

役場の対人援助論

(3 5)

岡崎 正明

(広島市)

混ぜるな危険。その名は・・・

カイジが大事

Aさんは対人援助業界の先輩。私よりも経験豊富な大ベテランである。そのAさんと、ちょっとした連絡事項を交わしていたときのこと。

「都合があって昨日休んでね。実は息子が体調を壊して・・・」

聞けば自律神経が不安定となり、今は大学を休学中。最近は鬱傾向もあるというので心療内科にかかり始めたという。家族と会話はできるし、軽い外出なら何も問題ないが、進路のこととなると中々前進がない。昨日はその息子さんが頭痛を訴えたため、内科受診に付き添ったとのことだった。

Aさんはそれを深刻でもなく、かといって無理に明るくでもなく、さらりと世間話のように語る。「以前は言わないようにしてたんだけど。もうこの際いいかなって。逆に話した方が思わぬ情報がもらえたりするしねー」と笑った。

それを聞いて私は「さすがAさん。見事だな～」と、感心と尊敬の念を感じずにはいられなかった。

自殺が増えているという報道がある。警察庁によれば今年10月に全国で自殺した人は2153人で、去年の同じ時期より600人以上、率にして約4割も増加している。1ヵ月の数だけでアレコレというのは気が早いかもしれないが、多くの人を驚かせた複数の有名人の自殺報道を思い出し、そんな傾向があっても不思議ではないと感じてしまう。

はた目には何の問題も無く、仕事もプライベートも充実しているように思われた人が突如亡くなる。家族はもちろん、周囲に与えるショックも大きいだけに、その原因や理由について様々な憶測が飛び交う。

「仕事？お金？恋愛？お酒？病気？」…いくら考えても答えは出ないが、ひとつだけ言えることがある。それは当人が死ぬほどに辛く感じている悩みや問題を、ほとんど誰にも開示することなく、1人抱えたままこの世を去ってしまったという事実だ。

以前ご紹介した、岡檀著「生き心地の良い町 この自殺率の低さには理由がある」(講談社)。徳島県の南端にある小さな町が、なぜ全国的に見て突出して自殺率が低いのかをテーマに書かれた、興味深い本だ。

この本で取り上げられた地域のコミュニティ特性のひとつが、積極的な個人情報の開示だった。

その町には古くから「病(やまい)、市(いち)に出せ」という格言が伝えられており、その意味するところは「病気や家庭のトラブルなど、何か困りごとがあれば、とにかく早めにみんなに開示したほうがいい。そうすれば、誰かから適切な助言や、有用な情報をもたらされる」というもの。

私はこの話から着想を得て、個人情報は「守る」のも大事だが、それだけではダメで、むしろときには情報を積極的に開示して解決にアプローチしていく「攻め」の姿勢が必要ではないかという話をした(役場の対人援助論 21号「個人情報。守るも、攻めるも」)。

困りごとを早めに誰かに開示し、助言やヒントをもらう。その方が1人で悶々と悩むより、解決につながる。たしかに「三人寄れば文殊の知恵」という言葉もある。考える頭が多い方が、打開する確率は上がりそうだ。

だが効果はそれだけではない。思えば深刻な悩みとは、簡単に解決できない厄介なものであることが多い。病気や障害、介護や借金など、周囲に相談してもすぐに解決とはいかないことも多いだろう。それでもやはり「病を市に出す」。それはとても意味がある行為のように思う。自殺者増加のニュースを見て、改めてそう確信した。

なぜならその行動は、少なくとも私たちの大敵である「孤立」という厄介者を遠ざける。その力は十分に持っているのだから。

私たちの本性

ヒトは「群れ(=社会)」を作る生き物だ。野生動物のような速い足も、強い力も、鋭い牙もない私たちは群れを作り、分担や助け合いをすることで生存する戦略を選んだ。ヒトは社会の中で、人と人との関係性の中に生きる。「人(ひと)」の「間(あいだ)」と書いて「人間」とは、よく言ったものだ。だから私たちには本能的に相手に「存在を認知されたい」「自分を理解されたい」という欲求がある。

子どもは注意獲得行動といって、怒られてでも他者に注目してもらえる行動をとるこ

とがある。それは無視され、存在を認められないより、叱責されてでも注目された方がずっとマシだからだ。

誰にも顧みられない、認められない、分かってもらえない。そうしたいわゆる孤立状態に置かれること。または自分が孤立していると感じること。私たちにとってそれは、ときに致命的なダメージを与える危険性をはらんでいる。

2005 年に行われた OECD 加盟国の社会的な孤立に関する調査がある。この調査で「友人や同僚・地域コミュニティなどとの交流が全く無い」または「ほとんど無い」と答えた人の割合は、オランダが 2%と最少。続いてアメリカ 3.1%、イギリス 5%、フランス 8.1%と、欧米のほとんどの国が 10%以下だったのに対し、日本は 15.3%と加盟国中で最大だった。

文化や宗教の違いがあるから簡単には比較できないが、この数字はこの国が「孤立しやすさ」というウィークポイントを抱えていることを明らかにしていると思う。

核家族化や地縁・血縁といったつながりの希薄化。数年前から叫ばれている「無縁社会」の問題。若年層（15～39 歳）の死因第一位が自殺という先進国唯一の事態など、多くの事実がそれを物語っている。

「人様に迷惑をかけてはいけない」という美德や、個人の個性より適応や協調に重きを置く価値観なども影響しているのだろう。私たちは互いを気遣うあまり、おのれの弱みや事情をさらけ出せないというジレンマの中にいる。

だからこそ、最初に話した A さんの行動は見事だなあと思う。先輩でもある A さんが年下の私にもすんなり弱みを語る。まさしく「病、市に出す」の実践。その行動は、A さん自身の健康に寄与するだけでなく、業務の連携にもプラスとなる（日程調整などで考慮する材料となる）し、後輩の私への良き見本ともなる。たとえすぐに問題の解決にはつながらなくても、その語りは A さんと息子さんの孤立を遠ざけ、自分や周囲を助けることにつながる。

孤立の破壊力

近年様々な報道で話題となることが多い児童虐待。今の私の仕事の中心にあるテーマだが、その原因やリスク要因について、これまで多くの研究がなされてきた。主なものだけでもあげると「貧困」「親の被虐待歴」「親の疾患や障害」「子どもの育て難さ」など、いろいろな要素が複雑に絡み合うことで、虐待が起こりやすくなるといわれている。

確かに現場にいる感覚でも、その関連性は腑に落ちる。だが世間を見れば、経済的に苦しくても虐待が起きていない家庭はいくらもあるし、虐待を受けた人が必ずしも我が子を虐待してしまうわけでもない。実際自分は叩かれて育ったからこそ、我が子には絶対に手を上げたくないという人も結構あったりする。

ではその差が生じるのは何なのか。

私はその違いを生む重要な引き金のひとつが「孤立」ではないか。そう思えてならない。

例えばひと口に貧困といっても、親族や地域とのつながりを持ち、ひらかれた雰囲気
の家庭と、貧困なうえに地域からも孤立し、誰も訪ねることのない家庭では、どちらに支
援の手が入りやすく、難局を乗り切る力があるか。それは火を見るよりも明らかだろう。

同じように「親の被虐待歴」「親の精神疾患」「子どもの障害」などがあると、それだけ
でも生きづらさにつながるが、支える人や共感してくれる仲間がいることで、乗り越え
ていける例も少なくない。

しかしそこに「孤立」がプラスされるとどうなるか。

誰にもどこにも相談がされない、つながらない。適切な知識や、有益な制度の情報も入
らない。支援の手も拒絶される…。当然事態は複雑化し、問題は雪だるま式に深刻化する
だろう。そんな高ストレスな家庭で、最も弱い子どもという存在にしわ寄せが顕在化する。
それが虐待だ。

そういう意味で「孤立」という要素が加わることは、虐待への最後の扉を開いてしまう
カギになるような気がしている。

そんな風に考えていくと、これは何も児童虐待だけに限ったことではないことに気づ
いた。

認知症・DV・いじめ・依存症・独居高齢者・LGBT などなど。現代社会で語られる様々
な課題も、「プラス孤立」が当然のように大きなリスクを生む。

例えば独居高齢者や LGBT はそれ自体が即問題だとか不幸だということでは本来ない
はずだが、そこに孤立が加わることで問題化し、孤立死や自殺といった新たな課題が生
まれてしまうこともある。また、認知症や依存症などの疾患や、DV やいじめといった関
係性の問題は、それ自体を抱えることに負担もある上に、孤立化することで悩みが深刻
化し、問題解決を益々遠ざけてしまうだろう。

最近話題のユーチューバーで、社会派お笑い芸人のせやろがいおじさんも動画で話し
ていたが、孤立ってやつはまさに混ぜるな危険！トイレの洗剤以上に扱いに注意が必要
な代物なのだ。

そんなわけで自分や周囲の誰かが困難に出会ったときには、「ここに孤立は混ぜたらア
カン！」ということだけは、ぜひ肝に銘じておきたい。別に無理に誰彼ともなく話す必要
はないが、気を使い過ぎて言わないのはもっとよくない。下手をすると命の危険を伴う
こともあると、覚えておいて損はないのではないだろうか。

新型コロナの流行により、外出自粛やソーシャルディスタンスなどが日常となってい
まった昨今。人がつながることが難しくなっている今だからこそ、ウイルスと同じくら
い、孤立への警戒もより意識していければと思う。