

〈論文〉

役割体験とシェアリング体験の心理劇の効果への影響

榎本万里子, 島谷まき子

Influence of Role Experiences and Sharing Experiences
on the Efficacy of Psychodrama

Mariko ENOMOTO, Makiko SHIMATANI

The influence of role experiences, and five types of sharing experiences during psychodrama: insight, emotional, sensory, intellectual, and looking on, on the efficacy of psychodrama was investigated based on the role that was experienced. The roles included the protagonist, roles other than the protagonist, or the audience. We conducted a questionnaire survey with participants in psychodrama (N=104). The results indicated the following: (1) The effects of self-acceptance were primarily related to experiencing the role of the protagonist. (2) The effects of sociability and spontaneity were especially related to experiencing roles other than the protagonist. (3) The effects of self-acceptance, which was increased by having emotional type of sharing experiences, were mainly related to experiencing the role of the audience.

I 問題と目的

心理劇とは、即興劇を行うことを通して、自発性や創造性を引き出し、自己、他者および両者の関係への気づきを促すことを目的とした集団活動のひとつである(島谷 1991)。

心理劇の参加者は、主役、主役以外の役割、観客のいずれかの役割をとる。各役割体験については、以下のように論じられている。主役は、「ドラマの内容を創造する主演者」(高良 2013, p. 38)であり、「監督や観客に支えられながら、その出来事の意味やその場面での自分の行動や感情を多面的に考える機会を得る」(谷井 2013, p. 40)。主役以外の役割のうち、補助自我は、主役の自我を補助することを意味し、主役の内的世界の明確

化とその表出を助ける役割を果たす(長谷川 1986; 磯田 2013; 増野 1990; 谷井 2013)。補助自我の自発性の発揮が主役の自発性を高めるのである(増野 1990)。また、「監督の目の届かないところや、見過ごしている点を補い、監督の意図を汲み取りながら場を自発性に満ちたものへと進行させること」(高良 2013, pp. 39-40)も期待されており、監督やグループのための補助自我でもある(磯田 2013)。このように、補助自我の役割に期待されるものは大きく、心理劇の経験があるほど上手に補助自我の役割を演じられると考えられる。しかし、心理劇の経験年数と各役割体験および心理劇の効果との関連についてはこれまであまり検討されてきていない。主役以外の役割に

は、補助自我以外にも、ドラマを成立させるうえで必要な相手役や登場人物、人以外のモノも含まれる。主役以外の役割を演じる者は、役割体験を通して、与えられたテーマについて主役に共感したり、主役と異なった自らの考えを表現したりすることによって、カタルシスや洞察を得る体験をする（長谷川 1986）。演者体験は「尊重しあい、新しい関係づくりに向かって協力しあう充実感を味わえ、楽しい気分になって、人への愛、信頼がめばえてくる」（黒田 1989, p.58）体験であり、そこに心理劇の治療的な効果がある。また「与えられたり、自ら選んだりした役を巧く演じよう、完全に演じようとせず、自分なりに演じる」ことが演者にとって大切なことであり、「ある役を演じてみて、はじめて有意義な体験が得られる」（台 1986, p.143）。ここで演者とは主役や主役以外の役割を演じる者を指し、役割を通して自己表現、自我関与し、自己や他者への気づきを得る体験が効果に影響すると考えられる。一方観客は、通常の演劇における観客とは異なり、ドラマの途中で演者に選ばれる可能性がある。観客が自発的に舞台へ登場したりシェアリングで発言することによって、演者にさらに洞察やカタルシスや共感の機会を与える。そして「主役が安心して自己表現できる場を作る主体は観客の関わり方にある」（高良 2013, p.40）といわれるほどに観客は大きな影響力をもっている。同時に、観客自身がドラマを理解し、その中に自己の問題を投影することによって洞察やカタルシスを得ることに効果がある（高良 1986）。

役割体験の実証的研究としては、以下の研究が挙げられる。針塚・岡嶋（1997）は、心理劇終了後に心理劇体験についての質問紙への回答と感想を求める調査を行い、演者体験と観客体験の体験的現実性の違いについて検討した。演者体験はドラマにおける行為化によって自己理解が深まるが、観客体験は演者の役割や演者の演技に自己を

同一化した体験をシェアリングで自己表出することによって自己理解が深まると考察している。また、岡嶋・針塚（1999）は、演者・観客体験尺度を作成して役割体験の違いについて検討した。演者は役割演技を通して感情体験や自己理解が生起していた。一方、観客体験には、劇を評価的にみて自己に深くかかわらない体験が含まれる場合があるため、シェアリングに時間をかけて積極的関与を促していく必要があると考察している。これらは、観客におけるシェアリング体験の重要性や、知的洞察が劇への自己投入を阻んで心理劇の効果を低める可能性があることを示唆していると考えられる。

役割体験のあとに行われるシェアリングは、体験を分かち合うだけでなく感情を喚起するカタルシスの効果を含むものであるが（台 1986）、ドラマにおける自分の役割体験ならびに主役の体験に情動的に関与せず、知的な理解にとどまる“知性化”の問題が指摘されている（榎本・島谷 2017；磯田 2013；台 1982）。シェアリングでは、カタルシスと洞察の両方を含む情動的洞察の獲得や、モレノの造語であり他者と真実の感情を交換するという意味であるテレ tele のような他者との情動的交流がなされることが期待されている（磯田 1986）。しかし、役割体験とシェアリング体験とが、心理劇の効果にどのように影響しているかを検討した実証研究はこれまでにみられない。

心理劇の効果については、何をどのように捉えるか、どのような方法で測定するか、得られた結果をどのように解釈するか、そもそも数量的に扱えるのかといった、心理劇を客観的に評価することの難しさがある（増野 1990；島谷・台 1998；茨木 1999；島谷 1999 等）。島谷・台（1998）は、心理劇の活動自体から独立した意識態度の客観的評価研究が従来乏しかった点を指摘し、心理劇体験とは独立した指標である対人理解度テストや

20 答法を用いた評価研究を行った。このように、心理劇の活動や体験内容とは独立した効果を表す指標を用いて、その指標と参加者の心理劇体験を照らし合わせて心理劇の効果を解釈する必要があると考えられる。

榎本・島谷 (2017) は、活動や体験内容とは独立した指標である心理劇の効果尺度を作成し、質問紙調査と記録調査により得られた数量的データと質的データを用いて、心理劇のシェアリングにおけるさまざまな体験を類型化し、役割の違いを問わないドラマ体験とシェアリング体験との関連、およびシェアリング体験と心理劇の効果との関連について検討した。その結果、33 個の概念、8 つのサブカテゴリー、3 つのカテゴリーが抽出され、シェアリング体験タイプは洞察型、情動型、知性化型、感覚型、傍観型の 5 つのタイプが得られた。そして、たとえドラマでそれほど肯定的な体験をしていなくても、シェアリングで情動的洞察を含む情動的体験を中心に体験する情動型のタイプの体験をすることができれば、心理劇の効果が高まることが明らかとなり、シェアリングで情動的な体験をすることの重要性が実証された。しかし、榎本・島谷 (2017) では、役割体験 (主役、主役以外の役割、観客) の違いによる影響を検討していない。そこで本研究では、榎本・島谷 (2017) のデータを用いて、役割体験の違いによる影響を検討するために、主役、主役以外の役割、観客の各役割体験とシェアリング体験のタイプとが心理劇の効果に及ぼす影響について検討することを目的とする。

II 方法

1. 調査時期と調査協力者 (調査協力グループと調査対象セッション)

2014 年 7 月上旬～11 月中旬に、心理劇グループに参加した 120 名 (全セッションにメンバーの 1 人として参加した調査実施者を除く) のうち、

回答のなかった 1 名を除いた調査協力者 119 名 (男性 40 名、女性 79 名) を対象に質問紙調査を行った。協力の得られたグループは 10 で、そのうち 2 つは大学生・大学院生対象に大学で行われた体験グループ (1 つは授業の一環、他の 1 つはオープン・グループでの自主参加) であり、それ以外は一般対象の心理劇のオープン・グループが 6、ならびに心理劇の研修グループが 2 であった。10 の心理劇グループで行われたセッションは全部で 15 あり、全てのセッションが調査の対象となった。各セッションの参加者は 5～20 名 (平均 10.8 名) で、主役の人数は 1 名、4 名、10 名と様々であった。セッション時間は 2 時間～3 時間半の平均 2.6 時間であった。

2. 手続きと倫理的配慮

心理劇グループの運営責任者には事前に調査実施の承認を得た。心理劇のセッション開始前に、質問紙の表紙に記載した以下の調査倫理に関する説明事項を口頭で説明し、同意を得た参加者に質問紙を配布した。①調査への参加は自由であり、参加しなかったり途中でやめても不利益を被らないこと、②調査用紙は厳密に管理し、研究終了後、調査用紙はシュレッダーで破棄すること、③調査結果を学会や学術雑誌に公表する場合は匿名性を守ること。回答は、セッション開始直前とセッション終了直後に求め、調査実施者が回収した。

3. 質問紙の構成

1) 心理劇効果測定尺度：全 15 項目からなる心理劇の効果尺度 (榎本・島谷 2017) を使用した。この尺度は、「愛他性」「社交性」「自己受容」「自発性」の下位尺度から構成されている。セッション開始前 (pre) は「普段のあなたの状態にどの程度あてはまるかをお答えください」、セッション終了後 (post) は「今のあなたの状態にどの程

度あてはまるかをお答えください」と教示し、15項目それぞれについて「とてもあてはまる(4点)」から「まったくあてはまらない(1点)」までの4件法で回答を求めた。心理劇セッション前と後の得点の変化量を心理劇の効果の指標とした。得点化については、pre得点とpost得点の各平均値を算出した。また、各下位尺度の変化量の平均値を算出し、心理劇に効果があったのかを尺度全体からみるために心理劇効果測定尺度全体の変化量の平均値も算出した。

2) 役割体験尺度：ドラマでの各役割体験を測定するために作成された全23項目からなるドラマ体験尺度(榎本・島谷2017)を使用した。この尺度は、主役体験、主役以外の役割体験、観客体験の3つの役割体験別の単一尺度構成であり、それぞれの役割体験がどれぐらい肯定的な体験であったかを測定するものである。各参加者が体験した役割に該当する各役割体験尺度の質問項目について、心理劇終了直後に「とてもあてはまる(4点)」から「まったくあてはまらない(1点)」までの4件法で回答してもらった。得点化については、3つの役割体験別に各役割体験の平均値を算出した。

Ⅲ 結果

1. 分析対象者と属性

分析対象者は、調査協力者119名のうち、回答に不備のあった15名を除いた104名(男性32名、女性72名)で、平均年齢は40.92歳($SD = 15.21$)、心理劇経験の平均年数は7.96年($SD = 10.43$)であった。

2. 分析対象者の役割体験のパターンと群分け

分析対象者がドラマで体験した役割体験は、①主役体験のみ($N = 3$)、②主役以外の役割体験のみ($N = 21$)、③観客体験のみ($N = 11$)、④主役体験と主役以外の役割体験($N = 3$)、⑤主

役体験と観客体験($N = 2$)、⑥主役以外の役割体験と観客体験($N = 31$)、⑦主役体験と主役以外の役割体験と観客体験($N = 33$)の7パターンであった。役割体験が重複しない①主役のみ、②主役以外の役割のみ、③観客のみの各役割体験者数が少なく分析に限界があったため、極力役割体験の重複を少なくする形で対象者を以下の3群に分けた。まず、主役を体験した人からなる主役体験群(①④⑤⑦ $N = 41$)、次に主役を体験しておらず主役以外の役割を体験している人からなる主役以外の役割体験群(②⑥ $N = 52$)、そして観客だけを体験した人からなる観客体験群(③ $N = 11$)の3群である。

3. 分析対象者のシェアリング体験のタイプ分けと人数

本研究の分析対象者は、榎本・島谷(2017)のシェアリング体験の類型化の過程でシェアリング体験の5つのタイプ(洞察型、情動型、感覚型、知性化型、傍観型)のいずれかに振り分けられた。洞察型は情動的洞察と知的洞察の両方を体験したタイプ、情動型は知的洞察を含まず情動的洞察を体験したタイプ、感覚型は正と負の感覚的体験をしたタイプ、知性化型は知的洞察を体験したタイプ、傍観型は今ここの負の感覚だけを体験したタイプである。洞察型は17名、情動型は31名、感覚型は15名、知性化型は26名、傍観型は15名(計104名)であった。

4. 役割体験とシェアリング体験の心理劇の効果への影響

1) 心理劇の経験年数と各役割体験および心理劇の効果の関連

心理劇の経験年数の平均値は7.96($SD = 10.43$)、各役割体験得点の平均値は主役体験2.98($SD = .61$)、主役以外の役割体験2.94($SD = .46$)、観客体験3.15($SD = .46$)、心理劇効果測定

尺度の変化量の平均値は、全体 .21 ($SD = .41$), 愛他性 .08 ($SD = .61$), 社交性 .27 ($SD = .55$), 自己受容 .20 ($SD = .55$), 自発性 .29 ($SD = .49$) であった。各役割体験と心理劇の効果が心理劇の経験年数とどのような関連があるのかを検討するために、それぞれ以下の分析を行った。心理劇の経験年数と各役割体験の関連について、相関係数を算出した。その結果、経験年数と主役以外の役割体験得点との間に弱い正の相関の傾向が示された ($r = .26, p < .10$)。経験年数と主役体験得点および観客体験得点の間には相関がみられなかった ($r = .13, n.s.$; $r = -.37, n.s.$)。したがって、心理劇の経験年数と主役以外の役割体験には関連の傾向があり、心理劇の経験があるほど主役以外の役割体験がより肯定的となる可能性が示唆された。一方、経験年数と主役体験および観客体験においては関連がなく、心理劇の経験があるからといって主役体験や観客体験が肯定的な体験になるとは限らなかった。

また、心理劇の経験年数と心理劇の効果との関連について、心理劇効果測定尺度（全体）および各下位尺度の pre 得点の影響を取り除いた偏相関係数を算出した。その結果、心理劇効果測定尺度の変化量の全体得点および各下位尺度得点のすべてにおいて相関はみられなかった（全体 $r = .12, n.s.$; 愛他性 $r = .08, n.s.$; 社交性 $r = .06, n.s.$; 自己受容 $r = .09, n.s.$; 自発性 $r = .14, n.s.$ ）。したがって、心理劇の経験年数と心理劇の効果には関連がなく、心理劇の経験があるほど心理劇の効果が高まるとはいえなかった。

2) 役割体験別にみたセッション前後の心理劇効果測定尺度得点の差

役割体験群別に心理劇効果測定尺度（全体）得点および各下位尺度得点のセッション前後の平均値に差があるかを対応のある t 検定によって検討した（表 1）。主役体験群では心理劇効果測定尺

度（全体）、社交性、自己受容、自発性の post 得点が pre 得点よりも有意に高く ($t(39) = 4.865, p < .001$; $t(39) = 4.676, p < .001$; $t(40) = 4.892, p < .001$; $t(40) = 5.225, p < .001$)、愛他性の post 得点が pre 得点よりも有意に高い傾向にあった ($t(40) = 1.810, p < .10$)。主役以外の役割体験群では心理劇効果測定尺度（全体）、社交性、自発性の post 得点が pre 得点よりも有意に高かった ($t(51) = 2.728, p < .01$; $t(51) = 3.047, p < .01$; $t(51) = 2.926, p < .01$)。観客体験群では自発性のみ post 得点が pre 得点よりも有意に高い傾向にあった ($t(10) = 1.915, p < .10$)。以上の結果から、主役体験をすると心理劇効果測定尺度（全体）、社交性、自己受容、自発性の効果が有意に高まり、愛他性の効果が高まる傾向にあった。主役以外の役割体験をすると、心理劇効果測定尺度（全体）、社交性、自発性の効果が有意に高まった。観客体験をすると、自発性の効果が高まる傾向にあった。

3) 各役割体験と心理劇の効果との関連

まず、各役割体験と心理劇の効果の関連について、心理劇効果測定尺度（全体）および各下位尺度の変化量の pre 得点の影響を取り除いた偏相関係数を算出した。主役体験群では主役体験得点と心理劇の効果（全体）、自己受容、自発性との間に中程度の正の相関が示され ($r = .44, p < .01$; $r = .50, p < .001$; $r = .59, p < .001$)、社交性との間に弱い正の相関の傾向が示され ($r = .30, p < .10$)、愛他性との間には相関はみられなかった ($r = -.02, p > .10, n.s.$)。主役以外の役割体験群では主役以外の役割体験得点と心理劇の効果（全体）、社交性、自発性との間に中程度の正の相関が示され ($r = .49, p < .001$; $r = .49, p < .001$; $r = .49, p < .001$)、愛他性との間に弱い正の相関が示され ($r = .34, p < .05$)、自己受容との間には相関はみられなかった ($r = .22, p > .10, n.s.$)。

表1 役割体験別のセッション前後の心理劇効果測定尺度の差の検定

	主役体験群 N = 41			主役以外の役割体験群 N = 52			観客体験群 N = 11		
	pre	post	t 値	pre	post	t 値	pre	post	t 値
心理劇 効果測定 尺度(全体)	2.64 .62	3.00 .53	4.865 ***	2.84 .42	2.97 .49	2.728 **	2.83 .47	2.90 .48	.581 n.s.
愛他性	2.72 .69	2.89 .66	1.810 †	2.97 .53	3.03 .63	.919 n.s.	3.00 .60	2.82 .64	1.604 n.s.
社交性	2.56 .74	2.98 .66	4.676 ***	2.81 .50	3.00 .55	3.047 **	2.88 .85	3.00 .79	.482 n.s.
自己受容	2.66 .77	3.10 .68	4.892 ***	2.90 .61	2.94 .63	.574 n.s.	2.94 .65	2.97 .89	.209 n.s.
自発性	2.57 .67	2.99 .54	5.225 ***	2.72 .50	2.91 .59	2.926 **	2.59 .54	2.84 .64	1.915 †

上段：平均値，下段：標準偏差

n.s. 非有意，† $p < .10$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

観客体験群では、観客体験得点と心理劇効果測定尺度得点(全体)およびすべての下位尺度得点との間において相関はみられなかった(全体 $r = .19$; 愛他性 $r = -.22$; 社交性 $r = .28$; 自己受容 $r = -.07$; 自発性 $r = .27$ すべて $p > .10$, n.s.)。以上の結果から、主役体験が肯定的であるほど、心理劇の効果(全体)、自己受容、自発性の効果が高まり、社交性の効果は高まる傾向にあった。主役以外の役割体験が肯定的であるほど、心理劇の効果(全体)、社交性、自発性、愛他性の効果が高まった。観客体験が肯定的であるほど、心理劇の効果が高まるとはいえなかった。

次に、心理劇の効果が役割体験によって差があるのかを検討するため、心理劇効果測定尺度(全体)および各下位尺度のpre得点を共変量とし、3つの役割体験群を独立変数、心理劇効果測定尺度(全体)および各下位尺度の変化量を従属変数とした1要因の共分散分析を行った(表2)。検定の結果、心理劇の効果(全体)において群間差に有意傾向がみられ($F(2, 99) = 2.99, p < .10, \eta_p^2 = .057$)、自己受容において有意な差が得られ

た($F(2, 100) = 5.515, p < .01, \eta_p^2 = .099$)。Sidak法による多重比較を行ったところ、心理劇の効果(全体)における主役体験群と主役以外の役割体験群のペアで差が有意傾向であり、自己受容における主役体験群と主役以外の役割体験群のペアで、有意な差がみられた。したがって、主役体験群が主役以外の役割体験群より自己受容の効果に有意に高まり、心理劇の効果(全体)が高まる傾向にあった。

4) 役割体験およびシェアリング体験と心理劇の効果との関連

心理劇の効果が役割体験とシェアリング体験によって差があるのかを検討するため、心理劇効果測定尺度(全体)および各下位尺度のpre得点を共変量とし、各役割体験の有り群・無し群とシェアリング体験のタイプを独立変数、心理劇効果測定尺度(全体)および各下位尺度の変化量を従属変数とした2要因の共分散分析を行った。各役割体験における有り群とは、その役割体験を含む役割体験をした群であり、無し群はその役割体験を

表2 役割体験間による心理劇の効果の差の検定

	1 主役体験群 N = 41	2 主役以外の 役割体験群 N = 52	3 観客体験群 N = 11	F 値 η_p^2	多重比較 Sidak
心理劇の効果 (全体)	.36	.13	.07	2.994	1>2 †
	.47	.33	.40	.057 †	
愛他性	.18	.06	-.18	1.183	n.s.
	.63	.50	.38	.023 n.s.	
社交性	.42	.19	.12	1.029	n.s.
	.56	.44	.83	.020 n.s.	
自己受容	.44	.04	.03	5.515	1>2**
	.57	.48	.48	.099 **	
自発性	.41	.19	.25	1.784	n.s.
	.51	.47	.43	.034 n.s.	

上段：平均値，下段：標準偏差

n.s. 非有意，† $p < .10$ ，* $p < .05$ ，** $p < .01$

しなかった群である。これまでの3群による比較であると、シェアリング体験タイプとの組み合わせにおいて対象者のいない群が出現し分析に限界があったため、役割体験の重複はあるものの、その役割体験をしたかしなかったかの違いとシェアリング体験のタイプが心理劇の効果とどのような関連があるのかに焦点を当てて検討することとした(表3)。

主役体験では、心理劇の効果(全体)において主役体験の有無とシェアリング体験のタイプの両方の主効果が有意であった($F(1, 92) = 4.479, p < .05, \eta_p^2 = .046$; $F(4, 92) = 5.275, p < .01, \eta_p^2 = .187$)。Sidak法による多重比較を行ったところ、主役体験の有りと無し、シェアリング体験タイプの情動型と感覚型、知性化型、傍観型の各ペアに有意な差がみられた。自己受容では主役体験の有無の主効果が有意であり($F(1, 93) = 7.039, p < .01, \eta_p^2 = .070$)、自発性では主役体験の有無の主効果が有意傾向であった($F(1, 93) = 2.822, p < .10, \eta_p^2 = .029$)。Sidak法による多重比較を行った

ところ、自己受容では主役体験の有りと無しに有意な差がみられ、自発性では有意傾向であった。愛他性および社交性ではシェアリング体験のタイプの主効果が有意であった($F(4, 93) = 4.594, p < .01, \eta_p^2 = .165$; $F(4, 92) = 5.902, p < .001, \eta_p^2 = .204$)。Sidak法による多重比較を行ったところ、愛他性では情動型と感覚型、傍観型の各ペアに有意な差がみられた。社交性では情動型と感覚型、知性化型、傍観型の各ペアに有意な差がみられた。

したがって、主役体験を含む役割体験をしたほうが主役体験をしなかったよりも心理劇の効果(全体)と自己受容の効果が有意に高まり、自発性の効果は高まる傾向にあった。シェアリングで情動型の体験をしたほうが、傍観型、知性化型、感覚型の体験をしたよりも心理劇の効果(全体)と社交性の効果が有意に高まり、感覚型と傍観型の体験をしたよりも愛他性の効果が有意に高まった。

主役以外の役割体験では、心理劇の効果(全

表3 各役割体験の有無とシェアリング体験のタイプによる心理劇の効果の検定

	主役体験 有り N = 40					主役体験 無し N = 63					交互作用	役割体験の主効果	シェアリング体験の主効果
	シェアリング体験のタイプ					シェアリング体験のタイプ							
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
心理劇の効果 (全体)	.32 .65	.64 .40	.24 .49	.22 .26	.18 .35	.29 .32	.25 .30	-.08 .15	.00 .37	.05 .35	1.095 .045 n.s.	4.479* .046 有>無	5.275** .187 2 > 3,4,5*
愛他性	.08 .79	.50 .46	.04 .82	.13 .38	-.04 .55	.26 .36	.25 .46	-.14 .33	-.11 .38	-.33 .77	.977 .040 n.s.	.603 .006 n.s.	4.594** .165 2 > 5**3*
社交性	.33 .61	.78 .54	.13 .25	.27 .49	.33 .67	.48 .34	.30 .41	-.05 .13	.03 .65	.10 .63	1.876 .075 n.s.	1.034 .011 n.s.	5.902** .204 2 > 4,5**3*
自己受容	.50 .69	.81 .44	.38 .65	.07 .49	.13 .31	.19 .29	.09 .59	-.19 .26	-.02 .45	.10 .60	1.450 .059 n.s.	7.039** .070 有>無	※
自発性	.47 .73	.52 .54	.38 .46	.35 .34	.28 .41	.25 .54	.34 .37	.04 .51	.08 .54	.29 .22	.895 .037 n.s.	2.822 † .029 有>無	.854 .035 n.s.

	主役以外の役割体験 有り N = 87					主役以外の役割体験 無し N = 16					交互作用	役割体験の主効果	シェアリング体験の主効果
	シェアリング体験のタイプ					シェアリング体験のタイプ							
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
心理劇の効果 (全体)	.37 .45	.38 .38	.12 .42	.07 .35	.12 .35	.00 .54	.73 .49	-.08 .22	.00 .38	—	1.348 .042 n.s.	.482 .005 n.s.	4.400** .159 2 > 4**5,3 †
愛他性	.33 .37	.33 .50	-.05 .66	.04 .37	-.18 .65	-.56 .96	.50 .24	.00 .47	-.26 .36	—	2.091 .063 n.s.	2.649 .027 n.s.	3.938** .144 2 > 5*4 †
社交性	.49 .44	.47 .50	.05 .23	.08 .42	.22 .64	.11 .51	.67 .94	.00 .00	.07 .92	—	.857 .027 n.s.	.000 .000 n.s.	4.312** .156 2 > 4,5*
自己受容	.36 .56	.32 .61	.18 .57	.04 .45	.11 .49	.22 .38	1.00 .94	-.33 .47	-.07 .46	—	1.514 .046 n.s.	.019 .000 n.s.	※
自発性	.39 .66	.39 .45	.25 .53	.10 .57	.28 .33	.17 .52	.75 .00	-.00 .00	.19 .41	—	1.078 .033 n.s.	.284 .003 n.s.	.879 .036 n.s.

	観客体験 有り N = 76					観客体験 無し N = 27					交互作用	役割体験の主効果	シェアリング体験の主効果
	シェアリング体験のタイプ					シェアリング体験のタイプ							
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
心理劇の効果 (全体)	.37 .50	.43 .39	-.05 .25	.03 .42	.16 .33	.03 .12	.31 .40	.37 .51	.06 .24	-.16 .49	1.960 .079 n.s.	.174 .002 n.s.	3.693** .138 2 > 4,5*
愛他性	.19 .65	.36 .47	-.26 .54	-.13 .45	-.13 .66	.11 .19	.29 .49	.40 .60	.03 .25	-.50 .71	1.991 .079 n.s.	.325 .003 n.s.	3.724** .138 2 > 5**4 †
社交性	.49 .48	.46 .51	.00 .00	.13 .75	.28 .64	.11 .19	.57 .57	.13 .38	.00 .35	-.17 .71	.739 .031 n.s.	.304 .003 n.s.	4.755** .171 2 > 4**5,3 †
自己受容	.38 .57	.46 .55	-.03 .46	-.04 .47	.18 .42	.11 .19	.05 .85	.40 .72	.07 .44	-.33 .47	2.515* .098 2.5 有>無 † 有 2 > 4* 有 1 > 4 †	1.942 .020 n.s.	※
自発性	.46 .60	.44 .48	.08 .46	.14 .50	.27 .35	-.17 .52	.32 .28	.50 .50	.13 .56	.38 .18	1.511 .061 n.s.	.018 .000 n.s.	1.173 .048 n.s.

上段：平均値，下段：標準偏差

シェアリング体験のタイプ 1 洞察型, 2 情動型, 3 感覚型, 4 知性化型, 5 傍観型
n.s. 非有意, † $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$
※ 帰帰係数の等質性が満たされなかった # 該当人数0のため数値なし

体), 愛他性, 社交性においてシェアリング体験のタイプの主効果が有意であった ($F(4, 93) = 4.400, p < .01, \eta_p^2 = .159$; $F(4, 94) = 3.938, p < .01, \eta_p^2 = .144$; $F(4, 93) = 4.312, p < .01, \eta_p^2 = .156$)。Sidak 法による多重比較を行ったところ, 心理劇の効果 (全体) ではシェアリング体験のタイプの情動型と知性化型, 傍観型の各ペアに有意な差がみられ, 情動型と感覚型のペアで差が有意傾向であった。愛他性では情動型と傍観型のペアに有意な差がみられ, 情動型と知性化型のペアで差が有意傾向であった。社交性では情動型と知性化型, 傍観型の各ペアに有意な差がみられた。

したがって, シェアリングで情動型の体験をしたほうが, 傍観型の体験をしたよりも心理劇の効果 (全体), 愛他性, 社交性の効果が有意に高まり, 知性化型の体験をしたよりも心理劇の効果 (全体) と社交性の効果が有意に高まり, 感覚型の体験をしたよりも心理劇の効果 (全体), かつ知性化型の体験をしたよりも愛他性の効果が高まる傾向にあった。

観客体験では, 自己受容において観客体験の有無とシェアリング体験のタイプの交互作用が有意であった ($F(4, 93) = 2.515, p < .05, \eta_p^2 = .098$)。単純主効果の検定を行ったところ, 観客体験有り群におけるシェアリング体験のタイプの単純主効果は有意であったが ($F(4, 93) = 3.739, p < .01, \eta_p^2 = .139$), 観客体験無し群におけるシェアリング体験のタイプの単純主効果は有意でなかった ($F(4, 93) = 1.645, n.s.$)。また, シェアリング体験のタイプの情動型と傍観型における観客体験の有無の単純主効果は有意傾向であったが ($F(1, 93) = 3.141, p < .10, \eta_p^2 = .033$; $F(1, 93) = 3.709, p < .10, \eta_p^2 = .038$), 洞察型, 感覚型, 知性化型における観客体験の有無の単純主効果は有意でなかった ($F(1, 93) = 1.105, n.s.$; $F(1, 93) = 2.358, n.s.$; $F(1, 93) = .473, n.s.$)。心理劇の効果 (全体), 愛他性, 社交性においてはシェアリング体

験のタイプの主効果が有意であった ($F(4, 92) = 3.693, p < .01, \eta_p^2 = .138$; $F(4, 93) = 3.724, p < .01, \eta_p^2 = .138$; $F(4, 92) = 4.755, p < .01, \eta_p^2 = .171$)。Sidak 法による多重比較を行ったところ, 心理劇の効果 (全体) ではシェアリング体験のタイプの情動型と知性化型, 傍観型の各ペアに有意な差がみられた。愛他性では情動型と傍観型のペアに有意な差がみられ, 情動型と知性化型のペアで有意傾向であった。社交性では情動型と知性化型, 傍観型の各ペアに有意な差がみられ, 情動型と感覚型のペアで差が有意傾向であった。

したがって, 観客体験を含む役割体験をした場合に, シェアリングで情動型の体験をしたほうが, 知性化型の体験をしたよりも自己受容の効果が有意に高まり, 洞察型の体験をしたほうが, 知性化型の体験をしたよりも自己受容の効果が高まる傾向にあった。観客体験をしなかった場合には, シェアリング体験のタイプによって自己受容の効果に差はみられなかった。また, シェアリングで情動型と傍観型の体験をした場合に, 観客体験を含む役割体験をしたほうがしなかったよりも自己受容の効果が高まる傾向にあった。シェアリングで洞察型, 感覚型, 知性化型の体験をした場合には, 観客体験の有無によって自己受容の効果に差はみられなかった。そして, シェアリングで情動型の体験をしたほうが, 傍観型の体験をしたよりも心理劇の効果 (全体), 愛他性, 社交性の効果が有意に高まり, 知性化型の体験をしたよりも心理劇の効果 (全体) と社交性の効果が有意に高まり, 感覚型の体験をしたよりも社交性の効果, かつ知性化型の体験をしたよりも愛他性の効果が高まる傾向にあった。

IV 考察

今回の調査における心理劇体験のパターンは7つあり (Ⅲ. 結果の2を参照), 心理劇参加者は様々な役割体験をするため, 主役・主役以外の役

割・観客の3つの役割体験をそれぞれ純粹に扱うことには限界があった。そのため、考察においては、対象者の実数による群分けで極力役割体験の重複を少なくした形で行った分析結果と、その役割を含む体験をしたか、していないかで群分けし行った分析結果を総合して考察を行った。

1. 心理劇の経験年数と各役割体験および心理劇の効果との関連

心理劇の経験年数と主役以外の役割体験得点との間にのみ、弱い正の相関の傾向が認められ、心理劇経験があるほど、主役以外の役割体験が肯定的である傾向が明らかとなった。主役体験や観客体験においては、心理劇経験との間に関連はみられなかった。主役以外の役割には、補助自我やダブルと呼ばれる主役の体験が深まるように援助を行う重要な役割が含まれ、経験豊富なメンバーや訓練されたスタッフが担うことが多い(長谷川1986; 磯田2013; 増野1990; 高良2013; 谷井2013等)。そういった実状が結果に反映されたと考えられ、主役以外の役割体験にのみ経験的に高まる要素があることが示唆された。また、経験年数と心理劇の効果との間には関連がなかったことから、心理劇経験があるほど心理劇の効果があるとはいえず、心理劇の効果の大きさは心理劇の経験年数に拠らないことが明らかとなった。つまり、心理劇を初めて体験する初心者であっても、何度も体験している経験者であっても、経験値に左右されずに心理劇の効果を享受できるということが示唆された。

2. 役割体験とシェアリング体験が心理劇の効果に与える影響

まず、主役体験について考察する。セッション前後の心理劇効果測定尺度得点の差を検討したt検定の結果では、主役を体験した人は社交性、自己受容、自発性が有意に高まり、心理劇の効果

(全体)が認められた。偏相関分析の結果では、主役体験が肯定的であるほど自己受容と自発性の効果が高まり、社交性の効果は高まる傾向にあり、心理劇の効果(全体)が高まっていた。3群間を比較した1要因の共分散分析の結果では、主役以外の役割体験に比べて自己受容の効果が有意に高まり、心理劇の効果(全体)が高まる傾向にあった。シェアリング体験タイプの要因も含めて行った2要因の共分散分析の結果では、交互作用はなく、主役体験の有無とシェアリング体験タイプの両方に主効果がみられ、それぞれが独立して心理劇の効果に影響を与えていた。主役を体験したほうがそうでないよりも、自己受容の効果が有意に高まり、心理劇の効果(全体)が高まっていた。以上の結果に共通しているのは自己受容の効果であり、主役体験は自己受容の効果と深い関連があるといえる。針塚・岡嶋(1997)と岡嶋・針塚(1999)では、演者体験はドラマにおける行為化により自己理解が深まると考察している。今回得られた結果においても、ドラマでの主役体験を通して、主役体験をした人は自己理解を深める体験をし、自己受容の効果が高まったと推察される。榎本・鳥谷(2017)では、シェアリング体験タイプによって自己受容の効果に差はみられなかった。そのことから、自己受容の効果はシェアリングでどのような体験をしたのかというよりは主役体験の有無に影響を受け、ドラマで主役を体験することで高まる効果であるといえる。また、今回の調査協力者は治療グループではなく、一般の方を対象とした心理劇の体験グループや専門家を含む研修目的の心理劇グループの参加者であった。自己受容の尺度は「自分自身に納得している」「自分で自分自身を認めることができる」「欠点も含めて自分のことが好きだ」といった項目から構成され、自分自身を肯定的に受け入れている状態を表している(榎本・鳥谷2017)。これは、心理療法全般に共通した代表的な効果であ

る。治療グループに限らず、一般や研修を対象とした心理劇においても、監督やメンバーに支えられながら主役として自分のドラマを表現する体験は、自己理解を深め、自分自身を肯定的に受け入れることにつながるものであり、主役体験をすることの重要性を意味していると考えられる。

次に、主役以外の役割体験について考察する。セッション前後の心理劇効果測定尺度得点の差を検討した t 検定の結果では、主役体験をせず主役以外の役割体験をした人は社交性と自発性の効果が有意に高まり、心理劇の効果（全体）が認められた。偏相関分析の結果では、主役以外の役割体験が肯定的であるほど、社交性と自発性の効果が高まり、心理劇の効果（全体）が高まっていた。3群間を比較した1要因の共分散分析の結果では、自己受容の効果が主役体験と比べて主役以外の役割体験は有意に低かった。シェアリング体験タイプの要因を含めた2要因の共分散分析の結果では、交互作用はなく、シェアリング体験のタイプの主効果がみられ、主役以外の役割体験の有無に関係なく、シェアリング体験のタイプが独立して心理劇の効果に影響を及ぼしていた。以上の結果から、主役以外の役割体験においては、心理劇の効果のうち、特に社交性と自発性の効果に深い関連がある可能性が示唆された。社交性の尺度は「自分から進んで人の輪の中に入ることができる」「積極的に周りの人と関わりをもつことができる」「自分から進んで人と信頼関係をつくることができる」といった項目から構成され、他者とかかわることに積極的である状態を表している（榎本・島谷 2017）。自発性の尺度は、「慣れ親しんだ状況で新たな方法を試すことができる」「体裁を気にせずに行動することができる」「新しい状況で適切に対応することができる」「何事にも縛られずに思いをめぐらすことができる」といった項目から構成され、外的・内的影響からも自由である状態を表している（榎本・島谷 2017）。主役以外

の役割、特に補助自我の役割を通して、新しい関係づくりに向かって協力しあい信頼がめばえる体験（黒田 1989）、かつ現実の役割から自由になり、主役のためにドラマや人に積極的にかかわり役割を遂行することで自発性を発揮していく体験（増野 1990）をしたことにより、社交性や自発性の効果が高まったと考えられる。

次に、観客体験について考察する。セッション前後の心理劇効果測定尺度得点の差を検討した t 検定の結果では、自発性の効果のみ高まる傾向にあった。これは、観客だけを体験した場合、つまりドラマで演者体験をせずにドラマを観ていただけでも、観客自身がドラマを理解し、その中に自己の問題を投影したり（高良 1986）、演者の役割や演者の演技に自己を同一化させる（針塚・岡嶋 1997）ことによって洞察やカタルシスを得る体験をすることで、自発性の効果が高まる可能性が示唆された。偏相関分析からは有意な結果は得られず、観客体験が肯定的であるほど、心理劇の効果が高まるとはいえなかった。シェアリング体験タイプの要因を含めた2要因の共分散分析の結果では、自己受容の効果において役割体験のなかで唯一交互作用がみられ、観客体験を含む役割体験をした場合に、シェアリングで情動型の体験をしたほうが知性化型の体験よりも自己受容の効果が有意に高まり、洞察型の体験をしたほうが知性化型の体験よりも自己受容の効果が高まる傾向にあった。各役割体験のうち、観客体験においてのみシェアリング体験タイプとの組み合わせにおいて自己受容の効果に影響を与えていた。シェアリング体験の情動型は情動的洞察を中心に体験しているタイプであり、洞察型は情動的洞察と知的洞察の両方を体験しているタイプであり、知性化型は知的洞察を中心に体験しているタイプである（榎本・島谷 2017）。情動型と知性化型のタイプとの違いは、情動的洞察を含んでいるかどうかである。つまり、観客体験を含む役割体験をした場合

に、知的洞察でなく、シェアリングで情動的洞察を中心に体験できると自己受容の効果が高まった。そして、知的洞察が自己受容の効果を低める可能性も示唆されたといえる。情動的洞察とは、個人的経験の想起、体験の共有化に伴う情動の喚起、共感、普遍的体験への気づき、前向きになる、自己への気づきの6つの概念から構成される(榎本・島谷2017)。観客体験をした場合に、シェアリングで個人的経験を思い出すことを通して改めて自己やドラマを理解し、自己や他者の体験に情緒的に関与し、他者の気持ちや考えが自分のことのように感じられ、他者の発言を通して自分だけではないという思いになったり、現実世界における自己のあり方に前向きになれ、自己への気づきを得られるような他者との情動的交流体験をすることが、自己受容の効果を高めたと考えられる。針塚・岡嶋(1997)は、観客体験は演者の役割や演者の演技に自己を同一化した体験をシェアリングで自己表出することによって自己理解が深まると考察している。今回、偏相関分析の結果からは、観客体験が肯定的であるほど心理劇の効果が高まるとはいえなかったが、2要因の共分散分析の結果から、観客体験をした場合にシェアリングにおいて知性化型よりも情動型の体験をした方が自己受容の効果が高まったことから、本研究において、観客がシェアリングで情動的な体験をすることの重要性を示す証左を得ることができたといえる。

3. まとめと今後の課題

主役、主役以外の役割、観客の各役割体験とシェアリング体験のタイプとが心理劇の効果に与える影響として、主役体験の場合、自己受容の効果と深い関連があること、主役以外の役割体験の場合、社交性と自発性の効果と深い関連があること、観客体験の場合、シェアリングで情動型のタイプの体験をすることによって自己受容の効果が

高まることが明らかとなった。

本研究では、2要因の共分散分析において役割体験の有無を、その役割体験を含むか含まないかという指標で扱った。1つの心理劇セッションのなかで、一人の参加者が様々な役割体験をしているため、実際には役割体験を厳密に分けることはできず、心理劇を質的にも数量的にも分析することの難しさがある。役割体験の重複を出来る限り排除した形で考察できるよう、複数の分析結果を総合して考察を行った。本研究で使用した尺度の妥当性や分析方法、今回得られた一知見に関しては、さらなる精査が必要である。

付記

本研究は、平成26年度昭和女子大学大学院生活機構研究科心理学専攻の修士論文に新たな分析を加えて、日本心理劇学会第21大会(平成27年)において発表したものを、さらに分析し直し、加筆修正したものである。調査にご協力いただいた心理劇グループの運営者、参加者の皆さまに心より感謝申し上げます。

引用文献

- 榎本万里子・島谷まき子(2017)心理劇におけるシェアリング体験の検討—ドラマ体験および心理劇の効果との関連から—, 心理臨床学研究, **35**巻, 157-167.
- 針塚 進・岡嶋一郎(1997)心理劇の場面構造と演者・観客の意識的体験—心理劇の体験的現実性の視点から—, 心理劇, **2**巻, 49-60.
- 長谷川行雄(1986)心理劇の諸要素, 「心理劇の実際」, 金剛出版, 37-48.
- 茨木博子(1999)総説 心理劇の評価について考える: 特集 心理劇の評価について考える, 心理劇, **4**巻, 1-6.
- 磯田雄二郎(1986)心理劇の効果, 「心理劇の実際」, 金剛出版, 25-36.
- 磯田雄二郎(2013)「サイコドラマの理論と実践—教育と訓練のために—」, 誠信書房.
- 黒田淑子(1989)「心理劇の創造」, 学献社.
- 増野肇(1990)「サイコドラマのすすめ方」, 金剛出版.

- 岡嶋一郎・針塚進（1999）心理劇における演者・観客
体験尺度作成とその体験内容について，心理劇研究，
22 卷，32-40.
- 島谷まき子（1991）心理劇，「臨床心理リーディングガ
イド」，サイエンス社，181-184.
- 島谷まき子（1999）カウンセリング研修における心理
劇の評価，心理劇，**4 卷**，25-32.
- 島谷まき子・台利夫（1998）カウンセリング研修への
心理劇的ロールプレイングの集中的挿入の効果，心
理臨床学研究，**16 卷**，503-508.
- 高良聖（1986）入門者のために—基礎編—，「心理劇の
実際」，金剛出版，51-68.
- 高良聖（2013）「サイコドラマの技法—基礎・理論・実
践—」，岩崎学術出版社.
- 谷井淳一（2013）「自己成長のためのサイコドラマ入門
—臨床心理士・福祉援助職のためのグループ技
法—」，日本評論社.
- 台利夫（1982）「臨床心理劇入門」，ブレーン出版.
- 台利夫（1986）「講座サイコセラピー9 ロールプレイ
ング」，日本文化科学社.
- （えのもと まりこ 生活機構学専攻 1年）
（しまたに まきこ 生活機構学専攻 教授）
- 受理年月日 2019年9月30日**
審査終了日 2019年11月27日