



高齢者とのドラマセラピー

尾上 明代

5. 架空を楽しむカーY男さん

トレーニーたちと私が訪問している高齢者施設のデイサービスでは、大広間で食事やプログラム活動などを、利用者全員が一緒にすることが多い。近くの人と自発的におしゃべりをしている人もいるが、話しかけられなければ、ずっと黙って座っていたり、居眠りをしている人も少なくない。ドラマセラピーの本セッション（大広間で全員向けのドラマ的なゲーム等をする短いセッションの後に、小部屋に移動して10人程度の希望者と実施する本格的なセッション）では、大広間で黙って座っているときには決してわからなかった参加者の思いや感情、情報（好みや希望など）、想像力、創造力、表現力などを知ることができる。前号では、初回の本セッションの内容を詳説したが、今号では、約3年連続して参加したY男さんに焦点を当てて記述する。

秘められた能力

Y男さんに関する情報としては、進んだ認知症であること、視野狭窄でものが見えにくいこと、独居で毎日のように晩酌をしており、飲酒の問題があることを聞いていた。

彼は、大広間での日常ではほとんど話をせず、ただ座っているだけという様子だった。まったくの無表情で、顔の筋肉もピクリとも動かない感じで、もちろん笑顔は見た覚えがない。ところが、後半の本セッションでは、毎回、文字通り別人のようなY男さんに会えるのだ。大広間での印象との違いが絶大で、私たちはもちろんのこと、毎回交代で参加する施設の職員たちは、彼の創造的で生き生きした演技や多くの笑顔にとっても驚いていた。

初期のころ行ったワークで、ペアになり、相手に後ろを向いてもらっている間に、自分の服装や身につけているものを変化させて、どこを変えたか相手に当ててもらおうというゲームがあるのだが、彼はいろいろ考えてとっさに眼鏡を逆さまにかけた。相手は笑って、当然すぐに当てたが、皆もそれに気づき、大笑いと拍手が起こった。簡単に当てられてしまうのをわかっていて、明らかに「ウケ」を狙ったようだ。広間で無表情のあのY男さんに、このような遊び心があることは意外性が高く、想像できないことだった。

また、毎回セッションの初めに、架空のものが目の前にあると想定して、パントマイムでそれを手にとり、隣の人に渡していくゲームをしている。初回で私が「1000万円の指輪」を取り出すと、皆は「わーきれい!」「なくさないように気を付けて」などと言いながら隣の人に渡していった。最後の番だったY男さんは、「こりゃガラス玉だよ!」と言い、皆をわかせた。実は安いガラス玉だったというアイデアだけでなく、その言い方と表情が茶目っ気たっぷりで、このときも明らかに、人を笑わせようとしていたことが伝わった。その後もこのゲームでは、さまざまな架空のものを手渡していったが、手鏡のときは、「こんないい男とは思わなかった!」とユーモラスに発言し、楽しそうだった。

生きた鮭などが回って来るとさばいたり、お刺身などにして全員に食べさせてくれるのは決まってY男さんで、ウナギのときは、さばいたあと上手に串にさして焼いてくれたり、カニを茹でてくれたり、また川魚を天ぷらにあげてくれて、皆で熱々のところをハフハフ言いながら食べたこともあった。宅配便で送られてきた重い箱から筍が出てきたときは、Y男さんが「やっぱり筍ご飯だね」と率先して切る係になり、他の女性たちはご飯を炊いて一緒に作った。Y男さんは「何年振りだろう。一人だと筍ごはん作らないから」と言っていた。このゲームでは、空想上の食べ物であっても、皆で本当に会食をしたような満足感を全員が感じているのが手に取るように伝わってくる。私自身ももちろんそう感じる。Y男さんの表現は特にリアルで、演技力だけでなく、本当にあたかもそこにそれがあるかのように感じる感覚や想像力が高いように思う。「コーヒー、ああ良い香り～。コーヒー好きなんですよ!」とおいしそうにカップからコーヒーをすすったり、大好きなお酒を「あ

一、しみるね～」と飲むしぐさは、彼の手の中にあるおちょこが見える気がするほどのレベルだ。苦手な甘いお菓子が来ると、「僕は香りだけで遠慮します・・・」と手を付けずに隣の人に渡したこともあるので、ご本人が、架空のものをリアルに感じているのは間違いない。

また、彼の暖かい人柄がよくわかるのが、動物を扱うときだ。子犬や子猫を彼に手渡すと、本当にそこにいるかのように見てほほえみかけ、抱っこをして、「可愛いね～名前は何か言うの？」などいろいろ話しかける。私がカエルを渡して、女性たちがキャー怖い、と言ったときも「可愛いよ」と撫でていた。話し方も、実に情感がこもっている。パントマイムの当てっこゲームでも、例えば、お雑煮を食べるときの良く伸びるお餅の感じや、ミカンを食べるとき、袋の白い筋を丁寧にとっている様子など、秀逸であった。また強い風で、おちょこになった傘を渡していったときは、女性陣の皆が吹き飛ばされないようにしながら、隣の人に傘を回していき、最後にY男さんが凜とした風情とユーモアの雰囲気漂わせながら「たためばいいんですよ。」と言い放ってさっとたたみ、パッパッと傘の水を切ってセラピストに返した。女性たちが「キャー風が！」などと言っていた混乱を冷静にさっと鎮めた雰囲気と、「事件」のクリエイティブな収束方法がとても良かった。

一人ぼっち

この施設でドラマセラピーを始めた当初に、いろいろな動物のパペットを2回連続して使用したことがある。多くの種類の動物から、Y男さんは魚を選んだ。

一回目のとき、魚は「広い海に一人ぼっちで住んでます。みんな仲良くしてください」と自己紹介した。その後、ペアを作るとき、私（ライオン）と組むことになった。ライオンは「僕も一人ぼっち。お互い仲良くしよう～」と言い、それぞれ食べものを取ってきて分け合って食べるお話になった。

その次のセッションでも、彼は前回と同じ魚を選び、「せまいガラスの器に入って嫌でしかたないです」と自己紹介。ペアになった犬（女性の参加者）が「いつか外に出してあげるね」と言ったのだが、二人の中ではストーリーがそこまでしかできてなかったのも、私がすかさず「はい、ではその『いつか』になりました」と言うと、犬は魚を外の世界（広い池）に出してあげて、魚の想いが叶う場面ができ、「わ～！気持ちいい！」「よかったね～！」というハッピーエンドになった。彼が、若いとき釣りが好きだったということは、ずいぶんあとに知ったのだが、それで魚を選んだのかも知れない。

セッションの最後に一人ずつ感想を言うとき、Y男さんは「自分は一人暮らしだから、こうして皆さんと一緒に話ができるのが何より楽しい。次回を楽しみにしています。」と、ほぼ毎回、同じ発言を繰り返していた。Y男さんが「一人」は嫌だという思いは、全セッ

ションを通して何度伝えられたことだろう！

連続セッション初期のころ、会いたい人に会うドラマを作ったことがあった。彼は、ペアを組んだ相手（セラピスト）に母親になってもらうよう頼み「お母さん。60年ぶり！」と再会を果たした。その後、「怒られてばかりだった。思い出して涙が出てくる」と目頭を押さえていた。Y男さんはご高齢だが、それにしても「60年ぶり」とは、かなりお若いときに母親との別れがあったのだろうか。今、私には多くの場面を見たY男さんの嬉しそうな顔が思い浮かぶが、ときにはこのように悲しみも表現されたことを思い出す。また、約1年半たったお正月のセッションでトレーニーの金光真理さんが、おせち料理が好きか聞くと、Y男さんは「お袋の作ったおせち料理が食べたい。特に煮物が上手だった」としみじみと語った。

また、セッション中期（始まってから1年3か月のころ）、参加者一人一人の夢を叶えるドラマを創ったことがあった。Y男さんは、「家族団らん」をしたいという希望だったので、日常のたわいない家族の食事場面を作った。（Y男さんと奥さん、子供たちで、奥さんが作ったものを「おいしい！」と食べる。）ドラマ後「僕は、今日のドラマが今までで一番嬉しかった！」と述べたが、実際、それまでで一番幸せそうな表情で、見ているこちらも非常に嬉しくなった。彼が元々もっている架空を楽しむ力が最大限に発揮され、身体と心全部で団らんを感じとっているように見えた。

架空で飲むお酒

Y男さんは、主に「架空のものを手渡すゲーム」で、お刺身や豚汁が出るときは大抵「美味しいなあ、一杯ほしいね」という発言をしており、私はその希望に応じてお酒を出し、希望者たちで飲む場面を作っていた。「飲酒の問題」があると施設から聞いてはいたが、「架空であっても飲酒の場面を作らない」という選択はしなかった。その理由はいくつかある。

まず、このグループでは心の交流ができていて、グループが安心できる表現の場になっていたこと。Y男さんに遊び心があり、自分のユーモアの力を使って、人を笑わせようとするなど、セッション内で、ある意味余裕が見られていたこと。何より、ドラマの架空性を楽しむ力があり、なおかつ現実と架空の二重意識（あたかも現実のように演じることができ一方、架空であることが認識できている状態）がしっかりあったので、「飲酒」を架空内で楽しみ納めることができると感じたことである。このようなことが見られる場合、私は、良くないと思われる行動（彼の場合は飲酒）を、セッションの中で禁止しない。むしろ、それを否定せず受け入れ、さらには皆で楽しんでできる場を作ると、受け入れられた満足感で、現実に戻ったとき、その行動が減るか、あるいは少なくともその行動が増すということはない、と考える。アダム・ブラトナー（ドラマを治療に使っているアメリカ

の精神科医)の「(患者に)架空のドラマで表現させると現実での行動化が減る」という主張(1988)とも合致する。

上記とは反対に、遊び心や創造性が見られず、余裕のなさを感じる人や、特にセッション初期のころに、架空を楽しむことがまだできていない状態にあると思われる人には、その人が現実でやってはいけないと思われる行動を、セッションの中でさせることはない。

私は、依存症の中間施設で回復を目指す方々(20代~60代)に10年近くドラマセラピーを実践しているが、そこでは、ゲームやドラマで、飲酒行為(または、他のアディクション行為)をさせることはしない。むしろ、たとえば次のようなワークをする。飲酒欲求がどのようなメカニズムで起きるのかを皆で話し合いながら、そのプロセスをドラマ化し、まさに飲んでしまいそうな手前でストップし、そこからそのドラマを巻き戻して、飲まない方向に行くためには、どこでどんなことをすれば(あるいはしなかったら)良かったか、さまざまな選択肢のアイデアを出し合って演じ合うという方法である。中間施設では、断酒をしてソーバー(素面)の状態が少なくとも数か月間、継続してしている人たちを対象に、徹底的に残りの人生で二度と一滴も口にしないことが実現できるよう、最大限の努力をするという合意があるからだ。これから先、就職や家庭を築くこと、よりよい社会関係を創ることなど、人生をやり直せる可能性が十分あり、そのためには、今の断酒の苦しさは将来報われるという基本的なコンセンサスのもとに援助をしているのである。もしも飲みたい気持ちが正直に語られた場合は、もちろん理解を示した上で、飲みたい感情を表現してもらい、かつ、それ以外の感情(「飲んだらダメだ」「回復したい」「どうにでもなれ」など)を皆で出し合い、十分に声と体で表現してもらおうワーク等を実施するだろう。

しかし、Y男さんの場合は、高齢で、今も今後も独居、身体的に自由に動けない中、唯一と言ってもよい楽しみが夕食時の晩酌ということであれば、それを問題と見なして禁止することが、彼の残りの人生のQOLを上げるのかどうか考えてみれば答えは出ているだろう。もちろん、身体のために量を控えることは良いことであるが、断酒を勧めることは、ここでのセッションの目的ではない。繰り返しになるが、彼がセッションの中で「一杯やりたい」と言うときに、受け入れて一緒に楽しむという選択は、彼の場合は精神的満足につながり、現実の晩酌の量を増やす可能性は低いと考えた。規則的な生活(毎朝、ここのデイサービスに着て一日を過ごし、夕方帰宅。近くのスーパーでお弁当などを買い、家で食べ眠り、翌朝またデイサービスに来る。)をしていることも考え併せ、「飲酒シーン」を特に禁止しないという判断をして、トレーニーにも伝えた。

変化

一般的に、セッション内で変化した人は、それと並行して現実生活でも変化が始まることが多い。しかし、Y男さんの場合は、大広間での無口な様子と少人数セッションでの表現力あふれる様子の乖離は、なかなか埋まらなかった。認知症では、他者からのアプローチがなければ、自分から能動的に他者に働きかけることが少なくなる場合がよくある。内面的に変化があったとしても、表面に出なかったという可能性もある。また、大きな理由としては、視野狭窄による目の不自由さと歩行の困難などで、大広間では（物理的に多人数とともにいても）積極的に交流できなかつたことが考えられる。

しかし、記録を読み返してみると、変化は少しずつ起きていた。私たちセラピストが大広間のY男さんの目の前まで行って挨拶をし、誰だかわかるとニコツとしてくれたり、全体セッションで、よく見える真ん中あたりに座っていたときは、ことわざゲーム（セラピストたちが、あることわざを表すミニドラマを演じ、何のことわざか観客が当てるゲームを後年行っている）で正解を言い当ててくれたこともあった。

あるお正月のセッションでは、「今年、私は年男だから、いろいろやってみたいです。」と前向きな発言をし、金光さんが「何か一つ教えてください」と聞くと「それは秘密」と茶目っ気を出して笑っていたそうだ。その日の金光さんのジャーナルには、以下のような記述がある。

今年、年男ということ、希望を持っている様子が見えた。空海の役も最初は遠慮したもの、演じる時には積極的だった。最後の感想で「いい夢を見てみたいです」と話していたことにも希望を感じた。

また、お正月は一人で過ごしたとのことだが、「お正月は面白いテレビが沢山あるから」と余裕が感じられた。デイサービスに来ることやドラマセラピーを通してご自身の環境を受け入れて、独居だったとしても楽しみがある、と考えられるようになったのかもしれない。

何より特筆すべきは、実は、職員のY男さんに関する認識の変化だった。ドラマを始める3年半前までは、Y男さんの隠された表現力やユーモアは、まったく知られておらず、「黙って無表情に座っている人」という印象が強かったと推測される。独居で認知症、飲酒の問題がある、ということも複数のスタッフから聞いたが、それらが、職員の彼に関するコメントのほとんどすべてだった。ところがドラマセッションを重ねるにつれ、参加した職員たちの「うわさ」で彼の「評判」が少しずつ塗り替えられていったと思われ、ドラマに参加したことのない職員たちも、「Y男さんは面白い人」という共通認識をもつようになったのだ。特に、この施設に来たばかりの若い新人スタッフが、「Y男さんは面白いから、私は彼と話すのが好き」と言ったのを聞き、Y男さんが初めから職員に好印象を与えたという変化に、目を見張った。

「暖かい（温かい）もの」

約2年半が過ぎたあるセッションで、「3匹の子豚」をやったとき、Y男さんと金光さんは二人でオオカミを演じた。そのとき寒い季節だったこともあり、物語の最後に、レンガの家の暖炉で子豚たち（女性の参加者）が何か温かいものをと、お芋を煮て、うっかりオオカミにも配ってくれた。そのおかげで、皆で「美味しいね」「温かいね」と仲良く食べるシーンになり、Y男オオカミは、「もう意地悪するのはやめようね」と仲間のオオカミに自発的なセリフを語りかけた。

その後、サンタクロースからのプレゼントのワークをした。トナカイが一人ずつに段ボール箱を渡し、それぞれが「欲しかったもの」をもらう。Y男さんは「何がいいかな。暖かいものかな」と段ボールを開ける。サンタ（施設の職員）とトナカイ（金光さん）が待ち構えていると、Y男さんは「こたつだ！」と叫んだ。トナカイがこたつを組み立ててY男さんが足を入れる。「暖かい！」そこでトナカイもサンタも足を入れて3人が温まるシーンができた。職員サンタが、「こたつと言えばみかんですかね」と言うとY男さんは「私はこっちかな。」と、おちょこを持つ仕草をした。すると、職員サンタは「また、それですかあ」とちょっと不満そうな顔をしたのだが、金光さんは「じゃあちょっとだけ。」とお銚子を傾けるアクションをした。Y男さんは「おいしいー！体にしみるねえ！」と味わっていた。

年末だったので、1年間を振り返っての感想を聞くと「僕は家に一人で居るのは寂しい。だからここでのぎやかにできるのが嬉しい。今年はここにいられてよかったです。」と話してくれた。

「暖かいもの」は、彼のキーワードの一つである。金光さんは、Y男さんが暖かいものと言ったのは、人のぬくもりだと感じたという。職員は、お酒にあまり良い反応をしなかったが、実際、彼の身体に良くないものなので、現実的でもっともな反応と言える。しかし、金光さんは「暖かいこたつで他の人からお酒を注いでもらって飲むという交流を大事にしたかった」と振り返りで述べている。

その翌月のお正月には、神様からお年玉をもらうワークを行った。Y男さんは、「やっぱりこれですね。」とおちょこを持つ仕草した。お正月なので樽酒にしよう金光さんが提案し、Y男さんに樽酒を木づちで割っていただいた。それを枩に注いで、Y男さんが皆の健康を祝う挨拶をして全員で飲んだ。

最後のセッション

結果的にY男さんにとって最後のセッションになったのは、参加開始から約3年ほど経った冬のことだった。

Y男さんは、自分の家は寒いのだとよく話していたので、この日、私は架空のホカロンを手渡した。彼はいつも通りリアル感たっぷりに「あったか〜い」と腰に当てる。その後、彼が好きな豚汁を出すと、やはりいつも通り「これを食べると、一杯ほしいね」と言う。豚汁が全員に配られたタイミングで、私がお酒を飲む場面をしようとする、Y男さんは「さっき、豚汁を食べているときに飲んじゃったから」と発言した。実際には、彼は豚汁を食べるアクションをただけで、お酒を飲むアクションはしていない。「飲酒」を自ら断ったのは初めてのことで驚いた。金光さんは、次のようなジャーナルを記述している。

これは、Y男さんは豚汁の時に、一杯飲みながら食べるイメージを持っていてそれで満足したということだろう。おそらくドラマセラピーの間、何度も「一杯飲みたいね」と言った時にそれを受け入れられている体験からくるものではないかと考えられる。Y男さんにとって、受け入れられ、共感されることが大きな意味を持つのである。

このセッションの後、急な事情が発生して他施設に入所され、もうこのデイサービスに戻って来ることはないと言った。挨拶ができずにお別れになってしまったことをとても残念に思う。最後に「架空の飲酒」を断って、去って行ったことが興味深い。

参加後半は、独居の生活が困難になってきたため、頻繁にショートステイのサービスを利用するようになって欠席が増えていったが、デイサービスに参加しているときは必ず出席し、約3年で50回ほど参加した。男性では唯一の皆勤賞である。

温かい料理、暖かい家、家族とともに過ごす心温まる時間が、彼の夢であった。母親をはじめ、家族との団らん、一緒に食事をする時間を、このドラマグループでの疑似家族とたくさん過ごしてきた。毎回、暖かさをもって帰っていただけたとしたら嬉しく思う。

クリエイティブ・アーツ・セラピーの機能

アメリカのドラマセラピスト、デイビッド・R・ジョンソン（2009）は、クリエイティブ・アーツ・セラピー、特にムーブメントセラピーやドラマセラピーが高齢者の健康に強い影響を与えることを主張し、その活動は、以下の5点での貢献が大きいという。

1. 自己存在の位置認識、そして自己の活動を増加させる

構造化された人的関係を創って、そこで感情、感覚が活性化する。

2. 想起を促す

想像力に富む、はっきりとした指示や遊び、視覚の刺激などにより、深い記憶を想起し、またグループ内で想起したことを共有化できる。

3. 自己理解と受容を促す

即興的な表現を促すことで、内部に沈潜していたことが表出する。そのようにして自己が表現したことを、今、新たに理解することで、自己の限界や強さを理解できるようになる。

4. 意味、意義のある人的な相互関係を発展させる

構造化されたコミュニケーションを作り上げるので、そこで、親密度が増す。芸術表現の力で、普段は参加できない人も平等に参加できるような工夫ができる。遊びと笑いの要素で仲間意識を高める。

5. 共同体、コミュニティの気分、精神を作り上げる

共同的な催しをすることで、所属意識を強化する。施設への所属や、そのグループへの所属や、一緒に行う芸術表現の活動への所属。これが、共同体的な意識を作り上げる。

この施設での実践と照らし合わせて読むと、まさに上記のすべてのことができていると思え、Y男さんにも当てはまる。そして3年の間、セッションの中では、彼の表現力や認知力はまったく衰えを見せなかった。彼が毎回参加したドラマの共同体は、彼と職員との関係を少し変容させ、彼には一定の存在意義そして所属意識を提供することができたのではないだろうか。

今、彼がいないことを寂しく思う。

* セッション内容の記述は、主にトレーニーの記録とジャーナルを元にしてている。

文献

Blatner, A.(1988) *Acting in: Practical Applications of Psychodramatic Methods* (2nd ed.). New York: Springer Publishing.

Johnson, D.R. and Sandal, S.L. (2009) *Waiting at the Gate: Creativity and Hope in the Nursing Home*. New York: Routledge.