役場の対人援助論

（50）

岡崎　正明

（広島市）

居場所変われば

居場所と役割

居場所―。
対人援助の仕事をしていると、時々この言葉に出会うことがある。「学校に居場所がない」「地域で居場所づくりをしましょう」などなど。児童から障害・高齢者まで、その使いどころは福祉の様々なジャンルで偏りなくある気がする。
辞書で調べると「居場所」は、
① 人などがいるところ。いどころ。
② その人が心を休めたり、活躍したりできる環境。
と書いてある。なるほど。確かに。
私の働く業界では、どちらかというと②の意味で使うことの方が多いように思う。まあ、まれに DV 逃避なんかでは①の方も重要問題になったりするが。

私の師匠が以前、
「こどもは『家』か『学校』か『自分の中』の、どこかに居場所があれば生きていけるもんだ」
と言っていた。
確かに不登校で学校に居場所が感じられない子でも、家庭に安息の場所があったり、あるいは発達凸凹系で、クラスにはなじめないけど自分の好きなことに没頭している時は充足感に満ち溢れているとか、家が虐待環境で安心できない子にとって、学校が救いの場になっていたりとか、そういうことでサバイブしている例は結構あったりする。まあでも、より健康度というか QOL を高めるには、家も学校も自分の中も、当人にとっての居場所になればそれに越したことはないのだろう。
ちなみに師のこの発言は、どんな場でも適応していないとダメと思っている親や関係

者に、あえて１つあれば大丈夫！と“外す”ことで、膠着したシステムを変化させるためのリフレームスキルである。

「サードプレイス」という言葉がある。家でもなく、学校や仕事場など、当人にとって社会での主戦場でもない「第三の居場所」。そういう場所があるかないかが、人の幸福度にとって大切だと聞いたことがある。習い事や地域・趣味の集まり、推し活やボランティアなど、３つめの居場所を持つことが、人生の充実感に結構影響するらしい。

確かに自分のことを振り返っても、家庭では親として夫としての責務があり、仕事では中間管理職・SV（スーパーバイザー）としての役割を全うしなければならない立場がある。もちろん家や職場でのやりがいや癒しもあるが、時にはそうした周囲から求められる役割から離れ、いろいろなしがらみや、自らがした武装から解き放たれて、ただの趣味人だったり、一個人として自由に振舞える場があれば…なんて考えると「楽しいだろうな～」と素直に思える。

別に今の仕事や家庭が嫌で降りたいとかではないが、人は誰もが多かれ少なかれ、様々な「役割」を演じ、その場その場で適応しているのだと思う。どんなに好きな仕事でも、幸せな家庭でも、時々人は自らの役割にくたびれたり、ちょっと息苦しさを覚えることがあるのではないか。そんなときサードプレイスは癒しであり、ありのままの自分らしくあれる場、日常の役割を降りられる「休憩所」のような機能を持つのだろう。

小さな居場所づくり

仕事や家庭と全くかけ離れたサードプレイスも確かにいいのだけれど、個人的にはそっちが楽しくなり過ぎると、だんだん仕事への不満が増えたり、主体性が減退するのでは？という心配もしてしまう。テレビ番組の「人生の楽園」を見て、思わず心動かされるのは私だけではないはずだ。

そこで最近私が経験してなかなか良かった、新たな居場所づくりについて２つ紹介したい。

１つはいつもの職場ではあるのだけれど、普段とはちょっとだけ「姿勢」や「視点」をズラしてみる。いうなれば普段の「仰向け寝」が窮屈に感じた時の、「寝返りして横向き寝」的な居場所づくりである。

私が統括役をする係は 20 人弱の規模で、毎年異動や採用などで大抵５～６人は「この職場に来てまだ 1 年目です」という人が存在する。2 年目以内となれば約半数にもなる。当然慣れないことも多いし、児童相談所の仕事というのは、世の中的にはかなりニッチなお仕事で、法律・発達心理・医療・家族臨床・行政制度など、専門的な知識やスキルが多岐に渡って必要だ。

もちろんそのための研修や OJT にも取り組んではいるが、多忙な業務の中で正直なかなかすべて伝えきれなかったり、メンバーの悩みや不安をしっかりキャッチできていないのでは？という課題を感じていた。最近徐々に話題になってきているが、児童相談所職員のメンタル不調や病休による離職、定着支援の問題は、何も新しい話題ではなく、ずっと以前からいわれているテーマなのだ。

メンバーとざっくばらんに仕事の悩みを共有したり、明日から使えそうなスキルや経験談を伝えたりする場ができないものか…。でも係内で研修をしようとしても、みんな

訪問や面接で毎日多忙で調整がつかないし、がんばって予定を決めても、大抵数人は突発事案が発生して参加できなくなってしまう。それに業務時間内の研修だと、若者たちはどうしても受け身になりがちで、私やベテランが一方的に話すスタイルになりがちだ。

そんなことを考えていたとき、テレビでニュースを見ていると、欧米のランチミーティングの話題をしていた。日本では昼間の会議室や応接室以外の商談の場といえば、夜の料亭や飲み会の席でお偉いさん同士が何やらヒソヒソとあまり表に出来ないような話をする…なんてイメージがあるが、欧米では夜のパーティーはプライベートな会話を楽しむもので、オフィスでないところでのビジネスの話といえば、ランチタイムが最適なのだという。

言われてみれば確かに政治家同士の外交交渉なんかでも、会談の後にランチセッションをしたとか、よく聞く気がする。書類とパソコンで真正面から向き合う会議や会談と、着飾ったセレブが集いダンスや音楽に興じるディナーパーティーのちょうど中間。欧米のランチミーティングは、昼食を介在させることで雰囲気を和やかにし、互いの懸案について忌憚なく語り合うことができる場なのだろう。

これはちょっといいかもと思い、他のベテランの賛同も得て始めたのが、月 1 回の係での「ランチ会」である。普段の会議のように答えを出すべき話し合いではなく、かといって職場の飲み会のようにプライベートな話や懇親だけを目指すものでもない。美味しいランチをその日はみんなでとって、同じものを食べながら、仕事に関連した四方山話をしてみる。ちょっとタメになる話を聞きつつ、脱線も大歓迎的なフランクな場。しかもランチ会だから、参加できるときだけの自由参加で OK だ。

そんな感じでこれまで 5 回ほど開催したが、毎回 5～10 名程度は参加者があり、続けられている。仕事で役立つちょっとした面接のコツを私が話したり、連絡の取りにくいケースにどう連絡をつけたか？の体験談をみんなで語ったり、会議とは違って毎回自由で不規則な発言が飛び交って面白い。あるときは「この仕事をするに当たって役に立った本」をテーマに、ユルい感じのビブリオバトルを行い、児童福祉の仕事を目指すきっかけになった小説を紹介してくれた人や、こどもに読んで関係作りにつながった絵本を教えてくれた人など、普段の仕事では聞けないそれぞれの職員の物語や価値観に触れることができ、大変好評だった。

ちなみに食事の方も取りまとめてくれる人がいて、お肉弁当とか、お好み焼きとか、クリスマスシーズンにはチキンだとか、アレコレ変化をつけて楽しめており、それもランチ会が継続できている大きな要因だと思われる。

このランチ会の試みは、仕事以外の場であるサードプレイスとはちょっと違うが、仕事場ではありながらもメインの場とは違う「サブプレイス」とでもいうべき居場所のように思う。職場のメインステージが会議室や執務室や面接室とするなら、サブプレイスは喫煙所とか給湯室あたりだろうか。そう考えると最近は、喫煙所も給湯室も仕事の現場から減らされている印象で、なんだか働き方改革が皮肉に感じてしまう。

ピアサポートという居場所

もうひとつ私が最近体験した新たな居場所。それが児童福祉司 SV のオンラインピア

サポートグループである。
　実はこちらは昨年の 11/30～12/1 に開催された「第 30 回日本こども虐待防止学会かがわ大会」において、東京都練馬児童相談所の足利安武さんたちによるシンポジウム「児童相談所スーパーバイザーの資質向上におけるピアサポートグループの可能性」で報告された、全国各地の児童相談所の SV が少人数のグループを形成し、定期的にオンラインで集まって語り合うピアの集いであり、私も昨年の 4 月から縁あって参加させてもらっている会である。
　ピアサポートとは、最近聞く機会が増えたからあまり細かい説明しないが、ようは同じ困難を経験した当事者同士が集まり、情報交換したり体験を語り合うなどして支え合うことを意味する。元々は精神障害者の家族会や、アルコール依存・ギャンブル依存などの患者当事者ら、支援対象者の活動から始まった取り組みだが、最近では「支援者当事者研究」など、対人援助職自身も困難や傷つきに対処し、燃え尽きや離職を防ぐための方法として注目されている形である。

　私が参加させてもらっているオンラインピアサポートグループは、東京・埼玉・奈良・京都・広島・大分と、全国各地から私も含め 6 名の参加者が集っており、土地柄や歴史、都市規模などは異なるが、同じ「児童相談所」という機関で SV 業務をしている者同士が集まり、様々な情報交換をしたり、似たような悩みを語り合い、共感的に対話をすることで、日々の業務に還元していこうとする活動である。
　仕事に関する話をする場ではあるが、いつもの職場とはメンバーも関係性も役割も異なる。実際私はこのグループでは新参者で、古参メンバーの懐の深さに甘えて好き放題喋らせてもらっている。他のメンバーも普段の仕事場では言えないことを存分に語ったり、今興味のあることをアレコレ話したり、ときには趣味の手品を披露したりする人もいて、自由で温かな空間が Web 上に作られている。そんな場を提供してくれる京都府福知山児童相談所の吉村さんは、雰囲気の良い小さなバーのマスターのような存在感で、おそらく私より年下だが、その落ち着きと秘めた探求心には感心させられることが度々だ。
　このグループはオンラインで月 1 回程度開かれており、今では仕事で悩むことがあると「あのグループでコレ聞いてみようかな？」と考えるほど、なくてはならない存在になっている。そういう意味では私にとって、仕事関係だけど職場でも家でもない、サードプレイスならぬ「２．５プレイス」という位置づけで、とても貴重なありがたい居場所となっている。

　このピアサポートグループの良いところはいくつもあるが、中でも良い点を大きく３つにまとめると、①情報②共感③つながり、になるように思う。
　まず「情報」の面では、業務に関わる法律や制度の改正点や注意点、国の最新施策、心理療法やケースワークの新たな理論や実践、地域で異なる児童相談所の事情など、役に立つ知識から視野を広げてくれる話まで、実に多種多様な情報が得られ、自分の職場だけを見ていると視野狭窄になりがちな頭をアップデートしてくれる効果がある。最近私が注目している TIC（トラウマインフォームドケア）やメンタライジング、ラップアラウンドといったものも、このグループで聞いた話が少なからずきっかけになっている。おそらく職場にいても触れる情報なのだが、業務メールや研修案内でオフィシャルに知るよりも、グループの仲間から口コミのように聞く方が、美味しいお店の情報と同じで、不思議とすんなり入ってきて興味が持てたりするのだ。

また「共感」の面では、「違う場所で働く、同じような立場の者同士」として、面倒な説明を抜きにして苦労を語り合え、普段の職場の立場や関係性を気にすることなく困り事を話せることができ、貴重な癒しと内省の場となっている。対人援助職はその業務内容から、家族や友人にも仕事の悩みを話せないことが多い。もちろん同じ職場の中でも相談したり、共感や助言をし合うことは日々行っているが、同じ職場の関係の中だからこそし難い内容もあり、そういう意味ではこのピアサポートグループは、普段は業務上関わることがない相手であるからこその利点があると感じる。また助言する際も、わりと気軽に「こんなのもいいのでは？」と伝えられることがあり、ちょっと離れた関係だからこその良さがあるように思う。

そして「つながり」の面では、全国各地の自分と同じような立場の人間と具体的に顔の見える関係となって結びつくことで、ケース移管などの業務で実際に役立ったり、仕事の苦労があっても「こんな思いしてるのは自分だけじゃないよな。きっと他の県や町でも、似たような人がいるんだよな…」と思え、閉塞感や孤立感の解消につながると感じている。そんなひそやかな連帯感覚が持てるようになると、以前よりも自らの業務を、より広い視点に立って考えられるようになった気がしている。
また、グループでのつながりは共通の知人などの存在をとおしてさらにネットワークを広げていくこともあり、これまで全国のほかの児童相談所が組織としてぼんやりとしか見えていなかったものが、顔のある個人としてイメージでき、連携を図る上での敷居が下がる効果も感じている。

そもそもピアサポートや当事者活動は、「困難やその対応策を一番知っているのは、専門家ではなく当事者自身である」という考えから、患者や障害者という、どちらかといえば普段「受け身的な役割」に偏りがちな人々を、「主体的・能動的に取り組む当事者という役割」に変え、エンパワメントしてきた歴史がある。
居場所変われば、役割も変わる。それは支援者でも同じだろう。「サード」「サブ」「２．５」。多様な居場所の持つ可変性が、課題自体は無くならなくても、人生を柔軟に前向きに楽しむことにつながる気がしている。