



高齢者とのドラマセラピー

尾上 明代

7. “ 再会 ”

前回は飛び入りテーマとして北海道胆振東部地震後のドラマによる支援について記述したが、今号からは、また高齢者施設で実施しているドラマワークについての連載に戻る。

「新しい」参加者

ある日のセッション開始前のことだ。利用者の方々が集まっている広間に行くと、人懐こい微笑みを浮かべた一人の女性とバッタリ出くわした。その瞬間、私の身体が（頭で認識するより早く）「よく知っている人」だと感知、反応して思わず「こんにちは！」と彼女に声をかけた。そして文字通り次の瞬間に、その人が誰であるかがわかり、「あ、Aさんだ！」と心の中に小さな衝撃が走った。Aさんは、施設内での当然の挨拶のように「こんにちは！」と笑顔を返して通りすぎて行った。

Aさんとは以前、数年間にわたってお付き合いがあり、私があることでお世話になっていた女性だった。数年ぶりに会った彼女は身体が少し小さくなった気もするが、あの懐かしい微笑みは健在だった。私がかつての知り合いとは気づいていない様子なので、この施設の職員だと思ったかもしれない。デイサービスに参加されているということからも、生活にサポートが必要な状態になったのではないかと思われた。

その後、広間で全員参加のドラマワークが始まった。このセッションは、試行錯誤を経て、身体や頭の体操・ことわざ当てドラマ・おとぎ話の鑑賞、というメニューに落ち着いていた。おとぎ話は、毎回、世界各国や日本のお話を選び、能動的に鑑賞してもらえるように観客を巻き込みながら私たちセラピストが演じる。Aさんは、すべて楽しそうに見て下さっていた。

希望を叶える

全体ワークが終わると、希望者が小部屋に移り、1時間のグループセッションをするのだが、Aさんも参加することにしたようだ。新しい利用者が来ると、職員はドラマを薦めることが多いので、Aさんもおそらく誘われたのだろう。トレーニーと私が、パントマイムやお芝居をリードして皆さんが和気あいあいとしている場をAさんは珍しそうに眺め、そして素直に受け入れて楽しんでる様子だった。

このグループセッションでも、毎回、物語を演じるワークをするが、ここではセラピストではなく参加者に演じてもらう。ただ、この日はその年の最後のセッションだったこともあり、参加者個人の希望や夢を叶えるドラマをすることになった。この日の参加者は6人。1人ずつ希望を伺って、ドラマを創っていく。

最初に手を挙げて下さったのはBさんだった。彼女は女性唯一の皆勤賞で、何年も継続参加しており、どんな「希望」を言っても良いことを知っている。彼女は「天国に行きたい」という。実は、この希望は今回が初めてではなく、以前にも同じ発言があったが、その理由は亡くなったご家族に「会いたい」ためであって、「天国に行く＝死にたい」という意味ではないことを私たちセラピストは理解していた。

Bさんに「天国には誰がいますか？」と尋ねたところ「お兄さんとお姉さん」という返事だった。「では、会いに行きましょう。お兄さん、お姉さんはどんなことをおっしゃっていますか」と聞くと、「見守っているから長生きしてね。幸せになってね」とのことだったので、セラピストたちが兄姉の役になって、それをお伝えした。Bさんは、満足されたようだった。

ともにいる

Bさんのドラマが終わらないうちに、Aさんが泣き始めたことに気づいたので、私は静かにAさんの隣に移動した。明らかに、Bさんの天国の家族とのやりとりに心を動かされたのだ。私は優しく丁寧にAさんの背中に手をあて、心身ともにAさんと一緒にいることを無言で伝えようとした。プロセスの流れから考えると、私の動きはセラピストとしても、人としても自然な発露であったと思うが、1時間前の突然の再会からの展開に私は内心、驚いてもいた。Aさんは私のことを認識していなくても、「初対面」のセラピストである私は、彼女の人となりや人生背景をすでに知っているという状況なのである。今自分がこのような形で、お世話になった彼女を支える役になっている、この巡り合わせを不思議に思った。

「同じ天国の場面をやってみますか？」と私がそっと聞くとAさんは同意した。自分の両親に会いたいそう。ただし、Bさんのように天国に行くのではなく、天国から会いに来てくれるのが良いと言う。そして「よく頑張っているね。あなたの思うように生きなさい」と言って欲しいと伝えて下さった。私の知っていた、そしてのちに職員からも聞いた彼女の状況を考えると、天国の両親からのこのような励ましとアドバイスのことばは、大きな意味があるものだった。初めての参加で自然なプロセスが起き、まさに今の彼女にぴったりで必要なセリフが本人から即座に出てきたこと、それをすぐに「両親」が言ってあげることができたことに感慨を感じる。母親役をした金光さんは、「あなたの思うように生きなさい」がAさんの大事なテーマだと感じ、2回繰り返した。Aさんは、涙を拭いながら頷いた。彼女の背中にあてた私の手を通して、また彼女の安堵した表情から、このことばがAさんの心にしっかり届いた感覚が私に伝わった。

セッション最後に1人ずつ感想を言う時間がある。Aさんは、「昔の夢がよみがえってきました。健康でいたいので、これからは運動を頑張ってみようと思いました。」と述べた。実施したゲームやドラマの感想ではなく、セッションの結果として、元気なころの夢がよみがえったことと、前向きに今後を生きていくという発言につながったのだとすると、やはり「両親」に励まされたことが力になり、彼女の心に小さな変化が起きたのだと考える。そして、たとえ私のことを忘れていても、以前交流があった私が「ともにいた」ことが、どこか無意識のレベルで働いた気がする。

呼応するふたり

高齢者のデイサービスという場でのドラマ活動は、楽しい時間をすごしてもらおう・仲

間を作る・心身のリハビリ等の目標を立てて実施しているので、Aさんのような深いプロセスが、しかも初参加で起きたことはなかったし、またどちらかと言えば起こさないようにしていた。(もちろん、起きるのが悪いという意味ではない。結果としてこのようなプロセスが発生するのはご本人にとって良いことであるが、それを目的としたプログラムにはしていない、という意味である。)

この日、他の参加者も希望を叶えるドラマをしたが、以前、家族と行ったハワイでイルカショーを見る場面など、昔の思い出を楽しむようなものが多かった。また、今後の希望を演じた人も、手編みの作品をお孫さんにプレゼントする場面など、皆さんがニコニコ笑顔になるドラマであった。

ここではもともと、パントマイムなどで想像力・創造力を高め、物語を演じて表現を楽しんでもらうということに主眼を置いており、個人の感情は、当然その中で比喩的、象徴的に表現されるものの、誰かが直接的に自分の思いを言明して涙を流すことは、今までほとんどなかった。(以前紹介したY男さんが、家族を思い出して涙ぐんだことはあった。)このときは、苦境に立つ個人が自分の真の感情を表出し、重要な他者から励ましをもらって癒しを得るという、通常は時間のかかるセラピープロセスが短時間で起きたと思われる。いわば初回にして、完結回になったような印象を受けたのだ。Aさんとの思いがけない巡り合わせとタイミングで、私のAさんへの思いが深くなったこともいくらか作用したのかもしれない。このような「出会い」は、二度と起こらないというふうにも感じられた。しばらく前から、主にトレーニーがセッションを実施しており、私は滅多に行かない状況になっていたという物理的な事情もあり、やはり「一期一会」だったという思いが、私の中に浸み込んできた。

別な見方をすればどんなグループも、どんなプロセスも、いわば「一期一会」であると言える。しかし、このときは特別な思いが胸に迫ってきた。その後、少なくとも現在まではAさんに会う機会はないが、ときどきドラマに参加して、生き生きと表現を楽しんでいるという報告を聞き、陰ながらエールを送っている。

(次号に続く)

- * 本文では、本質を損なわない範囲で情報の変更・省略をしている。
- * セッション内容の記述は、金光真理さんのジャーナルを元としている。