

## 援助関係においてクライアントの存在を無条件に受け入れるということ

### —若者のひきこもり問題を踏まえて—

大石 英 史

A speculation how the therapists accept their clients' actual existence

unconditionally in the therapeutic relationship

—In the cases of withdrawal—

Eiji OHISHI

(Received September 27, 2002)

#### 1. 存在することの無条件性への問い

クライアント中心療法の創始者であるカール・ロジャーズ(1957)は、カウンセリング場面において元来クライアントに備わっている「実現傾向 (actualizing tendency)」が発揮されるようになるための援助者側の条件の一つに「無条件の肯定的関心 (unconditional positive regard)」を掲げている。これは、クライアントの言動を含めた存在そのものに対する援助者の関心が常に肯定的かつ無条件であることが、クライアントの自己の人生に対する主体的なあり方を引き出していくうえで重要であることを指摘したものである。この指摘に限らず、カウンセリングに関する文献の中には、クライアントの「ありのまま」の姿が受け入れられること、そしてその次元で寄り添いかかわることの重要性を説いたものが数多く見受けられる。また、親が子どもを育てるときや、教師が児童生徒を教育していく際にも、同様に、子どもの成長にとってその子の「ありのまま」のあり方や表現をまずは保証するという「カウンセリング・マインド」の大切さが指摘されている。

この「ありのまま」とは何なのだろうか。あるいは「ありのまま」を見つめつつ、かかわっていくことが援助や教育にとってなぜ重要なのか。そもそも実践的かつ日常的な次元において、この「ありのまま」を保証する関わりは可能なのだろうか。例えば、早期の母子関係において、子どもの存在の「ありのまま」を無条件に受け入れることといわゆる「しつけ」を施すことはどう折り合うのか。また、現在100万人とも言われる若者のひきこもり問題に対して、その無条件性はどう問われるのか。ひきこもりは、まずはその「ありのまま」の状態において無条件に保証さ

れるべきものなのであろうか。

本稿では、人がこの世に生を受け、親をはじめとする数多くの他者とのかかわりの中で育っていくときに、その存在の「ありのまま」の姿がどのように保証されることが、その人を健全に成長させていくのかについて考察する。その作業を通して、ひきこもる若者の援助はどのようにあればよいのかについての示唆を間接的に引き出してみることが、本稿の目的である。

芹沢(2001)はいかなるしつけも、それがその子の存在の「ありのまま」に対して強制的な力を及ぼすという意味で、暴力として現出してしまふ、すなわち、しつけと愛情は両立し得ないと言い切る。とりわけ、それが母親の役割として遂行されるとき、それ自体が暴力であると論じている。ただし、これは、単なるしつけ反対論として読まれてはならない。子どもとは、親から「そのままでは引き受けられない現実」を強制的に贈与された、すなわち「被贈与性」を備えた存在である。生きていくとは、このような自己存在に対する根源的怒りを引き受けつつ解消しようとしていく過程であるという。このような深い次元に降り立つことによって始めて、子どもは理解されるのである。また、芹沢(2002)は、子どもたちに向ける大人のまなざしには、「WHOLE」と「TOTAL」の二種類があるとす鶴見俊輔(1999)の説を引用し、子どもの暴力は、TOTALのまなざしによって傷つき損傷したWHOLE=丸ごとの自分の奪回という動機を本質的に内在化しているという。さらに、いくつかの事例を通して、人の存在を他人との比較あるいは特定の能力を備えた存在という視点から見ることが、その人を精神的にどれほど追い詰めていくか、逆に言えば、人の存在をそれ自体としては欠けたところのない唯一の存在としてありのままに捉えようとするまなざしが、その人がその人なりに生きていけるようになっていくためにいかに大切であるかが説かれている。

では、ひきこもる若者たちに接近しようとする場合、そのような適応手段をとらざるを得なかった事情はありのままに認識したとして、その後援助者はどうかかわっていくことが本当に援助的であると言えるのだろうか。ひきこもり問題は、現代社会の豊かさが生み出した問題領域であり、その背後には「豊かさ」への本質的な問いが存在している。その問いかけとは、豊かであると言われていてもかかわらず、便利さに振り回され生活時間の流れは加速度的にゆとりを失っているという「時間に関する逆説」と、人間関係の中にも個人化と効率化の波が押し寄せ、お互い様意識を失い、寛大さや曖昧さを失っているという「対人関係に関する逆説」の二つに集約されると筆者は考えている。

そこで、ひきこもる若者たちのために、その人生がよりよいものであれと願い接近しようとする援助者の行為と、援助者を含めた他者が侵害してはならない個人の最終的な主体性の領域とは、どのように折り合うことができるのだろうか。ウィニコット(1963)は、人間存在の中核には、人格の基本的単位としての「孤立(isolation)」の領域が存在し、人はこの「孤立」の領域を他者によって侵されそうになったとき、たとえそれが援助的な意図によるものであったとしても、「偽りの自己」による防衛を破綻させ、文字通りひきこもることでその領域を守らなければなら

なくなるといふ。すなわち、援助者は、まず援助される者の人格の中心に対して無力であり、その無力感は援助者の援助される者への影響力を通して回復されてはならず、援助者自身の孤独として引き受けられなければならないということである。

## 2. 生活にまみれて見えてくるもの、見えなくなるもの

家庭であれ学校であれ、人と人とが生活を共にすることの中で生じてくる問題に、「ありのまま」の姿が見えなくなるという現象がある。そこで、まず人の存在の「ありのまま」が見えなくなってくるとき、その背景にはどのようなことが生じているのかについて考えてみたい。それは、日々の生活をこなすことに追われる中でお互いの「ありのまま」の姿が見えなくなるという現象であり、生活を共にする中で顕在化してくる互いの欲求や価値観のズレや衝突、そしてその結果生まれてくる相手をコントロールしようとする意識の問題でもある。そこにはかかわりの当初存在していたはずの相手の主体性を大事に思う姿勢が、日々の雑事をこなす忙しさや疲労の中でなくなっていく、自分にとって都合のよい在り様を相手に求めるといふ在り様が生まれてくる。ここでは相手の自分にとって都合のよくない側面ばかりが目につき、それを正そうと圧力をかけていく関係が存在し始める。教育者や援助者の相手のマイナス面を正そうとする熱意は、それが自分自身のエゴイズムであることの自覚を離れ、「相手のため」とか「教育」や「愛」という名のもとに正当化されたとき、そのかかわりは暴力を生み出す。そして、多かれ少なかれ、われわれはそのような暴力を受けながら育ってきたとも言える。

その意味で、人間関係の営みが「純粋な愛」に基づいたものであることはきわめて少ないというよりも存在しないことを前提に論を進めていく方が現実的であろう。すなわち、通常の人間関係は、常に「純粋な愛」からの「隔て」として存在するのであり、本稿で考察しようとしている相手の「ありのまま」を無条件に肯定するかかわりとは、今言う「純粋な愛」を基盤とした人間関係のことを想定しているのではない。その愛が純粋かどうかを問えば、それはお互いの欲求のズレと実際の断念の中で挫折し、場合によっては憎しみの感情をすら引き起こすのが人間である。

しかし、人間の場合、この互いの欲求や価値観のズレは、そのつど互いの言葉によるコミュニケーションによって解消していける可能性を持っており、話し合いを通して、相手の理解とその結果としてのゆるやかな妥協と歩み寄りが成立しうる。鯨岡(2002)は、子どもの思いを肯定的に受け止め受け入れていくある種の受動性を持ちながらも、それでいて子どものなすがままになるのではなく、育てる者としての願いや思いを能動的に伝えながら応じることを、育てる者において生きられる「両義性」と呼んでいる。すなわち、育てる者の方が一方的に「こうして欲しい」を押しつけ、その通りにさせようとするのではなく、子どもを一個の主体として受け止めることによって、結果的に子どもが「こうしよう」「こうしたい」と主体的に思えるようにもっていくのである。

生活を共にするとは、人と人とのこのようなゆるやかな断念と妥協の連続であるとも言える。

しかし、親がこの期待と断念と妥協において子どもと全く対等であると、親は育てる者の「両義性」を生きることができない。親は子どもに対してあたかも断念や妥協を強要したかに見えて実は、子どもにそのような成長の課題を与えることもあろうし、逆に自分の方が一時的に欲求を断念することで子どもの欲求を叶えてやることもあるだろう。これらのかかわりは、親が親の役割を遂行できるために必然的に要請されてくる親と子の「非対等性」によってはじめて実現できるものである。そして、この「非対等性」、すなわち、親が「親の自分」を生きることによってはじめて、子どもは「子どもの自分」を生きることになり、大人へと成長していけるのである。この意味で、子どもの「ありのまま」の姿を愛でることができるまなざしは、それ自体の中にすでに関係の「非対等性」としての「親性」（親的なまなざし）を含んでいると言わなければならない。

しかし、こうあってほしい姿や一般的に望ましい姿だけを見ようとするまなざしからは、相手の「ありのまま」の姿は見えてこない。そのまなざしから「ありのまま」はつねに身を潜める。「ありのまま」を見つめるまなざしは、そのように微かで瞬間的なものである。そして、実際には、「ありのまま」が見えてこなくなるというよりはむしろ、望ましくない姿ばかりが目につくようになる。このような現象は親子関係だけでなく、人間同士が身近にかかわりを持つようになると様々な関係性の中で生じてくる。確かに、生活を共にすることではじめてわかるその子の特徴もあるだろう。決してきれいごとでは済まされない改善された方がよい行動や習癖もあるだろう。しかし、問題となる傾向や行動の改善や望ましいしつけや教育を行うだけのかかわりしか持てないのだとすれば、そこには評価的、条件付きの愛しか存在しない。このような関係の土壌においては、子どもの健康な心の成長は望めない。子どもが自ら成長していく力は、その子の「ありのまま」をまずは愛そうとし、その子の成長を共に喜ぶまなざしによってこそ引き出されるからである。現実には、そのようなかかわりに恵まれないまま、自らその断念を持って成長する子どもたちの何と多いことだろうか。子どもは、たとえそれが不十分なものであっても、「ありのまま」を受け入れ愛そうと努力する周囲の者たちのかかわりを感じてはじめて、健全な自立への道を歩むことができるのであり、それは教育においてつねに目指されなければならないことである。

例えば、わが子が不登校になったとき、多くの親は学校に行くよう子どもを何とか説得しようとし、場合によっては力づくでも連れて行こうと試みたりする。これも、親の学校には行って欲しいという欲求や願いやそれを裏付ける価値観と子ども本人のそれは頭では嫌というほどわかっているが、どうしても行く気になれない子どもの状況とが、衝突する典型的な場面である。しかも、学校に行かないという行動は、親自身の行って欲しいという欲求というよりも、このまま行かなければ将来この子はどうなるのだろう、社会の中で一人前にやっていける人間になっていけるのだろうかという親としての不安をも同時に惹起する。しかも、多くの場合、その不安は子ども本人がたとえ明瞭に意識していないように見えるときでも、子どもの中に深く沈み込み、ある種の後ろめたさを感じさせている。この親の親としての不安、心配と子どもが自ら蒙るであろう

後ろめたさは、いわば不登校というひとつの現象が親と子それぞれに課してくる負の感情である。しかし、不登校が問題化するのには、それにもかかわらず子どもが不登校を選ばないしは選ばざるを得ない事情とは何かということが、親や周囲の者たちに了解されないからである。

増井(2002)は、不登校児の世界に寄り添うという観点から、不登校児とは心のどこにも逃げ場がない苦しみを持つがゆえに完全逃避する必要に迫られた子であること、外の世界に対して適度に心を閉ざすことができないから文字通り閉じこもる必要に迫られた子であること、頑固なのではなく周りから影響されすぎることから頑固にならざるを得ない状況にあること、わがままなのではなく本当はわがままになれない子であること、など様々な逆説的視点を指摘する。

つまり、学校に行きたくないという感情の奥底に、その子のどのような訴えがあるのか。自ら成長していこうとする意思を何が妨げているのか。どうすれば少しでも前向きにその問題に取り組めるようになるか。その子のために思ってやっていることが、かえって不登校を長引かせてはいないか。このような問いかけを行いながら、不登校の背後にある発達上の課題を明らかにしていき、そこからその子をどのようにサポートしていけばよいのかが援助行為の中心に見えてこなければならぬのである。

### 3. ひきこもり問題の本質

しかし、不登校よりも発達的にはもう少し後の段階で生じるひきこもり問題の困難な点は、ひきこもり行動の背後にある本人の気持ちを引き出すことそれ自体あるいはそこからさしあたり見えてくる本人へのサポートを、多くの場合、最も身近にいる親が成し得ないことにある。特に、健全な自己愛の芽を傷つけられて育った若者に対しては、本人の「孤立」の領域、すなわち主体性の領域を大切にしながらも、ある程度向き合っていくかわりが必要とされるが、たとえ親がそれを行おうとしても本人がこれまでの経験から心を開こうとしないという現実がままある。より具体的な言い方をすれば、それまでの親子の関係の中で育まれた、親が子の思いを受け止め損なっていること、あるいはそのことが改善されないまま結果的に親の方が子どもの言いなりになっているというような傾向が、それをさせないのである。このような状況に置かれている親は、いったい何から始めればよいのだろうか。

まず、親の方がわが子を外の世界に連れ出すという対症療法の次元を離れ、もうひとつ上の次元に自分をもっていくことが重要である。もうひとつ上の次元とは、外の世界に出られるかどうかよりも大事なことで、すなわち、本人がこれ以上自分の主体性を他者から侵害されることなく、外の世界に出て行けないことを自分の人生の問題として引き受けていける時間と空間を保証してやることである。そのためには、親は親として、自分の人生をいかに生きるか、限られた人生の時間をどのように過ごすことがよりよいことなのかについて自分なりの考えを深めていく必要がある。その視野に立ったうえで、わが子が仮にある程度の葛藤と後ろめたさを感じつつも、結果的に楽な方に流されていると感じられるときには、親はそのことを命令し指示する者としてでは

なく、あくまでも本人自身への問いかけを促していく者として向き合っていかなければならない。そのやりとりは、なぜ社会に出て行くことが大事なのかについての説諭ではなく、親がひとりの人間として感じている気持ち、それは多くの場合いくつかの矛盾した気持ちを含んでいるであろうが、それをわが子に伝え、それを通して本人自身の心に現状への問いかけを促していくものである。社会に出て行くことが大事か否かを導き出せるのは、親や教師による説得によってではなく、本人が自分の人生の時間の有限性とそれに伴う責任を自ら引き受けるという次元に降り立ったときである。それによって、もし本人が何らかの理由によってどうしても社会とつながりを持っていないのだとすれば、その理由を互いに検討しあい、今の自分が現実的にやれそうな多少の工夫をしたり、場合によっては改善のための協力を他の人や専門機関に依頼するということもある。

大事なことは、まずは本人がひきこもりを自分の問題としてしっかり引き受けることのできる状況を作ってやること、そのような状況の中で本人が自ら問いかける存在になれるよう親がいてやることである。本人との対話の中で、現時点でもやれそうな適応上の工夫を見つけ出したり、自分にとって相性がよいと感じられる人や場所を探してみることの手助けが、無理なく行えるようになることよい。

このように、ひきこもり問題の援助の本質は、ひきこもりという行為によっていったん断ち切られたその人を取り巻く人間同士の関わりを再び回復し、日常的に生きられるものにしていく作業に他ならない。ひきこもりという現象は、その回復作業をかかわりのある周囲の人間すべてに問いかけ、要請しているのである。したがって、まずはこのような方向での援助が可能な限り行われること、あるいは行われているかどうかを問い直してやることを出発の原点としなければならないだろう。

ここに、ひきこもり問題に関して、外の世界に誘い出す「方法」だけが優先され一人歩きしてはならない根拠があるのであり、最善の努力の中で社会への参入という形が、周囲の他者のよかれという基準ではなく、他でもない本人自身の納得により実現されていくことが望まれる。新しい人との出会いやかかわりは、本人自らの動きによって生まれてくるものであるし、またそのために家族や隣人は存在するのである。この基本理念からすれば、人の生き方の形は実に多様なものであり、ある意味ですべてが例外的ということになる。正社員としての仕事に就くことや学校以外の活動の場を見つけること、あるいは自助グループの会合や相談室に通うことだけが強要されてはならないのであり、フリーターも含めて本来その人の数だけ社会へのかかわり方は存在するはずである。結果的に選ばれた形が問題なのではなく、一時そっとしておいてもらうことも含めた周囲とのつながりが存在し、それが本人自身の生きる質をまずは保証しそして向上させるための見えない促しとなっていることが重要なのである。

#### 4. ひきこもりと精神病理

次に、ひきこもりと精神病理の関係について少しだけ触れておきたい。齋藤(1998)は、現在

社会問題として注目されているひきこもりを「社会的ひきこもり」という言葉で規定し、それを「20代後半までに問題化し、6ヶ月以上、自宅にひきこもって社会参加をしない状態が持続しており、ほかの精神障害がその第一の原因とは考えにくいもの」と定義している。逆の言い方をすれば、ひきこもりという言葉それ自体は、病理概念ではなく状態概念に過ぎず、その状態の中には様々な病理や障害も含まれているわけである。精神病理学的な観点からすると、ひきこもりという状態にある人たちの中には、精神分裂病やうつ病をはじめとし、スキゾタイプルという人格傾向や種々の人格障害、さらにはアスペルガー症候群、高機能自閉症などの発達障害、場合によっては解離性障害やPTSDとしての反応などが含まれると考えられる。

しかし、これらの個人病理、障害あるいは人格特性などは、いずれも「正常」と有機的な連続性を保っていると言わなければならない。高岡(2000;2001)は、人格障害の中のスキゾタイプル(分裂病型人格障害)と呼ばれる少年たちは、認知症状(妄想様観念や関係念慮)・対人関係症状(社会不安や孤立)・奇矯さ(限定された感情や奇異な話し方)などの基本特徴を備えており、対人関係症状と奇矯さは相対的に安定しているが、認知症状は人格の相対的安定性が危機に陥ったとき、一過性のものとして出現するという。すなわち、このような若者たちは、その相対的安定形態である孤立が保証される限りにおいて生きていくことができ、ひとたび孤立が保証されず、集団への同調を強いられるとき、妄想様観念や関係念慮などの認知症状と不合理な攻撃性が惹起される。したがって、援助または治療が必要なのは、その「内包」された諸特性の一部が突出した形で顕在化したとき、すなわち「境界例化」「マイクロサイコーシス化」したときであるとしている。それ以外のとき、つまり日常においては、その人の人格「特性」、すなわち「心のクセ」(近藤、2001)に過ぎないのである。このような考え方からすれば、たとえ病理的な背景が見られるとしても、他者からの援助というものは、その個人がよりよく自分の個性を生きるための工夫という観点から要請されるものであり、そのニーズに応じて援助サービスを行うというのが援助者側の基本姿勢でなければならない。その場合、利用者側に援助サービスのヴァリエーションの「多様性」、「選択性」、「拒否性」が最大限保証されていることが望ましいであろう。これらのことを踏まえたうえで、人とのかかわりや居場所が提供されることが原則なのであり、一方的な危機介入は、放置することで自傷他害の可能性が明らかに高いと判断された場合に限り、当の個人の人格的主体性を大事に扱いながら、あくまでも例外的に行われなければならないということである。

## 5. 技術と技術を超えたものへの問い

ここで、ひきこもりへの援助について、援助者が用いる援助技術とその援助者自身の関係のあり方について考えてみたい。これは、援助行為における技術や技法が、それをを用いる人間のあり方や態度とは決して切り離して考えられないことから要請されてくる必然的な問いでもある。

例えば、不登校で家に閉じこもっている少女が母親と相談に訪れたとする。そのとき、その少

女に対して、仮に面接の技術ないしは方法として、「いろいろ苦労が多かったね。あなたは今のままでいいんだよ」と伝えるとしたら、その子はその援助者を信頼するだろうか。その子は援助者の何を見ようとするだろうか。おそらく、技術、方法としてではなく援助者が心からそう言えるときに、その子は限りない愛情を感じるのではないだろうか。現状からの立ち直りが可能になるには、例えばそのような出会いが必要なのではあるまいか。そもそも、立ち直りとはこの場合何を意味しているのだろうか。無条件にその子の存在それ自体が肯定されるとき、そこには立ち直るべきその子はもはやどこにもいないのではないだろうか。そして同時にその子の存在を肯定する者とされる者の関係もそこには存在しないのではないだろうか。

本来、人が人として生きることと、人とのかかわりをもつことは切り離せるものなのだろうか。仮に人が人として生きられることと人とのかかわりを持つことが不可分の関係にあるのであれば、われわれはどのような人間関係のありようを模索していかなければならないのだろうか。ひきこもり問題は、このような問いかけをわれわれに迫っているのではないだろうか。

このような問題提起によってはじめて、われわれはひきこもる個人のみを問題にするのではなく、その個人を取り巻く共同体や社会の在り様をも同時に問題にしていくという視野を獲得することができる。あふれ返るほどの情報と携帯電話をはじめとするあまりにも多様化したコミュニケーション手段の中で、いつも人とつながっていないと不安で落ち着かない若者たちが増大しているという。これとは一見対照的ではあるが、人とのかかわりを恐れ拒絶しひきこもることで自らを守ろうとする若者たちの増大は、根底の部分においては同質の社会病理を含んでいるのではないだろうか。人間関係の中につねに出ていないと不安な若者たちと人間関係の中で傷つき傷つけることを恐れ、家族以外の一切の人とのかかわりを断ってしまう若者たちとは、人間関係をもつことと自分の孤独を抱えることとのバランスがうまくいっていない、すなわち人間関係の距離の取り方がわからないという点で共通の問題を抱えている。しかも、これは現代社会における対人関係が、面倒なかかわりを避け個人化することで、より便利な方向に流されてきたことと決して無関係ではない。

## 6. 孤立の向こうに見える新しい共同性

不登校やひきこもりに限らず、現代社会での生きにくさをテーマとする問題は、個としての生き方を志向しながらもそうすることを許されないでいる人たちが今現に数多く存在し、また増え続けていることを意味している。個としての生き方をより多くの人に保証し、より多くの人がそのような生き方を実現できるようにと願うことが許される社会、願うことを保証される社会。本当に豊かな時代なのであれば、このような社会こそが目指されなければならないのではあるまいか。

それは、ひきこもりたい時期にひきこもれるし、人の助けを借りたい時にはそれが借りられるという許容力の高い社会を意味するだろう。そして、社会への参入に際しては、特定の集団への



所属と服従、俗に言う「しがらみ」へとつながっていくような関係性ではなく、集団の共同性そのものを超えた「交通」が奨励される自由度の高い共同体が数多く存在しなければなるまい。異なる領域を横断する軽快さ、その中ではじめて個人は自らの生の責任を背負えるようになるだろう。

さらに、当人が自らの不登校やひきこもり経験について語ることを通して、その意味を創り出していく作業も、それに付き合える人の存在も重要である。自己を語りつつ語り直していくという目的に寄り添えるカウンセリングや心理療法が個人のニーズに応じて提供できるとよいだろう。そして、このような新しい社会の創出と同時的に、個人の中には自らの表現や行動の指針となる「自己感覚」が育ってくる必要がある。自分が自分であること、あるいは人とのかかわりの中いながら自分自身でいることの意味が相互に育てられていくとよいのではないだろうか。

例えば、人間の個としての確立を妨げる世間のまなざし、すなわちムラ的な集団性の要素が可能な限り薄められていき、人間の個としての生き方が保証されるような社会。ひとりひとりが自らの「自己感覚」を大切にしながら生きていける学校教育や社会。人はみなそれぞれその人なりに成長途上なのであり、それゆえにお互いが助け合う必要があるのだという意識の浸透する社会。「普通」とか「常識」という言葉で人が人を評価し、縛り合うことがない社会。このような社会を目指すことによって、ひきこもる若者たちの心を軽くし、同時にわれわれの生をも豊かなものにしていく可能性が開けてくるのではないだろうか。

## 7. 心理臨床家の役割

ひきこもりの援助に関して、今度は心理臨床家の立場から、親のみが来談してくる場合の対応を例に出して考えてみたい。まず、援助者は専門的な病理アセスメントと同時に、ひきこもりのきっかけやその背景にある諸要因に関する見立てを行う。また、本人の現在の生活状況や現在維持されている対人関係や社会とのつながり等について尋ねていく。

これらの聴き取りの中で、まずは親の不安の軽減が図られる必要がある。親の不安は様々な形をとって本人を追い詰めていくからである。親の不安や焦りを軽くすることによって、本人が自分の生き方についてこれまでとは違うやり方で内省できる状況になること、そのように家族が変わっていきけること自体が重要なポイントとなる。すなわち、本人がどうしたいかは、今までの家族の状況をいったん度外視して問いかけられるのがよい。もし本当に自分が自由だったら、どうしたいのだろうという問いかけが本人自身によってなされること。なぜなら、本人自身が周囲からの様々な圧力によってその内省を行えない状況に置かれていることが多いからである。親の居方がそれまでとは変わった結果、何らかの形で人とのかかわりがもちたい、あるいは「この程度のこのような形で社会とつながってみたい」などの方向性が出てくることもあるだろう。また、自分もカウンセリングを受けたいと申し出てくることもあるだろう。いずれにしても最終的には、本人が選ぶ生き方は、実際には家族の意見や世間体を意識に含みつつも、可能な限りそこから自

由な形で自分自身が決定していけるようになることが目標である。また、本人が現状を大きく変えることを希望する場合は、その意向を汲み取りその意思を確認したうえで、家族が保証してやれる現実の範囲とをつき合わせ、できうる範囲で現在の環境を変えていけるとよい。自分の意向を言葉で表明していくこととそれに対して家族の側ができることをつき合わせていくことから始まるそのやりとりと互いの歩み寄り自体が、その若者を成長させるであろう。

とりわけ、相談の当初においては、親と子それぞれの立場から出される意見や援助へのステップが異なるものになるのは至極当然のことである。そして、面接の初期においては互いにズレていた意見が、徐々にバラバラのものではないひとつの方向性を持ったものになっていくとよい。心理臨床家は、お互いの意見や感じ方のズレを明確にし、それらを橋渡しすることで、本人にとってのよりよい環境が用意できる方向を創り出していくファシリテーターとして、その場にいるようにするとよいであろう。

このとき、心理臨床家としての<私>は、できるだけ広い価値観を持ち、本人に対してできるだけ多様な視点と可能性の中に自ら身を置きつつも、同時にひとりの人間として自分はどうか考えるのかについていつでも親や本人に表明できる者として存在する。すなわち、<私>がひとりの個人としてクライアントにかかわるとき、<私>の率直なありのままと本人の社会的成長を願う気持ちは区別できない者としてそこに在る。別の言い方をすれば、この<私>は、そのクライアントの援助者であると同時に、すでにこの社会を背負った存在なのであり、その総体としてクライアントにかかわっていく。したがって、仮に面接のある場面において指導的なかわりがなされたとしても、それはクライアントの存在を無条件に受け入れることをやめたことにはならない。この<私>が一人の人間としてありのままの姿でそのクライアントの前にあるあり方を、ロジャーズ(1967)は「自己一致 (congruence)」または「純粋性 (genuineness)」と呼んでいる。ただし、この「自己一致」や「純粋性」は自足的、固定的なあり方を指しているのではなく、つねに流動的で限りなく洗練されていくべきものとして捉えられなければならない。なぜならば、生きることそれ自体が終わりのない自己省察とそれに基づく学びの連続だからである。それは、目の前の相手を自己と同様に自己省察し続ける個人として認めつつも、同時に<私>が<私>としてその人の前に十全にかつ「ありのまま」に存在し続けようとすることを意味する。人とかわるという営みの本質はそこにある。言い換えれば、援助する側が十分に自分自身であることは、相手の存在をひとりの個人として認めることと不可分の関係にあり、そのかわりと出会いにおいてはじめて、個人は個人として育ち合い治癒し得るのである。

このように考えると、一時マスメディアで取り沙汰されたひきこもり青少年による犯罪は、個人としての尊厳、言い換えれば、個人が個人として持つべき人間の本性としての「孤立」ないしは主体性の領域に、一方的に踏み込まれて社会適応を強要されたときの反動として生じたのではないかという文脈が見えてくる。周囲が追い込むことで本人が本人自身を追いこむ。それはもはや善意ではなくひとつの暴力であることが、このような文脈からは見て取れるのである。

## 8. 人が人に対してできる最大限のこと

ここで、再び原点に戻って考えてみよう。そもそも人が人に対してできる「ケア (care)」とは何なのか。援助者が一個人として自分の生を生きることと援助者という職業人であることの兼ね合い、言い換えれば、仕事や職業とプライベートな世界とを区別することあるいはしないことの意味とは何なのであろうか。

ケアと呼ばれるもののより根源的かつ本来的なあり方を、自身の欲望へのとらわれや仕事としての割り切りを超え、被援助者の生活を含み込んだかわりに求めようとするとき、その実践の典型をわれわれは、シュビング (1940) が精神科病棟で行っていた「母なるもの」の実践の中に見出すことができる。シュビングは精神病患者たちのベッドサイドに赴き、さりげなく患者のシーツを整えたり髪の毛を撫でながら話かけたり、時には果物を持って行ったりというごく自然なかかわりを行っていた。患者たちはシュビングが近づくと落ち着きを取り戻し、そのかわりのひと時を美しい時間だったと形容した。しかし、シュビングの個人的事情により、その後も継続して長期にわたる関わりを保証されなかった患者たちの中には、自殺を図った者がいる。これは、シュビング的な関わりは、その患者の生活まるごとを含み込んだ形でしかも時間枠を超えて提供されるときにはじめて安定した援助となり得ることを示している。逆の見方をすれば、そのような安定性が保証されないのであれば、このようなかわりはかえって危険であると言わなければならない。

また、村田 (1994) は、対人援助の本質を、援助を必要とする者の「気懸り・憂慮・不安」を引き受けつつ、それに呑み込まれることなく、その憂いを払い喜びをもたらそうとするものであるとしている。さらに、援助者が援助を必要とする者とかかわりを持つということの中には、日々その人のことを「気遣い」、思いを寄せて生活する態度が含まれている。なぜなら、ハイデガー (1927) も指摘するように、そもそも人間の本質的在り様は「気遣い」であり、一人のクライアントと出会い、かわりを持つということは、その対象への志向性を引き出し、そのクライアントが抱えている気懸り、憂慮を同じ次元でケアとして引き受けることを意味するからである。元来、「care」という言葉には、「気にかかること」「心配」「不安」という意味と「気にかける」「注意」「世話」「保護」という意味があるという。すなわち、援助者にとっては一人のクライアントの存在そのものがケアなのであり、かわることはこれら2つの意味を同時に生きることではなければならないのである。

このような観点から対人援助というものを問い直すとき、この世で最もケアに近い人間関係は家族ではないだろうか。別の言い方をすれば、子どもにとって最も身近な人間関係である親子関係は本来ケアに基づいていなければならないということである。親子や家族のかわりの中の最も重要な要素は、世間的なまなざしからは見えづらい。例えば、経済的に豊かであるとか他人から仲良く見えることは、ケアという次元とは無関係である。親子や家族という関係の枠組み

の中で営まれている日々の関わりの質が問題なのである。それは、おそらく「雰囲気」としてのみ感じられるものであろう。子どもはひとりの人間として成長していくうえで、等しく親からのこのようなかかわりを必要としているのである。にもかかわらず、現在においては、この従来の家族という枠組みの中で、親たちは子どもたちの成長に必要なケアを注ぐことに困難を覚えるようになってきた。幼児や児童の虐待件数の増大を持ち出すまでもなく、われわれはこの現象を時代の成熟が必然的にもたらした問題として謙虚に受け止め、全く新しい家族の在り様を創造していかなければならない時代に来ているのではなかろうか。

## 9. 対関係と心理療法

吉本(1968;1985)は、人間が生きる幻想領域を自己幻想、対幻想、共同幻想の3領域に分け、対幻想という二者関係を最も基本的かつ実質的な関係性として捉え、それを基盤に家族が形成されるとしている。

そこには、恋愛関係をはじめとし、夫婦関係、母子関係などの対関係に必要な、あるいは対関係の中で展開される愛情のやりとりがある。いずれも愛を基盤にした人間関係である。岩月(2001)は、摂食障害をはじめとする数多くの臨床事例から、人は幼児期からの母子および父子関係の中でやり残したことを恋愛という二者関係の中でもう一度やろうとするという仮説を導き、その人たちのことを「思い残し症候群」と呼んでいる。さらに、岩月は、その人たちを自分の家族の中に招き入れ、生活まるごとを含んだ援助を行っている。そこで岩月がクライアントに提供しているかかわりは、ごく普通の父親のそれであるという。

このような観点からすると、いわゆる心理療法やカウンセリングという対関係はどんな不自然さを備えているのだろうか。あたかも実験的に引き起こされる転移、逆転移関係。その半ば人工的に引き起こされた対人関係上の葛藤からそれぞれが自らをどう立ち直らせるか、そのための枠組みの設定とクライアントの健全な自己回復を促すための諸々の技法が存在する。したがって、心の健康の定義、ないしアセスメントは、この対関係を適度に断念し、自立していく力を持っているかどうかをもって行われる。しかし、この場合の定義は、個人の内部にあらかじめ存在する特性としてよりも、むしろ常にその対関係の体験を提供する相手との関係で見えていく必要がある。心理療法においてクライアントに示された無条件の関心とは、生活から離れた面接室という場所でも決められた時間の枠組みをあえて設定することで、クライアントの自立の達成を目指す特殊な対人関係の営みである。それは互いが日々の生活を共有しないことのよさを最大限に活用しようとするものでもある。すなわち、あらかじめ設定された人為的な枠組みの中で始められる対人関係ということでは、すでにして不自然な関係である。仮にその不自然さを「うそ」という言葉で言い換えるならば、心理療法における関係は、互いにとって限りなく「うそ」の関係であるからこそ「本気」でかかわれる関係である。そのような逆説を孕んだ関係性なのではあるまいか。しかしながら、そこで起こってくる対人関係は、ケアの本質にとって何ら変わりがあるもの

であってはならないのである。

土居 (1971;2001) は、日本人が対人関係をもつときの心理的特性には「甘え」というものが強く働いていることを指摘し、独自の日本人論を展開している。「甘え」とは、「相手の好意を当てにして振舞うこと」であり、その背後には、親または心理的にそれと同価の対象に愛され、それとの一体感を求めたいという欲求がある。これは、バリント (1968) では、「受身的対象愛」、コフト (1971) では、「自己—自己対象関係」と呼ばれているものに近似する概念である。小此木 (1992) の説明によれば、自己対象とは、「自分の情緒状態に適切な情緒的調律を向けてくれるような対象であり、つまり、楽しいときにそれに共感してもらい、腹が立つときに本当にそうだとって同情してくれる、自分の感情を共有してくれる対象」のことである。発達の観点から考えても、特に幼児期において周囲の重要な他者からこのようなかかわりを受けることは、健全な自己愛が育ってくるうえでの不可欠な体験的基盤となる。

さらに重要なことは、人はこの「甘え」を受け入れてもらえることを自立のための唯一の体験としつつも、それを「ほどよく」諦めていかなければならないということである。いつも誰かがそばに居てそのような適切な対応をしてくれるとは限らないし、むしろ現実はそのような状況にはないことの方が多い。この諦めの「ほどよさ」の起源は、ウィニコット (1971) が指摘する幼児期の母子関係における親によるケアの「ほどよい」見落としの体験や、社会や将来を見据えたうえでの親としての厳しい態度と、それにもかかわらず子どもと共にいようとしてくれる親の体験にまで遡るのである。したがって、早期母子関係において、この「ほどよさ」を体験できなかった幼児は、その後別の形を通してその欲求を表現し、誰かに気づいてもらい、必要な「甘え」を体験し直そうとするのである。その表現の多くは、言葉で表現できないがゆえの身体症状や人を困らせるような問題行動と呼ばれるものであり、しかもその表出には、その子が自らのテーマを解消するのに最もふさわしい時期と場所と人とが選ばれる。そして、多くの場合、重要な他者とのかかわりの中で幼児期へと「退行」し、それをしっかり受け止めてもらえることで、再び自立への道に踏み出していく。その際にも、「退行」を起こしているその子を「ありのまま」に受け止めるということが行われるのであり、それは、決してその子のやりたい放題を許すということではなく、必要ところで制限や禁止を与えることを含んだしっかりとした受け止めを意味する。さらに、見守りと介入の匙加減は、固定的かつマニュアル的な判断基準ではなく、そのときの出来事の流れと状況、援助者・被援助者の固有の関係性、かかわっている当の援助者自身の内なる声、の総体として自ずと生み出され提示されるものでなければならない。なぜなら、そこにこそ人が人にかかわるときの「心」が宿り、関係を導いてくれるからである。

## 10. さいごに

以上、若者のひきこもり問題を視野に置きながら、対人援助の原理と本質についての考察を行った。特に本稿では、人が人に対してできる最大限のこととは何なのか、援助者はそもそもどう在

るときに援助的と言えるのか、これらの問いに対して可能な限り実践的な地平で示唆を引き出すことを心掛けたつもりである。今後、ここで繰り返し確認された基本姿勢が、個々の具体的なケースの中で検証されていくことが、より重要な課題として残されている。

### <引用文献>

- バリント (1968) 治療論からみた退行. 金剛出版.
- 土居健郎 (1971) 「甘え」の構造. 弘文堂.
- 土居健郎 (2001) 続「甘え」の構造. 弘文堂.
- ハイデガー (1927) 存在と時間. 岩波文庫
- 岩月謙司 (2001) 思い残し症候群. 日本放送出版協会.
- コフト (1971) 自己の分析. みすず書房.
- 近藤直司編著 (2001) ひきこもりケースの家族援助. 金剛出版.
- 鯨岡峻 (2002) 育てる者から育てられる者へ. 日本放送出版協会.
- 増井武士 (2002) 不登校児から見た世界. 有斐閣選書.
- 村田久行 (1994) ケアの思想と対人援助. 川島書店.
- 小此木啓吾 (1992) 自己愛人間. ちくま学芸文庫.
- ロジャーズ (1967) ロジャーズ選集上・下 誠信書房.
- 齋藤環 (1998) 社会的ひきこもり. PHP新書.
- 芹沢俊介 (2001) 母という暴力. 春秋社.
- 芹沢俊介 (2002) 子どもと暴力. 教育と医学 第50巻1号. 慶応義塾大学出版会.
- シュビンゲ (1940) 精神病者の魂への道. みすず書房.
- 高岡健 (2000) ひきこもる思春期. 星和書店.
- 高岡健 (2001) 孤立を恐れるな! 批評社.
- 鶴見俊輔 (1999) 教育 再定義への試み. 岩波書店.
- ウニコット (1963) 情緒発達の精神分析理論. 岩崎学術出版社.
- ウニコット (1971) 遊ぶことと現実. 岩崎学術出版社.
- 吉本隆明 (1968) 共同幻想論. 河出書房新社.
- 吉本隆明 (1985) 対幻想. 春秋社.