

第2章 生活移行への支援から見えてくること

生活移行への支援から見えてくること

北川 紘久

法人本部企画事業部ケアサービス推進課
自立生活支援員

大学では福祉学科を専攻し、平成二〇年四月より社会福祉法人オーブンスペースが一に入職（現・社会福祉法人グロー）。平成二九年四月より現職となる。

1 長期利用者的生活移行への考察
ホームかなざわは通過型のホームとして、自分に合った暮らしの場を見つけることに主眼をおいたサービス提供を実施してきた。

通過型のホームとはいって、自分に合った暮らしの場を見つけるということはそんなに簡単なことではなく、利用が八年となっている長期利用者二名が在籍している現状があつた。これには、様々な要因があると思うが、明確な利用期限を設定していないことや利用料（家賃、共益費、食費）が安いこと等の背景が、生活移行へのモチベーションを削いでしまっている可能性があるのでないかと前年

度報告書においても示唆した。また、一人暮らし等に向けての費用を貯めてもらうために、利用料を安価な設定とし、期限についても目安目標としては設定していても、期日を明確に示すことができていなかつたことが、次のステージをわかりにくくさせていたのではないかと思う。そこで、今年度のホームかなざわとしては、「次のステージへ」ということを意識してもらうような働きかけをした。
親元を離れ、八年もの期間をかけて自分に合った暮らしの場を考え整えてきた方が、「いざ、次のステージへ」という際に、これまで整理した環境が変化することに対しても、どのような反応をされるのか、どのような心構えや向き合い方をされるのか。考察することで支援者としてどのように次のステージを一緒に描けるのかを整理したいと思う。

(1) 長期利用者にとって、生活移行の準備って何？

生活移行を考える上で、彼ら自身の生活移行へのモチベーションの維持が何より重要な要素であったと振り返る。もちろん、生活移行という人生の大きな変化である以上、周辺の環境調整も重要な要素であることに変わりがなく、経済的な調整、家族との調整、福祉サービスの調整、住居スペースの調整等々、その人の身辺で起こる変化を支える準

備・調整業務は支援の視点で必要であることが多い。しかし、それはあくまで生活移行をするという目標設定が定まつたら調整するということしかないのである。長期利用者にとっては、ホームで何年も生活ができたという実績こそが生活移行への最大の準備であり、一定の生活スキルを身につけて生活をしてきた証であると思う。

なので、ここで考察する生活移行への軌跡は本人が生活移行へ向き合う際に支援者がどのようにサポートしたのかという視点で述べたい。

また、第3章「内発的動機づけへのアプローチ」でも考察を深めるのだが、彼らへの支援の段階で意識したことは大きく一つである。彼らのこれまでの物語を見せてもらい、対話によりこれから物語を紡ぐということである。物語を見せてもらひ語り合うということを意識した視点を以下に考察したいと思う。

(2) 語り合う上で意識した視点

① わかりやすい例え話

会話の中で、特に気をつけたのはお互いの共通理解で語られているかという点である。言葉を多用するがゆえに、意図していない受け取り方、取られ方をしていることも多々

あつたように思う。日常会話において、「それはどういう意味ですか」「そういうつもりで言つたんではありません」と言葉尻が気になり、伝えあうことの難しさを感じることがしばしばあった。言葉を字義通り理解される傾向が強いことは、高機能発達障害の方の特徴としてしばしば挙がるが、これは「行間や空氣を読む」という暗黙のコミュニケーション方法を主張した人の我儘だと思えば、彼らの受け取り方の方が自然なのかもしれないと思う。

兎にも角にも、語るということにおいて共通理解をつくる為に多用したのが、「例え話」であった。例え話には別の視点から物事に焦点を当てる効果があるのと同時に、例え話をしている側にとっても「自分はこう思つている」ということを他者へ伝える努力をしていることに気がつく。伝えるということに対しても真摯に向き合う姿勢があり、例え話を共通認識できた時には、関係性の中で成立したコミュニケーションをお互いに感じることができたようだ。

E.X. 一人暮らしの条件とは(Aさんとの関わりを通して)

「一人暮らしする上での条件ってどんなものがありますか」
「まずは、立地ですね。病院に通院できる範囲であるこ

と。あとは、金額ですね。あまり高いと払えないと思いますし。あとは、あまり古いボロボロの場所は嫌ですね。あとは、食事をつくる負担があるのでそこがクリアできると良いですね。あとは、……」

△条件を挙げれば、たくさん出ますよね。優先順位としてははどうですか

「今挙げたのは最低条件です。何かを削るということは難しいですね」

このやり取りを通して、生活をする上で、妥協できない本人の中での芯があることがうかがえた。

一方で、彼の周辺環境（経済的・生活スキル）からすると、どれかを削るということが必須になるような条件でもあつた。

その後、Aさんは自分で条件を絞られ、その条件を守つた上で生活移行ということでモチベーションを維持した。絞った条件は、支援者とも共通認識として準備を進めていった。自らが決めた絶対条件を守ることは、決断遂行していく上で重要な意味を持つと考えられる。

振り返れば、多くの条件が挙げられた際に、その条件一つ一つをクリアすることに支援者として尽力していたとしたら、私の説明に本人は納得したか。そもそもそのような条件が地域の中に存在したか。素直に課題を共有したい時において、例え話というのは共通理解を生み出すと実感した瞬間でもあつたように思う。

「わかります。生活するなら譲れない条件つてたくさんありますよね。でも例えば、Aさんがおっしゃつた条件は、彼女にするには、美人で育ちが良くて料理が上手でお金持ちで優しくて……。みたいな感じですね。中には探したらいる可能性もあるかもしませんが現実的には、全てをクリアする人はいないようないいなと思いますがどうですか」

しばしば他者と会話をしているとその時の自分の状態によって、言葉の残り方が違うことがある。それには、話題への興味の有無や心身の状態、時間的な気持ちの余裕など、多くの要因が関係しているようだ。言葉によるコミュニケーションにおいては、相手のうなずきや表情、態度や返答によってこの会話にどれだけ他者が向き合っているかということが推測できるのではないだろうか。

極端かもしれないが、相談を希望して来られる利用者の方は、相談される話を解決することに一〇〇%の気持ちで臨んでている。これは、私の実感としての一〇〇%ということでもあるのだが、以前、相談事の電話でこんな出来事があった。

EX・電話で一時間以上も話をしていた内容は、「生活移行に向けて、今の自分の不安事にどう向き合うべきか」というとても抽象的で難しい課題であった。長時間の電話ではあつたが、不安事に対して支援者が答えを出すつもりはなかつたので、本人がどう向き合うべきかと一緒に考えるような、本人にとっては曖昧だと感じるであろう返答をしていた。結果、自ら「こういふ風に向き合ってみる」という一定の答えが出されたので、最後に、次のようなりとりをした。

対話ですつきりしたのか、一定の解決をみてすつきりしたのかはわからないが、私の中で当たり前にある感覚が、彼の中には当たり前になかったのである。しかし、その後彼と話をしていく中でわかつたのが、このやりとりは生活移行への不安に対しで確実に向き合えた瞬間であつたといふことである。その不安に対して関わりを持ち、対話といふかたちで時間の共有をしたということには重要な意味があつたのではないかと考えている。

③ 相手の言葉が持つ〈ちから〉

彼らと一緒にいると恥ずかしくなる瞬間がある。それは、自分があまりにも簡単に言葉を投げすぎていることに気づくからである。その言葉を発することにどれだけの意

味があるのかを考えなさ過ぎていて。ただ、相手の反応を求めて、意味がない言葉すら相手に投げることがあるように感じる所以である。生活移行を一緒に考えていくうちに、彼らが話す言葉には、彼ら自身が決断したことをやり通す〈ちから〉が宿っていることに気づかされた。前述した「②一〇〇%のコミュニケーションで……」にも見られるが、一本の力強い芯を持つてゐると言える。この芯が何かを意識し、彼らと対話することにより、よりベストな選択肢を選ぶ過程を経て決定した物語は意外とあつさりと進むのではないかだろうか。

Aさんは、当初、「働いていない」「家事が忙しい」「薬に依存している」という言葉で現在の自分を表現していた。それは、彼が現在の自分の状況を語る際に、自らの過去の事象を整理した上で、自分で自分をこう評価するということを支援者に見せてくれた結果であつた。ある種、現状を受容し「できなくてもよい」という環境下で、彼の紡いだ自己物語は、「こうあるべきだ」という自分像と比較した現状に對して、マイナスの感情があつたように思う。なので、本人の中で生活移行というものはそれがクリアしないとできないものであり、目標という視野にも入つていなかつた

（明確な答えはありませんが、どのように向き合うか自分で考えて、一定の方向が決まつたので良かったのではないかですか）

「はい。良かったです。答えが出なかつたらこの一時間は無駄でしたし……」

（そななんですか。そんな考え全く思いませんでした）

（そうですか……。答えが出なくとも、一時間もこうやって時間を共有できたということはとても素敵なことだと思ったのですが）

（そうですか……。答えが出なくとも、一時間もこうやって時間を共有できたということはとても素敵なことだと思ったのですが）

（そななんですか。そんな考え全く思いませんでした）

なんて生きづらい！率直にその瞬間感じたことを鮮明に覚えている。

この一時間の時間の共有は「あなたとわたしの特別な時間」と思い込んでいただけに、気持ちの動搖はあつたが、同時に彼の中にある「すつきりと課題を解決したい」という認識の強さを感じた。それは、抽象的なことからのイメージが苦手であり、白か黒のように直結した解決策をもつて解決と認識する特徴が背景にあるからではないだろうか。誰かと一緒に悩む「時間の共有」は解決や求めていることの範疇になく、時間の共有をすることで、抱えこまず課題解決に向かうことができるという認識とならなかつたのだろう。

しかし、多くの対話を積み重ねることでお互いの関係が積み上がっていくと、「私の発言もあなたの発言も共に尊重される」というような空間がつくられていったように感じた。

「●●さんが言うなら」「●●さんしかこのような話をしてくれなかつた……」

一歩間違えれば依存関係になるのかもしれないが、何か大きく変化する時にだけ、自分一人で抱えることを求めるというは視点が違うと私は考えている。大きな課題に向き合い決定する時は、お互い対等に話を交わし、本人が決定していくプロセスを一緒に過ごしていくということが何よりも重要な支援であると捉え、このような関係性を肯定した。

(3) 移行できて改めて気付く本人の能力

Aさんはワンルームタイプのアパートへ生活移行した。
(アパートタイプのGH)そこは、本人が決めた絶対条件

①内在化
心理学用語。内面化ともいう。心ないソーシャルナリティの内部に、種々の習慣や考え方、他人や社会の規準、価値などを取入れて自己のものとすること。十分に内在化(内面化)されたものは、もはやほかから受け入れたものとして感じられなくなる。

これまでのAさんは「●●はできない。(挑戦することへ)恐怖心がある」という発言があるなどできない自分と向き合っていた。つまり問題を内在化(①)した状態であった。しかし、それを「●●はできる。できるかもしれない」という自分へと変容させることで、諸課題に向き合う姿勢に立ち向かった期間であった。

家事に追われて一つ一つのことに時間がかかるというのが特徴の一つであり、それが原因で働けないということを訴えていた彼が、丁寧に時間をかけてでも目の前の課題に立ち向かい解決しようとしている姿に、やはり本人が出来ることに対する環境を守ることで視野を狭めていたかもしれないという思いになった。

これまでのAさんは「●●はできない。(挑戦することへ)恐怖心がある」という発言があるなどできない自分と向き合っていた。つまり問題を内在化(①)した状態であった。しかし、それを「●●はできる。できるかもしれない」という自分へと変容させることで、諸課題に向き合う姿勢に立ち向かう姿勢である。子供は発達の過程で、両親や周囲の人々ないし社会の習慣、考え方、規準などを内在化し、やがてそれを自分のものとして行動する。精神分析上の超自我は両親のもつ規準の内在化したものとみることができる。

(出典 ブリタニカ国際大百科事典 小項目事典)

ができるのではないかと考えた。つまり、内発的動機づけ(モチベーション)をどのように上げていくかが重要ということである。この辺りは第3章で言及したい。

Aさんは引っ越してすぐに、設置後間もない洗濯機から水が漏れるというトラブルがあつた。彼は電話で「水漏れがあります。どうしたらいいですか」と連絡をしてきた。「どうすることができますか」と返答すると、淡々と「A業者に連絡して、事情を説明してみたらいいかも知れません」と回答があつた。ベストな答えだと私は思いますがどうでしよう。「できると思います。やってみます」と無事水漏れを解決された。ホームかなざわにいた際には、設備の不備に対して、利用者の方が関わることはなかつた。

トラブルのない中に身を置きながらも、生活をすることにストレスを感じていた彼の姿を見て、「日常生活にこれだけストレスを感じ生活しているんだつたらトラブルに対応は難しい」とどこかで思いこんでいた自分に気がついた。以前であればすぐにでも音をあげるのではないかと思うことに対しても向き合つて、今回のように軽々と乗り越えている彼の姿を見れば、本人の能力というものを勝手に決め

付けるものではないという反省しかないものである。
2 一人暮らし移行への支援から考える。
→Bさんの移行をとおして

ホームかなざわには、長期利用者だけでなく二年に満たない利用の方もいる。もともと一人で生活をしていたが、自身の疾病や精神的な不安定さにより一度ホームで生活習慣を立て直して次の展開を考えたいということで利用されたBさん。長く一人暮らしをしていたこともあり、積み上げてきた習慣を急に支援者側の理屈に合わせてほしいというは本人にとってわかりにくいくことであつただろうと推測できる。また、大きな環境の変化は、相談したり訴えたりすることが苦手な方にとってサインの出し方が難しかつたのではないかと振り返る。

そんな中で、一人暮らしをされたBさんの移行までの支援を見つめなおし、どのようなタイミングでどのような支援が必要であったのかを考察した。

Bさん（男性）五〇代）プロフィール
【診断名】広汎性発達障害、抑うつ状態
【支援区分】区分三

【利用に至る経緯】高校を卒業後製造工場等に就職し現在に至る。職場では緊張過多から作業手順を忘れる、社内の通り方がわからなくなる、蛇口の水の出し方を思い出すのに時間がかかる等の症状がみられ、職場の産業医の勧めにより精神科病院を受診し広汎性発達障害との診断を受ける。生活面では単身生活を継続していたが、湯沸かし器は壊れた状態のまま放置しており、会社で入浴を済ませていて土日は入浴せず、仕事の疲れから帰宅後着替えずそのまま就寝することが日常化していることに加え、洗顔や歯磨きなどもしていない状態であった。幻聴や不眠があり、仕事に集中しづらくなっているとの訴えから、一ヶ月の休職となる。

【利用後の流れ】障害厚生年金の申請、働き暮らし応援センターへの支援依頼、体験利用を経て、平成二八年度にホームかなざわを利用。復職プログラムにて安定就労の継続と生活整理後に生活移行することを目標に支援を実施。復職し、ホームでの生活も安定してきたので、一人暮らしへの移行をすすめた。

(1) 移行のタイミングについて

①ソフト面（一人暮らしへの移行のタイミング、誰がGO

サインを出すのか？）

住み慣れた場所から次の場所へという意識の変容はどのように起きたのか。そもそも、「次の場所へ移る＝自分のステップ」をどう想像することができるのか。

Bさんの生活移行の検討をする中で支援者として意識したことは、一人暮らしへの移行のタイミングはいつ誰がどのようななかたちで決めるかであった。もちろん、生活するのは本人であるし決定するのも本人なのだが、「現在の生活が維持できれば安泰であり、満足である」というG.H.での生活から、次の生活スタイルへの変化ということへ、どうモチベーションが働くのかは難しい問題であると感じていた。

生活スキルや経済的な今後の見通しなどについて、通過型G.H.という側面から彼らを見つめた時には、「こうあれば次の生活スタイルは維持できるのではないか」という見立てはあった。しかし、彼らの次のステップとして、生活移行にどのようなメリットがあるかが、本人や支援者に想像出来ない段階では、現状維持からなかなか脱却できない現状があるのでないかと思われた。

また、それは利用段階でゴールの条件を決めていたとしても、本人がゴールしたいと思わなければ条件を達成しようと思わず、「条件を達成しない＝移行できない（しない）」

となり、本来十分に生活できる能力が身に付いたにも関わらず、長期利用へとつながってしまうような危機感さえ感じていた。

日々の支援の中で、生活スキル獲得のための支援（整容、食事、生活習慣等々）はもちろん重要であるが、そこが出来ることがゴールではないし、全てではないという意識をお互いに持つておかないといけないのでないかと思う。事実、自分からそろそろ一人暮らしをしたいというようなビジョンを描き、そのためにはどうすれば良いかというような相談を持ちかけてきた方はいなかつた。だからと言つて、パトーナリズム的な関わり方をするというのではなく、一緒に未来を想像するということが必要になつてくるのではないかと思うのである。生活移行という人生の中でも重要であり、とてもストレスフルであろう意思決定に対しては、日々の対話の中で少しずつかたちづくる必要があるのでないだろうか。

② ハード面（物件が確保できるのか、条件に合うのか？）

本人が生活移行を積極的に検討していても、本人が置かれている条件によつては物件を借りることそのものに障壁があることがある。今では、賃貸物件のほとんどが保証会社の審査を通して決定することとなつており、保証会社の

審査においては、収入条件や労働条件により審査が通らないこともある。また、これまでに例えは携帯料金を一日滞納したということでも、滞納者のリストに載れば保証会社の審査は通らないことも十分ある。家賃や立地、または周囲の環境（生活音やスペース）の調整と同時に、そもそも建物を借りられる状況に本人があるかどうかということは、不動産会社とよく話をしておくことが重要である。

一方で、本人の物件に対しての条件というものが必ずある。当然、これだけは譲れないというポイントについては必ず守ることで、本人の生活移行へのモチベーション維持に大きな役割を果たす。Bさんは、家賃や立地はもちろんだが、建物構造というもののに譲れないポイントがあつた。それは、風呂・トイレ別ということもそうだが、骨組みがしっかりしているかということであつた。様々な条件の中で、「そこですか？」という思いもあつたが、そのポイントを外すということではなく、その条件に合つた物件を考えることを優先して物件と一緒に探すこととした。しばらくすると、彼が自分で何件か物件を調べ、候補を挙げてくれた。

それらの物件を不動産会社の方を通じて内見すると、構造という点では良いが、他の条件が合わないという物件がほとんどであった。譲れないポイントとして、優先してい

たので変更はできないと思っていたが、事実を目の当たりにしたBさんは自身で譲れないポイントの書き換えをした。譲れないポイントと現実との差を体験することで、物件への条件は変化し、大幅に書き換えることができたのである。

最初からこの条件では難しいということを伝えていても、Bさんは納得できなかつたのではないかと思う。自分で大切にしていることだからこそ、自分で書き換えることが今回のモチベーションを維持する上で重要であつたのだと思う。

「ここは譲れない」というポイントは、支援者側から譲ることを提案するというのではなく、本人自らが状況を見えて現実の課題を知る機会が必要となるのではないだろうか。このことで、譲らないとしていたポイントを容易く変えうということは起こりうることであると体感した。

3 まとめ

障害の有無に関係なく自らの生活環境をより良い環境にしていくということは至極当然のことである。自分の好きなものに囲まれて生活をしたい。見通しを持って生活したいから、目に見える所に生活必需品を配置したい。そんな

していくのである。

長期利用者のAさんの例においても、家事という行為の負担感から働くということに向き合えないということが彼を苦しめていたように見えたが、実は彼を苦しめていたのは、家事という行為そのものよりもそれを一〇〇%こなさなければいけない、正しくしなければいけないという考え方についたようだ。一つのことに時間がかかるのも、何より本人のゴール設定が高かつたのである。それは、社会的に正しい行為を完璧にこなさなければいけないという彼の積み上げてきた歴史が背景にあつたからである。彼自身も学生時代を「自分は周りとは違う。変だと思つていた。しかし、周りに変だと思われないために、これ以上自分が変にならないように他人に合わせることに必死だつた。まるで、お面をかぶっているようで自分ではなかつた」と振り返っている。Aさんは、発育中に内在化を整理できずに過ごし続けたことで、価値観がチグハグな状態だったのでないかと思われる。「家事が忙しくて、仕事ができません」という発言や行動は、彼自身の中では真に正しい理屈であった。

「自分が本当にしたいことは何なのか」「自分は何者なのか」「自分に向き合う」ということをどう支援するかは、これまでの彼とのやりとりをまとめた支援記録が大変有用

自分なりのこだわりの中で、生活環境は整理されていく。そんなものではないだろうか。

また、親元を離れて生活したい、一人暮らしがしたいといふ物語はあなたのですか」「他者が編集したものを持つことで、干渉されない自分の時間が欲しいから。親とはソリがあわず、物理的に離れたいから。様々な内的な動機づけが人それぞれあるのではないだろうか。ここには、そもそも生活の場を移行したいとの考えに至るまでに、人が考える移行までの物語があるようと思われる。

私達支援者は、まず、彼らが編集している物語を見せてもらえるように関係を形成する必要があると思う。「本当にその物語はあなたのですか」「他者が編集したもの教えてくれているのではないですか」、決して疑うわけではないが、目の前の方の本当の物語を一緒に読めるかというのが重要なポイントであると考える。例えば親の言う通り、先生の言う通りということであれば、本人の内的な動機づけに辿り着くことは非常に困難なことではないか。目の前の方の、本当の物語を一緒に読むことができるようになれば、その物語は一体どんな物語なのかを紐解くことができる。一つ一つの事柄に対しても、主人公がどのように感じ振る舞うのか、また、登場人物がどのように見えるのか。そのようなことを、イベントの一つ一つから紐解

であった。

その理由として、ホームかなざわの支援記録はできるだけ利用者と支援者の関わりそのままを「逐語調」でまとめていることにあるからだと思う。会話のやりとりを眺めみると、どうしてこの会話からそう考えるのかと思うようなズレが見て取れる。このズレが「見える化」していることがとても重要な事項だと言える。(過去のケアサービス推進事業の報告で、何例か紹介されているが)逐語調の支援記録は、独特な価値の捉え方や、本人なりの筋道がその場で実際に一緒にいる訳ではなくても見て取れるものである。これは、利用者だけでなく支援者の関わりのズレも同時に見て取れるものとなる。支援記録の意味は情報の共有であり、その方がどのような人物でどのような価値を持ち、どの筋道で進んでいるのかが分かる必要性がある。そんな日々の支援記録として、逐語調の支援記録は個人の物語として読み解く上で大変重要であつたと振り返る。過去の支援記録は、一人ひとりの物語を想像しながら紡ぎ、引き継いでいくことに大変意味があるものである。