

研修会「関係力をみがくセミナー Part 2」報告書

関西ブロック 岡村 ヒロ子

- ・日 時 ; 2018年4月28日(土) 13:30~16:45 29日(日) 10:00~16:45
- ・場 所 ; 茨木市市民総合センター 303号室
- ・参加者数 ; 8日 : 13名 9日 : 11名 (両日参加 : 7名、学会員 : 4名)
- ・講 師 ; 藪田碩哉氏 (さんさん余遊研究所代表/日本福祉文化学会名誉会員)
- ・趣 旨 ; かつてはそれなりに豊かにあった人と人の関わりが、いかにも希薄になってしまった。あたかも砂漠の砂のように握りしめてもばらばらに解(ホ)れてしまうのが現在の人間関係のように見える。砂を結び合わせる〈水〉はどこにあるのか。自己の確立と他者の尊重を両立させるにはどういう道があるのか。その方向をそれぞれの〈物語〉の聴き合いと、これまでの常識をひっくり返した新しい〈公共〉の紡ぎ出しに求めてみよう。(藪田)

【課 題】

- ①人が生きるエネルギーの源を探ってみよう
- ②人と人とのかかわりの面白さと難しさを感じ取ろう
- ③私はあなたをどうすれば本当に理解できるのだろうか
- ④違う人同士が協働して新しいものを産み出すにはどうすればいいのか
- ⑤周囲を変え、社会を変え、世界を変えていく糸口を見つけよう

【研修内容】

- ・28日(土) 講義&ワークショップ

*キーワード ; 「コミュニケーションのリアル」「人と人とのナマなふれあい」

<講義>コミュニケーション(英: communication、交流)とは

(資料①)「コミュニケーションのリアル…人と人とのナマなふれあいをどう進めるか…」

コミュニケーション(英: communication、交流)とは、社会生活を営む人間の間で行われる知覚・感情・思考の伝達。言語・文字その他視覚・聴覚に訴える各種のものを媒介とする。(広辞苑)

私たちが取り上げる「コミュニケーション」は、情報の伝達が行われれば充分というわけではなく、人間と人間の間で、《意志の疎通》が行われたり、《心や気持ちの通い合い》がなされたり、《互いに理解し合う》ことが起きて、はじめてコミュニケーションが成立したといえる。

《コミュニケーションを考える時のポイント》

1. 人間はコミュニケーションによってはじめて人間となる

人は「人の間」を生きることで「人間」として成長する。つまり、関係が人間をつくっていくといえる。

2. コミュニケーションにおける「ことば」の大切さ

言葉を用いて情報や感情や意志を伝え合う。言葉への感度を豊かにし、語彙を豊富にすることがコミュニケーションには欠かせない。

3. 言語的コミュニケーションと非言語的コミュニケーション

言葉がすべてではない。表情や目線、視線、姿勢と動作も大きな役割を果たしている。言葉を超えたものの存在、芸術（アート）もその一つである。

4. 「感情労働」の土台となるコミュニケーション能力

現代の労働（仕事）は肉体労働、精神（頭脳）労働に加えて「感情労働」が重要になってきた。対人サービスに従事する人は感情に左右されるので、コントロールを欠いては適切な仕事ができない。

しかし、コントロールはなかなか難しく、ストレスにもつながる。コントロール力の土台はコミュニケーション技術である。

5. コミュニケーションの基礎技術

- ①あいさつとふれあい；気持ちよくあいさつする。**自然な接触**。
- ②自己開示；表面的な自己紹介でなく、**自分の気分や内面を開く**よう努める。
- ③傾聴法；ただ耳で聞くのではなく、心を入れて「聴く」ことによって相手を真正面から受け止める。そのために技法としては「**リピート（繰り返し）**」が重要。
(⇒第2セッション：コミュニケーション・ゲーム)
- ④共感のスキル；相手の気持ちを自分の気持ちとして味わうことができるよう努める。相手についての想像力が大切⇒相手の体験を追体験できるか。
- ⑤**協力** co-operation と **協働** co-laboration；共通の目標のもとに、それぞれのメンバーの役割を考え、力を合わせて課題を遂行し、目標を達成する。(⇒第5セッション：ソーシャルデザイン)

<ワークショップ>

第1セッション：出会い・ふれあい・笑いあい

“自己防衛の氷を砕いて、まずはみんな生身の人間として楽しく交流しましょう”

- ・アイスブレイキング⇒人間宝さがし（ヒューマントレジャリーハント）：参加者はそれぞれ違う課題が書かれたカードをもらい、「配られたカードが指示するテーマについて、なるべく多くの方から話を聞こう」。その後、2グループにわかれて、それぞれのテーマとインタビュー結果について報告会。
- ・対話型講義：「関係」とは何だろうか。人間は「関係」の中でつくられる。
- ・ふれあいの実習：身体のふれあいから心のふれあいへ
⇒自然な接触；握手、肩と肩のふれあい、背中と背中のふれあい

第2セッション：コミュニケーション・ゲーム

“伝えたくても伝わらない、伝えたつもりが届かない、そんなもどかしさを超えるには？”

- ・リピート実習：⇒グループメンバーで気になった方とペアになる。話し手は聞き手に「起床してから今まで何をしたか」を忠実に伝える。正しく伝わるように一文を長くしない。聞き手はそのまま「リピート（繰り返し）」（反復）する。一文が長くなるようであれば話し手にストップをかけ、話を止めてリピートする。

- ・対話型講義：「伝える」と「伝わる」こと⇒聞き手に的確に「伝える」難しさ、果たして的確に「伝わった」のか。「伝える」と「伝わる」ことは異なる。
- ・聴き方実習：二人組で交互に「私が子どもだったころ」の心に残る思い出を語り、聞き手はリピートしながら傾聴する。一人ひとり、幼少期の思い出を語る時、自然と表情に輝きが生まれ、元気になる。それは一人ひとりの大切な人生の宝物である。
- ・弁証法トレーニング：3人で1グループ。①の人は反論可能な正論を述べる役、②は①の正論に真っ向から反対の論を述べる役、③は二者が納得する新しい論点を述べる役。
*①と②は対立して収拾がつかなく見えるが、③が双方を活かしながら新しい論点を生み出す（ヘーゲルの弁証法で言う止揚＝アウフヘーベン）ことが出来れば、対立に意味があったことになる。

***関係力倍増懇親会**

“この絵にはどんな思いが込められているのだろうか？誰が描いたのかな？”仲間への新しい発見！

⇒懇親会前に各自、画用紙に「山・木・川・家・太陽・蛇」を盛り込んだ絵を自由に描く。

宴たけなわの頃、自分以外の絵が手元に配られ、その絵を解説し、描き手を当てていく。

・29日（日） 講義&ワークショップ

***キーワード；「介護民俗学」「物語」**

第3セッション：それぞれの物語の交換

“誰もが自分の「物語」を生きています。その物語を共有することを目指します”

<講義>それぞれの生きる「物語」について

「物語」という言葉から何をイメージするだろうか。「昔々、あるところにおじいさんとおばあさんが・・・」で始まる昔話。古今東西、なぜか「Oldman～ Oldwoman～」である。経験のある年長者が「こういうふうに暮らすのがいいんだよ」と脈々と語り継いでいく。成長した時は「伝記」を読むことで、自分だったらどう生きたかなど追体験ができる。ルポルタージュ、ドラマ、ドキュメンタリー等々も「語り」といえる。

古きに遡れば、国が誕生した時、民を規定するルールができたが、民はそれがどういうものかを納得したいと思った。そこにごく自然にストーリー（神話）が生まれ、そのストーリー（伝説）の積み上げが文化を形成し、歴史（ヒストリー）を築いていった。

*我々人間一人ひとりの日々の営みそのものが物語なのだということを実感した。

<ワークショップ>自分史（物語）を残そうとするのは人間の本能であるという。では・・・、

- ・私の「物語」を書いてみよう⇒自分自身の年表（誕生～現在）・自身に影響を与えたトピックス・その時々を社会背景を画用紙1枚にまとめる
- ・物語の交換（回し読み）⇒他者のライフヒストリー（＝「物語」）にふれる。自身のライフヒストリー（＝「物語」）を紹介。
- *一人として同じ「物語」はない、そのことに改めて感動を覚えた。そして自分自身の小さな物語は、社会背景という（例：戦争・大災害・大事故等）大きな物語の中に存在することも実感

できた。鮮明に思い出される社会の出来事は、私達の日々の生活や精神育成に少なからず影響を与えている。私達は歴史と共存していることは紛れもない事実である。人はその時々に取り得る避けようもないさまざまなことに立ち向かい、勇気と知恵をもって生き抜き、その足跡として歴史、文化を築いてきた。

＜講義＞高齢者の「物語」を受け止める

（資料②）「民俗学から見た高齢者福祉の新たな可能性」

～六車由美氏へのインタビューを踏まえて

1. 「回想法」と「介護民俗学＝物語」の違い

- ・「回想法」：ご本人を介護サービス（支援）の**対象＝客体**として捉え、話を聞いてあげるという発想。

＜ルール＞記録は取らない。＜方法＞「テーマ」を決めてご本人に話しをしていただく。

＜目的＞ご本人が手のかからないように元気になること⇒医療モデルとしての1つのツール

- ・「介護民俗学＝物語」：ご本人を豊かな体験や知識を蓄積している**生活の主体者**として捉え、話を聞かせていただくという発想。「文化の営みとしての生活は一人ひとり異なる」という視点を大切にする。

＜ルール＞ご本人が昔を思い出して語る話に“とことん付き合い”、本人の言葉通りに“とことん記録する”

＜方法＞話の内容をまとめて文章にし、ご本人・ご家族に差し上げる。

＜目的＞語り手であるご本人が自分の人生を見つめ直す機会になり、生活の主体者としての輝きを取り戻す。

*前日のワークショップで幼少期（生い立ち）の思い出を語り合った時、皆の表情には輝きが生まれ、とても元気になった。生活のしづらさを多少おもちの高齢者お一人お一人にも必ずや輝いていた時代がある。生活の主演であることに何ら変わりはない。六車氏が創った利用者の方々の語りを文言にした「すまいるかるた」は世界に一つしかない宝物である。利用者のほころんだお顔が目浮かぶ。これこそ本当の利用者理解であり、コミュニケーションだと思う。

第4セッション：「マイ・パブリック」への挑戦

“「公共」が見失われた現在、自分の周りに新しい公共を作り出す術を考えます”

＜講義＞与えられる公共から紡ぎ出す公共へ（資料③）失われた「公共」を求めて

1. 「マイパブリックとグランドレベル」への注目

現代社会は反福祉的すなわち『禁止・監視の時代』になっており、全国で設置されている監視カメラは500万台に達するという。最近の犯罪捜査では、目撃情報より監視カメラが重要な役割を果たしている。

人口17万人の東京都日野市で「見守りネットワーク」という高齢者サポートシステムを作った。しかし「見守ってあげたい人」人はたくさんいるが、「見守って欲しい」と手を挙げる人は少ない。勝手に見守ってもいけない。そこで誰でも気軽に行ける「ふれあいサロン」をあちこちに作った。そこで自然に見守り合うことが大切だ。

パブリックは「皆のもの」という意味だが、どうしても「お役所」のイメージが強い。まず、そこを粉砕しなくてはならない。イギリスの居酒屋「パブ」は「パブリック」の略語である。「皆が集まり、楽しく杯を交わし、語り合う場」で、イギリス国民の生活の中に根付いている。このように日常の暮らしの中であってこそ福祉である。

2. 対話型講義：「マイ・パブリック」を作り出す

田中元子著『マイパブリックとグランドレベル』からいくつかの例が紹介された。小さな屋台を曳いて街へ出て、ちょっとしたスペースを利用してコーヒーを無料でもてなす。前を通る人たちは最初は怪訝そうだが、楽しくおしゃべりに興じる人たちに自然に仲間入りする。そこで人の輪が広がっていく。そんな小さな実践から私たちのパブリックが生まれていく。

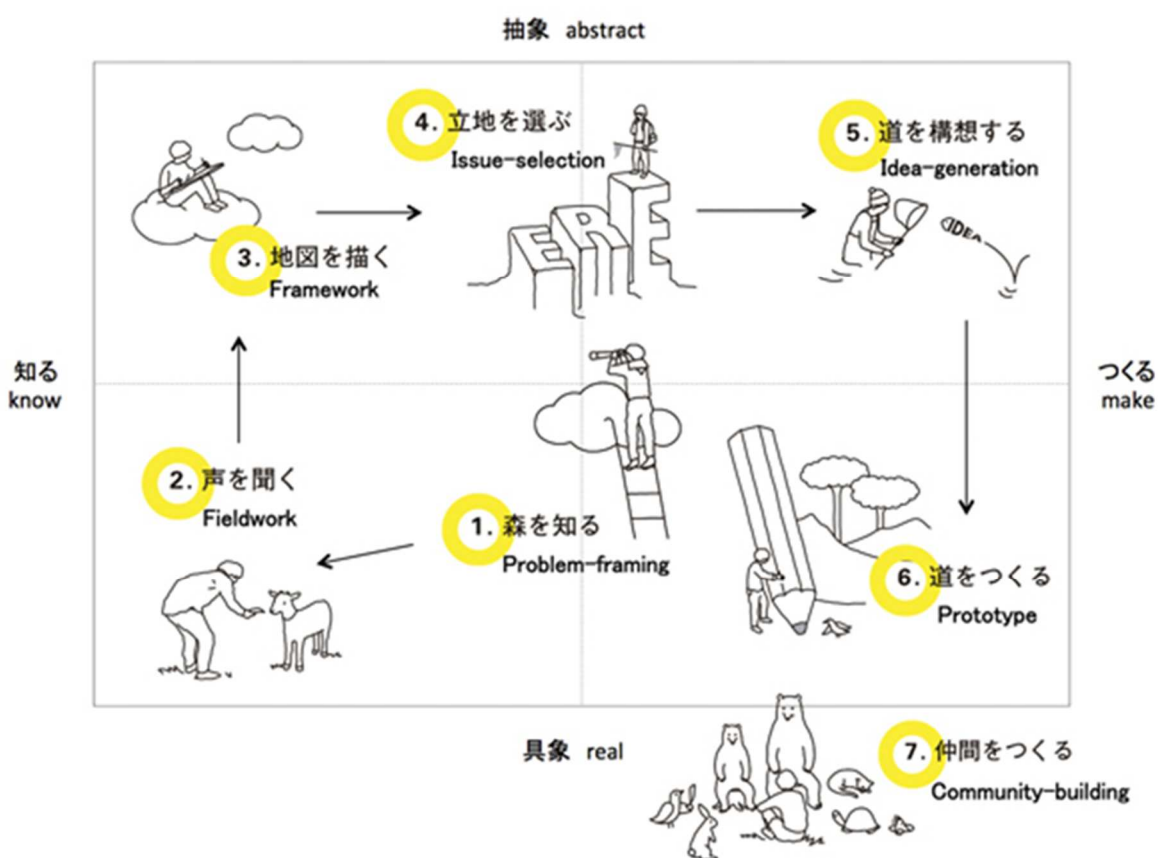
第5セッション：ソーシャルデザイン入門

“社会を楽しく、面白く変えていくデザイン、その実習と発表会”

<講義>「ソーシャルデザイン」入門

デザイン思考とは、頭で考え理解する「知る」と手や体を動かし「作る」の往復。目に見える現象・カタチなどの「具象」と、目に見えない概念・アイデアなどの「抽象」を往復する思考プロセス（イリノイ工科大学デザインスクール）。

*ソーシャルデザインの7ステップ



① 森を知る＝社会課題の全容を理解⇒②声を聞く＝住民や事業者の声を聞く⇒③地図を描く

＝課題を構造的に整理⇒④立地を選ぶ＝取り組む課題を絞る⇒⑤道を構想する＝アイデアを
発想する⇒⑥道をつくる＝実現に向けて試作する⇒⑦仲間をつくる＝一緒に取り組んでくれ
る仲間を集める（地域みらい大学のホームページから）

<ワークショップ>課題とチーム作り

- ・市民はみんなソーシャル・デザイナーになろう
- ・ソーシャルデザインの課題はどこにでもある
⇒身の回りのことで気になることをあげ（課題）、解決の方向と具体的な方法を考えてみよう
⇒全員が課題を1~2つ発表
 - ・類似する課題を挙げたメンバーでグループ作成
 - ・課題の整理“わかりやすく、シンプルに表現”⇒7つのソーシャルデザインステップに沿い
ながら、ディスカッションし、多様なアイデアを開発⇒模造紙にまとめる
 - ・プレゼンテーションと評価

<1グループ>

課題：「町内会に入らない人が多く役員がすぐに回ってくる」

解決の方向性：「町内会に入る人が増える」

具体的な方法：①入らない理由を聞く ②①について自治会で協議 ③多様な入会条件を用
意 ④個別のアプローチを進める（あいさつ・話ができる信頼関係等） ⑤
自治会の役割・メリットを共有する ⑥市に現状（②&③）を伝え、市として
の対策（研修等）を講じてもらう！！

<2グループ>

課題：「空家が活用されていない」

解決の方向性：「みんなで創るみんなの居場所」

具体的な方法：空家→イノベーション（＝イベント）→共同作業（なじみ・愛着）→楽しみ
（餅つき・コンサート）→多世代、特にグレートじいパワーの活用

*身近な生活課題は山積している。日頃、気になりながらも手つかず状態である。短時間にこ
んなにたくさんのアイデアが生まれたのはメンバーの意識が高いからに他ならない。絵に描
いた餅で終わらせたくない、それが皆の正直な思いだろう。

<参考書>

- 諏訪茂樹『コミュニケーション・トレーニング』 経団連出版 2012(改訂新版)
- 野口裕二編『ナラティブ・アプローチ』 勁草書房 2009
- 彩屋紗月・熊谷普一郎『つながりの作法』 NHK出版 2010
- 六車由実『介護民俗学へようこそ！ 「すまいるほーむ」の物語』 新潮社 2015
- 斎藤純一『公共性』 岩波書店 2000
- 田中優子編『そろそろ「社会運動」の話をしよう』 明石書店 2014
- グリーンズ編『日本をソーシャルデザインする』 朝日出版社 2013

田中元子『マイパブリックとグランドレベル』 晶文社 2017

西川正『遊びの生まれる場所』 ころから 2017【一日目】

<全体を通して>

両日、セミナーはゼミスタイルで進み、関わりの濃いものとなった。菌田ワールドに魅了されたリーピーターはすでに Part3 を期待している。今回の「物語」「公共」に焦点をあてた講義・ワークショップは、旬のテーマだけに受講なさった方々は早々に実践していただきたい。

「ソーシャルデザイン」については私達に課せられた重要な役割だということを昨年以上に実感した。多くの課題を抱える社会を今、変えなくてどうするのか。人任せにする時代ではない。菌田先生からはまとめとして「つながることをおもしろがりなさい。これからはマイ・パブリックの時代です」という熱いメッセージをいただいた。

参加者から寄せられた感想の一部を紹介する。

“今の国の福祉構造改革の方向性（公助から共助、自助へ）に反発を感じています。しかし、どうやって別の価値観を築いていくか？今回のセミナーでそのヒントをいただきました。「一人ひとりの物語から出発する。福祉を文化のメガネで見えていく」これから咀嚼していきます”

“「マイ・パブリック」と「グランドレベル」という発想が印象的で自分や社会の中にどう取り入れられるのか・・・と考えさせられました。Public を公共と訳すと「お上の仕事」というイメージ、でも公衆となると民から自然発生する・・・と思ったりしました。銭湯（公衆浴場）＝地域のつどい場。訳し方によりますね”

“人間とは分析しがたく、デジタル的に分析できるものではない。だからこそアナログ的に一人ひとりの人生の物語を大切にしなければならない。「介護民俗学」という分野に魅かれました”

“公共性の発想転換。市民から公共を創るということ＝「マイ・パブリック」。「おもしろがること」が深い意味のコミュニケーション”

“私達が仕事をしていく中、社会の中で生きていく中、さらに心豊かに生きていくために関係力をみながくことは本当に大切なことだと思う。また、関係力を深めていくためにコミュニケーション能力がいかに大切であるかということがとても心に残りました”