

時間的態度の変化に影響を与える働きかけの探索的一研究 —連続ドラマセラピーセッションでの試み—

立命館大学大学院応用人間科学研究科
臨床心理学領域
平野 瑠理子

問題と目的 様々な社会問題を抱えた現代社会で、人々は「自分」とは何か、今ある自分からこれまでの自分を振り返り、これからの自分を考える、そのような機会が失われているように考えられる。個人を過去・現在・未来の連続性で捉える概念として、時間的展望というものがあり、その中のひとつに過去や未来への感情やイメージを示す時間的態度というものがある。時間的態度は自我同一性との関連や自殺観念との関連が示されている。また、心理療法の一側面に、個人の過去や未来への感情やイメージを変化させる働きがあるように考えられる。しかし、心理療法は過去や現在、未来のいずれかを重点的に扱い、言語が主体であるものが多いように思う。よって、本研究では、技法の選択により、過去・現在・未来を総体的に扱うことが可能で、action を主体としたドラマセラピー、とりわけドラマセラピーの持つ構造や技法が活かされやすい連続セッションでの働きかけにより、時間的態度がどのように変化するか、また、その変化はセラピーのどの部分のどのような影響を受けて起こったものか、その過程を調査することを目的とする。

方法 2009年4月から7月に週に一度、R大学O研究科で行われた、ドラマセラピーセッションの授業への参加者5名を対象に、セラピーの初回と最終回およびサイコドラマを行うセッションの前後の計4回、時間的態度を測るアンケート(Nuttin&Lens(1985)によって開発された時間的態度尺度を基に白井ら(1991)が翻訳、作成したもの)を実施。また、全てのセッションが終了してから約2カ月間の間に、対象者1名ずつ1時間半から2時間、ドラマセラピーやアンケートの結果について半構造化面接によるインタビューを一度行った。

結果 時間軸を扱うワークの前後では、その扱った時間軸の時間的態度尺度の点数が対象者全員上昇しており、セラピーの前後では点数が上がった者と下がった者がいた。また、その変化は4名が実感しており、その要因としては、時間軸に関するワークや自己を直接扱うワーク、メンバーの存在などgroupであること、ドラマセラピーが持つ構造であるプロセスが主に挙げられた。変化を実感できなかった1名はその要因として授業としての「枠」を挙げた。

考察 ドラマセラピーは時間的態度を変化させ、時間的展望に影響を与える働きかけとして、最も有効な働きかけのひとつであるということが検証できた。これにより連続ドラマセラピーセッションを行うことは自我同一性の達成や「生」への積極性を促すということが示唆された。そして、その変化にはドラマセラピーの持つ独自の構造や技法、action group であるということが有効であったと言える。また、授業という「枠」のない通常のドラマセラピーの連続セッションでの研究も今後の課題と考えられる。