

陥りやすい関係と環境(2)

村田 愛

前回、ポジティブサポートが有効に働かない場合に見られる、陥りやすい関係と環境の問題点を挙げました。要約すると次のようなものです。

* 一方的関係

守る者対守られる者、教える者対教わる者、管理する者対管理される者など、役割意識が強く、

本来持つべき関係の柔軟性が無くなり、お互いが持つ可能性に気付きにくくなっている関係

* I know best 症候群

教育関係者が特に持ちやすい、担当の子どもを自分が一番よく知っているという自負・自信からなる閉鎖的な関係。一番とは言わずとも十分知っ

ているとある程度（多くの場合一方的に）満足している状態で、「あゝ知っている。知っている」と全てわかってしまっているように勝手に信じ込み、新しい関係やその人の拡がりに気づくことや拡がりを支えることを難しくする。

*「ルールに則る」⇨行動や表現の制限↓関係にヒビ

一方的に定められたあるルールを守ることが先にあり、人の考えや欲求、要求を聴こうとしないこと

作爲的アプローチ

*パターン化したファイリング

問題回避的発想、問題見化

怒り、悲しみの表現を問題視するだけに留まり、次からは「問題」を起こす前にその場しのぎの手を打とうとする。表現の奥にある本人の抱え

ている本質的な問題を捉えようとする。

*臭いものにはフタ的発想

生活がこれ以上混沌としたものにならないように考え、現状を維持しようとし、様々なものにフタをすること。例えば、相手のことを「知らない」自分の感情にフタをしてしまうことで、相手に関する「わからないこと」に触れずすみ、それが安定した状態であるとする。また、「ある言葉の意味するもの」を叶うはずがない夢のようなものを象徴すると勘ぐり・思い込み、いつの間にか発して欲しくない言葉、周りも触れてはいけない話題としてしか「それ」を捉えられなくなってしまう。つまり、寝ている子は起こさないアプローチに陥ってしまう。

このような関係と環境は、誰もが陥りやすいものでしょう。そして、このような関係に陥ると、問題を対象者本人にあるものとし、自分（環境）が創り

出している問題でもあることに気付こうとしない自己防衛が働き、悪循環が起こつてきます。その時、ポジティブサポートの展開が難しくなります。

しかし、本来ポジティブサポートは、このようなそれぞれの人が自分らしく生きられない状況をより望ましい方向へ展開させるためのものです。そのポジティブサポートの本来の力を発揮させるには、そこにある問題をどう捉え、何に焦点化すればよいのでしょうか。今回は、このことを詳しく考えていきたいと思えます。

私たちは、障碍を持つ人の入所施設でも定期的なポジティブサポートのセッションを行っています。一口に入所施設といっても様々なものがあります。一人一人の生き方を大切に考え、日々の時間の過ごし方を個人で決める自由度を持ち、食事の取り方や部屋の内装、洋服の好み、など細かなものに個別性

を反映させて生活を展開しているところもあります。しかし、残念ながらそうでないところもあります。集団生活になるために出てくる制限もあります。入所している人達も様々です。言葉で自分の気持ちを伝えることができる人もいれば、違ったかたちの表現で伝える人もいます。生活と集団という様々な要素が入り混じる混沌の中で、いかに個人の人生と向き合うか、ということが一つの大きな課題であるとも言えると思います。このような様々な要素が絡み合い、本質的なコミュニケーションが生じない状況が生まれてしまうこともあるようです。

例えば、たくさんの寮からなる入所施設で、ある寮にいつも、「ジュースが欲しい」と他の寮からやってくる人がいるとします。その人への対応はいつも決まっついて、食堂の戸棚に鍵をかけたまま、「ジュースはない」と告げることだとします。そして、「ジュース」「ジュースはない」の押し問答の応

酬が毎日のように続けられます。このコミュニケーションの意味は何なのでしょう。もしくは、これがコミュニケーションと言えるのでしょうか。

ジュースの要求に隠された本当の要求とは、お仕着せのルール、お仕着せの生活に対する再考を求める自然な要求だろうか、自分には無い選択肢をいつも押し付けられている関係を逆に体験させることで、コミュニケーションのあり方の再考を求めているのだろうか、そういった発想さえ出来なくなっている環境というのが実際にあります。

そこで、人が生き生きとするために必要な本質的なコミュニケーションとはどのようなものか、「共に生きる」とはどういうことを問い直したいと思



います。

出会っているコミュニケーション

人と話しをするとき、共有できる内容に焦点を合わせて話すのではなく、（共有できないことについて話すうち）自ずと議論に展開していくことがあります。熱く議論を交わすことで確かに心が向き合います。相手のことを感じられたり、相手の大切なこと（幹／核／心の居場所のようなもの）が見えたりしてきます。意見の違う点を非難し合うのではなく、相手をより理解したいという気持ちをもって議論することで、関係が深まった体験は多くの人がもっていることと思います。熱く議論を交わす時は、お互いに意見が違うこと、見方、感じ方が違うことをお互いに主張し、共通するものがある程度感じながらも、違いを理解し合うことに熱中する時でもあると思います。だからこそ、凝縮したエネルギーを要し

たととしても、そこには楽しい感覚や新鮮な感覚が伴い、関係が深まっていく満足感と期待感ももてるのでしよう。それは、とことん心が向き合って、出会っていることの表れではないでしょうか。

コミュニケーションは、お互いの違いを認めることのための手段とも言えるのではないのでしょうか。コミュニケーションは、お互いに影響されるものがあり、その関係に変化を生みます。相手に主張しながら、また自分を見つめる行為でもあるのです。そのことで自分の考えや意見を深めたりして、自分も進歩していきます。そうしてお互いの進歩が生まれ、尊重し合えるようになるのではないのでしょうか。

かすりのコミュニケーション

それに対して、前述の「寝ている子を起こさないアプローチ」をしていると、本題がわからないま

ま、かすつてい・る・コ・ミ・ュ・ニ・ケ・ー・シ・ョ・ンに陥りやすくなります。

ある入所施設で無断外出をくり返す人（Oさん）がいました。Oさんの家族は一切Oさんと関わるつもりが無いとその施設のスタッフに入所当時（数年前）伝えていましたが、スタッフはOさんの気持ちを考えて、そのことは伝えていませんでした。そして、「家」という言葉や「家族」の話題はできるだけ避けてきました。しかし、無断外出は続き、それだけ取り上げて問題視され続けてきました。Oさんは、その「無断外出」の度にOさんの自宅の前で迎えに来たスタッフに「つかまって」いました。Oさんは家のインターフォンを何時間も押し続けますが、家族は居留守をつかいます。Oさんのいないところで家族から「迷惑だ」とスタッフが後から言われるという繰り返しだったそうです。本当にOさんが求めていることはどういふことなのか。その家族

の事実上起きていることや関係をスタッフが隠し続けて、Oさんが納得できる時が来るのか。それで、Oさんは何をどう納得するのか。そんなことを考えずにいられませんでした。

かすっているコミュニケーションは、お互いに一方的であり、双方が主張はしているけれども、お互いの距離は縮まらない状態になってしまう場合を言います。かすっているコミュニケーションを継続して経験すると、互いに遠慮し合うようになり、少なくとも片方にフラストレーションがたまると同時にお互いを信頼できなくなることが起こってくると私は考えます。

かすっている場合は、純粹に遠い・知らない存在



とのやりとりよりも切なくもかしいものです。純粹に遠ければ、通じ合わないことも予測でき、それ程期待もしません。しかし、かすってしまうと痛みを伴います。片方は期待をして伝えようとしていても本質的な内容・意味が伝わらない。また、それは伝え方の問題では無いような感触と消化不良の感覚があつてそれをくり返す場合、精神的に不安定になるのは当然ではないでしょうか。相手のことを「知らない」ところに留まり、心が向き合わない状態が続き、ぶつかることには抵抗感を示し、しまいには信頼しあえない関係に陥ることもあるでしょう。

つまり、相手や自分に対する理解が深まり、関係が深まっていく「チャンス」が、脅かされるだけの存在である「ピンチ」としてしか捉えられなくなってしまう。それでは本来のコミュニケーションからは程遠いものになってしまうのです。

「共に生きる」とは？

それでは、本来のコミュニケーションを取り戻し、「共に生きる」にはどうすればいいのでしょうか。

管理する／される関係に陥りやすい入所施設という集団の中で生活していて、不自由感を感じて生きていることを主張するのは、当然だと思います。むしろ、主張し続けられるとたくましさと思わず。むさを感じ、感銘をうけてしまうことさえあります。

しかし、よく考えてみると、それ自体が悪循環とも言えるのです。その生活の中の具体的な不自由感を訴えることで、やっと「自分」というものが主張できて、「譲れない自分らしさ」をほのかに実感できる唯一の手段になってしまうこともあるのではないかと「はっ」とします。つまり、関係や環境が改

善されることを期待して主張しているのではなく、主張することでのみ自分というものを確認し、自分が生きていることを感じているのかもしれないのです。そして周囲がその主張に対して抵抗を示すだけで終わっても、主張することでは生きていくことを実感できていなければ、くり返すのは当然の行為でしょう。そこで、主張―抵抗というやりとりがくり返されるだけの日常に陥ってしまうという悪循環が起こります。

そこで、その悪循環から脱するためには、と、考えずにはいられなくなるのが健康的な発想の転換なのではないかと思えます。まずはそこで発せられる言葉に耳を傾けるといことが、さらに正確に言えば心を傾けて聴いてみる必要があるとされているのではないのでしょうか。

そして、その主張の意味や内容を受け取ったように感じられたら、その後できることを考えていきま

す。まず最初に思いつくことは、情報量、特に選択肢をできる限り操作せずに伝えること。何を選ぶことがその人にとって望ましいかを考え、より多くの選択肢を想像することです。それをその人と一緒に考える過程に、重要な意味があると考えます。場合によって、それぞれの選択肢に伴う結果をも推測しながら、その本人が引き受けられることかどうかも一緒に考えなければなりません。そして、もう一度さらに一緒に考えます。時には、結果が想像と違い本人が悲しむ結果になってしまったり、誰かを怒らせるようなことになってしまったりしても、そこをも付き合い支えることができたらいのではありませんか。付き合うつもりがあることをその相手に知ってもらえるだけでもよいのかもしれない。



私は、人と関わる時に一番大切にしなければならぬことは自分を偽らず、相手と一緒に考えていく姿勢ではないかと思えます。つまり一緒に上下のない横並びの関係で、丁寧にその人や自分の生活のあり方や人生を考えていくことではないかと思えます。代わりに考えてあげることでも、答えを出してあげることでもないのです。

「共に生きる」とは、それぞれの人が本来の自分らしさを人生の中で自分なりに実現させていく過程を支え合うことではないかと考えます。

ポジティブサポートの可能性

今まで挙げてきた例やアプローチは、誰もが陥りやすいものです。

発展的な期待を人間関係に持たず、そして、人中に新しい発見もできないことで自らの発見も無いまま、関係に変化がない停滞した状態、もしくは周

りを知らずにも傷つけているという悪循環。

そのように誰もが陥りやすいことをポジティブサポートは踏まえ、そこから脱する糸口となり得るものとして存在すると私は思います。

ポジティブサポートは、参加者自身や本人との関係性や環境全体に変化を起こすものです。相手の「知らない」ことや「わからないこと」にフタをして見ないようにしている人は、そういうフタをしている自分をも見ようとしないうことが往々にしてあります。そして、ポジティブサポートのようにそのような知らない自分を意識することが必要な活動は、自分を脅かすことでもあるでしょう。それが変化への強い抵抗となって現れる時があります。すると、ポジティブサポートの展開が非常に難しくなってしまうのです。

しかし、ポジティブサポートは、本人（Xさん）

の為に行われるものです。無意識のうちに変化への抵抗を示す参加者を責めるのではなく、あくまでXさんに焦点を当て、Xさんをめぐる様々なことを見ていく中で、ゆるやかに視点の変換が起こるように、可能性に焦点が置けるようにと私たちは考えて、セッションを行うようにしていきます。

基本的にポジティブサポートは人々の間に発見を促し、周りの人達がXさんと一緒により豊かなXさん像を描けるように進行して行きます。それは、参加者がそのXさんをよりよく知りたいという共通の望みを持っているからこそ、発展的に動きだす土台ができていくのでしょう。そして、その望みが参加者自身の変化に対する抵抗感を超えた時に、ポジティブサポートが持つ本来の力を発揮して、さまざまな環境に対して有効に働きだすと言えます。

（ポジティブサポート研究室主宰）