

## 心理劇のドラマ体験に影響を与える要因の検討

### —ウォーミングアップ体験・対監督体験・対グループ体験に着目して—

水谷 悟子・島谷 まき子

#### Factors affecting drama experiences in psychodrama: Warm-up experiences, experiences with the directors, and experiences in the group

Satoko MIZUTANI and Makiko SHIMATANI

Effects of warm-up experiences, experiences with directors, and experiences in the group on the psychodrama experiences were examined based on roles of protagonists, other actors, and the audience. The protagonists could freely express themselves by trusting the director and develop an awareness of themselves and others by being at ease in the group. The other actors could prepare for the drama through the warm-up, devote themselves to role-playing through positive experiences in the group, and become aware of others. The audience could prepare for the drama through the warm-up by proactive involvement in the drama through positive experiences with directors and develop an awareness of themselves and others.

*Key words* : *psychodrama* (心理劇), *drama experience* (ドラマ体験),  
*warm-up experience* (ウォーミングアップ体験),  
*experience with the director* (監督に対する体験), *group experience* (グループ体験)

#### 問題と目的

本論文では、心理劇を「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一つである」(島谷, 1991, p.181)ととらえる。心理劇は、監督、演者(主役・主役以外の役割)、補助自我、観客、舞台の5つの要素からなり、ウォーミングアップ・ドラマ・シェアリングの3段階で構成されている。

ウォーミングアップは次のドラマ段階に影響を及ぼす。岡嶋・針塚(1999b)は、ウォーミングアップ体験尺度(「心的高揚感・親和性」「劇への動機付け」「リラックス感」の3因子)を作成してウォーミングアップ体験を検討し、ウォーミングアップ体験は3因子が相互に関連しあい高めあっていく活動であることを明らかにした。また、本間・茨木(2008)もウォーミングアップ尺度(「凝集性」「安心感」「活動準備性」の3因子)

を作成し、岡嶋・針塚(1999b)とほぼ同様の尺度構成を見だし、ウォーミングアップ体験によってグループの凝集性や安心してその場にいられる感覚、次の活動への動機づけが高まることを明らかにした。これらの研究はウォーミングアップ体験によって次のドラマ活動がスムーズに行えることを示唆しているが、どれもウォーミングアップ体験において変化した気持ちの流れを扱ったものにとどまっており、ウォーミングアップ体験がドラマの段階にどのように影響を与えているかを実証的に捉えてはいない。

また、ドラマ体験に関する先行研究では、ドラマ段階においてどのような体験をしているか捉えようとしている。岡嶋・針塚(1999a)は、演者と観客について異なる体験尺度を作成し、演者体験尺度は「演技への自発性」「役割/演技経験」「情緒的体験」「自己の問題への気づき」の4因子、観客体験尺度は「否定的観劇体験」「演者への共感」「演技への抵抗」「劇への肯定的気づき」の4

因子を抽出している。そして、心理劇の演者は役割演技という行為を通して感情体験や自己理解をすることや、観客が劇に対して評価的で自己を投入させていない状態であると、観客体験を自己との関係において深めることができないと考察している。また、下地・古賀(2017)は、心理劇体験をグループ体験と自己役割体験の側面から検討して尺度を作成し、グループ体験尺度は「劇場面での積極的関心」「劇場面での安心感」「メンバーとの一体感」の3因子、自己役割体験尺度は「役割を通じた気づき」「役割達成感」の2因子を抽出している。これらの研究により、心理劇体験は劇との関わり方や自由な役割演技が重要であり、それによって気づきが生起される体験をしていることが明らかになっている。しかし、ドラマ体験は主役・補助自我、観客の役割によって異なる(高良, 2013)ため、役割ごとにドラマ体験を捉える必要がある。

そして、ドラマ体験に影響を与えるウォーミングアップ体験以外の要因も検討されている。島谷(1999)は、監督とグループに対する感じ方がドラマ体験を肯定的な方向へ変化させていることを明らかにしている。如木・島谷(2002)は、心理劇の主観的体験と効果の関連を、質問紙による数量的な検討と参加者へのインタビュー調査によって検討し、役割演技の中で自発性を発揮できるようになるためには、グループへの安全感と監督のドラマの進め方が重要であると考察している。これらの研究より、ドラマ体験に影響を与える要因として、ウォーミングアップ体験、監督やグループへの感じ方があげられる。

以上より、本研究では、ドラマ体験をより実証的にとらえるために、先行研究で心理劇のドラマ体験に影響を与えると考えられている、ウォーミングアップ体験、監督に対する体験、グループ体験が役割ごとにドラマ体験にどのように影響を与えているか検討を行うことを目的とする。

## 方 法

### 1. 調査時期と調査協力者

2019年5月上旬～9月下旬に地域の公共施設で行われた、自身の意思で参加する健常者対象の心理劇グループの参加者96名を対象に質問紙調査

を行った。調査グループは7つで、7グループとも単発のオープングループであり、対象セッション数は7グループ合計で15であった。各セッションの参加者は6～22名で、平均11.60名であった。心理劇のセッション開始前に質問紙調査の説明(回答は自由など)を口頭で行い、セッション終了後に同意を得た参加者に質問紙を配布し、回答を求めた。

### 2. 質問紙の構成

各グループの心理劇のセッション終了後に以下の質問項目への回答を求めた。

#### (1) フェイスシート

性別、年齢、心理劇の経験回数、心理劇の経験年数の記入を求めた。

#### (2) ウォーミングアップ体験尺度

本間・茨木(2008)と岡嶋・針塚(1999b)のウォーミングアップ体験尺度を参考に、本間・茨木(2008)の「凝集性」「安心感」「活動準備性」の3因子を想定した全11項目を作成した(Table 1)。「今回のウォーミングアップの最中の気分についてお聞きします。それぞれの項目について最も当てはまると思う数字を丸で囲んでください。」と教示し、11項目それぞれについて「6:非常に当てはまる」「5:少し当てはまる」「4:どちらかといえば当てはまる」「3:どちらかといえば当てはまらない」「2:あまり当てはまらない」「1:全く当てはまらない」の6件法で回答を求めた。以下、使用する尺度はすべて6件法である。

#### (3) 対監督体験尺度、対グループ体験尺度

如木・島谷(2002)の対監督、対グループ体験

Table 1 ウォーミングアップ体験尺度の項目

- |                       |
|-----------------------|
| 1. グループの一員であると感じた     |
| 2. 安心していられた           |
| 3. なんだかのれない感じであった     |
| 4. 緊張感がほぐれた気がした       |
| 5. 自分のことを話すことができた     |
| 6. 他の人たちとの距離が近づいた気がした |
| 7. ドラマをやってみたくと思った     |
| 8. 場にとけ込んだ気がした        |
| 9. なんだか疲れた気分になった      |
| 10. みんなで一つになれた        |
| 11. いろいろな感情がわいてきた     |

の項目を使用した (Table 2, Table 3)。

(4) ドラマ体験尺度

岡本 (2001) のドラマ体験尺度, 卯木・島谷 (2002) の心理劇の主観的体験を捉える質問項目, 榎本・島谷 (2017) のドラマ体験尺度, 岡嶋・針塚 (1999a) の演者・観客体験尺度, 下地・古賀 (2017) の心理劇体験尺度を参考に、役割ごとにドラマ体験尺度を作成した。

補助自我は、調査協力者がわかりやすいように

主役以外の役割と表記した (以下、補助自我役割を主役以外の役割と表記する)。したがって役割は、主役、主役以外の役割、観客の3つに分類される。役割によってドラマ体験尺度の質が異ならないよう、どの役割のドラマ体験尺度もなるべく意味が同じになる項目で作成し、それぞれの役割体験において答えやすいように項目の聞き方を変えて構成した (Table 4)。また、心理劇のセッションでは複数の役割を取る可能性があるため、

Table 2 対監督体験尺度の項目

1. 監督は信頼できると思った
2. 監督は包み込むような温かさがあった
3. 監督は親しみやすかった
4. 監督は魅力的だった

Table 3 対グループ体験尺度の項目

1. グループはお互い支えあっていた
2. グループは一体感があった
3. グループは受容的な雰囲気だった
4. グループは活発に動いていた

Table 4 ドラマ体験尺度

主役体験 (11項目)	
1.	私は、主役になってよかった
2.	私は、今回のドラマに積極的に参加したいと思った
3.	私は、主役になって色々な立場によって思うことが違うのだと思った (逆転)
4.	私は、安心して演じたり発言することができた
5.	私は、主役になって自分の中にある多くの感情に気づいた
6.	私は、即興で動くことが難しいと感じた (逆転)
7.	私は、主役になって自分のことを表現するのにとまどった (逆転)
8.	私は、自分の気持ちや考えを十分に表現することができた
9.	私は、主役になって他者への気づきがあった
10.	私は、自分のドラマに没頭することができた
11.	私は、主役になって自分の新たな側面を見出すことができた
主役以外の役割体験 (11項目)	
1.	私は、今回のドラマに積極的に参加したいと思った
2.	私は、役を演じてみることで他者への気づきがあった
3.	私は、役にのれなかった (逆転)
4.	私は、安心して演じたり発言することができた
5.	私は、今回のドラマに選ばれた役で参加できてよかった
6.	私は、役を演じてみることで自分への気づきがあった
7.	私は、自分らしく役を演じることができた
8.	私は、役の気持ちを感じられた
9.	私は、即興で動くことが難しいと感じた (逆転)
10.	私は、役の気持ちや考えを十分に表現することができた
11.	私は、役を演じて色々な立場によって思うことが違うのだと思った (逆転)
観客体験 (11項目)	
1.	私は、ドラマを見ていてドラマ場面に関わりたくなかった
2.	私は、安心した気分で参加できた
3.	私は、ドラマを見ていて自分への気づきがあった
4.	私は、演者に自分を重ねてみている
5.	私は、なんとなく居心地が悪い感じがした (逆転)
6.	私は、ドラマを見て色々な立場によって思うことが違うのだと思った (逆転)
7.	私は、演者でなくてよかったという気持ちがある (逆転)
8.	私は、ドラマを見ていて今回のドラマに参加してよかったと思った
9.	私は、ドラマ場面を夢中になってみている
10.	私は、ドラマを見ていて他者への気づきがあった
11.	私は、今回のドラマに積極的に参加したいと思った

「あなたが行った役割全てについてお答えください。」と教示し、とった役割すべてについて回答を求めた。

## 結果

### 1. 分析対象者と基本属性

分析対象者は96名(男性30名、女性66名)で、平均年齢は48.43歳、心理劇経験の平均年数は7.82年、心理劇経験の平均回数は73.79回であり、経験年数や回数はかなり多かった。

### 2. 分析対象者の役割体験のパターン

分析対象者がドラマで体験した役割は、主役体験のみ( $n=9$ )、主役以外の役割体験のみ( $n=23$ )、観客体験のみ( $n=9$ )、主役体験と主役以外の役割体験( $n=13$ )、主役体験と観客体験( $n=38$ )、主役以外の役割体験と観客体験( $n=4$ )の6パターンであった。主役体験をした総数は26名、主役以外の役割体験をした総数は78名、観客体験をした総数は51名であった。

### 3. 各尺度の構成

#### (1) ウォーミングアップ体験尺度の因子構造

ウォーミングアップ体験尺度の因子構造を明らかにするために因子分析(最尤法, Promax回転)を行った。なお、因子数の決定には固有値1以上

を基準として、スクリープロットの検証も合わせて最終的に2因子解を採用した。以下すべての尺度において同様の手続きで因子数の採択を行った。因子分析結果をTable 5に示す。第1因子は次のドラマへの準備性につながる項目で構成されているため、「ドラマへの準備性」因子と命名した。第2因子は、リラックスしてその場にいられる項目で構成されているため、「安心感」因子と命名した。因子間相関の相関係数は( $r=.66, p<.01$ )でやや強い正の相関が認められた。各因子の平均値は、「ドラマへの準備性」( $M=4.69, SD=.93$ )、「安心感」( $M=4.90, SD=1.02$ )であった。理論的中間点(3.50)より+1SD以上高く、参加者はウォーミングアップ体験で充分「ドラマへの準備性」が高まり、「安心感」を得ていた。

#### (2) 対監督体験尺度、対グループ体験尺度

対監督体験尺度の平均値は( $M=5.70, SD=.74$ )、対グループ体験尺度の平均値は( $M=5.41, SD=.97$ )で、理論的中間点(3.50)より+1SD以上高く、参加者は監督やグループに対して肯定的な体験をしていた。

#### (3) ドラマ体験尺度の因子構造

##### 1) 主役体験尺度の因子構造

主役体験尺度11項目に対して3因子解を採用して因子分析(最尤法, Promax回転)を行った。因子分析結果をTable 6に示す。項目内容から1因子は「自己への気づき」因子、第2因子は

Table 5 ウォーミングアップ尺度の因子分析結果(Promax回転後の因子パターン) ( $n=96$ )

	I	II
第1因子 ドラマへの準備性 ( $\alpha=.85$ )		
6 他の人たちとの距離が近づいた気がした	.82	.04
10 みんなで一つになれた	.81	.01
8 場にとけ込んだ気がした	.74	.12
7 ドラマをやってみたくと思った	.68	.06
11 いろいろな感情がわいてきた	.53	-.14
5 自分のことを話すことができた	.45	.19
第2因子 安心感 ( $\alpha=.84$ )		
2 安心していられた	-.22	1.10
1 グループの一員であると感じた	.33	.61
4 緊張感がほぐれた気がした	.11	.59
因子間相関	—	.66**

\* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$

**Table 6** 主役体験尺度の因子分析結果 (Promax回転後の因子パターン) ( $n = 26$ )

	I	II	III
第1因子 自己への気づき ( $\alpha = .91$ )			
2 私は、今回のドラマに積極的に参加したいと思った	1.10	-.02	-.15
11 私は、主役になって自分の新たな側面を見出すことができた	.86	.15	.17
1 私は、主役になってよかった。	.67	-.10	.35
第2因子 自分らしい自己表現 ( $\alpha = .91$ )			
10 私は、自分のドラマに没頭することができた	.01	1.02	-.05
8 私は、自分の気持ちや考えを十分に表現することができた	.04	.74	.21
第3因子 他者への気づき ( $\alpha = .55$ )			
4 私は、安心して演じたり発言することができた	.15	.02	.83
9 私は、主役になって他者への気づきがあった	-.19	.06	.54
因子間相関	—	.53**	.48*
		—	.41*
			—

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

**Table 7** 主役以外の役割体験尺度の因子分析結果 (Promax回転後の因子パターン) ( $n = 78$ )

	I	II	III
第1因子 自分らしい役割表現 ( $\alpha = .83$ )			
7 私は、自分らしく役を演じることができた	.73	-.01	.25
8 私は、役のがんこちが感じられた	.68	.18	.02
10 私は、役のがんこちや考えを十分に表現することができた	.65	.11	.01
第2因子 他者への気づき ( $\alpha = .80$ )			
2 私は、役を演じてみることで他者への気づきがあった	.17	.97	-.27
1 私は、今回のドラマに積極的に参加したいと思った	-.01	.58	.29
11 私は、役を演じて色一な立場によって思うことが違ふのだと思った	.25	.57	-.04
第3因子 役割演技への没入 ( $\alpha = .61$ )			
4 私は、安心して演じたり発言することができた	-.09	.28	.90
9 私は、即興で動くことが難しいと感じた (反転項目)	.18	-.33	.53
3 私は、役にのれなかった (反転項目)	.01	.18	.32
因子間相関	—	.71**	.44**
		—	.44**
			—

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

「自分らしい自己表現」因子、第3因子は、「他者への気づき」因子と命名した。各因子の平均値は、「自己への気づき」( $M = 5.06, SD = 1.17$ )「自分らしい自己表現」( $M = 4.62, SD = 1.13$ )「他者への気づき」( $M = 4.95, SD = 1.01$ )で、いずれも理論的中間点(3.50)以上であり、「自己への気づき」「他者への気づき」は理論的中間点より+1SD以上高かったことから、主役を体験した参加者は充分「自分らしい自己表現」ができたと感じ、「自己への気づき」「他者への気づき」を得て

いた。

## 2) 主役以外の役割体験尺度の因子構造

主役以外の役割体験尺度11項目に対して、3因子解を採用して因子分析(最尤法, Promax回転)を行った。因子分析結果をTable 7に示す。項目内容から第1因子は「自分らしい役割表現」因子、第2因子は「他者への気づき」因子、第3因子は「役割演技への没入」因子と命名した。因子間相関係数は、「自分らしい役割表現」と「役割演技への没入」( $r = .44, p < .01$ )、「他者への気づ

き」と「役割演技への没入」( $r = .44, p < .01$ )の間には中程度の正の相関が認められ、「自分らしい役割表現」と「他者への気づき」の間には、強い正の相関が認められた( $r = .71, p < .01$ )。各因子の平均値は、「自分らしい役割表現」( $M = 4.48, SD = 1.06$ )、「他者への気づき」( $M = 5.04, SD = 1.01$ )、「役割演技への没入」( $M = 4.30, SD = 1.08$ )で、いずれも理論的中間点(3.50)以上であり、「他者への気づき」は理論的中間点より+1SD以上高かった。したがって、主役以外の役割を体験した参加者は充分「自分らしい役割表現」をして「役割演技への没入」ができたと感じ、「他者への気づき」を得ていた。

3) 観客体験尺度の因子構造

観客役割体験11項目に対して、3因子解を採用して因子分析(最尤法, Promax回転)を行った。因子分析結果をTable 8に示す。項目内容から第1

因子は「他者への気づき」因子、第2因子は「ドラマへの積極的関与」因子、第3因子は「自己への気づき」因子と命名した。各因子の平均値は、「他者への気づき」( $M = 4.99, SD = .97$ )、「ドラマへの積極的関与」( $M = 4.89, SD = .88$ )、「自己への気づき」( $M = 4.92, SD = 1.12$ )で、いずれも理論的中間点(3.50)より+1SD以上高かったことから、観客を体験した参加者は充分「ドラマへの積極的関与」をしており、「自己への気づき」「他者への気づき」を得ていた。

4. ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験の関連

ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験の関連を検討するために、相関分析を行った(Table 9)。ウォーミングアップ体験における「ドラマへの準備性」ならびに「安心感」

Table 8 観客体験尺度の因子分析結果 (Promax 回転後の因子パターン) ( $n = 51$ )

	I	II	III
第1因子 他者への気づき ( $\alpha = .77$ )			
10 私は、ドラマを見ていて他者への気づきがあった	1.00	-.13	.07
9 私は、ドラマ場면을夢中になってみていた	.65	.11	-.02
6 私は、ドラマを見て色々な立場によって思うことが違うのだと思った	.55	-.01	-.07
第2因子 ドラマへの積極的関与 ( $\alpha = .71$ )			
2 私は、安心した気分で参加できた	-.12	.81	-.09
11 私は、今回のドラマに積極的に参加したいと思った	.25	.75	-.04
5 私は、なんとなく居心地が悪い感じがした (反転項目)	-.09	.50	.03
8 私は、ドラマを見ていて今回のドラマに参加してよかったと思った	.23	.43	.19
7 私は、演者でなくてよかったという気持ちがある (反転項目)	.01	.37	.05
第3因子 自己への気づき ( $\alpha = .83$ )			
3 私は、ドラマを見ていて自分への気づきがあった	-.16	.14	1.03
4 私は、演者に自分を重ねてみていた	.19	-.18	.71
因子間相関	—	.42**	.49**
		—	.35*
			—

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

Table 9 ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度間の相関

	I	II	III	IV
I ウォーミングアップ体験尺度 「ドラマへの準備性」		.66**	.37**	.50**
II ウォーミングアップ体験尺度 「安心感」			.41**	.51**
III 対監督体験尺度				.47**
IV 対グループ体験尺度				

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

と、対監督体験との間、対グループ体験の間には、有意な正の相関がみられ、相互に関連し合いお互いを高め合っていることが明らかになった。

5. ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験とドラマ体験との関連

ドラマ体験とウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験との関連を検討するために、ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度と、役割ごとのドラマ体験尺度の下位尺度と尺度全体との相関分析を行った (Table 10-12)。

これらの結果から、どの役割もドラマ体験尺度全体は、ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度と有意

な正の相関が認められた。これより、ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験が肯定的であると、どの役割においてもドラマ体験が肯定的になることが明らかになった。

6. ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験がドラマ体験に及ぼす影響

ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験がドラマ体験に与える影響を検討するために、ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度を説明変数に、各役割体験尺度を基準変数とする重回帰分析 (ステップワイズ法) を行った。説明変数間の相関は  $r = .37 \sim r = .66$  とやや強い相関を示すものがあつたが、どの説明変数間の VIF も 10 を

Table 10 主役体験尺度とウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度の相関

	主役体験尺度			主役体験
	自己への気づき	自分らしい自己表現	他者への気づき	
ウォーミングアップ体験尺度				
ドラマへの準備性	.69**	.34	.40*	.59**
安心感	.62**	.51**	.48**	.66**
対監督体験尺度	.55**	.52**	.59**	.68**
対グループ体験尺度	.65**	.45*	.67**	.72**

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

Table 11 主役以外の役割体験尺度とウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度の相関

	主役以外の役割体験尺度			主役以外の役割体験
	自分らしい役割表現	他者への気づき	役割演技への没入	
ウォーミングアップ体験尺度				
ドラマへの準備性	.58**	.58**	.39**	.62**
安心感	.32**	.40**	.28*	.40**
対監督体験尺度	.31**	.45**	.04	.32**
対グループ体験尺度	.46**	.60**	.19	.50**

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

Table 12 観客体験尺度とウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度の相関

	観客体験尺度			観客体験
	他者への気づき	ドラマへの積極的関与	自己への気づき	
ウォーミングアップ体験尺度				
ドラマへの準備性	.40**	.53**	0.26	.49**
安心感	.24	.50**	0.09	.33**
対監督体験尺度	.30**	.17	.47**	.41**
対グループ体験尺度	.33*	.26	0.12	.29*

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

超えることはなかったため、多重共線性はないと判断した。

主役体験に対しては、ウォーミングアップ体験の「ドラマへの準備性」が「自己への気づき」に正の影響 ( $\beta = .69, p < .01$ )、対監督体験が「自分らしい自己表現」に正の影響 ( $\beta = .52, p < .01$ )、対グループ体験が「他者への気づき」に正の影響 ( $\beta = .67, p < .01$ ) がみられた (Figure 1)。主役以外の役割体験に対しては、ウォーミングアップ体験の「ドラマへの準備性」が「自分らしい役割表現」に正の影響 ( $\beta = .58, p < .01$ )、「他者への気づき」に正の影響 ( $\beta = .36, p < .01$ )、「役割演技への没入」の正の影響 ( $\beta = .39, p < .01$ )、対グループ体験が「他者への気づき」に正の影響 ( $\beta = .41, p < .01$ ) がみられた (Figure 2)。

「他者への気づき」に正の影響 ( $\beta = .36, p < .01$ )、「役割演技への没入」の正の影響 ( $\beta = .39, p < .01$ )、対グループ体験が「他者への気づき」に正の影響 ( $\beta = .41, p < .01$ ) がみられた (Figure 2)。観客体験に対しては、ウォーミングアップ体験の「ドラマへの準備性」が「他者への気づき」に正の影響 ( $\beta = .40, p < .01$ )、「ドラマへの積極的関与」に正の影響 ( $\beta = .53, p < .01$ )、対監督体験が「自己への気づき」に正の影響 ( $\beta = .47, p < .01$ ) がみられた (Figure 3)。

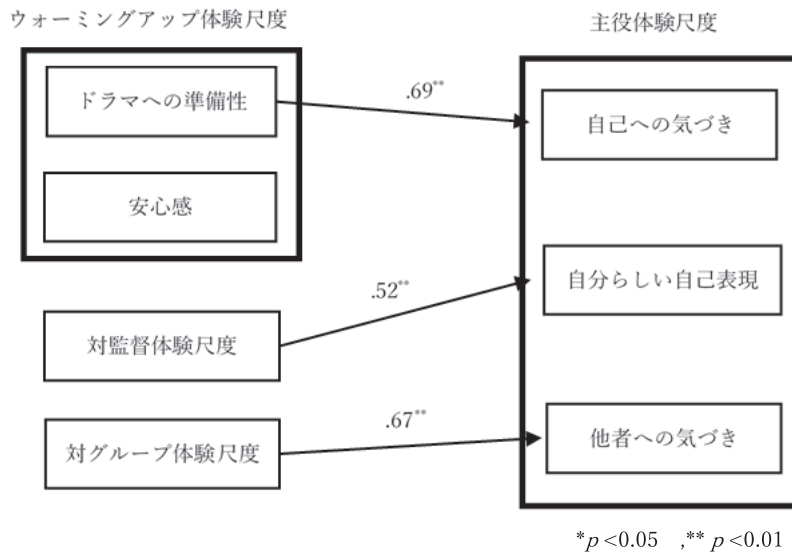


Figure 1 主役体験に対する重回帰分析の結果

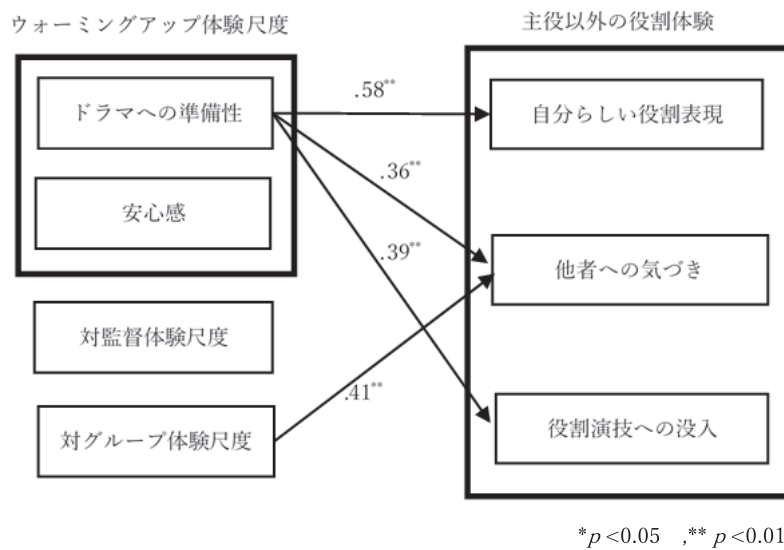


Figure 2 主役以外の役割体験に対する重回帰分析の結果



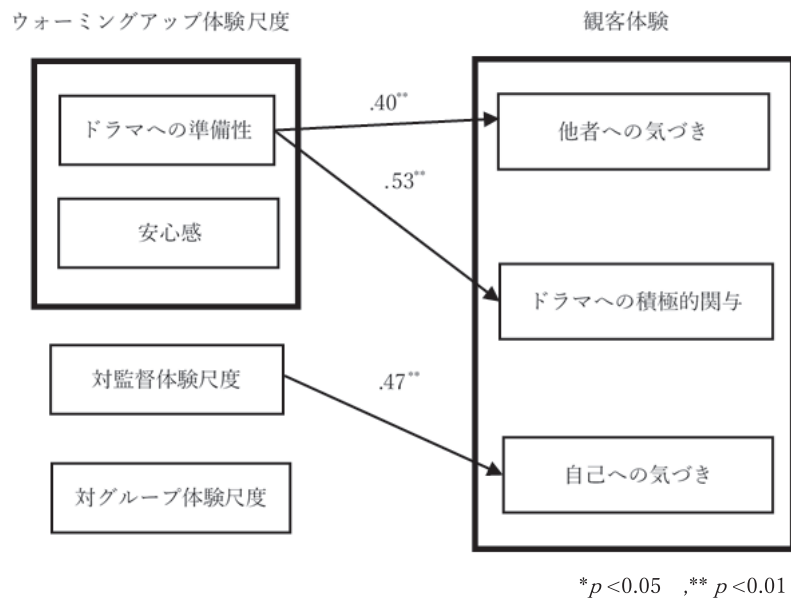


Figure 3 観客体験に対する重回帰分析の結果

## 考 察

### 1. ウォーミングアップ体験の構造

ウォーミングアップ体験尺度は、本間・茨木 (2008)、岡嶋・針塚 (1999b) より、3 因子構造になることが予想されたが、因子分析の結果、「ドラマへの準備性」因子と「安心感」因子の2 因子が抽出された。凝集性に相当すると考えられる項目は「ドラマへの準備性」因子と「安心感」因子の項目に含まれた。これより、ウォーミングアップ体験は、凝集性がベースとしてあることで、安心感やドラマへの準備性を相互に高めあう活動であることが明らかになった。

### 2. 役割ごとのドラマ体験の構造

#### (1) 主役体験の構造

主役体験尺度は因子分析の結果、「自己への気づき」「自分らしい自己表現」「他者への気づき」の3 因子が抽出された。ドラマ体験を役割ごとに検討した榎本 (2015) の主役体験尺度ではあらかじめ想定された「自己表現」「自我関与」「自他への気づき」の3 因子で構造されている。このうち本研究では、「自他への気づき」因子に相当する「自己への気づき」「他者への気づき」因子と、「自己表現」因子に相当する「自分らしい自己表現」因子が得られている。一方で、「自我関与」に相当する因子は抽出されなかったが、「自我関

与」に相当すると考えられる項目は、「自己への気づき」因子の項目に含まれており、主役は自我関与をすることで自己への気づきをより多く得ていると考えられる。

したがって、主役体験は、自分らしく表現し、自他への気づきを得る体験であり、自己への気づきを得るには積極的に自我関与することが重要であることが明らかになった。

#### (2) 主役以外の役割体験の構造

主役以外の役割体験尺度は因子分析の結果、「自分らしい役割表現」「他者への気づき」「役割演技への没入」の3 因子が抽出された。榎本 (2015) の主役体験以外の役割体験尺度では「自己表現」「自我関与」「自他への気づき」の3 因子構造が想定されており、このうち本研究では、「自己表現」に相当する「自分らしい役割表現」因子と、「自我関与」に相当する「役割演技への没入」因子が得られた。また、「自他への気づき」のうち他者の側面については「他者への気づき」因子として得られたが、自己の側面は因子として抽出されず、それに相当する項目は他の因子の項目にも含まれなかった。主役以外の役割は、主役のドラマの中に出てくる登場人物や主役の内面の役割になって、主役の自我の足りないところを補助する役 (中込, 2013) であり、主役の気持ちを整理し、焦点を当て強調する役割をとる (増野, 1990)。したがって、主役以外の役割は主役の気持ちに焦点

を当てて役割を演じており、意識が自己へはあまり向かないため、自己への気づきは得られにくく因子名としても抽出されにくかったと思われる。

以上のことから、主役以外の役割体験は、主役を補助するドラマの登場人物の役割を自分らしく表現して、没頭して演じ、他者への気づきを得る体験であることが明らかになった。

### (3) 観客体験の構造

観客体験尺度は因子分析の結果、「他者への気づき」「ドラマへの積極的関与」「自己への気づき」の3因子が抽出された。榎本(2015)の観客体験尺度では「自我関与」「自他への気づき」の2因子構造が想定されており、このうち本研究では、「自他への気づき」に相当する「他者への気づき」「自己への気づき」因子と、「自我関与」に相当する「ドラマへの積極的関与」因子が抽出されるなど、同様の因子構造がみられた。したがって、観客体験は、ドラマを見て、積極的に自我関与しながら自他への気づきを得る体験であることが明らかになった。

## 3. ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験がドラマ体験に及ぼす影響について

ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験がドラマ体験に及ぼす影響について、主役・主役以外・観客の役割ごとに考察していく。

### (1) 主役体験について

主役体験尺度は、「自己への気づき」「自分らしい自己表現」「他者への気づき」の3因子構造であった。主役体験は相関分析の結果より、ウォーミングアップ体験で安心感が高まり、監督とグループに対して肯定的な体験をするほど自分らしい自己表現ができ、ウォーミングアップ体験でドラマへの準備性と安心感が高まり、監督とグループに対して肯定的な体験をするほど、自他への気づきを得られやすくなることが示唆された。

また、重回帰分析の結果より、監督に対する肯定的な体験が自分らしく自己表現することを促進し、ウォーミングアップ段階におけるドラマへの準備性が高まる体験が自己への気づきを促進し、グループに対する肯定的な体験が他者への気づきを促進していることが明らかになった。つまり主役は、ウォーミングアップ段階でドラマへの準備性が高まることによって自己への気づきが得ら

れ、監督を信頼することによって自分らしい自己表現が支えられ、グループに安心していられることによって他者への気づきを得られる体験であると考えられる。加木・島谷(2005)は、役割演技を支えるものとしてグループへの安心感をあげている。グループへの安心感があると演技への抵抗感が軽減され、他者へ意識が向けられやすくなり、他者への気づきを促すのではないかと考えられる。また、「自己への気づき」因子には、「私は、今回のドラマに積極的に参加したいと思った」という項目が含まれているため、ウォーミングアップ段階でドラマへの抵抗感を軽減し、主役を積極的に行う準備が整うことによって自己への気づきを得やすくなったと考えられる。

さらに、主役体験尺度全体には、ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度全てとの間に有意な正の相関が認められ、対グループ体験から影響を受けていた。なお、ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度はすべて有意な正の相関が認められている。

以上の結果から、主役体験全体に対しては、ウォーミングアップ体験や監督やグループや対する肯定的な体験が相互に関わり合い、主役体験を肯定的にしていることが明らかになった。また、主役体験に直接的に影響を与えていたのはグループへの肯定的な体験であり、グループに対する肯定的な体験は主役が自分らしく表現し、自他への気づきを得ることを促進することが明らかになった。

### (2) 主役以外の役割体験について

主役以外の役割体験尺度は、「自分らしい役割表現」「他者への気づき」「役割演技への没入」の3因子構造であった。主役以外の役割体験は相関分析の結果より、ウォーミングアップと監督とグループに対して肯定的な体験をするほど、自分らしい自己役割表現をしやすく、他者への気づきを得られやすくなり、ウォーミングアップで肯定的な体験をするほど、役割演技への没入がしやすくなることが示唆された。

また、重回帰分析の結果より、ウォーミングアップでドラマへの準備性が高まる体験をすることが、主役のドラマの登場人物を自分らしく表現し、役割演技に没入し、他者への気づきを得る体験を促進し、グループに対して肯定的な体験をす

ることが他者への気づきを促進させていることが明らかになった。

つまり、主役以外の役割では、ウォーミングアップにてドラマへの抵抗感を軽減し、ドラマに関わる準備が整っていることによって、自分らしく役割を表現し、役割演技に没入することができ、他者への気づきを得ていると考えられる。また、グループに安心感を抱くことにより、役割演技への抵抗感が軽減され、他者への気づきを得やすくなる体験であると考えられる。主役以外の役割にとって、ドラマや演技への抵抗を軽減させることが重要であると考えられる。

さらに、主役以外の役割体験尺度全体にはウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度、全てとの間に有意な正の相関が認められ、ウォーミングアップ体験尺度の「ドラマへの準備性」因子と対グループ体験から影響を受けていた。なお、ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度はすべて有意な正の相関が認められている。

以上の結果から、主役以外の役割体験全体に対しては、ウォーミングアップ体験や監督やグループに対する肯定的な体験が相互に関わり合いその体験を肯定的にしていることが明らかになった。また、その中で直接的に影響を与えていたのはウォーミングアップ体験のドラマへの準備性とグループへの肯定的な体験であり、ウォーミングアップでドラマへの準備性を高め、グループに対して肯定的な体験をすることは主役以外の役割が主役のドラマの登場人物を自分らしく表現し、役割演技に没入し、他者への気づきを得ることを促進することが明らかになった。

### (3) 観客体験について

観客体験尺度は、「他者への気づき」「ドラマへの積極的関与」「自己への気づき」の3因子構造であった。観客体験は相関分析の結果より、ウォーミングアップ体験が肯定的であるほどドラマへの積極的関与しやすくなり、監督に対して肯定的な体験をするほど自己への気づきを得られやすくなり、ウォーミングアップ体験でドラマへの準備性が高まり、監督やグループに対して肯定的な体験をするほど、他者への気づきを得やすくなることが示唆された。

また、重回帰分析の結果より、ウォーミングアップでドラマへの準備性が高まることにより、ドラマへの積極的関与と他者への気づきが促進され、監督に対して肯定的な体験をすることにより自己への気づきが促進されることが明らかになった。つまり、観客はウォーミングアップにてドラマへの抵抗感を軽減し、ドラマに関わる準備が整っていることによって、観客として積極的にドラマに関与することができ、他者への気づきを得ることが出来ると考えられ、監督への信頼感が高まることによって、ドラマに関心がひかれ、演者と観客自身を重ねる体験が行われることで自己への気づきを得ている体験であると考えられる。これらのことから、観客にとって、監督の4側面の1つであるドラマを魅力的に仕上げ観客を引き付ける役割(高良, 2013)が重要であることが示唆された。さらに、観客体験尺度全体に対してはウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度、全てとの間に有意な正の相関が認められ、対グループ体験とウォーミングアップ体験尺度の「ドラマの準備性」因子から影響を受けていた。なお、ウォーミングアップ体験尺度の下位尺度、対監督体験尺度、対グループ体験尺度はすべて有意な正の相関が認められている。

以上の結果から、観客体験全体に対しては、ウォーミングアップ体験や監督やグループに対する肯定的な体験が相互に関わり合い観客体験を肯定的にしていることが明らかになった。また、その中で観客体験に直接的に影響を与えていたのは監督への肯定的な体験とウォーミングアップでのドラマへの準備性への高まりであるため、観客がウォーミングアップでドラマへの準備性を高め、監督に対して肯定的な体験をすることは、観客がドラマに積極的に関与して、自他への気づきを得ることを促進していることが明らかになった。

## 4. 本研究の限界と課題

本研究の問題点および今後の課題は以下の3点である。第一に、研究協力者の心理劇への動機づけが高かったことである。本研究では、分析対象となった心理劇参加者のほとんどが監督、グループ、ウォーミングアップ、ドラマに対して肯定的な見方をしていた。分析対象であるオープンワー

クシヨップの参加者のほとんどが心理劇に何度も参加しており（平均回数73.79回）、自ら安心感を得られるグループや、ウォーミングアップやドラマの進め方が自分に合った監督を選んで参加していたと考えられる。そのため、質問紙の項目は天井効果が多くみられ、得点分布にばらつきがあまりみられなかった。今後、初めての参加者や心理劇にあまり参加したことがない動機づけがあまり高くない参加者を対象に研究をする必要があると考えられる。

第二に、データ数が少ないことである。今回分析対象となった参加者は全体数96名、主役以外の役割体験78名、観客体験51名、主役体験は26名であり、この参加者のドラマ体験尺度の因子分析を行ったが、統計上、因子分析を行うのに十分耐えうるデータ数とは考えられない。今後は多くの参加者によるデータの分析が必要であると考えられる。

第三に、重回帰分析の結果、説明率が50%以下のものがほとんどだったことである。今回要因としてとりあげたのは、ウォーミングアップ体験、対監督体験、対グループ体験の3要因であるが、ほかにもドラマ体験に影響を与える要因があると考えられるため、今後はそのほかの要因も含めた検討が必要である。

また、本研究は心理劇セッション終了後にウォーミングアップ体験や監督体験、グループ体験を回顧的に想像して回答を求めた。そのため、ドラマで肯定的な体験をしたためウォーミングアップや監督、グループへの体験が肯定的になった後方視的なバイアスがかかった可能性がある。今後の研究はウォーミングアップ段階終了直後にウォーミングアップ体験の測定をするなど、各段階における体験をプロセスに沿って測定し、本研究で示唆された研究プロセスを実証していくことが求められる。

## 引用文献

榎本万里子 (2015). 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— 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 5, 41-55.

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, 157-167.

本間美智子・茨木博子 (2008). 集団精神療法におけるウォーミングアップの体験内容とその治療的意味について—ウォーミングアップ体験尺度から— 心理劇, 13, 1, 29-43.

増野 肇 (1990) サイコドラマのすすめ方 金剛出版

中込ひろみ (2013). ロールトレーニングにおけるスカルプチャーの効用 心理劇, 18, 1, 61-73

岡嶋一郎・針塚 進 (1999a). 心理劇における演者・観客体験尺度の作成とその体験内容について 心理劇研究, 22, 32-40.

岡嶋一郎・針塚 進 (1999b). 心理劇におけるウォーミングアップ体験尺度を通してみたウォーミングアップ様式と体験との関連性 心理劇, 4, 69-77.

岡本直子 (2001). 「ドラマ」がもつ心理的意味に関する研究—体験的側面と気分との関係に注目して— 心理臨床学研究, 19, 171-180.

島谷まき子 (1991). 心理劇 松井 豊・林もも子・井上果子・沢崎達夫・増茂尚志・賀陽濟 (編) 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, 1, 25-32.

下地洗史郎・古賀 聡 (2017). マジックショップの展開における補助自我の機能の違いが参加者の心理劇体験に及ぼす影響 心理劇研究, 40, 69-82.

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

卯木佑佳・島谷まき子 (2002). 心理劇の主観的体験と効果の関係 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 5, 41-55.