人形劇とこころのケア
―東日本大震災・人形劇による支援活動報告会―

黒岩長造

平成 26 年 8 月 8 日（いいだ人形劇フェスタ 2014 期間中）、川本喜八郎人形美術館にて標記の会が開かれ、黒岩も講演した。その概要は以下の通りである。

長野県臨床心理士会では震災直後から、岩手県の小学校にスクールカウンセラーを派遣してきた。その報告会の中で、保育園児が、人形を投げて遊ぶ、という事例報告がされた。母親を亡くした年少児（女児）が保育室で、人形を投げて遊具の陰に隠し「いない」と言い、自ら見つけに行き「居た」という遊びを繰り返した。これは、遊戯療法の遊びの解釈に載せられている、母親不在の児童と同じ遊び方であり、トラウマの再現と克服の行為である。遊戯療法のプレイルーム内では、児童の自由遊びに精神の内界が表れる。表現と解釈に治療的意味がある。報告の女児は全然泣かないので冷たい子どもだと思われていたが、母親の存在を人形に投影していた。

人は無意識の世界に嫌なこと、人に言えないことを抑圧して入れ込み、忘れ去る。過去の嫌なこと、大震災のいろいろをため込んでいる。それが言葉で表現できれば、それがカタルシスに通じ、すっきりする。物語で表現するナラティブセラピーにはその効果がある。
高齢者は自分の過去を聴いてもらいたいので、回想法が成立する。不思議に、聴き方でその人の過去が変わってくるという報告がある。ポジティブな人が聞くとポジティブな過去になり、ネガティブな人が聴くとその逆になる。過去の事実は変わらないが、聴き方で語り方は変わってくる。大震災の台本も聴き方一つで変わってくる。

人には表の顔と裏の顔がある。特に日本人は本音と建て前を上手に使い分ける。使い分けができるので演ずることができ、劇ができる。人生は劇であり（by シェークスピア）、人は皆ペルソナ（仮面）をつけている。

しかし、幼児には言語化が難しいため、遊びの中での表現が必要になる。更にこころのケアのための精神分析的治療の目指すところは、本人自ら表現してカタルシスを実感することにある。そのために、様々な小道具が使われる。箱庭療法、絵画療法、音楽療法その他、自己を直接表現するのではなく、何かを媒介している。人形を媒介とした人形劇（人形）療法が存在してもいい。

人形には、使い手も観客も自分のこころを投影できる。生の人間には投影しにくい。俳優の役柄には同調できるが、自分のこころを俳優に投げることは難しい。人形で人生の物語をなぞり、紡ぎ出している。自分の気持ちが投影できる人形で、自分の人生をなぞり、自分の感情が揺すぶられる。喜劇でも悲劇でも、感情が表出されればよい。トラウマを抱えている子どもは感情を抑圧して表現しないようにしているので、表現してカタルシスを実感すればこころのケアになる。

以上の要旨で講演し、引き続き、行われた 4 例の事例報告の基礎資料とした。