

当事者研究

岩倉市立岩倉東小学校 奥村 寿英

(1) 当事者研究とは

当事者研究とは、統合失調症や吃音などがかかえながら暮らす生活の中から、研究の素材を見出して、それを研究テーマとして再構成し、そのテーマの背景にある事柄や経験、意味などを見極めて、自分らしいユニークな発想で自分に合った「自分の助け方」や理解を見出していこうという一連の研究活動の総称である。（「吃音の当事者研究」金子書房p31～p32より引用）

北海道・浦河のべてるの家では、入院や薬で管理されていた統合失調症の人々が投薬を減らすなどで、病院から社会に出ていくことを「苦勞を取り戻す」と表現する。社会で生活する中での困難や生きづらさの体験や成功体験をテーマに、仲間や関係者と一緒に、その人に合った「自分の助け方」を見出そうと、2001年初頭から始められた。

(2) 当事者研究が大切にしていること

- ①当事者自身が生活していく中で出会うさまざまな「苦勞の主人公」になること。
- ②どんな困難な状況も、その場と自分、仲間の経験の中に、困難を解消する大切な知恵が眠っていると考えること。
- ③当事者自身が仲間と共に、関係者や家族と連携しながら、常識にとらわれずに「研究する」視点に立って語り合い、時には、図(絵)や演技を用いてできごとや苦勞の起きるパターンやしくみ、抱える苦勞や困難の背後にある意味や可能性を見出す過程を重視すること。
- ④前向きな(自律的な)試行錯誤を重ねる中で、即興的(偶然性)に生まれるユニークな理解やアイデアこそが“自分の助け方”の重要な発見につながる。
- ⑤研究活動によって見出された理解や手立てを現実の生活の中に活かすことや、仲間と分かち合うことを大切にすること。
- ⑦単なる「問題解決」の方法ではなく、「問題」と思われているできごとに向き合う「態度」「とらえ方」「立ち位置」の変更や見極めを基本とし、問題が解決されないままでも、「解消」される可能性を視野に入れること。

(3) 当事者研究の理念

- ①弱さの情報公開 「弱さ」や「苦勞」を持ち寄ることで、つながりや信頼と助け合いが生まれ、新たな知恵が創出される。「弱さ」は、大切な生活情報、分かち合うべき共有財産になる。
- ②自分自身で、ともに 人に心配され、管理される暮らしではなく、苦勞を大切なものと考え、「自分の苦勞の主人公」になろうとする。
- ③経験は宝 どのような失敗や行き詰まりの体験も、未来につながる大切な資源で、今の苦勞や困難を解消する知恵とアイデアが眠っている。分かち合い、研究することで有用な経験となる。
- ④“治す”よりも“活かす” 苦勞(病気)の中には、回復に向かわせようとする大切なメッセージがあり、苦勞(病気)も回復を求めている。
- ⑤“笑い”の力 - ユーモアの大切さ 当事者研究の場には、不思議と笑いやユーモアが溢れている。「ユーモアは、にもかかわらず笑うこと」で、苦しい現実から距離をとり、苦勞に打ち

ひしがれないために人間に供えられた力で、究極の“生きる勇氣”だ。

- ⑥いつでも、どこでも、いつまでも いつでも、どこでも、いつまでも、自分なりのやり方で自由自在に行うことができる。行きづまりを感じたときだけでなく、上手くいった時でも、ちょっと立ち止まって「研究してみよう！」と考える。
- ⑦自分の苦労をみんなの苦労に 「自分だけだ」と思っていた苦労が、仲間と同じ苦労だと知った時、私たちは安心する。みんなの苦労を、ともに担うとき、そこに絆が生まれ、自分の苦労が人の役に立つ喜びを感じることができる。
- ⑧前向きな無力さ 目の前の苦労に対しては、誰もが無力であり、先入観や常識にとらわれずに、互いに知恵や情報を出し合いながら、「新しい自分の助け方や理解」を生み出すことを大切に
- ⑨“見つめる”から“眺める”へ 自分ではなく、研究素材の自らの体験を、別なものに置き換えたり、苦労のデータを出し合い眺める。対話を重ね合いながら、苦労の起き方のパターンやその意味を自由自在に考える。その作業で、「とらわれていること」が「興味のあること」に、「悩み」が「課題」に、「孤立」が「連帯」へと変わっていく。
- ⑩言葉を変える、振る舞いを変える 自由自在に、言葉が行き交い、交わり、出会う中で、“新しい言葉と自分の助け方（振る舞い）”が生まれる。“自分を語る言葉”と“振る舞い”が変わると、過去の体験や目の前の苦労が、意味のある経験へと変わる。
- ⑪研究は頭でしない、身体でする 「頭」で考える以上に「足」を使って行動し、「身体」を使って表現して、さまざまな経験を重ねながら、人と出会い、場に立つ。ストレッチや表情や姿勢を変えるだけでも物の見え方や感じ方が変わる。
- ⑫自分を助ける、仲間を助ける リストカット、爆発などの苦労や、症状も、何らかの圧迫や苦しきから自分を解放しようとする「自分の助け方」のひとつと考える。しかし、その助け方の効果は一時的で、人間関係がこわれたり、さらに傷ついて後悔する“副作用”がある。誰もが安心できる、より有効な「新しい自分の助け方」を仲間の力を借りていっしょに探る。生まれたアイデアが、同じ困難を抱える仲間を助ける。
- ⑬初心対等 ベテランや初心者の区別はない。今までの研究を活かしながらも、初心に立ち返り、仲間の大切な経験や発想に学びながら進む。一人ひとりの研究テーマの前では、誰でも対等であり「自分の苦労の専門家」として尊重される。
- ⑭主観・反転・“非”常識 その人自身が見て、聴いて、感じている世界を尊重し、ありのままに理解する。その人の生きる世界に降り立ち、わかちあい、苦労に寄りそいながら、新しい生き方のアイデアを一緒に模索する。常識を反転（悩み方がうまい、いい苦労をしてい）させることで、苦労が実は大切な意味や新しい可能性が見えてくる。
- ⑮“人”と“こと(問題)”をわける 「人とこと(問題)」を分けて考えることで、問題を抱えた人も、「問題な〇〇さん」から「問題を抱えて苦労している〇〇さん」に変わる。分けて考えることで、研究が促進され、人の評価から自由になる。それは、人間の存在価値は、失敗や成功、問題の大小によっては損なわれないと信じるからだ。

(4) 吃音の当事者研究

どもる子どもの場合、学校生活の中での課題に「当事者研究」の考え方で研究を進める。自分の課題のすべてを親や先生に丸投げするのではなく、自分自身が主人公になって、自分の課題に取り組む。子どもの頃、失敗する前、傷つく前に、周りの人間が手をさしのべ過ぎることは、困難な場面に直面したとき、サバイバルしていく、生きる力が育つことを困難にする。吃音は、年齢を重ねるにしたがい、ライフステージの変化によってどもる状態も、悩みも、困難な状況も変

わる。そのとき、自分の困難を自分で研究する「当事者研究」で対処できれば、「逆境を生き抜く力」であるレジリエンスが育っているということになる。

(5) 事例

【そら君（仮名）の場合】「吃音を正しく理解してほしい」

そら君は3年生の終わりごろからことばの教室に通い始めた。4年生の時に吃音について学習したことをもとに、周囲に吃音の理解を図るために紙芝居を制作してクラスで発表した。この紙芝居をクラスで発表したところ、大きな反響があり、担任が1クラスだけでは惜しいと言って、学年の他クラスでも紹介してくれた。

5年生では、吃音に関する動画を視聴して分かったことや感想を話し合った。また、吃音のある大人が書いた体験談などを読んで、吃音との向き合い方を学んだ。また、「吃音は病気か、障害か、個性か」というテーマで担当者と対話したことを、母の助けを借りてA4用紙1枚にまとめて発表した。

6年生になって、クラスで以下のような吃音に関するアンケートを作って実施した。

<吃音に関するアンケート>

- ① 「吃音を知っていますか？」
(ア 知っている、イ 知らない ウ 分からない)
- ② 「どもりを知っていますか？」
(ア 知っている、イ 知らない ウ 分からない)
- ③ 「吃音があってできない仕事があると思いますか？」
(ア あると思う イ ないと思う ウ 分からない)
- ④ 「吃音には差別があると思いますか？」
(ア あると思う イ ないと思う ウ わからない)

その結果、「どもり」は知っていても「吃音」は知らない人が多かったこと、吃音に関する差別については、よく分からないというものが多かった。そら君としては、この結果に衝撃を受け、吃音がまだまだ理解されていないことを実感した。そこで、吃音について正しく理解してほしいという願いをもち、タブレットで吃音に関するスライド資料を作成して、それをクラスで発表することにした。

スライドは、表紙も含めて16枚とし、『はじめ』を4枚、『なか』を8枚、『おわり』を4枚の構成とした。『はじめ』では、「吃音とどもり」について、吃音の一般的な特徴について述べることにした。『なか』の前半では、「吃音と職業」や「吃音のある著名人」について、「吃音の波」や「吃音がなおる」とはどういうことかなどについて述べ、後半では「吃音の悩み」や「吃音による差別」について述べることにした。『おわり』では、自分がこの発表で伝えたいことや、願いについて述べた。

この資料を作成する過程で、以下のようなテーマについてそれぞれ本人と担当者と対話し、クラスみんなに分かってほしいことを、より分かりやすい表現で伝えるか考えて推敲した。作成したスライドは、クラスで発表し、再度アンケートを実施した。また、自由筆記で感想を書いたもらった。前回のアンケートよりも「知っている」人が増え、吃音に対する理解が広がったことに、本人も満足した。

○薬も治療法もない中で、「吃音がなおる」とはどういうことか。

- ア アナウンサーがしゃべるように、まったくどもらずにしゃべるということ
- イ 人前で吃音が出ないように気を付けてしゃべるということ

ウ 吃音が出ようが出まいが、伝えたいことをしゃべるということ

このうち、アは無理である。イはできる人がいるかもしれないが、僕には難しい。ウなら今でもできる。

○「吃音と職業」 吃音があるとできないと思う職業にはどんなものがあるか。

学校の先生、お店の店員、アナウンサー、俳優、落語家、政治家などが出された。しかし、実際に吃音のある人は、これらのすべての仕事に就いている。吃音があるという理由でできない職業はない。

○吃音のある著名人にはどんな人がいるか。

政治家のアメリカ・バイデン大統領、田中角栄元首相、科学者のダーウィン、女優のマリリン・モンロー、アナウンサーの小倉智昭さん、日本吃音臨床研究会の伊藤伸二さん等。

○吃音による差別はどんなことがあるか。

ネットで調べてみると、「吃音がうつるからしゃべらないで。」と言われた人がいる。面接で自分の名前が言えずに、200回落ちた人がいる。僕は、このような差別はなくしたいと思う。

○僕の願いは何か。

僕は吃音があろうが、なかろうが、平等に扱ってほしい。どもってなかなか言葉が出てこない時は、待っていてほしい。

参考図書：向谷地生良 伊藤伸二『吃音の当事者研究』（金子書房）
伊藤伸二 吃音を生きる子どもに同行する教師の会編著
『吃音ワークブック』（解放出版社）