

もやもやの自覚化プロジェクト —多様性のあるわたしを我慢しない—

鈴木愛唯 炭山彩 田川愛 橋本悠栞 廣田真衣 竹端寛 (社会デザイン系 竹端ゼミ)

キーワード：違いを知る対話, 無自覚な我慢, ダイバーシティへの寛容

1. 社会的背景・プロジェクトの経緯

1.1 社会的背景

人にはそれぞれ個性や考え方があり、生き方がある。昨今このような多様性を認める考えが広がってきている。しかし一方で、日本社会において旧態依然とした価値基準が残っている場面も多々見受けられる。第二次世界大戦以降、日本では「大量生産・大量消費」の時代において画一性が重視された。そこで見落とされてきたのが多様性である。この問題が広く認知されている例として、性、人権、働き方やキャリアなどの多様性が認められていないことが挙げられる。これらの問題は、知識不足や無意識の偏見、固定概念により引き起こされる。このような社会のシステム的要因によって個人がそのままに生きることを実現は難しくなっている。

1.2 プロジェクトの経緯

上記の社会的背景から、今回のプロジェクト実施の経緯を記述する。プロジェクトの話が出たのは、2023年7月頃、ゼミ活動中のことである。竹端ゼミでは文献やゲストの講演、フィールドワークを通して「自分の中の疑問、もやもやを発見して言語化する」ということに重点を置いている。私たちは半年間のゼミ活動の中で、これまで学校で先生や友達に認められるために他人の顔色を伺ったり、迷惑をかけないようにしたりと、他者の評価軸を気にして"無意識の我慢"を繰り返してきた。それにより、自分軸でありのままに生きることができていない側面があったことに気付いた。また無意識の我慢に気づくことは他者に対して寛容になるきっかけになることに気づいた。この気づきをより多くの人に体感してもらうことで、多様性を受け入れる社会が広がっていくのではないかと考え、このプロジェクトを考案した。

プロジェクトの打ち合わせは8月頃から本格的に始まり、夏休みの間はzoomでのオンライン会議を中心にを行い、休み明けは対面で打ち合わせを実施するようになった。議論の中で、「話しにくいことを話せる場所をつくる」「男女関わらず尊厳を守れるよう

な場作りをしたい」などの意見が出たことから、テーマは「多様性のある私を我慢しない」に決定した。このテーマの元で様々なプロジェクトを行うことで無自覚な我慢を自覚することを目的とした。具体的なプロジェクトのスケジュールは以下の表の通りである。

7~9月	プロジェクトの打ち合わせ
10月12日・15日	学生もやもやワークショップ
11月5日	工大祭ユースカフェ
11月6日	中学生ワークショップ
11月16日~12月21日	もやもやの芽・木設置
12月7日	環境人間フォーラム発表
1月23日	みんなの学校上映会

表1 プロジェクトのスケジュール

1.3 報告書の全体構成

本報告書は、2節では主にワークショップについて、3節では学内全体を対象にした試みについて、それぞれプロジェクトをどのような目的のもと行ったか、また実際に行った様子を記す。4節ではそこから考察として挙げられることや今後の課題の提起を通して、約半年間のプロジェクトの「多様性のある私を我慢しない」というテーマに対してどのように向き合ってきたかを記す。5節ではメンバー5人のコメントを通してこのプロジェクトが個人にとってどのような意義があったかを述べる。

2. 無自覚なもやもやに向き合うきっかけ作りのワークショップ

2.1 学生もやもやワークショップ

私たちはまず、同世代の大学生を対象に、無自覚な我慢に気づく機会を提供するため大学内で2回のワークショップを行った。10月12日に開催した1回目のワークショップでは、大学生である私たちがこれまで生きてきた中で感じたもやもやについて自由に話し合った。主に学校の授業や性別役割分業に

関するもやもやについて意見が挙がったため、それをテーマに定めワークショップを進めた。

10月25日に開催した2回目のワークショップでは、1回目のワークショップで話したテーマを再び取り上げて話題を深め、最終的には家族の在り方について、もやもやを掘り下げることができた。

普段は話しにくいテーマについて同世代の人と話す機会を持つことで、些細なもやもやが我慢であることや、もやもやしているのは自分だけではないこと、また人それぞれに違った考えがあるということに気付く機会を提供できた。

一方で、本ワークショップを企画した私たちを除いた参加人数は両日ともに4名であり、企画の周知と参加を促すことの難しさに関しては課題が残った。この反省は、後述のワークショップ全体において事前の広報がより効果的になるような工夫や、「もやもやの木」のような学内全体に向けた企画の構想にも繋がった。

2.2 性教育カフェ ～雑談するように性のもやもやを話そう～

11月5日に姫路工学キャンパスで行われた工大祭において、性教育を啓発する展示ブースとして参加した。助産師や保健師の計3名をお呼びし、性教育に関する書籍の展示、生理用品や避妊具等の性に関するアイテムの展示や使用方法の説明、また専門家による相談スペースを設けた。大学祭というオープンなイベントの性質上、学生だけではなく地域の方や子連れの家族等、老若男女問わず様々な世代の来場があった。

ここでは、正しい知識を持った専門家と気軽に話す機会を持つことの意義や、「性」をタブー視しないオープンな学びの重要性を示すことができた。しかし今回のメインターゲットの1つとしていた大学生の来場が他の世代に比べると少なく、呼び込みの際にも抵抗感を示す人が多かった。このことから、若い世代ほど性に対して強いタブー意識を持っていることが見受けられた。性教育という分野においても、無自覚な抑圧や我慢は重要な課題であることが明らかになった。

2.3 中学生もやもやワークショップ「福祉と社会について大学生と議論しよう」

11月6日には姫路環境人間キャンパスにて、附属中学校との連携授業として「大人の決めたルールに関するもやもや」をテーマに模擬授業を行った。附属中学校3年生の約70名(2班35名ずつ)を対象に、35分の授業を2回行った。

初めに少人数のグループワークを行った際は「自分はルールに縛られていない。」「あまり思いつかない。」という声も多くあった。しかし授業内でこども基本法を交えながら子どもの意見表明権について解説し、「無自覚な我慢とは何か」ということを、合理的でない学校の校則等を例示しながら説明したことにより、学校や家族、友達に関するもやもやが集まった。

また授業後には「他の人の意見を聞いて新たな考えが生まれた。」や、「こう思ってるのは自分だけじゃないことが分かった。」「気づけてないだけで普段もやもやしていることは意外と多かった。」等の感想が多く集まった。また本ワークショップは中学生だけでなく引率の先生方も様子を見学されていた。先生からも「自分の気持ちを言える経験が大切であるということが中学生によく響いたと感じる」という感想をいただいた。こうしたフィードバックから、他者との関わりの中で自身のもやもやを自覚しそれを共有し合うことの大切さが、参加者に伝わったことを実感できた。

2.4 『みんなの学校』上映会・お話し会

2024年1月23日には姫路環境人間キャンパスにて、インクルーシブ教育を題材としたドキュメンタリー映画『みんなの学校』の上映会を開催し、上映後には映画の感想や自身の考えを共有するお話し会を行った。この取り組みの意図としては、個人個人が尊重され多様性に満ちた小学校を題材とした映画を観ることで、無意識の偏見や固定観念から解放され、誰もが他者を尊重できる社会をつくるきっかけになるのではないかという期待があった。学内外問わず参加者を募集し、参加フォームからは26名の申し込みがあった。中には障害をもつ子どもを育てる保護者も数名来場され、お話し会では当事者目線での意見を聞かせていただいた。

当事者同士であっても映画の内容やインクルーシブ教育について賛否両論あったことから、人それぞれ異なる考えがあるのは当然で、単に「当事者」と一括りにすべきではない、という気づきがあった。また経験したことのない環境をドキュメンタリー映画を通して追体験することや、普段知り得ない当事者の生の声を聴く機会は、参加者の学びに繋がった。こうして普段接することのない多様な意見に触れることは、参加者の価値観を大きく広げ、新たなもやもやに気づき向き合うために効果的であることを実感した。

3. 学内全体に向けた活動・発表

3.1 もやもやの芽と木の掲示

私たちは、無自覚な我慢をより多くの人に自覚してもらうためにこれまでのワークショップで集まったもやもやを視覚化する取り組みを行った。

具体的な方法としては、まずワークショップで集まったもやもやを「家族」「友達」「バイト」「学校」「その他」の5つのカテゴリーに分類し、図1のように、もやもやの芽として設置した。A棟の2階から4階にそれぞれ1つと生協前に2つ、合計5つの設置を行った。このもやもやの芽の植木鉢部分にはQRコードが取り付けられており、この植木鉢を見た人が実際に自身のもやもやを送信できる仕組みとなっている。その他に、もやもやを送信できるようなチラシを作りトイレに掲示したり実際に配ったりなどして、これまでワークショップに参加していなかった学生からも多くのもやもやを集めた。QRコードによって、これまでのワークショップで得られたもやもやを除き、合計45件のもやもやを集めることに成功した。

私たちはこの集めたもやもやを図2のように木へと成長させ、A棟1階に設置を行った。この木は葉の部分に集めたもやもやが書かれている。こうすることによってさらに多くのもやもやを視覚化し、多くの人に気づいてもらうことを目的とした。

もやもやの木の制作にあたっては、幅広い人々から多くのもやもやを集めることができた。自身のもやもやが掲示されたり、他者のもやもやを見ることによって共感が生まれたりすることによって、我慢の自覚化を促すことができたのではないかと考える。一方で、アンケートに答えてもらうため説明を簡便にしたことにより、無自覚な我慢とは何なのかという説明が省略されてしまっていた。ワークショップへの参加者のように無自覚な我慢について丁寧に説明をすることが難しかったため、今後どのようにすれば分かりやすく説明できるかが課題として残った。この反省点は環境人間フォーラムの発表の際に活かすことができた。



図1 設置したもやもやの芽の写真



図2 設置したもやもやの木の写真

3.2 環境人間フォーラムでの発表

環境人間フォーラムの実施時期には、プロジェクトは終盤を迎えていた。しかし貴重な発表の機会までこれまで行ってきたことを単に発表するだけに留めることはもったいないと考えた。そこで私たちはこのフォーラムでの発表を行うことによって、これまで私たちの活動を知らなかった人にも無自覚な我慢に気づいてもらえるようにしようと考えた。環境人間フォーラムは学部の主要行事であるため、これまでターゲットとしてこなかった人たち（先生など）も含め、より多くの人々に無自覚な我慢を自覚し、自分にも他者にも寛容になれるきっかけを提供することができると思ったからだ。

私たちは発表にあたって、誰にでも無自覚な我慢が存在することに気づいてもらうため、図3のように実際にこれまでの活動によって集められたもやもやを紹介するなどの工夫を行った。こうすることで紹介したもやもやに対して共感が生まれ、自覚化が進むと考えたからだ。また、私たちは4章で示して

いる図4のように、無自覚な我慢が生み出した悪循環がプロジェクトによって好循環へと変化するプロセスを図に表し視覚化し説明することに力を入れた。この我慢の構造に気づくことは、このプロジェクトの目的を達成するうえで大きな役割を果たすことになると思ったからだ。

私たちはこの環境人間フォーラムの発表に向けて資料を作成する中で「違いを知る対話」というキーワードに気づくことができた。発表は学内に向けて無自覚な我慢に気づいてもらうための機会であったが、私たち自身もこれまでの活動を振り返ることで、これまでの活動を通しての学びを言語化することができた。また、成果を図に表したことで、その時点での課題を発見することができた。この課題を克服するためにみんなの学校上映会では感想などを共有するお話し会を企画するなどの準備が行え、次の活動に活かすことができた。



図3 環境人間フォーラムで使用したスライド

4. 学んだこと・今後の課題

4.1 学んだこと

これまでのプロジェクトを通して学んだことは大きく2つある。

まず1つ目は、無自覚な我慢に気づくためには対話が有効・必要であるということだ。これまでを振り返ってみると、行ってきた全てのプロジェクトにおいて対話を行っている。ここでの対話とは、みんなの意見を一つにまとめるような「正解を求めるための」対話ではない。それぞれが自分の思いや考えを話したり聞いたりすることにより「違いを知る」対話のことである。実際に私たちもこの違いを知るための対話をしてみて、自分や他の人の無自覚な我慢に気づいたり、自分が他者に対して自分と同じレベルの我慢を強要していたのだと気づいたりすることができた。自分が我慢をしていることに気づかずそれが当たり前だと思っていると、同じことを他者もやっ

て当たり前だと思ってしまう。すると、誰もが我慢を続けケア不足になるという悪循環が出来上がる。しかし、違いを知る対話を行うことで自分と他者の我慢に気づくことができるのではないかと考えた。自分ひとりではなかなか気づけないことも対話を通してみると様々なももやに気づけるという学びから、悪循環を断つアプローチになりうると考えた。

2つ目に学んだことは、これまでの悪循環を生み出していた原因は、正解を求めるための対話を中心であったことなのではないか、ということだ。そのような対話を中心であると正解以外の意見が排除されてしまい、異なる意見は受け入れられなくなる。そうなる自分の意見が言えずどんどん我慢の悪循環へと陥っていく。そこで今回のプロジェクトが生み出したような正解のない、「違いを知る対話」を積極的に行うことで、違いを尊重することの出来る社会へと繋がるのではないかと考えた。

4.2 今後の課題

今回のプロジェクトで私たちは、我慢を自覚するきっかけづくりの提供をしてきた。そのため、無自覚な我慢を自覚するという部分にはアプローチすることが出来たが、図4で示す好循環における、他者にも寛容になれるたり多様性を受け入れられるようになったりするという部分までは関わることができなかったように思う。今後はこの部分について考えていきたい。

しかし、他者に寛容になることや多様性を受け入れられるようになることは、我慢を自覚することよりも「出来るようになった」という実感を得にくい可能性がある。まず寛容とは何か、多様性とは何かを捉えなおす必要がある。その上でどうなったら他者に寛容になったり多様性を受け入れられるようになったりしたと思えるのか、あるいは好循環だと言えるのかを考えていく。しかし、このような取り組みは、「これが寛容ということだ。」など、正解を求める対話になりかねない危うさを含んでいる。もちろん正解を求める対話が必要な部分もあるかもしれない。そのため、今回の学びである、「違いを知る」対話が今後の課題に対するアプローチとしても有効なのか、もしそうでなかった場合、別の方法や2つの対話のバランスを検討していく必要があると考える。

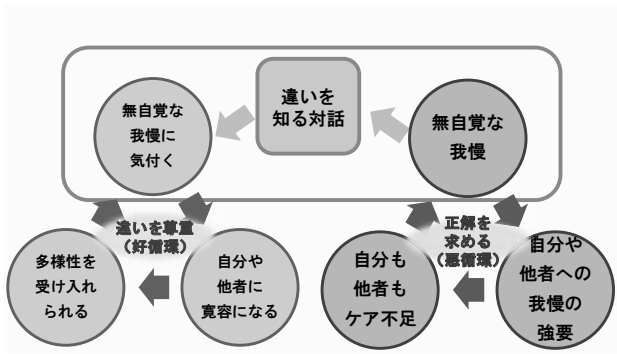


図4 無自覚な我慢と対話の構造図

5. プロジェクトメンバーのコメント

他の人ともややや我慢について話すと、それぞれの違いを感じた。それは、我慢していることの違いだけではなく、環境や考え方、受け取り方などの違いでもあり、私と他の人は違う人だと実感する機会にもなった。だから比べることはしなくても良いと思った。みんなそれぞれ我慢していることは違うけれど、頑張っているよねということが励みになるのではない。私が言えずに我慢してしまうことを言える人、私が気づいていなかった我慢を抱える人の考え方などを知ることで選択肢が広がるのが励みになると思った。何が正しいということはないし、誰の考え方が優秀だということはない。知った所で私はそれを選ばないかもしれないけれど、選べる選択肢があるということが嬉しいのかなと思った。その選択肢は答えを求める対話では中々生まれない。違いを知る対話だからこそ、一旦言ったり聞いたりしてみて、自分になかった考えはそのまま選択肢になり、そこから刺激を受け自分の中でさらに思いつくことや発見があればそれも選択肢になっていく。これからも違いを知る対話をする姿勢を忘れないようにしたい。(鈴木)

今回のプロジェクトは私たちが日頃行っているゼミ活動からの気づきから生まれたものである。私自身もこれまで自分が無意識に頑張ってきたことを他者に対しても求めてしまい、自分にも他者にも不寛容な状態であった。しかしゼミ活動を通してこういった発見を得ることができ、肩の力を抜いて生活することができるようになった。きっと多くの人にとっても同じことが言えると考え、このプロジェクトを実行した。プロジェクトを通して、これまで自分のなかにあった漠然とした考えを皆の考えを交えながら言語化していくなかで、やはりこのプロジェク

トは多くの人にとって必要であると実感した。そして正解を求める対話が主流である社会というのは、無自覚な我慢がたまりやすい社会であることに気づき、無自覚な我慢というのは、私たちが想像する以上に社会に大きな影響を与えており、放置してはならない存在であると感じた。したがって私は自分にとっても他者にとって生きやすい社会になるようにこれからも違いを知る対話を大切にしたい。(炭山)

このプロジェクトでは正解を求めない対話を中心に行ってきた。この対話をしていく中で今まで私がいかに正解を求める対話をしてきていたのかということに気付いた。対話をして同じテーマでも全く逆の意見を持つ人がいることがよくあった。今までの経験上、どちらかが正しくてどちらかは間違い、とすることも多かったが、どちらが正解かは分からないため自分の意見に自信を持つことが出来ず口にすることも少なかった。無自覚な我慢とはこのようなどころから生まれていくのだろうと気付いた。今回の対話では違いを知る対話を進めていたため、とりあえず意見を口にする、ということがしやすい空気感であったと思う。そしてただ口にするだけではなく、どういう思いでその言葉が生まれたのか、を話す時間が他者に寛容になるための有意義な時間となる。最低限のルールや社会規範はあれど、自分が思うことを素直に伝えられ、受け入れられる場が増えることが、多様性を認めることなのではないかと感じる。今回のプロジェクトを通して正解不正解ではなく、違いを知るという観点でもややトークをしてきた。どんな対話の場がより多様性を認められる場になるのかもっと知りたいと思う。(田川)

他者のもやもやを聞くと自分を許容できる。私はこのプロジェクトを通して、そんな経験を繰り返してきたが、未だに不思議なことだと思う。ただ、こうした違和感は、もやもやや悩みを「正しくないもの・よくないもの」として、押し込めたり消そうとしたりする考えから生じているのかもしれないと思った。今回のプロジェクトで私は多くのもやもやに触れたが、感じたのは単純に「ああ、みんな悩んでいるんだな」ということだ。もやもやを、例えばどうにか解決しようとしたり、自分の悩みと比べたりしたらこんな風には思わなかった。私たちは誰も同じもやもやを抱えていない。けれどみんな何かのもやもやを抱えている。言葉にすれば簡単だが、このことを改めて見つめ直すために、今回のような「違

いを知る」対話が必要なのだろう。このプロジェクトは、誰かの悩みの解消だとか、問題の解決だとか、そうした明確なゴールを達成したものではない。けれどこうした、ただ対話をして相手を受け入れるという場をつくることによって得られたものがあることは非常に大きなことだ。そうして得られたものが、人との関係、ひいては多様性の許容に繋がっていくのだと思う。だからこそ、今回のプロジェクトで知ることができた違いを知る対話の意義を忘れないようにしていきたい。(橋本)

対話に焦点を当てた本プロジェクトを通して、対話とは単に互いの話に耳を傾けるだけでは不十分であり、自分自身の心と思考を解きほぐしてそれを伝え合うことで初めて成り立つ行為なのではないかということに気づいた。そのためには互いに安心して対話を行えるように信頼関係を築くことも不可欠である。個人を尊重し合うゼミ活動や多様性を重視する本プロジェクトを進める中で、自分が当たり前だと考えていたことでも他者との関わり合いにより新たな視点や柔軟な価値観に変化するということを多く経験した。私たちが本プロジェクトで大切にしてきた「対話」が当たり前の社会になれば、誰もが自分にも他者にも寛容になり、互いに違いを尊重し合うことができるようになるのではないかと考える。私はそんな社会になることを期待すると同時に、これまでの学びを活かして誰とでも対話しやすい環境を作れるように努力したい。(廣田)

6. ゼミ教員より

今年度の三年ゼミ生たちは「もやもやの自覚化プロジェクト 一多様性のあるわたしを我慢しない」というテーマで取り組んだ。じつは、このタイトル自体が非常にユニークである。

一般的に学術的な調査や記述においては、客観的なものが重視される。あるいは主観的な内容についても、インタビュー調査やアンケート調査など「科学的手続き」を踏み、より客観性を目指した内容を志向する。これがアカデミズムの「お作法」であり「正しさ」とされてきた。だが、「もやもやの自覚化」や「わたしを我慢しない」などは、客観性とは対極の、主観的世界そのものである。それは独りよがりであり、探求に値するのか？ そのような問いを抱く読者もいるかもしれない。

だが、哲学者の東浩紀は、カール・ポパーが広めた「反証可能性」は自然科学には該当するが、人文

学においては、「訂正可能性」の方が重要ではないか、と提起する(東 2023)。「反証可能性」とは、ある実験なりインタビューの方法論が示され、追試を行う事で、同じ結果が出ればその理論は正しいし、違う結果が出れば反証されるという「正解」を追求する方法論である。科学的手続きとは、そのような「反証可能性」に開かれているものだ、と。

だが、人文学や一部の社会科学は、「反証可能性」よりも「訂正可能性」の方がリアルではないか、と東は指摘する。カントやプラトンが述べたテーゼに対して、「実は・・・とも言えるのではないか」と概念を付け加え、訂正していく。それは、もとのテーゼをなかったものにするのではない。そうではなくて、様々な先達のテーゼを引き継ぎ、認識をアップデートしていく。それが「訂正可能性」である。そして、ゼミ生達がこのプロジェクトで取り組んでくれたのは、「訂正可能性」の実践であった。

「他者のもやもやを聞くと自分を許容できる」のはなぜか？ その背景に、「他者のもやもや」を、批判や査定や共感をせず、そのものとして「理解」するプロセスが重要である。この他者の主観的なもやもやを理解することは、「違いを知る対話」の肝である。一方、彼女たちはこれまで、もやもやをそのものとして言語化してみても、教師や親などの権力者によって正しいかどうか査定や批判され続けてきた。これでは、もやもやは怖くてとても言えない。また査定者に付度して、その人が正しいと信じることを「自分の意見」として発するようになる。すると自分のもやもやを封印し、魂を抑圧していく。これは訂正可能性がない世界である。

この「違いを知る」対話は、正解を鵜呑みにする対話とは全く異なり、「自分自身の心と思考を解きほぐしてそれを伝え合うことで初めて成り立つ行為」である。だからこそ、このプロジェクトを通じて、ゼミ生同士で、あるいはこのプロジェクトに参加してくださった方々と、もやもやを伝え、理解し合い、心と思考を解きほぐすプロセスを深めてきた。そしてそれは、「正解を求める対話」の非寛容さへの気づきであり、「多様性のあるわたし」を取り戻すプロセスでもあった。

このプロセスによって、ゼミ生達の「訂正可能性」が開かれ、価値や認識のアップデートにつながったら、これほど嬉しいことはない。(竹端)

【文献】

東浩紀(2023)『訂正する力』朝日新聞出版