

# 駆け出し精神保健福祉士の奮闘記

## —大学時代から現場2年目までのプロセス—

麻野 美和 (福祉学科 2015 年卒業)

### 1. はじめに

「エアコンってどうやって使うの？」

「初めはバスに乗るのも怖かったんだよ。Suica なんて知らなかった」

「ようやく包丁が使えるようになったの。もう何年も使っていなかったから」

私が耳にした長期入院を経験した精神障害を持つ方の言葉だ。何十年にも渡る入院の結果、ごく当たり前の日常の暮らしから遮断されてきた人たちの声である。

そのような精神障害を持つ方が、その人らしく、その人の望む人生を送れるように一緒に考える仕事を私はしている。勤務先は、地域の福祉事業所である。

ここでは、私の大学生から現場二年目の今に至るまでのプロセスの一端を記したい。決して立派なものではないが、だからこそ公開したいと思う。「ここにも悩みながら奮闘しているやつがいるのだな」とほんの少しでも誰かの勇気や励みになればいいと思う。

### 2. 大学時代 ～スタートラインに辿り着くまで～

よく悩んだ大学時代だった。福祉学科に入ったのはいいものの、「支援者」とか「援助職」、「人を“助ける”」ってなんなんだろうという違和感。そもそも「命は大事」、「ひとりひとりがえのない」と言われても、自分にそう実感も根拠も持てないし、そんな状態で人を大切にできるのかという不安があった。

悶々としていた私を変えたのは、精神保健福祉援助実習だった。実習先は、精神科病院と、精神障害を持った方が働く作業所。出会うのは、病・障害や困難な状況を持つ苦しみの上に、社会的な構造による二重苦を負う人々。そう考えると、辛く、自分が関わることに耐えきれぬだろうかと押し潰されそうな思いだった。裏側には、「実習生」として、きちんと、ちゃんと、しっかり、学ばなければ、それにふさわしく、何か出来なければ、とプレッシャーが纏わりついていた。

案の定、私は、そうした感情と、実習先で出会う人やそれによって生起してくる自らの気持ちとを上手いこと折り合いがつけられず、一日欠席した。休んだベッドの中、実習先で出会った人たちの顔が浮かんだ。

高次脳機能障害という記憶が難しくなる障害を持つ A さん。A さんは、内職作業の時間に何度も間違えたり、ついさっきのこともすぐに忘れてしまう。こちらはヒヤヒヤとするし、「一体どうしたら良くなるんだろう」と考えていた。そんな心配をよそに、A さん

んは、困ったら困ったで自分なりに対処したり、助けてもらったりしながら、のびのび、生き生きと過ごしている。障害を持ちつつも、その人らしく過ごしている姿だった。

それに比べて、自分はどうかだろうか。自分の気持ちをありのまま認められず、外側からの評価に囚われ、無理をしている。それなのに、誰かを障害を持っているという理由で“困っている人”とみなし、助ける側に立とうだなんて。Aさんを「障害を持つ人」という目でばかり見ていなかったか？「実習生」の自分と「障害者」のあの人、と壁をつくっていたのは、自分ではないか。自分の出来なさばかり、出来たい自分ばかりに目が向いてしまって、真っ直ぐにその人自身と向き合えていないからだ。今そこに存在し合う者同士として、人と人として交流が出来ないのは、人という存在に対しそんなに失礼で、悲しいことはない。

それからは、自分の全身を使うようにして目の前の人と対面しようとした日々だった。他者と関わること、関わりを通して自分と向き合う試行錯誤を重ねるにつれ、多くのことに気付いた。

葛藤しながらも日々を必死に生きているある人の姿。どんなにその命が尊いのだろうと思えたこと。私の存在も、価値の有無も何も関係なくかけがえないのかも知れないということ。ある人にどうしても引っかかる自分。引っかかっていたのは、自分のコンプレックスでもあったから。どんな人の姿もそのまま理解しようと思えるのは、自分を許せていて初めて出来るのだということ。ある人の困った行動。でもそれは、その人の自分の助け方だった。誰でもその人なりの努力がある。援助職とはそれを見出し、手を添えるだけなのだということ。

多くのことを体感し、私は少しずつ変わって行った。そんな自分が信頼出来るようになったら、人のことも信頼出来るようになった。そして、私は現場で働くことを決めた。

### 3. 入職一年目 ～つまづき、立ち止まり、行ったり来たりしながら～

大学時代にもがいたお陰で、随分と自分の足取りは確かになったと思っていたが、働き始めてからも何度も壁にぶつかることになる。

「固い」、「隙がない」。入職一年目の12月、上司との面談で言われた、私の態度や姿勢、立ち振る舞いについての指摘だ。

私は、実習生の頃と同様に、「職員として」の自分がどうあるべきかという考えに囚われていたのだった。期待されているものは何か、どうそれに応えていくか、何をしたら正解なのか…。個性を殺すことなくメンバーと関わり、知識や経験を駆使し支援を組み立てる先輩職員を横目に、何の役割を果たせる訳でもない自分。取るに足らない存在であるという感覚が強くなっていた。「職員として」と構えることで、職場における存在の意味を見出そうとしていた。

ある時には、悩みを話してくれていたメンバーのBさんにこう言われたこともあった。「そんなマニュアルみたいな返事がほしいんじゃない。麻野さんはどう思ってるの?」。ハッとさせられた。Bさんは、私から発せられる言葉を待っている。「職員として」のそれらしい言葉ではなく、いまこの場で向かい合う、私とBさんとの間に生まれる言葉を

欲している。けれど、私は、そのように求められることがしんどかった。人としてだっ  
てヒヨッ子で、自分という存在をそのまま置くには覚束なかった。病や障害など困難を  
経験しているメンバーの話は、辛い話も多い。共振し、落ち込んでしまうことも多かった。  
防御のために、「職員として」「専門職として」という被りを必要としていた。

しかし、そのような態度は結局、相手と自分の間に壁をつくることに他ならず、目の  
前の人と相對することを避けようとする逃げの姿勢だった。相手が何を言いたいのか、  
何を伝えようとしているのか、相手はどんな人で、どう日々を過ごしていて、どのよう  
な人生を歩み、これからを考えているのだろうか。自身はそれに対しどう感じ、思うのか。  
そんな当たり前の人と人として関わろうとするための努力を、私は蔑ろにしていた。  
キャッチボールをしているように見せかけているだけだった。

そうして、チーフに自分の過緊張や、職員としての囚われを指摘された翌日、私は風  
邪を引く。それまでは具合が悪くても無理をして振る舞っていたが、その日はだるさを  
隠さずにいた。学生の頃と同じことを繰り返しているのかと落胆し、頭で描く理想はあつ  
てもどう体現したら良いのかわからず、なるようになればいいと身を任せただ。張る  
ことで保っていた自分を緩めるのは、こわごわとした思いだった。だが、その状態で見  
えてきたのは、「職員として」「専門職たる自分として」でなくとも、メンバーの皆と共  
有できる場・空間・時間であった。Bさんも、変わらずに労いの声をかけてくれた。こ  
わばっていた気持ちが解けるようだった。「この場は、こうして私を受けとめてもくれる  
んだ」という感覚を噛みしめた。

そんな飾らず自然体でいるメンバーとの出会いや、ありのままにいられる環境に自分  
を置くことを通し、新たな視点を得ることが出来た。思えば、向上心と言えれば聞こえは  
いいが、いつも自分の足りなさを反省し、変わらなければ、もっと出来なければと思う  
ことの多かった私だった。そうではなく、等身大を見つめる。良い悪いのジャッジを下  
すのではない。その時々自分の直面する状況や対面する人との関わりの中で、何が必  
要かを考える。何を学び取れば良いのかを考える。目の前の出会いから、拾い取って行く。  
Bさんが、ただ人として私に問うたときのように、ハッとしたところから、始める。

人と関わるということは、自分の範囲を超えていくということなのだと思う。自分以  
外の人の世界に触れ、時にそれまでの築いてきた自分を揺るがされ、変更せざる得ない  
ことも起る。自分を広げたり更新したりするのは、自明だったはずの足元が曖昧になる  
ような感覚を伴う。だから、仮面や鎧を借用して強くなろうともするが、その不安定さ  
もありのままに、その場に身を投げ出してみる。その場と人、自分を信じる。

自分を無理矢理に変えようとするより、自分にちょっと足してみる。ちょっと挑戦し  
てみる。バツをつけたくなるような自分も、活かそうとしてみる。

そう思えると、肩の力が抜けて、自然に笑えるようになった。周りの人と素直に関わ  
れるようになった。どんな個性も活かし合えば、響き合うことを知った。それが、人と  
関わるということ仕事を対人援助職としての基盤だと実感する、ようやくのこと  
だった。

#### 4. おわりに

「福祉の仕事」、をしたいわけじゃない。「福祉」と呼ばれるモノの中にあるものを大切にしたい」。私が対人援助職なる仕事を続けている理由を述べるなら、この表現が一番しっくりくる。

その人がその人らしくあれる安心と安全感。「福祉」とは、そういうもののことを言うのだと思う。本当は、人が生きる上ではごく当たり前のことで、しかし、それを当然のことに出来ない人の社会がある。ゆえに“福祉”と括られる対象の中では、殊更に必要とされ、それなしには成立しないと言われる。けれども、本来、人が志向しようとするのは、福祉と呼ばれる対象に限らず、人は人として尊重され、だからこそ生まれる摩擦や面倒もあって、それを何とか苦勞を重ねてやっていく暮らしなのではないだろうか。確かに、難しいと感じることも沢山ある。手間も時間もかかる。苦勞もする。それでも、苦勞の中に、発見が、豊かさが、希望があることを、大学で、現場で、私は学んできた。それが生きるということなのだとも思う。

偶然や不確実性や不条理は、人が生きている限りなくしきれはしないのかも知れないとも思う。でも、だからこそきつと、みんなで確実なこと、安心や安全、保障されるものを求めてやっていくしかないのではないかと思っている。

私は、福祉という仕事を一つの切り口として、出会う当事者の方々と、地域の方たちと、同僚、先輩方、友人、家族、多くの人たちと、安心と安全を、その中から生まれるものを、紡いでいきたい。