

■■ 特集「人間関係の学び方：その先にあるもの」

「今ここ」と「共にある」ことが育む在宅診療のまなざし

ー ラボラトリー方式の体験学習が日常実践に与えている影響 ー

堀 越 洋 一

(堀ノ内病院 在宅診療科)

楠 本 和 彦

(南山大学)

要 旨

本稿では、在宅診療の現場においてラボラトリー方式の体験学習が果たす役割について、実践者の立場から論じた。「今ここ」に生まれる感情への気づき、他者と「共にある」という実感、死にゆく人から力を受け取る経験などを中心に、体験学習の視点が日常の臨床実践や人間関係の質に与える影響を具体的に考察した。また、これらの体験と実践を山口真人の『人間関係の変革』の理論的枠組みと照らし合わせながら、在宅診療がいかに関係性を中心とした学びと変容の場となるかを明らかにした。

キーワード

在宅診療、ラボラトリー方式の体験学習、今ここ、共にある、終末期ケア、関係性、社会的感受性

1. 「今ここ」に生まれる感情への気づきと尊重

ラボラトリー方式の体験学習（以下、体験学習）では、グループの中で自らの内に生じる思いや感情、身体感覚に注意深く意識を向け、それを言語化し共有することが重視される。このプロセスを通じて、自らの反応の根にある意味や価値に気づくとともに、他者の存在をより立体的に感じる感性が養われていく。

在宅診療の現場では、死が間近に迫る状況にしばしば立ち会う。例えば、苦しみや不安を抱える患者や家族と向き合うとき、私（堀越）はまず自らの胸に生まれている感情に気づくよう努めている。それは悲しみ、戸惑い、無力感、あるいは温かな共感のようなものであり、それに気づくことで自分のまなざしが定まり、相手の存在に対してより真摯に向き合うことが可能になる。

このような感情の動きや場の雰囲気への気づきは、山口（1989）が述べる「社

会的感受性」¹、すなわち「関係のありように気づく能力」に通じている。在宅診療のチームにおいては、こうした感受性の豊かさが信頼形成の基盤となり、患者・家族へのまなざしにも深みを与える。

2. 「共にある」という関係の質

体験学習においては、グループメンバー同士が互いをケアし、ケアされる体験を通じて、関係性が深まっていく。その過程で「共にある」という関係の質が育まれる。役割や立場を越え、相手の存在にまっすぐ向き合い、自らもそこにさらけ出されるという経験は、深い信頼と安心感をもたらす。

在宅診療の現場においても、この「共にある」という実感はしばしば立ち上がる。あるがん末期の患者が、身体的な治療がほとんど尽きた状態で、私の訪問時に「あなたが来てくれると安心する」と語ってくれたことがある。そのとき私たちは、言葉を多く交わさなくとも、静かな時間を共に過ごし、互いにその場に存在しあっていた。

これは医療行為というよりも、人と人との共に在ることそのものの力を感じた瞬間であった。ブーバー（1923）が述べる「我—汝」的な関係性、すなわち相手を対象ではなく存在として迎えるまなざしこそが、この在宅診療の場で立ち上がっていたのだと私は感じている。

3. 生き切る姿から力を受け取る

私が在宅診療を通じて学んだ大きなことの一つは、「支援する者が支援されることがある」という事実である。死にゆく人の生き方に触れることで、自らの在り方が揺さぶられ、照らし出される経験を幾度となくしてきた。

たとえば、ある認知症で寝たきりの母を長年介護していた75歳の男性の姿がある。その献身的な介護の背景には、母がシングルマザーとして彼を懸命に育てたという深い感謝の思いがあった。母の死に際して、家族が語ってくれたその物語に私は強く胸を打たれた。

死の近くにある時間は、存在の本質に触れる時間であり、それゆえにこそ支援する者もまた深く影響を受け、人間としての在り方を問い直される。終末期における関係性のあり方は、山口（1989）が強調するように、人間が「関係として」生きているという実存的な事実を明らかにするものであり、それゆえ死は、関係を深める時間として立ち現れる。

¹ 山口（1989）は、感受性とは“気づき”の3領域（外部世界、自分の内部世界、空想活動、Stevens, J.O., 1971）で得られる事実（データ）に気づく能力であるとする。特に、チームで仕事をしたり、対話をしたり、他人と共に時を過ごすといった社会的な相互作用のある場での自分自身や他者の言動や感情や想像など、人間関係のプロセスの中で生じるさまざまなデータにありのままに気づく能力を社会的感受性と呼び、節のタイトルを「社会的感受性＝関係のありように気づく能力」としている（p.163）。

4. チームの「生きた学びの場」としての在宅診療

在宅診療は多職種によるチームで提供される。医師、看護師、ケアマネジャー、薬剤師、事務職など、それぞれが異なる立場に関わりながら、一人の患者の生活を支えていく。

私は、チームの中でそれぞれの「持ち味」に意識を向けることを大切にしている。相手の特徴や感性、その人にしかない関わり方の魅力やくせを味わうように関わることは、チームの関係性をよりしなやかで有機的なものに変化させると感じている。このことは、Tグループやエンカウンター・グループなど「グループ・アプローチ」における人と人の相互作用に通じており、在宅診療の現場もまた、相互的な気づきと変容が起こる「生きた学びの場」として機能していると言える。

5. 「今ここ」にひらかれた日常の営み

日々の暮らしにも、「今ここ」に身を置く実践は息づいている。私にとってそれは、例えばチェロを弾く時間であったり、誰かのために料理をつくる時間などである。チェロに向き合うとき、音程やリズムに加えて、弓の圧や角度、肘の高さといった身体感覚を意識する。微細なずれが生じていると感じると、それを手がかりに自らを調律し直す。音が定まらない瞬間に未熟さを防衛するのではなく、気づきへの入口として内に生じた感情や感覚を否定せずに尊重しようとする。料理もまた、「今ここで」私が食べたいものと相手が食べたいであろうものの双方を思い浮かべて、自分の思いを抑圧はしないものの相手の喜ぶ顔を優先するという微妙なバランスも味わいつつ、完成した一皿と一緒に味わうという「共にある」時間である。趣味や生活の時間は、「今ここ」の自己内プロセスを意識したり、自己中心から関係中心へと重心を移したりする小さな練習でもあり、「今ここ」にひらかれたまなざしを、日常において反復して身につけていく営みである。

こうした日常の営みは、体験学習を通して培った感性を日々活かす小さな実践と言えるかもしれない。自分自身の内側に生まれた感覚や思いを否定せず受け止め、それを手がかりに他者に開いていく営みは、臨床の場だけでなく、暮らしそのものの質をも変えてくれる。

6. 関係性の変容

山口（1989）は、関係性の変容という用語を使用していない。しかし、関係性の変容と表現することが適する記述が以下に記されている。

- ① Tグループ体験を通じて、一人の学生が他者を“対象”としてではなく、“関係の中にある存在”として捉え直すプロセスが描かれている。山口はこの体験を、「人間関係の本質」への目覚めとして、ブーバーの「我—汝」概念やロジャースの「実存的出会い」の文脈で理論づけている（pp.160-161）。こ

の体験は、関係性の質の変容そのものである。

- ② ブーバーの理論を引きながら、現代社会において人間が「我—汝」的な関係から「我—それ」的な関係へと堕していく傾向を示し、あらためて関係性を再構築すること＝変革として位置づけている² (pp.165-166)。

この視点こそが、関係性の変容の核を成している。山口（1989）における、これらの関係性の変容という視点は、個人の主観的気づきに始まり、他者との相互的關係性においてその質が再構成される過程を意味しており、教育・医療・組織開発において本質的な変革の土台と考えることができる。

7. おわりに

ラボラトリー方式の体験学習は、私にとって技法や知識ではなく、世界との向き合い方そのものを形づくる学びである。「今ここ」に生まれた感情に耳を澄ませ、相手の胸の内に関心を寄せ、「共にある」ことの力を信じること。この姿勢は、在宅診療の実践を支える根幹であると同時に、私自身が人としてどう生きるかを照らし出してくれる羅針盤でもある。

山口（1989）において示された社会的感受性、我—汝的な関係性、関係性の変容といった視点に照らしても、在宅診療は単なる医療技術の提供を超えて、人と人とが深く出会い直す場である。今後も、体験学習で育まれたまなざしと理論的な理解の双方を携えて、丁寧に人と関わる実践を重ねていきたい。

備考：

本論は、堀越が主に執筆した。本論における「私」は堀越を指す。楠本は、堀越が作成した原稿に、意見を述べ、注を挿入し、論文としての形式を整えた。

引用文献：

Buber, M., (1923). *ICH UND DU*, Insel Verlag.

Buber, M., (1932). *ZWIESPRACHE*, Schocken Verlag.

(ブーバー, M., 植田重雄 (訳) (1979). 我と汝・対話 岩波文庫)

Stevens, J.O., (1971). *Awareness: exploring, experimenting, experiencing*, Real People Press.

(スティーブンス, J.O 岡野嘉宏・多田徹佑・リード恵津 (訳) (1982).

気づき—ゲシュタルト・セラピーの実習指導書— 社会産業教育研究所)

山口真人 (1989). 人間関係の変革 人間関係 (南山短期大学人間研究センター), 6, 160-166.

² 山口（1989）は、真に人格的な出会いを求めて、“汝”に対して“我”として応答したいがゆえに、人間関係を変革しようとするならば、それは関係的人間として「汝よ」と呼び掛ける「関係」になろうとする変革の姿なのである、としている (p.166)。