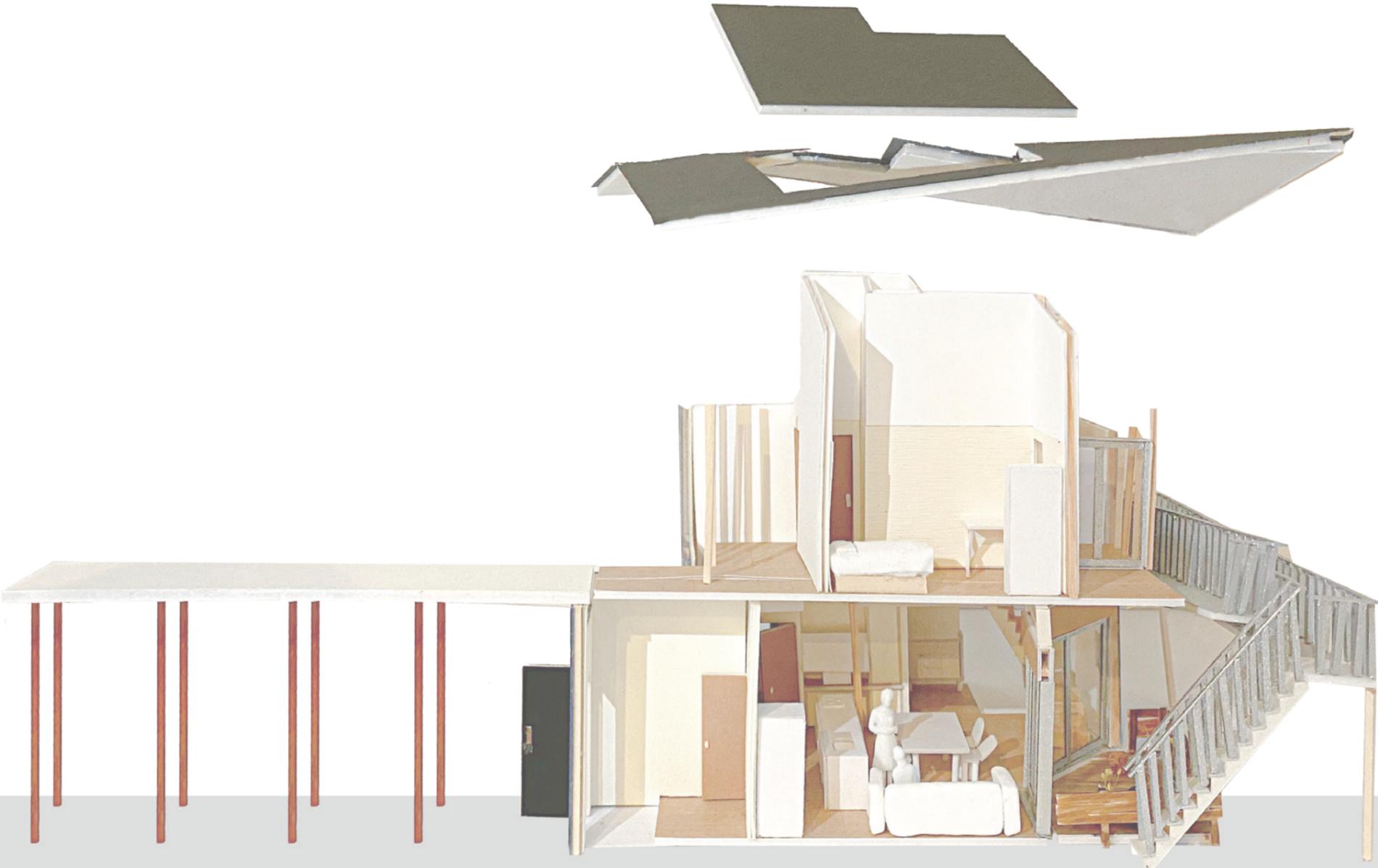


# 私の人生(家)

～心理モデルとしての住宅と、その遡及的改修のセルフセラピー





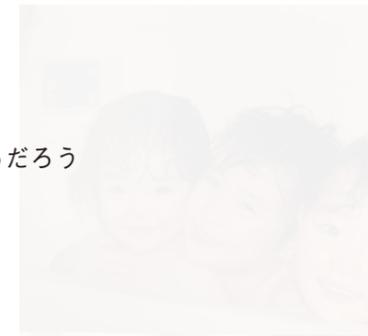
関わる人が変わり続けてきた私の人生においてずっと関わってきた家族はとて大好きで大切に、時には大嫌いで憎い存在だった  
そしてそう思う自分のことがなによりも嫌いである

そんな私と家族が同じ家に住む  
住んできた家には思い出が積層し、人も家も思い出とともに生きていく  
家族内の出来事は外に漏れ出すことを知らず  
出来事とともに家族の関係は変わり続ける  
家族関係はいつもいつもうまくいってるわけじゃない



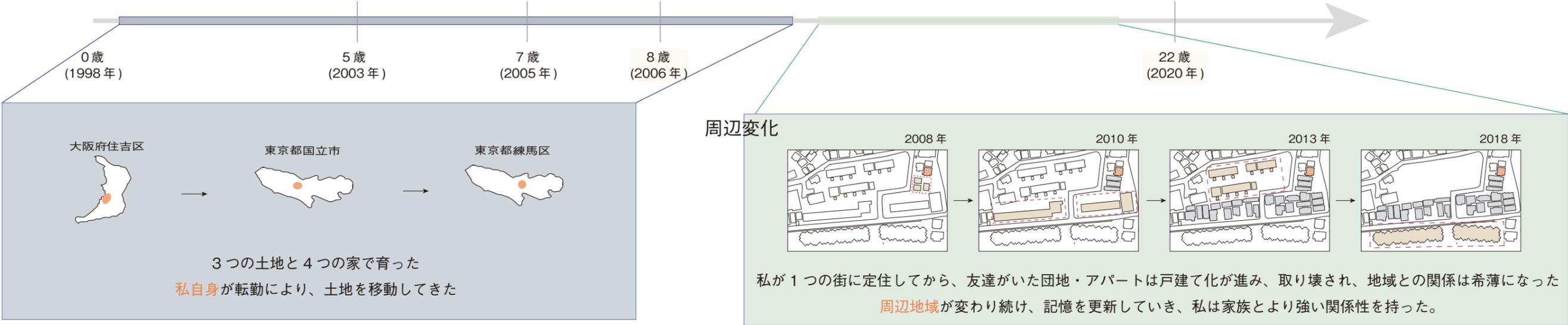
変わり続ける関係性にリンクした空間を作り続ける家  
そんな家があったら、帰りたいと思う家があったら、  
人は自分を否定しない、人は心に余裕ができる、人は今後の人生を豊かにできるだろう

過去と向き合い、過去の私の人生を再編していく  
現在・未来につながっている過去の自分にできることであり  
それが自分を好きになるきっかけとなることを願う



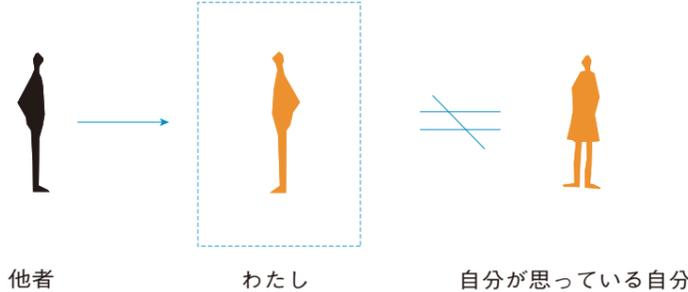
# 01 background

私の生い立ちを住んできた土地、家、周辺変化とともに振り返る



# 02 problem

自分を嫌い

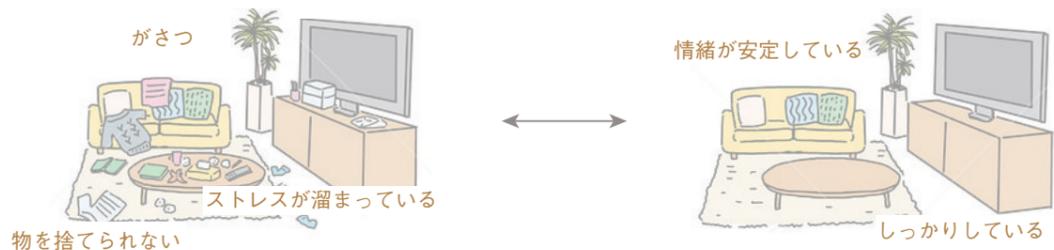


私は他者からみた自分と自分が思っている自分が異なり、そのズレに苦しめられてきた  
そのズレを感じれば感じるほど、私は自分のことが嫌いになる  
ズレが生じた原因として、過去のことにとらわれて現在に過去を引きずっていることが考えられる。

# 03 hypophesis

「住宅は個人個人の心理モデル」

『部屋は人の心の状態を表す』という言葉がある  
それは部屋を見ればその人の性格や、習慣、行動がわかるということである



それは住宅にもいえることではないだろうか



私は家族内で問題が起きた時、極力、家での滞在時間を減らし、自分の部屋からあまり出ないという行動をとった。

住宅の状態は人の行動・習慣・感情・性格に深く関わっており、  
住宅は個人個人の心理モデルを表している

よって私は最も長い間住んできた家を敷地を選定する

# 04 analysis

自分と向き合うため、過去の出来事を描いた人生曲線、家と思い出の関係性、土地と思い出の関係性の分析を行う



人生曲線

●の出来事が自分にズレを作り、現在に引きずっている

いじめ

家族関係

友人関係

電柱につかまって下まで降りていた

よく遊んだ場所

1人になりたい時によく訪れた落ちつく公園

友達が住んでいたマンション

家族でよく行くご飯屋さん

友達が住む社宅での遊び場

1人になりたい時によく訪れた落ちつく公園

兄たちが通った中学校

駅

家から見える視線  
よく遊んだ場所  
人との関係がある  
公園

夜の散歩中に立ち寄ることが多かった公園



### fig.ベランダ

としまえんが見える。夏の季節だけ、ここから花火が見える。誰にも邪魔されない家族の大事な時間。

### fig.窓

私の部屋の窓。たまに長兄が隠れていて部屋に入ってきた私を驚かし、喜んでた。

### fig.壁

お気に入りの1000Pのパズルを2つ壁に飾っている。(私側)  
深夜によく声が聞こえてきて、兄に知らせるために壁を蹴った

### fig.棚

私が白にハマっていると言ったら、白の棚を買ってきてくれた。棚の上部にはぬいぐるみが5つ置いてある。

### fig.次兄の部屋

1日のほとんどをこの部屋で過ごす。次兄の中ではこの部屋がリビングであり、寝室であり、仕事部屋であり、趣味部屋であると感じる。

### fig.次兄の壁

引きこもりをした際に、部屋の壁を全てとり、断熱材をももぎとっていた。

### fig.2階の洗面台

次兄しか使わない。

### fig.階段

1階の音が2階まで聞こえる。

### fig.ドア

階段とリビングをつなぐ。喧嘩した際、八つ当たりをされるためよく壊れる。

### fig.TV台・棚

1年かけて両親を選んだ。子供の幼少期の頃や家族5人の写真が並べられている。

### fig.LDK

両親が綺麗好きなおともあり、個人の荷物が置いてあることは基本ない。

### fig.ダイニングテーブル

生まれてからずっと同じテーブルのため、家族のような存在。基本、席が決まっているがたまに席がえする。

### fig.キッチン

様々な調味料・食器がある。母の料理がすごい美味しいため、母が料理を作っていると安心する。

### fig.傷

次兄と父が大喧嘩した際、コップを投げつけたり、壁を蹴ったりした。その跡が床に残っている。

### fig.大窓

隣の家ができた際に、二重の窓にした。塀から家の中を覗いていた

### fig.小道

室外機の下によく3匹の猫がいた。室外機の下からデッキの下に入れて小学生の頃は定期的に掃除をした。

### fig.紅葉の木

家を買った時に植えた。紅葉を楽しみ、父が紅葉を見た時に家に帰ってきた感じがすると言っていた。

音・匂いによって会話生まれ、繋がる場所  
外部から内部にはいる動線

### fig.長兄の部屋

長兄が家を出た後、私の寝室となっていた。たくさんの参考書があり、よく部屋にいた。

### fig.クローゼット

長兄の服が現在も残っている。

### fig.季節ものの収納

クリスマスツリー、スキーウェアなど季節ものの収納場所。かくれんぼの時よく隠れていた。

### fig.ベランダ

長兄と次兄、共有。次兄の喫煙場所。臭いが景色がいい。長兄と次兄だけでここで様々なことを話していた

### fig.両親の部屋

母とよく一緒に寝てた。2つのベッドで家族5人で寝たこともある。昔の家で川の字になって寝ていたため安心して寝た。

### fig.クロス材

ベッドから跳ねて何回タッチできるか兄たちと争っていた。頭ぶつけることもあった。

### fig.思い出の収納

アルバム・ホームビデオが詰まっている。家族で思い出話で盛り上がる

### fig.窓

隣家のペットであるフェレットの泣き声が聞こえてくる。よく窓を開けて聞いていた。

### fig.ポーチ

家族の言い合い場所。どこの部屋にいても言い合いの声が聞こえた。

### fig.衣装部屋

隠れ場所。振袖やいい服があり、よく物色しては母のバッグや服を借り、お下がりをもらえた。

### fig.柱

よく頭をぶつける。逆立ちの練習をした。成長期の時に兄弟3人の身長を測った。

### fig.キッチン

様々な調味料・食器がある。母の料理がすごい美味しいため、母が料理を作っていると安心する。母の領域。浴室からもリビングからも見える。

### fig.冷蔵庫

中身を見てその日のご飯を予想していた。

### fig.窓

いたずらで誰かが外にいる際に鍵をしめた。

### fig.デッキ

たぬきや猫がたまにいる。基本、洗濯物を干している。母がガーデニングを行っている。たまに家族でBBQを行う。

### fig.空白の場所

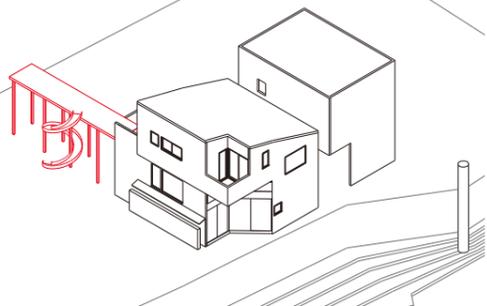
2.5mのクリスマスツリーを飾る場所。1日かけて家族で飾った。基本は来客の荷物を置く場所

### fig.小さな窓

母が不在の時、この窓だけ開いている。鍵を忘れた時、この窓から家に入る。突き出し窓のため、頭を通すのが一番難関。

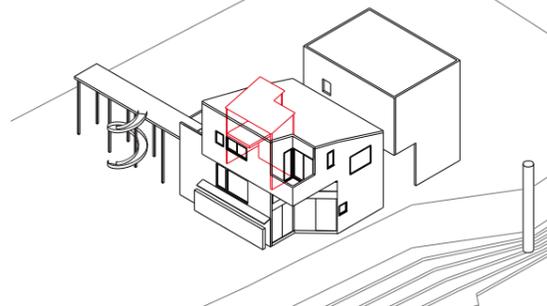


1. 家出少女の滑り台



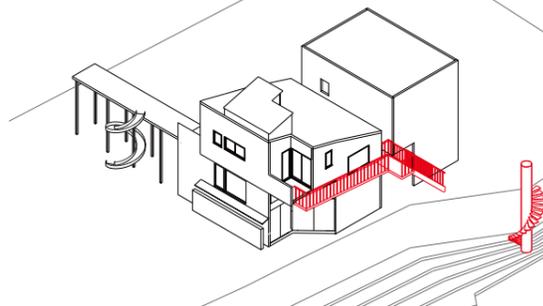
兄と両親の喧嘩、反抗期が相まって、家出をするようになった私。自分の部屋と外をつなぐ滑り台で家からの脱走をはかる。帰ってくる時は静かにはしごで。

2. 突き出し



高校中退で引きこもり度合いが激しさを増す。家族から距離をとらせ、半ば強制的に自然に触れる。そうすることが兄には大事な時間となる。

3. 専用玄関



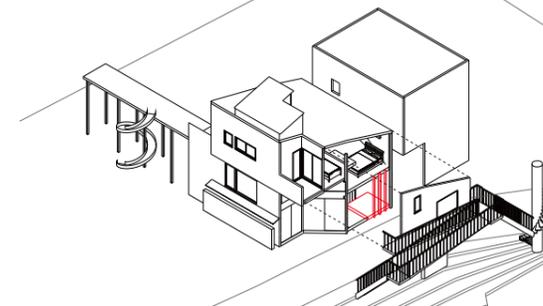
兄が中学の友達と出かける。兄は、外に出る時、リビングを通らなくても部屋からの専用通路がある。かつて通っていた中学を眺め、彼らと楽しむ時間を想像する。

4. 長兄部屋への直通階段

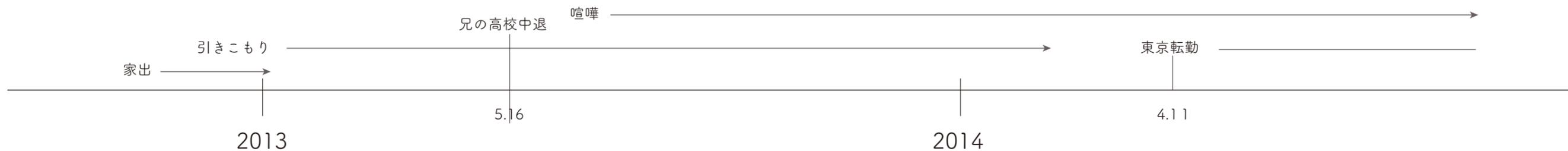


小道からの階段は兄1の部屋への通り道。そこを抜けると、小学生の時、伝って降りた電柱がある。そんなこともあったねと懐かしい思いを巡らせる。

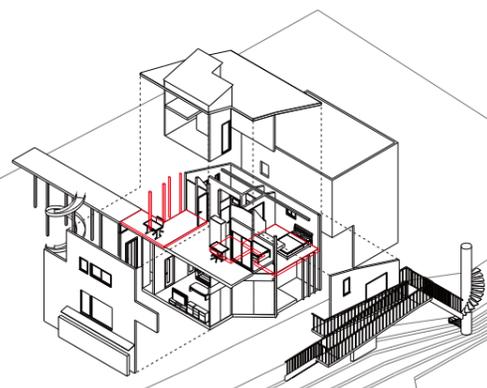
5. ガーデニング延長



母は専業主婦で家にいることが多かった。そんな母の趣味は料理とガーデニング。兄のこともあり、気が滅入っていた母は、ガーデニングを身近にし、寝室を1階にすることで子供たちと距離をとり、心を落ち着かせる。



6. 部屋配置変更



父は玄関先にある紅葉を見ると家に帰ってきた気持ちになると言った。この家が建てられた時に植えた紅葉は、長い間家をあげ、たまに帰ってくる父にとって、最初に暖かく迎え入れてくれる家族である。転勤先が東京になった父の部屋から紅葉をのぞむ開口を作る。

7. 父の家族化



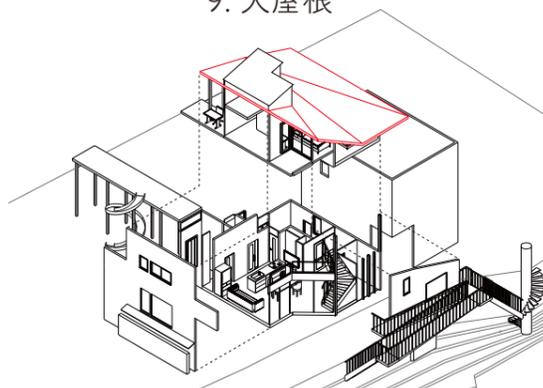
兄2のうるささに耐えられなくなり、部屋の移動を行う。これで私は温厚な睡眠を手に入れられる。

8. キッチン・ダイニング



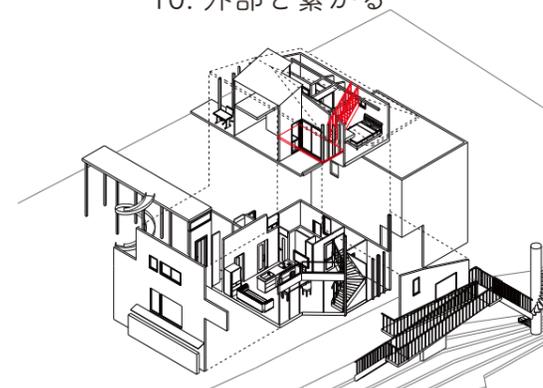
仲直りをしてもどこか気まずい表情。家族全員が唯一顔を合わせる場所、それは週末の晩ご飯。母の美味しい料理が家族を和ませる。料理の匂い・音が家全体に広がる。

9. 大屋根



兄2と両親の仲介役の私は家にいることが疲れないように、私が好きな空間を家の中にたくさん作る。天窗から打ち付ける雨をずっと見ている。屋根のどこからでも雨を眺める。

10. 外部と繋がる



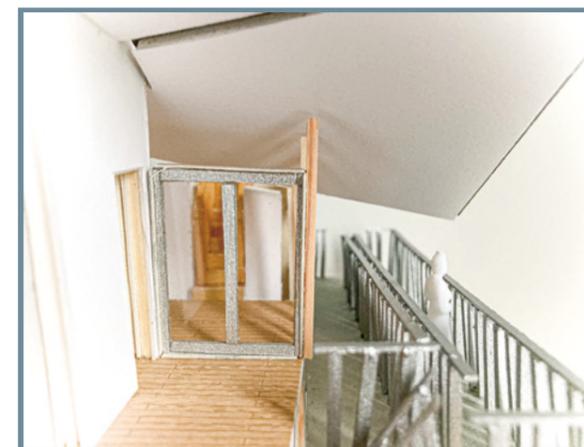
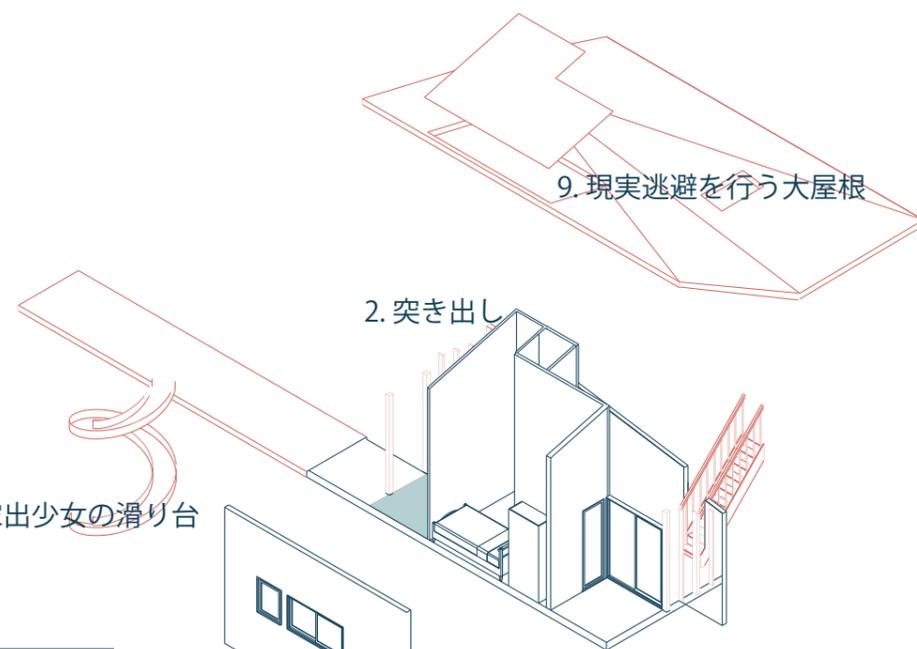
父が転勤、兄1が社会人になり家を出ていく。母、兄2、私の3人の暮らしを始める。



06. Scene



俯瞰写真南向き

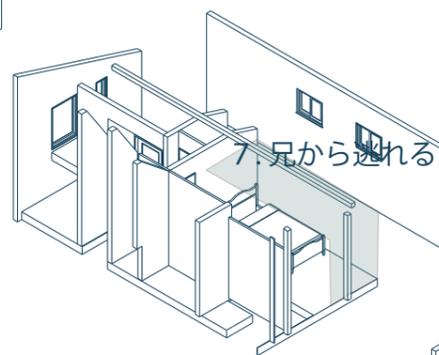


外部となった部屋の窓枠が出来事の記憶をとどめる

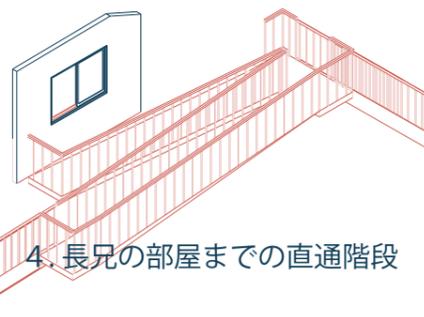
1. 家出少女の滑り台



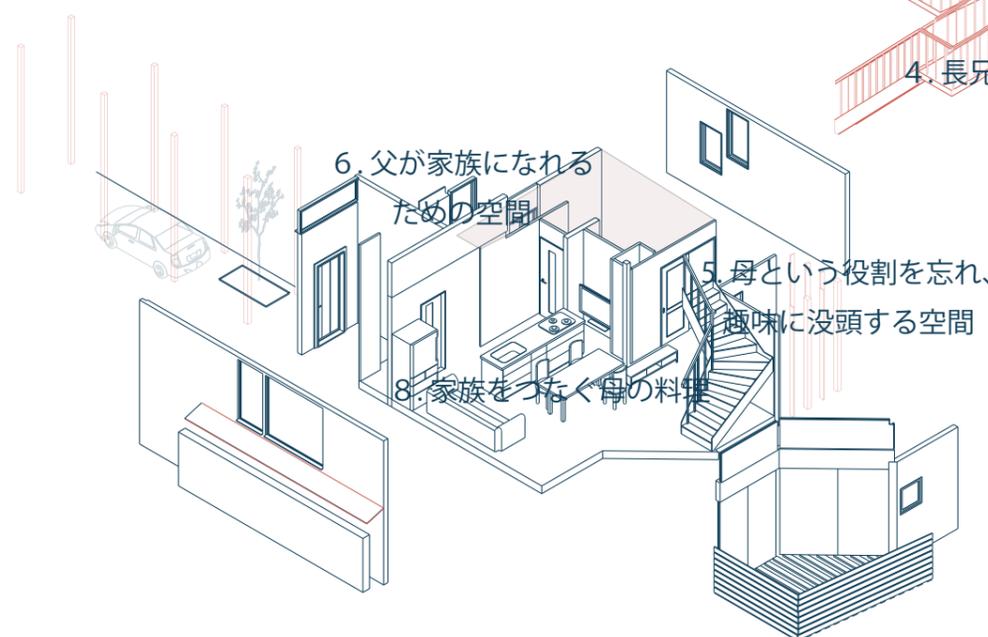
俯瞰写真北向き



かつての収納場所が本を読む場となる



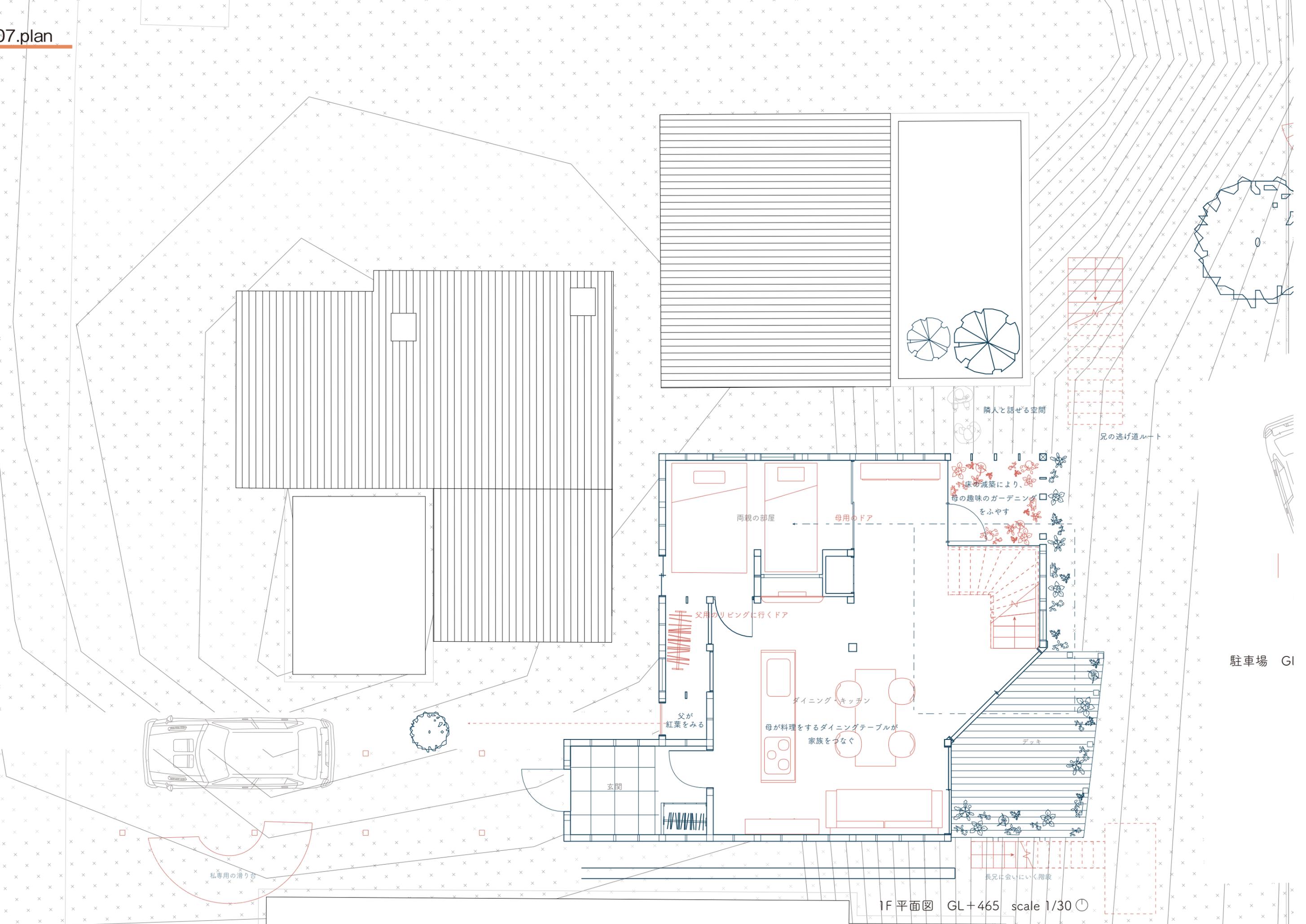
家族の共有部分が外部に漏れ出す



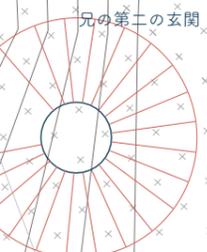
3. 引きこもり少年専用玄関までのルート



崖下の隣人と視線が合う



1F 平面図 GL+465 scale 1/30

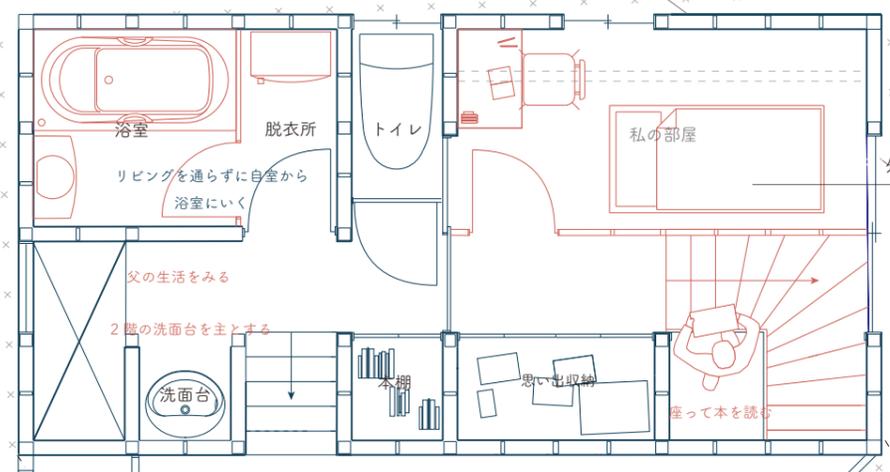


兄の第二の玄関

幼い頃に下に降りるために使った電柱

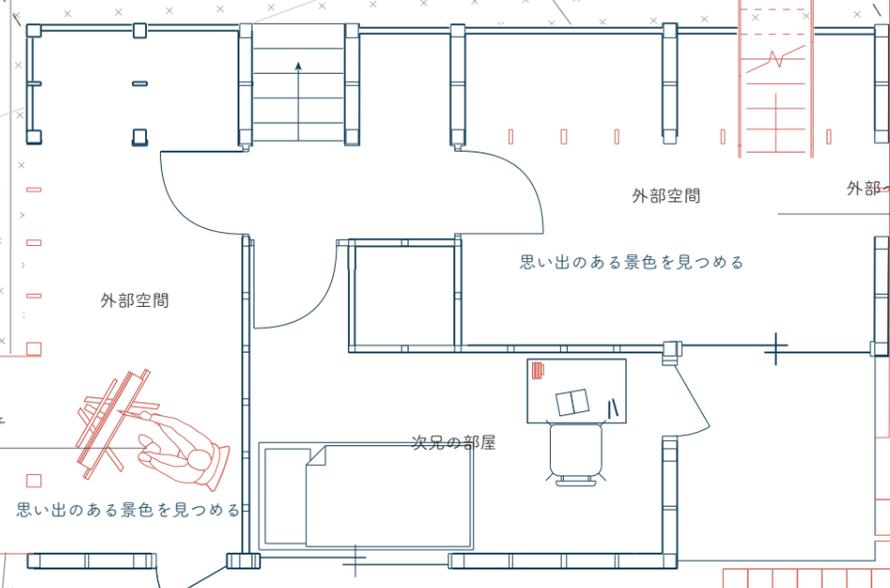
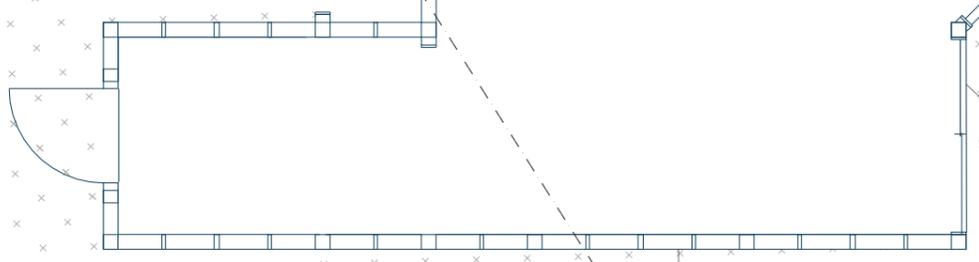


- 3000



M2F 平面図 GL+3100 scale 1/30

外部へのアプローチ



2F 平面図 GL+4205 scale 1/30

現実逃避を行う

外部空間

外部へのアプローチ

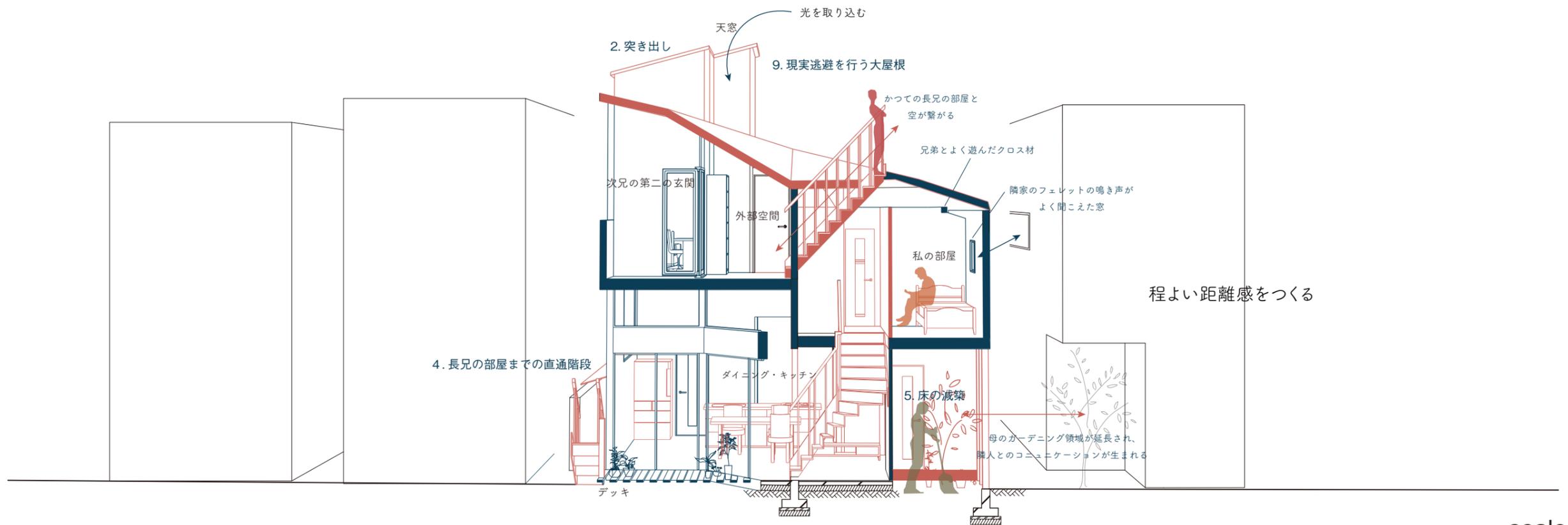
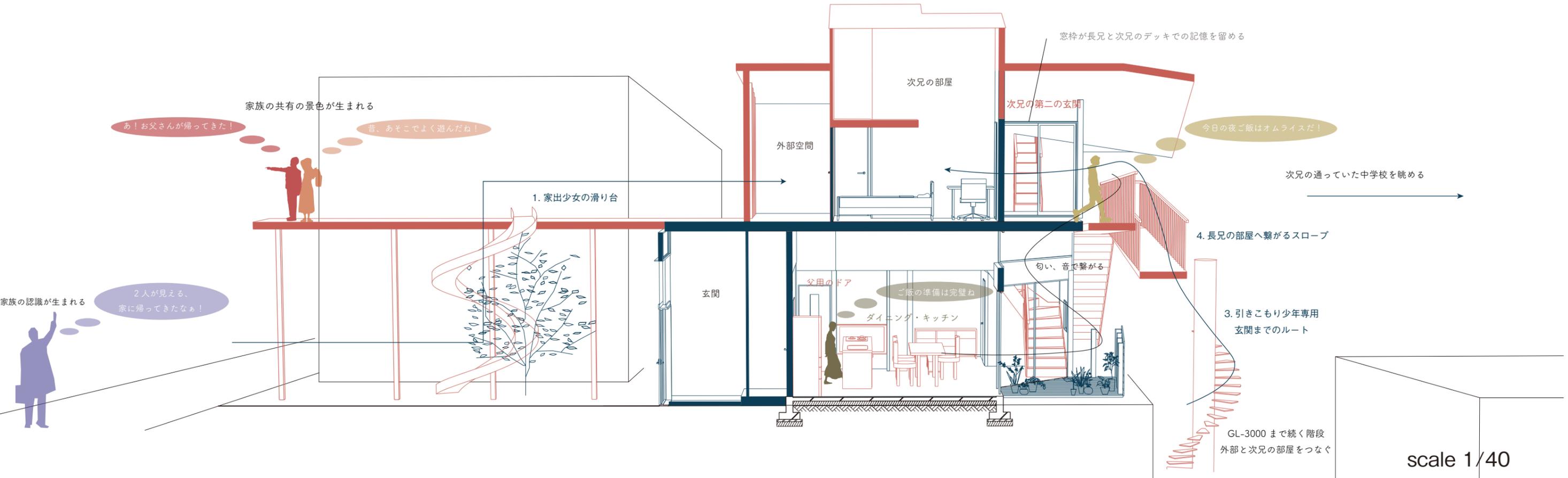
思い出のある景色を見つめる

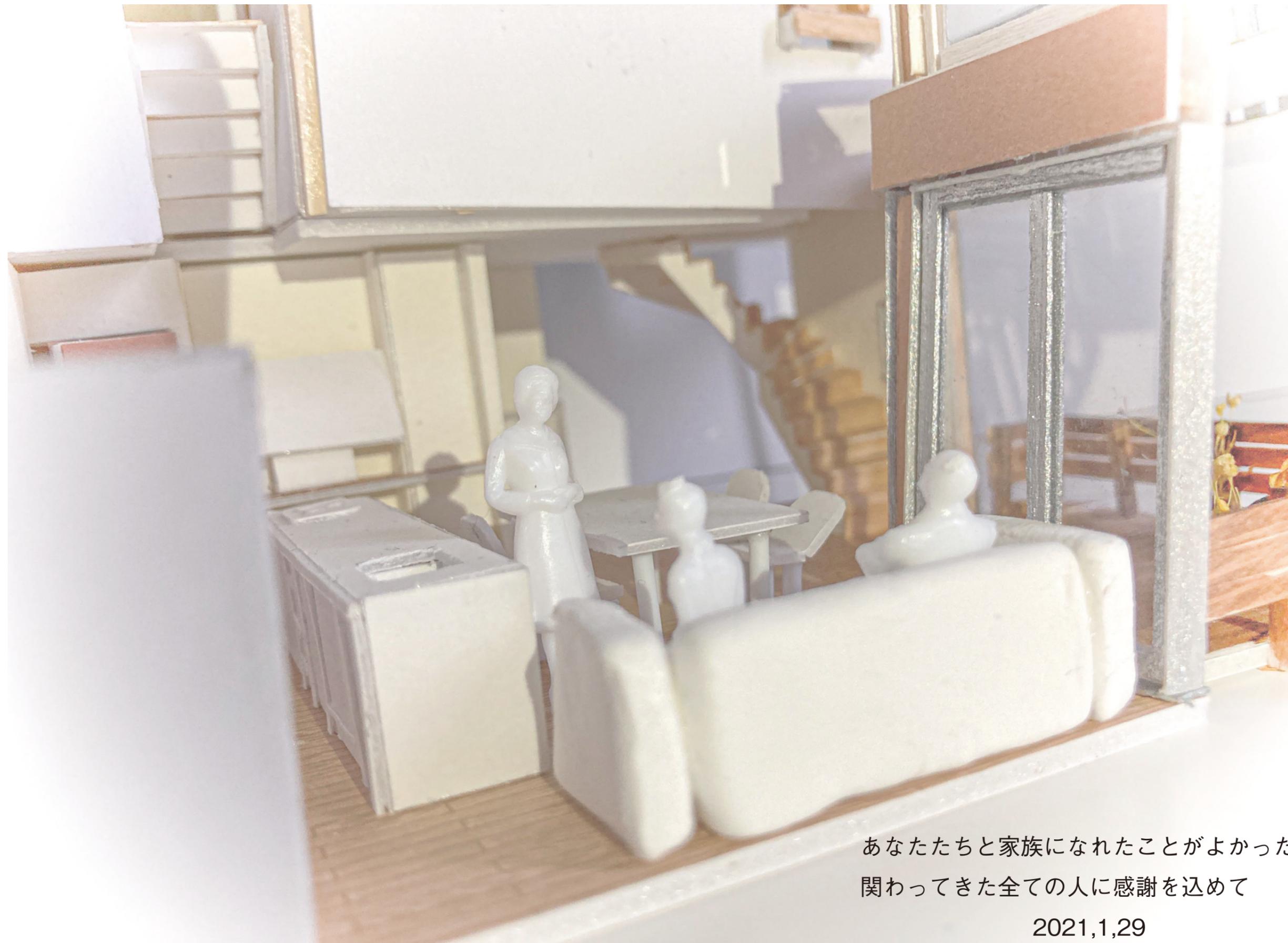
外部空間

外部へのアプローチ

思い出のある景色を見つめる

次兄の部屋





あなたたちと家族になれたことがよかった  
関わってきた全ての人に感謝を込めて

2021,1,29