

講演：「対話(ダイアログ)をベースとした、安心の居場所づくり」

1.はじめに：自己紹介

本日は、埼玉県飯能市から参りました。私にとって、神奈川県は非常に馴染み深い土地です。

以前は横浜に住み、大原学園で介護職養成の教育に携わっていたこともあります。

また、私のソーシャルワークの恩師が葉山とハワイを行き来している関係で、恩師が帰国する際には必ず逗子や葉山を訪れるというルーチンがあり、来週もまたこの地にお邪魔する予定です。

私は北海道で生まれ育った「道産子」です。現在は縁あって、コロナ禍が始まった2020年から埼玉県の飯能市に住んでおります。もともと福祉の意識が非常に高かったわけではありません。

北海道にいた頃、近所に住む仲の良い奥様に誘われたボランティアがきっかけでした。当初は「ボランティアって何？」という程度の認識でしたが、実際に活動を始めてみると、自分でも人の役に立てる瞬間があるのだと強く実感し、そこからこの世界にのめり込んでいきました。

その後、現場での経験を積みながら、より専門的なソーシャルワーカーになりたいと勉強を続けていたところ、40歳を過ぎてから大学に入り直すことになりました。当初は教員になるつもりはなく、一人の現場のワーカーとして歩むつもりでしたが、恩師から「一人でやるのも尊いが、教える側に立って次世代を増やすのもいいのではないか」と助言を受け、現在の教職の道へと繋がっています。

2.「対話」との出会い：評価の違和感から

私の専門はソーシャルワークですが、理論よりも実践、特に演習や面接技術に重きを置いています。

博士課程での研究を通じて出会ったのが「対話」でした。修士課程ではサービスの評価研究を行っていましたが、そこで大きな違和感に直面しました。

- **評価の恣意性**：評価する側とされる側の価値観の乖離が大きく、評価側の意図によって結果がどうとでもなり得ること。
- **結果の形骸化**：せっかく評価をしても、それが実際の現場や当事者の役に立っていないという現状。

「何のための評価なのか」と自問自答する中で出会ったのが、「参加型評価」です。

これは対話を通じてプロセスを共有する評価手法です。そのルーツは大きく二つあります。

- ① **アメリカの科学主義への反抗**：客観的・数値的データのみを重視する姿勢への疑問。
- ② **発展途上国支援の反省**：豊かな国の価値観を押し付けるのではなく、現地の人々が何を必要としているかを起点にする支援。

サービスを受ける当事者や地域住民の声が反映されない評価は、真の評価とは言えません。

参加型評価において、評価者と被評価者は完全に「フラットな関係」である必要があります。

この出会いこそが、私が対話というものに深く関心を持つ決定的な分岐点となりました。

3.「おいでよハウス」の設立とコンセプト

2022年 私は飯能市で「支援をしない居場所」として、**一般社団法人おいでよハウス**を立ち上げました。

きっかけは、かつての教え子との再会でした。彼は大学卒業後、就職したものの「引きこもり」状態になっていました。話を聞くと、彼は学生時代から「ヤングケアラー」として家族の介護を担っており、その重圧が社会生活に影響を及ぼしていたのです。飯能市にそうした若者が安心して過ごせる場所がないと知り、「なければ作ろう」と決意しました。

① 「支援をしない」という哲学

「おいでよハウス」の定款には、「誰にも開かれた場所を提供し、対話文化の醸成を通し、自分こそが人生の主人公となることに寄与する」という目的を掲げています。

私たちが大切にしているのは、既存の福祉施設のような「指導」「評価」「アセスメント」を行わないことです。

- **フラットな関係**：スタッフと利用者は対等であり、有資格者であっても「支援」はしません。
- **記録をとらない**：本人をカテゴリー化するようなアセスメントや記録は一切行いません。
- **予約・強制の排除**：予約は負担になるため不要。来てもいいし、来なくてもいい。本名でなくても構いません。

福祉サービスの枠組みに慣らされてしまった方々は、初対面で「障害手帳は何級です」「病気はこれです」と、自己紹介されることがありますが、ここではそれらは必要ありません。一人の人間として、語りたくなった時にだけ語る。その声を無視せず、応答(エコー)を返す。それが私たちのスタイルです。

② 「ポリフォニー」という考え方

「おいでよハウス」では、ミハイル・バフチンが提唱した「ポリフォニー(多声性)」という概念を大切にしています。

- **ハーモニー(調和)を求めない**：日本人は皆で音を合わせるハーモニーを好みますが、そこからはみ出す者は「間違い」とされがちです。
- **個別の声の尊重**：ポリフォニーとは、一人一人の声が調和しなくても、お互いを邪魔せず、その場に自然に存在している状態を指します。

誰かの正解に合わせるのではなく、異なる声そのまま存在できる場所。

それが安心感を生み、本人の主体的な変化を促すと信じています。

4.「おいでよハウス」の活動内容と運営課題

「おいでよハウス」は、飯能駅から徒歩圏内の古いアパートの1階と2階を借りて運営しています。

主なプログラムは、以下のとおりです。

- **フリースペース**：毎週火曜・金曜(10時～16時)。第1・第3金曜は夜間も運営。入室料は500円(フリードリンク・菓子付)。
- **個別対話**：予約制。現在は3,000円(2時間、スタッフ3名が同席)。
- **ポルク(Polku)**：引きこもりの方のための居場所。フィンランド語で「小道」の意味。

- **ポンテ(Ponte)** : 不登校の子ども・若者のためのプログラム。
- **エンジョイ個育て** : フィンランド発の、問題思考ではないペアレンティング・プログラム。

正直に申し上げると、運営面では「参考にならない」と言わざるをえません。法人格を持つことで助成金の制限があったり、公的な補助が少なかったりするため、現在は理事たちの持ち出しで家賃を賄っている状態です。助成金を得ても、法人負担分(自己資金)が必要になるため、活動を広げるほど負担が増えるというジレンマもあります。しかし、「場所が常にある」という象徴的な意味を重視し、持続可能な自立型運営を目指して試行錯誤を続けています。

5.社会的背景：孤独・孤立とクライシスセンター(フィンランド)

今、世界中で「孤独・孤立」が深刻な問題となっています。2023年にはWHO(世界保健機関)が、孤独が心身の健康に及ぼす悪影響を指摘し、対策を急いでいます。日本でも「孤独・孤立対策推進法」が施行されるなど、家族の機能が縮小した現代において、公的な支援だけではカバーしきれない隙間が広がっています。

ヤングケアラーや、育児と介護を同時に担う「ダブルケアラー」、そして「8050問題」など、家族だけで抱え込むには限界がある課題ばかりです。

フィンランドでは治療としてのオープン・ダイアログだけでなく、日常のあらゆる場面に對話が浸透しています。

- **クライシスセンター(ステージ・ゼロ)** :
メンタルヘルスの深刻な問題が起きる前、例えば「夫婦喧嘩をした」「子供が反抗期だ」といった日常の些細な悩みでも、24時間365日、無料で誰でも相談できる場所があります。
- **アーリー・ダイアログ(早期対話)** :
支援者が「何か心配だ」「このままでは危ない」と感じた時、躊躇せずに早めに声をかけ、対話を始める手法です。

6.オープン・ダイアログとは？

「おいでよハウス」の活動の根幹には、フィンランドで生まれた「オープン・ダイアログ」の精神があります。

① 誕生の背景：ケロプダス病院の挑戦

オープン・ダイアログは1980年代フィンランドの西ラップランドにあるケロプダス病院で始まりました。当時、フィンランドは精神疾患による自殺率が非常に高く、国家的な課題となっていました。

そこで行われたのは、それまでの「医師が診断し、処方する」という一方的な治療を根底から覆す試みでした。

② 重要な原則：「本人のいないところで決めない」

- オープン・ダイアログの最も重要な原則は、「クライアント本人(当事者)がいない場所で、スタッフだけで本人のことを話し合わない」という極めてシンプルなルールです。
- **情報の透明性**: 診断も治療方針も、すべて本人の目の前で話し合われます。
- **分断の解消**: 本人とその社会的ネットワーク(家族、友人、関係者)を分断せず、一つのチームとして向き合います。

③ 7つの原則

オープン・ダイアログの実践を支える7つの原則は以下の通りです。

1. **即時対応:**危機が発生してから24時間以内にチームを招集する。
2. **社会的ネットワークの視点:**本人だけでなく、家族や関係者も対話に加わる。
3. **柔軟性と機動性:**病院ではなく、本人の自宅など安心できる場所で行う。
4. **責任の保持:**最初に受けたチームが最後まで責任を持ち、スタッフを安易に変えない。
5. **心理的な連続性:**同じスタッフが関わり続けることで、安心感を醸成する。
6. **不確実性の耐性:**結論を急がず、曖昧な状態に耐えながら対話を続ける。
7. **対話性(ダイアロジズム):**何かを変えようとするのではなく、対話そのものを目的とする。

④ リフレクティングという手法

対話の中で行われる特徴的な技法が「リフレクティング」です。

- **専門家同士の対話:**
本人とスタッフが話している途中で、スタッフ同士が「今のお話を聞いて私はこう感じた」と、本人の前で感想を語り合います。
- **アイ・メッセージ:**
「あなたはこうだ」と決めつけるのではなく、「私はこう思った」という主観的な視点で語ります。
- **内的対話の促進:**
スタッフ同士の会話を傍で聞くことで、本人の心の中に「あ、そういう捉え方もあるのか」という新たな対話が生まれます。

7.日常生活における対話のヒント

オープン・ダイアログは、もともと精神医療の治療として生まれましたが、現在は地域社会の民主的な話し合いの手法としても広がっています。

① 家庭や職場での心がけ

専門的な訓練を受けていなくても、私たちが日常で取り入れられる「対話のマナー」があります。

- **「聞く」と「話す」を分ける:**話している人を遮らない。お人形やバトンを持っている人だけが話すといったルールも有効です。
- **アドバイス・解釈を控える:**すぐに「こうすればいい」と答えを出そうとせず、まずは相手の世界をそのまま受け止める。
- **内的対話を大切に:**他者の話を聴きながら自分の中で湧き上がる変化を観察する。十分に時間をかけてから「決める」場面へ移行する。

フィンランドには、「タイムアウト」や「ナショナル・ダイアログ」といった、市民が多様なテーマで対話をし、その声をレポートとして行政に届ける仕組みがあります。対話は単なるコミュニケーションの手法ではなく、社会の風通しを良くし、一人一人が尊重されるための「文化」なのです。

② オープン・ダイアログとカウンセリングの違い

1対1を基本とするカウンセリングは、依存関係を生む危険性があります。一方、オープン・ダイアログはチームが基本なので、依存や転移は起きません。

8.おわりに：これからの展望

「おいでよハウス」は、まだ始まったばかりの小さな場所です。しかし、ここを訪れる方々が「何もしなくていいんだ」「自分の声を聴いてもらった」と感じ、自分自身の人生の主人公として一歩を踏み出す姿を、私たちは何度も目にしてきました。

効率や正解を求められる現代社会だからこそ、あえて「緩さ」と「不確実性」を抱えた場所が必要です。

これからも地道に、飯能の地で対話の文化を育んでいきたいと考えています。

本日はご清聴ありがとうございました。

皆さまの地域でも、こうした対話の輪が広がることを願っております。