

「もうがんばれない」

— 不安神経症 “自分がわからない” —

国 松 清 子

1、はじめに

今回、本大学の学生との心理療法の過程を経験したので、その報告をしたい。青年期にある彼らにとって、自分なりの生き方を見出すことを求められているのにそれは簡単ではなく、取り合えず短大へ、といった時間稼ぎ的に在学していることも少なくない。本学の3部生も、1部生よりは目的的であるが同様なことが見られ、迷いを口にする。大概の学生は、しかし、色々経験するうちに気持ちが固まってきて、真剣さを滲ませる様になってきて、我々としてはほっとするのだが。今回の学生はそう言うわけにもいかず、急性の症状へのケアをしながら、本当の問題への解明が急がれた。3年生半ばで開始して、卒業までの約5ヶ月の期間であった。

2、事例の紹介

cl ; Mさん 幼児教育学科 3年生 郷里は九州N県

主訴 ; 3年になってから、仕事がつらくなってきて、夜が眠れなかったり、しんどくてたまらない。卒業だけど別に保育士になりたいわけではないし、何をしたいのかわからない。何をしても楽しくはない。

家族 ; 父 会社員(55歳)、母 主婦(54歳)、父方祖父 (80歳)、父方祖母 (80歳)、本人 短大3年生(21歳)、妹 大学2年生(19歳)、弟 高校1年生(15歳)

臨床像 ; 耳には幾つかのピアスがあり、髪の毛もメッシュに染めるなどおしゃれであるが、服装は地味目。落ち着いた話し方、率直な態度で自分を語るが、やつれが目立つ。

3、経過 (発言 Mさん「 」 筆者 “ ”)

H15/10/30 (研究室にて)

学生から相談があると連絡が入り、間もなくやってくる。精神保健の授業を受けているMさんでたまらずやってきたという感じ。「3年生になってからだけど、仕事が段々しんどくなってきて、行くのが嫌だと思えるのが増えて、仕事してても神経がピリピリしてる、完全癖があるのか、どんな些細なことまで気になってしまう、夜がとにかく眠れない、クタクタ、夏頃か母に電話入れたらすごく心配してくれて、母に話すと少しは楽になったけど実家とは連絡なんて入れることもなかったのに、というか家を出たく

て就職進学を選んだようなもので、家とは連絡を絶ちたいくらいに思ってた、高校の進路を決める時、何がしたいか自分ではわからなくて、家を出ることをまず考えた、ここだったらお金は全く親に出してもらわなくてもやっていけるし、失敗しても気にならないかな、と思って決めた、だから保育士になるのはどうも、実習に行ってみて私には向かないと思った、だけど、他に何をしたらいいのか分からない、人からは何でもできるからうらやましい、とよく言われるけど、自分はそんなに思ったことはない、妹なんかは何でも熱中するみたいで、今はそれをもっとやるために進学した、やりたいものがあつたから親に早くから言ってたし、弟はまだ高校の一年で何するのかわからないけど」

“貴方が長女ね、家族は他に”

「祖父母がいます、おばあちゃんがどっちか言うとか精神的に弱い、というか、何度か自殺未遂してる、今は心療内科に通ってお薬もらってる、このままだと鬱病になるよ、と言われてしまった、薬に頼ってる自分も嫌、仕事がこないつらくなったのは失敗しては駄目だと、完璧にやろうとしてプレッシャーがかかっているような」

“しんどいね、この短大へやって来た時からもう何か始まっていたような、ここではこれ以上詳しくできないし、よかったら別の場所だけ来ますか、今は進路も決めないとね、これが大きなテーマと思えるし、お家とそんなに距離が必要だったのもないかな”

「はい、(涙) もう今は何もわからないというのが正直なところで、皆はどうしてあんなに楽しそうなのか全くわからない、うらやましいとか腹が立つ感じなんです、皆は私のことを何も言わないから、いい人だと言ってくれたり、何でもできるからうらやましい、とかいうけど、私はそんなことどうしても思えなくて、みじめに思う」

“そんな時、助けて、と言ってもいいんだよ”

この後、毎週会っていくのだが、開始の前に心裡検査を実施した。

心裡検査 所見 及び 方針

ロールシャッハテスト^{註1)}

反応数は、全体反応が殆どで少なく、初発反応時間も全体に短い。テストショックは明らかだったので、困難な時ほど無理をして遮二無二頑張ってしまうのが日常であり、しかも内容は脅威を感じやすく収縮した反応が多い。特にパステルカラーになってからは、失敗とみなされる反応しかなく、対社会的な場面では適応に苦しんでいたようである。本人の自覚にも大勢の人の中は苦手という意識があつた。また、依存、といった情緒的な反応は皆無で排除されていた。

SCTテスト^{註2)}

記述内容は全体に抑うつ的で、自責感があり、幼少期の体験も不安感が伺える内容。

以上から、とても健康な状態とはいいがたく、自分に厳しい過酷な超自我、高い要求水準。それでいて、依存を拒否する、といった無理を続けるの疲労感や徒労感から取り扱っていかねばならない。恐らく職場と学校の往復といった慣れた場面の繰り返しであったから、これまでは破綻を来たさずにやってこれ

たのであって、いよいよ進路選択が迫って一時的パニックに陥ったと考えられた。

検査結果の説明と共に、これから卒業までの期間面接を続けるための簡単なルールも以下のように説明した。毎週、一定の時間を決めたら、病気や事故といった場合を除いてきちんと通うこと、気まぐれに來たり、來なかつたりは効果がない、通院と投薬は報告をすること、用法を守ること、それが定期的な面接を支えることになる、など伝えた。検査結果の報告では特に集団場面について言及すると、本人にもある程度自覚はあり、昔から大きな集団（クラス程度の規模、など）は苦手はどうしていいのか分からない、いるだけでしんどい、一対一とかなら大丈夫、と答えている。無理を重ねてきたことの実感はまだ薄く、今回の発症との関係には気づいていない状態と判断された。

以下に面接の経過をまとめた。毎週、土曜日に1時間の面接を実施。

(1) 1回から6回まで一症状の緩和をめざして一

教えられた場所まで必死でやってきた。

「研究室でしゃべっての帰り、ポロポロと涙が止まらず、自分でもおかしくて、笑いながら戻った」と可笑しそうに報告。自分の感情すらこれだけ遠い状態にあるのが伺えた。

「何とか仕事も学校も行ってるとしんどくて、明日は休みたいばかりで卒業までどうなるのか。母は仕事が見つければ、仕事を辞めてアパートに入り学校だけにしたら、とってくれる、そうだ、と思ったけど、それだと全くの一人ぼっちになってしまって今はそれがすごく怖い気がする、寮の生活にすっかり慣れてるし、皆もいるし、そしたら何とか働かないといけないし、仕方がない。卒業後は母と話し合ったら就職は当分やらないで家でゆっくりしてから後で考えることにした、今は何も決められないから」と一回目で自分なりに大きな方針を決めてくる。インテークの聴取では、「人に流されないように、常にありのままにいたい、本当の自分を知りたい、時々人の幸せが憎く思えたり、人が不幸だとちょっと安心したりすることがある、何故か知りたい、広い意味でもっと大きくて強い人間になりたいと記載。

(初回)

(2回目は検査の時間を取ったので面接は中止。)

他者からどう見られるかそればかりを気にして頑張ってきたために、そのために無理を重ねてしまったために、他人からの評価に捕らわれてしまったこと、一方で自分自身を自分なりに評価することも出来ないし、頑張ったことも何も自分の喜びにもなっていないことを話し合うと、苦笑を交えつつ納得するようにうなずき、話し始める。

「今週はひどくなって月曜日は仕事に入ったけど途中で帰ってしまった、そのまま休み続けて水曜日にはしんどくて、しんどくて薬を全部飲んでしまった、母に電話したら叱られたけど驚いて会社に電話して、この週は有給で休むことにしてくれた、こんなに連続して休んだのは始めて、薬は仕事を休んでしまったプレッシャーでしんどくて飲んでしまった、入院したい、今思うと入院したら皆がわかってくれると思ったんだと思う、木曜日の晩にはAさんが部屋に来てくれて風邪だと思ったから遠慮してたって、精神的なものだと初めて言った、涙も出てしまったけど友達が、そんなだったらどうして言ってくれないの、と言ってくれて、その時は一杯一杯だったけど、言えてよかったと思う、自分の弱い所見せてし

まったけど、これまでは何も悩みもなくいいな、とか言われてた、そんな風に見えていたらしいから
「皆は悩みなどなくて、優秀で頑張りやと思ってる、でも私は自信がない、流される、満足感もない、
なにか違うとしか思えない、このギャップを何とかしたい」

大変な週であったが、母親に頼ることが出来、友達に初めて心を打ち明けている。(3回目)

一時間前に来室、止む無く待合室で待たせる。

「ずっとうつらうつらしてた、2時間くらいしか寝ていない、怖いし、しんどいし、夜中に母に電話したら出てくれて一時間程しゃべった、その後起きてる人がいて話し相手になってくれた、というか私が聞き役をしたんだけど、その後寝たけど寝たのか寝ないのか」

“ようやく夜が明けてやれやれね”

「そう、そんな感じ、しんどかった、病院行って薬もらって、一旦寮に帰ってからと思ってたけどそのままここへ来てしまった、何か安心したくて、今週は仕事後半行けなかったりして、一人ぼっちでポロポロ泣いてしまって、友達が来てくれて、その友達はこれまで喧嘩したり、憎んだりした人だけど、友達じゃないの、一番の友達と思ってる、と言ってくれてずっと話し相手してくれて、私はそれ程の友達とは思っていなかったから、彼女につらいこと始めて言ったし、彼女も一生懸命聞いてくれた、彼女がいなくなっても一人で泣いた、こんなに涙が出るなんて自分でも驚いたけど」

“そう、涙が止まらないで、どんなだったの”

「何か、いいかなという感じ、きっと本当の自分が泣いてる、という感じかな、本当に私は一生懸命にやってきたんだけど、人に合わせてばかりで、いい評価ばかり気にしてたから、いつのまにか、本当の自分との距離がうーんとできてしまった、というか、今となってはもうどうしようもないくらいという気がして」

「他にも潔癖とかあってすぐ手を洗うとか色々あって、今は薬に頼ってるのが嫌で、でもそれも仕方のないことかもしれないし」

“そうね、今は私ってこんなだよ、って一杯わめいていたい感じ”

「本当にそのとおりです、気がついて欲しい、というかそんな気持ちで一杯で」

つらさや、しんどさだけではなく、それを自分の痛みとして体験できるようになってきたようで、自分の涙をいいものとして受け入れ始めている。(4回目)

検査結果に触れて、小さい頃から気を使うような、あまり安心していないような子どもだったかな、と話し合う。

「小さい時、保育園で、雲梯の下にいた時、雲梯をしていた男の子の足が私の手に当たった。ひどく痛かったのにどうしてか先生に言えなかった、どんなだったか詳しいのは忘れたけど、色が変わってきてだったか、母が迎えに来て始めて言ったのだと思うけど、先生に、どうしてもっと早く言わないの、と叱られてしまった、この時、相手の男の子をどうして叱らないのかとすごく腹が立ったのを覚える。母が病院に連れて行ってきて手当てをしてもらった、それと、好きな男の子がいて、その子が椅子に座って遊んでいたのも私もその子の横に座ろうと椅子を持って行ったら、その子がどこか遊びに行ってしまった、そこへ別の男の子が座りに来たので、あの子の椅子なのにとすると腹が立って、その子が座ろうとした時椅子を動かしてしまった、その子はひっくり返って泣いてしまい、又怒られた」

“何の説明もしないの”

「はい、どうして私が怒られるのか、腹が立ったのを覚えてる」

“自分がどんなに無理をして生きてきたか、というのはどうなの”

「うーん、無理というのか、必死だったのは分かる、それがそんなに無理してたなんて、無理してうそをついてしまうような、人に合わせるばかりに」(5回目)

「何か、少しだけ本当の自分がしゃべってる、と思える時も最近あるような、友達が本当に心配してるのがわかるし、一杯泣いたけど、泣いて泣いて、でもそれって何かほっとするような感じで悪くはない、夜は相変わらず眠れないけど、何とかなるか、という気もして、仕事はしんどいけど、前に大変なクレームが来たことあって、皆が怒られたんだけど私ともう一人の人がいい見本のように言われた、私は怒られるのが嫌だから、よく仕事する人だと思われたいからついつい必死になってる、そうなるで一層頑張ってしまう、今はそんなに頑張らなくてもと言いかけてやるようにしてる、でも失敗が嫌で神経質になってるかな」

“そう、でもそうやって頑張ってきたんだから、簡単には変えられないよね”

「そうなんです、嫌だな、早くそんなの何とかならないかと思ってしまうけど、そうじゃないんですね、友達ももっと話してよ、て言うんです、何か私だけじゃないんだとちょっとだけ思えるようになったかな」

次第に、自分の感情に気付いたり、周りの配慮や行動にも気がついてきて、ようやく観察自我^{註3)}、と呼べるものが働き始めている。(6回目)

(2)7回目から11回目－自分自身の問題へのアプローチ－

冬休みの帰省後、帰省中の話しから始まる。

「うーん、よかったり、悪かったりだったかな、自分の部屋は弟が使っていてなかった、だから色々な部屋を転々としてた、母の部屋で寝たり、妹の部屋で寝たり、居間で寝たり(笑)、同窓生からも集まろう、と声がかかったけど会うのがしんどくて結局行かなかった、皆以前の私は知ってるけど今の私は知らないし、前の私のふりをしなきゃというか、しんどいなと思ってしまって、私が今もっと自信があったら行くんだけどそうではないし、会いたくないという感じ、だから、卒業したら家でしばらくのんびり、と思っていたけど、地元の人達とお付き合いもしんどいな、とか、家もそんなだし、でも、私が帰ってくるから、離れを建てるというんです、私のためにそんなことしてもらうのはちょっとかなわないな、と思って、今はどうしようかと、離れは私だけのためではなくて何れ祖父母の離れになるからとか言ってるけど、本当は友達が大阪にいるからそこで就職、なんて考えてたのに、大阪で何をしたらいいのかわからないのにそれもできないし、本当にどうしたらいいのだろう、皆は私と違って楽しそう、私は楽しくも何ともない」

「実習は全部やったけど、でも、なんて言うか、子どもは可愛いですよ、やっぱり、でも私からしたらうらやましい、というか、あんなに無邪気に遊んでていいな、とか思って、私にはあんな時があったのか、あんなじゃなかったと思うし、子どもがうらやましかったんです」

“そう、うらやましかったんだ、人の世話するのは合わない感じ”

「そうなんです、だから、保育士にはなれないと思う」

“そう、じゃ、何か好きなのは”

「それなんです、自分が何が好きと言われても解らないんです、妹なんか絵を描くのが好きでそれに夢中になってたんですね、大学もそっちに行つて、私はそんなの無いんですね、ただ、いつも人よりはちゃんとしなきゃ、というのがあったんですね」

“プライドが高い、それって誰の影響だと思う”

「そうですね、お母さんはそんなことなかったし、お父さんも、あ、おばあちゃんかな、プライド高いのは、祖母の影響でしょうか、祖母は厳しかったです、そんなことしたら笑われる、とかそんなことしてはいけない、とかよく言われた、特に人前でなのしつけですか、笑われないようにといつも言われてた」

(7回目)

「今週はやっぱりきつかった、日曜日は明日から一週間始まると思うと全く眠れなくなって、もう葉ばかり頼りたくないから飲まないようにしてるけど、でも火曜日なんかしんどくて飲んだけど駄目だった、9時には寝ないと、と思って床に入るけど2時くらいまで眠れなくて、でも5時には起きなければならぬし、ずっとそんな生活だったかな、水曜の夜は後輩と話しこんで、それが地元大好きで早く帰りた、と写真をたくさん見せてくれて、楽しそうな写真ばかりで、その友達が寝に行った後、私の方は胸がモヤモヤしてきて眠れなくなっちゃった、その人がすごくうらやましくて、腹が立ってきて、友達にたまらず電話した、友達は人と比較したら駄目、とか色々言ってくれて、その友達も地元にもどるのが嫌な人で私だけではないと思って、その後やっと眠れたんです、木曜からは5時間くらいは眠れるようになったかな」

“2時間程度の睡眠で、仕事も学校も休まないで行ってる、そんな自分はどうなの”

「いや、頑張ってると思うし、すごいなとは思いますが、けど、友達のことでそんなこと思うなんて嫌です、全く私は変わらないと思う」

“変わりたいね、それにはどうしたらいいのかな”

「自信を持つことと思う」

“自信で”

「自分が感じたことやしたことが、確かに自分がそうしたんだと思えることと思う」

“自信で自分自身と確かにつながることだね”

「はい、そうだと思います、だから一生懸命に考えるのだけど、考えれば考える程、何か駄目な方に、駄目な方に行ってしまう、どうしてもそうになってしまつて、だからもう考えない方がいいんじゃないかと思ったりするんです、でも考えないとわからないじゃないですか、ますますわからなくなつて」

“考えるんだ、とてもね、破滅的に”

「え、破滅的に、そうです、そうです、考えれば考える程破滅的になるんです、だから考えれば考える程しんどくなって考えるのが嫌になってしまうんです、私は破滅的に考えてるんですね、そうなんです」

“そのようね、考えることをここでもっと話し合おうね” (8回目)

「三送会があつて、私一人泣いてしまったみたい、よく泣いた、後輩が私に感謝してます、てプレゼン

トくれて、私には何を感謝したのかわからなくて、私に感謝なんてへー、て思ってしまった（笑う）」

“感謝されることがわからなかったのね”

「そうです、私は感謝されることしてないし、感謝て一体何だろうと思って、その人とは遊びに行ったくらいかな、と思うだけで感謝なんて、私は今まで感謝なんて思ったことはないと思う、その人はどうして感謝したのだろうと思った」

“そうか、でも何か感謝することがあったんじゃない”

「そうかも知れないけど、私にはさっぱり、言葉で責任あるから、言ったらそうしないといけないから、私はまず言わないことにしてるけど、だから言わないんだけど」

“そう、確かに言ったら責任がついて回ることもあるね、でも、責任と無関係に相手に伝えたい、という気持ちが生じたら、あいまいであっても言ってみたくもあるかも”

「そうですね、言いたいと思うことは最近私も出てきて、そんなことしてるかも」（9回目）

郷里の友人の結婚式に出席のため、一回抜ける。

「幸せそうだった、結婚というよりも、あのような幸せがあるのかな、と思ってしまって、うらやましかった、その人は近所の幼馴染だったけど、私にはとても遠いものに思えて、どうしてでしょう、自信でしょうか、私には自信がないから」

「先生は自信で持ってられますか、私は一つもないから聞きたいんですけど」

“気になるね、自信というものがどうかは分からないけど、随分長く生きてるからその生きてきた年月を、こうして生きてきたよ、てちゃんと言うことはできるかな”

「あ、そう言うと私は今まで生きてきて、胸張って言えるものがほとんどないように思いますけど、それは」

“何もない、と言いたいようだけど、保育士になるのは嫌、と言った貴方はどうなの”

「あ、はい、そうですね、気がついてないけどあるのかな、それだけだけど」（10回目）

「もう今は不眠の問題とかはないです、今は寝るのが楽しみにすら思います、するとあの問題、一体私は何をしたらいいのか、もう向こうに戻るけど、何も決めてはいないし、家にいるのも気を使うから嫌なだけで」

“気を使う、なんだけど、妹さんなんかは”

「妹は私と違うと思う、母に何と云うか、よくぶつけてる、祖母にも言いたいこと言ってるような、私とは違う」

“どうしてだろうね”

「よくわからないけど、妹は母ともよく喧嘩していた、私は全くない、そんなことしてはいけないと思ってたのかな、祖母にもそうだったと思う、でも、私もそんなの嫌になって友達の所を出歩いて遅く帰ったりして母に心配させてたと思う、何か家にいるのが嫌で友達の所へ行ってるが多かった」

“どこか、しんどかったのかな、妹がそんなで何も感じなかったの”

「そりゃ、あんなこと言って、とか思ってたけど、それがどうとか思うことはなかったけど、うーん、ちょっといいな、とかは思ったかも知れない、家を出たいと思ったのも気を使うのが嫌になったからだ

と思うし」

“どうしてそんなに気を使うようになったと思う”

「分からないです（笑い出す）」

“これは大事な事だと思うので、今度紹介する所で続けて考えてね”（11回目）

筆者の都合で一回中止になり、次が最終となった。郷里で続けて出来るように、最寄の相談機関を紹介して終えることとした。

最終回は、卒業式の2日前で仕事の方も退職、うれしそうにやってきた。

「帰るけど、何をするのか、このままプー太郎になるのか、全く分からない。家はみかん農家だけど、食べるのは大好きだけど（笑う）、特にやりたいことでもない、父や母のように夏暑い時も冬寒い時も目に見えないことやってる両親は尊敬してる、私もそんなことをしたい、人の目には触れないけど自分なりのペースで自分なりにできる何か、そんな仕事をしたい、それが今は分かる、私は人に合わせてしまう、細かい人には細かいように、大まかな人には大まかに、それを見て、どうして違うのと言われたことがあった、差別してるみたいで何も言えなかった、私は合わせてしまっただけなんだけど、それに細かい人って私はそうではないからどうして、と思ったけどそれは私の心が小さいからだと思ってた、そんな自分が嫌だと思ってた」

“自分のせいだと思うのね、でも自分を小さいとか大きいとか言うより、自分の思いや感覚を自分で大切に上げてやってないよね、つまり、これは他者を信用するのに、自分は全く信用していないような、どうかしら”

「え、はい、そうですね、そう言えば、私には理想と思える人がいます、その人はいつも皆から好かれて、その人の周りに人が集まる、きつい事も言ってるのに、どうしてか私にはわからない、その人はきっと人に合わせてるのではなくて、きっと自分の考えとかがあって、きっとそれでだと思う」

“そうだね、きっとその人は自分の判断とか考えとか、思いとかがいつも自分なりに変わらないから、周りの人は安心できるのかもね、その人もきっとそんな自分を一番信用してるんじゃないかな”

「そうなんでしょうね、私もそんな風になりたい」

“そうね、この続きは故郷に帰ってから、諦めないで、頑張っただけ”

最期に、故郷の近在の大学の相談センターを紹介して終えた。

4、考察とまとめ

長々と、彼女と筆者とのやりとりをできるだけリアルに近く記述したのは、筆者がどのようなスタンスでこの面接を行っていたのかを感じ取ってもらうためである。決して、こちらが一方的に意見を伝えるとか、年上の存在として説教をしたわけでもなく、彼女が自分で気付いたり、考えたりしているところで、筆者もそれを共有しながら少しずつ進行しつつ話しあっている。唯、これが短期間で終えることがわかっていたので、確かめる必要のある時はこちらから働きかけていて、彼女の状態を確認した。全体を振り返って、どのようなことが理解されたか考察を試みたい。

(1)仮説として最初に考えられたこと

彼女が現れた時、よくある“いい子の破綻症候群”^{註4)}に見られるタイプかと考えられたが、家族から逃げるようにこちらに来ていること、進路が決定できないでいて、高校の時からそれはすでに始まっていたこと、つまり、青年期にある課題も併せ持っていることが考えられた。

しかし、失敗を恐れ、いい人として思われたい、とか、頑張りやとして能力を認められたい（#3、#5、#6）、といった彼女の一貫した傾向は“いい子でいたい人”でもあった。しかし、彼女の破綻は失敗からではなく、むしろ、自分が本当に何を望んでいるのか、といった、自分自身を問う時期を迎えての発症であり、青年期特有のアイデンティティの不確実さにあった。

急性の不安症状は、こうした自分自身を理解し始めたり、周囲からの援助的な関わりを受け入れ、自分だけの苦しみではない、といった孤立感から脱却したことなど、様々な要因が効を奏して次第に薄れていった。つまり、依存に代表されるような、人間に共通な情緒に、少しずつ開かれていき、その度に、自分の情緒も受け入れていっている。（#3、#4、#6）能力を頼みにするのではなく、人に頼ってもいいのだと、これまでにはない生き方を恐る恐る始めたのである。自分の涙も、当初はどうして流れるのかわからなくて可笑しがっていたが、（研究室からの帰り）次第に、涙が出ることを気持ちのよいこととして体験し始め、泣くことを憚らなくなっていく。（#9）当初はまるで、離人感^{註5)}にも似た状態であったと思われ、いかにも自分の情緒や感情を疎外していたかと思われる出来事である。この、情緒の排除はどこからきたものだろうか、これは恐らく彼女の生い立ちに遡らなければ理解できない、人格発達上の過程と深く関係しているだろう。家族の中での彼女は家族を気遣い、人に笑われないように頑張る長女として成育している。（SCT検査結果や、#7、#11）妹との比較から、彼女がどのようにこれを体験しているか、問うたところ、親との喧嘩を恐れていない妹を「ちょっといいな」と感じていて、自分とは違う妹の態度に何かを感じてるのは確か。そして、そのような家が嫌で外を出歩いていたわけで、つまり何らかの不満はあったはずなのに、それらは一度も表明されることはなく、彼女の無意識下に追いやられ、情緒は封じ込められたとも考えられる。つまり、彼女にとっての家族は、本当は無理して頑張っているのに、それに気付くことなく、彼女もその不満や怒りをどこへも向けることができなかったのではないかと考えられるのである。そうした不満や怒りは、不確かな感覚しかない自分に向けられ、厳しい超自我を持った人格を育ててしまったと考えられた。

(2)家族の病理として考えられること

こうした人格を彼女が一人で勝手に育てたわけではなく、家族からの影響が当然考えられる。彼女の祖母が自殺未遂を繰り返した人であったことを考えると、その中で彼女が果した役割が何かあったのではと思われる。何度目かの、こうした騒ぎの渦中で祖母に対して何もできないでいた家族に代わって、子供であった彼女が祖母の頬を引っぱたいて、ようやく騒ぎを収めた、というエピソードがある。（#7）これこそ、家族の弱い部分を引き受けてしまった彼女と、それに頼ってしまった家族との止むに止まれぬ関係が生じてしまった瞬間であろう。誰が求めたわけでもないが、早熟な長女としての彼女が自ら引き受けてしまった部分であろうし、弱い家族が彼女に頼ってしまった部分でもある。この状況が彼女に影響を与えていたのは間違いなく、しかし、彼女自身、生じた現象を語ることはできても、まだこ

のことには全く気がついていないのであり、これらは今後の重要な宿題として残された。しかし、弱い家族を気遣って育った子ども、としての自分を少しは感じているらしく、実習での経験で、子供達をうらやましい、とだけ感じて、そのような子供時代が自分にあったのかと訝しく感じているのである。(＃7)

(3)彼女の病理として考えておきたいこと

彼女は感謝がわからないし、そのように感じたこともない、と率直に語っている。(＃9) 彼女は、何度か、人の幸せを憎んだり、人の不幸に安心を感じたりする自分の気持ちに触れ、どうしてこうした気持ちに襲われるのか訝しく感じている。こうした感情は彼女の安眠すら奪いかねない程、悩まされていた感情である。(＃8) これらは、羨望^{註6)}として定義されるものに他ならず、過度の羨望の結果として罪悪感が早くから芽生えてしまう。しかし、幼い自我にはこうした罪悪感は引き受けるには重すぎて、罪悪感を体験することもできず、それらは迫害感^{註7)}にとって替わられてしまう。彼女が何より恐れていたのはこの迫害感であり、これに脅かされて必死で頑張っていたのである。つまり、しっかり頑張らない子は誰からも受け入れてもらえない、といった恐れは外に投影され、外側から認められてやっと、自分自身を成立させていたような危ういものであったであろう。逆に言えば、全て能力で切り抜けていたのであり、相当な自我の強さを本当は持っているのであるが、外界からの脅威に応えることに精一杯でまるで気がついてはいない。

感謝はこのような羨望を克服しなければ現れてくるものではなく、これらも今後に残された。迫害感に動かされるのではなく、外側に投影されるのではなく、いいものは自分の中にすでにあることを彼女が自覚できた時、つまり、自分の能力は自分のためであって、それらの行使を自分のものとして楽しんでいいのだと感じることだ。その時に、彼女は頑張ってきた自分に感謝を感じることができ、それらを助けてくれた家族や周囲の力に感謝を感じることができるだろう。

(4)計12回の経過で彼女の得たもの

彼女は(1)(2)(3)で考えられるような今後の課題は筆者との間では全く実現することはなく今後を待つ他はない。これらを先走って彼女に伝えたところで、彼女にとっては絵に描いた餅に過ぎず、かえって悩みを増やすだけのことであったろう。何より大切なのは、彼女なりの解り方でわかっていくことであり、それが彼女なりの発達を保障するものである。我々は、それのお手伝いをしているだけであり、わかる権利は彼女にある。そうした意味でいうと、彼女は筆者との体験で何を得ただろうか。まず、助けて、と言ってもよい、といった働きかけに素直に応じて、筆者のもとに通い始めたことであろう。そこで、人に頼ってもいいと感じることができて、それはやがて友人関係にまで広げられ、弱みをさらけ出しても誰も彼女を見捨てることなく、かえって友人関係を新たに作り上げることができたことであろう。これは、彼女にとって、これまでの孤立感を和らげ、外に向けられていた脅威を和らげる働きをもたらしたようである。頑張らなくても、弱いところがあっても、ちゃんと認められている、といった安堵感を体験したのではないか。この頃より、不眠を始めとした症状に苦しむことは減少し、次第に、この背景にあった本当の問題、私は本当は何を望んでいるのか、について考える余地が生まれた。皮肉なことに、

彼女が学んだ保育士としての勉強は彼女にとってよい意味を持たないことを自覚してしまった。それよりも、自分が何が好きなのか、といった素朴な感情すら、今は見出せないことにも気がついていった。つらい感情を伴ったことで、これまでの彼女にはない気付きではあった。そうして後に、人に合わせてきた生き方、つまり、外側に合わせてきた自分の危うさに気付いて、それよりも、自分なりのペースで、自分なりにできる何か、そんなものを探したい、と言えるようになり、少しはこれまでにはない一歩の可能性を見せた。

悩みや苦しみは生きていく上で、誰にもあるものだし、多少の病理や問題ですら、成長の過程で一種の個性ともなる。彼女においても、今苦しんでいても、それは反対に彼女の隠れた力の存在を感じさせるものである。

註1) 投影法の代表的な検査である。10種類の図版が、各々何に見えるかを問うものであいまいな刺激であるために、反応の自由度が高く、無意識的な領域まで診断が可能とされる。一方では、あいまいさ故に診断には熟練が求められる。

註2) 文章完成法。未完成な文章を提示して、自由に完成させるという課題を通じて、被験者の特徴を知る。

註3) 相手や自己、状況全体についてのモニタリング、理解の働きを指す。自我の健康な部分の働きである。

註4) 不登校をおこす人にかなり共通してみられる傾向であるとされる。そもそも、子どもは自己中心的で、他者への思い遣りも難しいと思われるのに、幼い頃から育てるのに手がかからず、几帳面でいつもきちんとしていて、皆から好かれ、どこでもよい評価を受け勝ちであるとされる。しかし、失敗や挫折に弱く、それが原因で不登校に陥るとされる。

註5) 外界や自己の身体、自己の精神活動などに対する疎隔感、非現実感を感じ易く、それらに苦しむ。その程度は様々で、神経症程度に留まることもあれば、重篤な状態の場合もある。

註6) 自分以外の人が何か望ましいものを我がものとしていて、それを楽しんでいることへの怒りの感情である。羨望による衝動は、それを奪い取るか、損なってしまうおとすることにある。その起源は乳幼児期にまで遡るとされ、望んでも手にいれない状況があったとされる。クライン klein, Mによって説明された精神分析的な概念である。

註7) やはり、クラインによって明らかとされた概念で、元々発達早期の乳幼児に見られる心性である。外界から脅かされていると感じているかと思うと、それが内にあると感じられるなど、それ自体で恐怖を味わうとされる。

参考文献

(1) Erikson, E.H. : Childhood : Childhood and Society, Psychological Issues, Vol.1, No.1, 1959

小此木啓吾訳編 自我同一性 誠信書房 1973

- (2)北田穰之介・馬場謙一編 精神発達と精神病理 金剛出版 1986
- (3)Segal,H. : Introduction to The Work of Melanie klein.岩崎徹夜訳 メラニー・クライン入門
現在精神分析双書第Ⅱ期一巻 岩崎学術出版社 1977
- (4)中康祐編著「問題行動」日本文化科学社 1982
- (5)Winnicott,D.W. :The Maturational Processes and the Facilitating Environment,The Hogarth press,
London,1965 牛島定信訳 情緒発達の精神分析理論 岩崎学術出版社 1977