



高齢者とのドラマセラピー

尾上 明代

4. “認知症” 高齢者のアドボケイトとして

前号では、高齢者施設のデイサービスにおける、全員で行なうセッションの様子を記述した。短時間（15－20分）で、しかも状態が様々な方々が混在する全員に実施するには、ワーク内容の選択に限界があるが、毎回工夫をしながら、頭、身体、感情に働きかけるゲームやミニドラマをおこなっている。そしてその後に希望者を募り、少人数での1時間のドラマセラピー（この後半プログラムを、プロパーという意味で、私たちは「本セッション」と呼んでいる。）という構成で実施している。今号では、この構成になって初めての本セッションの様子を紹介する。

利用者9名、職員1名、トレーニー（ドラマセラピーの実習生）2名と私が、広間から少し離れたこじんまりした部屋に移った。

相互交流のために

まず、ものさしゲームから始めた。これは、部屋の床の中央に長いものさしが置いてあると想定し、私が質問した内容に対して、その「ものさしの目盛り」上をあちこち移動して並ぶことで答える、というゲームである。質問の中身を工夫することで、いつも同じ場所で時を過ごしていながら、あまり会話のないように見える方々に、相互交流をしつつお互いを知ってもらうことが容易に可能になる。また、身体的に不活発な人にも、ゲームに集中しながら、知らず知らずに動いてもらうことも隠れた目的である。誕生日を聞くと、このグループは9月生まれが多いということがわかったり、偶然、誕生日が同じ人が見つかって盛り上がった。起床時間を聞くと「4時半！」と言う早起きの方がいて、隣同士で「あら、いつも寝るの早いの?」「ええ、そうですねえ」などと会話が生まれた。「眠れなかったのよ～」と訴える方もいた。どのような対象者にも使える非常に良いツールである。

架空を楽しむ

次に一つの大きな円になって椅子に座り、名字ではなく下の名前を書いた名札をつけていただく。「名札の名前が見えない」と言う方がいるたび、お互いに自分の名前をはっきり伝え、呼びながら架空の見えないボールを投げ合った。それぞれが、ボールの大きさを変えたり、投げ方を変えたりし、その場の雰囲気はすぐになごんだ。皆の名前と架空のボールに慣れてきたら、私がさまざまな見えないものを次々と出していき、皆さんはそれぞれに自由に関わって隣の人に回してもらおう。「傷ついた小鳥」を回したときは、一人一人が、かわいかわいとお撫でたり、くちばしでチュンチュン遊んだり、表情をうっとりさせたり、また、鳥が嫌いな人はすぐ隣の人に渡したりと、あたかもそこに本当の小鳥がいるというイメージをもち、それを楽しむことができていた。そこで私は「皆さんのエネルギーで、少しずつ小鳥が元気になってきている気がしませんか?」と声をかけ、最後に「外に逃してあげましょう」と窓を開けるアクションした。小鳥が乗った両手をそっと高くあげると、全員が同じ方向へ視線を向け、元気になった小鳥が空に向かって飛んでいくところを見守った。本当に見ているようだった。「りんご」や「バラ」のときは、「良いおい」「ほんとうに香りがするわ」という声も聞かれた。「子犬」を散歩させてドアの外に連れ出してくれたり、「納豆」をそのまま手で渡すところでは、職員さんの背中にべちょっとつけたりと、プレイフルなシーンがたくさん創り出された。このワークは、どのような対象者や年齢のグループでも、ときどき行なうが、この施設の高齢者たちも、全く同じように想像力

で架空のものを見て、自分の対応やアクションを創造していることがよくわかった。ちょうど最後に受け取る番になったY男さんは、1000万円の指輪を「ガラス玉だよ！」と言うなどウィットに富んだ答えで、皆をうならせた。

思い込み

トレーニーは、このワークで「思いのほか最初から皆さんがすぐに反応して驚いた。自分の思いこみでは、もう少し恥ずかしがったりして戸惑うのでは、と思っていた」と言う。施設からの情報としてY男さんが認知症の進んだ方とお聞きしたことに、彼女は一番驚いたと言うが、職員自身も、その方が10人以上の人の手を経るイメージを保持して最後に自分のところでクリエイティブな才能を発揮したことや、ふだん居眠りしている方が表情豊かに自己表現されていたことに驚き感動していた様子だった。

Y男さんは、通常は無表情でほとんど何も話さないため、このような才能は認知されず埋もれたままだったのだ。2回目のセッションで「生きた鮭」を回したときも、Y男さんはキレ味のよさそうな包丁を取り出して鮭をさばき、他の参加者に振る舞った。皆さんはおいしそうに鮭のお刺身を食べた。このワークでは、毎回必ず食べ物を入れて、一緒に「食事をする」ひとときを分かち合っている。これ以後、つい最近までの3年半の間、Y男さんは「僕はひとり暮らしで寂しいので、皆さんとこうして時を過ごすのは、本当に嬉しいなあ！」と毎回話して下さることとなった。実は最近、大変残念ながら、事情で他施設に移られたことを聞いた。急な決定だったため、Y男さんに挨拶ができなかったことが、悲しかった。彼のことは、次号でもう少し記述、考察する予定である。

認知症というラベル

本セッション初回のトレーニーたちの日誌には以下のように記されていた。

参加者一人一人が帰るとき「いや～楽しかったあ～」と口ぐちに言ってくださったことも成功だった証のだが、認知症だからここまでは出来ない、と思いこんでいた方々から、全員セッションの雰囲気からは想像もできないくらい、積極的でクリエイティブな即興が生まれ始めてきて、ドラマセラピーが生み出す場に可能性を感じた。

お互いに会話もなくTVを見ていた方たちが、和気あいあいと活気が生まれて（元いた大広間へ）戻っていられる姿は同じ人たちとは思えなかった。職員さん達は、利用者さん達

の普段ない自己開示や自己表現を見ることによって、利用者さんへのリスペクト感が増したり、関わり方の幅や深みを増やすことが出来る。

「認知症」というラベルが、人のほんの一面を画一的に見てしまうことに大きな役を買っていることを、しっかり意識する必要がある。これは、社会に暮らす誰にも当てはまることだ。私たちが提供するセッションの目的は、認知機能を少しでもあげるとか、参加者同士、より良い時間を過ごしてもらおうということだけではない。同じく重要な目的は、皆さんの多側面を現場の援助職者に示すことである。まさにアドボケートする活動だと言えるだろう。これが、私がすべてのセラピー現場（児童養護施設、精神科クリニック、依存症中間施設など）で、その施設の職員たちにも一緒に活動してもらおう大きな理由の一つである。

多面性を表現する場

この施設でも、参加者をふだん良く知る職員たちに、毎回交代でセッションに参加していただいている。彼ら彼女らは、いつも本当に良いケアを提供しているプロであり、認知症というラベルではなく、ひとりを全人的に見て関わりをもっていると感じる。それでも、セッション後のシェアリングでは、誰もが必ず利用者たちの知らなかった側面について驚きのコメントをするのである。どういうことだろうか。

これはドラマセラピーの場のなせる技であると思う。さまざまな役を演じることで、その人が多面的に見えるのである。高齢者に限らず、そもそも人間は誰もが多面的な存在であるが、特定の側面や役割が固定的に表現されている人も少なくない。職場などの場で、一つまたは少ない側面のみを他者に見せることは、社会的にも要請されることが多いので、ごく普通とも言える。であるから、種々の役を演じるドラマという活動の中では、他者や、ときには自分自身にとっても新たな側面、隠れていた側面が出現することは、納得していただけるだろう。

ただ、そのようなことを起こすためには、さまざまな表現を許す場を作る必要がある。どの人の発言や行動も基本的にはすべて受け入れるというセラピストのスタンスが重要なのだ。これは、セラピーでは珍しくないスタンスとは言え、ドラマセラピーでは、身体、感情、言葉を同時に使ったセッション進行が多いため、実際にセラピストが自分の態度や言葉という具体的な表現に落とし込んで、真に実践するのは難しい。即興ドラマではあらゆることが起きうるし、多数の参加者同士の相互作用も複雑に絡むからである。しかし、そのような対応がうまくできれば、参加者の中の「新しい」役のレパートリーは確実に拡大する。さらに重要な要素は、ドラマや遊びという同じ土俵に立てるところだからこそ築

ける平等な関係性である。例えば高齢者施設の場合では、利用者、職員、セラピストたちが、援助・被援助という非対称の関係から自由になることだと言える。このことは、トレーニーも気づいていた。

(セッションでは) 創造の世界で遊ぶヨコの関係になる。今、認知症だとかアルコール依存症だとかのアイデンティティーを脱ぎ、ただの人となる。そこには、今できることが減ったとか、若いころのように仕事や家人のお世話など貢献できることが少ないなどは関係なく、夢もあったし、得意なこと好きなこともあったし、経験も豊富な一人のひととして、全員が平等に尊厳を与えられている場がある気がした。

初回の本セッションの最後には、別人になるワークをおこなった。ペアになって練習後、グループの前で「自己紹介」をしていただく。そこにいた皆さんは、たちまちさまざまな職業を選択した。書家、フラワーアートの先生、画家、体育の先生、宮大工、エンジニア、外科医など、バラエティーに富んでいる。自分が好きなことや過去の希望、価値観や思いが表現されている。タクシー運転手になったK夫さんは、その理由を「10年前に免許を取り辞めてしまったが、車が好きなので」と語った。長年、対人援助職として責任あるポジションでお仕事をされてきたT子さんは、低い太い声で「拙者は・・・」と話し始めた。昔のお侍さんになったようだ。理由は「男になりたかった！男は女より強いでしょ。」ということで、その後もよく男性の役をしていた。イキイキと参加して下さるので、毎回、本セッションにお誘いするのだが、そのたびに「え、何をやるの？怖いわ」とおっしやり、始まると「私、こんなのやるの初めてよ！」と驚く。ときどき、「早く天国に行って、お父さんとお母さんに会いたい！」と悲しそうな表情を見せることもある。そして、いつもセッションが終わるころになると、私たちセラピストに「拙者は、お二人にお会いできて嬉しかったですぞ！ありがとう、ありがとう。」と笑顔で帰って行かれるのだった。

ともあれ、初回のセッションは終わった。たった1時間前までは、この方々がどのような思いや好みをもっているのか、どのような想像力・創造力があるのかは誰も知らなかった。一人一人が、色彩ある豊かな人であるという当たり前のことを改めて思った。そしてこれが、人に出会う、ということなのだ。

(次号に続く)

* セッション内容の記述は、主に畠村麗子さん、川添真紀子さんのジャーナルを元に行っている。