

当事者研究の理念を援用した支援者の自己覚知のための講座について

○ 京都西山短期大学 西川 友理 (会員番号 009335)

キーワード：自己覚知 支援者 当事者研究

1. 研究目的

相談援助、介護、保育など社会福祉系の対人援助職が日々の感情労働からくる傷つき体験やストレスから回復する際に必要なものの1つに「自己覚知」や「自己理解」を挙げている研究はいくつか見られる。適切な自己覚知は「苦しいのは自分のせいだから仕方がない、自分が変わらないといけない」と、自らに対し自己批判的な自分であるということではなく、「私はこの状況を変化させる方法を探究する」と、苦しみに対して能動的な自分であることが出来る。これらについては、適切な自己分析を行うことはもちろん、データの活用、他者からのフィードバック（スーパーバイズ）を受ける事等が有効な対応であると考えられる。

ではこれらを職場内研修で有効に行うことは可能であろうか。ある程度は可能であったとしても、どうしても限界がある。個々人のプライバシーに抵触するような内容になる可能性もあるため、職場で一斉に組織的に取り組むには多大な配慮が必要である。また、福祉職場からの離職理由として「職場の人間関係」の割合は一般的に高い。傷つき体験やストレスからの回復が本当に必要な職員等にとっては、人間関係に問題を抱える場所で実施される自己覚知にまつわる研修については、参加への心理的抵抗が高くなるのではないだろうか。

そこで、受講生それぞれが「だれかを支援する役割を担う場」から離れ、いったん各々が自らの支援のあり方を見つめなおすことで、自分なりのよりよい感情労働の方法を考える機会として、「支援者が自分を見つめる講座」と題した講座を試験的に開催し、実施、その効果を検証したいと考えた。

2. 研究の視点および方法

講座をデザインするにあたり、当事者研究の理念を根底に置いた。

当事者研究は2001年ごろから、北海道浦河町の「べてるの家」と、浦川赤十字病院精神科で始まった、自己治療・自己統治のツールである。「自分の身の処し方を専門家や家族に預けるのではなく、仲間の力を借りながら、自分の事を自分自身がよりよく知るための研究をしていこうという実践」^{注)}であり、今や吃音、発達障害、子ども、LGBTなど、様々な分野で当事者研究は実施されている。しかし、根底に流れる理念に共通項はあっても、そのすすめ方や重視する点、運営方法などについては、いまだ明確な定義はなされていない

い。また、支援者であるということそのものを当事者性として着目した取り組みは、精神保健福祉分野では見られるものの、その他の社会福祉分野ではあまり見られていない。

今回は、この当事者研究の理念を援用し、2017年9月から2018年4月にわたる全6回の講座をデザインした。プログラムは以下のとおりである。

| | |
|-----|---------------------------|
| 第1回 | 「制度・マナー・モラル・周囲の人からの目」について |
| 第2回 | 専門職の感情規範について |
| 第3回 | 「利用者から『試されている!』と感じる時」について |
| 第4回 | 「様々な支援の手法に『使われる自分』」について |
| 第5回 | 自分の人生と今の仕事について |
| 第6回 | 支援者という当事者として |

原則的に連続して参加してほしい旨を伝えて、定員を10名とし、受講者を募集した。参加申し込みは7名、6回中5回以上出席者は4名であった。

3. 倫理的配慮

日本社会福祉学会研究倫理指針に基づき、対象地域や対象者の匿名性および名誉・プライバシーについて配慮した。講座受講生にはアンケート等、各々の可能な範囲での研究への協力を依頼し、それぞれに承諾を得ている。

4. 研究結果

実際に開催することで、受講生それぞれが「だれかを支援する役割を担う場」から離れ「支援」について考える意味の大きさを認識した。一方で、自己覚知には受講生それぞれのタイミングと深度がある事、他の参加者との意見交換の中で様々な刺激を受けることが分かった。また受講生からは「この場が癒しであった」という発言もあり、次の人生の選択に向かう準備になりうることを確認することが出来た。

5. 考察

自己覚知についての講座であるため、講座を実施するにあたっては、何よりも安全・安心を感じる場面設定、ひいては講座全体に安全・安心な「文化」をつくる必要性を感じた。その際に当事者研究の理念は非常に大きな拠り所となった。またそれだけではなく、支援者が自らを「支援者という当事者である」と位置付けることが、支援者としての苦悩に対する主体性を取り戻していくきっかけになりうる可能性を見出すことが出来た。

今後、参加者に対する詳しいインタビュー調査等をもとに研究を続け、より充実した講座を作りたいと考えている。

注) 綾屋沙月 熊谷晋一朗 著『つながりの作法 同じでもなく違うでもなく』(2010年12月) NHK出版生活人新書 P103 ※その他参考文献については発表当日に提示する。