

GP特集：書評論文1

大石由起子 編著 大石英史・坂本美知子 他著『青年期の危機とケア』（ふくろう出版、2009）

## 「自分らしく生きる」旅への出航

— 『青年期の危機とケア』を読んで—

村山 正 治

### 私の書評のスタンス

私の書評のスタンスとして、①本書は何を訴えているのか ②私が学生だったら本書はどう役立つか ③教員としたらどう役立つか ④臨床心理の専門家として何を学ぶか、これら4視点から読むことにした。ただし、文章はこの順序に述べているわけではない。

### 1. 本書は読者に何を語りかけているのか

本書は読者に何を語りかけているのか。通読して、「編者のはしがき」はじめ執筆者に通底するテーマは、なんだろうか。私に伝わってきたのは、赤羽潔によれば青年期に「人は世界を創りはじめ」というが、この生涯発達の時期に自分の歴史を創るために大学で学ぶ学生はもとより、保護者、教員、支援する地域の人々に「自分らしく生きるとは」を問いかけていることである。私たち一人一人に、自分はどんな思春期を送ってきたかを問いかけてくれる書でもある。通常の臨床心理本とちがうところは、「問題解決のハウツウ」だけではなく、現代の日本で自分らしく生きることの楽しさと難しさを抱えている我々一人一人に「自分らしく生きるとは何か」、そこに「寄り添う」ときに見えてきたことを各執筆者が表現し、問いかけている。生きるということは、一人一人が「当事者」である。

これは他人に教えられることではなく、周囲の支援をえながら、その人がみずから、自分で応えていかねばならないことである。

### 2. 本書の概要

本書「青年期の危機とケア」は大石由起子編著で次の9章編成129頁である。

- 第1章 青年期とは
- 第2章 青年期の揺れの構造「青年期に人は世界を創造し始める」
- 第3章 「現代型不登校」の理解と援助
- 第4章 スチューデントアパシーと社会的引きこもり
- 第5章 摂食障害者の心理と治療的接近
- 第6章 自傷行為の理解と対応
- 第7章 性をめぐる問題
- 第8章 自殺の予防と対応
- 第9章 相談援助の実際

社会福祉の学生を対象にした授業の副読本として編集された本である。

### 3. 各章冒頭の展望論が役立つ

概要に示した各章を読んで感じることは、各章にはまずその章全体の解説があり、その課題領域の簡潔にして要を得た展望が述べられている。この部分は、学生一人一人が自分らしい生き方を模索するときにつかる大学生活における課題と問題の展望に関する鳥瞰図としてメリットがある。ここは学生にも教員にも保護者にも大変役立つ知識が書いてある。編者の優れたセンスと読者への配慮がありがたい。

#### 4. 実践例の提示が迫力

この点も編者のアイデアだと思うが、必ず執筆者の実践例が提示されていることに注目したい。読者に事例を語る具体性と迫力があるし、執筆者のスタンスが読者に伝わる。そこは読者に執筆者の人を感じさせるとともに、執筆者たちの本書に賭ける共通姿勢がにじみ出て伝わってくる。私は「これがこの大学の社会福祉学科の文化」なのであろうと感じた。

#### 5. 学生生活におけるセイフティネットのマップ

「自分らしく生きる」航海は、楽しいだけでなく、悪天候、思わぬ事件にぶつかることがよくある。赤羽潔の記述している「ゆれの構造」の渦中にいる学生からみたら、それが表面化する大学生活でぶつかるさまざまな問題、つまり摂食障害、性の問題、自傷、引きこもり、不登校、留年、などがわかりやすく書かれている。これは、学生達の生活にとって一つのセイフティネットマップを提供していることの意義が大きい。そのとき、安心して道草を食っても、自分自身と向き合って、時間をかけて、方向性を見つける手助けとなる安心できるマップである。保健室、相談室を安心して活用できるガイドでもある。

#### 6. 学生生活における恋愛と性

学生生活で、最大の関心事は、どの時代でも恋愛であることには異論あるまい。大学で将来のパートナーとめぐり合ったり、別れたり、結ばれたりする出会いのドラマが展開する。このとき坂本美知子の「性をめぐる問題」は必読であろう。この種の本に性と向き合う論稿は少ない。この大学の学生支援関係者の連携のよさが現れている。

#### 7. 関係性に着目する

林典子の相談室の事例は、「自分らしく生きる」プロセスと自分と向き合える場の実際を提供していて読み応えがある。またランチタイムに相談室を開放して、溜まり場にしている。そこでは、ありのままの自分でいられる関係が用意されてい

る。相談室が、ただ効率化でなくゆっくりと自分と向きあう居場所を提供することは、相談室の重要な役割である。

#### 8. 重層的な学生支援教育のスタンス

本書の各章のタイトルに特徴がある。学生に対する「理解と対応」、「実際」などのタイトルが示されているように、「対策」ではなく、学生を理解しようとして接近し、その対応が述べられているところに、「重層的な学生支援教育」のスタンスが顕著に表現されている。

全体の構成としては、各章は独立しているが、1章、2章、3章がいわば総論に当たるものであろう。あとは各論とっていいだろう。

#### 9. 最新の臨床知見があふれている

各章とも新しい知見にあふれているが、ここでは筆者がなじんでいる不登校の領域を取り上げたい。一例を挙げれば、大石英史の3章は、現代型不登校の特徴の解明と援助法の開発である。ここにはまさにこの領域の最前線の知見があふれていて、筆者にとって新鮮であり、明日の臨床活動に役立つ知見に溢れている。学生、保護者、教師に限らず、臨床心理の専門家、特にスクールカウンセラーには是非読んでいただきたい。すぐに役立つ情報である。新しい知見として、まず、現代型不登校の特徴を5点にまとめている。すなわち、①きっかけははっきりしない ②(他の児童生徒と)一緒に遊べる ③学校に来たときはごく普通に振舞える ④行事には参加するが、授業には出たがらない ⑤独自の空想世界をもっている、である。援助論としても、不登校をアセスメントする5点を指摘している。①いじめ ②発達障害 ③虐待 ④精神疾患 ⑤非行・遊び、さらに援助者の基本的認識、教師に出来ることなど、どれも日常の臨床実践にすぐ役立つ貴重な知見である。すぐに役立つ情報である。また教育論として芹沢の「自己領域」つまり「その人が自分自身であるという感覚を保持できる時間と空間」に着目していることに筆者はとても共感を覚える。あとでその意義に触れたい。

## 10. 自分らしく生きることのできる学級とは

大石英史が不登校児童生徒の心理的援助を通じてみてきたことは、自分らしく生きることが難しくなっている学校のクラスの、ひいては社会の現実である。

学級規範として、「友達がいないことはよくないこと、明るく元気な子がいい子」だけが強調されると、これについていけない子どもは排除されることになる。

これらは担任が幅広い価値観を持つことでかなり緩和される。と指摘している。

大石英史は「クラスの中に自分がありのままで見られる、自分らしさが出せる、居場所の感覚がもてる。これらのことがある程度保証されることは、不登校の子に限らず一人一人の子どもの育ちにおいて、もっとも大切なことである。」と指摘している。筆者はさらに拡大して、この視点は学校で起こるいじめ、非行、不登校などあらゆる問題の根本はこのことが十分保障されないことにありと認識している。問題の根源はここにあると強く主張したい。これは日本の教育の最大の論点であると思う。保護者、教師はどう考えられるのであろうか。戦後60年「自分らしく生きる」社会にしていくため、戦後、アメリカ民主主義の導入とともに、「会社のために」から「個人のために」、「集団主義から個人主義へ」、「集団規範にあわせるより、個人のありのままの尊重」などの大転換があったと認識している。しかしこれらは対立するテーマでなく個人の中で統合されるべき価値である。これらのことがまだ日本文化の中で、十分統合されていない。これから育てていかなければならない大きな社会的、個人的な課題である。

大石英史は「子どもが語る学校の出来事に対して、保護者が過度に被害的に反応し、結果的に子どもが学校に行かなくても済む理由を得るケースが見られるようになった」とし、母親の在り方、父親の在り方が問われていることも提唱している。筆者はこれは現在の日本文化の大きな課題であると思う。心理的問題は、「その国の社会と文化の関数」である。自殺、不登校などさまざまな問題は、

その原因を個人に帰属させるだけでなく、社会システムの視点から見るとさまざまなことが見えるというのがシステム論の教えだろう。本書で展開される福祉、臨床心理学、臨床教育学などの視点から、教育の全体の状況からこれらの問題が理解されるべきだろう。大石、赤羽論文は、この点でもさまざまなことを教えてくれる。

## 11. 関係における相互理解が基本

最後に、筆者の主張を述べさせていただき、この書評の締めくくりとしたい。ノクロス, J.C.ら(2001)<sup>注1</sup>の心理療法効果要因の研究から見ると、赤羽潔の指摘する「解釈より理解」は証明されつつある。この文脈で言えば、心理療法の効果要因100%のうち、30%はセラピストとクライアントの人間関係であるが、クライアントが「私のセラピストは、私のことをよく理解してくれる。」と認知しているとき、もっとも治療効果が上がるとの研究結果が出ている。福祉学科や学内で「理解の雰囲気」が出来ているところは大変素晴らしいし、これからの臨床心理、臨床教育学、福祉の実践領域の進む方向がここにあると筆者は確信している。本学の重層的な教育支援を支えるキーワードである「理解」こそ、実践活動の基本哲学であるといえよう。本書は本学の学生支援に大変役立つものであるし、本学以外の学生、保護者、教員、養護教諭、学生相談員、福祉関係者、スクールカウンセラーなど、多くの方に読んで頂き、自分の歴史を刻まれるあゆみの参考にされることを期待している。(九州大学名誉教授、関西大学客員教授・東亜大学客員教授)

## 注

注1 Norcross, J.C. (2001) Empirically Supported therapy relationships: Summary Report of the Division 29 Task Force. *Psychotherapy: Theory / Research / Practice / Training*, 38, 4, ff, Research

リプライ

## 抱えられる体験を通して抱えることを学ぶということ

— 対人援助を志す学生を育てる視点 —

大石 由起子

### はじめに

村山正治先生は、日本におけるロジャース派(カウンセリングの来談者中心療法、エンカウンターグループなどを含み、パーソン・センタード・アプローチと呼ばれる領域)の草分け的存在であり、不登校臨床や学生相談、スクールカウンセラー制度の整備など、主として教育の領域におけるカウンセリングに貢献されてきた研究者であり臨床家である。

ロジャース派のカウンセリングの技法(実際は、技法という言葉では技術に偏りすぎており、また理念という言葉では抽象的になりすぎるが、そのどちらも含むものであり、むしろカウンセラーの「心得」ともいうべきもの)は、「受容」や「共感」といった概念とともに、福祉領域でも相談援助の基本として定着している。また、福祉や医療におけるデイケアや自助グループ(セルフヘルプグループ)などの発展の源流に、村山・上里編「セルフ・ヘルプ・カウンセリング」(1979)があり、日本におけるグループアプローチの発展にも寄与してこられた。したがって今回、縁あって村山先生(以下敬称略)に本書の書評を頂けたことにまず感謝の意を表したい。

村山氏は、本書が通常の臨床心理本と違って、「問題解決のハウトゥ」だけでなく、学生はもとよりそれを支援する大人の側にも「自分らしく生きるとは何か」を問いかけ、そこに「寄り添う」経験の中から各執筆者が捉えたものを提示していると評している。それからまた、「大人の読者に、自分はどんな思春期を送ってきたかを問いかけて

くれる書でもある」と指摘する。この指摘は、青年期の若者を支援する大人にとってとても大切な指摘ではなかろうか。今や青年を支援する側にいる大人がかつて青年だったころの自身のものがきと、そこをどう通過してきたかを顧みることが、今ここにいる青年を理解し支援する際の手がかりとなるからである。サン・テグジュペリの「星の王子さま」に「大人はみな昔は子どもだった、しかしそのことを覚えている大人は少ない」という一節がある。誠に、私たち大人は自身の来た道である青年期の葛藤のありさまを都合よく忘れ、世代のギャップを埋める努力をせずに「いまどきの若者は」などと切り捨ててしまいがちである。

さらに、村山氏は、時に問題行動として捉えられがちな学生の危機的状況に対して、「対策ではなく理解しようとして接近しその対応が述べられているところが重層的学生支援教育のスタンスでありこの大学の社会福祉学科の文化なのであろう」との感想を提示された。これはとても嬉しいポジティブフィードバックであった。

書評とリプライの関係には学問分野によって様々なものがあるであろう。批判や疑問を提示することによって、更なる議論の深まりをねらうやり方もある。しかし心理臨床の場においてクライアントの語らんとすることを読み取り、その人の中にある可能性や魅力を引き出そうとするロジャース派の村山氏の書評のスタンスは、本書の魅力を引き出そうとするものであり、文章の背景にある、編集者や各執筆者の学生支援や教育に寄せる思いを感じ取ろうとするものであった。

筆者もそのことに触発され、まずは本書の背景にある、学生支援と対人援助を志す学生の教育との関連や、大学教育が社会に出る前の学生に果たす役割について述べてみたい。

## ソーシャルワーカーに求められるカウンセリングのセンス

本書は、本学社会福祉学部の「重層的学生支援教育による福祉人材養成」の一助として、またその社会的還元を目的として編まれたものである。福祉人材とは、社会福祉士、精神保健福祉士など領域によって呼び名は異なるが、ここではソーシャルワーカーと呼ぶことにする。高齢者や子ども、障害者、生活困窮者などの福祉を促進するための対人援助職であるソーシャルワーカーは、対象者の置かれている状況を的確に理解した上で、対象者の意思に基づいた具体的な福祉支援を提供することを目的とするが、対象者は、社会的に困窮しているだけでなく、心理的にも困窮していることが少なくない。そのような対象者を心理的にも援助しつつ、その意思を尊重していくことが求められる。したがって、ソーシャルワーカーの仕事にはカウンセリングの力量が求められる事になる。

## 対人援助を志す動機背景にあるもの

筆者は、臨床心理士として、学生相談や教育相談に携わってきた心理臨床の領域に属するものであるが、心理臨床を志す学生の傾向として、例えば友人の自殺や、兄弟姉妹の不登校などのように、自身や近親者に心理的援助を要する経験をしてきたことが動機になっていることが少なくない。福祉の領域も然りで、学生に社会福祉学部の志望動機を問うてみると、例えば自身の祖父母を介護する母親の苦労を見たり、障害者に身近に接する経験等の中で、対人援助の専門職としてのソーシャルワーカーに魅力を感じたという場合が多い。このような動機付けは、福祉や心理領域のみならず、医師や警察官等々人を援助する職業を選択する動機としては普遍的なものであろうし、そのことそ

のものは問題ではない。ただ、動機となった個人的経験がその人の中で、生々しく生きていて、その経験を対象化し客観的に捉えることができていない場合には、他者を援助するということへの思い入れが強すぎて冷静さを欠いたり、思い描いていた「援助する自分」のイメージと現実とのギャップにバーンアウトしてしまう危惧もある。

また、大学生は、疾風怒濤の青年期のアイデンティティ確立のまっただ中にあり、一人で立つすなわち自分で自分を支えることに四苦八苦する時期でもある。この点からも大学の4年間はじっくり自分を見据えるとともに、自分が何をやりたいのか、あるいは自分に何が出来るのかを現実的に模索する時期であり、福祉的対人援助を志したその動機についても今一度吟味されることになる。中には自身が他者から援助されたいという願望の裏返しとして人を援助したいという動機を持っていることがあり、他者を援助する前に自身の本来の願望に向き合う必要が生じる場合もある。

## 教育とは、学生が自分と向き合う機会を提供すること

このように考えてくると、福祉的人材養成として、対人援助を志す学生を育てるという試みは、その学生自身の「自分とは何か、自分に何が出来るのか、何が出来ないのか」というアイデンティティの揺れや、何を職業として選びとっていくのかといったキャリアデザインの問題を含めて、学生に落ち着いて自分と向き合う機会を提供することでもある。また自分と向き合うという作業は時として心理的痛みを伴うものであり、向き合った結果これまでの自分を一部壊して新たな自分を創造する必要が出てくることもある。学生の教育に携わるといふことには、そのような揺れに自分を支えられなくなった学生を抱えることも含まれる。そして学生は、教職員や仲間から抱えられる体験を通して抱えることを学びとってほしいと願う次第である。

### 抱えられる体験を通して抱えることを学ぶとは

「抱えられる体験を通して抱えることを学ぶ」という言い方は、「支えられる体験を通して支えることを学ぶ」あるいは「育てられる体験を通して育てることを学ぶ」という表現に類似している。しかしそれは単に人が他者から受けた経験を再び別の他者に与えるということではない。

青年期にある学生が、自己の確立の途上で、まさに「疾風怒濤」の揺れの中にいて一人では乗り切れることも、一人で立つこともままならない時、周囲の誰かに抱えられる体験をするとする。ここで抱えられる体験とは、具体的にイメージするとすれば、誰かが自分の困窮状態に気づいてくれ、話を聴いてくれたり、寄り添ってもらったり、解決への糸口をともに考えてくれたりといった、いわば援助される体験である。その学生は、そのような他者からの援助に対してはじめは戸惑い、あるいはすがり、やがて援助を享受してエンパワメントされてくると、次に自分自身を抱えられるようになってくる。そうしてその体験を活かして、今度は他者を抱えることができるようになっていく。ここで大切なことは、他者から援助される体験から、他者を援助する試みへと一足飛びに行かず、自分で自分を抱えることをしっかりと体験すること、すなわち一人で立つことを体験することである。

### 自分で自分を抱えるステップが介在すること

対人援助を志す青年の動機の中に、自分自身が援助された経験があり援助してくれた者への憧れや理想化がある時、自分一人で立つという経験を充分せずに一足飛びに他者の援助へと向かうと、場合によっては共依存的な援助関係に陥ったり、他者を援助する立場の者が相手から報われたいと願うようなことにもなりかねない。

人が人を援助するということは、時に厳しい覚悟を要する。心血を注いで援助しているつもりでも相手から感謝されるどころか批判されることもあるし、いろいろと労力を注いで援助しても相手の状況が好転しないばかりか悪化していくことを

止められないこともある。援助することによってなにがしかの心理的な報い、すなわち相手の状況が好転するのを見る満足感や相手から感謝されることなどを求めようとする援助者は、そのような時空しさを感じてしまうだろう。自分が援助することと、その結果相手の状況が好転するかどうかということとの間に一線を画するためには、自分の援助する行為に心理的依存をしないということが必要になってくる。そのためにまずは自分一人で立つという感覚をもつことが重要だと考えるのである。とは言うものの、援助者も生身の人間である。援助するという行為に対する心理的報酬を相手に要求してしまわないために、仕事として金銭的報酬があったり、無償の援助の場合にはそれを支える確固たるものとして信仰が存在したりするのも事実である。

### 自分らしく生きることと健全な自己愛

次に村山氏の書評のテーマにもあった「自分らしく生きる」とはなにかという問いに対して、筆者なりの見解を述べてみたい。筆者は「自分らしく生きる」とは、健全な自己愛を育むことでもありと考える。「健全な」と前置きするのは、幼児期の肥大化した自己愛（精神分析的に言えば、父性的な去勢によってしばまされることのないまま温存された幼児的な万能感といいかえてもよい）と区別するためである。後者の自己愛の問題は、現代型不登校や引きこもりなどの不適応の背景にも見られるものでもある。一人一人の子どもを「オンリーワン」の存在として大切に育てようとする教育観（そのことそのものを筆者は否定するわけではない）と、親が自身の自己愛の延長上に「自分の子どもだけは特別の存在」とみる傾向が重なると、子どもは幼児的な自己中心性や万能感を修整されることなく思春期・青年期に至ってしまうことがある。そのような親に欠けているのは、自分の子どもだけがかけがえのないオンリーワンの存在なのではなく、となりの子（他人の子）もまたかけがえのない存在なのだという認識である。親の側にその認識と配慮があれば、その子どもも

また自身の傷つきや痛みだけでなく他者のそれにも気づけるようになるであろう。さて、前述した幼児的な自己愛や万能感を温存したままの子どもも、思春期・青年期になると、親の庇護から離れ、外の現実生活の中で自身の客観的な評価を問われ、幼児的な自己愛や万能感は修整を余儀なくされていくことになるが、このことから逃避する形で起こってくる今日の不登校や引きこもりの問題がある。それに対して「健全な」自己愛とは、現実生活の中での客観的な評価に向き合い、時に傷ついたりしながらも、自身の感じることを大切に、それを相手に伝える努力を前向きにしていくエネルギーといってもよいものである。自分の思いや考えを相手に伝える努力は痛みを伴うこともあるが、それでも勇気を持ってなんとか相手に伝えようとするのが、健全な自己愛をもって自分らしく生きようとする姿である。傷つくのを恐れて表現せずに、相手が察してくれるのをただただ待っている幼児的な自己愛との違いはここにある。それでも、支援するかかわりにおいては、幼児的な自己愛だと否定するのではなく、その傷つきやすさに配慮しながら、理解のアプローチの中で、本人が自分の思いを表現することをエンカレッジあるいはエンパワメントしていく。そうして、本人が幼児的な自己愛や万能感から脱皮し、真に「自分らしい生き方」を模索するのを支援するのである。