

## 「自分のなさ」が問題と思われる 思春期女子の面接から

中垣ますみ\*, 菅 佐和子\*\*

A Study on Adolescent Girls who Failed to  
Establish Thier "Selves"

Masumi NAKAGAKI, Sawako SUGA

**Abstract:** We counselors sometimes meet adolescents who suddenly become unable to go to schools. Some of them used to be good students without any records of severe misbehaviors, therefore their parents and teachers are puzzled and confused by their refusal to go to schools. As we meet such students, it gradually become clear that they failed to establish their "selves". In the counseling sessions, such adolescents often talk that their lack of true "selves" brought them into troubles. Having no true "self" is regarded as an important theme for adolescents. In this article, two cases of such students are described; one girl made efforts to conform to her friends, the other girl was obedient to her mother and tried to fulfill her mother's expectations.

### はじめに

筆者(中垣)\*は、十数年にわたり中学校教諭として教育の場で子ども達と学校生活をともにした後、教育相談の機関に入り心理面接の場で子ども達と会うことになった。

教育の場で会う子ども達は、思春期真っ直中ともいえる中学生であり、不安定さや繊細さを荒い言葉や態度でぶつけてくる一方で、すれ違いざまにそっと弱音をつぶやいてみたりして、彼らなりに一生懸命学校という舞台を努めている趣がある。また、心理面接の場では、学校から距離をおいたところで1週間に1時間という限られた時間を2人で共有する。教育の場から心理面接の場へと、2つの異なる場で子ども達

と会うことになったのであるが、このような中でいささか気がかりな問題がある。

成長過程やこれまでの学校生活でこれというほどの大きな問題も見あたらず、家庭的にも特に大きな困難があるとは思えないような子ども、いわば大勢の中の一人で日頃はむしろ目立たない子どもが、周囲には突然と感じられるような状態で、登校しぶりや不登校になり、家族や先生が困惑して来談されることがある。子ども達との面接を何回か重ねていくうちに「自分のなさ」が浮き彫りになってくるのであるが、筆者\*には、このような「自分のなさ」は現代の思春期の大きな問題のように思われ、大変気になっているところである。

筆者\*は心理面接を行うようになって筆者(菅)\*\*にスーパーヴィジョンを受け、思春期の問題についてしばしば検討してきた。今回報告するのは、上述のような一見問題がなさそうに思われがちの生徒が不登校になった事例である。ただし、特定の個人を描写したものではな

\* 京都府総合教育センター  
Kyoto Prefectural Education Center

\*\* 京都大学医療技術短期大学部  
College of Medical Technology, Kyoto University  
2001年1月10日受付

く、いくつもの事例にみられる問題の本質を損なわないようにしながら架空の女子中学生の姿として表現している。

## 事 例

### 1. A美の場合……みんなにあわせてきた子

A美は中学3年生。自営業の父、専業主婦の母、大学に行っている姉との4人家族である。姉と少し年が離れているせいもあってか、母はA美をうんとかわいがって大きくしてきたという。また、小学生の頃に友達と小さいトラブルを何回かおこした姉に比べて、みんなと仲が良く、手がかからない子どもであった。これまで欠席もなく、いじめられていた様子もなかったが、登校をしぶり始め間もなく登校できなくなったというこで、母と一緒に来談した。

A美は、穏やかな話し方で、質問をすると「……どうかな……」と応じることが多いように思われた。3年生になってから、友達との付き合いや他の人にあわせて何かをすることに疲れたと思うようになった、と言う。行事などを進めていくときに意見を求められ、友達はどうん意見言うのに自分は何も言えない。意見があるときでも友達がどう思うかと考えると見えなくなってしまう、そういう状態に疲れてしまったし、他の人の意見にあわせて返事をしてしまう自分が嫌になったとも言う。

面接では、辛かったことがポツリポツリと繰り返して語られた。友達との関係も、周囲が感じているような気楽なものではなく、相手に合わせることにとても気を遣い、むしろ会話が少ななくても気を遣わなくてもよい人と一緒にいたこともあると語った。先生達が仲良しだと思っている友達、A美が学校を休むようになってからしきりに電話をしてくれたりしているが、それもA美にとっては重荷になっているという。電話だと言われる度にドキドキし、話をしていても「怒られている感じがする」のに、周囲は心配してくれていると思っていて、A美が辛く思っていることを分かってくれない。これまで、何度か同じような辛さを感じたことはある

が、何となくやり過ぎて来ることができたのだとも語った。

4回目の面接で、いったいつからこんなに人にあわせることに気を遣うようになったのだろうか、ということが話題となった。中学校に入学したときは友達に合わせていたし、そのことに違和感を感じるということもなかった。「……そういえば、小学校の4年生の頃、私は本当に悪気はなくてほんの冗談と思ってやったことを、みんなの前でひどく怒られた……。それまでは、言いたいことは言っていたように思うけれど、それからかな……言えなくなったのは……」

面接も回を重ねるごとに、A美から雑談を持ち出すようになり、アイドルのことやお洒落のことなど、だんだん話すことを楽しんでいる様子を感じられるようになってきた。休みの日に友達に誘われて買い物に行き、思ったより違和感なく過ごせたようで「結構楽しかった」と柔らかい表情で話をするこもあった。

高校への進学に当たって、A美は無理をせず自分のペースを大切にできる高校を選んだ。母親と見学に行き、「お父さんやお母さんは別の高校を選んでほしいと思っているやろうけど……」といいながら、進学を希望する高校を「後悔したくないから」と両親にはっきり告げて手続を進めていった。進学とともに、相談室も卒業した。

### 2. K子の場合……親の路線を歩いてきた子

K子は、成績もよくクラブ活動にも一生懸命で、楽しく学校生活を送っているものとばかり思っていた、と初回面接で両親は語った。友達とちょっとした諍いはあったものの、それについては学校の適切な対応によりそれほど尾を引くような問題になっているとは思えない。にもかかわらず、登校できないままである、というのが来談理由であった。登校を強く進めたところ思いもかけないような反発が返ってきた。しかし、何かきっかけがあれば行けるようになると思うんですが……ということが付け加えられた。

K子との面接をはじめた頃、K子は両親や友達にどれほど怒りを感じているかを語った。そして、面接室を出ると、母の横にそっと立って澄まし顔にかわるのである。帰り道、どんなことを話していたのかを母がいつもたずねるといふ。どのように応えているのかと聞くと「ウソなんか言えません……絶対バレるから……秘密なんてもてないです……」また、何かにつけ「大丈夫です」という返事が返ってくることが多いように感じられた。

K子には妹がいる。K子を通して語られる妹は、我が儘でさほど成績もよくないが、父にも母にも好きなことを言って自分の思いを通してしまふ。家族で行動するときにはたいていの場合は母と妹が主導権を握っているようである。父は母や妹の好みに沿って計画を具体化し、K子は「一緒には行くけれど……それだけ」という参加の状態である。買い物をするときでも、妹はさっさと決めて買ってもらっているが、「私は、なかなか決められないんです」時折、ゲームをしたいということもあったが、ゲームを選ぶのに時間がかかる。そして、面接時間終了が近づくとサッと片付けはじめる。なかなか安心して他者に甘えられないK子の様子が寂しく感じられた。

登校をしなくなると、K子は家で「掃除、好きやし……片付けもしている」「よくこれだけ散らかすことができると思うほど毎日散らかしてある」ので、K子は毎日掃除をしているのだという。そして勉強も毎日している。「だって、勉強をしなかったら、高校に行けないって言われるから……」そんな毎日の繰り返しで、「たまにはゆっくりしたいわ……」とこぼすのである。

「学校へ行きなさいって、毎日何十回も言われるんです」と言い、面接の中では無理をしなくてもいいのだと思えるようになってきても、現実には何度となく登校を試みてエネルギーを使い果たしてしまっていた。

面接も20回を越えるようになって、再び親への不満が語られるようになってきた。この不満

は、面接をはじめた頃の親への怒りが「自分の辛さを分かってくれない」という内容であったのは異なり、「〇〇してみたらどうか、とはじめに言い出したのは母さん。それで私もそうしようと思っいろいろ考えてみた。それなのに、いざ決めようとする、自分で決めなさいって……けしかけるだけけしかけておいて、知らん顔してる……」というものであり、我慢できない思い、許し難い思いを切々と、時には激しく語るようになった。面接室を出ると母の横で相変わらずすましてはいるが、セラピストに目配せで合図を送るようになってきた。一方で時折面接に来ている父には、廊下で「ヤア！」と声をかけるようになった。そして、面接の中の雑談でセラピストに「そんな、甘いわ！」といった遠慮のない反応を示し始めた。

まだまだ両親に対して自己主張をするということまでには至らないが、K子は別室登校へと乗り出した。

## 考 察

2事例とも不登校になって来談し、どちらも面接の中で「自分のなさ」が浮き彫りになってきた事例である。面接をしていてそのクライエントに「自分のなさ」を感じる時、あまりにも外界から守られるようにして育ったとか、家族みんなが擦れあい避けて生活してきたとか、また、親の目を意識して親の敷いた路線を従順に歩いてきたなどの違いはあるが、ここでは「仲間から自らを分ける」ことにおいて「自分のなさ」が問題となった事例と、「親、特に母親から自らを分ける」ことにおいて「自分のなさ」が問題となった事例を取り上げた。

### 1. A美の事例について

両親特に母からかわいがられて成長したA美は、幼い頃はのびのびと何でも話せる少女であったが、小学4年の出来事以来、周囲の思惑を気にしながら生活するようになったと思われる。インテーク面接でも小学校の時のエピソードとして語られることがなかったことから考えると、周囲にとっては大きな出来事として捉え

られるほどのこともなかったのかもしれない。しかし、おそらくそれまでは周囲のとげとげしい出来事から守られていたであろうA美にとって、かなり深いところの傷となったのではないかと推察できる。この出来事以後は自分の思いが相手にどのように伝わっていくか分からないということから、知らず知らず周囲にあわせて行動することで自分自身を守ってきたのではなかろうか。

また、小学校の頃の「みんなと仲良くできる」ということについて、どのような捉え方が可能であろうか。A美の場合、「みんなと仲良く」は「みんなに合わせて」行動し、あるいは「その他大勢としても存在できる」ということではなかったかと考えられる。A美の場合、みんなと仲良くしてきたということは、自分の意見を主張しないことあるいはどの時点からか自分の意見さえ持とうとしないで、みんなに合わせて周囲と関係を繋ぐようになったということで、このことはA美の「自分のなさ」とつながっているようにも考えられる。

3年生に進級し、「主張すること」を要求される場面に多く出会うことになったA美は、「主張できないこと」「主張する自分がないこと」を感じざるを得なくなる。それまでの周囲にあわせた行動は、友達との擦れあいから自分を守るという一方で、自分で決めて行動することができないという状況を生じ、自分探しの時期でもある思春期とも重なって、「空っぽの自分」を見つけてしまったのではなかろうか。あわせて、友達の何気ない一言がところに突き刺さるなど、過保護的に育てられたにもかかわらず、「こころの守り」のうすさが感じられるケースでもあった。

菅<sup>1)</sup>は、親を「母国」に例え、心理的に親と分離していない状態を「強大な『母国』に従属する『植民地』」、そして、親からの心理的な分離に向かう葛藤を「独立戦争」、独立していく過程にある状態を「半独立国家」と表現している。思春期の子ども達は、一人一人が「『半独立国家』とでもいうべき段階」にあり、まさ

に、未熟な形で容赦なく個性がぶつかりあう状況にある。そのような集団の中では、「自分がない子」は他を苛つかせるという可能性が含まれている。「自分がない子」の自己主張ができないというところに他の「半独立国家」達はつけこみ、「自分がない子」は「半独立国家」達に侵入されたと強く感じることになる。A美の友達との関わりの中にも、このようなことがあったのではないだろうか。

また、事例ではふれていないが、A美の家族については葛藤のなさがいささか不自然に感じられ、家庭の内外で家族それぞれが表面的に他と合わせて生活してきているのではないかと推測された。A美の葛藤について家族みんなで話し合ったりしているうち、家族のそれぞれが内外で葛藤を持ちはじめ、どのように折り合いをつけていくかについて、A美一人の問題ではなく家族のそれぞれが向き合うべき課題となったのである。見方によっては、A美の問題は家族の生き方にまで関わっている課題であったのではないとも考えられる。

## 2. K子の事例について

「手のかからない素直な子」であったK子は、登校できなくなってから「今まで我慢してきた」ことに気づき「(母は) 私には何にも声かけてくれなかった」と言う。また、母は「怖くて」何でもみすかされてしまう等ということが何度も繰り返して出てきた。これまでは親、特に母の気に障らないように、手のかからない子どもとして母の路線に従って生活してきたのではないかと思われた。K子は、母の目をいつも意識して、母にとっての「よい子」を知らず知らず演じて来たのではないだろうか。

従って、K子には本音に根ざした自分が育っておらず、何かをするときに自分で決めることができずに友達に同調して学校生活を送ってきたと推測される。「独立国家」を作りつつある同級生が「K子は自分では何もしないじゃないか……」というところに気づき始め、トラブルを生じさせることとなった。さらに、一旦登校できなくなったとき、大人の力と策によっ

て無理に登校をせまられたK子は、父や母にとってどうして受け止めてよいかわからないほどの強烈な怒りを見せたのであろう。K子にとっても、自分でも驚くほどの強烈な怒りで、両親を少し距離をおいて見ることができるようになったと同時に、「『母国』に従属する『植民地』」（菅，1999）たる自分をどこかで感じ始めたようにも思われた。

K子は再登校を意識し試みようとする。しかし、面接の中で言語化はされていないが、友達の中に戻ることにまだ怖さがあると感じられた。「自分」があり、「こころの守り」ができていれば、挫折から立ち直ることは可能である。「こころの守り」は守られた経験や感情の交流によってできてくるのであるが、K子は守られた経験も少なく「こころの守り」はうすい。立ち直るには暫く時間がかかるように思われる。K子は再登校を試みては、やっぱり行けないということを繰り返す。面接の中で不安階層表を作ることも取り入れようとしたが、エネルギーが足らず具体的に考えたり感じたりすることがまだできない状態のK子には困難であった。さらに、無理をしなくてよいという筆者\*のメッセージも休むことについての保証になりきらず、何度も登校を試みて小刻みにエネルギーを流してしまうことになって、十分エネルギーをためることができなかつたように感じられた。面接の中で筆者\*に「甘い」と怒ってみたり、家では母に口答えしたり妹を叱責したりして、今まで抑圧していた気持ちを出してきてはいるが、まだまだ母にはかなわず秘密を持ったりするべくもない状態であろう。また、母についても、K子を常に自分の視野の中に入れておかないと落ち着かないように見受けられる節もあり、K子が母から独立しようとする事と母がK子の独立を認めるということはK子と母の双方にとっての大きな課題であると考えざるをえない。

また、面接の中で「ここでは何でも話せる」と言い、話しあえる関係は一応保っていたとはいえ、今一步面接が深まらずしかりとはここ

ろを開けないK子の一面も感じられた。こころの傷をわかって欲しいけれども、弱みを見せることには抵抗を示すということは、K子に限らずこの頃の子ども達によく見られることである。傷口を見られることと弱みがさらけ出されるということで、二重に傷つくことを怖れてしまうのであろうか。K子が「大丈夫」というとき、傷ついているのに平気な顔をして強がっていて、どことなく心許ないニュアンスを感じてしまうのもこのためではなかったかと考えられる。

### 3. 2つのケースを通して

福井<sup>2)</sup>は「『自分』は『自分』であろうとし、他者と分かれた『自分』を確かなものにしようとするならば、他者と『自分』とはひとつでありたいという願いを断念せねばなりません。そこには、痛みが伴い、無力感がともないます」と述べている。本2事例についても、前述したように、友達あるいは母親と分かれようとするときの困惑、痛み、そして気づきなどが面接の中で語られてきた。A美の場合、みんなと仲良くしてきたこと仲良くあろうとすることは友達と自分がひとつでありたいという願いから来ており、擦れあった痛みはそれを断念することに繋がるものであったと考えられる。また、K子は「タカ目」で見張っているような母から分かれようとする痛みや無力感に押しつぶされそうになりながら「自分」を作っていたのではなかったかと思われた。

親との感情交流の中で他とどのように関わることの基礎を作り、友達とのやりとりの中でそれを試しながら、「自分」をつくっていくのであろうが、相談室を訪れる思春期の女の子たちの中には、様々な経過の中で「自分」をうまく作りきれなかったという悩みを抱えている場合が多いように感じられる。小さい頃からの、特に母を中心とした家族との感情交流や、兄弟姉妹や同世代の友達との適度な擦れ合いに因って育ってくるはずの「自分」がはっきりせず、「半独立国家」たる友達との「外交」に疲れ、やりきれなかった彼女たちの姿が浮か

んでくる。そして、親からの「独立戦争」に打って出るのは、もう少し先のことになると思われる。同時に、これは思春期の子ども達の問題であると同時に、その母親達の抱える問題でもある。別の機会に母親および父親の問題も考えてみたいと思っている。

彼女たち、また、休まず学校に通っているけれども「外交」に疲れている思春期の生徒達にとって、「血の通った」他者との関わりが何よりも大切であると思われる。「こころの守り」がどことなくうすく感じられる子ども達にとっては、周りでは「普通」と感じられることでも、こころにぐさぐさと突き刺さっているとい

うことも思いやりながら、こころをつないでいきたいと思っている。

## 文 献

- 1) 菅佐和子：教育と医学．慶應義塾大学出版会，1999：5，24-31
- 2) 北山 修・福井 敏・白石 潔 編著：日本語臨床(2)「自分」と「自分がない」．星和書店，1997
- 3) 菅佐和子：思春期女性の心理療法．創元社，1998
- 4) 氏原 寛・菅佐和子編著：思春期のこころとからだ．ミネルヴァ書房，1998