

学生相談の視点から見た「適応」について

高橋 悟（子ども心理学科・講師）

A Study on “Adaptation” from the Perspective of Student Counseling in the University

Satoru TAKAHASHI

Abstract

This paper examined the psychological support in university student counseling to students who were experiencing difficulties in interpersonal relationships. Their complaints revealed that they were preoccupied with how they were perceived, thus conforming to others without autonomy. Since these students behaved similarly during counseling sessions, the counselor needed to be sensitive to what s/he noticed and convey it to the student. At first, the student might have been confused by this disagreement between themselves and the counselor. However, it has been shown that the student can seek adaptation by consciously exhibiting their confusion to the counselor as an autonomous being.

Keywords: Student counseling in the university, adaptation in interpersonal relationships, autonomy

キーワード: 学生相談、対人関係における適応、主体性

I はじめに

大学の学生相談室には様々な主訴を持った学生が来談するが、その中には、対人関係における不安全感や不適応感を抱えており、その苦しさから来談する学生が多くいる。学生相談室のカウンセラーは、これらの学生の訴えに応える形で、継続的なカウンセリングをはじめとする支援を提供することになる。しかしその際、対人関係における不安全感や不適応感についての訴えからうかがわれる学生のあり方、すなわち、周囲に適応した自分でありたいと願うあり方は、それ自体がカウンセリングにおいて重要なテーマになり得るものであり、カウンセリングの本質的な次元からの検討が必要であると思われる。本稿では、ある共学の四年制

私立大学の学生相談室の事例におけるエピソードから、学生相談の視点からこのテーマをどう捉え、対応するかについて、考えていきたい。なお、各事例とエピソードは、プライバシー保護の観点から、その本質が損なわれないと筆者が判断した範囲において、情報の追加、修正が施されている。

II 相談における訴えから

1. 世間にとらわれた「世捨て人」

学生相談には、講義への出席やサークル活動など、学生生活を何とか続けながら来談する学生がいる一方で、講義等に全く出席していない状態が長く続いている学生も来談する。筆者がこれまで会ったこのような学生を総合して描くと、以下の

ようになる。

入学後の数カ月は大学に来ていたものの、その後さまざまな理由により、あるいは特にこれといった理由なく、大学に行かなくなってしまう。それからは、学期や年度が改まるタイミングで、少しの間オリエンテーションや講義に出席するものの、やはり数週間から1カ月ほどで大学に姿を見せなくなる。このようなことを繰り返すうちに、このままでは4年間での卒業ができなくなるのではないかと、といった理由で初めて学生相談室を訪れる。このような学生が、大学に来ずに何をしているかというと、かつて笠原(1977)が指摘したような「アパシー」タイプとは異なり、アルバイト等に打ち込むわけでもなく、ただ家や下宿で過ごしていたり、あるいは大学に行っていないことを家族に知られないように、昼に外出をし、適当な時間に帰宅したりしている。高校時代までの友人とは時々会うことがあるものの、大学には来ていないことを心配するような友人はほとんどおらず、社会的に孤立した状況であることが多いように思われる。

彼らは相談室に来談して、大学入学以前のことも含め、これまでの経緯を語るのだが、現実的に自覚されている不安や問題意識は「大学を卒業できるかどうか」ということであり、卒業してこうしたい、そのために大学を卒業しなければ、といったことはなかなか考えられないようである。彼らの多くが、そもそも大学進学にあたっての明瞭な目的がないように思われるし、筆者が「卒業できるかどうかは、卒業後の進路を目標にして頑張れるかどうかによって変わってくるのではないかなど」と言うと、卒業ができたとしても、「どうしたらよいか分からない」と言う。そのため、相談室に通う動機に乏しく、継続して面接を行っていくことが難しい場合もしばしばある。

そのような状況にある学生が筆者と会っている時に、「自分は『世捨て人』」であり、「外国でテロが起きようと、世の中のことに全く関心がない」と言ったことがある。この「世捨て人」という言葉の、世間から離れて人々と付き合わないで暮らすという意味からは、一見達観した、迷いのなさ

があるかのように見える。しかし、周囲の人に「世捨て人」と言われたのではなく、「世捨て人」を自称する場合、本人が意識的に「世」を「捨て」ているのであり、その意味において、「世」との関わりのない状況にあらうとも、「世」を意識し、とらわれてしまっているのである。逆にいえば、このあり方は、どうしても「世」ととらわれてしまうために、完全に「捨て」という形で関係を絶たざるを得ないためにとっている、ということであると思われる。例に挙げた学生は、自分には外国で起きるテロ事件などには「全く関心がない」ということを言葉にして否定せねばならないほどに、そのような事件そのものや、そのような事件が起きる世の中に関心を持つべきであるという価値観にとらわれてしまっているといえるのではないだろうか。

2. 自然にふるまうということ

先に描いたような学生が大学に全く出てこなくなるのは、具体的な対人関係においても、自分が相手にどう思われるかにとらわれ、それを重荷と感じて、他者と関わることを避けるようになるためである。このような対人関係での緊張は、何とか大学生活を送っている学生も抱えている場合が多い。このような学生がしばしば訴えるのは、対人関係において「自然にふるまう」ことができない、ということである。努めて自然にふるまおうとするが、自分の言動が相手からどのように捉えられているのか、不審に見られているのではないかと、ということを強く意識してしまい、どうしていいか分からなくなる、と言うのである。ここで彼らが望む「自然」なあり方とは、何なのであろうか。

木村(2008)は、西洋語の *nature* の訳語としての「自然」は、「どこまでも客観的・対象的なもの、内なる主体的自己に対して外部から対峙するもの」である一方、「日本語の『自然』は、『おのずから』という情態性を表している」と言う。そして、「それは主語として立てられうる名詞的実体ではなくて、どこまでも述語的に、自己の内面的な心の動きを捲き込んだあり方を示して」お

り、このような「自然」の意味内容は、「自己がその動きを、張りつめた集中性において、しかもそれでいながら一切の束縛を離れたありのままの自在性において感じ取っているという事態」であると指摘している。

先に述べた学生の「自然にふるまおう」という意識的な努力は、他者が『『自然』である」と感じる（と自分が思える）状態であろうとするものである。ここで目指されているのは、仮に木々の中であれば迷彩服を着ることによって達成されるような、いわゆる人の中に溶け込むといった形での「客観的」な「自然」であるといえるだろう。いわば模範的な「自然なふるまいというもの」があると思い、それを他者からの反応を手掛かりに探し求めている状態である。本来「自然」とは、「自己の内面的な心の動きを捲きこんだありかた」であるにも関わらず、「自己にとって自然な状態やあり方はどういうものなのか」という主体の感覚が捨て置かれてしまっている。

このような形で「自然」であろうとすると、常に自分が今「自然」であるかどうかを自己チェックしなければならなくなる。これによって逆に「不自然」に見えてしまうこともあるだろう。このように考えると、「自然」は、それを目指した意識的な努力によって達成されることはないということになる。また、「自然」であるとき、自分自身が現在「自然」であるかどうかということは、意識されなくなるとも言えるのである。

3. 演じるということ

例えば上に述べたような「自然にふるまう」など、対人関係において、他者にある印象を与えるように自分を装うあり方を、学生本人が「演じている」と否定的に表現することがある。これは、自分の言動を相手がどう感じているのかが気になるために、相手が受け入れるであろう言動を探ってしまい、必ずしも自分が本当に思っていないことを口にしたたり、行動に移したりしている状態であるといえるだろう。

しかし、ここでは必ずしも「演じている」ことそのものが問題ではないように思われる。人は対

人関係において常に役割を持たざるを得ないのであり、その役割は常に対人関係において「演じられる」のである。つまり、人は普段演じようという意識なく演じているのであり、そうできているときに自分が演じている、という意識はない。

一方、演じているとき、自分が相手からどう見えているかを気にし過ぎていては、演技に集中することができず、どう演技していいかが分からず、そのため逆に演技しているという意識が強く出てきて、演じられなくなってしまう。このように考えると、自分が「演じている」と感じられるのは、そのあり方に対する違和感や不全感があるためであり、そう感じられるとき、実は演じられていないのではないかと考えられる。

しかし、自分を見ている相手が存在しているということは紛れもない事実である。相手の存在を無視して表現をすることはできない。このように考えると、対人関係において演じるということは、相手を無視してありのままの自分を表現するのではなく、相手の反応に踊らされるのではなく、自分が相手を前にしているということを意識した上で、その意識も含みこんだ状態で、自分を表現するということになるだろう。このようなとき、演技は最も自然なものになるのではないだろうか。

このように考えると、対人関係において、「相手に合わせて演じること」と、「相手に関係なくありのままに自分を表現すること」は、二者択一の対極にあるものではないということが分かる。

4. 居心地の悪さが自覚されるということ

ここまで、本当に自然にふるまったり、演技したりできているとき、逆に自分がそうしているという意識がなくなっていくのではないかと、ということを書いてきた。しかし、ただ相手に合わせて動かされている状態よりも、自分が対人関係において不自然であったり演じていたりという感覚を覚えているとき、そこにはその感覚を覚える自分自身が確かに存在しているということもいえる。従って、彼らに対する援助において目指すのは、単純に相手に合わせて演じることが上手になり、それに伴って居心地の悪さがなくなっていくことでは

ないように思われる。

実際、学生相談室でこのような居心地の悪さを学生が語るとき、それまでは特に問題なく大学生を送ってきたが、対人関係のトラブルをきっかけに来談したという場合がしばしばある。そして、そのようなトラブルをきっかけにして来談するとき、それ以前はむしろそう感じることもなくやってこられていたという場合が多いように思われる。以下にこのような事例を挙げてみよう。

〈事例1〉

友人グループでの人間関係のトラブルがきっかけで、グループから締め出されてしまったことを苦にして来談した学生（A）。来談してから1年ほどは、グループのメンバーの学生について、なぜ自分の味方をしてくれなかったのかと憤り、薄情な奴らと罵っていた。しかし、次第に実は自分にも悪いところがあったのではないかということが語られるようになり、他の学生たちが何を考えているのか分からないと不安を訴えるようにもなった。彼らとすれ違ったときにどうふるまっていたかが分からず、自分が服装や髪形のことで嘲られているのではないかと不安を感じ、自身の外見を過剰に気にするようになる。また、偶然出会って話し掛けてくるグループの学生への受け答えに戸惑い、彼らが自分に探りを入れて、グループの他のメンバーに報告しているのではないかと疑うようになった。

この事例において、Aの「人が何を考えているか分からない」という不安は、自分にも悪いところがあったのではないかという形で、自分が意識されたときに生まれてきた。本当のところ「人が何を考えているか」は、分からなくて当然のことである。つまりAは、それまでは「人が何を考えているか」を分かっているつもりでいたのである。もしくは、「人が何を考えているか」ということは、当然分かっている（つもりである）のだから、それが疑問や不安として意識化されていなかったと言えるだろう。このようにして生まれてきた対人恐怖的な症状は、対象としての他者がはっきり

と感じられるようになってきたためであり、それは同時に、それを感じる自分自身が生まれてきたということでもあるだろう。そこで現れた他者が自分を嘲っているのではないか、自分に探りを入れているのではないかという疑いは、被害念慮的ともいえるが、Aが得体の知れない他者を自身との関係において理解しようという懸命な試みの結果と言えるだろう。

このように考えると、一見すると状態が悪化したことの現れと見える症状も、自己を確立していくプロセスでの苦しみであるし、自己が確立されているからこそ自覚される苦しみであると言えるだろう。

III 面接室における関わりから

1. 相手に合わせるというあり方

先に挙げたAは人間関係のトラブルが生じる以前は、対人関係においてうまくやれていると、少なくとも本人は思っていたようである。このような形で、対人関係をうまくやれているように見えて、実際は表面的に相手に求められていると思う姿でいるだけという場合もあると思われる。通常、このようにしてうまくやれている（と自分では思っている）学生は相談室を訪れることはほとんどないだろう。しかし、実際に学生相談室に来談する学生も、相手に合わせるあり方で対人関係を維持しようとするし、そのあり方が学生相談室のカウンセラーとの間でも現れることもある。このことを、ある事例における短いやり取りから考えてみよう。

〈事例2〉（「 」内は学生、〈 〉内はカウンセラーの言葉）

2年ほど継続中ではあるがキャンセルがちでもあった学生（B）が、学期の区切りにあたって、今後も学生相談室に継続的に来室できるようにと、学科のある教員が配慮してくれたことを語った。カウンセラー（筆者）が〈学科の先生はあなたが学生相談室に通うのがいいと思っているみたいけど、自分ではどう思っているの？〉と問うと、Bは「まあ自分も話し相手が必要ですから」と答え

た。

Bは斜に構えた様子で、自分自身にとってのカウンセリングの必要性を認めず、単なる「話し相手（がいる場）」であると発言をしている。しかし、Bはカウンセラーに問われたことで、「カウンセラーが自分を突き放すような態度である」と感じたのかも知れない。そのため、自分を突き放そうとしている他者（との間でのカウンセリング）を頼りにしているということを言葉にすることを避けたようにも思われる。

ところで、カウンセラーはなぜ〈自分ではどう思っているの?〉と問い掛けたのだろうか。確かに、カウンセリングはクライアントの意思で継続されるべきものであると考えれば、クライアントであるBの意思を確認することは重要なことであろう。しかし、カウンセラーがそのようにききなくなる背景には、カウンセラーの側に、『学科の先生にそこまでしてもらって、一体この場で何ができるだろうか?』、『学科の先生にそこまでしてもらうほどのことが、ここではできていないのではないだろうか?』という疑問や不安があったと思われる。つまり、Bが表明した「この場はさほど重要なものではない」という思いは、実はカウンセラーにこそあり、Bはそのようなカウンセラーの思いを汲み取って、カウンセラーのことを単なる「話し相手」と言ったとも捉えられるのである。

このように、対人関係における傷つきや居心地の悪さを避けるために、相手の出方によって自分の態度を変化させ、それによって他者と一見円滑で、かつ良好な人間関係を築こうとするあり方が、カウンセラーとの関係においても生じる可能性がある。松森（2005）は、「『つまらない』セラピー」として、「クライアントは、セラピストの言葉や態度を取り入れはするが、それらが同化されて彼らの血肉とはならないため、関係が表面的な水準にとどまり続ける」ケースについて述べているが、ここでのクライアントのあり方と、上記の学生のあり方には共通点があるように思われる。

このあり方がカウンセラーとの間でも現れてくるとき、学生は無意識的にカウンセラーがこうあ

て欲しい姿になろうとするし、それによってカウンセラーも学生を好ましく感じるだろう。そうすると、学生はさらにカウンセラーを喜ばせようとするようになってしまう。この事態はまた、学生相談やカウンセリングという状況に適応しようとして、一見「カウンセリング的」な、暖かく良好な人間関係を結ぼうとする学生に、カウンセラーが知らず知らずのうちに合わせさせられてしまう、と捉えることもできるだろう。

そもそもそのようなあり方では立ち行かなくなったからこそ、学生はカウンセリングを求めたとも言えるのに、それまでと同じことがカウンセラーとの間でも繰り返されることになりかねない。このような点から、「対人関係が苦手」と言う学生に対して、学生相談室で対人関係のトレーニングの機会を提供したり、アドバイスや指示的な関わりをすることについては、慎重になる必要があるのではないかと筆者は考える。このことについては、本稿の最後で改めて検討したい。

2. カウンセラーの「純粋性」について

事例2において、カウンセラーは一見「カウンセリング的」な、クライアントの意思を問う質問をしているようで、実は自身が感じている不安や疑問をごまかしていたともいえる。このようなやり取りを続けることは、一見「カウンセリング的」ではありながら、関係において生じていることの本質を見逃し、その実何も進展が見られない、といったことになりかねない。そこで重要になるのは、カウンセラーが自身の内面にある疑問や不安などに対して敏感になることであろう。

このような、カウンセラー自身が感じていることに対して自覚的であるということは、ロジャーズのいわゆるカウンセラーの三条件における「純粋性」に相当することと思われる。ロジャーズ自身は純粋性について、以下のように述べている。「セラピストが職業上の建前や個人的な仮面をまとうとせず、その関係のなかで自分自身であればあるほど、それだけクライアントが建設的に変化し、成長する可能性が高くなるのである。純粋性とはセラピストが自身の内面でその瞬間瞬間に流れつ

つある感情や態度に十分に開かれており、ありのままであるということである。つまり、セラピストの内臓レベルで体験されていることと、セラピストの中で意識されていること、および、クライアントに向けて表現されていることが、密接に符合し、一致しているということである」(Rogers, C.R.,1986)。

ロジャーズはカウンセラーの純粹性を、クライアントの建設的な変化や成長のために必要な条件としているが、カウンセラーがクライアントのこちらに合わせようとする動きに対して敏感になるという点でも、重要であると言えるだろう。

3.「合わなさ」を体験することについて

ただし、ここまで見てきたように、相手に合わせることでそれ自体が問題なのではない。問題なのは、学生が無意識にカウンセラーに合わせ、カウンセラーはそれと認識せずに、なんとなく「合っている」と感じて、お互いに良好な関係であると思っていることである。そこで、学生とカウンセラーとの関係において、「合わなさ」を体験することが重要な契機になるのではないかと考えられる。このような体験は、カウンセラーが学生になんとか合わせているだけでは、生じてこないものである。

しかし、その体験が学生の変化を狙った、カウンセラーの意図的な動きによるものであると、結局学生がその動きに合わせてくるということが起こりかねない。高橋(2009)は、自閉症と診断された男児との遊戯療法において、男児の要求をセラピストが理解しようとしてどうしても理解できないときに、それまで「やって」や「かいて」という要求語のみでセラピストに働きかけていた男児が、セラピストに向けて初めて「ばかもの」という言葉が発した事例を報告している。この事例において、セラピストが真に理解しようとして実際にある程度まで理解できたからこそ、あることに関して理解できないという事態が浮き彫りになったのであろう。そしてこのような事態に直面したからこそ、男児は自分自身の心を相手に伝えようとする言葉を発する主体として立ち現われたので

あろう。

このように考えると、理解し合えない事態は、理解し合おうとするからこそ起きてくるのであり、また同時に、そのようにしても理解し合えないからこそ、伝えようとする言葉が生まれてくるのである。それは、伝えようとする言葉を発させることを意図して理解していないふりをする、といった操作的な働きかけとは次元が異なる。

以上のことを、学生相談における「合わなさ」の体験に引き戻して考えると、この体験は、カウンセラーがある狙いを持って、その狙いのために意図的に合わせないという姿勢によるものではない。いわば、合わせるか合わせないかという二者択一の次元を超えて、カウンセラーが自身の内面に対して敏感になり、それを自分として出していくことで、結果として「合わない」という事態が生じてくることが重要であり、この「自分として出していくこと」のベースに純粹性があるのではないだろうか。これによりカウンセラーは、学生が知らず知らずに合わせようとして想定している他者とは異なる存在として立ち現われてくることになる。そのような存在としての他者を学生が明瞭に感じられるとき、学生はそれを感じている自分自身も明瞭に感じられるのではないだろうか。このことを、以下の事例から考えてみよう。

〈事例3〉(「 」内は学生、〈 〉内はカウンセラーの言葉)

半年ほど継続して来談していた、発達障害の傾向があると思われる学生(C)が、キャンセルの電話をしてきて、「これから教育実習や就職活動があり、時間的にも精神的にも厳しいので、学生相談室に通うのは無理」と言ってきた。カウンセラーは〈納得いかない。一度来室して欲しい。そこで話し合おう〉と言い、3週間後に面接を設定した。その面接でCは「卒業したら相談室のように話を聞いてもらえるところはない。だから今から1人でなんとかやっていかなければと思う」と言う。カウンセラーが〈卒業後のことはこれからここで考えていこう〉と言うと、「ここで話しているとき、話が途切れたときに気まずい。コミュ

ニケーションが取れない」と言うので〈それがあ
るから相談に来ているのでしょうか?〉と言って継
続をすすめると、「はい、分かりました」と言っ
た。しかしCは、翌月から始まる教育実習に向
けて、直前の2週間は準備に掛かりきりになりた
いことを理由に、その2週間の来室は「勘弁して
ください」と言うので、カウンセラーも了承した。

Cは確かに教育実習に関する不安が非常に高く、
それこそ学生相談室で話などしている場合ではな
いという気持ちであったかも知れない。しかし、
もし「相談室どころではない」という思いがあっ
たのだとすれば、それは「今から1人でやってい
かなければと(考えている)」という表現に変わっ
てしまっている。この言葉は、学生が卒業後のこ
とを不安に思っていることをカウンセラーに知ら
せてくれたが、これは面接の中断することでカウ
ンセラーを傷つけないという気遣い、あるいは
カウンセラーを怒らせたくないという思いから
発せられた、当たり障りのない言葉であると思
われる。さらに言えば、カウンセラーがいかに
納得しそうな言葉でもあるだろう。「カウンセラー
から自立したい」という思いがあったにしても、
それは「自立したい」という願いというよりは、
「自立した方がよいだろうから」という、こうあ
るべきという他者からの評価を気にしたものであ
ると感じられる。

一方、カウンセラーの側にはCと継続して会っ
ていくことの意義が明確に感じられていたため、
電話でもすぐさま〈納得がいけない〉と答えてい
るし、一貫して継続面接をしていこうという姿勢
で対応している。それを受けてCは、「ここで話
が途切れたときに気まずい」という、カウンセラー
との関係における対人関係の困難さを語っている。
このことは今後の面接の重要なテーマになるであ
ろう、Cの実感にかなり近い発言であると思われ
る。結局、そのことを指摘したカウンセラーに押
し切られるような形で面接を継続することになっ
た。

「1人でやっていかなければと思う」は一見そ

れらしい言葉であり、それに対してカウンセラー
が〈なるほど、それではそうしてみようか〉のよ
うな応答をすれば、カウンセリングとしては格好
がつくかもしれないが、結果としてカウンセラー
に合わせようとする学生に合わせただけになって
しまいかねない。しかし、カウンセラーの〈納得
がいけない〉という言葉は、そうした計算の上で
発したものではなく、半ば反射的に、心の内を表
現した言葉であった。その後のCの「勘弁して
ください」にカウンセラーが了承できたのも、そ
れらしい理由を示して逃げるのではなく、カウ
ンセラーの応答に対してどうしようもなく出てきた、
これも真にCの心の内を表現する言葉であった
と感じられたためであった。

このように、カウンセラー自身が、学生との関
係において自分の心の内に湧き起ってくることに
対して開かれることで、学生は相手に合わせた当
たり障りのないやり取りでは立ち行かなくなり、
戸惑いを覚え、そこで戸惑う自分として言葉を発
する主体となることができるようになる場合があ
ると思われる。

4. 「純粋性」の実践について

ここまで、カウンセラーが自身の内面に開かれ
ていることの重要性を述べてきた。しかし氏原
(2002)が、他者が自身に与えてくるインパクト
に対して開かれているためには、それを感じる自
分の内に開かれていなければならないとして、
「外に開かれているとはそのまま内に開かれてい
ることであり、両者は同じ現象の表と裏の関係に
ある」と述べているように、内面はそのときに相
対している外的な他者と無関係ではない。

河合(1970)は、「無条件的肯定的配慮」と
「純粋性」が矛盾する場合について、クライエ
ントが「死にたい」と言ったときの例を挙げて、カ
ウンセラーが二律背反に耐えることの重要性を指
摘し、「われわれの耳はクライアントのみならず、
カウンセラーの内側に対しても開かれていないと
だめだと思います」と述べている。このような、
相手の語りに耳を傾けながら、耳を傾けている自
分自身に対しても開かれているといったあり方は、

言語の次元で説明することが困難なものであらうと思われる。例えば Freud, S. (1912) が言う「平等に漂う注意」や、Sullivan, H.S. (1947) の「関与しながらの観察」、Winnicott, D.W. (1971) が治療者に適した人の能力として挙げた「個人特有の同一性を失わずに患者に同一化する能力」などの一見矛盾を含んだ表現は、このような言語では説明困難な次元のあり方を説明しようとしたものなのであらう。

氏原 (2002) はまた、「クライアントについていく」、「クライアントの話をひたすらきく」といった姿勢は本来極めて能動的なものであることを指摘し、その一方で、ロジャーズの影響を受けて、受容と共感を是とした日本のカウンセラーが、面接における能動性を失っていることに対して警鐘を鳴らしている。また、増井 (2007) はスーパーバイズの経験から、心理療法において治療者が「臨床的にあまり根拠のない決まりのようなもの」に自縄自縛に陥っている例が多数あることを指摘し、「生きた『人』として面接に臨む」ことの必要性を指摘している。

このような姿勢は、Jung, C.G. (1968) も分析家が「人間としてふるまうこととして述べている。そこで挙げられている事例によると、かつて他の分析家に分析を受けていた年輩の女性の分析において、その女性の話をきいた際、ユングは「ごく自然の情動が生じ、悪口に近い言葉」を口にした。女性がいきなり椅子から立ち上がり「先生には感情があります！」と言った。それに対してユングが「どうしてですか、私にだって感情がありますよ」と答え、最後には、「そうですね、あなたが前にかかっていたアナリストは感情というものを全然もっていなかったようですね。私に言わせれば、そのアナリストが馬鹿なのです！」と言ったのである。そこで女性は分析家が人間的な感情を持った人だということが分かり、すっかり別人ようになって、方向付けを得たとされている。

そもそも、クライアントの話を丁寧にきき、受け止めるということは、カウンセリングのみならず、多くの心理療法においても基本とされる態度

である。しかし、カウンセラーが、自分自身が感じていることを棚上げして「カウンセリングとはこういうものであるから」「カウンセラーはこうすべきものであるから」ということのみを根拠に、ただ受動的に相づちを打って話をきいているという姿勢からは、治療的な動きや変化は生じないだろう。

しかし、当然のことではあるが、ユングがしたようにクライアントに悪口を言うことがよい治療的变化を生み出すなどと一般化することは到底できないし、それは、C の事例で〈納得がいかない〉と言った対応に関しても、同じことが言えるだろう。自身の内面に開かれた上で、その姿勢をどう実践における表現に結び付けていくかは、それぞれのカウンセラー個人の課題となるし、このような姿勢の実践に、カウンセラーの専門性が関わっていると言えるのではないだろうか。

5. 他者を他者として感じる事

筆者は先に、「カウンセラー自身が、学生との関係において自分の心の内に湧き起ってくることに對して開かれることで、学生は相手に合わせた当たり障りのないやり取りでは立ち行かなくなり、戸惑いを覚え、そこで戸惑う自分として言葉を発する主体となることができるようになる場合もあると思われる」と述べた。

このようなとき、学生はカウンセラーを異質な他者として感じ、そのように感じる自分として、他者との関係を営む主体となることが可能になると思われる。いわば、自分で勝手に想定していた脚本通りに相手が演じてくれないために、相手のアドリブに対して自身もアドリブで応答をしていかざるを得なくなるのである。このことを、先に挙げた事例1のその後の面接でのあるエピソードから示すことにする。

〈事例1-2〉(「 」内は学生、〈 〉内はカウンセラーの言葉)

50回ほど面接を行ったところ、自分にも悪いところがあったと話して、A は「ここ (相談室) の使い方を間違えていますね。懺悔室にしている」

と言った。カウンセラーはこの言葉に違和感を覚え、次の回に〈「懺悔」というと話して許されるイメージだがそれは違うのではと思う〉と話題にした。するとAは「先生は自分が許されるべきではない？」と。カウンセラーが〈そうではない。それを自分のこととして受け止めるのがここですることでは〉と言うとAは急に口調が変わり、「そう、相手も汚いが自分はもっと汚い奴ってこと。それを懺悔などと言って先生にショックを与えて本当に申し訳ない」と言う。カウンセラーが〈いやそうではなく〉と言うが「そう、この件に関しては先生がどう感じているかはどうでもいい。自分の問題。ちょっと考え直します」とまくしたてて退出していく。廊下からAの怒声がきこえてきた。2週間後の約束の時間に来室し、前回のことに触れ、「前回『懺悔とは違う』といって欲しくなかった。ここでは何をいっても許されると思っていた」と言う。「思えばここでは1週間の怒りを吐き出していた。と同時に、自分を正当化するために怒っていた」と。カウンセラーが〈前回の怒りは「何かのため」というものではなかったように思う〉と言うと、「確かにあんな感じで怒ったのは久々かも」と言った。

カウンセラーの〈懺悔とは違うのでは〉という言葉によって、Aは自分でもどうしようもない怒りを感じたようである。そこからカウンセラーの言葉を一切受けつけなくなり、面接室では必死にそれを抑えて退室したが、廊下では耐えられず怒声を発した。カウンセラーもAの様子にただならぬものを感じていた。

Aは自身で言う通り、自分がどんなことを言っても、カウンセラーに受け止めてもらいたかったのだろう。学生相談室は当然そういう場所であるし、カウンセラーは当然そうする立場の人間であるという思いがあったのではないだろうか。しかし経過の中で、Aは果たして本当にそうなのか、と思うようにもなっていたのだろう。人が「何を考えているか分からない」という不安が、カウンセラーとの間でも起きてきたのではないか。そこから「使い方を間違えていますね」という発言が

出てきたのであろう。自分は間違っているのではないかと思いつつ、しかし同時に〈間違っていない〉と言って欲しい気持ちもあったものと思われる。従ってこれは、カウンセラーを試そうとする投げかけともいえるだろう。

一方のカウンセラーは、懺悔という言葉を受けて、実際に受け入れがたいものを感じていた。その言葉から感じていたのは、ここで告白して自分は許されて終わり、というAの姿勢であり、カウンセラーはそれでは済まされないと感じていた。そこで次の回に明確に〈違うのでは〉と言葉にしたのである。この言葉はAを怒らせたが、そこから自分が今まで誰かに受け止めてもらいたくて、そのために怒っていたということに気づかせるきっかけにもなったようである。今まで、相手の気持ちを引き出すために演技をしていたが、それがうまくいかないために、さらに過剰に演技をしてしまい、対人関係が立ち行かなくなってしまっていたことが自覚されたと思われる。

そして興味深いのが、カウンセラーの言葉に反応して出てきた怒りは、何かのための怒りではなかったことである。確かに、その怒りの抑え方や廊下での怒声は、カウンセラーの存在を意識した演技的なものであったかも知れないが、その怒り自体は、純粹にA自身から出てきたものといえるだろう。このような、何かの目的のための手段としての怒りという表現ではなく、自分の身体そのものから湧き起ってくるものとしての怒りを体験することが重要であろう。この事例においては、そのような体験をした上で、それを他者との関係の中でどう表現していくかが、今後の課題となると思われる。

IV 学生相談の視点から見た「適応」について

ここまで、学生相談における対人関係に関する相談の事例のエピソードから、対人関係における適応について検討してきた。もちろん、全ての学生が相談室を利用するわけではないし、適応的に大学生活を送り、卒業していく学生も多い。しかし、大学に至るまで他者から評価される体験を積み重ねてきた大学生にとって、他者からどう評価

されるかは自己にとって重要な位置づけを占めており、それが昂じて自分をも、自身を評価する他者の視点からしか見られなくなっている場合があるように思われる。その結果としてあるのが、学生相談室で語られる、「自然にふるまえない」であったり、「自分が演じている」であったりという、対人関係における不全感ではないだろうか。

今まで見てきたように、これらの悩みは、主体としての自己のあり方と大きく関わっている。従って、ここで学生本人が希求するような、客体的に捉えられる「適応的」な状態を目指して学生相談が行われると、それによりかえって学生の主体としての自己の育ちを止めてしまうことになりかねない。さらに言えば、そのような希求を持つ学生に合わせて、ただ表面的に「適応的」な状態を目指す場を提供するというカウンセラーの姿勢自体が、学生の主体の立ち現れを阻害してしまうのではないだろうか。

確かに、客観的に見て適応的である状態は、周囲との表立ったトラブルが生じていないなどといった点において、本人にとっても周囲の人にとっても、相対的に楽な状態といえるかも知れない。しかし本稿で述べた学生は、そのような意味での「適応」を目指そうとして立ち行かなくなり、もはや客観的に見た「適応」とはどのような状態かすら分からなくなった学生であるとも言える。このような場合には、自分にとって適応とは何か、自分はなぜ適応的でありたいと思うのか、さらに言えば、適応的でありたいと思っているのは誰かといった根本的な視点からの問い直しが必要になるのではないだろうか。そして、そのような視点から適応が問い直されると、適応という状態は、「自然でふるまう」ことや、「演じる」ことと同様に、主体のあり方の問題として捉え直される道が開かれるのではないだろうか。

こうした中で、実は適応的でありたいとは自分は思っていない、自分はどうなりたいなどという思いはまるで持っていない、といったことが明らかになることもあるだろう。そのときは、そう感じている「自分」が生まれてきていると捉え、その認識を新たな出発点にしていくことになるので

あろう。

そのために重要になってくるのが、カウンセラーが自身の内面に開かれることであり、カウンセラー自身の主体性である。学生相談は学生に対するサービスの一環であり、そのサービスの結果としての学生の適応的な変化などを意識せざるを得ないし、ともすればこのような学生にはこのようにすればよい、という風にマニュアル的な対応になりがちな面があると思われる。学生に「やりたいことは何もない」と言われるとカウンセラーの側が焦り、「やりたいこと」をこちらから与えたくなくなったり、「何かあるはず」と、その思いを否定したくなったりするものである。いわば、カウンセラー自身が「客観的な適応」に縛られて、主体として生きることが困難になりがちである。

しかし、ここまで見てきたように、「客観的な適応」などどうでもよいと捨てたり無視したりする姿勢もまた、それにとらわれてしまっているものであろう。「客観的な適応」が求められていることを自覚した上で、いかに主体として学生と対峙し、カウンセラーの役割を演じることができるかが問題となると思われる。このようなとき、カウンセラーは必然的に二律背反に耐えざるを得なくなり、カウンセリングの本質が繰り返し問い直されることになっていくのではないだろうか。

VI おわりに

ここまで、筆者の学生相談の経験から、来談する学生の対人関係における適応について検討してきた。このことは、現代の大学進学率の上昇や少子化の中で、さらに大きな問題となっていくと思われる。

今後は、本稿で取り上げたような学生の訴えとカウンセラーの対応を、具体的な事例の全体の流れやその事例における学生の人格像も踏まえて検討し、考察を深めていく必要があるだろう。

【文献】

- Freud, S. (1912) : *Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung*. Gesammelte Werke VIII, Fischer, pp375-387. 小此木啓吾（訳）（1983）：

分析医に対する分析治療上の注意 フロイト著作集9、人文書院、pp78-86.

Jung, C.G. (1968) : *Analytical Psychology : its Theory and Practice. The Tavistock Lectures.* Routledge & Kegan Paul Ltd. 小川捷之(訳) (1976) : 分析心理学 みすず書房

笠原嘉 (1977) : 青年期 中公新書

河合隼雄 (1970) : カウンセリングの実際問題 誠信書房

木村敏 (2008) : 「自然」について 自分ということ

ちくま学芸文庫 pp16-42.

増井武士 (2007) : 生きた「人」として面接に臨むー心の生きた場としての面接ー 治療面的接への探求<1> 人文書院、pp131-136.

松森基子 (2006) : つまらない 北山修(監修) 日常臨床語辞典 誠信書房 pp297-301.

Rogers, C.R. (1986) : A Client-centered / Person-centered Approach to Therapy. In Kutash, I. and Wolf, A. (Eds.) (1986) : *Psychotherapist's Casebook.* Jossey-Bass, 197-208. 伊藤博・村山正治(監訳) (2001) : ロジャーズ選集 誠信書房 pp162-185.

Sullivan, H.S. (1947) : *Conceptions of Modern Psychiatry.* Washington William Alanson White Psychiatric Foundations. 中井久夫・山口隆(訳) (1976) : 現代精神医学の概念 みすず書房

高橋悟 (2009) : 自閉症と診断された三歳男児とのプレイセラピー 伊藤良子(編) 「発達障害」と心理臨床 創元社 pp70-79.

氏原寛 (2002) : カウンセラーは何をするのかーその能動性と受動性ー 創元社.

Winnicott, D.W. (1971) : *Therapeutic Consultations in Child Psychiatry.* Hogarth Press. 橋本雅雄(監訳) (1987) : 子どもの治療相談1 岩崎学術出版社

も起こってくるので、カウンセラーは学生に合わせるのではなく、自分自身が感じていることに敏感になり、それを学生に伝えていくことが求められる。それにより学生は、カウンセラーと合わない体験をし戸惑いを覚えるが、そのように戸惑う主体としてカウンセラーと対峙することが、適応につながっていくことが示唆された。

(2009.10.5.受稿)

〈和文要旨〉

学生相談において、対人関係に困難を感じて不適応状態に陥っている事例から、彼らが抱える問題と支援のあり方について検討した。彼らの訴えから、彼らが他者からどう見られているかにとらわれ、主体性なく相手や状況に合わせようとしている状態であることが明らかになった。このあり方はカウンセラーとの間で