

アートで心の治療



アートを使って母親の心に寄り添う森さん(右、普通寺市で)

アートを通じて患者やその家族の心に寄り添う「アートサイコセラピー」(APT)を、普通寺市の国立病院機構「四国こどもとおとなの医療センター」が実施している。流動研究員として働く現代アート作家の森かおりさん(34)が、長期入院などで心理面のサポートが必要な母親や子供、妊婦らに専門セラピストとして治療を行い、信頼を得ている。

(新居重人)

普通寺の作家がセラピー

「今日は何を使って描きましようか」。先月26日午前、同センター1。森さんは岡山県新見市の母親(36)と向き合い、優しい口調で語りかけた。母親の長男(3)は血液の病気にかかり、昨年8月から入院している。看護のため母親も院内での生活が始まり、大きなストレスを抱える。

母親は1時間ほどかけ、木炭で画用紙に無数の四角を描いた。終

長期入院患者や家族

対話などによる精神療法とは異なり、意思疎通の方法として視覚芸術や言葉を使う。言葉にならない思いや気持ちが無意識にアートへ反映することを利用し、気づきを促す療法で、英国では医療行為として確立されている。癒やしや自己啓発などとは一線を画す。

了後は「週に1度のセラピーだけで、好きなように絵を描いていると気持ちが晴れていくのが自分でもよく分かります」と笑顔で話し、森さんも「最初の頃に比べて、落ち着いた様子。ずいぶん変わりましたよ」と目を細めた。

森さんは高校生だった1999年、日本での生活を窮屈に感じ、普通寺市からニュージーランドに渡航した。同国の高校から美術大

に進学し、作家として創作活動を始めた。卒業後、「アートを表現することの意味を探りたい」と考えるようになり、大学院で幼児教育学や脳神経学、心理学を学んだ。2009年にアートを活用したセラピーが学べる英国へ渡り、11年に同国でアートサイコセラピストの資格を取得。13年に帰国した。芸術の力で患者を癒やす「ホスピタルアート」を取り入れていた「四国こどもとおとなの医療センター」に相談してみるとAPTを理解する医師が推薦してくれ、採用が決まった。自身のアート活動も続けていこうと、常勤の研究員ではなく非常勤の流動研究員になった。月曜日から木曜日まで勤務し、週末は自宅近くのアトリエで制作に励んでいる。

紙や粘土、鉛筆など様々な素材を受け手が選んで自由に自分を表現し、それを意思疎通のツールにする。森さんは「セラピーを必要とする人のため、時間と空間を提供していく」と話す。そして自身の創作活動についても、「自分と対話しながら作品を制作していく、セラピーと両立させたい」と意気込んだ。