

認知症の人とのコミュニケーション①

取材・文／上村悦子 イラスト／清水みどり

認知症の人の介護では、どうコミュニケーションをとればいいのか不安に感じているという声をよく耳にします。しかし、もっとも不安なのは、認知症の本人です。どのように接すれば、認知症の人と信頼関係を築いていくことができるのでしょうか？また、心の通ったコミュニケーションができるのでしょうか？

現在、関西福祉科学大学で認知症高齢者への支援について研究する都村尚子さんは、これまで数えきれないほど認知症の人とコミュニケーションを重ねてきた一人です。

「認知症が進行すると認知機能は衰えますが、感情は最後まで残ります。接し方にも、どうせわからないからと手を抜いたり、ごまかしたりするのではなくて、言葉の中身は理解できなくなつても、言葉づかいや声のトーン、話している表情などはきちんと理解されます」

そう話す都村さんですが、当初は手探り状態だったそうです。大学卒業後、特別養護老人ホームの職員として運営

「アイデンティティーを失うことのつらさ、苦しみは、誰もみな共通です」

「当時はまだ認知症への理解は進んでなくて、ケアもそれぞれが自己流でがんばっていた時代です。私はお年寄りの話を聞くのが好きなのですが、積極的に話しかけようとしても壁にぶつかることが多く、なぜ対話がそんなに困難なのか、研究に力を注ぐようになりました」



お話をうかがったのは…

都村尚子(つむらなおこ)さん
関西学院大学法学部卒業後、特別養護老人ホーム職員、介護福祉士養成校の教員を経て、臨床教育学博士号を取得。現在、関西福祉科学大学社会福祉学部教授。関西福祉科学大学大学院臨床福祉学研究科教授。五感対話ネットワーク代表理事。専門は対人コミュニケーション、高齢者福祉、ケア学。著書多数。

勉強のため介護先進国のオーストラリアや北欧へも行き、国内で著名講師の研究会があると聞けば参加。その間、介護福祉士養成校の教員を経て、教育の道へ。アメリカのソーシャルワーカーI、ナオミ・ファイル氏が提唱する認

たとえば、こんなケースも…。

久々に実家を訪ねてみたら、冷蔵庫の中が、消費期限切れの食材などでパンパンに！

買ったことを忘れて、また買ったんちゃうの？

もう、こんなに買ってどうすんの！ 奥の方、全部腐ってるやん！

…と、つい感情的に言ってしまいがち。

消費期限切れ！



お母さんはずっと私たちのためにおいしいごはんをつくってくれてたんやね…

でもこの冷蔵庫、お母さんにとっては、みんなを満足させてあげたいという気持ちの表れ、家族を長年支えてきた“主婦”としてのアイデンティティーの象徴なのかもしれません。

認知症の人とのコミュニケーション法「バリデーション」が日本に紹介されてから約10年はその研究をしてきました。「一方で、私は長く『いのちの電話』の研修員も続けていました。そこで使うコミュニケーション法とバリデーションには共通点があつて、生きることを困難に思う方と、認知症の方の苦しみにはあまり変わりがない。認知症で普通の会話は難しくなつても、五感を使って寄り添うことで心を通わせることができる『五感対話法』に行き着いたのです」

認知症の人の苦しみとは、どんなものなのでしょう？

「私が間違なく言えるのは、アイデンティティーの喪失です。単に記憶が障害される、生活レベルが不自由になるととも積み重なると困難になりますが、いちばんの苦しみは、自分の中の大切な自分らしさを失っていくこと。たとえば、私が実際にケアを担当した元大学教授は、朝食後に毎日、すり切れ

認知症の人との関係性をよくするには、その人が「なぜその行動を取るのか」をよく考えること。「本人が苦しんでいる根本は何なのかを語ってもらい、耳を傾けてあげること」が最もいい方法のようです。（次号で『五感対話法』について詳しく教えていただきます）

た帽子と黒い皮のかばんを持って出かけようとされました。彼のアイデンティティーは、大学に行って教鞭をとること。帽子とかばんはその象徴なんですね」と納得されたそです。

当初は「先生、今日は授業ありません。休講です」とごまかすと、「ああ、そっか」と納得されたそです。

「しかし、この言い方の問題は永遠に繰り返すこと。そんな薄っぺらいウソではなく、目線を合わせて『先生、どうなふうに活躍されていたんですか』『何を教えていたんですか』と話を聞かせてもらう。自分がいちばん生きとされていたころの話を聞けば、喜々として話されるのです」