

役場の対人援助論

(3 3)

岡崎 正明

(広島市)

私の入院放浪記

こちら側からあちら側へ

ひょんなことからこの2月に、1ヵ月ほどの入院生活を体験した。

ご存じの方もそうでない方もいると思うが、私は身体障がい者手帳をもっている。その関係で、幼少期に半年ほど入院したことがある。なので入院自体は初めてではないのだが、とはいえ約40年ぶりのことで物心ついてからは初で、ほぼ未知の世界とっていい心持ちだった。

今の生活の大部分を占める「家庭」と「職場」から切り離される。それは私にとって、みんながいる賑やかな街から1人出て、先の見えない荒野をあてもなく放浪する。まるでブライト艦長と喧嘩してホワイトベースを飛び出し、砂漠を彷徨うアムロのような…。そんな心細さと寄る辺なさでいっぱいであった。親父にもぶたれたことないのに！

これまで私は父母の丈夫な家系のおかげか、広島の片田舎の水があったのか、大きな病気もケガもせず、アレルギーや花粉症などの現代病とも無縁だった。そのせいかあまり自分の体について顧みることをせず、健康に対して変な自信をもっていた。

それがこの度、精密検査や運動リハビリの学習のために入院することとなり、ようやく立ち止まって己の体と向き合い、対話する機会を得た。そこでは健康のありがたみなど、多くの入院経験者が感じるであろう気づきがあった（本当にありがたいご縁です）。

と同時に、普段対人援助職として当事者を支援するサイドの、つまりは「こちら側」からばかり見ていた景色の、ちょうど反対サイドである「あちら側」から、対人援助職をじっくり眺め、当事者をたっぷり味わうことで、初めて見えてきたもの、改めて深く理解できたことが多々あった。

私の個人的な入院日記なんかここで開陳してもしょうがないが、対人援助職の視点に

関することならば、世の中に少しは役に立つ普遍性があるかもしれない。そんなわけで今回は、私が入院生活で援助される側になってみて見えた景色の一端をご紹介しますと思う。

期せずして新型コロナ禍のタイミングと重なった。私たちの誰もが、いつ支援を受ける側になってもおかしくない状況がすぐそばに来ている。ぜひ我が事として読んでいただければ幸いである。

対等であって対等でない

「こちらが岡崎さんのお部屋になりますねー」

入院初日。ベテラン看護師さんに案内されてたどり着いたのは、縦長の2人部屋。手前のスペースにはすでに別の男性が入っていた。私は挨拶をして奥の窓側に進んだ。カーテンで仕切られたベッドとその周囲1mに満たない範囲が、私の今後1カ月の生活の場所として割り当てられた。

「テレビカードはスタッフ詰所前で売ってますから。あ、延長コード持ってきますねー」慣れた口調で進む説明に置いて行かれないようにと、こちらの緊張度は少し加速する。

その後トイレ・風呂場・ランドリーなどの共用スペースを案内され説明を受ける。お風呂は男女が曜日ごとに時間を分けるスタイル。当然だが、自宅のように好きな時間に好きなだけ入ることはできない。

最後にたどり着いた食堂。共用の冷蔵庫や湯沸かし器の使い方を聞いた後、いくつも並ぶ4人がけテーブルのひとつに誘導された。

「え〜と。ここ…にしましょうかね？お名前貼っておきますので、お昼からここで食事をとってください。食べ終わったらそのままでもいいですから」

あっという間に私が今後1カ月間食事をする場所が決定した。隣席や向かいにはすでに先輩患者の名前が貼ってあり、どんな人と食事を共にすることになるのか、否が応でも気になってくる。

彼女は当然のように主導権をとりつつ、あまり形式ばらない口調でテンポよく話を進めていく。その姿は小気味よいほどである。私は不満や納得を感じる間もなく、目の前で展開する現実を受け止めることに終始した。

ひと通りの説明が終わり、自分の病室に戻りながら私はある思いに至っていた。

内容は分かりやすく、混乱させられるようなこともなかった。具体的に教えてもらうことで、以前より入院生活のイメージもクリアにもなった。それなのに不安や戸惑いはあまり解消されない。むしろモヤッと感が増した気もする。これはどういうことか？入院初日だからこんなもんか？ほかに何か要因が？

思い当たったのが、彼女の我が家を案内するかのような“こなれ感”と、くだけた雰囲気だった。

その立て板に水のような説明は、確かに頼れる支援者としても映った。しかし同時に、圧倒的な支援者側のホームを感じさせ、その対比としてこれでもかというほど、こちらのアウェー感を身に沁みさせた。

また、彼女の話にはほとんど質問や確認がなかったのも大きかったように思う。病状や体調に関する決まり事のような問いは2、3あったものの、「分からないことはないで

す？」とか「慣れないから不安ですよ」といった、私の理解度や心情を伺う発言はなく、スラスラと説明が一方通行で進んでいった印象だった。

「自分も似たような対応をしていることがあるかも…」私はとっさに胸に手を当てていた。

対象者との垣根をあまり作りたくない思いから、私はやりとりの中で、あえてフランクな物言いすることがある。また、説明したい思いが先走りすぎて矢継ぎ早に話を進め、相手の理解度を確認できていないという事態にも心当たりがあった。

どんなに良かれと思ってした行為でも、その結果相手に不快な思いをさせては意味がない。当たり前なことだが、私は改めて何事にも長所と短所（副作用）が存在し、どんなに良いと思われるスキルや手法も、相手の背景やタイミングを見極めて使うことで、初めて生きてくるのだということを思い知らされた気がした。

私はこれまで「支援者も当事者も、同じ人間として対等だ」と思ってこの仕事をしてきた。

もちろんそれは基本的に間違っていないだろう。

だが私たちが社会のある場面で「支援者」と「当事者」という看板をつけて出会う瞬間。その立場やスタートラインは大きく違う。我々はそのことを、プロフェッショナルとして大いに自覚しなければならない。

親しみをもってただ近づくだけでは、無意識に相手を傷つける可能性もある。そんな自戒に至らせてくれた体験だった。

管理下で暮らすということ

入院が決まった当初、私は不安もある一方、どこか楽しみにしている部分もあった。

仕事を離れ、家の雑務からも解放され、のんびりと積み上げていた本を読んだり、観たかった映画をみたり…。慌ただしい日常を忘れて少しまったりできるかも…と、甘い妄想をしていた。

しかしいざ実際に入院してみると、当然のことながら病院はそんな夢の国ではなかった。妄想は曇気楼のように消えた。もちろんそれは病院のせいではなく、圧倒的に私自身の問題であるが(笑)

あらためて気づかされたのは「管理された集団生活」というものが、いかに私たちの一般的な、いわゆる自立した社会生活と違うか、ということだった。

振り返って考えてもらいたい。

「あなたが夕食後に歯を磨くタイミングは？食後すぐ？30分後？寝る前？」

「お風呂に入るときの習慣は？本を持って入って長風呂する？先に体を洗う？それともまず湯船につかる？タオルはフェイスタオルで間に合わせる？それとも必ずバスタオル？」

「ご飯のお供がいる人？毎日欠かさずとる食材がある？ご飯派？パン派？それとも麺？」

「独り言はするほう？鼻歌は歌う？音楽を聴く？いびきはかく？暑がり？寒がり？」

考えれば考えるほど、私たちの「日常」や「当たり前」はみんな違うと分かる。

生活とは、いうなれば「個人のわがままの集合体」のようなものだ。トイレの使い方や、物の整理の仕方ひとつをとっても、その人その人の、その家その家のやり方がある。そこには多数派や少数派はあれど、絶対に正しいひとつのやり方などというものは存在しない。

しかし「管理された集団生活」というものは、個々人のそういった細かなスタイルを、すべて尊重するようにはできていない。そもそも病院であれ施設や寮であれ、管理された集団生活というものは、なんらかの目的をもち、その効率性を考えて作られた構造である。

だからいかに管理者側が工夫して利用者の自由を増やしたり、選択できる環境整備をしようとしたりしても、そこには限界がある。そのため家庭生活であれば問題ないこだわりや習慣が、集団生活では「個人のわがままだ」「嫌ならお引き取りを」という事態になってしまう。

入院生活自体は確かに雑務に手を取られることが少なく、楽な面が多いのも事実だ。炊事も掃除も人任せ。安全と安心を自分以外の誰かが考えてくれ、保障してくれる生活であり、ある意味本当に快適だ。

だが他人におのれという船のオールを預ける生活というのは、自らの判断で行き先を考えることをやめ、自分の選択に労を注ぐこともなくなってしまふ。それは結局個人の主体的な力を奪うことにつながり、やたらと他罰的・被害的になったり、防衛から諦めがちな思考に陥りがちな傾向を生みやすい。

そんな入院患者をそばで見たり、おのれ自身もそんな傾向になっていくことを感じ、私のストレスはボディーブローのように少しずつ蓄積していった。長期入院が患者のQOLに悪影響をもたらすという理論を、身をもって感じた日々だった。

これは児童養護施設の前職員から聞いた話だが、例えば食事の献立についても、施設では毎月1ヵ月の予定が事前に栄養士などの専門職によって作られるのが通常だという。学校の給食を思い出してもらおうと、何となくイメージがつくだろう。

だが普通の家庭では事前に1ヵ月の献立が計画されているというのは、まず聞かない。むしろ「今晚何にする?」「カレーが食べたい!」「TVで観てたらラーメンが食べたくなった!」などという会話がなされ、無計画にその時の気分や状況で献立が決まることが多いのが普通だろう。

そのため施設で育った子たちはそういう経験が乏しく、社会に出てから困ることがあるという。なるほど。言われてみるまで当たり前すぎて、そんな日常のひとコマの持つ価値や意味に気付いていないが、その中で我々は自分の意見と相手の意見を擦り合わせたり、主体的に物事を決定していく術を自然に学んでいるのかもしれない。

また、個人的には何気ない日々の生活音や家族の喧噪が、とても恋しくなった。実は私は独り言や鼻歌がわりと多い人間で、自宅ではブツブツ言いながら活動したり、中途半端な歌を口ずさんでは生活のリズムをとっている。しかし静かな病院での共同生活では、そんな些細な音でさえ周囲に気を使い、いつもどこか気を張った状態で過ごすことになる。

災害時に避難所の体育館での生活がストレスで、車中泊や壊れた家屋での生活を選択する人が多くいたというのも、なんとなく理解できる気がした。

他人の靴

保育士でコラムニストのブレイディみかこ氏が、著書の中で「他人の靴を履いてみる」というイギリスの格言を紹介していたことがある。

相手の立場に立って物事を考える。相手の背景に思いを馳せ、そこから見える世界を想像する。そんな態度を端的に表現した、とてもいい言葉だと思う。

私たちの価値観や選択・好悪・趣味嗜好は、それぞれの DNA と置かれた環境・経験から導き出された、実に個人的なものである。そこに唯一の正しさや「あるべき姿」などない。だから当然、こちらの正義と相手の正義はぶつかることがしょっちゅうだ。所詮私たちは、互いを完全に理解するなんて永遠にできないのだろうと思う。

しかし同時に、だからこそ相手のことを、違う立場のことを、よりよく理解しようとするべきなのだと思う。そこに新たな学びや、可能性が見つかるのだ。

我々の先祖が生物の生存戦略として個体差という作戦を選択したのは、「違い」こそが強みになることに気付いたからだ。科学技術の進歩や芸術・文化の発展は、まさしくその「違い」という名の多様性があったからこそ生まれたものだろう。

まだまだ修行中の私は靴を履き替えるだけでは足りず、仕事着を入院服に着替え、自宅を病室に置き換えてやっとここまでイメージできた…というわけだが、対人援助の職につく人にも、そうでない人にも、時には自分の靴をちょっと脱いで、相手の靴に足を入れてみることをお勧めしたい。その履き心地や、そこから見える世界を想像することは、きっと自分の世界を広げることに役立つと思うから。