これからの男性援助を考える

第4回

男のコミュニケーション

＝男の講座から考える＝

坊　隆史　松本 健輔

はじめに

２名の筆者によるリレー方式の本連載。筆者間で現場や対象は異なり、実際のアプローチが異なることもある。しかし男性ジェンダーを意識した対人援助を行っているということ、男性援助の意義と方法を文字として綴りたいという目的は共通している。見切り発車で始まった本連載は、筆者らの対人援助経験の未熟さも加わり、核となるメインテーマを模索しつつ揺れ動いている。例えば第１回では「硬派路線でいく」と意気込んだものの今回は、硬度を低下させている。こうした柔軟性および流動性もリレー連載の利点であろう。読者諸氏には本連載そのものを未熟な援助者の成長過程として見守って頂ければありがたい。

第４回は男性のコミュニケーションについて考察する。男性の対人援助を考えるにあたって男性特有の行動様式を把握しておくことは重要であり、コミュニケーションはその最たるものの一つだからである。コミュニケーションというと言語学、心理学、社会学など様々な学問体系を切り口にして考察できるが、今回は筆者が近畿のある自治体で行った男性のコミュニケーションに関する市民講座の実践を紹介し、男のコミュニケーションについて述べていく。これは統計データや学問的規範を紹介して考察を導くものよりも、筆者が男性たちへの援助や援助場面での語らいを通して感じていることを述べていく方が対人援助学マガジンの理念に合致すると判断したからである。

1、男性のコミュニケーション

Sullivan,H.S.が精神病理は対人関係と関係していると考えたように、対人関係におけるコミュニケーション不全が起点となっている対人援助上の問題は多い。男性問題でいえば DV や虐待などの暴力、ストーカーなどの逸脱行為など、反社会的な関係性の病理がその一例である。男性ジェンダーの視点から男性援助を考える場合、文化に埋め込まれた男性のコミュニケーション様式も考慮することが大切である。例えば、1970 年代の高度成長

期では「男は黙ってサッポロビール」という三船俊郎が登場するCMが大ヒットするなど、「男は弱音を吐くな」、「男は背中で語るものだ」というように感情や言語を表現しない内に秘めたコミュニケーションが美徳とされてきた。

こうした当時の男性のコミュニケーション観を男性相談実践に励んでいるシニア産業カウンセラーの吉岡俊介は、水前寺清子さんの当時のヒット曲「大勝負」（作詞：関沢新一）の歌詞が如実に言い表していることを指摘している。『一つ男は、勝たねばならぬ　二つ男は、惚れなきゃならぬ　三つ男は、泣いてはならぬ（歌詞一部抜粋）』とあるように感情を抑制した競争モードがこの時代の男性の理想の姿であったことがよく見えてくる。また男性向け電話相談や父親の子育て支援実践を行なっている濱田智崇は伝統的な男性のコミュニケーションを形成する自己概念を維持する傾向を「カニ的コミュニーション」という言葉で説明している。これはカニをはじめとする甲殻類は柔らかな身を守るために堅い殻で覆われていて、それは内面の弱さを防衛するために過剰な攻撃性を示すことがしばしばみられる男性のコミュニケーションにも通じていることを比喩している。濱田は男性のコミュニケーションをカニ型以外にも回避傾向のタコ型、何事にも無関心なクラゲ型の３つのパターンに分類している。こうした濱田の分類も男性のコミュニケーション様式を的確に表現できているように思われる。

ところが、多様なライフキャリアが容認されてきた現代において、男性の生き方のみならず、男らしさも多様化してきた。例えば「もっと男らしくなりたい」、「力が欲しい」という伝統的な男らしさに向かおうとする男性もいれば、「主夫になりたい」、「出世競争がしんどい」と伝統的な男らしさとの葛藤に悩まされている男性も増えてきている。良くも悪くも男らしさの画一的なモデルがなくなることは男性のコミュニケーションの画一的なモデルも存在しない。コミュニケーションが大事と言われても、男性たちはわからない。学校でも就職活動を通してでも男性のコミュニケーションは学ばないからだ。第１回で述べてきたことと通じるが、旧来の男らしさを使ったコミュニケーション（黙る、泣かないなど）を否定こそされても、現代社会に即した男らしいコミュニケーション様式が示されていない。そこが男性にとってコミュニケーションを苦手と感じさせているのかもしれない。男性のコミュニケーションを考慮するにあたり、こうした社会文脈的な背景を考慮することも求められる。男性への対人援助を行う援助者もこの点を理解することは重要であろう。

２、男性のコミュニケーション講座

望ましい男性のコミュニケーションの回答を示すことは、筆者の力量では正直少々荷が重い。ただし、何かのヒントになるようなものは提案できるかもしれない。そこで冒頭でも紹介したように、某自治体の男女共同参画センターで行った男性のためのコミュニケーション講座の実践を報告する。さらにそこから見えてきた男性のコミュニケーションについての考察を報告したい。

まずは簡単に経緯と枠組みを紹介する。この自治体の男女共同参画センターで催されている女性のコミュニケーション講座が例年好評のため、男性講師による男性のためのコミュニケーション講座を実施することとなった。そこで男性ジェン

ダーを意識した援助者である濱田智崇さんと筆者に声がかかり 2009 年度から現在まで毎年開催している。今年で３年目だがタイトルや回数、中身は変化をつける工夫をしている。例えば初年度は 2009 年は、『男が職場でイキヌクためのコミュニケーション論　～生きぬく・息ぬく・活きぬく～』というメインタイトルで３時間×２回の講座を土曜日午後に実施した。各回約 40 名ほどの参加があり、働き盛りの世代が多いものの 20 歳代から 60 歳代まで幅広い年齢層の参加がみられた。

①コミュニケーション講座を受ける動機

行政による無料の市民講座ということもあり、毎回年齢および職業も幅広い男性たちが参加してくれている。そのため受講動機も様々である。表１は 2009 年度の受講者の受講動機の一部をまとめたものである。この年は仕事にテーマを絞るようなタイトルにしたことから仕事に関する受講動機が多くみられたが、コミュニケーションに惹かれた受講者も多い。

表１、参加者の受講動機の要約（一部）
・人間関係がうまくいかない（20 代）
・今の社会に本当に必要なテーマ（30 代）
・コミュニケーションが苦手で誤解されたりする（40 代）
・仕事がキツクて本当にイキヌキタイ（40 代）
・部下との円滑なコミュニケーションをとりたい（50 代）

上司が苦手な部下が参加しているかと思えば、部下と満足したコミュニケーションをとれていないと感じている上司の参加もあった。それぞれの立場で講座に対して各々の期待があり、“男性”と“コミュニケーション”というキーワードで偶然一同に会している。こうした偶然の出会いというのも一種のノンバーバルコミュニケーションといえるのかもしれない。

②プログラムの実際

参加者には上司もいれば部下もいる。正規従業員もいれば非正規従業員や求職者もいる。相反する立場の参加者が混在しており、プログラムの構成には細心の注意を払った。具体的には特定の立場を攻撃する形にならないよう、「男性であること」という共通項を意識し、どの世代や立場でも汎用できる内容を心がけた。以下、筆者担当回で実際に行ったワークの一部と受講者の反応および筆者の考察を紹介する。

【バースデーサークル】

コミュニケーションには言語性と非言語性の 2 種類があるということ、普段は言語性コミュニケーションにずいぶん依拠しているということを実体験してもらうためのワークである。まずは 2 種類のコミュニケーションを説明した上で、参加者全員がノンバーバルコミュニケーション（非言語性）のみを用いて１月１日から１２月３１日までの誕生日順に並ぶ。この時、講師もワークに参加すると受講者との関係性が深まりやすくなる。

始めはとまどいながら冷ややかであるが、誰か一人がジェスチャーを使って誕生月を示しだすと次々とノンバーバルコミュニケーションを用いての交流が始まる。そして少しずつ長い列となる。個々の参加者が言語を用いずに一つの集団へと凝集性を高めていくこの過程は何度見ても心地よい。筆者の経験だと３分～４分ほどでできる。過去に女性を含めた 100 名ほどの集団で試したことがあるが、100 人でも５分ほどで列が完成した。列

が完成すれば、一人ずつ誕生日を発表していく。この時、誕生日がその日であれば全員で拍手をすると凝集性を促進できる。完答率は意外に高く、20～30 人であっても完答か１人間違える程度である。

ここで解説をして終わるのはもったいない。筆者はこのワークを隣り合った 2 名でペア作りにも使っている。ペアで着席してもらいワークの感想を交換してもらう。感想は最も多いのは「普段言語に依拠していることを再認識した」であるが、「最初は何させんねん、と抵抗があったが、やってみるとおもろい」という感想もしばしばある。いかにもワークが苦手そうな男性からこのような感想が語られたとき、よい講座になる手ごたえを感じるものである。

【レポートトークとラポートトーク】

レポートトークとは事実を客観的に述べる語りで、ラポートトークとは自分の感情を含める語りある。仕事の場面で客観的な報告が求められる場合は前者、日常的な情緒を通したコミュニケーションの場合は後者を意識した方がよい。働き盛りの成人男性の場合、生活時間の多くを仕事に費やしているため、論理性と事実を重視したレポートトークを家族や友人などのプライベートの人間関係のコミュニケーションにも用いてしまう傾向がある。情緒を省いたコミュニケーションほど家庭で面白くないものはない。家でも会社モードの親父たちはいつの間にか家族から孤立してしまう。こうした心あたりをペアで話し合ってもらってもよい。

一通りの説明の後、実際に講座日の直近の時事ニュースを課題にしてそれらをレポートトークとラポートトークを使い分けてパートナーに表現するというワークを行った。表２は 2010 年７月の講座で用いた課題である。当時の最新の２つの時事ニュースをペアで表現しあい、感想を交換するワークを行った。

表２
レポート＆ラポートトークのワーク
ここで練習です。
レポート＆ラポートのトークでパートナーにニュースを伝えましょう！
どちらのパターンも試してください。

①民主党代表選で菅直人代表が再選
②阪神タイガースの矢野燿大選手が引退を発表

参加男性たちの声としては、「いかにレポートトークを多用しているか気づいた」、「どちらもバランス良く使いこなすことが大事」という狙い通りの反応が返ってくることが多い。このワークは会社モードでないコミュニケーションとその重要性を知るきっかけとなっている。なかには「自分はずっと『君の話はようわからん』と言われ続けてきたが、ラポートトークばっかりだったことに気づいた。事実をきちんと伝えることも大事と気づいた」との感想を述べた男性もいた。感情表現が豊か過ぎる女性にレポートトークを学んでもらうことにも応用できそうだ。機会があれば試してみたい。

【目指せ！ 平成の色男】

この平成の世の中、数多くの色男たちがいる。色男や男前の価値観は多様で何が色男かは一つのベクトルでは表現できない。それを説明した上で、コミュニケーションの上手さという点での色男は著名人の中で誰が思いつくかを考えてもら

う。出してもらった名前とその理由を発表してもらうだけで、フロア全体が笑いの渦に飲まれることもある。

ある程度、参加者の考えを聞いた後、筆者は石田純一さんを紹介する。石田さんは非常にあいづちが非常にうまく、彼の話の聴き方は心理臨床でいうところの傾聴のエッセンスが凝縮されている（と筆者は感じている)。石田さん自身もあるテレビ番組において「自分はあいづちばかりうっている。でもそれで（コミュニケーションが）上手くいくんだ」という旨の発言をしていることがあった。石田さんがよく使うというあいづちを紹介した上でペアになってもらい、語り手が自分の自慢話をする一方で聴き手があいづちを入れ続けるというワークを行ってもらう。一定時間がくれば役割交代をして、同じ作業を繰り返す。

このワークの感想は「あいづちなど考えたことがなかった」、「あいづちをいれてもらえて話しやすかった」と新たな気づきを得た肯定的な意見が大半だった。しかし一部では「変なあいづちを入れられて話しにくかった」「あいづちをうつことに気をとられ、うまく聴けなかった」という感想もあった。語り手の息つぎや話の切れ目などにあいづちを入れるといった会話上の社会的スキルが関係しているように思われる。相手に勝るが良し、という従来の男性モデルでは相手に共感してはならないので、相手はうまく語れるようなあいづちとは相性が悪いのかもしれない。そうだとすれば、現代男性のコミュニケーション力向上のためにはあいづちをいれて聴くというトレーニングは効果的ともいえよう。

③講座からみえた男性のコミュニケーション

初年度のプログラム検討段階で講師２名と男女共同参画センターの担当者（もちろん男性）での打合せでは、コミュニケーションに関する知識を座学で学びたいと希望する人が多く、ワークに乗り切れないのではないかと予想し、「座学：ワーク＝７：３」程度に設定した。ところがそれは杞憂だったようで、
「ワークが楽しかった」、「もっとワークがしたかった」などワークの評価が高かった。対象がこの類の講座の参加者だったということを差し引いても男性も語りたいという需要が多いということに気づかされた。男性は知的理解を好むという言説に講師である筆者たちも惑わされていたのは大きな発見であった。以降、2年目の講座や他の男性支援でも知的理解と体験ワークのバランスを心がけるようになった。筆者の感覚では今のところ「座学：ワーク＝５：５」のバランスが全ての受講者に受け入れてもらいやすいような実感がある。

男性だって語りたい。でも“男らしさ”の縛りによって語れない。いやむしろ語る術を知らなかったりすることがあることが見えてきた。そのため男性のコミュニケーションを考えるときは、ラポールトークや初歩的スキルから初めることも意義がある。感情を介した情緒的交流の機会が少なく発達を遂げてきた成人の男性にとって、こうした基本的な社会的スキルの実習を兼ねた心理教育的な講座プログラムはコミュニケーション力向上に有益であるように感じた。

３、これからの男性のコミュニケーション

今回は「男性のコミュニケーション」

を筆者たちが実施した男性のための市民講座の実践を通して述べてきた。参加者はまさに現代日本の男性たちの縮図のように様々だった。参加者たちはコミュニケーション場面で起こりうる葛藤や難しさも講座内で実体験してもらい、何らかのヒントを持ち帰ってもらえたようだ。

しかしあくまで成人の男性に絞った講座であるため、女性や子どもを混ぜた現実社会に即したコミュニケーション場面とは異なる。講座ではうまく語ることができたが実生活ではうまくいかない参加者も多いのではないかと推察される。ただし、これは男性援助に特化したことではない。筆者は男性援助以外のフィールドでの対人援助を行なっているが女性や子どもであっても同様であると実感している。繰り返し基本的な社会的スキル向上に関する実体験が必要かと思われる。男性のコミュニケーション講座を複数回行ってきたことで、一見気難しそうな男性でも、思うように語れないだけで本当は語りたいだろうし、効果的な講座（訓練）次第でコミュニケーション能力はある程度向上する可能性を見出せた。

これは臨床的問題への応用も期待できる。例えば暴力男性は変わらないという言説があるが、それは変わるためのコミュニケーション様式を備えていないだけで、これまで紹介してきたような当事者参加型で主体的な関わりのできるプログラムであれば変容の可能性は大いにある。今後の課題といえよう。

さらに筆者はもう一つ欲張って講座の発展版も考えている。例えばライフサイクルごとの特徴に合わせたより決め細やかな男性講座やイベントを催していくと、より深みのある取り組みができよう。例を挙げれば「独身男子の会」、「明るくハゲます会」などアプローチは多彩である。テーマは違えど根本は語ること（＝コミュニケーション）である。筆者らはこうしたある特定の層に絞った集団男性援助の実験的試みとして「ヤングメンズの会」なる小グループワークを実施したことがある。10 代～30 代前半の若年男性を対象にした若い男たちの語り場である。正社員になりたい、モテない、結婚できない、友達が欲しいなど現代青年期男性のテーマにダイレクトに沿うことができた。筆者も一人の後期青年期の当事者としてどっぷりとグループに浸ることができ、メンバー間で一体感を味わうことができた。残念なことに筆者がもう青年期とはいえない年齢になり、ヤングメンズの会は休止しているはあるが、朱夏の時期ならではの熱気盛んなグループを催すこともできよう。最後は大きな希望を語ってこの辺りで終えたいと思う。

今回取り上げた講座の共同講師である濱田智崇さんには今回の執筆についてご快諾頂きました。心より御礼申し上げます。

文責：坊 隆史