

(新連載)

私の頭の中のまだエンピツ①

そだちと臨床研究会 川畑 隆

自分らしさ

自分の価値とか自分らしさとか

いきなりで恐縮ですが、他の人と比べて有利な属性をもち、それを自認しながら恵まれた状況におかれている（ように見える）人を除けば、自分のオリジナリティ（自分独自とか自分起源といった意味合い）なんてあまり意識せずに、目の前のことにただ繰り返し関わりながら過ごしているのが、私たちの日常でしょう。しかし、自分には特別なオリジナリティなんなくて「ふつう」の人だと、自分について少しがっかりしている人がいるかもしれません。

「生きる意味や価値」についていろいろ言われますが、人は自分の意志で生まれてきたわけではありませんから、元々は「こう生きたい」も何もないわけです。でも今「自分にがっかりしてる」人もそうでない人も、日々生きているうちに、どうやら「よりよく生きたい」とか「私らしく生きたい」、「自己実現したい」という方向に仕向けられてきているようです。

オリジナリティについて、「自分がそうしたいと考えていれば、それは

その人のオリジナルだ」というフレーズを聴いたことがあります。理屈で考えれば、「これは私のオリジナルだ」と言っても同じようなことを考えた人は他にもいるかもしれませんし、誰かや時代から受け継いできているものかもしれません。それが本当にオリジナルかどうかは確かめようありませんから、オリジナルであることが怪しくなつて、オリジナリティなんてないと言いたくなつてしまいます。しかし人は唯一無二で、まったく同一のコピー人間は存在しません：よね。ですから考えたことの内容を言葉で表せば誰かが言つてたこととそう変わりはないにしても、その言葉が表す実質はその人の唯一無二性を通してアレンジされているわけですから、その人らしさ、つまりオリジナリティが支えていると言つてもいいのではないかと思うのです。

「私なんて平凡でこれという取り柄がない。あなたのこういうところがいいところだなんて言われたつて、そんなところはみんなもつてるし：」
という悩みは、これで論破できたでしょうか。

私は「ふつう」

でも、理屈はそうでもなんかストンと落ちなくて、自分らしさが実感できて「これが私だ」つて元氣が出ないものかと、「自己実現派」は思うのではないだろうか。

私は、年をとるにしたがつて、自分の「ふつう」であることの価値を言葉で表すことができるようになってきました。それまでは能力が高かったり魅力ある人と自分との違いを意識するし、人見知りするし、自分の考えや発言に自信がないし：というところをまだウロウロしていたような気が

します。いや、比較的若い時にある人から「川畑くんの切れ味はカミソリではなくナタだ」と評されたことがあります。でもそれにそうショックを受けたわけではなく、開き直りでもなく「ナタの川畑です」と自己紹介していたぐらいですから、その評価を拒絶していたのではないと思うのです。しかしこんなふうに覚えているのですからこだわりは残ったわけで、そのこだわりはその頃はまだ漠然としていて、言葉で表せるまでには醸成されていなかったと言えるかもしれません。

「ふつう」だからそのことを理解するには能力が及ばないし、そんなことなんて思いつかないし、「ふつう」だから失敗するし、「ふつう」だからふんざりがつかない……。それらを否定しなくてもいいし、そうであることを「ふつう」の能力だとして自信をもつていいような気がしてきたのです。これはもしかして、注意力や記憶力が減退してきている老人力の高まりともリンクしていることかもしれません……。以前、「いくら面接の準備をしても面接では何が起こるかわからないから、面接の前にはドキドキして自信がない、でもそれが当たり前だしその当たり前のことができているのだから、『自信がないことに自信をもてばよい』というフレーズを口にしたことがあるのですが、それと同じようなことです。「優秀な人にはわかりにくいだろうけど、私はふつうだからこそわかることがある」なんて言うとか対抗心が顕わかもしれません。また、そういう「ふつう」の力を肯定的に抽出できる「ふつうじゃな」さを私に対して指摘する人もいるかもしれませんが、それは性格傾向や得手不得手の範囲のこととして「ふつう」の中に入れてもらえるんじゃないでしょうか。

何故そんなことに自信が持てるようになってきたか……それは私にとって、自分が対人援助職であったり、今も子ども家庭支援のことに首を突っ

込んでいることが大きく影響していると思います。

対人援助職のしんどさとうまみ

「私らしく生きる」：対人援助職でなくともみんな思うことだと思えます。お腹がすけば食べたいし、痛ければ痛くないように薬を求めるとか、私たちは快適さを求めて生きているとしたら、「よりよく生きたい」というのはあたりまえの思いです。そしてそこに「私の本当のところはこうで、その本当を大切にして無理をせず、つまり私らしく：」という気持ちも含まれるでしょう。

対人援助職の場合は、そういった「よりよく生きたい」生身の相手と同じく、同じく生身の自分をも視野に入れることを業務として求められることとなります。どういうことでしょうか。

援助する相手がどんな人でどんなことで困っているかを、援助職である私を通して理解しようとして関わっていくわけですが、そこでは相手に起きていることが私の身に起きたとしたら私は正直のところどんなふう思うか、それと相手の心の中に起きていることは一緒か、異なるとしたらどんなところかなどと、相手の虚像ではなく実像（本当）を思い浮かべる作業です。そしてそれはとりもおさず、援助職である私の実像にも直面させられる作業でもあるのです。たとえば、相手に「こういうところを頑張ろうよ」と言いたくても「私は頑張れているのか」と自問するとそんなことは言えなくなったり、そうなる自分自身の弱さばかりが目に入って「人を援助する資格なんて私にはない」と落ち込むことになりかねません。また「相手は私には想像もできない心情みたいだから私の手には負えない」

「私は対人援助職には向かない」と逃げ出したくなったりもします。

そんなふうに対人援助職なりの「しんどさ」を体験することも多いのですが、それは「自分自身に目を向ける」ことができる機会でもあります。自分の能力や感受性などの限界などを感じながら業務を続けていく中で、いろんな気づきがあったり、それまでの思い込みがよい方向で裏切られることもあったりという経験に支えられて、自分の中で何かが深まったり更新されていきます。そういう「うまみ」が対人援助職にはあります。私の場合、「ふつうに生活している相手」と「ふつうに生活している自分」の共通項を頼りにして仕事を続けてこられているし、そのことを「自分らしさ」として肯定的に受け入れているように思います。

(了)

—宣伝—

『ターチャンのオリジナルソング』を十月一日からYouTubeにアップしています。昔の私が歌っている自作の歌です。しばらくの間、毎月一日に追加します。よかったら覗いてみてください。