

学生相談における喪失との関わり

—親との死別体験を扱った複数事例からの実践的考察—

高橋 寛子

1. はじめに

青年期は、さまざまな喪失を体験する時期である。青年期心理臨床の実践現場である学生相談では、喪失にまつわる多種多様な体験が持ち込まれてくる。大学入学時には、故郷からの出立や家族からの離脱、進路への挫折や職業への断念など、この時期特有の別離や喪失のテーマも存在する。しかし本人はこれらに無自覚であることが多いため、カウンセラーが喪失に関われた態度を示し、適切に見立てることがなければ見過ごされてしまうテーマでもある。また、幼少期から先送りされてきた喪失体験が扱われることもある。それらは、度重なる転居や転校、海外からの帰国、両親の別居や離婚、再婚による親の再喪失、親友との決別や恋愛の破綻といった具合である。さらに、死別という特別な喪失が扱われることもある。それらは親の死であったり病床での看取り、また幼い頃の祖父母やきょうだい、ペットの死、親友の自殺や憧れのアーティストの死であったりもする。とりわけ、幼少期に親と死別した者が長い年月を経て初めてその体験に触れる際には、押し込められていたころの痛みが激しく鮮烈に表出される。

面接でそのような人々と出会う中で、筆者は青年たちの日常が意外な程喪失に近いことを知った。また様々な修学上の問題や心身症状の背景に、自覚されることなく遷延化した喪失のテーマが存在することを次第に意識するようになった。さらに、喪失を病理的事態という視点からだけではなく「ところが健康に成熟していくために必要な過程」(松木、2007)とみなし、青年期の成熟や個性化に関わるテーマであると捉えるようになった。そしてそれは、身体的実感の希薄さ、主体感覚の未熟さといった今日の課題とも密接につながるのではないかという問題意識を抱いた。このテーマに向き合うとき、筆者には自身の実践現場である学生相談に関わり始めた初期の頃に遭遇したある出来事が想起される。

ある朝、震える小鳥のヒナを抱いた女子学生数名が学生相談室を訪れた。おそらく巣から落ちたのであろう。あるいは育つことはない親鳥から見捨てられたのかもしれない。どちらにしてもその小鳥は明らかに死にかけていた。彼女たちは「授業のあいだ預かってほしい」と震える小鳥を筆者に託し、教室へと向かった。筆者は担わされた重責を感じながら小鳥を見守った。数時間後、彼女たちが再び訪れたとき、すでに小鳥の息は絶えていた。彼女たちは亡骸を土に還したいと言い、筆者は彼女たちと共に、学生相談室の玄関わきに小さな穴を掘り小鳥を葬った。

このエピソードは、学生相談室が保護の場として選ばれ、看取りや弔いといった「いのち」に関わる場となったことを表しており、その役割を象徴的に示していると思われる。

2. 喪失の心理過程と青年期のこころの「育ち」への課題

小此木(1979)はかつて「現代社会からは対象喪失に対する悲哀そのものが排除され…悲哀に出会うことができないような仕組みが成立してしまっている」と指摘したが、今日その傾向はさらに強まっていると考えられる。前述したように、現代における青年期のこころの「育ち」の課題として、身体的実感のなさや主体性の希薄などが挙げられるが、喪失や悲哀との関わりの薄さもその要因のひとつとして挙げられるのではないだろうか。

Freud(1917)は悲哀について「愛するものを失ったために、その喪失に対する状態に見られる反応」とし、小此木(1979)は「大切なのは悲しむことのできる能力を身につけることである」と述べた。Worden(2008)は、喪の過程における課題について、喪失の現実を受け入れ悲嘆の痛みを消化し、故人のいない世界に適応し、新たな人生を歩み始めるために故人との永続的なつながりを見出すことの重要性を指摘した。また山本(1997)は臨床実践から「喪失様態モデル」を提示し、混迷した家族関係やアンビバレントな母子関係が背景にあった場合、その過程は複雑かつ困難なものとなり、ねじれた喪の作業や精神的不調となっていくとした。

本来は自然に生起していくはずの喪の過程であるが、「誰を失ったかは知っているが、その人について何を失ったかを知らないのである」(Freud, 1917)とあるように、その喪失が自分にとってどのような意味をもっていたのかについて知ることは容易ではない。殊に幼い子どもには多くの困難が伴うであろう。河合(1987)は、子どもたちは意外に死の近くで生き、死について考えているが、現代は魂に訴える儀礼がなくなってしまったために、家族内でなおざりにされた弔いや喪の仕事を子どもが背負う場合があると指摘している。そして、不登校や原因不明の身体症状で来談した子どもとのセラピーで、弔いや喪の儀式が行われることがあると述べる。Bowlby(1980)によれば、生後10年間に母親と死別した女子に関する記述の中で、児童期に親との死別を経験し、成人してから精神医学的問題をもつ人たちは高い不安性愛着(あるいは過度の依存性)を示し、精神病とみなし得るほどの激しい抑うつ状態を示す傾向があると指摘している。また大切な人と死別した子どもが、他の大切な人を亡くすことを意味するような出来事や話に対してとりわけ敏感になるとも述べている。小池(2006)は、親の病気や死について、何が起きているのか事実在即した情報を子どもの年齢や理解度に応じて説明し、親の病気と死の過程で子どもが家族の一員であるという体験を共有することが必要であると指摘するが、現実には子どもが適切な形で死を理解する機会を得ることは稀であろう。石井(2005)は、死別を体験した子どもが微熱、吐き気、頭痛、腹痛、チックなどの身体症状や、暴力、不登校や非行などの問題行動を呈することを挙げて、後に身体症状や人間関係においてさまざまなサインを出すことがあるとした。ただし、かれらの痛みを周囲の人々が理解し共感的な対応をすることで、子どもは死別の痛みを消化し成長することができるとも述べている。

Boss(1999)は「明確な喪失」と対比させて「曖昧な喪失」という概念を定義したが、牛島(2012)は、その背景に内的な決着をつけずに曖昧なままで済ませようとする現代の風潮があることを指摘し、成長、自立・自律のプロセスを伴うことで、喪失に意味が付与されると論じている。

3. 学生相談における今日的課題

そもそも学生相談は、戦後のアメリカにおける SPS (Student Personnel Services、学生助育、厚生補導) の流れに起源をもつ。これは学生を、精神的心理的側面だけでなく、修学、進路、職業適性、学生寮、経済など多様な側面から援助しようとするものであった。学生助育総論 (1953) によれば、SPS は個人の欲求と人間関係に深く根ざした研究・実践であり、その基本理念は学生の主体的な考えや判断を生かすものであった。やがて国公立大学では、精神保健の立場から医療モデルを援用した保健管理センターが設立され、心身の健康や予防・治癒に関わることによって学生援助の幅は狭められていった。しかしここ 10 年ほどは、再び SPS の理念に立脚した総合的學生生活の援助と支援への気運が高まっている。

大山 (1997) はその歴史的経緯を丁寧に辿ることから、本来の学生相談は、総合的人間教育 (全人教育 educational for the whole man) を目指し援助しようとするものであったと指摘し、成長や成熟、人を育てるという教育的観点を明示している。一方高石 (2009) は、学生相談における「育てる」役割について、現代の学生の多くが先送りされたこころの「育ち」の課題を残したままであり、根気強く地道な教育的取り組みが必要であることを指摘する。また学生相談という専門的支援の課題について、「治療・回復」を目標とする支援のあり方から「心理教育・成長支援」への貢献度を高めていく必要があることを促し、守られた場・安心できる関係性の中で言葉「以前の」体験を積み重ねていくことによって、こころに身体的実感や情動とつながった「主体性」を育てていく支援が必要だと述べている。今日学生相談に求められるのは、広範であると同時に極めて個別的な関わりを、実践に裏打ちされた言葉で表現すること、さらに成長支援という観点から実践への考察を深めていくことにある。

このように学生たちのこころに身体的実感や情動とつながった「主体性」を育てていく支援が求められる現在、子どもからおとなへの移行期にある青年期において、喪失は重要なテーマのひとつであるといえよう。これらについて実践を基に考察していくことは、成熟に関わる学生相談の課題とも考えられた。これまで喪失は修士論文等で量的研究のテーマとして扱われる一方、事例研究においては、心身症症状との関連 (宅野、2006) や、母親からの分離不安の観点などから考察されてきた (根本、2010)。

本稿では、喪失を教育臨床の場から捉え、学生相談での「育ち」「成熟」「自立」との関連から検討していく。また、喪失体験のなかでも特に親との死別体験が扱われた事例に焦点をあて、素材として提示し考察を加えることから、かれらのこころの健康や成熟にどのように関わったのか、カウンセラーにはどのような姿勢が求められるのか、さらに、卒業までという期限のある学生相談特有の面接構造で喪失を扱う意義についても論じたい。

4. 親との死別体験が扱われた学生相談事例

親と死別した子どもたちは、新たな人生の節目に立つごとに「もし今、親が生きていたら…」と繰り返し自らに問い続ける。そしてそのような節目のひとつひとつが喪失に向き合う機会となる。福井 (1996) は、カウンセラーの仕事は、心の中の適切な場所に故人を位置づけることを手助けすることであるとする。その場所とは、遺された者がこの世で生き続けることを可能にするための心理的な場のことであろう。喪失を体験した若者が将来に向けて生き続けていく

ためには喪失と向き合い、新たに出会い直し、自立や自律のためにその意味を知ることが必要となる。以下、筆者の学生相談実践から親との死別体験が扱われた複数事例を提示し、考察を加える。これらは喪失への関わりを中心に描出されたものであり、事例全体を記述し考察するものではない。また、事例公開についてはクライアントの了承を得ていることは勿論であるが、個人が特定されないよう配慮し、適宜省略したり改変を加えた。

【事例1】幼少期に死別した母親を実感することによって、生の実感が得られるまで

「イライラするとカミソリで手の甲を傷つけてしまう。保育士としてやっていけるか不安」と訴える A さんは、年齢にそぐわない幼児的なしぐさが目を引いた。幼少期から過呼吸や言葉が出なくなる症状があり、何事にも投げやりで自信がないという。7 歳の頃母親と死別し、ほどなく継母が同居するようになったが親とはほとんど口をきいていない。面接ではしばしば足をバタつかせて退行し、過呼吸や言葉が出なくなるなどの身体症状を示した。「いつも一緒にいたいのに」と過度の甘えを示し「面接時間だけでは足りないのね」と取り上げると「だってこれは仕事でしょう！何でも許して受け容れてくれる、そういうのがほしい！」と際限のない依存欲求を示した。また面接が休みとなった間の自傷行為に触れると「消えちゃうんじゃないか、次がないんじゃないかと心配になる」と語った。描画には母子像が描かれ、箱庭には別れ、死、吊いのテーマが繰り返し表現された。命日には母親の写真を持参し、実母の人の柄や生い立ちについて語った後、亡くなった日の光景を想起し「母が亡くなった 30 歳を越えて自分が生きることが想像できない…母が確かにいたということが実感できない。どうしたら大人の女性になれるのかわからない」と明確な女性像が確立できない戸惑いを表出した。やがて、生前母が育てていた植物が放置され枯れていたのを世話し、十数年ぶりに青々した葉が出てきたことに「びっくりした。生きていたんだ！」と驚き、母の生まれ故郷に一人旅をすることで、母が現実に生きていた存在として位置づけられるようになった。病気の子どもを世話する母への強い憧れを語った際に、「私にそうしてほしいのね」と返すと「本当のお母さんは死んでどこにもいない。だから求めてもしてもらえないとわかった」と現実での限界を認めた。大学3年になった頃、筆者は出産のため夏休みをはさんで約3か月間の休暇を取るようになった。そのことを告げたところ収まっていた自傷行為は再燃し、不安定な様相を呈した。面接中断への不安を取り上げるが治まらず、「家族みたいになりたいのに」と激しく泣きじゃくった。中断前の最後の面接で、A さんは臨月間近の筆者の姿を初めて正視し「えっ？赤ちゃん？」と目を見開いた。筆者はこの時初めて、A さんがカウンセラーの妊娠出産という事態を否認していたことに気づき、驚愕した。その日 A さんは画用紙に無数の花を描きながら、何度も手を止め筆者を凝視した。やがて下を向いたまま涙を流し、それは画用紙にポトポトと落ちた。無言のまま十数分が経過した後、「いまお母さんを感じた…お母さん確かにいたんだって。私もお母さんのお腹の中にいて、産んでくれて…」と実母の実在と母の胎内にいた実感を言葉にした。そしていつも何かが足りないと感じ不安になるが、それはどうしようもないこと、覚えてはいるが小さい頃母親にいろいろ世話をしてもらっていたのだと思うと述べた。3 か月後の再会を約束した後「赤ちゃん楽しみにしているから…」と言いつつ残し、A さんは面接室を後にした。

【事例2】 重篤な症状の背景にある遷延化した複合的喪失体験が緩みをみせるまで

Bさんは十数年続く自己臭症状を抱え、短大へと入学した。直後に「臭いのため授業の座席を一番後ろにしてほしいが、教員が理解してくれず納得できない」と訴えて来談した。7歳で母親が病死し妹と遠方の祖父母の元に引き取られたが、父の再婚によって幼い妹とも一時期離別するという複合的な喪失を体験していた。祖母を連想させる女性教員への怒りを噴出させ、臭いには揺るぎない確信や妄想様の被害感を伴い、母親と同じ30歳で死ぬことへの確信と恐れを抱いていた。一方で、描画には豊かな乳房をもつ牝牛を描き、交互スクイグルでは互いに物語を作り読み聞かせあう遊びに熱中し、幼児のような甘えを見せた。やがて同居する妹に身体接触を伴う強い分離不安を示し、その状態が2か月ほど続いた後、「オシメのような臭い。私が赤ちゃんのように未熟だから…」と自己臭が自身の未成熟と関連付けられていくと、友人との会食や趣味を楽しむなどの変化を見せた。7歳の頃を想起し「悪臭で嫌われ自分は空気を汚している。祖母と暮らしたことが辛かった」と語った際に、体験的応答(吉良、2002)によって身体感覚に触れてみるよう促したところ「細い糸がピチッと切れ、水がバーッと噴出するよう」など生き生きとした自己感覚が生じ、さらに「いま、妹と離れ離れになったときのことを思い出した」と涙ぐみ、妹との突然の離別への怒りを表出した。学外実習では幼児と別れる際に号泣するなど、喪失を迫体験することによって悲しみを実感できるようになっていった。卒業による面接終結が近づくと、Bさんは部屋にあふれていたモノを捨てる決断をし、症状が消えないことへの怒りや甘えとも受け取れる身体症状を示した。一方、卒業式当日、筆者は終わらないまま切断される理不尽さ、断念するしかない名残惜しさを感じたが、おそらくこれこそが長年意識化されることのなかったBさん自身のこころの痛みであることを実感した。その日の面接で、大勢の怒った表情の迫害者に取り囲まれる女の子を護るように、柔和な表情で涙を流す人々を描いたBさんは、筆者との別れに初めて「さびしい…」と涙した。数年後、31歳を迎えようとするBさんに再会した際には、卒業後も症状を抱えながら時折自身の描いた『女の子の絵』を眺め、身体感覚に照合しながら自律的に社会人として生活してきたと伝えてくれた。Bさんはずっと、「母の生きた30歳まで絶対に死ぬことはないと思い込んでいた」という。しかし、「ここから先は本当にいつ死ぬかわからない。だから我慢しないで生きていこうと思う」と語った。

【事例3】 密着した関係を切断することによって亡き母が定置されるまで

大学入学直前の冬に母親を看取ったCさんは、「気持ちが落ち着かず現実感がない」と来談した。小学生の頃から強迫症状に加え、過呼吸、自傷、拒食、頭痛、吐き気、生理痛、顎関節症、めまい、アトピーなど多彩な身体症状のため不登校や入院を繰り返し、学校生活を経験することがほとんどなく、また一人っ子に加え両親の不仲もあって、亡くなった母親とは深い密着関係にあった。入学式には母の洋服を身に着けて出席したCさんは、母との思い出の場所を避け、現実感は戻らないまま、抑うつに加え不眠、頭痛、過食、下痢、吐き気などを訴え続けた。ある面接で母親の最期の様子について細かに語った後初めて涙を見せたが、その直後に面接終了時間となった。彼女は「しょうがないですね…」と言い、都合で一週面接が空くことについても「仕方ないですね」と述べたが、次の面接では、ずっと深い穴が開いたような気分

に陥り「お母さん助けて！」と叫び続けていたのだと語った。母の一周忌を迎える頃には著しく体重が減少し、法要への出席も拒否した。やがて試験不安から食事がとれない状態となり、父親に引き取られて数か月の自宅療養となった。父親と意見の相違から墓は決まらず、母の死は曖昧にされたまま、Cさんも「宙に浮いている」状態であった。原因不明の失神など身体化がさらに強まるにつれ、筆者は次第に操作され、如何ともし難い受動的態勢で自分の身体が激しく損傷され続ける感覚に陥った。面接では嫌悪する父親との関係が延々と語られたが、ある日幼い頃に目撃した原光景について触れ「誰にも言えなかった。自分の本当の気持ちを話せるようになったのは母が亡くなってから…私の居場所ができたからお母さんの居場所も安定するのかな」と述べた。面接が3年目を迎える頃には「私は私」という感覚が出てきた。父にもはっきり嫌と言えるようになった。「自分ひとりで生きていく覚悟が決まった。自分のペースを信じていいと思う」と語るようになり、「最近寂しいなと感じ、気づくと泣いている。こみあげてくる感じが新鮮」など、身体的実感が鮮明となった。卒業や面接終結の話題が出る頃になると、筆者と共に母親の写真を眺め、卒業制作に母の絵を描くことを決めた。そして畳一帖ほどの100号キャンパスの木枠を自分で組み立て始めた。面接で描かれた描画について、「離れている0.2mmの隙間が自分には必要」と述べて、分離の必要性を自覚していることが感じられた。卒業による面接終結が次第に近づくと、筆者との別れの作業の中で激しい自傷行為の再燃を見せながらも卒業制作は続けられ、やがて「母の絵」は完成した。それは宇宙の只中に浮かぶ混沌とも花ともつかない抽象画であった。現実での葬りの場は定まらなかったが、Cさんの出立と共に亡き母は卒業作品の中に納められ、ようやく定置された。

【事例4】 度重なる喪失を切断し納め直すことで主体感覚が恢復されていくまで

「不安で眠れない」と訴えて来談した大学3年のDさんは、自宅立ち退きを迫られ途方に暮れていた。7歳で兄が病死、12歳で祖父が亡くなった直後に父が自死するという度重なる死別を体験し、依存症の母親と高齢の祖母を抱え、さらに生活の基盤までが失われようとしていた。気丈に対応しながらも、ずっと葬式や亡くなった父と会話する夢を見ることが、罪悪感があることに触れ、「兄が亡くなったとき両親を独占できると嬉しかった」「今も兄の部屋がそのままになっていてどう整理していいかわからない」「母から兄の死は“あんたのせい”と言われてつらかった」など喪の作業の遷延化を感じ取れた。やがて現実状況が一段落すると抑うつ症状とともに「ずっと黒い服の男が見える。親を殺せ、電車で飛び込めと指示してくる」と訴えた。筆者は幼少期からの度重なる喪失に由来する一種の解離と捉え、受診へ繋ぎ、服薬と並行しながら関わった。父の死の直前の記憶や父母への激しい感情が蘇える一方で、父や兄の遺品を巡って母親と大ゲンカするが、同時に捨て猫を飼っていた祖父への安心感をも思い起こした。筆者は急激すぎる変化には注意を促し、全体のバランスを調節してきた部分が危機に瀕していると感じられた際には、拮抗状態の蝶番を支えるような心持ちで介入した。また度々訴えられた喉のつまり感からは父や兄の死が連想されたが、そっとその部分にとどまり感じてみるよう促した。すると、兄が死んだときに母に言われた言葉への恐怖から、言いたいことがあっても喉をふさいでしまうこと、これまでうまくやってきたことは自分の首を絞めていたような気がする、などと意味づけられた。やがて身体症状は治まりを見せ、黒い服の男も現れなくなり、時折聞

こえる声や首を絞められる夢にも主体的に対峙し始めたが、それは同時にあたかも旧友を喪うような悲しみや痛みを伴うものでもあった。父親の死の間際の記憶が鮮明に蘇るなか、「ドロドロとしたものが自分の中にある、黒い水の中に浸かっていて出ようとしても足が引っ張られる」と訴えた。呑み込まれそうな勢いに、筆者が画用紙とクレヨンを差し出すと、Dさんは一面の黒い海に沈みかける人を描いた。僅かでもつかまるものがあればという思いから筆者がそっと小さな棒切れを描き加えると、Dさんは手を伸ばしてそれにつかまり、海に浮かんで待つという態勢へと変化した。また処理しきれないものを押し込め、整理してこなかったことについて「押入れを開けるとドワーッと出て来そうで怖い」と語り、実際の収納用品を用いて仕切りを入れ枠付けしながら、父、兄、祖父の遺品を1つ1つ納め直していった…。

5. 事例からの実践的考察

(1) 親との死別体験と喪失の心理過程

親との死別や幼くして母を喪った体験は今もタブー視されるという (Edelman、1994)。若くして親と死別した者の多くが、何らかの罪悪感や劣等感を抱き、自分に欠けがあるのではないかと、何か見当違いの振る舞いをしているのではないかなど生きる上での自信を持ってないでいる。そしてそうした感情に触れる機会をもたないまま成長する過程において、様々な身体症状に転換され、それらは固定化される。そこに向き合う際、カウンセラーは背景にある喪失のテーマに目を凝らし、かれらの成長、成熟に焦点を当てながら関わっていくことが求められる。幼い頃の親との死別体験は、その後の養育環境の変化、親の再婚による再喪失、きょうだいとの別離など多重喪失 (Worden、2008) の様態を生じさせる。事例にも見られるように、喪失の連鎖の中で次第に自分が何を喪ったのか、何に傷ついたのか判別できない状態へと陥り、感情や体験に蓋が閉められたまま長い時間が経過してしまう。加藤 (1995) は、親を亡くした体験が「何事でもないかのようにさりと、しかし話しておかなければならないこととして語られる」と述べている。彼らは修学上の困難を訴えて訪れた学生相談の場において、初めて親の死やその体験について語る場を得る。そして時に幼児のように退行し際限のない依存や甘えを示し、見捨てられ不安や激しい分離不安を示す。悲哀の苦痛に持ちこたえられない時、人は妄想-分裂態勢へと退避する (松木、2007)。事例2のBさんはまさしくその状態にあり、迫害不安に圧倒されていた。しかし多くの場合、怒りに支配され、凍結されていた体験は徐々に緩みほぐれ、喪失の心理過程を経ながら悲しみが実感され、自立や自律へと向かい成長を遂げていく。かれらの多くが親の亡くなった年齢を越えて生きることが想像できず、その年齢で自分も死ぬことを確信し、恐れと不安のため将来への希望や展望を持つことが出来ない。また母を喪った娘は女性像が曖昧で不確かなために「どのように大人の女性になったらいいのかわからない」など女性性の混乱や成熟への抵抗がみられる。事例1に見られるように、幼くして親と死別した子どもは、非現実的な空想の世界で自分を慰め、「黒い服の男」(事例4)のような想像上の人物とも受け取れる存在を得ることで自らを支えるが、喪失のプロセスが進展していくに従って、そうした世界や存在を手放していく。症状と取り組むことは、基本的安心感や自己形成に意味があるとされる (苦米地、1998) が、カウンセラーには喪失を体験した者が生きる上で、症状が必要であったのだと捉える視点が求められるであろう。事例1においてAさんは

筆者に理想的な母親像を投影し、自分を病気の子どもであり手厚く世話されるべき存在と認識していた。しかし経過の中で、亡き母の残した植物を育てる存在へと変容し成熟を遂げた。そして「覚えてはいないけれど、小さい頃母親にいろいろしてもらっていたのだと思う」などの実感を得ていった。このように喪失の心理過程に関わるカウンセラーは、病理だけでなくクライエントの健康に機能する側面にも着目しつつ、育てられる者から育てる者へと移行する青年期の「育ち」の支援（山崖、2007）に参与しているのである。

（２）象徴的定位と体験的応答による身体的実感・主体的自己感の恢復

喪失への関わりは知的・認知的に事実を現実のものとして受け止めることに始まり、徐々に悲哀の感情に触れ、それらを表出させ、やがて現実と関わりながら新たな関係を構築する過程を経ていく。事例からは、喪失を現実のものとして受け止め悲哀の感情に触れる困難さが伺える。かれらは一様に「現実感のなさ」を訴え、幼少期に死別した者は「親が現実にはいたことが実感できない」と語る。その実感のなさは、自分自身の存在の実感のなさともつながっている。Aさんは、母の死後若い継母が同居するようになり、実母の喪失は曖昧な状態におかれた。Cさんは長い間母の服を着用し、母の墓は定まらないまま法要にも出席しなかった。またDさんは、一度も模様替えされないまま十数年間亡くなった兄の部屋で寝起きしていた。このようないわば喪失が封じ込められ停滞した中で、喪失に出会い直すことは容易ではない。

学生相談の場が、喪失の事実に向きあい悲しむことのできる非日常的空間として徐々に機能し始めると、かれらは亡くなった親の写真を持参しカウンセラーと共に眺め、やがて親の最期を想起し涙する。このようなプロセスで重要な役割を果たしたのは、イメージによる非言語的関わりである。描画や箱庭には理想化された母子像やファンタジー様の女性像、傷つき、怒り、暴力、弔いなど様々なイメージが表現され、夢には未完了の喪失テーマが現れた。「イメージの世界は、個人の人生の歴史に息吹を吹き込む。さらに、個人を超えた普遍性をもつ領域にも窓を開けている。すなわち、『ことばのない世界』と濃密なつながりをもっている。そして、イメージの世界すなわちファンタジーを通して、心理療法家は『ことばのない世界』と『ことばによって開かれた世界』をつないでいこうとする」と皆藤（1998）が述べるように、イメージの力によって悲哀のプロセスは流れ始め、凍結していた過程に息吹が吹き込まれ、さらに筆者とつながる通路が確保されたと言えよう。現実感が甦り生き生きとした身体的実感が恢復されることによって、人は受動的様態から主体的様態へと変化を見せる。主体的に喪失に向き合い、やがて自ら喪失を象徴的に定位することを試み始めるのである。その過程は事例1・事例2の描画や箱庭の変化に、また事例3の卒業制作で自ら組み立てた枠の中に描いた「母」が設置されたことに、さらに事例4の「黒い海」に呑み込まれかけていた中で一本の棒に自らつかまり、海に浮かんで待つという態勢の変化や、納まりきらなかった父、兄、祖父の遺品が、押し入れに枠づけられ納められていったプロセスの中に見ることができる。また事例1において、Aさんは母の故郷への一人旅によって、若い頃の母と出会い母の実在を確かめるが、これは“行つて戻る”主体的な往還であり、同時に分離や自立への試みであったとも言えよう。また黒い服の男の「声」への対峙（事例4）や「私は私」（事例3）などからは、それまで希薄だった自己感が確かなものとなっていく様が見て取れる。しかし長い間の自らの症状を失う（事例4）こ

ともまた喪失であり、そこには痛みや悲しみを伴うことにカウンセラーは着目しなければならない。

このように滞っていた体験過程（Gendlin, 1996）が促進されたのは、度々筆者が行った体験的応答（吉良, 2002）によるものが大きいと考えられた。これは「自分から出る悪臭」（事例2）や「喉への締めつけ感」（事例4）などネガティブな身体感覚が語られた際に、「そっとその部分に触れてとどまり、身体の内側の感覚を確かめてみるように」と促すものであったが、その結果、症状に圧倒されていた受動的態勢は主体的様態へと転じ、主体としての自己が回復されることによって症状を対象化し、症状の持つ意味について知ることができるようになったのである。しかし喪失を扱うクライアントとの関係性において、カウンセラーは自らの身体をも損傷されかねないほどの相互作用を生き抜かねばならない（事例3）。さらに相互的に喪失への回避や否認といった事態（事例1）も招きかねないことから、カウンセラーは関係に生起していることに目を凝らし、自らの主体感覚（吉良, 2002）に注意を向けることが必要となる。

加藤（1995）は「学生相談は青年が現実に根を下し、感情豊かに自らを表現し、生き生きと生きていくための基地として、カウンセラーが悲哀の仕事を援助する任務がある」と述べているが、これは何も学生相談に限ったものではないのかもしれない。筆者が喪失の心理過程においてしばしば遭遇した「宙に浮いている状態」「居場所がない」という訴えは、この世に生きる場を見出すことのできない苦しみの表現とも考えられたが、これは生きる実感が持てないために、自傷行為や摂食障害、性的逸脱行為を繰り返す若者達に通じる苦しみとも言える。高石（2006）が「育てる」という言葉の中に“地中”や“下降”のイメージを取り戻し、死を入れ込んだサイクルとしての人生イメージが重要であると指摘するように、これからの「育ち」への支援は、自然や大地から離れ、死という超越性がなおざりにされ、環境との相互作用に疎くなってしまう現代社会のひずみをも視野に入れていかねばならないのであろう。

（3）学生相談特有の面接構造において喪失を扱う意義

① 喪失テーマにおける日常と非日常（彼岸と此岸）の往還

学生相談は日常の只中に存在し、クライアントは学生生活という「日常」の場と、面接室という「非日常」の場とを行き来する。それはあたかも、繰り返される彼岸と此岸との往還のようでもある。学生相談において死や別離、喪失、分離といったテーマが語られる背景には、青年期特性に加えて、特有の面接構造が関係している。おそらく日常から薄皮一枚隔てたような非日常的空間としての面接の場へ行き来する感覚が生と死との境界に生きる苦悩を呼び覚まし、背景に隠れていた喪失が炙り出され、死別体験が語られる場となるのであろう。さらに、学生生活には多くの体験の機会がある。それらはサークル、アルバイト、学内外の実習授業など様々である。かれらはそうした体験の機会を通じて、未完了の喪失を追体験し悲哀のプロセスを進展させていく。幼児との学外実習で子どもと別れる際に号泣し、悲しみを実感していった事例（事例2）にもみられるように、それらは面接関係に生起する質とはまた異なる実体験としての意味をもっていたと考えられる。

② 喪失を扱う際の「抱えの機能」と「切断の機能」

喪失体験に関わる際には、独特の「近さ」と「遠さ」があり、カウンセラーはその両面からの援助を行わなければならない。事例1、3、4では、喪失体験は肥大化し呑み込まれかねないほどの「近さ」でクライアントを覆いつくしていた。それらは圧倒的な力をもち、言語的に表現されず、しばしば身体症状という形で表現されていた。このような場合、カウンセラーは面接という安全な場で抱えながらも、徐々にその世界に入りこみ、さらに「切断する」機能を果たさねばならない。描画での「描く」行為も、言語化する営みも、体験的応答によって適切な距離を確かめるのも、「切断機能」によって分断し、かれらが自立し自律するために行われる。逆に、事例2における喪失体験は疎外され遠くへ追いやられている。このような場合、遠すぎる喪失体験や悲しみ、痛みを引き寄せ、それに触れ感じることができるよう援助することが必要となる。そのために、面接では安全感や安心感が持てるよう「抱える機能」を果たし、描画も体験的応答も十分感じ、味わうことができるために用いられる。事例2のBさんは、これを描画やスクイグルによる物語作りで体感したと思われる。喪の哀悼とは、究極的には「手放す」ことであると Casement(2009) は述べている。その際、まず「捨てる」行為として現れ出ることに着目したい。「捨てる」行為は、主体的・能動的である。クライアントが喪失に呑み込まれ、圧倒されていては不可能であろう。喪失との間にわずかな距離が生まれ、ものを「捨てる」決断がなされ、主体的な切断のプロセスを経てかれらは喪失を手放し、主体的自己を確認しながら自立・自律への変容を遂げていくのである。

③ 期限付きの面接構造において喪失が扱われることの意味

学生相談では、出会いの初めから別れの時期が布置されている。卒業をもって終わるというあらかじめ定められた期限を持つことが大きな特徴である。定められた別れを意識しながら関係性を紡ぎ、相反する事態の中でさまざまなプロセスが進行していく。学生相談における喪失との関わりは、1回1回の面接がカウントダウンされながら、すべて終わりあるものという感覚に支えられている。その独特の構造が人間の死という限界性と通底するためか、学生相談では喪失のテーマが立ち現われやすく、喪失の心理過程が促進されやすい。喪失のプロセスは数年、時に十数年をかけて進行していく。その際、期限によって面接関係が中断することを負の要因と捉えるよりも、喪失や切断の必然が備えられた面接構造の特徴についてよく知り、限られた時間であっても、その過程に関わることにより意味があると思われる。

(4) 喪失に関わるカウンセラーに求められる在りよう

Kleinman (1988) は、病は多義的であり多声的であるとして、つねに複数の意味を表していることを指摘した。同様に、喪失体験に隠された意味もまた多義的であり多声的であろう。カウンセラーにはその曖昧さに耐え、わからないままを抱え続ける能力が求められる。土居 (1992) は、わからない感覚を保持することは決して楽なことではないとしながらも、「見えてくるものは結局患者の中に隠れていた感情である」と指摘している。そのような質のものを Gendlin (1996) は「最初ははっきりと感じられないもの」と称し「暗に含まれているもの (the

Implicit)」と名付け、それらは身体を通して起こるものであることを述べた。このような言葉以前に存在する暗々裏のものを聴き取っていくためには、カウンセラーもまた自らの身体感覚を用いることが求められる。加えてクライアント自身がその曖昧さに触れ、その意味を聴き取れるよう援助していかねばならない。松木（2007）はカウンセラーが喪失やその悲しみ、罪悪感をじっくりと見つめていく機会を提供し、本人が本来もっているコンテインする能力、持ちこたえる力が大きくなるよう援助する重要性を指摘する。さらに、このような能力について詩人 Keats は、なによりも詩人として必要な能力に‘Negative capability’と‘Half’を挙げている。これは「人が、事実や理性などを苛立たしく追及しないで、不確定、神秘、疑惑の状態にとどまっていられる」ことであり「複雑な要素のうちのどれか一つを誇張し、それに荷担することなく…辛抱強く耐える」在りようのことである（佐藤訳、1952）。Bion(1970)はこの能力が治療者に最も大切な能力であるとし、土居（1992）もまた「わからないこと」との関係において面接者にはとりわけこの能力が必要であると述べている。不確定ではっきりとしないものに留まり、その状態から意味を見出していくことは、新たな自己の獲得であり、新たな主体性の獲得であるとも言えよう。Keats のこの言葉には、そのような可能性の意が含まれていると思われるが、これらについては別稿にて改めて論じたい。

7. おわりに

本稿では、学生相談における喪失との関わりについて、事例を素材としながら考察を加えた。明らかになったことは、今日の青年が抱える身体的実感の希薄さ、主体的自己の未熟さとも通じるということであった。また学生相談の面接構造は喪失テーマを扱う上で独自の意味をもつが、とりわけ期限が定められていることによって喪失の心理過程に促進的な働きが認められる。しかし冒頭でも述べたように、喪失には死別以外にも多くの様態が存在する。本稿で触れることはできなかったが、青年期においては親の心理的不在や欠如といったテーマも重要となろう。眼前に存在しているものの心理的には不在である事態、強迫症状や完全さを手放していく事態、「普通であること」を渴望しながらもそれを断念しなければならない発達に偏りをもつ人々など、様々な心理的喪失や不在、欠如の様態についても検討されなければならないと考えている。加えて‘Negative capability’という概念には、青年期心理臨床に携わるカウンセラーの在りように重要な示唆が含まれていると思われる。これらは今後の課題としたい。

2011年3月、東日本大震災によって多くの人の生命と生活の場とが失われ、さらに突如故郷を奪われるという暴力的喪失が襲った。学生相談の場を訪れる人々の根底にも、今後数十年に渡ってこの深い喪失のテーマが横たわらざるを得ないであろう。その際、病理や疾病といった観点だけでは十分な対峙ができないことは明らかである。カウンセラーが喪失に対して真に開かれた姿勢と耐性を持ち、自ら深く揺さぶられながらも喪失体験に関わり続ける覚悟が、今あらためて問われていると考えられるのである。

引用文献

Bion, W.R 1970, 1988 Attention and Interpretation Karnac, London 125-129

Bion, W.R 1994 CLINICAL SEMINARS AND OTHER WORKS （松木邦裕・祖父江典人訳 2000 ビオン

の臨床セミナー 金剛出版)

- Boss,P 1999 Ambiguous Loss (南山浩二訳 2005 「さよなら」のない別れ別れのない「さよなら」学文社)
- Bowlby ,J 1980 Attachment and Loss, vo3 Loss : Sadness and Depression (黒田実郎・吉田恒子・横
浜恵三子訳 1981 母子関係の理論 III対象喪失 岩崎学術出版社)
- Casement,P 1985 On Learning from the Patient (松木邦裕監訳 2009 人生から学ぶ 岩崎学術出版社)
- 土居健郎 1992 新訂 方法としての面接 医学書院
- Edelman,H 1994 Motherless Daughters (吉澤康子訳 1995 母をうしなうということ NHK 出版)
- 福井敏 1996 喪の作業と治療者の役割、精神分析研究 Vol.40 (4),326-328
- Freud,S 1917 Mourning and Melancholia.SE14 (井村恒郎訳 1970 悲哀とメランコリー フロイト
著作集 6 人文書院)
- Gendlin,E.T 1996 Focusing-Oriented Psychotherapy (村瀬孝雄・池見陽・日笠摩子監訳 1999 フォー
カシング指向心理療法 上・下 金剛出版)
- 石井千賀子 2005 遺された家族へのケア 現代のエスプリ、455,87-97
- 皆藤章 1998 生きる心理療法と教育 誠信書房
- 加藤美智子 1995 グリーフカウンセリング 悲嘆の心理 サイエンス社
- 河合隼雄 1987 子どもの宇宙 岩波書店
- 吉良安之 2002 主体感覚とその賦活化 九州大学出版会
- Kleinman, A 1988 THE ILLNESS NARRATIVES:Suffering,Healing and the Human Condition (江口
重幸・五木田紳・上野豪志訳 1996 病の語り 誠信書房)
- 小池眞規子 2006 親との死別を経験する時 臨床心理学 第6巻第4号 466-470
- 松木邦裕・賀来博光編 2007 抑うつ精神分析のアプローチ 金剛出版
- 松木邦裕 2009 精神分析体験：ビオンの宇宙 岩崎学術出版社
- 松木邦裕 2010 分析実践の進展 精神分析臨床論考集 創元社
- 文部省高等教育局学生課編 1953 学生助育総論 一大学における新しい学生厚生補導
- 根本真弓 2010 青年期女性における母親からの分離に関する一考察一食と性、身体の問題を通して一
大阪樟蔭女子大学人間科学研究紀要 No.9,99-114
- 小此木啓吾 1979 対象喪失 悲しむということ 中公新書
- 大山泰宏 1997 高等教育論から見た学生相談 京都大学高等教育研究第3号 46-63
- 佐藤清 選訳 1952 キーツ書簡集 岩波文庫
- 高石恭子 2006 学生を育てるということ 甲南大学学生相談室紀要第14号 12-21
- 高石恭子 2009 現代学生のこころの育ちと高等教育に求められるこれからの学生支援 京都大学高等教
育研究第15号 79-88
- 宅野智子 2006 心身症状と喪失体験 治療終結についての考察 心理臨床学研究 vol.25(3),305-315
- 苔米地憲昭 1998 自立へのプロセスとして不安・抑うつ症状と取り組んだ男子学生 河合隼雄・藤原勝紀
編 学生相談と心理臨床 金子書房 248-264
- 鶴田和美 2001 卒業期の特徴 鶴田和美編 学生のための心理相談 培風館
- 牛島定信 2012 喪失には自立・自律の意味がある 精神療法第38巻第4号 金剛出版, 518-520
- Worden,J. W 2008 Grief Counseling and Grief Therapy A Handbook for Mental Health Practitioner
Fourth Edition (山本力監訳 2011 悲嘆カウンセリング 誠信書房)
- 山崖俊子 2007 育ちの支援としての学生相談 学生相談研究 vol.27,179-190
- 山本力 1997 喪失の様態と悲哀の仕事 心理臨床学研究 vol.14(4),403-414

(臨床実践指導学講座 博士後期課程3回生)

(受稿 2012 年 9 月 3 日、改稿 2012 年 10 月 31 日、受理 2012 年 12 月 27 日)

Mourning in Student Counseling: A Practical Study on the Experience of Loss and Recovery based on Cases

TAKAHASHI Hiroko

This study examines the mourning process from the perspective of student counseling, especially with regard to how the mourning stages can nurture adolescence and maturity as well as affect independence. In general, the mourning process takes time and there is no “fixed” time frame for recovery. A student who has experienced loss needs time to heal emotionally and begin activities, such as establishing new relationships, to continue moving toward the future. “Moreover, to attain independence and autonomy, it is necessary to first understand “mourning.” Therefore, through a series of student counseling sessions, this study examined cases of parental loss and its impact on the development of students from the following perspectives:

- 1) The functions of holding and separation.
- 2) The process in which mourning is symbolically oriented.
- 3) The recovery of the vibrant sense of the physical self and the subjective sense of the self through the promotion of “experiencing.”
- 4) The definition of the mourning process through a specific structure in student counseling.
- 5) The required attitudes of counselors.