

引きこもりについて考える

中田 香奈子

1. はじめに

大学入学後から自宅に引きこもるようになった青年との面接過程について報告する。彼は、私がまだ臨床家としてトレーニングを受け始めたばかりの頃に出会った青年である。彼との面接過程を改めて振り返り、セルフの病理をもった方に対し、どのように心理療法を行っていくことが彼らにとって有効なのかということを考察していく。

彼は、「具合が悪くならないようにしたい、気分の振れ幅を小さくしたい」と訴えて来談し、青年期相応の自立したい願望を抱いていた。しかし、いざ面接をはじめてみると、彼は自らを物語ることがとても困難であった。私は彼の心になかなか触れることができず困惑した。そして彼に共感することの難しさを実感した。

彼にはセルフが育っておらず、彼は他者に依存してセルフを見出しているようだった。自分の話になると「面倒くさい」と言って私に話題をふり、自分に向き合うことが難しい彼のパターンに私は焦点を当てながら、彼にとって“ほどよく抱えられている空間”を模索して面接を行った。しかし最後には突然彼から面接の終わりを告げられケースは中断となった。

2. 事例の概要

以下、彼（クライアント）の発言を「 」, 私（セラピスト）の発言を〈 〉と表記する。

（1）生育歴・現病歴：

20代半ばの男子大学生だった彼は、「亭主関白で干渉したがる」父親と、「父親につき従う良き妻」で彼には「干渉してくる」母親との間に育った。父親は、彼の進路を決めて、父親と同じ名門中学・高校を受験させるなど教育に熱心であった。その後彼は都内の大学入学を決め、「これまでは両親の言うとおりにしてきたが、大学からは自分で考えるようにしている。自立したい。」との思いで一人暮らしを始めた。しかし、大学に入るとすぐ

に授業についていけなくなり、レポート提出ができず母親が上京して手伝うこともあった。大学2年生の春ごろから無気力、抑うつ感が強くなり、不登校となった。大学の友人らが心配して彼の親に連絡をとり、母親がアパートの大家とともに家に入ると、自室は洗濯物の山であふれ、その中で彼は放心状態であったという。すぐに両親に連れられ精神科を受診し、抑うつ状態を訴えて断続的に投薬治療を受けた。2年ほど通院するも症状は改善されず、主治医よりカウンセリングを勧められ、私に紹介された。

(2) アセスメント面接：

背が高く肉付きのよい彼の雰囲気は、まじめで穏やかな印象を与えた。しかし、面接初回、彼は10分の遅刻をし、私からの質問を理解できず、話せなくなるとすぐに質問を向けてきた。そんな彼に対し、私はコミュニケーションの取りづらさを感じていた。発症の契機について聞いても、彼が何を体験し、何を感じているのか“わからなさ”を感じたままであった。生育歴についても、私は当時の彼の生活をイメージすることができずにいた。また彼は、「前は昔のことを思い出して落ち込んだ」と言ったかと思うと、「面接をたくさん受けたい」と言うなど、話に一貫性が見られなかった。そして、彼は一見穏やかに私に配慮を見せるのだが、その後には自分の意見を押し付けるような態度をとった。私は戸惑いながら彼の要求（面接日や面接時間の変更など）を受け入れていた。私は、このような彼とのぎくしゃくした関わり方について、この有り様が彼がこれまで繰り返してきた人間関係のパターンなのではないかと考えていた。

彼の自分についての語れなさや主体性のなさから、精神分析的な心理療法は難しいのではないかと私は考えていたが、3回目のアセスメント面接時、彼の違う一面が見られた。彼が面接時間よりも早く入室してきたため、私が時間まで外で待つよう促すと、彼はすぐに出ていき、今度は時間通りに入室し、これまで一度もされなかったノックをして入室したのだった。このように杓をきちんと示すならば、それに合わせて修正していける人かも知れないと私は彼に期待を抱いた。また、このセッションで初めて、私は彼の物語りを聴くことができた。初めて彼の生活を想像することができた。父親はかなりの「亭主関白」で「子どもとしては大変」だったという。今までは父親の言うとおりに行動してきたが、今はそこから「自立したい」。しかしその一方で、「父親の言うことはまとも。間違いでない時もある」と父親に対する葛藤的な気持ちを表した。母親についても「亭主関白の妻って感じ。父親についていっているだけ。自分の意見を言わない」と話す一方で、「でもまあ良い母親。良妻賢母」と話した。具合の悪い彼を心配する母親を「うざったい。とにかく僕は親離れしたい」とはっきり述べる彼がいた。そして、「自分で決められない。なんかわかんなくて、誰かが動くのを待っている。受け身的なんです」と言い、「今まで自分がする前に親が何でもしていて。親の価値観に従って言われた通りにしてきたから、こうし

たいていというのはないんです。でも自立したくていざ一人暮らしが始まったけど、どうしよう、何がしたいんだ？となって、結局決められず、何もしなかった」とこれまでの自分を振り返った。

(3) 心理学的理解および面接方法：

「干渉しすぎる」両親の元で育った彼は、青年期相応の自立したい願望を抱き、いざ大学から一人暮らしを始めるが、父親という「枠組み」がなくなったことで、自分の生活全般を自律的に統制することができなくなってしまった。そのため、勉強にとどまらず、大学での諸活動や対人関係での課題が顕著に現れ、引きこもることで、外からの刺激を受けないように対処していたと考えられた。枠組みがある時とない時の行動に顕著に差が現れており、また、面接時に話す内容にも連続性や一貫性の乏しさが目立った。つまり、自己像の統合性に大きな課題を抱えているため、自ら自律的に枠組みを作ることが困難で、環境に左右されやすく、言動に一貫性が保ちにくく、彼には自己の病理があると考えられた。そこで面接方針としては、枠組みを明確にし、周囲の環境に左右されやすいといった特徴を彼自らが発見し、それを自覚してさらには自己コントロールできるようになることを目標に考えた。彼が「大学を卒業し田舎に戻る」までの1年間という期限を設けることで、面接自体に枠組みを持たせ、心理面接が開始されることになった。

3. 面接経過

面接がはじまると、面接の中で話しすぎてしまう私がおり、それによって彼が面接をキャンセルするということが起きていた。彼はこの時、私の態度を侵襲的に感じ、その私の侵襲的な態度に父親像を重ねていたと思われた。彼は、「実家にいる時はいいけど、こっちに戻ってきて一人になると体調が悪くなる」、「初対面とかは苦にならないけど、深く付き合っていくと嫌になって面倒になってきちゃう」と話した。そして、私に対し「よく来たね、とかまた来週も来てねって歓迎されればここに来る感じになるのに」と訴えた。私は彼に対して侵襲的あるいは迎合的になりすぎないように、受け身的な態度をとるよう意識して会うようにした。すると今度は、彼が汗をかくなどの身体化を起し迫害感を募らせた。そのため私は、探索的になりすぎること悪性の退行が起きないように留意しなければならないと思った。そこで彼に、現実的な学校や就職のことについても面接の中で話し合っていくことと、面接時間も50分から30分に変更することを提案した。しかし彼にはこの変更が不満であり、抵抗を示した。「母親がどんなことをやるのか知りたいらしくて連れて来ました」と言い、上京してきた母親と突然来談することもあった。このように面接初期は私自身も構造も揺れ動き、一貫性を持てず不安定な状態が続いた。彼の面接変更

に対する不満や言いたいことが言えない彼の気持ちについて、＜私にもわかってもらえないという思いがあるんですね＞と受け止めると、彼はようやく「面接には来よう」という気持ちになった。しかしその後も、彼は面接変更をする私に支配的な父親を転移し、「学校には行きたくないじゃなくて、行かなきゃと思っている」、「僕全部のストレスから逃げていますよね。もう違う話しません？」と話題を逸らし、再び面接時間を戻すよう訴えるなど、面接変更に抵抗することで主体的になろうとした。しかし、私が彼のこの＜面倒なことが起こると逃げてしまいたくなる＞という繰り返しに焦点を当てると、彼は苛立った様子を見せ、面接をキャンセルし、「自分が駄目。情けないです。もうこんな自分にうんざり」と言い、どうしても受け身的になり自立した態度を持てないことに情けなさを感じていた。

面接を開始して7か月経ったが、彼は朝起きられるようになったと報告することで私に褒められることを望んだり、私の方に話題を変えるなど、自分のことについて考えることを避けている様子は続いた。自分のことを考えたくなくなる彼について触れると、「考えたくない。考えようと思うけど止まっちゃうんです。防衛しているのかな」と内省する不安を語った。私は彼がどこまで沈黙に身をおいて内省できるかという限界を見ながら、彼の主体性が高まるよう、彼の自己観察をサポートするよう、面接に臨んだ。大学の後期授業が始まり、彼は「3日間だけ学校へ行った」。朝は起きられるようになったが、そのあと学校へ行きかけても「磁石みたいに反発」してしまい、それ以上学校へ行くことができなかった。私が、大学に行けた秘訣をたずねると、「朝ご飯を松屋に食べに出かければ、そのまま大学へ行ける」など、彼が自分なりに工夫していることが語られた。大学を卒業したいというモチベーションは下がっており、「今回卒業できなかったら、もう大学を辞めてタクシーの運転手をしようかな」と話した。

この頃から彼は面接の終わりを気にするようになり、面接をはじめて1年が経ったことに「お互い年取りましたねー。なんか学校行く以外に方法ないですかね。性格矯正とか、コミュニケーションの取り方とか知りたい。人から敬遠されているような気がする」と話した。そして、「男の人が苦手…それから、もう母親に振り回され、侵入されるのは嫌。借りを作りたい」と自立したい気持ちを語り、大学に入ったのも「親の洗脳」で「もうそういう親のルールから外れたい」と語った。両親から自立したく反発する気持ちと、大学に通わないということが関係しているのかたずねると、「それは関係ない。大学は自分で卒業しようって決めた。親は休学を勧めてくるけれど、もし卒業できなかったら辞めようと思う。それでタクシーの運転手とか好きなことをやって暮らせばいいかな」と言い、「それでいいですよね？卒業しなくても…どう思いますか？」と私にたずねた。彼は母親に振り回されたくないといいながら、私に答えを求め、ここに彼の矛盾が見られた。こう

した彼の矛盾を直面化し、身動きのとれなさに私は共感した。私が、自立したいけれどどうにもできない彼の苦しさを感じ、その上で一貫した距離感で彼に接していくと、彼はこの面接に「やりづらさを感じる」ようになっていった。支配的な父親でも、揺り動かされる母親でもなく、この時はじめて私が彼のセラピストとしてようやく機能しはじめたのではないかと考えられた。しかし、彼にはそれは居心地の悪いものだった。

その後、終結に向けてこれまでの面接の振り返りをしていこうとしていた矢先、彼は突然「おいでと言っているからおじさんのいる海外へ行く。それに親からも他の文化に触れて考え方を変えたらどうか？と勧められたから。」と私に告げた。「行っても変わらないかもしれないけど、人がたくさんいるような所には行きたくなくて、大自然にいたい」と言った。彼自ら「逃避してると思う？」と私にたずねた。私はくこれまであなたは自分のことを考えるときに家に閉じこもったり、他の所へ行ったり、ということを繰り返してきたと思うと伝えた。彼は、「ここは自分でやっていかなきゃならないっていうのは分かっているんですけど、どうしたらいいのかずっと考えているのに答えがでない。頑張っても出来ないのが無駄だと思った」と言った。また、「自分はどういう人間なんだ？」ということを私を通して聞こうとしていた。しかし、私はそれに応えることはせず、彼自身が主体となって、自分のことを考えていけるよう促した。

彼には、一方では支配したいが、一方では支配されたいという気持ちがあるため、動くことのなくなった私との面接場面から離れ、おじさんという新たな対象を求めて面接を後にした。そして、私に捨てられてしまう前に、自分から私のことを捨てようと思ったのではないかと考えられた。

4. 考察

彼の面接への抵抗は面接の構造を変えてからずっと続いていた。しかし、この構造の変更は彼が悪性の退行を起こさないために必要な制限であった。彼は私が面接の変更をしたことで支配的な父親像を転移し、また、面接変更の頃には一貫した態度を持てない私に対し、頼りにならない母親転移をしていたであろう。

これまでの面接では、セラピストクライアント関係において、支配する—支配されるという関係が交互に表れていた。これは彼と父親との関係が背景にあると考えられた。父親に支配されることに反発し、自立したい、支配したい願望を彼は抱くが、こうした父親という枠組みを失うと何もできなくなってしまう彼がおり、支配されることでセルフを見出すという彼がいた。彼は私を支配したい一方で、支配されたいという身動きのとれない苦しい状況にいたであろう。そして最後には、私とは支配—被支配の関係性でいられなく

なったことから、新しい対象を求めて面接を後にしたと考えられた。

本ケースにおける彼の力動について、私は上記のように考察した。しかし、彼の心の動きや、彼と私の間にある転移関係について考えたとしても、当時の私にはそれを使って彼に働きかけるということができなかった。その結果、私は彼に対して何もできなかったという無力感を残したままケースは中断となった。これはひとつに、当時の私がまだ臨床家として初心者であったことが関係しているだろう。ただし、その他にも考えられることはある。十数年経った今、私はそれを考えるべく、改めて本ケースを振り返る。セルフの病理をもち、引きこもらざるをえない彼らに対して、どのように心理療法を行っていくことが有効なのかということを考えてみたい。

彼は、受け身的で、待ちの姿勢が強く、具体的なことは答えられるが、そこから話が膨らんだり深まっていくということがほとんどなかった。自分で自分のことを考え、決断していくということが非常に困難であった。私はそんな彼に対して、面接開始当初から多くの言葉を投げかけていた。当時はこれを支配―被支配の関係性やセラピストの侵入される不安と捉えていたが、それだけでなく、彼のことがわからないという私の焦りもあったのだろうと思われる。私が彼の物語れない苦しさ気づくことができずに話し続けることで、彼が次回は来なくなるという繰り返しが起きていただろう。しかし、今度は私が黙って彼の反応を待つと、ただ沈黙がつづき、彼は迫害感を募らせるのだった。

鍋田 (2007) は、「物語れないコミュニケーションの特徴 (引きこもる子どものコミュニケーション)」として、以下の内容を挙げている。①漂うように何かを感じているか、まとまらず、受け身的・待ちの姿勢をとる。②自分の気持ちを曖昧にしたまま、表面的に相手のはたらきかけに反応的な応答をしつづけるようなコミュニケーション。③沈黙がちであるが、警戒しているとか、言いたいことがあるのに、言うことに躊躇しているような沈黙ではなく、体験を感じとり、物語る力そのものが育っていない様子である。④自分の体験をさまざまに想像したり、意味づけする力は落ちているが、事実的なことは短く語れる、などである。これを鍋田 (2007) は「物語る力・イメージ化する力が落ちているコミュニケーション」と名付けた。まさに彼のコミュニケーションの特徴に酷似している。ただし彼の場合、沈黙したり面接をキャンセルして自分のうちに引きこもる以外に、私に話題を振り私に話させようとして自らに目を向けないよう防衛するところがあった。

他にも鍋田 (2007) は、「生き方がわからない若者たち」の特徴として、①自分からはたらきかけることがほとんどない、待ちの姿勢が多い。主体性が落ちている。自由に動いてもよいといわれると動けない。自分から主体的に何かに関わるという様子が希薄で停滞しがちである。②自分の気持ちを曖昧にして、周囲に合わせようとする様子がみられる。あるいは自分の気持ちがはっきりしないために、周囲からはたらきかけに流されている

様子である。自分感覚の希薄さがうかがわれる。これは「自分のなさ」に通ずる。③何かをしはじめても、うまくいかないと、すぐに引き下がる。傷つくの避けているようでもある。④周囲の様子を過敏に気にする。⑤かかわり方がワンパターンである。しかもパターンが狭い。柔軟性・多様性に欠ける。何かうまくいかないとすぐに引き下がる。自分から工夫することが少なく、困ると避けようとするか、立ち尽くしてしまうことが多い。探索行動・試行錯誤がほとんどみられない。問題解決を模索する様子も希薄である、など挙げている。

以上のような特徴を持っているため、彼らは思春期になり、自分から動く必要が多くなったり判断が必要なときに、突然、身動きのとれない自分、何を求めているのかわからない自分、それでいて他者の存在やはたらきかけには過敏になってしまう自分を痛感しはじめるのだという。そして、停滞し、すべてに距離をとり、止まってしまう。対処の仕方がわからないまま佇み、その結果、引きこもることになる。彼の中学、高校時代について、彼は「普通」とだけ答えていた。父親に従い、父親と同じ名門中学・高校に進学した彼は、自宅では父親という枠組み、学校内ではプログラム化されている授業という枠組みの元、受け身的にやり過ごすことができたのだろうと推測する。周りの友人らは大学受験を目標に日々勉強に勤しみ、その環境に合わせて彼はあたかも適応しているかのように生きていたのだろうと思われる。しかし、大学に入り、ひとり暮らしがはじまり、生活のほとんどを自ら動き判断をしなくてはならなくなった時、彼は引きこもることになった。

鍋田(2007)はこれを「現代の若者の特徴」として捉えており、自分から動く力が落ちているという意味での主体性のなさ、そして、自分の気持ちを曖昧にしやすいということから、自分感覚そのものが曖昧になり低下しているという傾向があると述べる。私は彼が「ここは自分でやっていかなきゃならないっていうのは分かっているんですけど、どうしたらいいのかずっと考えているのに答えがでない。頑張っても出来ない」と苦痛の表情を浮かべて語っていたのを思い出す。「自分は何を感じているのか」「自分はどうしたいのか」、つまり「自分そのものがわからない」心理状態が彼らにはある。これを、彼らが何かに葛藤しているというより、心理的な病理として何かが欠けている状態、あるいは何かが欠けた心理構造があるのではないかという考え方である「欠損モデル」として捉えることができるだろう。

こうした児童・思春期の物語の苦手なこどもへのアプローチ方法として、鍋田(2007)は、「side-by-sideの関係」と「群れ体験」がもっとも適した方法ではないかと考えた。フリースペースのような場では、彼らと向かい合うのではなく、横並びの関係性(side-by-side)のなかで体験を共にしながら、それについてリアルタイムで短めに語り合うというスタンスがベストの関係性であるという。治療者はあたかも面倒見のよい兄や姉のように彼らに

接し、目の前のことを共に体験する。またフリースペースには複数人のこどもたちがいるため、そこでの体験を治療者は見守り、時に介入する。ここで彼らは、主体的に遊びや活動を選択し、自らの体験を言葉にしていく機会をもつ。

多数の対象の中で育つということは、子どもの側に対象を選択できる状況となる。自分から自分の状況に合った相手に近づくことができる。合わなければ避けることもできる。そこにいろいろな価値観をもつ人がいれば、自分なりに判断することもでき、判断する能力も育つ可能性が高い。群れる社会では母子が密着構造になりにくい。この主体的に自分の生き方や他者との関係性を選べるという「群れ体験」で、人の主体性・自己選択性が育成される（鍋田、2007）。

これら「side-by-sideの関係」と「群れ体験」という視点やアプローチ方法は、引きこもりの子どもたちを抱えるフリースペースのみならず、小学校や中学校、高校という学校現場においても、有効な手段となりうるだろう。しかし、本ケースのように1対1の心理面接の場面においては、ひとつの遊びや活動を横並びの関係性で実際に共に体験し、「群れ体験」をリアルタイムで過ごすことは設定上難しい。ただし、私はこの「横並びの関係性」や「群れ体験」を1対1の面接場面にも工夫して取り入れることができるのではないかと考える。

私は本ケースから始まり、その後の臨床で数々の引きこもりケースと出会ってきた。彼らは具体的な体験を語ることはできる。たとえ短くともできる。彼らには少なくとも主体的に動こうとした体験がある。彼らがその具体的な体験を語る時、私は向かい合って話を聴くことはせず、例えば90度対面法であればセラピストとクライアントの視点が交差するあたりに彼らの体験を置くイメージで彼らの体験を聴き、二人でその体験を眺める。イメージすることが難しそうなクライアントには、その空間を身振りで伝えることもある。彼らの語る具体的で表層的な体験をすこしずつ共有しながら、なぜ彼らがそのような行動をとったのか、なぜそのように彼らが考えるようになったのか、それが彼らの人生でどういう意味を持っているのか、はじめは「わからない」「ただなんとなく」と答えるだろう問いに対し、＜例えば、〇〇という考えもあるし、〇〇と考える人もいるし、〇〇もある…＞と幾人かのモデルを提示する。すると彼らは、「ああ。私は〇〇と思っている。それが近い」と選択する。そして私は＜なるほどそうか。あなたは〇〇が〇〇になったのは、〇〇が〇〇で、それについて〇〇と思っていたからなのですね＞などと言葉を紡ぎ、物語にすることを手伝う。この積み重ねにより、彼らは自分とはどういう人間なのか、自分はどう生きていきたいのかを物語るようになっていく。長い時間を要することもあるのだが、こうしたサポータティブな工夫が彼らには必要なのだろうと私は考える。

【参考文献】

鍋田恭孝 2007 変わりゆく思春期の心理と病理 物語れない・生き方がわからない若者たち 日本評論社