

## 陥りやすい関係と環境(1)

村田 愛

暗黙のうちに引かれているレール、

脅かされる「存在」

親が善かれと思つて描いている将来像が、親から愛される条件のように感じていたという友人がいます。

その友人は、いつからか母親が望んでいる自分になろうと努めてきたと言います。そのような自己が誰かにのみこまれていく関係や感覚は誰もが覚えのあることではないでしょうか。

さらに、親が描いている将来像が、あまりに自分か

ら懸け離れているように感じた時、それは圧迫感や抑  
圧とも言えるものになってしまいます。そして、同時  
にその期待に応えたいと思う自分もいることで、自己  
嫌悪にも陥り、やるせない“がんじがらめ”の心境に  
なります。これは「自分」という存在が脅かされてい  
る状態です。

人には、我慢の許容範囲があるように思います。納  
得していれば、我慢ができるし我慢とさえ思わない時  
もあるでしょう。けれど、強いられるとしか感じ  
られずにいると、少しずつその許容範囲の器のよう  
なものが一杯になってしまいます。そしてある時、周り  
から見ればそのきつかけが「ささいなこと」でも何か  
があふれだすかのようになり悲しんだりしてしま  
います。それは、純粋な怒りや悲しみよりも複雑で、  
寂しさや孤独感も伴います。

前回まで二回にわたって、アダムの場合について紹

介してきました。このアダムの場合は、ポジティブサ  
ポートが非常に有効に働いたと言えるものだと思います。  
しかし残念ながら、現実にはポジティブサポート  
を行っても、なかなかうまく展開していかないことも  
あります。それは何故なのか、アダムの場合を取っ掛  
かりにして、考えていきたいと思います。

すべての人は、環境の中に存在します。その環境は  
一人一人の人が作り上げているものです。例えば、自  
分らしく生きていると感じるのに難しい環境もありま  
す。その中にある原因や要素も人が作っているものだ  
と私は考えます。ポジティブサポートは参加者一人一  
人が、中心となるその人の環境の担い手であるという  
自覚をもとに展開していくものです。アダムの場合  
は、参加者一人一人がアダムの環境を作っていること  
の自覚を強く持っていたことが、展開の力となったよ  
うに思います。詳しくみていきましょう。

「知らない」という事実に基づいた自己嫌悪

私たちは、アダム個人の教育計画書を書くにあたって、彼にとって意味のある目標を掲げようと考えた時、大きな疑問符で頭が一杯になってしまいました。

彼のことがわからない。彼は何に心を動かし、何を楽しむのか。もちろん物理的に目に見えるもの、例えば、好きな食べ物や、好きな場所などはわかりました。そして、現象的なもの、例えば、ニコニコ立ち上がってクルクル回ることが多い。でももともと本質的なこと、例えば彼にとって、一番自分が生きている感覚を持てる時がどんな時か。輝く時はどんなことをしている時か。彼が心を砕いていることがどんなことか。その様な彼の彼らしさ、つまり「私たちは彼を知らない」という決定的な問題に気が付いたのでした。

彼の何を見ていたのだろうか。

彼が笑顔でクルクル回っていれば、それでよしと

思っていたのか。

彼が悲しそうに泣き、訴えなければ、充実した時間を過ごしていると勝手に納得していたのか。

それで私たちは満足していたのか。

そんなことでアダムが、納得していた訳はない。だがしかし、それを彼に感じさせられたこともなかったような気がする。ということは、つまり彼は私たちに期待していなかったのか。諦めてしまっていたのか。

ここまで考えると気持ちが悪くなる程、罪悪感の伴う自己嫌悪に陥りました。

アダム自身に生きている実感や、人とのやりとりの



中での充実感を感じて欲しい。(私たちに)期待して欲しい。もっともっと希望を持って欲しい。そういう気持ちでこれからのアダムの環境を変えていく力として効果的に転換していくことが、ポジティブサポートを通して可能になったのです。

### 「理解の程度」

ポジティブサポートのセッションで、それぞれ個人がアダムに関して知っていること、理解していることの「程度」を自らが知ることになりました。その「程度」に伴い個人的に生れた感情がアダムの場合には、おまかに、あまりに知らないという事実に基づく自己嫌悪であり、未知の可能性を感じさせる期待感でした。その一見相反する感情は、よりいい環境を作ろうとする意欲に輪をかけました。つまりポジティブサポートが有効に働いたのは、セッションでアダムのことを考えたからだけではありませんでした。むしろ、

参加者の意欲が常に可能性に向かっていったことで、変化を生みだし、変化し続けました。それぞれのセッションの後に参加者それぞれが「もっといい環境」を考え想像し続け、その考え想像したことを実行に移し、またセッションで「その今の現実」を見つめ直していきました。それらを継続することで、アダムの置かれていた環境が発展し続けました。その発展は、それぞれの参加者が持っていた、よりよくしたいという強い意欲に後押しされていました。

アダムの場合でうまく有効にポジティブサポートが働いたと思われるポイント

- ・ 相手を知らないことを認識する↓ポジティブサポートの必要性に気付く
- ・ 相手をしっかり見てみる
- ・ 相手の立場に立って考える
- ・ 自分にできることを考える

・可能性を追求する（アダムの中の可能性、環境の中の可能性）

・環境の中で変えられることは変えていくポジティブでパワフルな体制

アダムに起こった変化

- ・自分のことを周りが考えてくれる場に参加する
- ・自分を意識する
- ・周りの人を意識する
- ・わかって欲しいと相手に対して思うようになる
- ・わかって欲しいことを相手に表現したいと思う
- ・やりとりが成立するようになり、対等感や満足感を  
感じられるようになる
- ・不満や理不尽なことを訴えるようになり、喜怒哀楽  
がはっきりわかるようになる

これらの変化がうまく連鎖して、アダムだけに留ま

らず、私たちも自分らしく生きている感覚と希望を覚え  
ました。

それでは、ポジティブサポートをはじめる前のア  
ダムの場合を踏まえながら、意識することで変わる陥り  
やすい関係と環境の問題点を上げていきたいと思いま  
す。

意識することで変わる

陥りやすい関係と環境の問題点

\* 一方的関係

- 立場的、役割的なものが強く対等感がない関係
- 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

など役割意識が強いことで、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る。

#### \* I know best 症候群

アメリカでも話題になっていた I know best 症候群とは、教育関係者が持ちやすい、担当に持っている子どもを自分が一番よく知っていると自信からなる閉鎖的な関係を示しています。一番とは言わずとも十分知っているというある程度(多くの場合一方的に)満足している状態で、「あく知っている。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んでしまいます。そして新しい関係やその人の拡がりを支えることが難しくなります。「知っていなければならぬ」という教育関係者に課されている責任感のようなものが助長させるものかもしれません。こういう状態では、関係と理解が閉鎖的になってしまい、相手の

人やお互いの関係を閉じ込めてしまう危険性があります。

#### \* 「ルールに則る」

⇨行動や表現の制限↓関係にヒビ

人の為のルールのはずだったのに、いつしかルールの為に人が動かされていることがあります。

アダムがクラスメートに仲間意識を持ちはじめた時期に、アダムは授業中立ち上がり欠席している子の写真を担任の先生に手渡しに行きました。それを私たちは純粹に喜ばしく思いました。しかし授業中立ち上がることを認めなかったら、アダムは表現するのを止め、諦めてしまうか、もしくは怒ったでしょう。そして、彼が表現しようとするこの理解はあり得なかったことになりました。

もしルールに則ったとして、何を優先したことになるのでしょうか？ そしてそれは何を否定したことを意味するのでしょうか？ アダムの怒りに対して、ア

ダムに何と言うのでしょうか？

## 作為的アプローチ

\*パターン化したファイリング

問題回避的発想、問題児化

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しな

\*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、現状を維持しようしたり、安定・平穏を願おうとしたりすると、様々なものにフタをしなければならなくなるのではないのでしょうか。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」に触れないですみ、それが安定した状態であると感じているのではな

いででしょうか。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、思いこみ、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、寝ている子を起こさないアプローチに陥ってしまう。

これらは、誰もが陥りやすく、経験のある泥沼ではないでしょうか。視野が狭くなっていたり、許容範囲がどうしてもちっぽけになっている時、このような行為に陥ってしまいます。そして、後からそのことに気がかされます。後から気付けば、反省と改善の余地があるけれど、それさえも気付かず、むしろそこに焦点を置かないことで停滞してしまっている状態が、ポジティブサポートが有効に働くのが難しい要素としてあげられると私は考えます。次回、陥りやすい関係と環境から脱するための方向を探っていきたいと思います。

(ポジティブサポート研究室主宰)