

《論文》

「関係のなかでの生きにくさ」を
ソーシャルワークする

—高校生のための福祉と心理・入門—

さきはら ひでき

「関係のなかでの生きにくさ」を ソーシャルワークする

—高校生のための福祉と心理・入門—

さきはら ひでき

要旨：高校生に向けての福祉と心理・入門である。筆者の臨床現場での体験をふまえ原理的に考察した。1) 学生生活と人生をソーシャルワークする方法を検討し、2) 自作の詩集から10数篇を取り上げて「障害」や「心の問題」を、「関係のなかでの生きにくさ」としてとらえ直す方法を検討した。

Key Words：高校生 福祉と心理・入門 関係のなかでの生きにくさ ソーシャルワーク 体験談

はじめに

高校生の皆さん、先行きの見えにくい時代にどのような一歩を踏み出したらよいか？ それは、あなたの方次第。私は、社会福祉学科教員として、学生や同僚と共にこのように考えて、仕事を進めてきました。

本学福祉社会学部には、学生と教員で運営する社会福祉学会という学内学会が置かれ、学術研究を推進し、会員相互の学問的交流を促進するとともに、地域社会の文化的発展に寄与することを目的に活動しています。

私は学内学会で発行している機関誌『ゆうかり』の編集を長く担当しています。2015年8月に『ゆうかり』に掲載した作品をもとに、『人生、楽しくするもしないも自分次第』という本を作りました。

他方で、一臨床家として、2013年5月に臨床現場や生活のなかでの実感をフィクションとして、詩集「まよなかのシャボンだま」にまとめました。

前者には、在学生在が、『ゆうかり』バックナンバーから、①読んで面白く、他の人にも勧めたい作品、②学生やOB・OGたちが地域やそこにあるネットワークにつながり、何で遊び、あるいは学び、自分

の生き方をつかんできたかが見えてくる作品を基準に選んだものを掲載しました。

学生時代から、そして社会に出ても、周囲にある環境との相互作用のなかで、何を目標にどのように生きていくかという自分自身に対するソーシャルワークを喜怒哀楽とともに試行錯誤しているのが伝わってくるかと思います。

後者では、臨床現場や生活の営みを通じて、「障害」や「心の問題」とされる内容を朝起きてから夜寝るまでの営みでぶつかる課題として整理できるのではないかと。「関係のなかでの生きにくさ」という舞台の上でなら、状況を整理しやすくなると考え、まとめてみました。

2冊を読めば、冒頭の問いかけと答えの間にある考え方の一端がみえてくるはずですが、自分のための先行投資と考えて、買って読んでみてください。

本稿は、冒頭の問いかけと答えの間にある考え方を紹介するために書いています。生活の営みで感じる感覚に近いエピソードやことばで考えるための方法の提案になります。

1章では、学生生活や人生をソーシャルワークする方法について「関係のなかでの生きにくさ」の視点から考えてみます。それは、「障害」や「心の問

題」を個人の持ち物にしないで、生きている状況のなかでぶつかる「生きにくさ」としてとらえ直すことにもつながります。つまり、「障害」者とそうでない者の違いにではなく、共通する点に着目して、困難なこの時代をどのように生きていけるかを考えることとなります。

2章では、福祉や教育現場で臨床に関わる者として、「関係のなかでの生きにくさ」にぶつかっている人たちと模索するなかで見えてきた方法を紹介します。一緒に考えてみませんか？

1章 学生生活と人生をソーシャルワークする方法

1章では、「人生、楽しくするもしないも自分次第」の制作裏斬を通して学生生活や人生をソーシャルワークする方法を考えてみます^{注1)}。

1. 皆さんが生きる今をどのようにとらえるか？

国や自治体単位で、そこに生きる人たちの社会保障などの社会政策を検討するのを広い意味での社会福祉とします。他方、生きていくのに困難を抱えている個人や地域にかかわり、その生きにくさを調整する営みも狭い意味での社会福祉、ソーシャルワークと考えます。

ソーシャルワークでは、かかわる対象となる個人や地域の置かれている状況から検討を始めます。

そして個人や地域が、周囲との関係のなかで生き直しを進めるためには、1) 周囲がかかわりやすい環境になることや、2) 今ある力で周囲とかかわっていこうとする姿勢をサポートすることが重要になってきます。

社会福祉学科の学生はじめ、大学生がどのような状況に置かれているかについて、本書5章『ゆうかり』巻頭言にみる学内学会今昔から2012年3月、2015年3月に書かれたものの抜粋をもとに考えます。

卒業する皆さんへ

2011年、3月11日午後2時46分、東北地方を襲った大地震、直後に発生した大津波そして福島原子力発電所で発生した大事故から1年が経ちました。まだこの災害（自然災害／人為災害）の全貌を把握す

ることはできません。また被害の実態を受けとめられる状況にもありません。

一方で昨年も自殺者が3万人を超えました。21世紀に入って以後毎年3万人を切ったことがありません。東日本大震災で亡くなった方々は2万人弱と推定されていますが、亡くなった人の数からいえば、毎年東日本大震災規模の被害が発生しているということになります。

「かごしま路上生活者を支える会」の堀之内さんは「社会福祉特講Ⅲ」の講義の中で自殺を「小さな災害」と表現し、その小さな災害が折り重なり大きな災害となって現出していると語られていました。自殺は毎年発生している「大きな災害」であるということです。

自殺は個人の心の問題に集約できるものではありません。このことはすでに19世紀の末、社会学者のデュルケームが「自殺論」で展開しているところです。ソーシャルワークの視点から観れば、自殺問題は社会の中で発生する人為災害と考えることが妥当でしょう。日本社会は抱えきれない大きな課題をいくつも背負いながら、明確な指標を持たずに迷走し続けています。

翻って、皆さんひとりひとりの個人状況はいかがでしょうか。すでに進路が決定し、福祉機関や企業での研修に入っているひと、まだ思うような進路先に出会えず求職中のひと、なお専門学校や大学院での学業を続けようというひと、それに何よりも国家試験に合格したひと、残念ながら届かなかったひと、希望に胸弾んでいるひと、不安が胸いっぱいひと、悲喜こもごも、不安と希望が交錯しているというのが現状でしょう。

しかしどのような進路をとるにしろ「ソーシャルワークの精神」は皆さん方に生きる指針を用意してくれるものだ確信しています。「ソーシャルワーカーとしての人間力」を磨き続けていかれることを願っています（天羽, 253-254pp）。

卒業する皆さんへ

縁あって社会福祉学科で学び社会福祉学科を卒業する皆さん、卒業おめでとうございます。

人によっては残念ながら国試の合格に至らず、また望んでいた会社への就職が適わず、晴れ晴れとし

た気持ちを持ってないという人もいるかもしれませんが、しかし、社会に出るといふ事はそういうことです。一軍の選手として活躍をする人もいますが、一軍から二軍へ落とされる者も、二軍から一軍へ上がる者もいるのが現実社会です。様々な悔しさをばねに飛躍して、栄冠を勝ち取るのも人生です。

しかし、人に勝つことばかりを考えていると案外足もとのぬかるみに気付かないものです。自己覚知。自分は自分です。己に克つことです。その結果として他者に勝つことにつながる。ここに人生の醍醐味があるのです。自分に厳しい人は他者にやさしくなれます。

学問として本学で学んできたソーシャルワークの知識を、考えて行動に移すのではなく、自然な振る舞いとなるべく、血となり肉となる知恵までへと高めるようにしてください。

皆さんの前途は大きく開けているのです。

在校生の皆さんへ

新生生の皆さん、本学会誌を初めて手にし、どのような感慨を持ちましたか。

一読することで鹿児島国際大学社会福祉学科での学びや学園生活の様子がおぼろげにイメージできるものと思います。なかには、第一志望校に残念ながら入学できず、不本意で本校に入学してきて気持ちの晴れ晴れしないという人がいるかも知れません。しかし、先輩たちの中にもそのような状況乗り越えて社会的に活躍されている方がたくさんいます。どのようにして乗り越えてきたのでしょうか。

ここから・今から新たなスタートだと気持ちを切り替え、成功をつかみ取ったのです。ぜひ、最後まで熟読することを勧めます。

2・3・4年生の皆さん。学会誌は単なる読み物ではありません。

先輩方の学生生活や国試に向けての勉強の仕方、社会人となつての責任や学生時代の反省等々、皆さんがこれからの学生生活で身につけておきたいことや、方向性などが如実に述べられております。

心して読み、これからの学生生活への指針として役立ててください（田中、257-258pp）。

2つの巻頭言の抜粋と、「はじめに」に書かれた、

以下の津曲貞利学長の言葉から、みなさんが生きる今をどのようにとらえ、何から始めたらよいかが見えてきませんか？

近年、天変地異も含め予想もしない出来事が数々起きて、先の見通しの付きにくい時代になりつつあります。予知することだけでなく備えることが必要、しかも防ぐことより覚悟することに重きを置かなくてはならない時代と言われています。

社会の事象を注意深く観察することによって、可能性やチャンス、わくわくするような未来も見えてくるはずですが、しかしそれは社会事象という言葉は誰にでも均等に降り注ぐものを、自らの意志や知恵、努力によってピンチではなくチャンスに変えようとする人にしか見えてきません。それこそ「人生楽しくするもしないも自分次第」。

観察や事象の調査研究から法則や傾向を導き出して、社会に活かし、其々の人生に活かすことに結び付けたい、常にそれらを追い求めようと努力する教員、学生、そして卒業生の姿が本著には見事に表れています（津曲、3p）。

数々の予想もしない出来事が起きても、私たちは寝起きする場所を基点として、朝起きて夜寝るまで生活に必要なことやその他を誰かとする日常を生きています。また状況や関係のなかでの生きにくさを感じて生きているのは、「援助」や「支援」の対象者や地域だけではありません。

困難なこの時代を、ソーシャルワークの理念と方法^{注2)}を使い、どのように助け合って生きていけるかが問われているのではないのでしょうか？

2. ソーシャルワークの方法・入門として

人文社会科学系大学での勉強方法には、大きく分けて2種類あります。

一つは、大教室で一人の教員が具体例を交えて話す専門的な内容を理解することが求められる一対多の講義形式があります。

もう一つは、与えられた、あるいは自ら見つけたテーマに対しやりとりを通じて自分の考え方を整理していく少人数で行う演習形式があります。

講義や演習で得た知識や知見は、生きている状況を見直し、何をどのように取り組んでいったらよい

かの道具になるとき、生きた知恵となります。

社会福祉学科では、ソーシャルワークにかかわる実習に向けて、2年次から少人数によるソーシャルワーク演習が始まります。それぞれの分野での実習で求められる理念や専門的知識、技術以前に学ぶ内容があります。具体的には、人とかわかり、その生きにくさについて共に調整するために必要な内容として、コミュニケーション能力、面接技術、自己開示、自己覚知が求められます。

4つの概念について、グループワークを通して学び、体験内容を言語化することが求められます。

生きにくさを抱えている人が、直面している生きにくさについて、うまく話せるのでしょうか？

話せない場合、話しやすい環境をどのように作れるかが求められます。本人が、能力的にあるいは、置かれている状況の理由により、うまく話せない場合、どうしたらよいのでしょうか？

そもそも、その内容を他者とともに取り組んだほうがよいと思っていない人には対してはどうしたらよいのでしょうか？

他方で、生きにくさに対してある程度、整理できても次の課題にぶつかります。何をどうしたらよいかが分かっても、今の自分の力ではなんともできないこともあります。つまり一人で何とかなることばかりではありません。

このような場合、何をどのような順番で、どのように進めていけば、少しは生きにくさが軽減できるのでしょうか？

社会福祉現場での面接による相談を進めるうえでいくつかの状況を考えてみました。相談面接を進めるためには、面接技術やコミュニケーション能力が必要なことは容易に気づけるでしょう。

自己開示や自己覚知がなぜ、必要なのでしょうか？ 自己開示とは、周囲との間で、コミュニケーションをとったり、仕事を進めていくうえで必要な範囲内で自分のことを他者に伝えたり、見せたりできることと考えて下さい。つまり、自分の知られたくない内容も含めて赤裸々に話せというのとは違います。外に出してもよい自分と言えましょうか？

自己覚知とは、そのような自己開示を通じて、自

分とは、どのような存在であるか、もう一人の自分の視点から冷静に見て気付けることでしょうか。その内容は、自分について知っている他者による自分のとらえ方とある程度重なっている必要があります。独りよがりな内容では意味がないからです。したがって自己覚知の内容についても言語化できる必要があります。

面接による相談を進めるために、面接技術やコミュニケーション能力の他に、自己開示や自己覚知が重要なことの意味が分かってきたと思います。つまり、生きにくさを抱えている人と面接による相談を進める側が自分のことをよく知っておく必要があるということです。どのような相手や場面では、どのような自分が出やすいかを知ることは、自己覚知の出発点になります。

生きにくさを抱えている人は、自己開示や自己覚知がうまく機能しなくなっていることが推測されます。彼らが、自己開示をしやすくし、自己覚知につなげていく場や関係を作り、面接を通しコミュニケーションを進める作業も、生きにくさを整理するための一つの方法です。

3. 機関誌「ゆうかり」編集とソーシャルワーク

みなさんが、大学生になり、学生生活やその先の仕事と人生について考えるためには、どのような方法で、何をしたらよいのでしょうか？

私は、

- 1) 大学という共同体での学生の営みやそこを出てからのOB・OGの営みがヒントになる
- 2) 学生やOB・OGには、当面している生きにくさとどのように向き合って、そこを超えてきたかについて書いてもらう
- 3) 機関誌「ゆうかり」に掲載し、大学HPにPDFで丸ごと掲載してもらう
- 4) 自分のアタマと感覚で考え始めている人には、生きるためのヒントとして届くはずだ

と考えて、「ゆうかり」編集を担当してきました。

中国人留学生・周静さんが書いた作品『そんなの勉強して、仕事つける?』は、以下のプロセスを経て、作られました。

本稿は、社会福祉学科出身で現在(2012年1月)、国際交流センター職員の深道涼子さんと長期留学生に関わって社会福祉学科と共同して何かできないかという雑談から始まりました。まず周静さんのチューターであった蓑田彩紀さんに協力して頂くことになりました。

その後、ソーシャルワーク演習Ⅱで周さんの担当になった崎原が演習内で「何でここにいるか?」について語ってもらう機会を作りました。周さんには、崎原がインタビューし、彼女が話す内容をクラスの学生に記録を取ってもらいました。

その記録を基に周さんは蓑田さんと話し合い、日本語原稿を作りました。崎原がいくつかコメントと加筆をさせて頂いた日本語原稿の中国語への翻訳は周さん自身にお願いしました。日本語と中国語の対応については学生課留学生係の王霞さんをお願いしました。

そこで出てきた気になる点については王さんと崎原で相談して日本語、中国語原稿を確定しました。その上で周さんにも確認してもらいました(53p)。

この作品自体、大学という共同体、つまりコミュニティで行ったソーシャルワークの産物だと自負しています。なぜ、ここにいるのか? 彼女は、大学卒業後、就職した過酷な職場を辞めて目標を失っていました。父の勧めで日本語特訓後、本学に留学し、チューターにも恵まれ、具体的に困っていることはありません。見えてきたのは、実習に向けた授業が進むなかで勉強や学生生活に対する素朴な疑問。他方で、学生や教員は、それにどのようにかかわったらよいかと手をこまねいているという課題。互いの溝をどのように埋めるか? という問いでした。

事前に留学生や参加学生の細かい評価などできません。何回かのグループワークでのやりとりの様子を参与観察すると、互いに悪感情はもっていない。でも、どのように接したらよいか分からない、という感触でした。障害者福祉や特別支援教育、吃音者のセルフヘルプの現場で長く臨床経験による観察力と、後は勘でそう感じました。

仕事柄、私は、特別な支援が必要とされるお子さんの保育園などでの様子を観に行く機会があります。事情が許すときは、子どもたちを少し離れたところでジッと見ることにしています。好奇心の旺盛な園児が寄ってきて、私に言葉であるいは身体的に突込みを入れます。明らかに危険な場合を除き、注意をしません。園児の私に対する突込みは過激さを増してきます。エスカレートすると私という砂糖に群がる園児という蟻という状況になります。引っ込み思案な園児でも近づいてきて、突っついて逃げていきます。

子どもたちは、私がどのような反応をするのか、試しているのです。どうしたら互いに面白くなるのか、リクエストに応じる私との駆け引きに展開します。この後だと彼らは、強く言わなくても私の言うことをすんなりと聞きます。

ソーシャルワーク演習ⅠⅡの私のクラスでは、「コミュニケーションは共にズレを楽しむ」ことから始めます。背中に指先で何かを描いて伝える伝言ゲームなどを行います。伝わった内容を再現してもらい、どんなに一所懸命伝えようとしても伝わらないことがあるからです。演習も5、6回目になると、担当教員の失敗を突っ込む学生が出てきます。この留学生のいるクラスのときもそうでした。また互いにつきあいにくさを表現しても、感情を表に出さずに聞ける、ときには、感情を表に出すことで、しばらくの沈黙の後、笑いあえる関係がそこにありました。

教員の私が、保育園での試みのような自己覚知に基づく自己開示で、グループワークでの演習を進めていくと、学生も、演習の時間でなら見せてよい自分を出してくれました。彼女も、日本で社会福祉を学びその他を体験する意義を語り始めました。参加学生は、その話に刺激を受けていました。彼女とは、卒業後も会うことがあり、気軽に話し合える仲になっています。

4. 『人生、楽しくするもしないも自分次第』の作品から見えてくること

取り上げられている学生やOB・OGの作品は、基本的にまじめなテーマを取り上げています。それでも状況が脳裏に浮かび、時に笑いや時に感動で涙腺が刺激される作品が多いのは、

- 1) その時々の気になっていること
- 2) ドジ話

をどのようにとらえ、対処したかを丁寧に分析的に記述し、内容と適宜に距離を取り、解釈しているからだと思います。体験した内容との関係で進む面の変化を解釈する場合も同様です。

- ①学友会での体験をどのように振り返り、意味付け、次の課題を見つけるか？
- ②実習をどのように振り返り、意味付け、次の課題を見つけるか？
- ③外国に来てまで、社会福祉を学ぶ意義とは？
- ④自分にあった国試（国家試験）の勉強法は？
- ⑤アルバイトと国試勉強の両立
- ⑥国試の主題形式の変更に対する対処
- ⑦卒業後、国家資格取得の「動機」を見つけ、家族に伝え、どのように取り組んだか？
- ⑧なぜ、ホームレス支援を続けているのか？
- ⑨なぜ、地域でNPO法人を立ち上げ、独立型社会福祉士の事業所を始めたか？ など

私たちは、数々の天変地異、社会状況の変化などが起きても、寝起きする場所を基点として朝起きて夜寝るまで、生活に必要なことやその他を誰かとしながら生きていくしかありません。

これさえしておけば、大丈夫、心配ないという勉強内容や方法はあるのでしょうか？ そんなものはないでしょう。しかし、本書の内容と、ここまでの話から提案できることが一つあります。

ふだんから時と場所と相手を選んで

- 1) しないで済むことはしないのでなく、あえてしてみる
- 2) やり方を手続き通りに教わるのではなく、やり方をつかむ

つまり

自らの周辺で起きた出来事や事象を感じるままに書き綴ることは「気づき」を言葉に残す作業の始まりでありある種の法則や傾向を嗅ぎ取ったときの喜びや興奮は学問への誘い（津曲, 3 p, 2015）だということです。

体験はしっぱなしでは、その意義が半減します。何をどのように体験し、どんな意義があったか、それを振り返り、今後の課題を見つけていく作業が必要ではないでしょうか？ このような作業を繰り返すなかで講義や演習で得た知識や知見により、自分が生きている状況を見直し、何をどのように取り組んでいったらよいかが見えてくるのではないのでしょうか？ 備忘録としてラインやフェイスブックに書き残した内容をUSBなどに保存して、気が向いたときに見直す習慣は、結構役に立つと思います。

毎日やれとは言いませんが！！

5. 自分で問いを立てて答えていくためには？

自分で問いを立てて、それと向き合う方法を身につけるのには何が必要でしょうか？

一人であるいは友人とフリートークでできるとよいです。それが難しい場合、演習などのフリートークに参加するのがよいでしょう。前述の周静さんの作品の場合でも、彼女が話す前の時間に「何でここにいるか？」についてクラスのメンバーがみんなの前で話しました。

同じテーマについて話す機会を作り、その内容を互いに深く理解するためのルールとして、以下の原則を採用します。

- ①正解もないけど、間違いもない！
- ②Non Stupid Question（愚かな意見や質問はない）！

原則をふまえて、話し合いの場をどのように進めるかについて考えたいと思います。

仮説とは何か？ 仮説の検証とは何か？

- ①ズレを楽しむ
- ②話しながら考える

気になったことや感じたことを言葉にする
言葉以外の表現でも可 パスも可

- ③拡散と収束

最初から焦点を絞るのは難しいので……

広がった連想や展開から、何を選ぶか、とりあ

ず話を聞いてもらうことから……

- ④どのような問いを立てて、内容を整理するのか？何をどのようにつなげるのか？何をどのように確かめるのか？

「何でここにいるか？」「最近、気になっていること」「ドジ話」いう問いで語り始めた内容自体は大きく変わりませんが、テーマが変わってくるようになります。つまり、自問自答や他の人からの突込みで答える中で、自分なりの問いの立て方のもとに話題を整理するようになってきます。

6. おわりに一生きるために必要なことは何か？

本章では、本学社会福祉学会編『人生、楽しくするもしないも自分次第』の制作裏話を取り上げ、ソーシャルワークの方法を紹介してきました。

ここではソーシャルワークの一部である相談業務とは何かについて白坂清香さんが書かれた文章を引用します。0歳児を抱えてシングルマザーになった彼女にとって、子育てサロンでの保育士との出会いがきっかけでした。どのように生きるかを模索するなかで母子家庭高等技能訓練促進費という制度を利用して、保育専門学校を経て本学社会福祉学科に編入学してきました。

発見の連続だった。福祉というものが老人や障害、病院や日常生活など、こんなにも幅広いものだといいことを知り驚いた。今まで援助者は、相談されたことに対し相談者が望むことを忠実に行うことが相談業務だと思っていた。

勉強をしていくうちに、相談者の悩みに耳を傾けて受け入れて、色々な制度や身近な人などの資源と結び付けて、相談者が自分の持っている力に気がつき困難に立ち向かえるよう寄り添うことが相談援助だと学んだ。その人の生活に寄り添う仕事は、援助方法も一人ひとり異なり保育同様、福祉にも支援に対する答えはなかった。奥が深く難しいと思った。

いま、ゼミ以外でも岡田先生の話や事例や新聞記事、ビデオをみてディスカッション形式で授業を進めることがある。そのとき感じるのが、クライアントが抱える問題を遡ると子どもの頃の家庭の環境が影響していることが多いのではないかとということ。

やはり「親の心が健康なことは子どもの心も健康に繋がる」と思うようになった。私は、最初の問題意識に対して、いまの時点で何をどのように取り組んだらよいかを掴めたと思っている。(白坂, 90-91pp)

彼女は、「人と向き合うなかで見えてきた夢と学び」を以上のように締めくくっています。

繰り返しますが、状況や関係のなかでの生きにくさを感じて生きているのは、いわゆる「援助」や「支援」の対象者や地域だけではありません。

困難なこの時代を、ソーシャルワークの理念や技法を使って、互いにどのように助け合って生きていけるかが問われているのだと思います。

みなさんが、大学生になり、学生生活やその先の仕事と人生について考えるためには、どのような方法で、何をしたらよいのでしょうか？

2章では、教育や臨床に関わる者として、「関係のなかでの生きにくさ」にぶつかっている人たちと模索するなかで見えてきたことを紹介します。

2章 「障害」や「こころの問題」を「関係のなかでの生きにくさ」から考える

1. だれとどこでなにをどのようにしたか？

人は生まれたときから、本人が意識しているかどうかを別にして、他の人の朝起きてから夜寝るまでの、誰とどこで何をどのようにしたかの流れのなかで生き始めます。

少しずつ、その人の置かれている環境やその人の個体能力との関連で、その人なりの朝起きてから夜寝るまでの、誰とどこで何をどのようにしたかの流れのなかで生きるようになります。

自分の営みと他者の営み、その地域やさらには社会の営みとの重なりとズレのなかで人は、それぞれ固有の物語を描き生きています。そのような描きのなかで、「関係のなかでの生きにくさ」という漠然とした違和感や自覚的なそれらにぶつかることとなります。

本人が自分史のなかでの「関係のなかでの生きにくさ」を、他者や自分に問いかけながら整理する方法は、体験談になるでしょう^{注3)}。

2. 「まよなかのシャボンだま」からみた心理学 概論

詩集「まよなかのシャボンだま」では、人の「共に生きるかたち」の語りと脳機能の関係、そのなかでの居心地の悪さや、そこからどのように抜け出してきたかという意味でのリカバリー（回復）などについて扱っています。いくつか取り出して並べれば、どのような状況でどのような風景を生きてきたかについての語りを通した記録になっていると考えます。

したがって、キーワードは、現代詩作家・荒川洋治の口癖の一つ「文学は実学である」になります。このような方向からの心理学概論を始めます。既存の心理学の考え方で分類すれば、人間性心理学や現象学的心理学に近い立場になります。

3. 「障害」や「心の問題」をどのように捉えるのか？

ここからは、「まよなかのシャボンだま」の中から選んだ詩を読みながら、「関係のなかでの生きにくさ」について具体的に考えていきましょう。

1) 人の「共に生きるかたち」とその語りと脳機能の関係

せかいのなかからだうまれ

せかいと
 ころをうごかすなりたちが
 のうにはじまり
 のうにおわる おとぎばなし

せかいのなか
 からだうまれ
 のうが
 じかんとくうかんのなかで
 そだつところからさ

ほら
 のうのよていどおりに
 すべてが すすむわけもない
 もちろん
 いでんしでもない

あいてを
 よていしたからだ
 うごかすしくみが
 ころを ひととひとのあいだにうむ

じぶんと
 なにかのあいだに うまれるなにかを
 あいてが いなくてもうみだせること

ひとは
 ころをつうじてさ
 せかいを
 いきるようになる
 のうは そのいちぶをになう

のうは
 からだのなかからさ
 ころをつうじて
 せかいといきるかたち えがいていく

すべては
 せかいにうまれる からだのかたちが
 じかんとくうかんを
 いきるところから

よていをつくるまえから

おはなしちゅうとは
 すみませんでした

そもそも
 だれかがはなすことをきくこと
 だれかがきくことをはなすこと

だれかがすることをされること
 だれかがされることをすること

わたしがすることをされること
 わたしがされることをすること
 だったきがします

いつまにか

はなすことははなすこと

はなすことはきかせること

きくことはきくこと

きかせることをはなすこと

はなしたからしたことに

きいたからしたことに

きいたからはなしたことに

おはなしちゅう すみませんです

たいじゅうかけてみようか

ともにすること

ともにされることから

はなれていても

みているだけで きいているだけで

からだにちからが

はいるように はいるだけでなく

うごくように

わかるからうごく

ではなく うごくからわかるように

うまれたときから

うごかされるなかで

わかるようになってきた

とぎれたさきから

かえってくるそうです

することがはなすことに

はなすことがすることに

よていをつくるまえから

うごいてきた うごされてきたから

きそくただしくも

くずすこともできる

ではまた

はなしをきくと

うろつきたくなり

こまります

心がどのような条件のなかで、どこに生まれるかについて考えてみました。生活世界での人の「共に生きるかたち」を描く際、脳がどのような役割を果たしているかを考えることになりました。

さらに身体と脳の関係、身体と意識の関係から展開して言葉と意識、言葉と身体の関係に注目して考えてみました。面白くなってきたと思います。

詩集では、心について他の視点からも描いてみました。

2) 居心地の悪さをどのように捉えるか

ゆるすってなに？

グループホームから

きょうもまた イカレタくまさんトウボウ
またですか！

あきれイカリ ははをおもうとやりきれない
そうですね

へま みす しくじりを
ゆるすしかないねえ

だれが だれのなにを ゆるすの？
それって ごうまんってことない？

ゆるすということばを
いつのまにか つごうよく
つかうように さそわれていない？！

ゆるせないことを
ゆるすことができないひとを
ゆるせないの？

そのひとがゆるせないこと
ゆるせるようになるまで
できれば かげひなたなく
なにもしないでいたいな

ゆるせなくってもいいか

どうしようもないから
どうでもいいんだから

それでも

ゆるせないでいることを
こうげきしひがいしゃみために
じぶんのしたことは
ときのすなのなかに
かくそうとするひとたちが いる

あたまかくして しりかくさず
かたるにおちる

ゆるすってなに？ よくわからないんだ
いま できることからやろう
それでゆるして！

なんでもありからはじまる

のせられて
まえむきになり
やせがまんしないことから

どじなじぶん
みすてないで
ほちほち つきあうところから

なにかさせてもらえるとさ
きが まぎれるよ
ありがとう

きょうびんぼうの いいわけ
じぶんのこもりが
たいへん

ゆるそう
わすれようとするから
ぬけられないことある

つぶされるよ
がまんしたら
ひとを ゆるせないじぶんに

ぶつかりかたの くふうって
なんでもありから はじまる

状況や関係のなかでの居心地の悪さについて、身体の内側から描いてみました。

そのような状況とどのように向き合い、実際の人間関係のなかで、どのように自分が動いていったらよいか。結果として追い込まれた方が、どのように感じ、どのように生き直していけるかが描けるようになりました。

3) どのようにコミュニケーションを取るのか

きみとめのつなひきすると

どうしたらよいか わからない
きみの
しごとにあわせてさ
とんとんとんしゅーっという

いまでは
わらえる そのほうほう
こわくてすくんで とにかく
とんとんとんしゅーっから はじまった

うまく
つきあえないからと ははと
ふくしせんたーにきた
きみは
すぐ すべりだいにつっこんだよ

うごきづらい
うわぎのまま とんとんと
かいだんのほり
しゅーっとすべり
くりかえす

とんとんとんしゅーっという まじない
きみが
すべりだいすべるとき
うまれたよ
ほら

だって
まがもたなかったし
どうしたら
たのしくなるか
おもわず くちをついてでた

ぼくのいうこと
きにしだし
まじないは ふたりのじかん
すすめることばに なったよ

とんとんとんで
やめるとき ぼくを
みるからさ
しゅーっというようになるさ
しぜんと

すべりかたと まじないから
きみと めのつなひきすると
あいことば
いくつもできた

とんねるぬけてもまよなか

たしかにあったのに
ことばにならないことたち
だから ひろいあつめ
あじわうのさ

あいての
たちばにたってさ
こみゆにけーしょんをする たいせつさ
あふれてる というけど

きにやむ
ひとのつながりは
ことばに ならないことから
やりきれなくて くやしくて

いないから いうんだけどと
めのまえで

いいあいわらう きづかわなくてもよいなか

ことばに
ならないことたち
ことばの むこうでいきづき
からだの おくのほうにある

たしかにあったから
ことばに ならないことでもきづき
ひろいあつめ あじわうのさ

とんねるぬけても
まよなかのびくにつくは
おくのほうからさす
あかりをたよりに

きづかわなくてもよいなか
きづかえるげんきが
つづくかぎり
あるいてみようかな

私たちは、言葉を理解し、話すから相手とコミュニケーションが取りやすくなるのでしょうか？

なかなか言葉によるコミュニケーションがとりにくい子どもたちと、どのようにコミュニケーションを取れるようになるか、さらには大人との間で感じるうまく言葉にならない感じ、嫌な感じに身を任せて、それを言葉にしてみました。

コミュニケーションには、共に何かをするという意味もあります。共に何かするなかで、伝達が可能になるのではないのでしょうか？

人からお願いされるとき、「私の言いたいのは、それだけです」と言って、足早に背を向けて立ち去られると、共に何かをする以前に、「そうですか？ 何かよくわからないけど、お疲れ様です」と言いたくなります。相手を選んで、このような体験を話すと、「どこも同じだよ、疲れるね」と返ってきます。「さーて、自分のすることは何だっけ」と問い直し、できることから始めています。

4) コミュニケーションを通じたりカバリー（回復）
に向けて

はじめによいことばはない

きをつけよう
おおけがする わかりやすさの
ほうりよく
わからないことに
けんきよでありたいところから
いきる

さいしょは
まねることから しこうさくごは
みまもられ じぶんのかたち
できてくる
それで おわるわけではない

じぶんのことばで
はなすよ ひととのやりとりのなかで
たがいに つうじることばを
すこしずつ かたちにしてさ

じぶんの
ことばは やりとりをくぐるなかで
きたえられ ふるくてあたらしい
かたちをえがき
せかいをかえるよ

はじめに よいことばはない
ともにいきるかたち えがくことばは
めのまえや とおくのひとと
すごすことからだ

余計な説明はいらないと思います。
「関係のなかでの生きにくさ」は、関係の中で試行
錯誤することで、何をどのようにしたらよいのかと
いう手ごたえをつかめるようになるんだと実感して
います。
そこでは、言葉に、生きる営みを通して得られた
実感という重みが加わってくるのだと思います。
コミュニケーションを通じたりカバリー（回復）
に向けての試行錯誤を可能にする条件とは何か？

試みは始まったばかりです。

5) なにをどのように感じられるようになるのか

あすにむかいふいてくかぜ

よかれというすてきな
ゆめ えがおでかわすから
いつもすりぬける
ことばは ことば

ああしたくて
こうしたくて
ふてくされるくらいでいい
どこからか
ふいてくるかぜ

きみのあしどりのなか
ふと
えがいていくのが
わかるさ
あすに むかいふいてくかぜ

はらたてるげんきもないし
たどるあてなく
ほうりなげ どこからか
ふいてくるかぜ

いくあてもなく
このうたを くりかえし
くちずさんでは
わらわずには いられないさ

のびあがるような ふくらみ
とおくから
きこえるきみの あすに
むかいふいてくかぜ

きみの ねいきのあいま
ふと ほくのからだのなか
とおり あすにむかいふいてく
かぜ

あけないよるはないなんて

ねむれない

よるにながされ
とどまることしらぬよどみ
あせまでおそってきて
ほら

ねむれない

よるにながされ
あけないよるはないなんて
しんじられないとき かぞえ

ねむれない

よるにながされ すぎてきたかたち
たどって いけるところまでいってさ

ねむれない

よるにながされ
そんなことくりかえし
ひるしぬほど ねむさくりかえし

ねむれない

よるにながされ いっしゅうかんも
つつけば どうでもよくなり
おきるさ

いきていれぼうまれてくる

それなりにひっしに
いきてきたとおもう
だれかの
てとむねのなかで

それでも

いきていれぼうまれてくる
おぼえていることあるから
いきていられる

なにかをしてきたから
だれかと いたから

それは

てとむねのなかで
くりかえされる

つくりたくても
つukれないけど

いきていれぼうまれてくる
おぼえていること

だれも はなさなくなっても
かかなくなっても
いきていれぼうまれてくる

おぼえていることを
いきていくこと

いきていくことを
おぼえていること

希望って、どのように描けるようになるのでしょうか？ いくら入念に計画を立てて、調整しても、思い描いた通りの人生を過ごすことはむずかしいのではないのでしょうか？

予定していない、いろいろなことが起こる、つまり想定外のことが起こることはないのでしょうか？ 想定外のことが起こって助けられることもあるし、どん底に落とされることもあるでしょう。

可能な範囲で、入念に計画を立てて、調整して進める必要があるでしょう。それでも想定外のことが起こる以上、将来に対する前向きは、自分の実感のなかでつかんでいくしかないということを感じるようになりました。

4. おわりに—うしろのしょうめんから

2章では、「障害」や「心の問題」を「関係のなかでの生きにくさ」としてとらえ直してみました。つまり、朝起きてから夜寝るまで、そして眠ってからの夢も含めて何をしてきたか、その先に何をどのようにできるのかを描いてきました。

皆さんの学生生活や人生上の課題と、同じ時代を生きにくさを抱えて生活している人たちの課題は、まったく別の次元の課題なののでしょうか？ 私は、

「関係のなかでの生きにくさ」という舞台のうえでなら、個人差という条件は異なるが、構造上は似た課題として検討できると考えています。

WHO（世界保健機関）によるICF（国際生活機能分類）は、元々、人間のあらゆる健康状態に関係した生活機能状態から、その人をとりまく社会制度や社会資源まで分類し、記述・表現しようとするものです。現在では、さまざまな実践のなかで取り入れられるようになっていきます。

実際、「障害」は生活機能に問題を抱えた状態、つまり、「障害」を個人の持ち物としてとらえるのではなく、個人の能力差とその原因も視野に入れ、個人間の関係や、状況のなかでの生きにくさを「障害」としてとらえられるのではないかと。それらの関係や状況の調整の先には、さまざまな人が生きる現場を含む地域や共同体でのバリアフリーやユニバーサルデザイン^{注4)}を進める上での手がかりが見えてくるでしょう。

1章では、講義や演習で得た知識や知見は、生きている状況を見直し、何をどのように取り組んでいったらよいかの道具になるとき、生きた知恵となると書きました。

私の場合、読書と、何人かの人たちとのやりとりを通じて、状況と関係の中で自分をどのように表現するのかを、自問自答する場や時間を作れることの大切さを痛感させられました。

薄っぺらい知識が、生きた知恵に変貌を遂げる瞬間に何回も出会ってきました。身体は後ろに向き、そこから見える風景を丁寧に描きながら、そこから吹いてくる風に乗って、後ろ向きに前進する自分を実感できるようになりました。自分の弱さや過去と向き合うなかで見えてきたことを手がかりにして、身体を一つ一つ前に運んでいけるようになりました。

うしろのしょうめんから

こえだけはでかかった

ずーっとほほえんできた

まえむきなことばや

いきかたに

おいこまれてたんだ

せなかからどれだけ

うちこまれてきたんだ

えいえんのいっしゅんで

むきあってくれて

ありがとう

そこからすこしでも

じゆうに そして…

気のおけない、数少ない仲間や、大事な人と共にできるところから、できる場所で、自分たちにとって生きやすい場や関係作りを始めています。このような営みも、前章で取り上げた狭い意味でのソーシャルワークともいえます。

現在の自分たちの置かれている社会状況を一定の視点からとらえ、そのなかでの他者と共に生きる方法の模索を紹介する本稿はじめ、「人生、楽しくするもしないも自分次第」や詩集『まよなかのシャボンだま』は、広い意味でのソーシャルアクションにつながります。

今度は、みなさんの番です。学生生活や人生について、だれとどこでフリートークすることから始めますか？

文献

- 荒川洋治 2011 文学は実学である 152～153pp 忘れられる過去 朝日新聞社
 鹿兒島国際大学社会福祉学会編 2015 人生、楽しくするもしないも自分次第 ラグーナ出版
 さきはら ひでき 2013 まよなかのシャボンだま ラグーナ出版

注)

1. 出前講義の進め方

1) 進め方

自己紹介と基本的な考え方 レジュメの説明
 演習 じゃんけんゲーム 背文字の伝言ゲーム
 自己紹介の申団子 最近気になっていること
 何でここにいるのか？ ドジ話 など

2) 板書内容

1. ソーシャルワークとは何か？
2. 公の場で話す（聞いてもらう）
3. 自己開示と自己覚知
 - 1) ズレを楽しむ
 - 2) リードしない／されない（例外あり）

3) 誰かに話すこと（聞いてもらうこと）と現実の営みを往復するなかで学生生活と人生は、進む

3) 講義草稿と基本的な考え方

①導入として一部使い、講義後、各自で読み、体験の意義を考えるための資料

a. どのように聞き交通整理をするのか？

⇒わかりやすく話せれば、問題の大半は解決の方向がみえてくる

b. 学生や卒業生の作品・「まよなかのシャボンだま」：ぶつかっている／いた課題の交通整理につきあい、成果を作品としてまとめる

⇒同僚・岡田洋一「ナラティブによるリカバリーの手伝い、かかわる側の学びにもなっている」

②フリートークに向けてのエンカウンターゲーム

a. ズレを楽しむ

b. 面接とは何か？

自分語りと自己開示

⇒赤裸々に話す必要はない

公の場での私とは何か：個人としての私、家族としての私、社会（人）のなかでの私

うまく説明できなくてもいい

話しながら考える

⇒考えてから話すではなく

聞いてもらいながら自分のことを話す

2. ソーシャルワークの理念と方法

ソーシャルワーク専門職のグローバル定義によれば、「ソーシャルワークは、社会変革と社会開発、社会的結束、および人々のエンパワーメントを促進する、実践に基づいた専門職であり学問である。社会正義、人権、集団的責任、および多様性尊重の諸原理は、ソーシャルワークの中核をなす。ソーシャルワークの理論、社会科学、人文学、および地域・民族固有の知を基盤として、ソーシャルワークは、生活課題に取り組みウェルビーイングを高めるよう、人々やさまざまな構造に働きかける（IFSW：2014採択）。

3. 体験談とは

「障害」や「心の問題」に対して、詩的表現も含めて、朝起きてから夜寝るまでの営みでぶつかる課題として整理したい。「関係のなかでの生きにくさ」という舞台の上でなら、状況を整理しやすくなると考えました。そして本人が自分史のなかでの「関係のなかでの生きにくさ」を、他者や自分に問いかけながら整理する方法、体験談を前提にして進めてきました。

しかし、本人が自分で、当面している状況に対する違和感を、身近な人にうまく表現できない場合もあります。この場合、周囲の人が、本人と共に過ごす時間を作ったり、今までの経緯を振り返ったりしながら、本人の「関係のなかでの生きにくさ」を推測する方法をとることになります。もちろん、両者を併用して行う場合もあるでしょう。

4. バリアフリーとユニバーサルデザインの違い

バリアフリーは障害者・高齢者などの生活弱者のために、生活に障害となる物理的な障壁の削除を行うという、過去の反省に立った考え方で進化してきました。ユニバーサルデザインは、障害者だったロナルド・メイス氏が、バリアフリー対応設備の「障害者だけの特別扱い」に嫌気がさして、最初から多くの方に使い

やすいものを作る設計手法として発明されました。

いずれも、ハード整備とソフト事業の2つの方向から進められています。ハード整備とは、物理的に都市基盤や建物、乗り物、建築物などを整備する事を指し、ソフト事業は心の啓発（教育）とされています。出典：U/Bぶら（ユニバーサルデザイン／バリアフリーぶらざ 2010）。

Introduction of Welfare and Psychology for High School Students – Social work of ‘difficulties of living in relationships’ –

Hideki Sakihara

It is an introduction of welfare and psychology for high school students. Based on the author’s clinical experiences, I discussed from principal point of view. 1) Considered social work methods of school life and one’s entire life, 2) and by taking up ten or more pieces of poems written by the author, searched for methods to look at ‘disabilities’ and ‘psychological issues’ as ‘difficulties of living in relationships’.

Key Words: high school students, welfare and psychology, social work, reports of one’s experiences