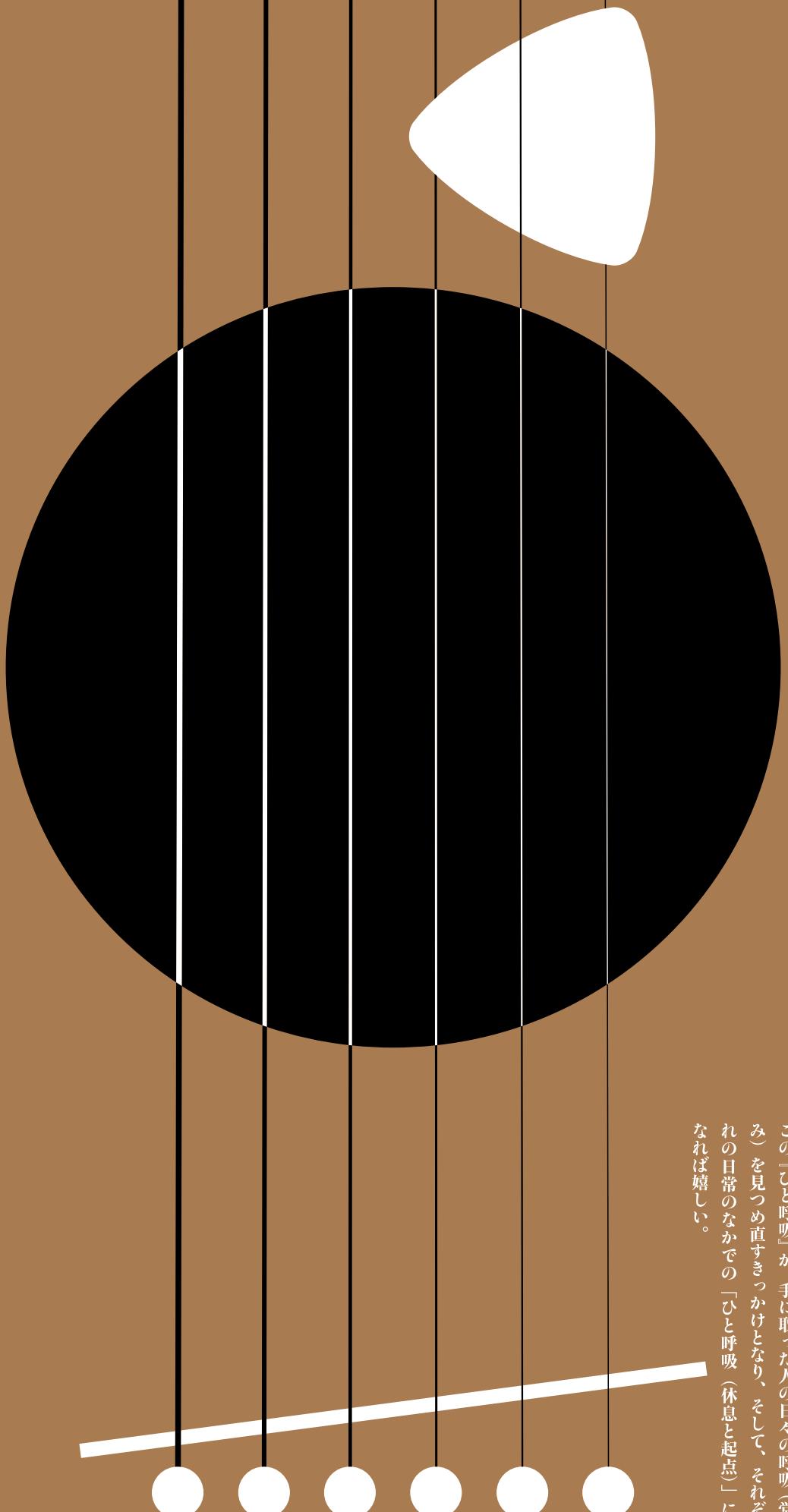


# ひと呼吸

#8 Mori Mayuko



私たちの日常。それは多くの営みの連なりである。普段、それぞれの行為の意味を考えることは少ないが、ふと立ち止まって考えてみれば、そこには偶然と必然が潜んでいることに気づく。

呼吸。そのような自然な行為ですら、太古における偶然と必然の産物であったといえるかもしれない。この「ひと呼吸」が、手に取った人の日々の呼吸（營み）を見つめ直すきっかけとなり、そして、それぞれの日常のなかでの「ひと呼吸（休息と起點）」になれば嬉しい。

# #8 MoriMayuko

Interviewer / Text Funakoshi Kōju

私はアメリカ人になると  
決意した

船越 森さんの出身はどちらですか？

森 転勤族だったんですけど、割と長かつたのは広島かな。でもふるさとという感覚で戻つて一番元気になるのはニューヨークかな

(笑)。アメリカにいたのは大学時代の2年半ぐらいでニューヨークには半年ぐらいしか住んでいないんですけど、一番リラックスできる場所ですね。他にバックパッカーでオーストラリアも旅しました。

船越 その辺もあとでぜひ聞かせてください。

アメリカに行くきっかけって何かあつたんですか？



アートから得たもの

心理の根本は、優しい冷たさ

そこでしかつながりない何か

意味がわからなかつたんだけど、今はその言葉がしつくりきます。その考え方方が、私がカウンセリングなり相談なりをやつていく根本になつてゐる気がして。

船越 いろいろな歩みがあつて、ここへ至つた。でも、一つ一つが形を変えて、融合して自分を形作つてきますよね。消えていく部分と残る部分とがある。

森 そうですね。心理療法を一生懸命勉強していたときは、自分を出さないように心がけていたから、例えば相談室に自分のお気に入りの飾り物を置くつてことはまず考えられなかつたですね。だけど今は心理療法をする立場ではないので、自分らしさを出すこともしてみようつて思つてます。悩みながら、こだわりながらですけど。

船越 それは何かきっかけがあつたんですか？

森 学生から「先生がヒッピーになりたかったって聞いたとき、この先生なら信頼できるかもと思った」つて言われたんですね。カウンセラーとしては、普段自分のことを話さないのが基本ですが、このタイミングでそれを言おうかすごく迷つた上で言つたんだと思うんです。

船越 迷いながら言つたんだ。

森 そう、そういうのつて理論や知識ではないところにあるのかもしれないなって。決して上からでも斜めからでもなくして、こちらが人として同等といえるような関係性になつた

人種なんだとか、仲間に入れてもらえないみたいなことを意識せざるを得ない環境で、留学生だからって私に話を振つてくれることもありますし、誰も気にも留めてくれない。自分を表現しないと自分の存在がなくなつていくんですね。

船越 カルチャーショックですね。

森 そう。例えばランチのときに頑張つて輸入ろうとするんだけど、今何か言えるかなって思つたとん会話が終わる、その連続。居場所もないし、いつしか自信もなくなつてしましました。それで、このままでは何しに来たのかわからんと思うになつて、1年ぐらい経つたときにこれではいかんつーとアメリカ横断を思い立ちました。

船越 一人でアメリカ横断？

森 そうです。アメリカ人の友達にもおまえはバカかと止められて(笑)。それでも20歳の夏休みに1ヵ月間、西海岸のサンフランシスコから自分の好きなところを何の予定も組まずに回つて、最終的に東海岸のニューヨークにたどり着くっていうね。その体験は振り返るとすごく自分の核になつてゐるなつて思ひます。

船越 そこでどのようない経験をされたんですか？

森 アメリカ横断のときには、国も、肌の色も、年齢も異なる人たちが集う安宿を泊まり歩いて、一緒にご飯を食べたり、観光したり遊んだりしていました。自分から話しかけないと何も始まらない、逆に話しかけるといろんな世界が広がる、そんな経験でした。ニューヨークで出会つたたなたちは、その中でも私にとって特別でしたね。自分自身のことを信じている人が多くて、自分のやりたいことをもうすごく一生懸命やつてゐる人たちばかりだった。当時は、自分には何もないな、といふ思いでした。

船越 やつぱりニューヨークが一番大きかつたんですね。

森 その後もバックパッカーでオーストラリアに行って、気に入ったところがあればそのまま住んでしまえという勢いだつたんですね。結局そのときは自分のアイデンティティも含めてそこに住み着くことはできなくて、日本に帰つてきたらもつと居場所がなくなつてたという感じです。日本を離れればいいんだつていう問題ではなくて、自分には何があるのか、何がしたいのか、熱中するものがあるのかということが大事だつてようやくわかったのが20代後半のことです。



森麻友子・もりまゆこ

和歌山大学障がい学生支援部門(キャンパスライフサポートルーム)講師  
(臨床心理士・公認心理師)

大学院修了後、私立・国立大学の学生相談機関で、主に精神・発達障害のある学生の相談業務に携わる。2014年8月より、和歌山大学の障がい学生支援室の立ち上げに伴い、同学の学生相談カウンセラーから現職のコーディネーターへ。障害のある学生だけでなく、困り感のある学生や教職員、保護者の対応を含め、全学的な相談・支援体制の整備に携わる。

ときにつながる感覚つていうのがあるかもしれないって、そのとき思いました。

いい話ですね。臨床心理士の資格を取されて、いくつかの大学を非常勤で回られて、

徐々にクライアントの対象を大学生メインに

されて、いつた、その理由つて何ありますか。

大学つて教育段階最後の教育機関になる

ことが多いと思うんですけど、そこには悩む

ことができるぜいたくな時間が存分にある。

そこでじっくりと学生に会いたいなつていう

のが当時の思いでしたね。学生たちがいかに

主体的に自分で立ち上がりていくのかつてい

うところを一緒に考えてみたいなつて。だか

ら多分大学生にこだわってるのかな。

船越 臨床心理士で心理療法をバリバリして

いた時から、現在の障害学生支援のコーディ

ネーターに役割は移って、その辺の変化は

あつたんですか。

森 以前と比べて悩めない学生が増えている

よう個人的には思います。だから、特に修

学支援を行うときに、学生自身が

自分を振り返りながらカウンセリ

ングを行うというより、教育的な

視点でその学生が育していくのを

支える必要が増えてくる気がしま

す。今またそれを悩んでいます。

船越 それはどういう?

森 学生は卒業するし、社会に出

て行くじゃないですか。そういう

ことを視野に入れて、何ができる

のかを当然考えないといけない。

学生相談での臨床心理士としては、

学生自身が言語化するのを待つて

いたいんだけど、コーディネー

ターの立場だと現実への対応も必

要で、待ちきれないケースも実際に

出てくる。

船越 葛藤があるわけですね。

森 自分で意見を言つてしまつた

方が楽に済んでしまうし、場合によつてはその方がいいかもしれないときもあると思うんですね。だから、そのバランスに今も葛藤いら試行錯誤ですがやり始めています。

船越 今年のお話を聞いていると、障害学生支援のほうにシフトしますつてなつたときに、感じることとか悩むことは結構あつたということです。

森 もう、ものすごいアイデンティティ・クライシスが何年も続きましたよ。何でこの仕事をやろうって言っちゃつたんだろうみたい

(笑)。この仕事には、結構違う能力が必要じゃないですか。学内の文化を知る必要があるし、学内外へ積極的に働きかけていくパ

ワフルな部分とか、講義や講演など人前に出で話をする機会も多い。そういうことつて正直全く関心のないところだったんですね。でもカウンセリング室の外から眺めたときに、その必要性はわかるわけですよ、これもやらなきゃいけないでしょ、あれもやらなきゃいけないでしょ、そのときの葛藤はものすごくなきやいけないし、あれもやらなきゃいけないでしょ、そのときの葛藤はものすごくなきやいけないし、あれもやらなきゃいけないでしょ、あれもやらなきゃいけないでしょ。

船越 カウンセリングとは異なる営みが様々な場面で必要になるということですね。

森 学生相談のカウンセラーとして非常勤で働いていた頃は、時間の制限や立場上の問題で必要だとわかっていてもできないことがたくさんありました。でも今は障害学生支援のコーディネーターとして、それに常勤の教員である以上、教職員への研修もすごく大事だし、個別相談以外にやらなければならないことはあるなつて思います。そんなとき、学内でも私と同じ立場の人はいないので、他大学の皆さんとのつながりにはすごく助けられています。抜け落ちている視点に気付いたり。

船越 そうした認識を共有できるだけでも違いますよね。

森 学生相談機関では、例えば、精神・発達障害学の考え方、教育学、福祉学とか、どれも必要な要素で、自分にない要素も取り込んで、異職種のことも学んでいきたい。もっと多面的に学生のことを捉えて、支援ができるようになればいいなと思います。

船越 そうした認識を共有できるだけでも違うことがありますよね。臨床心理学の考え方、障害学の考え方、教育学、福祉学とか、どれも必要な要素で、自分にない要素も取り込んで、異職種のことも学んでいきたい。もっと多面的に学生のことを捉えて、支援ができるようになればいいなと思います。

森 そうですね。

船越 例えば、合理的配慮ではカバーできないような心理的ケアも必要とする学生がいることがあります。コーディネーターだから心理

療法はしないというのならわかるんですけど、カウンセリング的な関わりだつたらコーディ

ネーターでもできますよね。そうすると一人で障害学生支援をやりながら学生相談をする必要がある。コーディネーターだからカウンセ

リング的な関わりはしなくていいということにはならない。極端な話、小規模大学だと学生

相談と障害学生支援の二つの部署を設置できぬ場合もありますよね。そうすると一人で

船越 例えれば、合理的配慮ではカバーできない

ような心理的ケアも必要とする学生がいることがあります。コーディネーターがどの程度抱えるのか、

あるいは、カウンセラーと連携するのか、学生

が主体となるためのちょうどいい支援つて

付いたり。

船越 そうですね。

森 さて、例の質問をしたいと思います。

皆さんは共通の質問。森さんはどんなひと呼

吸をされていますか?

森 ひと呼吸するつて、例えば自分にふつと戻るような体験とか感覚なのがな。そつなるとたまのひと呼吸はニューヨークに行くこ

ともつと大変なことになるかもしれないと

いといけないでしょ。その価値はあります

よね。

森 はい。学生相談と障害学生支援のお互いが各々の機能を理解して組み入れていく必要があるのかなと思います。

船越 何か具体的な案つてあるでしょか。

森 例えば、障害学生支援にはスーパーバイズ制度がないんですけど、臨床心理士のトレーニングの中には、一字一句覚えている限りを書き起きて、毎回のセッションをスーパー

バイザーに見てもらうということがあるんであります。そこで「何で君、ここでこの言葉を言ったの?」とか「この言葉いらないよね」みたい

いな突つ込みをたくさん入れられて、そうす

森 そう、電車の中で、ほとんどエレカシし

船越 一人職場の人も多いと思うので、そういう横つながりはあると思います。

森 そうですね。例えば、自分で学生の相談を受けて解決するんではなくて、いかに

学内に推進していくかが大事っていう意見

を他のコーディネーターから聞いて、臨床心理士はどうしても自分で抱える傾向があるか

学生相談のときとは違う部分、マインド

をもつと持つておかないと困ると思つたりして、まだまだ発展途上です。

## 学生相談との連携、協調、協働



1 桑原治雄  
精神保健指定医、学会認定精神科専門医・指導医。大阪府立大学社会福祉学部教授（精神保健医学）等を歴任。現桑原クリニック院長。  
トリアの精神科医。精神分析学の創始者。

2 フロイト  
ジークムント・フロイト（1856年～1939年）。オーストリアの精神科医。精神分析学の創始者。

3 ジョブディスクリプション  
米国ボストンにあるInstitute for Community Inclusion (University of Massachusetts Boston) が日本財團の補助を得て2001～2018年に実施した「日本の高等教育における障害学生支援に係るリーダー育成研修」。森さんは3期生として2018年に参加。

4 ポストンでの研修  
米国ボストンにあるInstitute for Community Inclusion (University of Massachusetts Boston) が日本財團の補助を得て2001～2018年に実施した「日本の高等教育における障害学生支援に係るリーダー育成研修」。

5 エレカシ  
エレファンクトンカシマンの略称。日本のロックバンド。

## Editor's Note

和歌山大学のキャンパスは和歌山湾を望む丘の上に広がっています。キラキラ輝く海が遠くに見えてとても気持ち良い場所です。森さんは、いつお会いしてもそんな海みたいに大らかで、キラキラ輝いていて、毎回なんだか不思議に元気をもらい、ケラケラと楽しく笑って過ごせる素敵なお方です。その原動力がエレカシだったとは……。

「私、アメリカ人になりたかったのよ、本気で」という話にまず度肝を抜かれ、元々はアートを志していたとか、バックパッカーしていたとか、次々にいろんな話が出てきて、その経験の幅の広さと深さに圧倒されました。

僕は心理職ではありません。でも、障害学生支援の分野には心理系の資格を持ってお仕事をされている方もたくさんいて、心理職ゆえの悩みがあることを多くの人から聞いています。心理職と他の専門職で求められる役割の違いやより良い連携の在り方は、是非うかがってみたいテーマでした。こうした話を真正面からすることができて、とても貴重な機会になりました。

偶然を必然につなげられる生き方、素敵ですよね。森さんや森さんに連なる皆様に幸あれ!と心から願っています。

(船越高樹)

## Concept

障害のある学生が高等教育にアクセスする権利を保障するための取り組みである「障害学生支援」には、その主人公である学生と対話し、ともに行動してきた多くの実践者たちの存在があります。こうした実践者一人ひとりには独自のバックグラウンドがあり、またそれぞれの考え方や想いをもって形作ってきた歴史があります。

私たちは、これらの「人」によって蓄積されてきた考え方やその想いを知ることが、これから障害学生支援を考えていく上で貴重な機会となり、この分野の魅力を知ることにつながると考え、この『ひと呼吸』を発行することにしました。ここに綴られているのは、私たちを含めた一人ひとりの関係者にむけた応援のメッセージです。

ひと呼吸・編集委員会（HEAP×Kyoto Univ.DSO）

村田淳、船越高樹、宮谷祐史、木谷恵

HEAP：高等教育アクセシビリティプラットフォーム

Kyoto Univ.DSO：京都大学 学生総合支援センター 障害学生支援ルーム

発行／高等教育アクセシビリティプラットフォーム（HEAP）

Address 京都市左京区吉田本町

京都大学学生総合支援センター内

Web <https://www.gssc.kyoto-u.ac.jp/platform/>

Mail d-support-pfm@mail2.adm.kyoto-u.ac.jp

Tel 075-753-5707