

【実践報告】

対人援助専門職者のためのサポートシステム構築をめざして ～川崎市における四半世紀の地域実践～

山中 達也（山梨県立大学人間福祉学部）
伊藤 規子（社会福祉法人母子育成会）
井上 景葉（社会福祉法人みのり会）
津金 静保（特定非営利活動法人たかつ de ほっと）
原 裕樹（支持的グループSVらいぶぴあ横須賀）
廣瀬千恵美（社会福祉法人川崎市社協さいわい訪問介護支援事業所）
別府 政行（社会福祉士事務所合同会社オフィス SK カンパニー）

1 はじめに

あなたは困ったとき、悩んだとき、ひとりではどうしようもなくなったとき、きっと誰かに相談するのではないだろうか。するとその誰かは、あなたと真摯に向き合い、ここまで頑張ってきたことをねぎらい、励まし、ともに歩みを進めてくれることだろう。

私たち対人援助専門職者（以下、援助者）とは、その「誰か」のひとりである。障害・高齢・子ども・地域等、多岐にわたる現場において、援助者はさまざまなひとと向き合い、かかわり、つながり続ける仕事をしている。

その一方、実は援助者には見えない特有の呪縛がある、とは言えないだろうか。

「援助者は、つねに明るく元気でいなければならない」

「自分のことは自分で何とかできてこそプロフェッショナル」

「専門職は弱音を吐くべきではない」…。

なぜこのような呪縛や風潮、空気感が生まれてしまうのだろうか。援助者は利用者を目の前にするとき、揺れ動かないところで仮面のような笑顔を貼り付け続けなければならないのか。そんなはずはない。ところが揺れ動くのは、自然なことではないか。援助者だって「ひと」なのだから。

生身の人間同士が向き合っていて、不安になったり苦しんだりしない訳がない。それにもかかわらず、援助者は援助者特有の呪縛に苦しむ。そして抱えきれなくなった思いとともに、こころや身体のバランスを崩し深く沈んでいく援助者も少なくない。私たちが地域実践を積み重ねてきた問題意識の原点はここにある。

神奈川県川崎市をフィールドとして、「援助者だって援助されていい」をテーマに1995年から今まで約25年間、すなわち四半世紀以上実践を積み重ねてきた。これから述べるさまざまな取り組みは、ときに援助者仲間から批判されることもあった。しかし私たちの地域実践は、援助者同士の甘えでも、傷の舐め合いでもない、と断言できる。ひとを援助するためには、まずは「自分を大切にす

助実践に必ず結びつくのだから。

現在、川崎市内では、領域や職種、経験年数等にこだわらない、セルフ・ヘルプ・グループ（1995年～）やスーパービジョン（2005年～）、援助者セミナー（2010年～）、事例検討会（2011年～）、カフェ（2018年～）、さらには施設内におけるスーパービジョン体系化等、援助者を援助するためのサポートシステムの構築を援助職仲間とともに続けている。

本稿は、四半世紀にわたる川崎での地域実践を、現場の援助者が想いを込めて言語化したものである。援助者を援助するという理解と実践のさらなる拡がりを願って。（津金・山中）

2 援助者のためのセルフ・ヘルプ・グループ ONE STEP

（1）アメリカの援助者からのひとこと

1994年10月、当時所属していた職場の「海外派遣研修」で米国カリフォルニア州にある「アルコール依存症リハビリテーション施設 Betty Ford Center」において単身で学ぶ機会を得た。

ある日、そこで出会った援助者から「今日はこれから私のグループに行くのよ。援助者である私たちが自分のグループに通ったり、自分自身をケアしたり、メンテナンスするのは当然のこと。必要ならメンタルクリニックへの受診や服薬もするわ。日本の専門職はそうしないの？あなたには自分のグループってないの？ないのであれば何故創らないの？」という言葉投げかけられた。「援助者だって援助されていい存在である」という想いと、「自分のグループを創る」という熱い野望が結びついた瞬間である。

1995年1月17日。川崎市内にあるアルコール依存症者支援施設の所長と職員の協力を得て、援助職仲間4人が集まり、手探り状態で月1回のグループを立ち上げた。「援助者のためのセルフ・ヘルプ・グループ ONE STEP」（以下、ONE STEP）はじまりである。当初は、AA（Alcoholics Anonymous）をまねて「12のステップ」を輪読し、テキスト内の「アルコール」という表現は、各自が心の中で自分の苦しみに置き換えて読み込んでいった。

（2）26年目「ONE STEP」の活動

当初 ONE STEP のミーティングは、平日夜に川崎市内の地域福祉施設にて開催していた。25年を迎えた2020年1月からは、新型コロナウイルスの影響もあり第一土曜日午後にオンラインで行っている。参加者は毎回10名以下と少人数ではあるが、リモート開催となったことで顔も名前も知らない援助職仲間が全国各地から集っている。

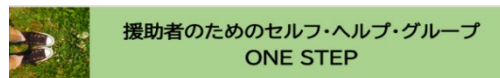
資料① 「ONE STEP の8つの約束事」



対人援助専門職者のための セルフ・ヘルプ・グループ「ONE STEP」 大切な8つの約束事

- 1 ミーティング中、メモは一切とらないでください。
- 2 ミーティングで知り得た内容、メンバーの個人情報等は一切口外しないでください。
- 3 メンバー相互にアドバイスや問題点の指摘、批判、指導をする時間ではありません。
- 4 話を聴いて、気づいたこと、感じたことがあれば、「私」の話をしましょう。
- 5 もちろん「パス」をすることもできます。
- 6 メンバーの語る「はなし」を聴き、「はなし」をしている私を聴いてみましょう。
- 7 メンバーの「はなし」が終わったら、拍手をしましょう。
- 8 いいっぱなし・ききっぱなしが原則です。

資料② 「ONE STEP チラシ」



対人援助専門職の皆さま、
あなたは今、だれかに気にかけて、支えられていると感じていますが、
また、ひとのためには一生懸命考えられるのに、
自分のころもようからは目を背けてはいませんか。

わたしたち援助者はさまざまなひとを援助しています。
その中で、「苦しい」「悔しい」「悲しい」「痛い」と感じたこともあるでしょう。
「信じない」「無力だ」「本当に援助者に向いているのだろうか」と悩んだこともあるかもしれません。
そんなとき、あなたはどのようにしていますか。

援助者のためのセルフ・ヘルプ・グループ「ONE STEP」は、1995年1月に設立され、
今日に至るまで、月に一度のミーティングを25年以上重ねてきました。
ここでは事例検討やスーパービジョン、ピアカウンセリングではなく、
「言いっぱなし・聴きっぱなし」のミーティングを行っています。

「言いっぱなし」とは、自分のいまここの思いを話すこと。
「聴きっぱなし」とは、仲間の話に耳を傾けること。
たとえ職場や領域、経験年数は異なっても、
同じ援助職の仲間として、同じ時間、同じ空間を共有していませんか。
そして、自分のころを見つめなおしてみませんか。

日 時：2021年10月2日(土) 14:00~15:30
会 場：ミーティングアプリ「Zoom」(オンライン)
参加方法：①下記メールアドレスに一度ご連絡ください
②返信にて、参加URLをお送りします

お問い合わせ先
メールアドレス：1995onestep@gmail.com (山中達也・津金静保)



<https://facebook.com/1995onestep>



<https://twitter.com/1995onestep>

現在ミーティングの手順は、最初に「ONE STEP の8つの約束事」(資料①参照)を読み合わせする。その後、一人ずつ順番に「援助者として今ここで感じていること」を話す(手放す)。ミーティングは「言いっぱなし・聴きっぱなし」で行われるため、直接的な助言等は行われぬ。これは、何を話しても非難・批判をされないという安心感の醸成にも繋がっていく。また、話したくなければパスをすることもできる。

(3) さらに一步 これからの夢

メンバーからは、「参加して良かった」「ONE STEP で話をする・聴くことで気づきがあった」「今後も参加し続けたい」等の声をいただいている。また、援助者として普段現場では言えないことや、言っただけではいけないのではないかと感じていることを吐き出せる自分の居場所として、重要な役割を果たしていると感じる。さらにメンバーからの口コミだけでなく、Facebook と Twitter も活用して ONE STEP の活動について発信している。近年は SNS によって ONE STEP を知った参加者も多いことは特徴の1つである。

現在のオンライン開催のように、状況に応じて無理せず、できる範囲で柔軟に続けていくことで、ONE STEP を必要とする全国の援助者に届くよう今後も活動を展開していきたい。大切な「(援助者のための) 私のグループ」であり続けるために。(津金・山中)

資料③ 「Facebook アカウント」



資料④ 「Twitter アカウント」



3 川崎地区スーパービジョン勉強会

(1) はじまりは県社協主催「スーパーバイザー育成研修」

「川崎地区スーパービジョン勉強会」(以下、川崎勉強会)の立ち上げは、1997年から開催された社会福祉法人神奈川県社会福祉協議会主催「スーパーバイザー育成研修」(以下、育成研修)にさかのぼる。育成研修修了者が自主的に集まり、「スーパービジョン自主勉強会横浜(1998年～2018年)」(以下、SVS横浜)を創設し、そこに育成研修修了者3名(7期生・8期生)が参加し、学び続けたことが川崎勉強会の起源と言えよう。

当時3名の職場は川崎市内にあり、仕事を終えてから月1回水曜日夜に横浜市内で開催される勉強会への参加は移動時間がかかることや仕事の都合で参加できないこともしばしばであった。さらに「会話記録」を用いた支持的グループスーパービジョン実践は、手法に沿って行うことの難しさ、そして参加メンバーからのコメントがときに疲れた心身には厳しく、提出担当のスーパーバイザーとしてはもちろん、一人のメンバーとして落ち込むことも正直あった。

その後「川崎でもスーパービジョンの自主勉強会を始められないか」と話し合いをし、県社協職員等からの協力も得て、2005年に「川崎勉強会」を立ち上げたのである。

(2) 川崎勉強会その後の歩み

スタート当初は、川崎市中原区社会福祉協議会の研修室を会場とし、会話記録を用いて支持的スーパービジョンをベースとし隔月1回木曜夜に開催(現在は毎月第3土曜日午後に変更)した。

会員を増やすため川崎勉強会のチラシを作成し、育成研修修了者に継続して案内を行った。また横浜からSVSメンバーがアドバイザーとしても参加してくれた。さらに、年1～2回外部講師を招き、独自の研修会や横浜・県央地区のスーパービジョン勉強会と合同研修会を開催してきた。

2010年4月には後述する、「援助者のための援助者セミナー」（以下、援助者セミナー）が川崎市内でスタート。川崎勉強会は、本セミナー修了者の受け皿の1つと変化していった。

川崎勉強会は、今日まで16年間で会員は延べ16名、うち援助者セミナー修了者6名がつながってくれている。また、これまで依頼した外部講師は6名、延べ18回の研修会を行ってきた。

（3）現在の勉強会の進め方

現在川崎勉強会は、市内にある3区（中原・高津・幸）の社会福祉協議会の会議室で開催している。これまで勉強会では、会話記録担当のメンバーを事前に決め、グループスーパービジョンを行ってきた。しかし会話記録の作成は負担が大きく、また仕事の都合等で参加できなくなった場合の担当者変更が難しいという問題もあった。今は当日参加しているメンバー同士で、ライブで行うピアスーパービジョンに変更。またホワイトボードを利用して、会話のポイントを記入していく方法を独自に導入した。さらに、2019年12月には、メンバーが「川崎勉強会 進め方の手引き」を作成した。

しかし、現在は残念ながら新型コロナウイルス感染拡大のため、2020年2月15日の定例会を最後に川崎勉強会は開催できていないという現実に向き合っている。

（4）今後の展望

コロナが収束し、安心・安全に開催できるようになったら・・・今後も、年1～2回の講師による研修会を開催し、スーパービジョンを学び研鑽し続けたいと考えている。スーパービジョンは、講師により手法や視点が異なり、自分たちの核となるものを全員で確認しつつ、どのように勉強し続けていけばいいかも考える貴重な機会にもなっている。

さて、今日まで16年を経過した川崎勉強会。職場では解決できなかったり、話せないこともあるため、川崎勉強会の中で話すことによって、メンバーからサポータータイプに受け止めてもらえ、元気がもらえる場となっている。そして、これからは援助者の帰る場所・話せる場所としての「川崎勉強会」を継続していきたいと思っている。（廣瀬）

4 援助者のための援助セミナー

（1）怒りがチカラに変化する瞬間

一瞬耳を疑った。「スーパービジョンは、スーパーバイザーの育成・養成が究極の目的。クライアントへのより良い、質の高い援助実践はその副産物である」

ある対人援助専門職能団体のスーパービジョン研修受講中、質問をした際に返ってきた講師からの言葉だった。同じ職種としてクライアントに対する謙虚さはまったく感じられなかった。確かに育成・養成は大切だが、クライアントへのより質の高い援助こそが究極の目的なのではないか。とりわけ「副産物」という「おまけ的」な表現に、怒りが沸き起こりチカラへと変化した。

一緒に参加していた援助職仲間「これからは受け身ではなく、援助者自身の手で現場の援助者を対象にしたセミナーを企画しよう！」と帰りがけの電車内で伝えた。それが今日まで11年継続している「援助者のための援助セミナー」（以下、セミナー）の契機である。

(2) チャレンジする土台と仲間の存在

「援助者を援助する」というテーマを核に、今までにどこにも見当たらない新たな試みにチャレンジする。まさに現場の援助者自身の手で必要とする援助者に対して。そのために川崎という地域には、すでに空間（グループ）も仲間（援助者）も整っていた。すなわち「ONE STEP」や「川崎勉強会」、「KPP 事例検討会」等のグループの存在。そして、同じ志で取り組むことができる仲間たちとのつながりとかかわりがあったのである。

まずは各グループの同志が集まり、実行委員会形式で「援助者援助」のためのメニューを考え組み立てた。さらに、「だれも企画したことのないセミナーを開催した」という自己満足で終わらせることなく、修了者が継続して学び、つながり、かかわることができる受け皿となるグループへの流れも作ることができたのだ。

(3) これまでの主な取り組み

2010年4月から2019年10月まで、試行錯誤を重ねながら13クールを開催してきた。現在のプログラムは、資料⑤にあるとおり、①「セルフケア論」、②「対人援助論」、③「スーパービジョン論」、そして④「グループスーパービジョン体験」を1クールとして実施している。これまで10年間で、参加者は延べ171名。さらに43名の全課程修了者を輩出している。

2020年は新型コロナウイルスの影響で援助者セミナーを中止せざるを得なかった。しかし、2021年には川崎市内の社会福祉法人（特別養護老人ホーム）からの依頼を受け、施設に出向いて職員を対象にセッションを展開しているところである。まさにこの10年の取り組みの成果として、新たなスタイルの能動的セッションがスタートしたと言えるであろう。

(4) 私たちの野望は果てしなくつづく

2019年、私たちの想いを込めてロゴ（資料⑥）を作成した。そこには「援助(enjo)」は、「あなた(Y)」と「私(i)」が「+ (ともに)」かかわり続けることで「enjoy i〜」(エンジョイ〜=心の内側から沸き起こる幸せ)」になるという、私たちの想いが込められている。現在ではこれを缶バッジに

資料⑤ 「援助者のための援助セミナー2019」チラシ

援助者のあなたは現場で、援助されているという実感がありませんか…そして自分を大切にしていますか

援助者のための援助セミナー2019 じえん よん

私たちは対人援助の専門職者として、日々苦しみを抱く利用者に対して「援助」をしています。保育・障害・高齢等さまざまな現場において援助実践をするなかで、その意味について意欲したことはありますか。また私たち自身が現場で、援助されているという実感をお持ちですか。援助者だって、援助されて良い存在なのです。でも、残念ながら自分をケアする知識や技術を学ぶ機会はもちろん、現場にはサポートする意欲もシステムも充実しているとは言えません。

2010年から丸10年！今回で13回目を迎えたこのセミナー。対話式の講義や演習をとおして、「援助」とは何かを考えながら実感をできるプログラムは、毎回たくさんの参加者から高い評価をいただいております。忙しい毎日。あなたはいま、援助していますか？そしてあなた自身が、援助されていますか？大切な私のために、さまざまな領域の現場で実践をする援助者仲間とともに、一緒に学びましょう。みなさんのご参加を心からお待ちしております。

【第13期・援助者セミナープログラム】

①【10周年記念特別講座】2019年7月13日(土) 午後2時～午後4時

「対人援助専門職者のためのセルフケア～『私』を大切にすること～」

講師：山中達也(山梨県立大学人間福祉学部准教授 社会福祉士・精神保健福祉士)

プログラム①キーワード：援助者特有のストレス、セルフケア、五感を意識する、わからぬ

②2019年8月3日(土) 午後2時～午後4時

「援助とは何をどうすることか～援助、聴くことの意味を考える～」

講師：原 裕樹(社会福祉士・精神保健福祉士・介護支援専門員)

プログラム②キーワード：援助とは何か、苦しみの構造、専門職性、聴くことの意味・実感・演習

③2019年9月7日(土) 午後2時～午後4時

「現場で活かせるスーパービジョン～援助者を援助するという視点～」

講師：伊藤規子(社会福祉士・介護福祉士・介護支援専門員)

プログラム③キーワード：援助者の苦しみ・スーパービジョンとは、援助的コミュニケーション

④2019年10月26日(土) 午後2時～午後4時

「援助者が援助される瞬間～グループスーパービジョン体験～」

講師：別府政行(社会福祉士・介護支援専門員・相談支援専門員)

井上景葉(社会福祉士・廣瀬千恵美(介護支援専門員・介護福祉士)

川崎地区及び県央地区スーパービジョン勉強会メンバー

プログラム④キーワード：グループスーパービジョン、苦しみを語る、聴く、会話記録、グループ体験

INFORMATION

④ 4 期目 (10月26日) のグループスーパービジョン体験にあたり、参加者全員に「会話記録」の作成をうながしに提出をいただくこととなります。「会話記録」のせとめの方等については、3 期目 (9月7日) にご説明させていただきました。ご了承ください。
⑤2019年10月26日(土) セミナー終了後、演習の口限演習で演習者のお互さまとの懇談会を予定しています(2時間程度)。参加ご希望の方は要領書よりお申込みください。

資料⑥ 援助者セミナーロゴ



作成し、援助セミナー修了証とともに配布している。

本稿の執筆者である援助者セミナー実行委員7名は、所属も、職種も、経験も、年齢も異なる。それでも、私たちには仲間とつながっているという安心感がある。それは川崎市内で実践をする援助者である、という事実だけではない。一人ひとりの胸には「援助者を援助する」という熱い想いがしっかりと刻まれていること。なによりも私たち自身が「援助者に援助された」という経験と実感がある。そう、共通キーワードは「援助」なのだ。

反論を恐れずに表現すると、現場の援助者が真にひとを援助することを学び、理解し、実践することができるのは、自らが「援助された」という体験と実感をとおしてこそ、とは言えないだろうか。

これからも私たちは、ともに悩み、揺らぎながらも、1人でも多くの援助者仲間のために歩みを進め続けるであろう。「援助者だって援助されていていい！だってひとなんだから」という想いを伝えるために。(原・山中)

5 川崎でプロフェッショナルな援助力を高める人達（KPP 事例検討会）

（1）気が重かった職場の事例検討

ノーマライゼーションの理念に基づき2003年度から導入された支援費制度は、障害のある方の福祉サービス利用の充実にはつながった。利用者個々の立場から言えば、福祉サービスの利用が行政処分である措置から利用契約制度に変更したことで、大きな成果があったと言えよう。しかしながら、財政的な基盤は脆弱であり、その後度重なる制度変更が行われることとなった。

なかでも頻繁に変更を強いられた障害福祉分野の現場は、当時とても疲弊していた。持続可能な事業所運営を行うために、各法人は非正規職員の大量雇用による人件費の削減や、利用契約数の増加などの対策を講じて窮地をしのごうとした。事業所として利用者個々に真剣に向き合いながら、制度に振り回される日々は、今思い返すととても苦痛を伴うものであった。

現場においては、利用者の声なき声にどのように向き合うべきか。対象者の環境をどのように整えるべきか。保健医療心理教育等とどのように連携すべきか、等について模索する日々。それでも時間がない中、チームアプローチを実践するための事例検討会は頻回に行われていた。しかしながら、当時の事例検討会は、参加した援助者にとって気が重く、とても嫌で仕方がないと感じるものであった。現場では未解決なことが山積し、立ち止まり振り返る余裕もない状況。それでも事例検討会の日程だけが組まれていく現実。気持ちや時間を何とかやりくりし参加しても、事例提出者の「出来ないこと」ばかりに着目し、上司や先輩の経験や勘で指導・教育という名のコメントがなされていた。

（2）援助者が安心して事例検討できる場の誕生

そのような中で、2010年7月「特定非営利活動法人川崎市障害福祉施設事業協会」（以下、障施協）が「精神保健福祉分野と身体・知的障害者分野の援助者研修」として事例検討会を開催したのだ。障施協は、川崎市内の障害関係施設及び地域福祉サービス機関等が相互に連携し、障害福祉施設サービスや地域福祉サービス事業の円滑な推進を図り、障害福祉の増進と地域福祉の発展・向上を目的とするNPO法人である。川崎市内にある法人の枠を越えて、階層別の研修事業も実施し、当時から現場の援助者にとって必要とされる内容を企画・実施していた。

障施協主催の事例検討会は全5回で行われ、市内の知的・身体・精神障害関係施設の援助者が集結

した。研修プログラム修了後、参加者から「今回体験したような事例検討会に、これからも参加したい」「誰にも相談できない自分にとって、今後もこのような機会が必要」「援助者として安心して癒される場が欲しい」との声を受け、修了者を中心に「継続的な事例検討や学習の場」として、2011年4月に「川崎でプロフェッショナルな援助力を高める人達 KPP」(以下、KPP) を発足させたのである。

(3) メンバーに力をもらい続けながら

KPP は、川崎市内の地域福祉施設等を会場に、研修修了者に加え、現場の援助職仲間に声をかけ、規模を拡大しながら毎月定期的で開催した。当初は緊張した様子で参加していた方々も、事例提供の順番を待ち遠しく思うほどに、活発の意見交換が出来るようになってきた。メンバーが、10名を越えることもあり、発言の機会が少なくなってしまう、という新たな不安もありながら毎月実践を積み重ねていった。

設立から3年も経過すると、職場異動や転職等により、KPP に参加しにくくなるメンバーが見受けられるようになってきた。正直、参加者が3名だけというときもあった。それでも発足当初のメンバーはコツコツと地道に取り組んでいくことを大切にした。

「事例検討会に来て、メンバーに会うだけで元気になれる。パワーをもらえる」

「今日勉強したことを明日ちょっと試してみようかな・・・」

「いろいろな分野の人の意見が勉強になる。見方・考え方が変わった」

このようなメンバーからのメッセージが実践の励みとなり、定期開催の力となっていたのである。

(4) 未来に向かって歩む「KPP」

対人援助専門職として、専門職種、実践分野、法人、事業所等の垣根を越えて、つながりあえる事例検討の場としての KPP を今後も提供し続けていきたい。なぜなら援助の対象者である利用者等の苦しみを和らげ軽くし、無くすることが出来るように、援助者自身が「KPP のような安全・安心を実感でき、苦しみを和らげることが出来る場の存在を必要としている」からでもある。

このように10年を超える KPP の実践は、日々真剣にかかわり続けている援助者を「援助したい」という想いをベースに、援助者の手で紡いできた1つの取り組みなのだ。未来に向かって、このとき、この瞬間を真剣に援助できることは、とても価値がある。これからも対人援助の専門職として、プロフェッショナルとして、立ち止まり、振り返り、そして激動の未来に向かう力を与え続ける KPP にしていきたい。(別府・井上)

6 「援助者のための『はらやん!』CAFÉ」は“ちょっと”した一時休憩所

(1) マスター(援助者)はらやん!の誕生

2018年11月に川崎(溝の口)の公共施設の会議室に「援助者のための『はらやん!』CAFÉ」(以下、「はらやん! CAFÉ」)はオープンした。しかし、開店当初お客様(援助者)は全く入られなかった。2019年11月にリニューアル(お花、テーブルクロス、ドアの鐘、数種類の飲み物、各種お菓子、バックミュージック、アロマなどで彩る。資料⑦参照)し、次に示した4つのメニューを揃えて再オープン。すると毎回3名

資料⑦「はらやん! CAFÉ」の風景



～7名（7名限定）のお客様が集まってくださるようになった。

その4つとは、「基本メニュー」として、①「茶話会」：お客様が「気になっている」などをマスター（援助者はらやん）に向けてお話をする。「選択メニュー」として、②「学習会」：時世にあった社会福祉問題について学ぶ。③「読書会」：社会福祉に関する小説を読み感想を伝え合う。④「視察会」：社会福祉に関する施設や資料館等へ見学に行き感想を伝え合う、などをメニュー化した。（参加費は300円、④は実費）しかし残念ながら、2020年4月以降新型コロナウイルス感染拡大のため、不定期開催となり毎月1回以上ができなくなっている。

（2）「はらやん！ Café」に込めた思い

○援助者である私の気になっている、気がかりである“ちょっと”した話を聴いてくれる「人、場所、時間」が準備されているCAFÉがあるのを知っていれば、私はどんなに心強いだろうか。

○「そこに行く時までは頑張ってみよう」と思えるのではないか。なぜならば、私は 職場において“ちょっと”した話を聴いてくれる人を見つけられなかった。

○上司や仲間に相談してみたが、「それはわかるけど・・・あーしたら、こーしたら、こうじゃないの、私はそう思わない、施設の職員としては・・・」の助言・注意、確認・命令ばかりでうんざりしたものだ。私が聴いてもらいたいのは、私の「辛さ」「憤り」「不安」っといった「苦しみ」なのである。「苦しみ」を受け止めて理解してもらえるだけでいいに…（その上で「ああだ、こうだ」でもよい）。

「はらやんCAFÉ」は、このようなお客様のつぶやきをマスターとともに、“ちょっと”コーヒーを飲みながら、“ちょっと”立ち止まって、“ちょっと”話をし、“こころのバランス”を整える、援助者にとっての“ちょっと”した「一時休憩所」なのだ。

（3）お客様（援助者）の反応とひとこま

マスター：“ちょっと”“ちょっと”最近気になっていることない？

お客様：「うーん」「え～と」と“ちょっと”した話をご自分のペースではじめる。たとえば「利用者との関係が悪く、職場に足が向かなくなって…」。「利用者や家族との思いが異なり調整するのだけど…」。「上司や先輩の指示や命令が理不尽なんだよ…」。「仲間に相談しても考え方、援助観が異なるんだよね…」。「このまま福祉の仕事をしていたらひとが嫌になりそうだから…」など。

マスター：ただ、ただ「聴く」（反復して、ちょっと待つ+α）。最後に「コメントは欲しいですか」とお聞きして必要なければ終了。必要な場合は「一言」コメントあり。希望により他のお客様（観察者）からのコメントをお土産として持ち帰りもできる（取捨選択して活用しなくても構わない）。

お客様：「話してよかった。また話を聴いてもらいたい」と思ってくだされれば「光栄」である。

（4）今後の活動展望

援助者のための「はらやん！CAFÉ」を2028年までに10か所（対面またはオンライン）作っていく構想で、「10人のマスター」を募集し伝授しながらネットワークの構築を進める予定である。

* 2号店：2020年11月横須賀（汐入）、3号店：2021年10月横浜（反町）オープン（原）

7 施設におけるスーパービジョンの体系化をめざして

(1) 「何か大切なこと」という思い

施設における「援助者を援助する」ための体系化と実践。そのきっかけは20年以上前にさかのぼる。介護保険制度の導入とともに、「選ばれる施設」となるためには“現場職員の資質の向上と”“育成”が求められる時代へと変わりゆく時代。現在所属している法人の特養介護主任として勤務して2年が経過したときだった。当時、部下をはじめ持ち、同じ職場の援助者を「育成」という経験したことのない大きな壁にぶつかっていた。そんなある日、神奈川県社会福祉協議会主催の「スーパーバイザー育成研修」(以下、育成研修)の案内を目にした。その瞬間、一筋の光が見えた気がしたことを今でもハッキリと記憶している。正直、何だかわからないが「何か大切なことである」と。

輝いて見えた育成研修に飛び込んで参加し、学びを重ねていった。そのプロセスで、「スーパービジョンは“組織で方針を明確にして取り組むべき”」と知り、理解と経験が深まる一方で、抱いていた光は大きな暗闇となり、ここに重くのしかかってきた。

その大きく、重たい思いを抱きつつ、悩みながらも施設におけるスーパービジョンの体系化を取り組み続けてきた。長年にわたりその道のりを支え助けてくれたのは、育成研修修了の翌年から毎年参加し続けてきたフォローアップ研修で「ようこそ来てくださいました!」と迎えてくれた援助者仲間であり、毎月参加するようになった「横浜スーパービジョン自主勉強会(SVS横浜)」の仲間の存在であった。確かにスーパービジョンを学び続けることは、正直苦しい場面もあったが、「何か大切なこと」を止めてはいけない思いで続けるとともに、何よりスーパービジョンを学び、実践している仲間たちとつながっていたかったのである。

(2) 組織化にむけて悩みながらの一步

特別養護老人ホームという組織の中で、援助者のための援助を実践するために、まずは何から取り組んだらよいのか。育成研修では「スーパーバイザーとしてのスキルアップ」と併行して、「組織の中で明確に方針を打ち出し、組織全体で取り組む体制づくり」であることも学んでいた。しかし、職場環境の整備を含め、スーパービジョンの必要性を広め、共有し、組織全体に理解が得られるだろうか、と考えながら途方に暮れていた。一職員である「主任」という立場で、本当に何ができるのであろう。

はじめの一步として、育成研修を受講する職員を増やすことから取り組んでいった。組織のなかで、賛否両論あることは承知のうえである。それでも試みた理由は「共通言語で語れる職場の仲間」が欲しかったからだ。その後は、機会があれば育成研修にこだわらず、同じ「援助論」をベースにしたスーパーバイザーを養成する研修に、部下を持つ主任以上の職員及び生活相談員に毎年受講してもらうことを位置付けた。それにより今日まで継続しすでに30名(在籍13名)が受講を修了し、川崎や横浜のスーパービジョン自主勉強会に2名の職員がつながった。2010年から今日まで、川崎市内で開催されている「援助者のための援助セミナー」の存在がスーパーバイザー育成にとって大きな力となっている。

その一方で、リーダーの職員は日々利用者・家族と接しながら、自らの援助を振り返るゆとりもない現実に直面した。部下の育成に力を注ぐ実践は並大抵のことではなく、スーパービジョンの理論や必要性の理解はなかなか進まなかった。

このような状況にありつつも、同時進行でスーパービジョンの位置づけを明確に位置付ける土台と

して、2009年に法人理念を基に、「高齢者部門」独自の理念を作成した。そのなかに「対人援助専門職として、質の高いサービス提供を目指す」という一文を入れることができたのである。その後2年間にわたり、「質の高いサービス提供」のために必要な「職員の資質の向上と育成」を体系的に行うことを目的に“職場研修体系化”に取り組んでみた。その結果、2011年度事業計画の柱の一つとして、「組織スーパービジョンを通じて人材育成に取り組むこと」を明記したことにより、初めて「スーパーバイザー」の位置づけを明確に示すことができたのである。さらに同年、正規職員の施設内新任職員研修において、ベースとなる「援助論」のコマを設け、共通言語を持てるよう継続し、今日まで10年間で約170名（在籍120名）の職員が受講している。

（3）施設におけるスーパービジョンの体系化をめざして

一般的に「スーパービジョン」とは、組織・施設の中で体系的に行われるべきものであり、施設外で行われるものは「コンサルテーション」と言われている。そこには「職員として所属している間は“最後まで責任を持つ”」という意味も含まれていると思われる。

今日まで約20年間にわたり、川崎市内にある施設においてスーパービジョンの体系化をめざして取り組んできた。正直なところ、今でもまだ施設内で「指導、育成、教育」の名のもとに、援助者同士が傷つけ合う場面がある。援助行為に疑問があっても、人に悪く思われたくないため注意できない風土が、未だに続いている現実もある。

このような現場では、組織のバックアップがなければ、“スーパーバイザー的”な立場で育成を任せることになる。あいまいな立場により、スーパーバイザーはもちろん、スーパーバイザーとともに悩み、苦しみ、揺らぎが増大することになる、と言えよう。しかし、組織の方針として明示することにより、「責任の所在と理念に基づく育成」の延長線上にあることが明確になり、所属するすべての援助者が安心して援助実践することができるのである。

“職場研修体系化”の取り組みの最終的・究極の目標は“良質な福祉サービスの提供＝利用者援助”である。その土台には「援助者への援助」、なかでも「スーパービジョン」が欠かせないものであると思われる。

（4）「何か大切なこと」を援助者仲間ともに

20年にわたる取り組みをとおして、いま施設内では「何か大切なこと」という風土が浸透してきたと実感している。その一方で、部下を持つリーダー職員は、年に2回の育成面談（目標～評価）に苦慮し、困難（＝苦しみ）を抱えているという現実がある。その理由は、理論を学び続けるなかで“傾聴”と“サポータティブ”ばかりがクローズアップされがちとなっていること。それによりスーパーバイザーが面談の場面で自らの意見や考え、換言すると教育的・管理的メッセージを発信しにくい状況が生まれてしまっているからではないだろうか、と考えている。

そのためにも今後は、筆者自身が体験した外のつながりとその援助者仲間を支えられたという体験も伝えながら、「最終目的は利用者援助」であることはブレずに紡いでいきたい。さらにスーパービジョンがひとり歩きせず、重荷にならないよう、施設の中では仲間同士で支え合える職場（「気がかり」な仲間には迷いなく気軽に声をかけあえる）を作るべく、かつて学んだ「育成研修」の講師の言葉を借りて、大切にしたい理念・方針は「天井に向かってふんわりと」伝えつづけて、継承していきたい。悩み、迷い、揺れ続けながらも、学び、実践し、振り返ることを繰り返しながら。

20年にわたる取り組みの間には、施設異動と人事異動で、より方針の提案がしやすい役職に就くことができたこと。そして何より一緒に取り組んだ職場の仲間がたくさん存在してくれたことが、20年間積み重ねるための大きな力となったことを最後に申し添えておきたい。(伊藤)

8 おわりに

本稿は四半世紀にわたり川崎市内で実践してきた、援助者のためのセルフ・ヘルプ・グループ、スーパービジョン、事例検討会、カフェ等の実践報告である。それぞれの取り組みは、「せわしない日々の中で、少し歩みを止め、自分自身と向き合う空間と時間」としての役割を果たしていると言える。また、それは一人きりで行う孤独な作業ではなく、大切な「仲間」とともに紡いでいる時間、ということも共通している。

そこで、いま一度考えてみたい。私たち援助者が援助を求める理由とは何か、ということ。

「疲れを癒したい」

「自分の思いを聴いてほしい」

「苦しみを和らげたい」…

そう願う根本にあるものは、「また明日からも援助者として、ひととかかわり続けたい」という切実な想いではないだろうか。

援助のプロフェッショナルとして、より良い援助実践を行うためには自分がなぜ揺らぎ、悩み、苦しんでいるのか、真正面から向き合う必要がある。その向き合い方は人それぞれ異なるため、川崎市では「援助者を援助する」という共通理念のもと、多様な形式のグループが形成されていったと言えるだろう。それを必要なときに、必要な選択をする。そんなサポートシステムが多くの地域で、現場で構築されていくことを願っている。

おわりに、ひとを援助することの意味は、援助者自身が「援助された」という実感を持ってこそ理解できるものである。まだまだ共有されにくい「援助者援助」という視点、そして実践ではある。しかしながら、より多くの援助者仲間が「援助された」という大切な経験を持てるよう、私たちは今後もささやかながら歩みを続けていきたいと思っている。援助された援助者として。(津金・山中)