

高齢者とのドラマセラピー

尾上 明代

6. 架空を楽しむ力（その2）－P男さん

メンバー同士が和気あいあいと「睦み合う」¹安心できる空間を作ること、たくさんの笑いが起きるような仕掛けを作ること、ドラマセラピストの大きな仕事の一つである。どのようなワークを選び、どの順番で組み立てるか、実施中はどのような介入をするか、という仕事は、このような空間がある大前提の上に成り立つ。これはもちろん、高齢者だけではなく、どの対象者の場合も同じであるが、感情を感じ表現することが難しくなってきた高齢者のグループでは特に重要な要素になる。

今号では、そのような空間に遊ぶグループの様子と、認知症が進行した P 男さんに焦点をあてて記述する。

失敗した気がしない「場」

「正しい・間違い発言」というワークがある。これは、一人ずつ、自分について正しいことと間違っていることを言い、どちらが正しいと思うか、他のメンバーに当ててもらうゲームである。

たとえば、「私は3人兄弟の長男です・私は一人っ子です」、「私は和食が好きです・私は洋食が好きです」など自分の状況や好みをお題にする。ある日このゲームにチャレンジし

てみた。ゲームのやり方を丁寧に説明しても、自分についての正しいこと、間違っていること（いわば嘘）をすぐに思いついて出題するのは難しいので、トレーニーや施設職員がマンツーマンで協力し、準備を手伝った。ルールがわかったつもりでも、皆が答えを考えている間に、つい自分で解答を言ってしまう人もいた。だが私たちスタッフは「おっとー！」と受けるので笑いになる。お題の内容そのものも、それぞれの人柄が出て面白い。前号で紹介した Y 男さんは「私は納豆だけ食べるのが好きか・納豆に卵を入れて食べるのが好きか」という、ちょっと凝ったお題を出したのが興味深かった。ちなみに答えは納豆だけだそう。 「拙者は・・・」 といつもお侍さんのような話し方で演技をする女性は、「私は近所を散歩するのが大好きか・デイサービスでのドラマセラピーの時間が大好きか」という出題で、答えはもちろん（！） 後者であった。芝居心のある Q 男さんは、自分が踊り好きか、書道好きかを尋ねた。皆が一生懸命に考えて答えを選んだ後、正解を聞くと、「答えは・・・両方！」と言われ、私たちはズッコケた。（その次のセッションでも Q 男さんは両方正解のお題を出した。） 今度は P 男さんの番である。彼は自分が歌が好きか、踊りが好きかを尋ねた。このときも皆が悩みながら答えを選び、正解を聞くと、「ほんとは・・・ハーモニカ！」と言われ、私たちはさらにズッコケて大きな笑いが起きた。このように、たとえゲームのルールが理解されなくても、グループ全体が楽しさに包まれ、どんなことも受け入れられる、何か失敗した感じがしない、（むしろ自分の発言が皆に受けた！）という雰囲気が、安心できる場を作り、それがメンバーたちに伝わるのである。ときには「失敗」も自信にさえつながる。これ以降 2 年近く、P 男さんは、認知症がかなり進行したあとまで、楽しく参加し続けたのである。

この日、P 男さんを初めての参加に誘って下さったのは、前回紹介した Y 男さんだったとのこと。いつものように交流を持たれたのかわからないが、このことにトレーニーたちは感動していた。お二人のためにも嬉しく思った。

その後、同じゲームで P 男さんは「私は以前、バスの運転手をしていたか・タクシーの運転手をしていたか」という出題をした。トレーニーの金光真理さんは、「本当はタクシーの運転手さんだったことを皆に披露したときにちょっと得意そうな表情をされていたので、仕事に誇りを持っていらしたのではないかと感じました。」と記録に書いている。

「すごいねえ」

続いて、一人一文ずつをつなげてお話を作るワークをした。いつも通り、認知症の進行度合いがさまざまな方が混ざっていたが、おそらく一人だけではできない創造的なことを、皆で協力することで成し遂げられたことに改めて感心する。この日、セッションの初めに行なったパントマイムゲームで、A 子さんが結婚式の花嫁さんを上手に演じて下さったのを受けて、私から始めた。

1. 尾上 もう少し歩いて行くと彼が待っています。
2. P男 とてもドキドキしている。
3. Y男 私もドキドキうれしい。
4. B子 花嫁さんが声が出なくなった。
5. Q男 (慰める発言)
6. A子 本当はこの花婿さんが嫌いなんです。
7. C子 でも仏滅なので諦めて結婚してしまう。
8. O職員 「ちょっと待った〜！」で、花嫁を好きな男性現る！
9. 尾上 この人こそと思ひ結婚しました。
10. 寫村 (トレーニー) (「花婿役かわいそうね」・・・と受けて)

「ちょっと待った〜！」と花婿を好きだった女性が現れ、2組のカップル誕生！
皆さんは、それぞれの発言の後に、「えー？」とか「うあー！」などとしきりに声を出して反応しながら、誰も手助けなしで文を作っていた。

その後、A子さんが「やだなあ」といかにも嫌そうに花嫁を演じるころから、2組が成立するところまで、実際に演じてみた。演じ終わると「2組結婚してどうするのかしら・・・」と、思わぬ成り行きで招待客の懐は大丈夫かと、ご祝儀の話で盛り上がっていた。架空とは言え、真剣に皆さんが話していたことが愉快に感じられた。

以下は終了後の感想である。

- P男・・・すごいねえ。
Y男・・・結婚式おもしろかった。
Q男・・・ありえるね。
A子・・・楽しかった。
B子・・・(この日はずっと頭痛で感想なし)
C子・・・ハッピーエンド良かった。

そして最後にA子さんから、「Oさん、早く結婚して下さいね！」と人気の施設職員への現実的なことばかけがあり、わーっと笑いが起きてこの日は終了した。Oさんは、「P男さんは、最近落ち込んで暗い表情をしていることが多かったのに、セッション中は笑って過ごしていて、本来持っていらっしやるひょうきんで人を笑わせるような面が見えた」と言っていた。

P男さんの感想「すごいねえ」は、何を指していたのだろう。花嫁の劇のことかもしれないが、場の力のすごさを感じたのかもしれない。最初のゲームで架空のウサギを月に返してあげるシーンがあったのだが、そのとき、楽しそうにウサギになった気分でぴよんと飛び出して皆の笑いを誘ったり、笑顔で「今度ハーモニカを吹く！」と言って下さった陽気さは、周りにも伝播した。「すごいねえ」と言いたいのは、こちらの方であった。

ドラマセラピーが引き出す潜在力

その後のセッションでの様子は、基本的に上記の雰囲気と変わらなかった。お話作りで、散歩に行きたい犬がいたときは、鎖を放して逃がしてくれる優しさを見せてくれたり、歌を歌う登場人物が出てきたときは、思わず気持ちが表出され、「あ～歌いたい！」と情感豊かな発言があった。

参加が続いてしばらく経ったころ、ある日の振り返りで施設職員から「P男さんは認知症が進行しており情緒が不安定。以前は会話が成立していたのに、成り立たなくなってきた。最近、ハーモニカも取り出さない。一つのところにいられない。不安ですぐに立ってしまおうし、すぐ『帰る！』と言う。今日も途中退席するのではないかと不安だったが最後まで参加したので安心した。」という話があった。職員のご苦勞や心配はよく理解できるが、短時間であっても、ドラマの役をやっているときは、文字通りその瞬間、間違いなく理解しながらその役を演じていることがわかる。そして、それができるとP男さんは安心し、その場に落ち着いて留まっていたのではないだろうか。金光さんは、「認知症だからドラマができないというふうに決めつけない関わりをしたい」と言い、P男さんの横に座り、トレーニングで学んだミラーイングをすることに集中していた。その対応も奏功したと思われる。彼女は、「ワーク全体を理解できていなくても、楽しく、良い体験をしたという記憶が残れば、一日が豊かに過ごせたという記憶の上書きができて積み重なっていくのではないかと考えます。」とジャーナルに書いている。

あるとき、P男さんにシンデレラの王子様を演じてもらった。最初は断っていたが、場面を始めるとノリノリになっていった。ただ、シンデレラとダンスをするシーンで、「結婚して下さい」と言うことになっていたのに、P男さんが照れてなかなか言わないので、シンデレラ役の女性のほうから「いつまでも友達でいてくださいね」とプロポーズの言葉を変えて告白した。この日の感想としてP男さんは「自信を持ってできたらいんだけど」と言われたが、このエピソードは、P男さんの感覚が少し内気な普通の男性の反応とも言え、むしろとてもまともだと感じた。

翌回、夢を叶える場面をしたとき、Y男さんが旧友に会いたいという希望を出し、P男さんに「60-70年ぶりに会う友人になってくれないか」と頼んだ。彼は「自分にはできない。切り替えできないから、嘘（演技）のことはできない。」と、少し頑なに拒んだが、王子様も演じたP男さんなので、私は「大丈夫、大丈夫」と強めに促し、Y男さんの元へお連れした。その途端、「懐かしい」と旧友役を見事に演じて下さった。「長くいると涙が出る」「ハグはしないが、声かけてくれてありがとう」というセリフも出た。リクエストしたY男さんも感慨深い様子で（昔を）「思い出した」と十分に喜んでくれた手応えがあった。「旧友」ではなく、デイサービスの友人同士がお互いを支え合っている姿に映った。

その日セッションに参加した施設職員は、「全体でやろうとしていることは理解してなくても、P男さんに少しでもこういう時間があれば。」と言われた。病気になるまでは大変穩

やかな方だったという。そして、「最近認知症が進み、様子が変わってきた。ハーモニカも吹かなくなった。日常の P 男さんからは否定的な発言が出るが、今は（認知症の過渡期で仕方がない）」と、職員の諦めの感じが伝わって来た。

今ここを生きる

高齢者には、一般的に回想法がよく行われる。もちろん、過去を思い出し語ることはとても重要である。しかし、（認識の中の）過去も未来も無い、という方もいる。だからこそ、安心、嬉しいなどの一瞬を味わうこと、それをその瞬間に表現すること、それを傍らで受け止める人がいることに意義がある。過去も未来も認識できる一般の人間にとっては、それらに影響されずにこの瞬間瞬間を生きることは、実は難しいことだと思う。小さな子どもや高齢者は、それができる特権があるとも言える。

「会話が成立しなくなってきた」というのは、何度か施設職員からお聞きしたが、P 男さんがごく短時間でも、架空の設定で「役」のセリフを言えるというのは、言うまでもなく、とても意味があることだ。籠に入ったオウムのパペットになったとき、「ちょっと具合が悪いんだ」と、ご自身の状態をオウムに託して表現したと思われたことがあった。また、勉強するように言う母と、さぼりたい子どものドラマで子どもになった P 男さんは、「幼稚園だけでも骨折ったから勉強は大変です」と受け答えしていた。十分以上に会話は成立していた。

そのうち、セッションにお誘いしても、（ご本人ではなく）職員が断ることが増え、少しずつ参加回数が疎らになっていった。実はその頃、急に興奮して大きな声を出すようなことがあったそうで、他の利用者たちへの影響も心配した施設の判断だった。その後、久しぶりに参加されたときは、「緊張した」と言いつつも「幸せを運ぶ鳥」を演じた。日によって波があるが、その日は調子が良かったようだ。

また、セッション前に部屋に入って来て、ハーモニカをととても上手に吹いて下さったこともある。そのまま参加すると思っていたが、途中で退席、再度戻ってきてもう 1 曲吹いてから出て行かれた。その日、浦島太郎をやる予定だった金光さんは、情景曲を演奏していただくなど、活躍する場を考えていたのにと残念がっていた。しかし、上記の行動の理由として、「この場は自分が受け入れられる場である」という認識があったのではないだろうか。

その後、またしばらく参加がなく、職員たちももうドラマは無理だと感じていたようだったが、あるときまたドラマの部屋を覗かれたので、私たちは歓迎した。その日の職員は心配しながらも良いサポートをして下さった。P 男さんは、架空のものを順に渡していくワークを楽しみ、パペットワークでは（セサミストリートの）クッキーモンスターになって、自信を取り戻したように見えた。最後の感想では、嬉しそうに「ここでやっていけそうで

す！」と話していたのが忘れられない。職員によると、この頃は「日常では厳しい顔をしていることも多くてご本人は辛い気持ちでいる」とのことだったが、セッション中はずっと笑っていた。

しばらく経ったお正月のセッションで、今年何がしたいかを参加者に聞いた。P 男さんが笑いながら、「たくさんある。何かなー。」と言っていたのが印象的だった。

その日は、空海が登場する「火正月（かしょうがつ）」というドラマを選んだ。まず私が皆さんにストーリーテリングをする。語りが終わった時に P 男さんから「良いお話をありがとうございました」ということばが出たことから集中して聞いていたことがわかった。その後の演技化では、空海役の（お酒が好きな）Y 男さんと、おじいさん役の P 男さん、おばあさん役の A 子さんが一緒に囲炉裏を囲んで暖を取り仲良くお酒を酌み交わした。途中、猿役の演技を真似して立ち上がる場面が一度あったが、全体的に落ち着いていて、グループの雰囲気を楽しんでいる様子だった。この日の感想として P 男さんは、「(笑いながら) だめなんですよ。今日は皆さんの協力がありました。」と、初めてメンバーのサポートを意識した発言をした。職員からは「日常は部屋の隅っこに座っている。ただ、最近では以前見られたような急にワーッとなるようなことはない。役をやってセリフを言うことで、自分の役目があると感じられるのではないだろうか」という話があった。まさにドラマで「役割」を受け持つことは、自分の存在意義が感じられる方法の一つなのだと思う。

パントマイムを当てるゲームで上手に独楽に紐をかけて回したときも、Y 男さんと 2 人で狐の兄弟になって、おしゃれなネクタイを結んだときも、「ふり」の動作が上手だった。最後の感想を言う代わりに、小声で「歌おうかな・・・」とつぶやいたのち、「春の小川はサラサラいくよ～」と元気な声で歌ったこともあった。

架空を扱う能力

必ず実施している「架空のもの」を渡していくゲームは、P 男さんだけでなく、「認知症が進行している」利用者の皆さんが参加可能なゲームの一つである。美味しい食べ物は、間違いなく理解して「食べて」もらえる。特に焼きたてパンなど香りの良いものは、架空でも喜んで「嗅いで」もらえる。動物を渡すときも心身が活性化される。P 男さんに、鶯がとまっている梅の木の枝を渡したときは、自身が瞬間、鶯になったようで、「ホーホケキョ！」と楽しんでた。また、「われもの注意」のシールが貼ってある重い宅配便の箱のときは、「重い、重い！」と言いながら、隣の人に気を付けて渡し、「あっ大丈夫だった。」(割らずに済んだという意味)と言っていた。(ちなみにこのときは、次の人が箱を開けると「スイカ」が入っており、皆で切って美味しくいただいた。

上記のワークができるためには、架空の設定を理解する力、(理解していたとしても)その現実ではないものを受け入れる力、さらにはそれを楽しむ力が必要である。つまり、自

分という現実と、遊びとしての「架空」を同時に理解し実行する、多層な自己認識力である。ドラマの設定や他のゲームの説明が理解できなくなった人も、今ここにある架空のものを手の上に乗せ、それと関わる・楽しむことはできることがよくわかった。しかも、架空とわかっている、ふりをするのだから、妄想などではなく健康的である。そしてそれを楽しんでいると思う心がある。

言い換えれば、このような多層な認識力こそ、人間を人間たらしめている想像力・創造力の根幹ではないだろうか。現実認識を持った上で「ごっこ」「ふり」という架空を扱うドラマセラピーの利点を生かしてこのような刺激を提供することで、消えて行きそうな能力を少しでも保つことができているのかもしれない。

もう一つのポイントは、この一見、単純に見える「架空のもの」を参加者が扱っているときは、(第3回の「Mimicry から Imitation へ」にも記述したように) 自動運動的な動きではなく、創造的な活動であるという点である。つまり、体操などで前に出ているリーダーの動きを、何も考えずに自動的に真似をしているのとは違うのだ。一人一人が受け身ではなく、能動的に関わっている。たとえすぐに忘れても、今このときを主体的に生きることができている。

P男さんは、もうずっと参加していない。しかし、もう2度と参加はできない、と決まったわけではない。

(次号に続く)

- * 本文では、本質を損なわない範囲で状況・情報を変えてある。
- * セッション内容の記述は、金光真理さん、寫村麗子さん、川添真紀子さんのジャーナルを元としている。

ⁱ 第一回「一期一会」で紹介した参加者が作って下さった俳句、「冬陽(ふゆひ)入れ ドラマセラピー 睦みあう」から。