

タイトル名「対人援助実践をリポートするこの一冊」

第 42 回：第 4 章-その 14-

日本三國と志（こころざし）

著：二階堂哲
企画：渡辺修宏
小幡知史
二階堂哲

対人援助には自己犠牲が必要か？

今回は、職場の同僚に紹介していただいた漫画を「日本三國」を取り上げたい。この漫画の舞台は、核戦争、天災、政治的な混乱によって、文明の崩壊した未来の日本である。

未来の日本では、大和国、聖夷、武凰の 3 つの独立国があり、それぞれの国が天下統一の野望を抱いて交戦状態にある。そして主人公の三角青輝（みすみあおてる）が、大和国の奇才軍師として日本統一を成し遂げていくストーリーである。

この漫画の魅力は、個性的な登場人物が織りなす人間模様にある。

そしてこの物語の中では、大義のためには自分の命をも犠牲にすることが美德として描かれている。この点に私は多少の危うさや、私たちが生きる時代（社会的随伴性）の変化を感じることもある。その懸念はひとまず置いておくにしても、主人公の三角青輝は、この美德を体現した志の高い青年として描かれている。

彼の志は、日本人が平和で安心して生活できる「泰平の世」を実現させることにある。そのためには、愛妻が腐敗した権力者に殺害されようとも、自分が敵陣の中で首を刎ねられそうになっても、大義のために平静さを保ち、言葉を武器にして、大きな夢に向かって突き進んでいくのである。

対人援助職にも、このような自己犠牲を伴う志が必要なのだろうか。

志とはなにか？

この志に近い概念として、私が知っているのは、アクセプタンス & コミットメント・セラピー（以下、ACT）の「価値」の概念である。ACT とは、第 3 世代の認知行動療法の一つであり、関係フレーム理論という行動分析学に基づく言語行動理論が土台となっていて、慢性疼痛や不安症、抑うつなどに効果があるとされている。

この ACT は、言葉の力を利用して困難な状況に対処していく。例えば、「自分はダメな人

間だ」という思考が生まれた時は、『自分はダメな人間だ』と思っている」と言い直して、思考と距離を置いたり、その時に感じた不快な感情を、言葉を介さずに、じっくり観察してみたりする。こうすることで、言葉の持つネガティブな側面から少し距離を置くことができる。一方で、言葉のポジティブな側面も利用していく。それが価値の明確化である。

ACT では、自分の目指す価値を明確化して、それに向かって困難なことに挑戦していく。例えば「他人から尊敬される人間になる」という価値を選択した場合、他人から尊敬されるために、多少困難に感じて、他者への奉仕を以前より積極的にするかもしれないし、話し方も丁寧になるかもしれない。この価値を決める行為が ACT においては非常に重要である。

自分にとって意味のある価値を定めて、困難を内包しながらも、人生を意義のあるものにしていくことが ACT の目指すところである。

対人援助には志が必要か？

対人援助職においても、この価値（志）を明確にする行為は必要なことだと思う。経済的合理性が重視される現代社会の中で、自分自身の行動規範としての価値（志）を持たない支援者は、支援される側を経済的な視点で捉えるような一種の傲慢さを身につけてしまう危険性もあるように思う。

人の価値が生産性という単一の指標で測られてしまいがちな社会の中で、対人援助者が、経済的合理性以外の価値（志）を行動規範として持っておくことは、これまで以上に重要となっているような気がする。経済的合理性の側面からみれば非効率とを感じるようなこともある対人援助の場で働くからこそ、このことは心に留めておきたいと思っている。

偉そうなことを書いておいて、自分自身のことを振り返ってみると、その価値を見つけることがとても難しい。「私はどのように生きたいのか」という人生観に関わる問題だからだ。

「安心してもらえる支援者でありたい」、「成長を実感してもらえる支援者でありたい」など、表面的には思いつくのだが、三角青輝のように明確な価値をまだ持てていない。今後も支援者としての仕事を続けるならば、日本三國に登場するキャラクターのように明確な価値を持つ努力をしなければと思う。

—つづく—