。舞台の力について。その舞台ではじめての気持は、たいせつですね。』

私は、もう一度驚きました。

『こんな小さな気持までたいせつにするのかしら。』

そういえば、こんな新鮮な驚きの気持も久しぶりでして、それを素直に述べてしまつたら、自分がすつきりとして、仲間の一員として確実にとけ込んだような気がしました。他の仲間も、それぞれ感じたままで、述べているのでしょうか。この部屋にふと入ってくる人は、若い人中年の人と、違いはあるにせよ、段の上を同じように歩いている人を見てもいいでしょう。その一人ひとりにきいてみると、おもいはみなそれぞれ違うのです。そして、その十人十色が、ここではみんなたいせつにされているのです。』

ここで、心理劇の「演者」と「観客」について、述べましょう。

演者とは、舞台上で演じる人であって、病人（患者）とか不適応者とかいう意味と同じではありません。患者だと思われる人も含めてみんなが演者になりうるのが、心理劇の特徴です。心理劇では、個人生活の調整を主な目的とするときにも、治療場面では、幾人かの演者や観客をまじえて劇がおこなわれます。けれど、問題の性質によつては、演者や観客の数の制限されることがあります。

心理劇によって治療されるのは、舞台にのぼって演じるものだけではありません。観客のひとりひとりにも、劇の効果を期待することができません。観客は、劇中の人物に同一化して（同体感をもち）、演者の問題を自分の問題として考えることができます。そして、劇をみながら治療的に効果のある洞察体験を得るときもあります。それで、患者が役をとって振るまうことができないときは、無理に舞台にのぼらせることをさけて、まず観客の役割をとって心理劇に参加させることもおこなわれます。

演者は、観客のいることによって、自分の振るまっていることが、社会の人びとにはどのように受けとられているかという事実を知る機会を得ることができるでしょう。演者が、役をとって空想の世界にひたって振るまっているときなど、観客の笑いや話し声などを耳にして、現実にはひきもどされる場合もあります。

観客は、演者とはまた異なる心理劇の促進者として、重要な役割を荷なって劇に参加しているのです。

会場にはいるとすぐ、演者として、また観客として、心理劇の体験をした幼稚園の先生は、次のような自己紹介の体験をしました。

「自己紹介も変わったものでした。

『今日は、新しい方もみえていらっしやいますから、舞台を使っても、自己紹介をしようと思います。どんなやり方でもいいのです。でも、はじめにする人とは違った型で次の人はやりましょう。必要

だったら、ここにいる人を使ってしてもいいですよ。』
私は困ってしまいました。自己紹介のやり方は一つしか知りません。自分で自分を紹介するやり方だけです。

『はじめにやって、あとの人を規定するようになると思うけれども』

と、独り言を言いながら、立ちあがった人がありました。そして、舞台の上を二、三步あるいて、話しはじめました。

『都合がつけばきてもらおうと思ったのだけれど。うん、今のところ十四、五人きている。今度の研究会で、みんなの意見をきこうと思うけれど、ぼくとしては、小集団と心理劇をテーマにして社会とのつながりの中で心理劇を考えるときていると思うて……』

と、その人は、実際にはそこにいない誰かを想定して、その人に話しかけながら、私たちには、自分自身を明らかにするという自己紹介のやり方をしました。

『では、今と違った型で、自分を。』

次の人は、さつと立ちあがり、舞台にあがると、

『私はB小学校の教師です。よろしくお願いします。名前はC子。』

と言って、自己紹介をおえました。

私の自己紹介と同じかたちです。さあ、私の番になったらどうしよう。

『次の方。』

次の人は、

『ちょっと出ていただけますか？』

と、会員のひとり誘いを、教育長という役割を与えました。

『はい。』

との合図ではじまった舞台上での二人の話し合いから、その方は、小学校の校長先生とわかりました。

『次の方は、どんな点で前と違えたらよいでしょうね。』

自発的な回答が行為の上に誘い出されるように、監督が言いました。次の人は電話で話をしました。

『一番はじめのは、ある人を想定しながら、ひとりだけでよびかけのかたちで演じ、次は、ここにいる人全体に直接に話しかけました。』

その次は、ひとりの補助自我を使って、その補助自我も動きながら二者関係で自己紹介をしました。次は、補助自我を電話のむこうにおいて、自己紹介がおこなわれました。それぞれ違いましたね。で、また別な型で、しましょう。』

ここでは、次つぎに、『新しくなること』が、要求されているようです。みているが、私は、この新しさというのが、奇抜さとか人目をひくというものとは違うようだとすることに気づきました。

私は、立ちあがりました。

私も動いてみたいという気持ちで自然に立ちあがったのですが、どうするかという具体的なことはきまっていませんでした。

そのとき、私がこの会場の入口で会った方が立ちあがって、私に話しかけました。

『会場でいっしょになったところを二人でやりましょうか。』

『そうですね。ここを入口にするのですか？』

『そう、この舞台を道路にして、あちらとこちらから歩いてきて、出あったところをしましょう。』

『はい、では、はじめてください。』

と、監督が合図をしました。

私たちは、それぞれ舞台の両はじから歩き出しました。

『あの、ちょっと伺いますが、心理劇研究会をやっているのは、こちらですか？』

『はい、ここです。そちらもご出席なさるところですか？ 私も

まいりますからいきましよう。』

『もうずっと長く出席していらっしやるのですか。私は、今日はじめです。』

『時間の都合がつき次第出席しています。F小学校の教師をしているGといいます。』

『そうですね。私はH幼稚園にとめているIです。』

『では、まいります。』

*

*

(お茶の水女子大学児童臨床研究会)