

# 奈良 いのちの電話

2020  
夏  
第381号

特集

## 「新型コロナウイルス禍」のもとで 「電話ボランティア」について考える

川上 範夫 氏

社会福祉法人 奈良いのちの電話協会

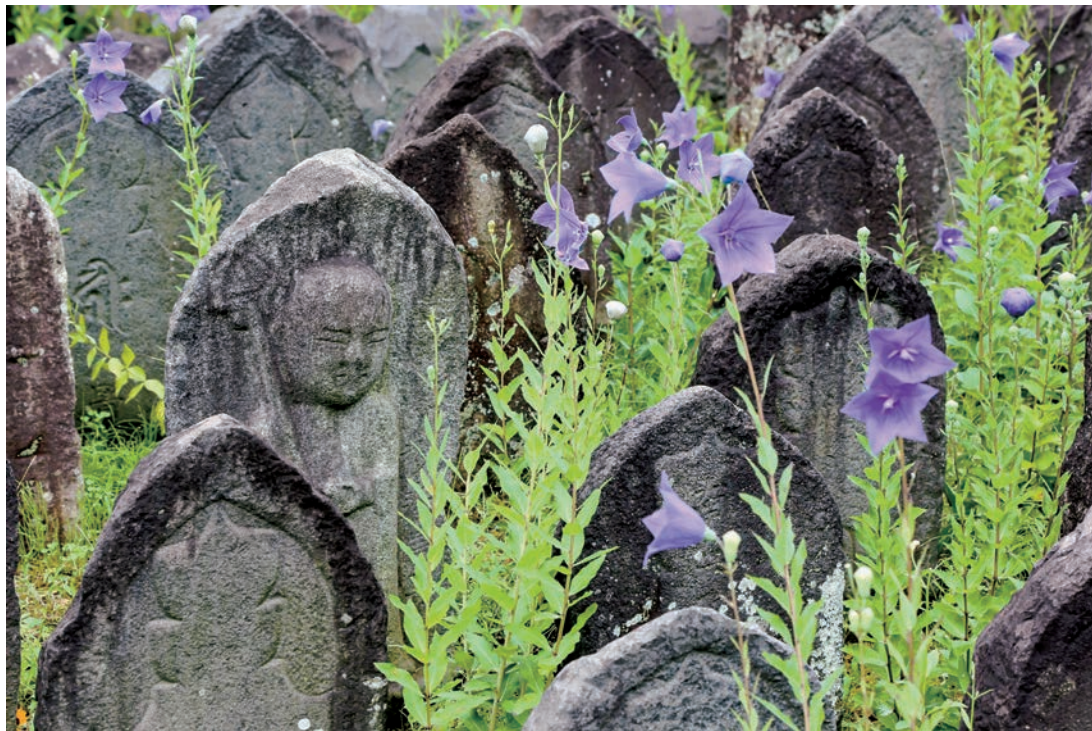
事務局/〒631-0816 奈良市西大寺本町8-27



TEL : 0742-35-0500

FAX : 0742-35-0533

e-mail : nid@nara-inochi.jp



元興寺浮図田の桔梗

きらか  
う  
桔梗の紫めきし思ひかな

高浜  
虚子

## 風鐸

待ちに待った2020東京オリンピックが、新型コロナの感染拡大で延期となりました。

誰もが大きな期待に胸膨らませ、この夏は、テレビの前に釘付けになるはずでした。

還暦を迎えた私にとって、オリンピックと聞いて、頭に浮かぶのは、円谷幸吉さん（東京オリンピックマラソン銅メダル）のことで、先の東京オリンピックは4歳の時でしたので、当時の記憶はほとんどありませんが、その後中学生になった私は、陸上部に所属し長距離の選手として、放課後の練習に明け暮れていました。ズバ抜けて速かったわけでもないのですが、小さな中学校としては、皆か

ら期待されていたように思います。大会が迫ると何とも言えない息苦しさでプレッシャーに負けそうになっていました。そんな当時「一人の道」という円谷選手の人生を歌った曲を関西の学生がレコードを出していました。ラジオから、よく曲が流れてきました。感受性が豊かな頃でもあり、少年ランナーの胸に突き刺さってきました。走りながら「誰のために走るのか、若い力をすり減らしー」のメロディーが、いつも私の頭の中にも流れていたのを覚えています。

誰もが一人で生まれ、一人で死んでいく。まさしく「一人の道」を走っています。

日本中から期待され、ヒーローだった円谷選手。27歳という若さで自らの命を絶った彼の胸中は、いかがだったのでしょうか。自衛官の職にあり、大変責任感の強い彼にとっ

て、好きで始めた陸上競技がとても辛く哀しい「人生の道」に変わってしまった。国民の大きな期待が、思いがけない悲しい結果になってしまった。

オリンピックは素晴らしい大会です。大会に上手く体調を合わせられる人、そうでない人と、人それぞれです。来年のオリンピックまであと一年あります。選手たちのモチベーションも様々だと思います。「一年後という新しい目標をいただいた。」とポジティブに考える選手もおられます。

世界中が笑顔で迎えられるオリンピックが選手だけでなく、皆の願いだと思います。1年後に向けて、私は、「メダルが取れなくてもいい。思いっきり自分のスポーツ人生を輝かせてくれ！」とエールを送りたい。（金）

## 特別寄稿

# 「新型コロナウイルス禍」のもとで 「電話ボランティア」について考える

川上 範夫 氏



## プロフィール

かわかみ のりお  
川上 範夫 氏

## &lt;略歴&gt;

京都大学教育学部卒業、同大学院修士課程博士課程修了。  
2020年4月より関西福祉科学大学心理科学部客員教授。

現在、奈良県自殺予防事業・自死遺族の支援事業専門アドバイザー、奈良いのちの電話養成委員長

## &lt;専門分野&gt;

臨床心理学、カウンセリング論、対象関係論的心理療法論。

## &lt;主な著作&gt;

『ウィニコットがひらく豊かな心理臨床』（明石書店）  
『臨床心理学5 文化・背景』（共編著、創元社）、『ウィニコットの遊びとその概念』（共著、岩崎学術出版）、『臨床精神医学講座第15巻 精神療法』（共著、中山書店）、『司法臨床』（『現代のエスプリ』共著、至文堂）、『臨床心理学ニューフロンティア』（『現代のエスプリ』共著、至文堂）など。

ほかに、学術論文多数。

この度のいわゆる「新型コロナウイルス」の世界的大流行には本当に驚かされてしまった。もうしばらくすれば対抗する薬物も開発されるに違いないが、それまでもうしばらくは「守りの姿勢」でやりすごすというしか手立てがない。現代の科学的思考では原因を退治して災厄を解決するという方向に努力する。それが今回のウイルスではその正体とか対処方法とかが見つからないのだから始末が悪い。

この場合、われわれがとることができる方法はとりあえず患者「ウイルス」から距離をとるという手立てしかない。これが「三密の防止」とか「对人的距離の維持」といった対策になっている。

「いのちの電話」も新型コロナウイルス禍に見舞われている。相談ボランティアを担当しようとしても感染防止のための「ソーシャルディスタンスの保持」を求められて、どうしても不自由な動きにならざるを得ない。

そもそも「いのちの電話」ボランティアは電話をかけてこられる方々とのようにつながるのかというのがテーマになっているものである。

それが「ソーシャルディスタンス」と言われると、むしろ人と遠ざかることを良しとするかのように感じられてしまう。ソーシャルディスタンスという言葉の対極に「サイコディスタンス（心理的距離）」というのを置いて考えると、「電話ボランティア」の場合、まずは「サイコディスタンス」を意識してできるだけスムーズに「距離を近づける」ことを有効と受け止められてきたものである。心の距離が近づけばこそ、心のふれあい、響きあいというのが実現して、互いに影響を与え合うことが可能となるものである。たとえ電話ラインを通してのつながり体験であっても「以心伝心」の実感が感じられるのがいのちの電話ボランティア担当の「醍醐味」といってよいものである。

このようにみえてみると、まるで「触れ合ってはいけない」とか「つながってはいけない」と言われているかのような昨今のコロナ禍のもとでの新しい人間関係の「常識」は電話ボランティア担当者の心を重くさせてしまうに違いない。

ここで少し角度を変えて、ボランティアの形という点から少し考え直してみたいと思う。

いのちの電話ボランティアの本領は「待つこと」「いること」と言える。電話相談者からの架電を待っていることが約束である。とりわけ奈良いのちの電話では「24時間待ち続けている」というのが貴重な約束になっている。

ボランティアの中には出かけて行って支援を「行うこと」、援助になることを「すること」を柱にする活動もある。地震とか事故とか自然災害における支援ボランティアというと、現場に「出かけて行って」役に立つことを「行う」ことが中心軸になっている。「出かけてくれること」「やってくれること」が当該の被災、被害の人たちに喜ばれてきているのは間違いない。

その意味では「いのちの電話」のボランティアは現地に「行く」のではなくて、また積極的に何かを「する」のでも

なくて、ずっと「待ち続けて」電話を通して「受け止める」のが支援の方法なのである。

イギリスの精神分析家ウィニコットは一般の援助を「DOING」の援助と言ひ、一方で静かな支援のことを「BEING」の援助と呼んで区別している。確かに広く言えば対人的関与の価値を「DOING」による効用という面と「BEING」の効用という面を認めることができる。そしてウィニコットは「DOING」による関与の方が目立ちやすいが、実は「BEING」の関与の方が適切な場面もある、と言っている。確かに、対人支援の具体的現場を思い浮かべると、例えば老人介護の場面とか重篤な障害に陥っている方への寄り添い場面では直接何かして差し上げる以前に、ないしは、して差し上げる以上に静かにそばに「いてあげる」ことが意味のある支援の中心になるということが経験されているはずである。大変な場面に直面して、もはや何もしてあげる方法が思い浮かばなくても、ただそばに「いてあげる」だけで「ありがたい」と思ってもらえたという場面を思い浮かべることができるはずである。何をしてあげたのかという説明はできなくても相手の心に「響いた」という実感は間違いのないものである。

こうしてみると「いのちの電話」のボランティアの形は文字通り「BEING」の支援そのものと言えるように思われる。

コロナ禍のもとでソーシャルディスタンスを保たなければならないというスローガンの横行のもとで、「いのちの電話活動そのものを控えなければならない」という収縮気分になることは多少、残念なことである。「ソーシャルディスタンス」も「三密防止」も「DOING」に関わる注意スローガンであって、もともと「BEING」による支援を軸とする電話ボランティアにおいては適切に「待つこと」「いること」をひたすら実践していくことが人々のために寄与していくことにつながるものだからである。

人間関係支援において、何かしてくれる（DOING）ことへの信頼も大事なことだけれど、変わらずに「いてくれる」（BEING）ことへの信頼も負わずに大事なことと再認識してよさそうに思える。

われわれ「奈良いのちの電話」ボランティアが開設以来ずっと24時間体制を維持してきたことはよく知られているところである。架電してこられる方々にとってこれほど確実に「待つて」くれて「いて」くれると感じさせてもらえるエビデンス（根拠、証左）はなかるうと思われる。

「新型コロナウイルス禍」は人々の生活をかき乱した一方で、心の平穏を著しく脅かしてきている。大げさに言えばだれもが自分の生きる方向性を見失いかねない状況に追い込まれている。まだしばらくはわれわれ人間がウイルスとの格闘を続けるほかなさそうである。

このような世相にあればこそ、ちゃんと「いること」を実践して電話がかかってくるのを「待つ」という形で「BEING」の支援を実践するのが「いのちの電話」の本領だと自認することが肝要と考える。

## 多様性の時代に

# つなぐ ①

## — 今求められる「多様性」 —

帝塚山大学教授

奈良県自殺対策連絡協議会座長 神澤 創

2020年、人々の暮らしは一変しました。突然やってきたウイルスにいきなり変化を求められ、それまでの当たり前は通用しなくなりました。飲食店や劇場など人の集まる場所は、「来てはいけない場所」になり、大人も子どももマスクをして歩いています。

面と向かって話ができず、会社や学校も休みにになりました。「ステイホームでテレワーク」というわけです。幸い、日本は「都市封鎖」こそありませんでしたが、「緊急事態宣言」の間は「不要不急」の外出が制限されることになりました。この状態がいつまでも続くわけではないでしょうが、しばらくの間は、新しい「当たり前」と付き合っていかなければなりません。

人との「つながり方」も変わりつつあります。以前からインターネットを使ったコミュニケーションの技術はありましたが、今回の「自粛」はその普及を加速させる形になった気がします。

直接人と会わないで話をする技術、電話はその典型なのですが、交換手さんがつないでくれた時代と比べるとずいぶん進歩したものです。ダイヤルからプッシュボタンに、携帯電話ができてからは、どこからでも電話をかけられるようになりました。皆さんは、子どものころ自分が電話を持って歩く時代が来ると想像したでしょうか？時代のスピードは、今や想像を超えているのです。人とつながる技術も例外ではありません。

いのちの電話ではこれまで、回線を通じた「声」のつながりを頼りとしてきましたが、最近ではメール相談も加わり、これからはオンラインでやり取りをする可能性も視野に入れておく必要があるでしょう。つながる方法も「多様化」を求めているのですから。

とはいえ、声を届け、言葉をつなぐ技術がどれだけ変化しても、つながるのは「気持ち（こころ）」であることに変わりはありません。誰かと話したい、つながりたいと願う気持ちと、それを受け止め、いのちをつなぎ留めたいという気持ちが「いのちの電話」の原点であり、これだけは、どれだけ技術が進歩しても変わるものではありません。命を守る最後の門番（ゲートキーパー）としての「いのちの電話」の役割はこれからますます重要性を増すことでしょう。多様化する時代の中で、我々は援助を求めて差し出された手を柔軟に受け止められるよう、日々研鑽を続けていきたいものです。（協会自殺予防委員長）