

# 援助職のリカバリー

## 《16》

～「居場所」を体感し、自分の寂しさと向き合う～

### 袴田 洋子

私の誕生日は、7月です。なので、今年、48歳になりました。信じられません。ちょっと、マズ過ぎる感じがします。文字でみると、48歳とは、すごい大人で、大人どころか、人生折り返し地点も過ぎて、子どもがいるならば、ちゃんと親業をやっていて、子どもも高校生や大学生など、そこそこ、大きくなっていて、もうほんとに「ちゃんとした」大人な感じのする年齢だと思います。が、まったくそうっていない自分です。で、このままでは、ヤバイ、と思うわけです。今更、親業はできないので、「もっと、人として〇〇でなければ」という追い込み自動思考が始まるのですが、そうすると、心身が疲弊していきます。そうして、やっと自分がどんなものに囚われているのか、気づいていきます。実は、その気づきをもとに、今年、2015年は、人生がずいぶん大きく変わった、と感じる年になりました。

#### 《地獄の院生生活はじまる》

穴のあいたバケツのような、大きな「承認欲求」を抱えて、独立ケアマネ事務所を閉じることもできずに、半ば、心折れた状態で、2013年の春、私は、大学院に進学しました。大学院と言っても、研究のための院ではなく、現場実践者が、自分の実践力を高めるための専門職大学院です。所属したゼミも、「振り返り・内省」を大切にしている大変に優しい誠実な先生（お医者さんでもあります）で、「援助者としての成熟するための修行」のような学生生活が始まりました。

授業は、主に、木曜、金曜の夜、18時30分から、文京の茗荷谷にあるキャンパスで、21時40分まで、土曜は日中に授業があります。同期生は約40人。院生たちは、日本全国から集まっていて、私が通学していた頃は、ソーシャルワーク実践の現場にいる人たちが、より良い実践者になるためのソ

ーシャルワークコースと、施設経営者や管理者がより良い管理者になるためのマネジメントコースがありました（来年度から、これらのコースは統合されるそうです）。

### 《大金払ったから、やめられない！》

働きながら学ぶというのは、想像以上に大変でした。17時30分に仕事を終えて、速攻で駅に向かい、電車に飛び乗り、講義に滑り込み、家に帰ってくるのは、23時前。それから洗濯して、風呂に入り、あれこれしていると、寝るのは1時頃。6月を過ぎると、第一陣のレポート課題の提出が始まり、日々、レポートに追われる、というプレッシャーが追加されました。なぜ、こんなことを始めてしまったのかと、本当に後悔をしました。いっそのこと、辞めてしまおうかと何度も思いましたが、他の同期生の、「本当に辞めようかと思った。でも1年目、100万もの金を払ったのでやめられない」という思いを聞いて、ああ、皆、同じなのだ、自分だけじゃなかった、とよくわからない勇気のもと、「続けよう！」と思うことができました。そうして、だんだんと、ぼろぼろな院生生活に慣れていき、同期生や先輩たちとたくさん飲み会をしながら、これが、「居場所」というものなのかな、と考えるようになりました。

### 《「変人」が集まる専門職大学院》

大学院の一部の講師たちは、「こんな大変なことにチャレンジしてくる

あなた方は、変人」と（笑いながら）言います。仕事をしながら、「自分の実践は、これでよかったのか、もっとどうすればよいのか」と内省・振り返りを求められ続ける場合は、本当に修行です。そんな場に、決して安くはない授業料を払い、わざわざ来るのは、確かに「変人」かもしれません。が、それほどまでにして、「今、自分がやっている実践をもっと良いものにしたい。専門職としての成長を目指したい」という思いの人たちと出会える場合は、そう多くはないかもしれません。特に、私は、大学教育は、看護学部というある意味、特殊な教育機関で学んだこともあり、「ゼミ」というものを経験したことがありませんでした。そうして、この「ゼミ」で、私は大きな影響を受けることとなります。

ゼミの指導教官は、その年に初めて、その大学にやってきた鶴岡浩樹先生という人で、栃木で在宅医療をやっているお医者さんです。実は、社会福祉実践について学ぶ大学院に来たのだから、ソーシャルワークが専門領域の「福祉の指導教官のゼミ」を選ぼうかと悩みましたが、「尊厳死」の実現を目指すことをテーマにしたいと考えていた私は、地域で在宅医療の実践家である鶴岡先生のゼミを選びました。そして、鶴岡ゼミを選んだ初代ゼミ生は、40代～60代、私を含めて全員女性、保険医協会に勤める社会福祉士、訪問看護師、老健の看護部長、グループホームのワーカーという面々。初回のゼミは、やや緊張気味に取り組みた

いテーマについて話しをし、その後は、それぞれの実践研究テーマを題材に、毎回、熱い議論が繰り広げられました。

### 《「居場所」があるということ》

ゼミは、各自、自分のテーマを題材に、指導教員やゼミ生と議論を行うのですが、「議論する場」というのが大前提ですから、かなりツッコミ合う場面もあります。言い過ぎると、本人に不快な思いをさせてしまうし、言わなさ過ぎると、実りある時間にならない可能性もあります。そして、テーマの内容そのものよりも、その「言い方」などに眉間にしわがよることもあります。コミュニケーションが上手くない、という自信がある私は、感情的に発言する場面が多々ありましたが、鶴岡先生やゼミ仲間は、そんな場面でも私を排除することなく、常に同期の仲間として受け入れてくれました。そんな体験を繰り返す中で、ダメな自分でも居ることを許してもらえる「居場所」という言葉の持つ感覚を体感していったように思います。それは、安心感や幸福感を得られたような感覚です。

### 《三大欲求：食欲、性欲、群れる！》

先日、大学院で個人スーパービジョンをお願いしている矢部正治先生から「哺乳類の三大欲求。食欲、性欲、群れる」という話を聞きました。この、「群れる」という感覚は、おそらく「居場所」に繋がるのだろうと個人的には思っています。大学院に進学し

て、多くの「変人」の仲間と知り合い、「援助とは何だ？」「専門職とは何だ？」と自問自答しながら、実践を振り返る仲間がいる専門職大学院は、日々、クライアントの痛みに向き合い、消耗？するエネルギーを援助職が充填する「居場所」なのだと思います。しかしながら、援助職であっても、そうでなくても、「居場所」や「群れていたい」という意識できる人は、どのくらいいるのかと考えると、そう多くないのかもしれないかもしれません。

そういうわけで、「居場所」を得られたと思い、ぼろぼろだけど幸せな院生生活を送っていたはずですが、当然、院生生活は、卒業と同時に終わりが来ます。「卒業」によって生じる「喪失」と、自身が行った看取りの実践研究によって生じた「喪失」とで、私は、想定外の「しくじり人生」を歩むことになります。