



Title	<精神障害をもつ人たちを地域で支える取り組み 「べてるの家」訪問研修報告> 自分について安心して話せる場をみんなでつくる
Author(s)	川崎, 唯史
Citation	臨床哲学. 2015, 16, p. 169-172
Version Type	VoR
URL	<a href="https://hdl.handle.net/11094/51599">https://hdl.handle.net/11094/51599</a>
rights	
Note	

*The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

# 自分について安心して話せる場をみんなで作る

川崎 唯史

## はじめに

浦河べてるの家を訪問するにあたって、私の関心は、精神障害や精神医療というよりもむしろ「自分のことを安心して話す」ということにあった。ハワイのこどもの哲学 (Philosophy for Children Hawai'i) に学びつつ、国際交流協会や医療現場で、対話を通して「探求の共同体 (Community of Inquiry)」をつくる活動に取り組む中で<sup>1</sup>、自分自身についてよく知り、率直に話すためには、安心してることがとりわけ大切であることが分かってきた<sup>2</sup>。そこにいることや話すことによって脅かされたり不安になったりするような対話の場では、自分のことや大切にしているものについて話すことは難しい。話しても大丈夫だと思えること、つまり安心してることが (safety) に対して、対話の参加者すべてがお互いに高い感度をもつことが重要である。

浦河べてるの家に関する本を読む中で、言葉遣いは同じではないとはいえ、べてるでも以上に述べたようなことが大切にされているのではないかと私は想像してきた。このことは別のところでも述べたが<sup>3</sup>、例えばミーティングや SST を大事にしていることは「三度の飯よりミーティング」という理念に見て取れるし、自分自身について話す場が多いことも「弱さの情報公開」や「自分でつけよう自分の病気」といった理念から推測できる。タイトルに「安心」という言葉を含む著作もある<sup>4</sup>。本などから伝わってくる当事者研究の様子も、どこかセーフティを大事にしているように感じられた。こうした感触を確かめること、そして自分自身について話す場づくりについて教わるため、私はべてるを訪れた。

短い訪問期間の中で当事者研究ミーティングは見学できなかったが、幸いなことに SST やミーティングには半ば見学し半ば参加する形で居合わせることができた。以下、その場で感じ、考え、学んだことについて報告する。

## 1. 笑い

まず、笑いについて。ふだん私が参加している対話では、他人の発言を妨げることなく聴くことが求められることがほとんどだが、今回ベてるの家で円に加わって見学した SST では、発言を最後まで聴くことやその人の言葉を尊重すること以上に、突っ込みを入れたり笑ったりすることが話している人にとっていい効果を与えているように思えた（もちろん、場の空気はさまざまな要素によって変化するだろう。私の見た SST で笑いが多かったのは司会をしていた向谷地悦子さんの個性によるところが大きいかもしい）。もしも侵入するように話をさえぎられたら安心することはできないだろうが、すべての突っ込みや要約がそのようなものではない。ベてるのメンバーの中には（他のコミュニティでも多かれ少なかれそうだろうが）、自分の言いたいことや感じていることを表現することが得意でない人もいる。私もそのような状態になることがあるが、周りの人たちがじっと静かに待っていてくれるのがいいか、それとも適当なタイミングで質問や確認をしてくれる方がいいかは自明ではなく、まさに場合によると思われる。聴く側がひたすら「傾聴」し「共感」するよりも、その場で得意即妙に突っ込みを入れたり笑ったりする態度の方が、話す側としてはリラックスできるということもあるのではないかと。

ここまでは発言の合いの手としての突っ込みや笑いについて述べてきたが、笑うことには当然それ自体に治癒的な力がある。対話が楽しいかどうかは、セーフであるかどうか、脅かされていないかどうかとは同じではないが、まったく無関係でもない。安心しているがゆえに笑える場合もあれば、逆に笑うことによって安心する場合もあるだろう。

さらに重要だと思うのは、自分を笑う、自分のことで他人に笑ってもらい、お互いに笑い合うといったことである。自分のことを笑う、笑われることにはもちろん、馬鹿にされている、尊重されていないという悲しみ、辛さ、悔しさが伴うことも多々ある。しかし他方で、笑われても大丈夫、笑われて気が楽になる、笑ってもらいことが救いになるといった経験があることも確かである。そのとき何が起きているのかと言えば、自分を少し突き放し、外から眺めること、そして自分にとって重大で抜き差しならないと感じていた問題が意外にありふれており、たいしたものではないと思えることである。笑われることがどちらに転ぶかは紙一重である（両義的だとも言えるだろうか）。ともあれ、ベてるの当事者研究で大切にされている「問題の外在化」には、こうした笑われることによる外在化が密接に絡み合っているように感じた。

## 2. コミュニティとお客さん

次に、対話に参加する人々について。べてるのメンバーは、入れ替わりがあるとはいえその変化は緩やかであり、中には同じグループホームに住んだり同じ作業をしたりする人たちもいるので、コミュニティと言えそうなまとまりをもっている。誰にどういう苦勞があり、それぞれの当事者研究がどういう段階にあるのかは、濃淡の程度はあれおそらくほぼ全員に共有されている（田舎の町に特有の、噂の拡大スピードも手伝ってのことだとスタッフの方が教えてくださった）。そのため、たとえば SST でどのメンバーが練習することになっても、身を入れて一緒に考えることができる。

他方、私たちのような見学のお客さんは、毎日のように入れ替わり立ち替わりやってくる（取材やフィールドワークのために長期滞在する人もいるが）。SST や当事者研究は毎週なされているから、ひよっとすると行き詰まりやマンネリ化がありうるかもしれないが、その都度やってきたお客さんに参加してもらうことで、苦勞の説明もあらたに活性化されるし、ロールプレイも新鮮なものになるのではないか。ある程度安定したコミュニティとその都度かわるお客さんとのいいバランスを保っており、日常性と新しさを共存させているように見えた。もちろん、根本的な新しさは爆発に代表される日々の出来事＝事件にこそあるのだろうが。

## 3. したいことをすること

最後に、欲望について。やりたくないことをしながらセーフティを感じるのはおそらく不可能である。べてるはこの点も大切にしているように思えた。例えばどの作業をするかについては、昆布詰めその他にも調理や刺繍や外での労働から選べるようだった（もちろん症状や調子を考慮して、スタッフや他のメンバーと相談しながらではあるが）。また当事者研究では自分や仲間の抱えている苦勞を分節・解明し、SST ではその苦勞に発する問題を切り抜けるために策を講じるのだから、それらはおのずと「したいこと」でもある（そしてそれは同時に、苦勞とともに生きることをめぐる探究でもあるだろう）。

もっとも、私がこの点に関してもっとも印象的だったのは、交流会でマイクを持ち続けて歌いたい曲を延々と歌っていた早坂さんと石井さんの気ままな姿であり、彼らが作業の時間にニューべてるのソファで寝ていたり、他のメンバーにコーヒーを入れてくれと頼ん

だりしていた様子である。場所によっては、これらは社会的な規範に照らして迷惑がられたり非難されたりするかもしれない。しかしべてるの人々は、笑ったり受け流したりしながら、彼らがしたいことをするのを受け入れているように思えた。

いずれにせよ、したいことをできる範囲で無理なくする、そしてやってみて無理だったらやめるという姿勢が、安心することと密接に関わっていることは確かだろう。決まった基準に従って行動をあらかじめ制限・管理することによって、傷つけないようにする——私はこうした姿勢を「安心」と対比して「安全 (security)」と呼んでいる——のではなく、お互いを信じて試行錯誤を重ねること。とはいえこれは、何でもできるという無根拠な全能感ではない。「弱さを絆に」「安心してサボれる会社づくり」という理念が象徴するように、べてるの人々はお互いの弱さを前提として生活と活動のすべてを組み立てている。もちろんべてるのメンバーには、どこまでが無理のないことなのかを自分のからだと相談することを苦手とする人もいるので、協同で相互に細かく気遣い、チェックしているのだろうと思う。

## 注

- 1 とよなか国際交流協会で行っている、外国にルーツをもつ人たちとその支援者たちとの対話「さんかふえ」については以下を参照。川崎唯史 (2011)「プロジェクトの報告」、『臨床哲学のメチエ』第 17 号、3-4 頁、阿部和基・今井貴代子・岩崎宏・川崎唯史・金和永・ネルソン百合子・平松マリア (2012)「「さんかふえ」のこれまでとこれから」、『臨床哲学のメチエ』第 18 号、2-14 頁。
- 2 以下の拙論において、不十分ながらこの点を考察した。川崎唯史 (2013)「安心について——創造的な対話のために」、『臨床哲学』第 14-2 号、39-55 頁。
- 3 川崎唯史 (2014)「安心できる居場所のためのミニブックレビュー」、『臨床哲学のメチエ』第 21 号、40-43 頁。
- 4 向谷地生良・浦河べてるの家 (2006)『安心して絶望できる人生』、NHK 出版。