

[論文]

「言語化しづらい『しんどさ』」の表現に 対する翻訳的理解： 描画とオノマトペを用いた表現ワークショップの 実践を通して

南 摩周(任意団体 yoriai. 共同代表)

要旨

本研究は、実体の曖昧な心身の不調である「しんどさ」に注目し、その「言語化しづらさ」が、さまざまな表現方法を用いることでどのように解消されるかを、ワークショップの実践を通して考察した。「しんどさ」は主観的にも客観的にも捉えづらいことから、「言葉」を使って表現することが難しい。そこで、描画・オノマトペ・説明テキストという3種類の表現方法を使って「しんどさ」を表現し、その在りようを探索するワークショップを制作・実践した。ワークショップにおける表現および、「しんどさ」が抱える言語化しづらさを理解するにあたって、翻訳概念を取り入れた。ワークショップでは、参加者が「しんどさ」の在りようという<メッセージ>を伝えるために、多様な表現(<コード>)を生み出す。その過程を翻訳と解釈した。翻訳には、必ず「翻訳不可能性」と呼ばれる、訳しにくい部分が含まれる。「しんどさ」を言葉にする難しさも、この「翻訳不可能性」として捉えることができる。ワークショップにおける表現の過程では、4種類の翻訳が見出された。それぞれの翻訳には<メッセージ>の形象化・<メッセージ>の発見・<メッセージ>の腑分け・<メッセージ>の発見という役割があった。4種類の翻訳を経て、参加者は「しんどさ」の多面性に気づくとともに、その在りようを段階的に紐解いていった。複数の表現方法を組み合わせ、対話によって他者と共に<メッセージ>を読み解くことで、「しんどさ」の言語化しづらさは完全にではないものの、少しずつ解消されていった。

Key word

「しんどさ」、言語化しづらさ、翻訳、翻訳不可能性、ワークショップ

はじめに

「生きづらさ」「〇〇病」「〇〇障害」など、不調や困りごとを表現する言葉はある。しかし、既存の言葉では表せない実体の曖昧な心身の不調はいかに表現され、ケアされるのだろうか。これが本研究の大きな問いである。

この問いは、筆者の経験に端を発している。筆者は、16歳から現在までの13年間、身体が勝手に固まったり、動いたりする不随意運動や、動けないほどの倦怠感などに悩まされてきた。いくつもの医療機関で検査をしたが、これらの「発作」の原因や治療法は見つからなかった。明確な病名がなく、症状も移り変わる「発作」は、医師を含む他者からは「病気ではない」と一蹴され、自分自身も「発作」がどのようなものなのかうまく言語化できず、適切な対応を受けられない日々が続いた。「発作」との長年の付き合いを経て、唯一わかったことは、「発作」が起こる前には言葉にできない心身の「モヤモヤ」が溜め込まれており、蓄積の結果、「発作」という大爆発が起こるということだった。「モヤモヤ」を小出しにすることによって、「発作」を防ぐことができるかもしれない、と考えた筆者は、「モヤモヤ」を表現することを始めた。表現方法は詩、エッセイ、絵、オノマトペ、音楽など多岐に渡った。個人的な試みであった「モヤモヤ」の表現活動は、2022年にアーティスト・コレクティブ「ザ・フー」の協力により、ワークショップへと形を変え、他者も参加可能な形に発展した。

本論文では、実体の曖昧な「モヤモヤ」を「しんどさ」と名づけ、研究対象とし、「しんどさ」を表現することでいかにケアできるのかを、ワークショップの実践を通して明らかにしていく。

ここで、本稿における「ケア」とは何か、述べておきたい。工藤由美は、「ケア」という用語の使われ方を整理し、用法のほとんどが、二者以上の関係を前提とした「誰かのことが気にかかる」[工藤2008:192]という意味であるとまとめる。また、山田富秋は、「ケアとは何らかの行為ではなく、そのつど作り変えられる関係性そのものである」と主張している[山田2004:6]。工藤や山田の主張を元に戻れば、ケアとは「気にかける関係性」だと捉えられる。しかし、これはケアする側の視点である。筆者自身の「しんどさ」の経験を踏まえると、ケアされる側にとってケアとは、関係性を起点に考えるのであれば、「人間には限らない『他』の存在との関係性の中に意識的／無意識的にいられる」ことで、「独りではない／一人でいられる」状態になれることであると表現できる。ケアする／される側にとって、ケアの関係性の中身は異なるものの、共通して双方のあいだにあるものは、対象となる「しんどさ」であり、それを直接的／間接的に眼差すところから関係性が結ばれるといえるだろう。

さらに、本稿では、そのような関係性が結ばれるまでの営みにも注目する。したがって本稿ではケアを、「『しんどさ』を共に眼差す関係性そのもの、および、関係性を結ぶまでの営み」と仮に捉え、議論を進めていきたい。

なお、本論文は2024年度に早稲田大学大学院人間科学研究科へ提出した修士論文の一部を発展させたものである。修士論文では、オートエスノグラフィーの形を取り、ワークショップをその一部として実施し、筆者と参加者のやり取りを描いた。しかし、本論文では、ワークショップの実践を客観的に評価することを目指し、データを再分析した。

1. 研究対象・背景・目的

そもそも「しんどさ」とはなにか。類似概念として、「生きづらさ」「未病」「病い」「サファリング(苦悩)」などが挙げられるだろう。しかし、これらの概念と「しんどさ」は絶妙に異なっている。「生きづらさ」という言葉を使えば、その内容は多様であっても、「生きることに苦しさや難しさを感じる」ことが前提になる。「しんどさ」はそのような苦痛を感じるとまでは言えない曖昧な不調も含んだ概念である。また、「生きづらさ」はマイノリティ性や社会病理と結びつけて議論されることがあるが[田中 2022:66]、「しんどさ」は必ずしもそれらと結びつくとはいえない。「未病」は身体の不調に焦点を当てたものだが[謝 2018:22]、「しんどさ」は心身どちらの不調も含み込む。「病い」は「症状や能力低下を病者がどのように認識しているかを示すもの」[クラインマン 1996(1988):4]だが、「しんどさ」は必ずしも症状や能力低下と結びついているわけではなく、また、それらを認識できないまま感じられる不調である。「サファリング」は、「ある問題経験のあとの反応」[浮ヶ谷 2015:2]だが、「しんどさ」は、原因となる「問題経験」がわからない場合も生じ得る。このように、「しんどさ」の類似概念はあるものの、指し示す内容は異なっている。

改めて本研究における「しんどさ」の定義を明らかにしておきたい。「しんどさ」は「実体の曖昧な心身の不調」で、主観的にも客観的にも「苦しい」とまでは言えない状態を指す。その原因はわからないこともあり、また、特定の社会病理とも結びついていない段階のものである。

「しんどさ」は筆者の個人的な経験に留まらず、2つの問題点があると考えられる。まず客観的に病変として観測できないため、近代医療の文脈ではその存在は不可視化されるという点である。C・G・ヘルマンは、「健康や病気に関わる現象は、『客観的』に観察され測定されたときの『現実』となることができる」[ヘルマン 2018(2007):131]と述べる。すなわち、検査や診察を通して客観的に評価できない「しんどさ」は、ケアされるべき対象として他者に認知されない。

また、「しんどさ」を本人がうまく言語化できないことも問題点の1つである。上岡陽江によると、薬物依存を経験した女性たちは、不調や困りごとを表現できず、周囲からも気づかれぬまま放置されてしまう傾向があるという。女性たちは、気がついたときには希死念慮が高まり、周りに突然「死にたい」と言ってしまうことで、他者とのつながりづらさをより深めてしまう[上岡, 大嶋 2010]。この事例は、「しんどさ」が不可視化され溜め込まれると、どうにもできないほどの大きな問題へと膨れ上がっていくことを示唆している。

不可視化されてきた「しんどさ」を溜め込まずに小出しにする試みとして、当事者研究やオートエスノグラフィー、自助グループにおける語り合いなどの実践が挙げられるだろう。しかし、これらの実践において、「しんどさ」を他者に伝えるための表現方法は「言葉」であることに注目したい。「しんどさ」は実体が曖昧であり、自己認識も難しいため、いきなり「言葉」で語ることは難しいのではないだろうか。しかし、他者に「しんどさ」を伝えるためには「言葉」を使わなければならないというジレンマがある。表現方法が「言葉」に限られる場では、このジレンマに対応しきれず、結果、「しんどさ」は溜め込まれてしまう可能性がある。

そこで、本研究では「言葉」以外の表現方法である描画とオノマトペに着目し、これらを使って「しんどさ」を表現するワークショップを実践した。本研究の目的は、「しんどさ」を「言葉」に限らない方法で表現することで、いかにその言語化しづらさを解消し、ケアが成立するのかを明らかにしていくことにある。

2. 理論的枠組み: 「しんどさ」およびその表現に対する翻訳的理解

まず「しんどさ」の「言語化しづらさ」について紐解いていきたい。「しんどさ」は実体が曖昧であるがゆえに、主観的にも客観的にも認識しづらいため、言語化することが難しい。本論文では、「しんどさ」を表現する営みを「翻訳」と捉え、表現するうえで生じる「言語化しづらさ」を「翻訳不可能性」の概念を用いて解釈する。

2-1. 「翻訳」の定義を踏まえた「しんどさの表現」の理解

「翻訳」とは、簡単にいえば、あるメッセージ(意味)を伝えるために、あるコード(「起点」という)を別のコード(「目標」という)に置き換える行為のことを指す。日本語から英語への翻訳を例にとれば、「赤くて丸い果物」というメッセージを伝えるために、「りんご」というコードを「apple」というコードに置き換える行為が翻訳に当たるとのことだ。

このような翻訳概念を踏まえて、本論文では表現の営み自体を翻訳と捉え、「コード」「メッセージ」という概念を用いて分析していく。人それぞれの「しんどさ」の在りようは「メッセージ」と解釈できる。「しんどさ」の在りようが「憂鬱」である人もいれば、「怒り」である人もいる。そのような多様な「メッセージ」は、自分の中で目に見えない違和感という透明なコードで感じられているが、それを他者に伝わるようなコードに置き換えてコミュニケーションを図る。たとえば、憂鬱な気持ちというメッセージが違和感として感じられるとき、その違和感を「つらい」という言葉のコードで表現するというイメージである。

2-2. 「しんどさ」における「翻訳不可能性」

翻訳につきものなのが「翻訳不可能性」である。コードを置き換える際に、メッセージを完全に伝えることはできず、どうしても「翻訳不可能」な部分が生まれてしまう。さらに、翻訳過程で起点コードや目標コードが見つからない状態も「翻訳不可能」な状態だといえるだろう。ただし、「翻訳不可能性」があるからといって翻訳自体が不可能であるわけではない。磯前順一は「翻訳不可能なもの翻訳」[磯前2022:49]という表現を使って、その可能性を示唆する。「翻訳不可能なもの」に目を向け、翻訳しようとすることで、不可視化されてきたその存在を肯定できるという。不可視化されがちな「しんどさ」もあえて翻訳することで、その存在を肯定し、共に眼差すことができるのではないか。

「しんどさ」の「翻訳不可能性」を詳しく見ていきたい。「しんどさ」には2つの「翻訳不可能性」があると考えられる。1つ目は「自己内の翻訳不可能性」である。これは、自分で「しんどさ」の在りよう、つまり、メッセージがわからない状態を指す。「自己内の翻訳不可能性」は「しんどさ」の言語化しづらさに繋がっている。翻訳するうえでは、メッセージを明確にして、起点コードと目標コードを選び取る必要があるが、「しんどさ」の渦中にいる人にとって、自分の「しんどさ」がどういうものなのかがわからない場合もある。

学校に通いづらい・通わない子どもたちが通うフリースクールを舞台にしたドキュメンタリー映画『ゆめパの時間』¹⁾では、学校に通っていないサワが次のように語っている。

監督「何があかんかったの？」

サワ「わかんない、それ聞かれて明確に答えられる人って、本当にいないと思います」

(『ゆめパの時間』公式パンフレット、『ゆめパの時間』採集シナリオ p29より)

サワは何がしんどいのか、どうしんどいのか、「しんどさ」の在りようはわからないため、メッセージは曖昧である。起点コードもまだ言葉にはされていない透明なコードである。その点で、サワの「しんどさ」は「自己内の翻訳不可能性」を抱えている。そのため、サワは言葉では「しんどさ」を上手く表現できず、「わかんない」と答えているのだろう。しかし、透明なコードを「学校に通わない」という行動(コード)に翻訳して表現することで、「翻訳不可能なもの翻訳」をしていたと捉えられる。

2つ目は「他者間の翻訳不可能性」である。これは、「しんどさ」を翻訳して表現するときに、他者から「しんどさ」のメッセージを誤解されてしまったり、矮小化されてしまったりすることを指す。たとえば、「しんどさ」が「〇〇障害」というコードに翻訳されたとき、「〇〇障害」というコードでは表しきれないメッセージは「翻訳不可能な部分」となり、周縁化されてしまう。

本論文では、「しんどさ」の言語化しづらさに焦点を当てるため、「自己内の翻訳不可能性」についてのみ議論する。

2-3.「しんどさ」に対する先行実践の翻訳的理解

「しんどさ」における「自己内の翻訳不可能性」に対して、これまでの実践はいかに取り組んできたのだろうか。ここでは「当事者研究」の取り組みを翻訳理論になぞらえて解釈していく。

石原孝二によると、当事者研究とは、「苦悩を抱える当事者が、苦悩や問題に対して『研究』という態度において向き合うこと」[石原 2013:4]である。北海道浦河町にある「べてるの家」で、ソーシャルワーカーである向谷地生良を中心に、精神障害がある人びとが「苦労を取り戻す」[石原 2013:14]ための活動の一つとして始まった。

向谷地は、当事者研究の具体的な進め方について、「①<問題>と人とを切り離す、②自己病名をつける、③苦労のパターン・プロセス・構造の解明、④自分の助け方や守り方の具体的な方法を考え、場面を作って練習をする、⑤結果の検証」と説明している[浦河べてるの家 2005:4-5]。このうち、①～③を翻訳の過程に当てはめて解釈してみたい。なお、ここでは当事者研究をする主体を「しんどさ」を抱える人と仮定する。

まず、当事者は自分の中に「しんどさ」という透明なコードを発見し、自分自身と引き離す(行程①)。次に、透明なコードを「自己病名」という別のコードに置き換える(行程②)。行程①～②は、「自己内の翻訳不可能性」を残したまま、翻訳を進めるプロセスだと捉えられる。最後に2つのコードに宿っているメッセージ、つまり、しんどさの在りよう(苦労のパターン・プロセス・構造)を明らかにする(行程③)。メッセージを明らかにするなかで「自己内の翻訳不可能性」が解消され、翻訳不可能だった部分が少しずつ明らかにされていくと捉えられるだろう。

当事者研究における翻訳は、先述のとおり「言葉」のみを使っている点が特徴である。しかし、「自己内の翻訳不可能性」を抱える「しんどさ」は、人によっては「言葉」というコードを使って翻訳できない場合がある。そこで、本研究では、「しんどさ」をいきなり「言葉」を使って説明するのではなく、描画やオノマトペなどの非言語的な表現も使いながら、最終的に「言葉」を使って説明するというように、段階を経て翻訳を試みることにした。

3. ワークショップ「きもち翻訳」について

3-1. ワークショップの内容

「きもち翻訳」は、端的に説明すれば、「しんどさ」を描画とオノマトペで表現し、それらの表現に宿る「しんどさ」について、対話を通して読み解いていくワークショップである。具体的な手順は下記の通りである。なお、ワークショップのファシリテーターは筆者が務めている。

- ①ワークショップネーム(参加者の名前)を決める。
- ②ワークショップの流れ・対話のルールを説明する。
- ③「しんどさ」(「心のモヤモヤ」²⁾)を色・形で描画する。
※パステルや色鉛筆などの画材を使用。
- ④描画についてファシリテーターと対話をし、「しんどさ」を読み解いていく。
- ⑤描画をヒントに、オリジナルオノマトペを創作する。
※ひらがな・カタカナの五十音表を活用。
- ⑥オノマトペについてファシリテーターと対話をし、「しんどさ」を読み解いていく。
- ⑦「お菓子の1文字」をオノマトペに付け足す。
- ⑧「お菓子の1文字」についてファシリテーターと対話する。
- ⑨ワークショップ全体を振り返り、キャプションを書く。

実施時間は30～120分で、基本的には60分の時間を設けつつ、参加者の希望に合わせて調節する。参加者が短時間での実施を希望した場合、手順⑦～⑧の行程は省略することもある。



図1 「きもち翻訳」作品例

3-2. オノマトペについて

「きもち翻訳」では、言語化しづらい「しんどさ」を表現できるように、表現方法にバリエーションを持たせ、参加者には描画・オノマトペ・説明テキストという3種類の方法で表現してもらうようになっている。3つの表現方法のうち、オノマトペについて言及しておきたい。

「オノマトペ」の語義は長らく議論されてきたが、現在はオランダの言語学者M・ディンゲマンセによる「感覚イメージを写し取る、特徴的な形式を持つ語」[秋田, 内村 2022:81]という定義が広く支

持されている。感覚イメージを写し取るといっても、オノマトペは1つの感覚のみを表現するものではない。秋田喜美によると、オノマトペは「特定の感覚を頼りに、それに関わる多感覚的なイメージを喚起しうる言葉」[秋田, 内村 2022:95]であり、複数の感覚を内包するマルチモーダルな言葉であることがわかる。また、オノマトペは未分化な言葉であるともされている。井上加寿子は、オノマトペは「状況の全体を未分化なままとらえる」[井上 2013:205]としている。目の前の状況が、曖昧さを残していたり、複雑だったりしたとき、オノマトペはその状況を曖昧なまま未分化に表現できるということだ。ワークショップで表現しようとしている「しんどさ」は実体が曖昧であるため、状況を曖昧なまま表現できるオノマトペは適した表現方法であると推測できる。

描画・オノマトペ・説明テキストという3種類の表現を別々に用いることもできるだろうが、「きもち翻訳」においては、すべての表現を用いることを重要視している。複数の表現方法を往来しながら用いることで、「しんどさ」を非言語から言語的な表現へと昇華させる後押しをすることを狙いとしている。では、実際に3種類の表現方法を使うことで、どのように翻訳不可能だった「しんどさ」が翻訳され、「自己内の翻訳不可能性」が解消されていくのかを、ワークショップの実践から得られたデータを元に見ていきたい。

4. 実践調査・分析の概要

4-1. 実践調査の概要

実践調査は2024年1月から3月にかけて全10回行った。ワークショップの対象年齢は原則的には中学生以上とし³⁾、会場は各回で異なるが、大阪府で7回、神奈川県で3回行った。参加者は全24名であった。参加者のうち音声を記録できた17例を分析対象とし、描画とオノマトペの表現がいかに関連しているかによって、データを大きく4分類した。関連の仕方は「重複」「補足」「統合」「置換」であり、本研究では「重複」「補足」「統合」が見られたデータのうち代表的な3例を取り上げる。「置換」は描画から連想した言葉の文字を取ってオノマトペに置き換える表現である⁴⁾。「置換」は最も事例が少なかったうえに、ワークショップでは、具体的な事物をそのまま表現しないように指示していたこと、曖昧で未分化な「しんどさ」を分析するという意図からは外れることから、今回は取り上げない。

参加者	属性	ワークショップ実施日	ワークショップ開催地	参加時間
事例1：Pさん	80代女性	2024年1月31日	大阪府内コミュニティライブラリー	120分
事例2：Yさん	50代女性	2024年2月16日	大阪府内マルシェ会場	60分
事例3：Lさん	70代女性	2024年1月19日	大阪府内男女共生センター	90分

表1 分析事例一覧

4-2. データ収集について

実践調査においては、下記の方法でデータを収集した。

- ①筆者はファシリテーターとしてワークショップに参加し、参加者の様子を参与観察する。制作物や制作シーンを写真撮影し、フィールドノートを作成する。
- ②筆者と参加者の対話を録音し、逐語録を作成する。
- ③参加者に対して、事後アンケートの記入を依頼し、回答を得る。

4-3. 倫理的配慮について

調査においては以下の倫理的配慮を施した。参加者に対し、ワークショップの冒頭で研究協力依頼書を提示し、調査内容について説明し、同意書に署名を求めた。また、研究協力への同意はいつでも撤回できるものとした。

また、ワークショップはあくまで表現活動の一環であるという立場を取り、表現を材料に参加者の心理的状态をアセスメントしたり、参加者の心理的状态に変化を促したりするなどの介入は一切行っていない。

4-4. 分析の概要

分析においては、ワークショップで参加者が表現する描画・オノマトペ・説明テキスト・「お薬の一文字」は<コード>と呼び、<コード>に込められた「しんどさ」の在りようは<メッセージ>と呼び分ける。本論文では、<コード>のうち、描画・オノマトペ・説明テキストのみを扱う。「お薬の一文字」は参加者が「しんどさ」について語ったあとに前向きな気持ちになれるよう、明るいイメージの一文字をオノマトペに足してもらおうというもののだが、本論文では「しんどさ」がいかにかに翻訳されるのかに注目するため、分析の対象とはしない。また、<メッセージ>は全ての<コード>に宿っているものではあるが、参加者独自の表現である描画・オノマトペから<メッセージ>を読みとることは難しいため、今回は説明テキストから<メッセージ>を読み解いた。詳しい分析手順は下記の通りである。

- ①事例ごとに<コード>と<メッセージ>がわかるように図化した「分類シート」を作成。
- ②<コード>のうち、描画は写真データを掲載し、オノマトペは「お薬の一文字」を除いたものをテキストボックスで明示した。
- ③説明テキストは、逐語録や参加者が書いた作品キャプションをもとに記述した。説明テキストが複数で構成されている場合は、各要素に通し番号を付けた。
- ④説明テキストにおいて、描画・オノマトペそれぞれでのみ表現されている要素は【単独要素】とし、描画とオノマトペが連関している要素は【連関要素】とした。そのうえで、それぞれの要素がどのような特徴を持っているかを、吹き出しに記述した。
- ⑤分類シートの情報を元に、事例ごとに翻訳の進められ方と内容を記述した。

5. 分析：4種類の翻訳で読みほどかれていく「しんどさ」

5-1. 4種類の翻訳

参加者が表現した<コード>や<メッセージ>を整理したところ、4種類の翻訳が営まれていることがわかった。

参加者は最初に「しんどさ」を描画という<コード>に置き変える翻訳をする。これが「第1の翻訳」である。起点コードはまだ表現されていない透明なコードである「しんどさ」で、目標コードは描画である。次に、参加者は筆者との対話を通して、描画にどのような「しんどさ」が宿っているかを読み解いていく「第2の翻訳」を行う。起点コードは描画で、目標コードは説明テキストAである。第2の翻訳の説明テキストを踏まえて、参加者は今度はオノマトペで「しんどさ」を表現する。これが「第3の翻訳」である。起点コードは、描画に関する説明テキストAで、目標コードはオノマトペである。最後に、再度対話を通して、オノマトペに宿る「しんどさ」を読み解く「第4の翻訳」が行われる。起点コードはオノマトペで、目標コードは説明テキストBである。全ての翻訳において、参加者が伝達しようとする<メッセージ>は「しんどさ」の在りようである。4種類の翻訳を下記の表にまとめた。

種類	起点コード	目標コード	メッセージ
第1の翻訳	透明なコード（「しんどさ」）	描画	「しんどさ」の在りよう
第2の翻訳	描画	説明テキストA	
第3の翻訳	説明テキストA	オノマトペ	
第4の翻訳	オノマトペ	説明テキストB	

表2 4種類の翻訳

5-2. 事例1：Pさん

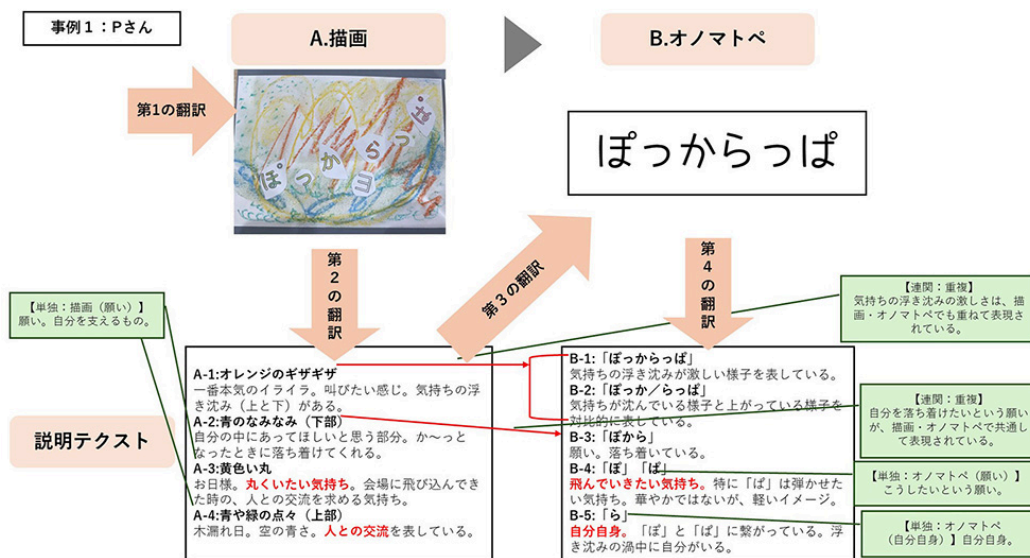


図2 事例1：Pさんの分類シート

Pさんは80代の女性で、大阪府内のある地域のコミュニティライブラリーでワークショップを開催した際の参加者である。Pさんは120分という他の参加者と比べても最長の時間を掛けて、対話と表現を進めていった。

来場してすぐ、Pさんは「とにかくイライラしちゃって駆け込んできた」と言っていたが、なぜイライラするのかはわからず、どのようにイライラを表現していいかもわからない状態であり、「自己内の翻訳不可能性」を抱えていたといえる。

Pさんは第1の翻訳の際、表現することに自信がない様子を見せており、最初の一筆を描くまでかなり時間がかかった。筆者の問いかけを受け、ゆっくりと気持ちに合う色や形を考え、表現していった。図2で示しているように、中央にオレンジのギザギザが大きく描かれ、その周りを他の色や形が囲む表現を描いた。Pさんは描画のあと、「(自分の気持ちは:筆者追記)これだったんだなって気づかせてくれる」「落ち着いてきた」と発言しており、第1の翻訳によって「しんどさ」を可視化することで、「しんどさ」の在りように気づき、気分が落ち着く様子が見られた。他の事例においても、第1の翻訳の過程で「しんどさ」に込められていた「怒り」が収まっていき、落ち着く様子が見られた参加者もいた。

第2の翻訳では、4つのパーツに分けて描画が説明された。「A-1:オレンジのギザギザ」は「一番本気のイライラ」や「気持ちの浮き沈み」である。PさんはA-1について「これが本当の自分の気持ち」と発言しており、複数あるコードの中でもA-1が重要な<コード>であることを示している。「A-2:青のなみなみ」は自分を落ち着けてくれる存在である。「A-3:黄色い丸」は「お日様」をイメージした<コード>で、丸くいたいという願いであり、人との交流を求める気持ちが込められている。さらに、「A-4:青や緑の点々」は「木漏れ日」をイメージした<コード>で、人との交流そのものを表している。A-3・4は、「お日様」や「木漏れ日」などの外部要素から連想して表現された<コード>であることがわかる。

第3の翻訳では、描画の説明テキストを踏まえて、「ぽっからっば」というオノマトペが創られた。描画とオノマトペの連関を第4の翻訳から紐解くと、A-1で表現された気持ちの浮き沈みは、「B-1:ぽっからっば」・「B-2:ぽっか／らっば」で重複して表現されている。「気持ちの浮き沈み」については、第4の翻訳の最中に具体的なエピソードが詳細に語られ、Pさんは「自分には激しい気持ちの浮き沈みがある」ということを負い目に感じていることがわかった。Pさんが「ずっと抱えてきた」大きな「しんどさ」だからこそ、「気持ちの浮き沈み」という<メッセージ>を込めたA-1の<コード>は、第3の翻訳で引き継がれ、B-1・2でも重複して表現されることになったと捉えられるだろう。

同様に、A-2で表現された「落ち着きたい気持ち」は、「B-3:ぽから」でも重ねて表現されている。Pさんにとって、「気持ちの浮き沈み」と同じように、落ち着きたい気持ちも「しんどさ」の中で重要な要素であることがわかる。

一方、A-3・4の<コード>は描画のみの単独要素であり、第3の翻訳ではオノマトペへと引き継がれなかった。反対に、「B-4:ぽ・ぱ」や「B-5:ら」はオノマトペでしか表現されていない単独要素であり、新たに追加された要素である。A-3・4は、先述の通り、「お日様」や「木漏れ日」など外部要素をイメージした<コード>だが、「B-5:ら」は自分自身を表現している<コード>である。描画では外部要素が描かれ、オノマトペでは自分自身が追加して描かれたという対比が浮かび上がる。

Pさんの第4の翻訳から描画とオノマトペの連関の仕方を紐解くと、同じ<メッセージ>が重複して描かれており、Pさんの語りから、それらの要素が「しんどさ」において大部分を占める要素であることがわかった。反対に、描画とオノマトペの単独要素を見ると、それぞれ外部要素や自分自身など別の情報で「しんどさ」を表現しようとしていることがわかった。

5-3. 事例2:Yさん

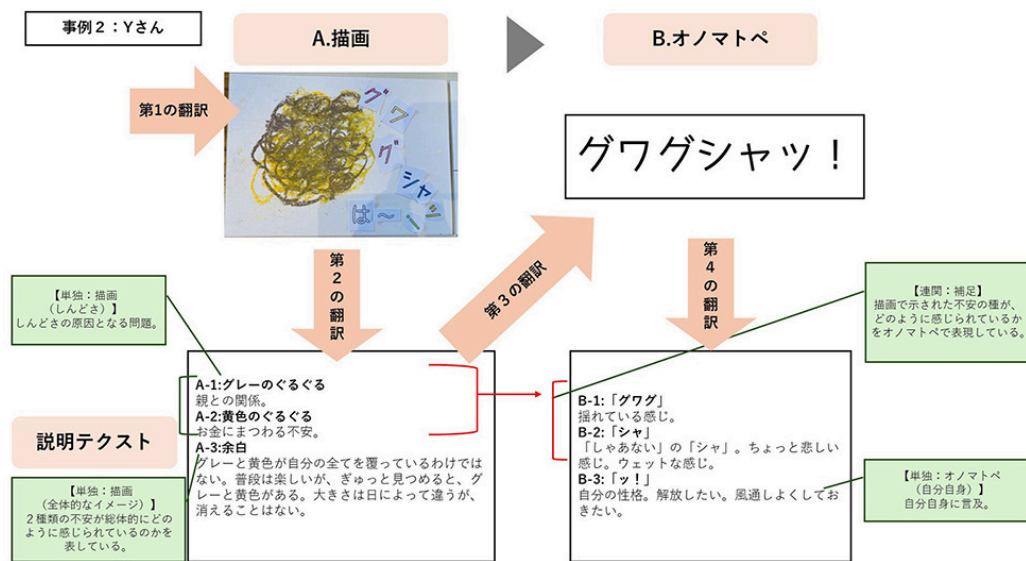


図3 事例2: Yさんの分類シート

Yさんは50代女性で、大阪府内のある地域で開催されたマルシェでワークショップを開いた際の参加者である。60分かけて表現と対話を進めた。

筆者が描画をするよう指示すると、Yさんは迷いなく第1の翻訳を進めていき、図3で示されているとおり、2色の塊で「しんどさ」を表現した。Yさんは、ワークショップ後に「外に出すことで気づくことがあった」と述べており、第1の翻訳で「しんどさ」を可視化することで、発見があったことが示唆される。

描画に込められた<メッセージ>を第2の翻訳から読み解くと、具体的な「しんどさ」の原因となる問題を描いていることがわかる。「A-1: グレーのぐるぐる」は親との関係を、「A-2: 黄色のぐるぐる」はお金にまつわる不安を表している。「A-3: 余白」では、これらの問題がどのように感じられているのかを説明している。自分の全てを覆っているわけではないが、消えることはないと感じられているようである。

第3の翻訳では、先述の説明テキストを踏まえて、「グワグシャッ!」というオノマトペが創作された。第4の翻訳で語られた説明テキストを見ると、描画と連関している要素と、描画とオノマトペそれぞれのみ表現された単独要素があることがわかる。「B-1: グワグ」・「B-2: シャ」は、A-1・2で表現された「しんどさ」がどのように自身の中で感じられるかを表現した<コード>である。A-1・2の「しんどさ」は、揺れているように感じられ、「しゃあないな」と思ってしまうようなものであるとYさんは説明している。第3の翻訳を通して、A-1・2の要素に「感じ方」という追加情報が補足されたと捉えられる。補足によって、Yさんの「しんどさ」がより詳細にわかるようになった。このようにオノマトペによって情報の補足はされているものの、A-1・2で描かれた問題について、さらにオノマトペで直接的に重複して表現されることはなかった。A-3の問題の感じられ方も同様に描画の単独要素であった。また、「B-3: ッ!」は自分の性格を表しており、描画には見られなかった単独要素で、オノマトペで新たに追加された。描画とオノマトペにおける単独要素を比較すると、描画では「しんどさ」自体に関する<コード>が多いのに対して、オノマトペでは自分の感覚や性格など、自分自身に関する<コード>が多いことがわかる。描画において外部要素が描かれ、オノマトペにおいて自分自身が描かれる傾向は、事例1のPさんにおいても見られた。

5-4. 事例3:Lさん

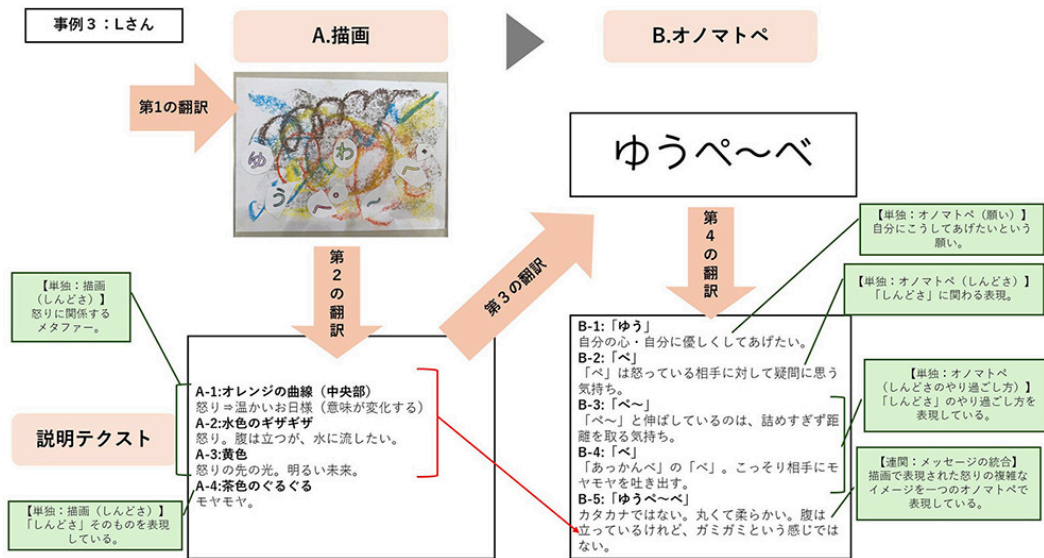


図4 事例3:Lさん分類シート

Lさんは、70代女性で、大阪府内のある自治体の男女共生センターでワークショップを開催した際の参加者である。ゆっくりと対話をし、約90分かけてワークショップを終えた。

Lさんは、直前にモヤモヤする出来事があったという。「しんどさ」のきっかけとなる具体的なエピソードはあったものの、自分の気持ちは不明瞭で「なんかモヤモヤする」と言葉にできない様子であった。Lさんもまた「自己内の翻訳不可能性」を抱えてワークショップへやってきた。

筆者が「モヤモヤ」を表現するよう促すと、Lさんは「モヤモヤ」に関するエピソードや自分の考えなどを話し、怒っていることを伝えながら第1の翻訳を進めた。図4のように、複数の色を使い、ぼかしたり、力強い曲線を使ったりしながら表現していった。

第2の翻訳では、Lさんが強く感じていた怒りがポジティブなイメージと一緒に語られたことが印象的であった。「A-1:オレンジの曲線」は、はじめ「怒り」であると説明されたが、しばらくして「温かいお日様」だと<メッセージ>が変化した。「A-2:水色のギザギザ」も「怒り」を示しているものの、「水に流したい」という願いも入り交じった感情であることが語られた。「A-3:黄色」は「怒りの先の光、明るい未来」を表しており、これらの<コード>には、ポジティブなイメージが込められていた。また、A-1・2・3に特徴的であるのは、すべて「怒り」に関する感情を「お日様」「水」「光」などのイメージから連想して表現していた点である。事例1のPさんも、描画においてはこのような外部要素のイメージをもとに表現をしていた。

第3の翻訳では、「ゆうぺ〜べ」というオノマトペが表現された。第4の翻訳における説明テキストから、連関要素と単独要素を見ていくと、Lさんは描画とオノマトペをほとんど連関させていないことがわかる。唯一「B-5:ゆうぺ〜べ」というオノマトペ全体に対しては、「腹は立っているけれど、ガミガミという感じではない」という「しんどさ」の全体的なイメージを表現しているが、これは、描画で表現した怒りとポジティブなイメージが入り交じったアンビバレントな気持ちを統合して表現していると考えられる。

一方で、A-1・2・3・4で表現された<メッセージ>は、オノマトペで引き継がれていない描画の単独要素である。また、B-1・2・3・4はオノマトペでのみ追加された単独要素である。「B-1:ゆう」は「自分

にこうしてあげたいという願い」であり、「B-2:ペ」はしんどさに関わる気持ちである。「B-3:ペ～」・「B-4:ペ」はどちらも「しんどさ」のやり過ぎ方について表現したものである。これらのオノマトペの単独要素に共通するのは、Lさん自身を主語にした気持ちや行動を表現した<コード>であるという点である。描画においては「しんどさ」そのものを表現していたのに対し、オノマトペでは自分自身が「しんどさ」をどう感じ、どうしていききたいかなどを表現している。これは事例1のPさん、事例2のYさんにも見られた対比である。

Lさんは、第3の翻訳で描画とオノマトペを連関させることはあまりなく、描画とオノマトペで別の<メッセージ>を表現していた。個別に表現することで、「しんどさ」を表す要素の数が他の事例に比べて多かった。Lさんの「しんどさ」は多くの<メッセージ>を含みこんだものであると推察できる。

6. 考察

3つの事例を通して、4種類の翻訳における役割が見えてきた。第1の翻訳は、透明な<コード>であった「しんどさ」が初めて目に見える<コード>へと置き換えられる点で、<メッセージ>の形象化が大きな役割である。形象化によって、気分が落ち着いたり、新たな発見があったりした事例があった。これは、ナラティブ・アプローチ⁵⁾の文脈で使われる「外在化」が起きているともいえるだろう。野口裕二によると、臨床家のM・ホワイトとD・エプストンは、病いを抱える人から「問題」そのものを外在化する実践を試みた。ある男の子は、「遺糞症」という自分の排泄物を部屋の至る所に塗りたくってしまう問題に悩んでいた。ホワイトは、この問題に「スニーキー・プー(ずるがしこいプー)」というあだ名を付け、男の子と家族が「問題」を男の子自身から引き剥がし、「問題」に対処できるようにした[野口2002:72-73]。当事者研究における「問題と人とを切り離し、自己病名をつける」という行程も、外在化を図る実践だといえよう。

ただし、第1の翻訳では、「しんどさ」をナラティブ・アプローチの「あだ名」や当事者研究の「自己病名」のようにひとまとまりの言葉ではなく、複数の要素から構成される描画で表現した点は特筆すべきだろう。名前という一つの「言葉」による表現ではなく、複数の色や形を組み合わせられる描画という表現だからこそ、「しんどさ」の多面的な在りようを実体が曖昧なまま、外在化することができたと考えられる。

第1の翻訳では、「しんどさ」の在りようはわからないまま、描画の表現が進むことから、「自己内の翻訳不可能性」は残存したままである。参加者は「自己内の翻訳不可能性」があっても<コード>を生み出し、他者と共有可能にすることで、「翻訳不可能なものの翻訳」が始まる。

第2の翻訳の役割は、描画に込められた<メッセージ>の発見である。全ての<コード>に<メッセージ>は含まれており、「しんどさ」の在りようが表現されている。その点では、第1の翻訳で表現された描画にも<メッセージ>は宿っている。しかし、参加者は<メッセージ>がよくわからないまま表現を進めていることがあるため、その<メッセージ>を改めて発見する必要がある。第2の翻訳では、筆者というファシリテーターの問いかけや応答により<メッセージ>を探索する。参加者は筆者の伴走により、第1の翻訳でわからないまま<コード>に置き換えて表現していた<メッセージ>を発見することができる。

第2の翻訳で表現された説明テキストには、ネガティブな要素だけでなく、ポジティブな要素も含まれていた。〈メッセージ〉を読み取るなかで、参加者は「しんどさ」の多面性に気づき、「しんどさ」のポジティブな側面にも目を向けていた。参加者からは、『しんどさ』ってたいしたことないと思えた』などの感想が挙げられた。このように、第2の翻訳で進められる〈メッセージ〉の発見は、参加者が「しんどさ」の多面性に気づききっかけを与えられられる。

第2の翻訳では、筆者の伴走によって参加者が〈メッセージ〉を発見することで、「しんどさ」の在りようが少しずつ見え、第1の翻訳では残存していた「自己内の翻訳不可能性」が解消されはじめる。

第3の翻訳の役割は〈メッセージ〉の腑分けである。オノマトペで表現をすることから、一見、第1の翻訳と同じ〈メッセージ〉の形象化という役割を担っているように思えるが、異なる点がある。全く〈メッセージ〉がわからなかった第1の翻訳と異なり、翻訳を始める時点で第2の翻訳によってある程度〈メッセージ〉がわかっている点である。第3の翻訳では、描画で描かれた〈メッセージ〉に対して、連関する要素・引き継がない要素・追加する要素を参加者が意識的または無意識的に選び取り、オノマトペを表現する。

連関する要素は、連関の仕方が参加者によって異なっていた。Pさんは描画で表現した〈メッセージ〉を、オノマトペでも重ねて表現しており、連関の仕方は「重複」であった。重複させることで、Pさんは「気持ちの浮き沈み」や「落ち着きたいという願い」が「しんどさ」の大きな部分を占めていることを表現していた。Yさんは、描画で表現した〈メッセージ〉がどのように感じられるかを、オノマトペで表現しており、連関の仕方は「補足」であると捉えられる。Yさんがオノマトペで「補足」をすることで、「しんどさ」の〈メッセージ〉がより詳しく理解できた。Lさんは、描画で表現した複数の要素を統合して1つのオノマトペで表現しており、連関の仕方は「統合」である。とはいえ、Lさんは他の2名と比べると連関が少なく、オノマトペでは描画とは異なる情報が追加された。Lさんの「しんどさ」は多くの要素を持っている多面的なものであることがわかる。このように、第3の翻訳では、〈メッセージ〉を腑分けすることによって、参加者は多面的な「しんどさ」に含まれる複数の要素の大小や濃淡を表現していく。

第3の翻訳では、〈メッセージ〉における複数の要素の大小や濃淡を表現することで、「しんどさ」の在りようがより精緻化され、「自己内の翻訳不可能性」を参加者自身がさらに解消していくと捉えられる。

第4の翻訳の役割は、第2の翻訳と同じ〈メッセージ〉の発見である。ただし、第2の翻訳と比較すると、発見された〈メッセージ〉には異なる特徴があった。注目したいのは、「しんどさ」に対する視点の移動である。分析した3名の事例すべてにおいて、描画では自分ではない外部要素（「しんどさ」そのものや、風景・物などのイメージ、自分を支えるものなど）が表現されることが多かったのに対して、オノマトペでは、自分自身や自分の性格、感覚など自分を中心とした表現が多かった。つまり、第1・第2の翻訳では「しんどさ」を外から眺め、表現し、解釈していたが、第3・第4の翻訳では「しんどさ」を自分と関連付け、自分の内側から眺めるような表現と解釈をしていたということだ。第4の翻訳には、第1の翻訳で一度外在化した「しんどさ」を自分と関連付けて解釈するという働きもあると考えられる。

第4の翻訳では、〈メッセージ〉を筆者と共に発見していくことで、第3の翻訳で表現した「しんどさ」に含まれる要素の大小・濃淡に参加者自身が気づき、「しんどさ」の多面性をより深く理解していく。また、「しんどさ」を自分と関連付けながら解釈することで、「しんどさ」の「自己内の翻訳不可能性」をより解消していく。

以上のように、4種類の翻訳にはそれぞれ、〈メッセージ〉の形象化・〈メッセージ〉の発見・〈メッセージ〉の腑分け・〈メッセージ〉の発見という役割があった。参加者は、描画・オノマトペ・説明テキストという3種類の表現方法を用いながら、段階的に4種類の翻訳を経ることで、多面的な「しんどさ」の在りように気づき、「自己内の翻訳不可能性」を少しずつ解消していった。参加者が自らワークショップへの参加を決めたことを機に、伴走を得て「自己内の翻訳不可能性」を解消していく過程で、参加者と筆者は「しんどさ」を共に眼差すことができるようになった。この「きもち翻訳」の営みは、参加者と筆者が「しんどさ」をめぐる関係性を結ぶケア的な試みといえるのではないだろうか。

おわりに

本研究では、これまで不可視化されてきた「実体の曖昧な心身の不調」である「しんどさ」に目を向け、表現を通してその言語化しづらさをいかに解消できるかを問うてきた。「しんどさ」は曖昧でつかみどころがないうえに、それを抱える人も幅広く、研究対象として扱いにくかった。しかし、どの言葉でも表しきれない「しんどさ」を既存の言葉に無理矢理押し込めてしまえば、「しんどさ」に宿るメッセージは周縁化されてしまうため、なんとしても「しんどさ」を実体が曖昧なまま扱う必要があった。そこで、手探りでワークショップの企画が始まったが、「翻訳」というアナロジーを取り入れることで、「翻訳不可能性」という視点で「しんどさ」の言語化しづらさにより接近することができ、「しんどさ」の表現プロセスを構造的に分析することができた。

ワークショップで見出された4種類の翻訳は、「自己内の翻訳不可能性」を抱える「しんどさ」を曖昧なまま表現し、他者に伝達するための「仕掛け」であったと捉えられるだろう。4種類の翻訳それぞれの役割が歯車のようにかみ合って、少しずつ「自己内の翻訳不可能性」は読みほだかれていった。

「翻訳不可能なものの翻訳」をするうえで重要であるのは、「仕掛け」だけでなく、参加者と筆者の「関わり合い」だろう。翻訳の過程で紡がれる「関わり合い」についての議論は本研究の課題とし、次稿に譲りたい。さらに、ワークショップはあくまで非日常の営みであるが、日常において「しんどさ」をいかに表現しケアできるかについても議論する必要があるだろう。

本実践を通して、「しんどさ」の「自己内の翻訳不可能性」を解消する道は見えただかのように思えるが、自分の気持ちを完全に理解することはできないという意味で、「翻訳不可能性」が完全になくなることはないだろう。しかし、「翻訳不可能なもの」に耳を傾け、翻訳しつづけようという姿勢やプロセス自体が、不可視化され傷ついてきた「しんどさ」の存在を肯定するものであり、ケア的な営みとなる可能性を本研究は示唆している。「しんどさ」を完全に理解し、取り除くことを目指すのではなく、曖昧で消えないからこそ眼差しつづけられるよう、今後も実践・研究に取り組んでいきたい。

謝辞

本研究の実施にあたり協力して下さった多くの方に感謝いたします。ワークショップの実践にあたっては、ザ・フーとワークショップ参加者の皆さまにお力を貸していただきました。また、本研究の元となった修士論文執筆にあたっては、早稲田大学人間科学学術院の余語琢磨先生がご指導くださいました。心から御礼申し上げます。

註

- 1) 映画『ゆめパのじかん』公式サイト<<http://yumepa-no-jikan.com>(最終閲覧日2025年2月6日)>
- 2) ワークショップの説明では、参加者がイメージしやすいように「しんどさ」のほかに「心のモヤモヤ」という表現を使うこともあった。
- 3) 今回、分析対象を中学生以上としたのは、対話を分析するという目的があったため、対話が円滑に進むと思われる年齢を中学生以上と仮定したためである。しかし、省みると、『しんどさ』の言語化しづらさに着目する本研究で「言葉を使って対話ができる人」に対象を絞ってしまうのは暴力的であったといえる。そもそも、中学生以上を「対話ができる年齢」とひとくくりにしてしまうこと自体も暴力的である。今後は年齢等で区切らず、言葉が未発達な子どもや、言葉をコミュニケーションの手段としていない障害がある人なども含めて研究を進めていきたい。
- 4) ある参加者は、描画において青い輪を描き、それを「空」と説明した。そこから、「空」の頭文字の「そ」をそのままオノマトペに組み込んだ。このように描画とオノマトペが関連している様子を「置換」と捉えた。
- 5) 個人の病いに関する「語り」=「ナラティブ」を重要視するケアや援助の営みを「ナラティブ・アプローチ」と呼ぶ。

参考文献

- 秋田喜美, 内村直之, 2022,『オノマトペの認知科学』新曜社.
- 綾屋紗月, 熊谷晋一郎, 2008,『発達障害当事者研究: ゆっくりていねいにつながりたい』医学書院.
- Helman, C.G., 2007, Culture, health, and illness 5th edition. Taylor & Francis Group, LLC.
(=辻内琢也, 牛山美穂, 鈴木勝己, 濱雄亮, 2018,『ヘルマン医療人類学』, 金剛出版)
- 井上加寿子, 2013,「第12章 オノマトペの多義性と創造性」『オノマトペ研究の射程: 近づく音と意味』ひつじ書房, 203-215.
- 石原孝二, 2013,「第1章 当事者研究とは何か: その理念と展開」『当事者研究の研究』医学書院, 12-72.
- 磯前順一, 2022,「第1章 翻訳不可能なものを翻訳すること: ポストコロニアル研究の総括」『ポストコロニアル研究の遺産: 翻訳不可能なものを翻訳する』人文書院, 33-95.

- 上岡陽江, 大嶋栄子, 2010,『その後の不自由:「嵐」のあとを生きる人たち』医学書院.
- Klienman,A., 1988, The illness narratives: Suffering, healing & the human condition, Basic Books.
(=江口重幸, 五木田紳, 上野豪志, 1996,『病いの語り:慢性の疾患をめぐる臨床人類学』, 誠信書房)
- 工藤由美,2008,「ケア論の再考:民族誌的アプローチへ向けて」『千葉大学人文社会科学研究』17,
千葉大学大学院人文社会学研究科, 183-197.
- 野口裕二, 2002,『物語としてのケア:ナラティブ・アプローチの世界へ』医学書院.
- 謝心範, 2018,『養生の智慧と気思想 貝原益軒に至る未病の文化を読む』講談社.
- 田中武士, 2022,「介護殺人の社会的性格と社会的背景」『佛教大学大学院紀要 社会福祉学研究科
篇』50, 佛教大学大学院, 53-69.
- 浮ヶ谷幸代, 2015,『苦悩とケアの人類学:サファリングは創造性の源泉になりうるか?』世界思想社.
- 浦河べてるの家, 2005,『べてるの家の「当事者研究」』医学書院.
- 山田富秋,2004,「第1章 老いと障害の政治的ポジション」『老いと障害の質的社会学:フィールド
ワークから』世界思想社, 3-21.