

10年後のぱれっとの ビジョンを描く③

～ ぱれっと合同勉強会～

1月28日(土)、令和4年度第3四半期理事会有り、午後からおかし屋ぱれっと(以下おかし屋)やグループホームのスタッフ・いこっとサポートの会のメンバー・たまり場ぱれっと(以下たまり場)ボランティアの人たちとの2回目の勉強会を開催しました。4つのグループに別れ、前回のテーマ「自立」から「生きづらさ」に話題を変え、グループワークを中心に、障がいのあるなしに関係なく「生きづらさ」はどういった時に感じるのか、それを解決するには何が必要かなど、ぱれっとのビジョンを考えることと重ね合わせながら10年後の事業にどう落とし込めるか、ステークホルダーの方たちと話し合いを深めていきました。

●「自立」から「生きづらさ」へ

私たちにとっての「自立」は、大方親からの精神的・経済的な自立が、生活全般において一通り自分で判断・選択・実行できるように力をつけた結果と定義づけられました。一方、障がいのある人にとっての「自立」は、人によってその定義づけが難しいという意見が出ました。本人への支援や福祉サービスがあり、意思決定支援や自己決定における「個」として尊重されている状態、或いは色々な経験によってその経験値が上がることで自立につながるという親からの意見が新鮮でした。言い換えれば自立を妨げているものは親の過干渉であったりするのかもしれない。

ぱれっとは本年40周年をむかえます。この先の10年(50周年)を見据えどういった方向で事業展開していくか、昨年から理事・ボランティアや当事者・父母も交え勉強会を開き、当事者のニーズに即したビジョンを描く話し合いをしています。

●アイスブレイク

今回の勉強会は、経験が浅いたまり場ボランティアやいこっと事業のサポーターなど普段セクション間でも接点がほとんどない人同志、お互い人と成りを知るためちょっとした遊び心を入れた自己紹介をしました。一人ひとりお題を選び、「自慢できること・ワクワクする事・こだわり・こういう能力が欲しい・動物に例えると?・過去か未来かどっちへ行く?・よく人から言われる事」など、即興で自分の事を語ってもらいました。私生活に絡む話題に興味津々の人もいて、個々の話しに深入りし過ぎてドキドキする場面もあり、良い雰囲気のまま次のグループワークに取り組みました。

●グループワーク前半 我々の生きづらさ

個々が考える生きづらさでは、「存在価値を見い出せない」「先が見えない不安」「自己肯定感が持てない」「周囲からの肯定的なアプローチが無い」など、心理的、精神的な意見を裏打ちするように、「社会的な圧力」が生きづらさにつながるという声がありました。また、「技術の進歩とともにIT化が進み、パソコン授業など学校教育の中にも取り入れられ、できるのがあたり前の社会になりつつある。そのような世の中の変化に自分自身が追い付かなくなり、便利になった反面不便になった面も感じる」といった意見があり、これは障がいのあるなしに関係なく高齢

の方には特に大きな影響を与えている事象です。

一方で人間関係に目を向けた時、自分からの伝え方や相手の受け取り方でお互いの関係性にも影響し、社会の中での生きづらさが生じ、その中で孤立化が進んでしまい自分では解決の糸口がつかめず、そうした時に周りからの支援として、気付いてあげる動きや助けが必要になってきます。

●後半 障がいある人の生きづらさ

実際に障がいのある彼等は生きづらさを感じているのかという疑問がグループワークの中から出ました。本人にとってその認識が薄かったり、生きづらいと思っているも相手にうまく伝えられないとか分かってもらえないというコミュニケーション上の難しさがあるのではないのでしょうか。

例えば、たまり場活動ではどちらかという利用者の方とボランティアは対等な関係での仲間づくりが中心なので、お互い深いところから知り合い信頼関係を作っていくよう一人ひとりの対話を大事にしています。それでも活動の中では一方的なコミュニケーションになりがちで、本人もそれに気づいていない場面が多々あり、利用者にとっては認識しにくい生きづらさがあるような気がします。客観的に自分視することが苦手な面もあり気持ちの赴くまま欲求を満たすことを優先し、そのことを本人にどう気付かせてあげるか、その時の感情をどう客観視させるか、場面ごとに本人としっかり向き合うことが大事になってきます。

働く場や生活の場と違って、職員や支援者という立場から見た時、支援なのか見守りなのかルール化が必要なのか議論は尽きませんが、いずれにしても、ボランティアは、自分の欲求が通らない彼等の生きづらさがそこにはあるような気がしています。

●世の中を生きやすくするために

障がいのある無しにかかわらず、その人と向き合い本人の気持ちを汲み取ってあげること、本人にストレスを感じさせないように、支援者としてその人を知り、相手の立場に立って考えてあげることが大事であると後半の話し合いから出ていました。対話を大切にし、一人ひとりに向き合うことをしていけば本人の生きづらさは解消されていくのではないのでしょうか。

それには支援者としての経験を積みながら相手のニーズや心情に気付く力が必要になってきます。本人の意欲を引き出すエンパワメントの知識や、関係者を巻き込むチームづくりや調整力、情報発信力も身に着けなければなりません。その上で制度や法律といった知識の蓄えや物事を掘り下げていく洞察力や分析力も求められます。その人の可能性を考慮しながら支援の組み立て方をどう創造していくか、その人を中心に置いた支援マップづくりが豊かな人生設計につながると考えます。

「生きやすさ」は「生きやすい世の中」と言い換えられます。そのような世の中の実現は人との関わりから作られます。豊かな人生は人とのつながりが豊かであることがベースとして必要なのです。

●参加者からの感想

今回のテーマは「生きづらさ」と「生きやすさ」。まずは自己紹介から。硬くなりがちな自己紹介に「こんな能力が欲しい」「自分を動物に例えると？」などのお題が盛り込まれ、グループの空気を和ませつつ笑顔を引き出してくれました。その後のグループワークが活気あるものになった大きな理由の一つだと感じます。また生きづらさには「孤立感・孤独感」「将来への不安」などのキーワードが多々挙がるのに対し、生き

やすさには明確なキーワードがほぼ出て来ず、人はいかに悩み、苦悩を乗り越えて生きているのだろうと実感しました。相手を知り、己を知ってもらうことで孤立感などは薄れますが、そこに至る一步が意外に大きい。今回のテーマの本質は、大きな一步を小さくしてくれたあの自己紹介に要約されているのかも知れません。

ぱれっとホーム職員 山木 久美

初めて勉強会に参加させていただき、少し緊張しました。6~7人ずつの小グループでディスカッションしながら進めました。テーマは『生きづらさ』。最初は、難しく重いテーマだなと思いました。障がいのある方の生きづらさについて、私に何か話に加われる事があるのか不安でしたが、皆さんがどういう話をされるのかも興味がありひとまず参加させていただくことにしました。同卓にはいつも一緒に活動させていただいているボランティアのたかじゅんさん(稲沢さん)やカンさんの他に、理事長の相馬さん、ぱれっとホームの萩原さん、おかし屋ぱれっとの井上さんがいらっしやり、いつもと違う視点でのご意見を伺う事ができました。

『生きづらさ』…響きこそ重いものの、話していくうちに、そもそもこれは障がいの有無を前提として話すテーマなのか、どこから障がいとどこから個性なのか、生きていくうえで日々人間誰しも考えてしまう事なのではと思えてきました。私の中で答えは出ませんでした。これから深思していきたいと思います。

たまり場ボランティア 草野 さおり

●一人ひとりと向き合うことを大事に

参加者のみなさんは積極的に発言し、それぞれのバックグラウンドでの経験値で、相手の話に共感したり質問をぶついたりフ

ィードバックしたりと、主体的に関わろうとする姿勢が印象的でした。たまり場のボランティアが参加したことで、障がいのある人と対等な関係性の中で人間関係を考える機会となったことは非常に大きいと感じます。

たまり場に参加してきている障がいのある人たちは福祉の枠組みには当てはまらないケースがあり、客観的に彼等の生きづらさがつかみにくい背景があります。「ぱれっとの家いこっと」で暮らしている人たちにも当てはまる場所があります。生きづらさがどこにあるのかその解決方法は何か、一人ひとりのニーズが違うように、対話の中から課題を見つけていく丁寧で地道な作業が必要なのかもしれません。

改めて、4つのグループから出てきた共通のキーワードは「一人ひとりと向き合う」です。ぱれっとは人と人とのつながりから組織展開をしてきた歴史があり、人と人が向き合うことを大事にすることに原点があることを再認識した勉強会となりました。ぱれっとの展望を描く上で大きなヒントになりました。

この40年間ぱれっとが大事にしてきたものに何ら変わりはないのですが、各セッションで完結するのではなく、新たな広がりの中で、特に暮らしを通して見えてくる本人の課題に対し、対話の中からその人にとっての豊かな人生を共に寄り添いながら考えていく、そうしたぱれっとのビジョンとしてこの先の10年を描いていかれたらと考えます。これまでの2回の勉強会の総括を通じてみなさんの意見を尊重しぱれっとの事業において、何に焦点を絞って新たなステージに向かうのか、考える機会を作っていきたいと思います。

(理事長 相馬 宏昭)