

精神障害をもつ人々の短歌創作活動

- 言葉の表現による生活の再生 -

上智大学 浅井紀明（会員番号7989）

キーワード：生活と短歌創作、精神障害、仲間の相互支援

1. 研究目的

人間の健全な生活については、身体的、精神的、社会的に健康な生活の3面を検討する必要がある（世界保健機構、以下 WHO）。身体的健康は人間の「心身機能・身体構造」が健全な状態にあることであり、精神的健康は主体的意思に基づき「活動」することを意味している。社会的健康は他の人の活動に「参加」することによって「人と人との間柄関係」（木村敏）を増進することである。そして、WHO が 2001 年に提示した国際生活機能分類によると、障害をもつ人は、「心身機能・身体構造」「活動」「参加」のそれぞれの各部分にアプローチすることによって健康を取り戻すことが可能であると考えられている。特に精神障害をもつ人々は日常生活において主体的「活動」は低く、他者とのコミュニケーションに乏しいため、短歌創作は主体的「活動」となり、短歌会は「参加」へのアプローチとなる。とりわけ言葉による表現は生活世界に意味づけをすると同時に、他者の共感を得ることによって自己のアイデンティティは確保され、主体的「活動」は進展する。また、短歌会の仲間の相互支援によって生活の喜びと充実感の取得が可能である。今までに「やどかりの里」や「べてるの家」等のミーティング重視に基づく仲間づくりの報告がある。これらはいずれも話し言葉を重視するものであるが、この研究は、書き言葉である短歌創作活動による生活の再生の過程を明らかにすることが目的である。

2. 研究の視点および方法

生活から生まれる短歌は、生活の「心」を受けて創作されたもので、数量的に計測できないものである。したがってこの研究は、質的調査法を基本にして、現象の根底を追求する現象学的方法によっている。研究の対象となる精神障害をもつ人々の創作した短歌は、4人で513首であるが、これを国際生活機能分類の機能別に大まかに分類し、その作者に対するインタビューによる生活世界を把握して作品の理解を深める。5年間で55回実施された短歌会活動と仲間づくりの実態については、筆者の参与観察とグループホーム業務日誌による内容の分析と世話人およびボランティアのインタビューによって導き出す。特に、様々な研究データの中で精神的障害をもつ人々が直に創作した短歌をできるだけ中心にして主要なテーマを導きだし考察する。

3. 倫理的配慮

調査結果においては、関係者個人、利用者個人が特定されないように匿名を使用すること、および短歌や個人史に関して使用を了解している。なお、調査の過程で作成したメモ等の記録は厳重に管理し、論文発表以外の目的では使用しないこととする。

4. 研究結果

研究の結果導き出された一つのテーマは、弱さや苦勞の生活体験を言葉にすることによって自分の世界を意味づけ、弱さを共通項として互いに傾聴しあう短歌が生まれる、ということである。ここでは紙幅に限りがあるので、資料としてまとめられた精神障害をもつ人々の短歌から代表作を二つ提示する。

天井にとまりそのまま死んだ蛾に生と死想う雨の休日

秋の日が短くなった肌寒い雨の降る休日に、グループホームの6畳間で60歳に近い男性が詠んだものである。彼は2002年52歳の時にうつ病になり自殺を図ったが果たせず精神科病院に入院し、2003年8月の退院の後入居し、2年余昼も寝たきりであった。60年に及ぶ人生全体の中で、病気と障害をもつに至った過程がある。表現された生活短歌自体は大変短いものであるが、家族関係を含めた彼の人生の意味世界をバックにして、今ここで経験している中で必死に生きようとする彼の内面開示であり、彼のもつニーズや問題点、ならびに「生と死」という表現から「死」だけでなく「生」を見つめる彼のもつ力を再認識し深い所で総合的に理解することができる。

短歌会無事に終わりて安らぎの食事の席は話がはずむ

2006年5月から、生活状態の報告を短歌で行うことを提案し短歌会が始まった。まず短歌の初心者にとっては短歌創作の相談支援を通して世話人との心の交流があり、また、毎月1回行われる夕食会を兼ねた短歌会においては、提出された短歌を小冊子にして、互選で選ばれた司会者が1首につき2回朗読して、参加者の相互評価(正のフィードバック)が行われる。皆で食事をすることも手伝って、気持が和らぎ、本音の語りがあり、互いに日常生活の状況が見えるようになる。心情の理解が進み安心感をもって仲間づくりが進展すると、短歌会と短歌創作活動が好循環となり、意欲的な活動が行われるようになる。短歌を作る意欲は生きる意欲に繋がっていく。

仲間づくりはさらに外に向かって新しい生活の試みに向かわせる。今まで昼も殆ど寝ていた人が就労継続支援事業所に行き始め、日中活動に参加するようになった。また、2008年6月には地域のシンポジウムに2人のメンバーが参加し生活短歌を紹介したり、10月にはボランティアとの交流から生まれた「生活短歌とカラーセラピー、コラボ」の対外発表を全員で参加するなど、活動を拡大することになった。

精神障害をもつ人々の生活短歌の創作活動は、言葉の表現によって自己と世界を確認し、短歌会による仲間の相互支援を通して、自分らしい生活の再生を可能にしている。