

# ダンスムーブメントセラピーに おけるセッションの構築に向けて —精神科デイケアの事例からの検討—

神戸大学大学院 金 英恵  
神戸大学 柴真理子

## ●はじめに

精神科デイケアとは、在宅の精神障害者が昼間の時間を地域の安定した治療環境のもとで過ごしながらか、専門の職員による適度な治療的関わりを受けつつ、仲間とともに社会的回復を目指すリハビリテーションの一形態である。

日本におけるリハビリテーション医学の第一人者である上田は、リハビリテーションとは一般に機能回復訓練のことであると考えられがちだが、実はいかなる障害であれ障害によって損なわれた自尊心を回復する全人間復権の過程であると主張し、QOLの向上を重要視している。このことは、精神医学者で舞踊に造詣が深かった石福(1936～1982)が精神病棟での舞踊療法に期待していたことと通底していると考えられる。石福は人間の身体性を問いながら、自己認識の原点としての身体を重視して、精神分裂病患者における閉ざされた自己(人間)の回復を舞踊によって働きかけようと模索していた。また、身体は行動や知覚以前に表現でありメッセージであると主張して、開かれた系としての生きた身体を重視し、舞踊によって近づきえるコミュニケーションの可能性を模索しながら、病者と共に踊る集団舞踊に深い意味を見出していたことが著作から伺える。

筆者は石福の残した文献と出会う中でダンスセラピー実践の一步を踏み出したが、本研究ではデイケアにおける事例の経過を報告しながら、精神障害者のリハビリテーションに有効なセッションの構築を、QOLの向上を目標に、身体性の回復とコミュニケーションに視点を当てて検討する。

## ●実践報告

〈対象〉神戸市西区の関西青少年サナトリウム付属デイケアセンターに通所する精神障害者(ほぼ70%が精神分裂病)平均年齢39才・男女比2対1・参加のべ人数289人・平均参加人数12名

〈期間〉99年4月～9月末・毎週水曜(24回)

〈セッションの流れ〉(およそ60分)

導入(10分) — みんなで踊る・動きのリズムの共有(15分) — 動きの発展(15分) — ボディワーク(10分) — 分かち合い(5分)

◎デイケアの性格上、参加は自主参加を基本とし、オープンプログラム形式で出入りは自由。(但し必ず専従スタッフが一名以上参加)

◎参加者の希望によって、使用する音楽や動き

のリクエストをとりいれて工夫した。

〈事例1・A男〉分裂病・40代・連続22回参加。高校卒。地元の工場を転々とする。10才以上年上の妻の話では、20代の頃から言動にすこし変と思わせることがあった。95年阪神大震災被災後、避難所暮らしで発病。約一年半の入院後、99年春よりデイケア開始。初回はスタッフの好意的誘導で参加。緊張強く殆ど棒立ち状態で経過。会話も困難。浅い呼吸。ストレッチなどは全くできず無表情に一点凝視。4回目に筆者がA男の立ち姿を彼の名前を言いながら真似をするパフォーマンスをすると、初めて表情を崩して笑顔をみせた。以後、意欲の感じられる参加態度に転じる。しかし軽快な音楽のリズムに乗って動くことは困難で途絶しがち。好きな演歌の美空ひばり・「川の流れ」に合わせると深呼吸しやすくリラックスできる様子。この曲を使って、自分の名前を全身で書いてみることを毎回繰り返すうちに自分なりの動きを楽しむ様子がでてきた。13回目頃には女性メンバーと動きのやりとりができていた。動きそのものは脆弱で棒立ちも多い。しかし身体に関する言動がこの頃より聞かれるようになり、「毎週ダンスをするので身体が動きやすくなった」と言っている。ダンスが本人にとって気楽に参加できるプログラムとして定着している様子。回数を重ねる毎に参加メンバーと会話が増えてきたとスタッフの指摘あり。19回目には好きな曲をリクエストした後、促されると躊躇しながらも円の中心に出て、自分の名前をアレンジして踊る。足元のおぼつかない感じあるが体幹の緊張が軽減しており、手を柔らかく繊細に動かす本人らしい表現に目をみはるものがあり、自然に仲間から拍手が沸きあがった。最終回のアンケートでは「ダンスはむしろかしい・けどおもしろいから参加した」と回答している。

## ●まとめ

分裂病の社会的回復過程において、自閉に対してどのように働きかけるかは重要な課題である。閉ざされた自己に他者が働きかけることは易しいことではない。しかしダンス空間においては、生きた身体への気づきを促すムーブメントを経ながら、無理をしない雰囲気包まれた自己表現の場を演出することが可能ではないか。本事例を通して自己認識の原点としての身体が、ダンス空間の共有において他者に向かって開かれていく過程に、精神科リハビリテーションに有効なセッションの可能性を検討できるものと考えられる。

〈主要参考文献〉

上田敏：リハビリテーションの思想 医学書院1987

石福恒雄：石福恒雄著作集 太陽出版1983

浅野弘毅：精神科デイケアの実践的研究 岩崎学術出版1996