思春期のメンタルヘルス

重松　正典（ライフサイクルケアセンターグループ）

「生きていく」というプロセスにおいて乳幼児期から老年期にいたるまで、人はさまざまな課題に直面し、さまざまな思いをめぐらし、さまざまな気持ちを体験している。このプロセスの中で、親をはじめ、友達、教師、そして職場での人間関係など大勢の人と知り合い、新しい様々のやりとりが展開されていく。このような体験が持つ意味というのは、学習の成果のようにはっきりと目に見える形で現れることは少なく、またすぐには具体的な変化が感じられることもないであろう。ただし、人生というライフステージにおいて少しずつ成長を続けていくことは確かである。しかしその自己実現過程は葛藤や矛盾と表裏一体であり、その結果様々な様相を呈することとなる。特に思春期においては、身体の著しい成長変化にともない、心理、社会的にも、それまでの親から保護を受ける対象としてのあり方から、大人を批判的な目で見て独自のあり方を模索し、他ならぬ自分を確立し、自立への目処をたてるという課題に直面する時期である。その過程は自己矛盾と不安に満ちていて、まさに思春期は揺れ動く年頃である。こうした様相は親離れ、子離れが遷延化しつつある現代においても基本的には共通しているように思える。

この現代社会において家庭の養育機能が低下したと言われるようになって久しいが、本来は家庭や学校教育のなかで培われるべきこうした自我同一性の感覚がなかなか獲得しにくい状況が起きているように思える。このような状況の中で、さまざまな心理的困難をかかえた思春期・青年期の人々が、育ち直しをし、自己を確立して、自立への目処を立てていくことを援助するには、単一の専門領域での理論、技法のみならず、心理、教育、医療、福祉を統合しながら、さらに社会生活との接点を見出だしていく営みが不可欠であるという考えに到った。心理療法や医療は、問題を抱えた本人と臨床家や医師との個別的かかわりを中心に行なわれることが多い。その結果、個別的な状況ではかなり状態が改善しても、実際の学校生活や社会での仕事へ復帰するとなると、治療場面と現実生活との段差はかなり大きいということになる。こうしたときに、人間関係の持ち方や技能を個人の能力に応じて焦らずしかも着実に身につけていける、そして所属感・居場所の得られる場が必要であると考えライフサイクルケアセンター（以下「センター」とする）を設立した。

センターには、自閉、精神薄弱、不登校、問題行動、神経症レベルから分裂病と診断され社会復帰をめざす者迄さまざまな子供たちを対象として統合的援助の実践にかかわってきた。この実践は、少しずつ時間をかけ、育て直しという手造りのプロセスを辛抱強く繰り返していく事であり、その中で当面の手立てをうちながら信じて待つ地道な活動といえるだろう。今回こういった子供たちとのかかわりを通してみえてくる思春期における現状と問題について考えてみたい。

センターには、病院退院者と通院者を担当するケアセンターと、相談機関としてのカウンセリングセンター、職業実習・職場としての技能養成らくだ、宿泊施設である清里セミナーハウス、そして不登校及び学習を希望する者に対しての学力補充と療育を目的としたフリースクール・ソフィア学院がある。これらは、子供たちの成長にそって、また必要性に応じて形づくられてきた。センターへの入所経路は、中学校、高等学校、病院、教育相談所、保健所、知人の紹介、その他様々である。相談・医療施設を転々として、疲れ切った状態で入所して来るのが殆どのようである。ここ数年に入所して来た子供たちのうち、入所以前に発育・発達上の問題で精神科や教育相談所等を訪れている子は８割を占め、また入所者６０名のうち、５割前後の子が中学校時代に不登校とされている。不登校の理由

は、対人関係がうまくいかない、いじめ、学業不振、家庭環境（両親の不和、経済的なもの等）、怠学、ずる休み、非行、登校禁止等、様々だが、１～２割が長期入院治療を要し登校できなかった子である。

この時期の子供にとって、同年代の仲間と過ごす日常というものが、成長、発達、人格形成上で大きな意味を持っている。そこで、不登校等の状態にある場合の、空白期間を埋める受け皿をどうするか、ということが極めて大きな問題となる。また、病院を退院したものの、いざ復学しようとした時、既にその子の気持ちの中にあった学校とは違っていて戸惑ったり、入院や登校拒否等の不登校期間に生じた学習の遅れに対するケアの難しさ、対人関係の持ち方など、大きな課題に直面したりすることになる。その結果、家に閉じこもったり、無目的な時間を過ごしたり、家族以外の人と接する機会も少なくなるので、社会的な発達の問題も出てくる。

特に家庭内での人間関係に著しく問題が現れ、家族相互に病理性が認められることもある。とりわけ、対人関係のうまくいかない子供に対しては、これまでの親子と異なった関係のあり方を体験し、学習する機会を提供できるかどうかが大切である。

センターではまず、学校・成績・不登校といった、価値観の違いや症状を一応カッコに入れ、一人一人をひとりの人間として「どう生きていくか」という観点でかかわり観察するようにしてる。すると、その子供が背負ってきた心の荷物の重さがまざまざと見えてくる。彼らは１週間に１回だけ来る子もいれば、毎日通って来る子もいる。カウンセリングセンター、ケアセンター、ソフィア学院を、体調や精神状態に合わせて利用してくる子、来て運動だけする子、バンドに夢中になる子、自動車免許取得に一生懸命になる子、学力補充のカリキュラムに沿って学習する子、通信高校のレポート作成に勤しむ子と様々である。

しかし、彼らの心は短期には癒されず、いつまでも尾を引いている子供が多く見られる。「ＯＯの奴ムカツクー。落とし入れやがってー。先生、タイムマシン作ってよ。時間止める機械を作ってよ。やっつけてやる。あの頃は時間が長かったなあ。ムカつくなあ。ピストルで撃ちたいなあ。でも、ピストルはよくないよね。」と毎日のように叫んで、突然落ち着かなくなる子供や、「俺達をギューギューに締めつけて、いつか跳ね返りがあることを覚悟してやってるのかなあ。」と呟く子、食事時間に突然涙ぐむ女の子もいる。この女の子の話によれば、不登校をする１ヶ月前の給食の時、カレーライスが机の中にばらまかれ、カレーがスカートを汚し、食器の中は空っぽであり、同様なことが毎日繰り返された。この子は空の食器に顔を伏せて何気なさを装いながら泣き、「私のような馬鹿はあそこにいてはいけないと思ったから、学校に行かなかったんだ」と辛そうに述懐する。

また、センターに入る前から、中学の教師、同級生が悪口を言っていじめて、この子を駄目にしたと、被害的になる親や、入所時から、あの女の子が自分の悪口を言っている、自分はやり直そうと思っていたのに、ここも同じだ、と訴え、母親共々、周囲を巻き込んで、他の学院生を不安と不信感に落とし入れる子もいる。また、いざ入所したものの腹を決めかね、被害的でいつも斜めに人を見て、他人を信じきれず、どことなく非協力的・非協調的で、それでいて主張が目立って疎通がとりにくい子供たち。親が前の学校をこれほどまでかと否定非難して入所してきながら、いつの間にか「前の学校では勉強をたくさん教えていたのに、ここはどうしてクラブとか運動が多いのですか。」と勉強に強くこだわ

ってしまい、共に子供のことを考えていこうという足場を築きにくいということもある。こういった子供たちに母親を交えて面接してみると、不登校時点で精神症状の悪化が見られ、幻聴と現実の区別がつかなくなっている子供も多く見られる。こういった子供には病院を紹介し、ひとまず落ち着いた段階でセンターに通わせることになる。

いずれにせよ、センターに来る子供は重い過去にとらわれており、ある子供は苦い記憶ばかりにとらわれたり、ある子はかたくなに心を閉じ、ある子は強迫的な行動として表してくる。まさに、毎日悲哀の仕事を積み重ね、疲れ果てている。

虚心に子供たちの言葉に耳を傾けてみると、以下のことが言える。

1．子供を取り巻く文化的、社会的枠組みが、自分の精神的成長や能力、学習ペースに沿ったその子なりの課題を一歩一歩確実にやり遂げていくことを許さない。その中で、確かなものがないまま流されていく自分への焦りや不安が生まれている。迷いが生じても、親も他の選択を認めず、一歩下がることも許さず、信じて待つこともしないため、手も足も出ない状態に追い込まれている。

2．成長とともに人間性の評価がなされず、学習上の評価で人間性を決められる。

3．親や教師は、おとなしく問題がなく枠の中にいる子、親や教師にとって都合のよい子が「よい子」だとして子供たちにせまるので、子供たちは今の自分のありように焦る気持ち、不安から目をそらして生きていくしかない。しかし、目ざすべき将来には実感が持てず、あるいは全く見えてこない。子供たちの中に、持っていき場のない怒りが蓄積していく。

4．何かあったとき、親や教師は子供を説教し責めるか、どうして子供たちがそうせざるを得ないかを考えてくれない。生き生きと生きることは時として問題とされる。

親や教師の方が頭が硬直しているのではないか、薄っぺらな機械人間なのではないかと思えてくる。

5．親も先生も自分自身がそのこどもの年齢のときは、さまざまに悩み失敗を繰り返してきたにも拘わらず、そのことを忘れ、あたかも万能の神のように子供に接し、共感的な理解を示してくれない。

6．どう生きていくかを教えてくれない、また、大人の中に見出だすべきモデルを見出だせない。生きていくことの大変さは教えるが、楽しみを教えてくれない。生きている実感、内実のない空虚さが子供たちを覆っている。

7．何が良くて、何が悪いのか一貫して理解できない。親のしつけや言動が矛盾に満ちて一貫性がない。子供たちは純粋なゆえに、その矛盾に対して葛藤を感じる。

子供たちが周辺の大人の社会に目をむけたとき、改めて彼らが伝えようとしている事は、彼らをとりまく人間関係、家庭のあり方、学校、社会と枠の狭い閉息状態を常に感じているのではないかと思える。

ではこの子供たちにどのようにかかわればよいのか、具体的にはどのような要素が必要なのか。これについて、センターの修了者・通所者の事例経過記録を評定した村瀬ら（「居場所を見失った思春期・青年期の人々への統合的アプローチ－通所型中間施設に通っていた人の治療・成長促進的要因－」財団法人安田生命社会事業団研究助成論文集第３２号，pp. 151-159, 1996）の実証的研究がある。これによると、家族が良好に変化すること、ま

た、自然な形で周囲の人から受け入れられ、社会的活動に参加できることなどが重要となっている。

このように、周囲からありのままの自分評価され受け入れられていく中で、自分自身を信頼し、問題行動を起こして入所した子供が立ち直った事例をあげる。

＜家族構成・生育歴＞

F（団体職員管理職）　Patの二人暮らし

Pat２歳の時両親離婚。帰宅の遅いFに代わって、同じ敷地内にある叔母の家で育つが従兄と喧嘩が絶えず叔母に疎んじられるようになる。３歳頃には食事だけを叔母の家で摂る生活。いつも一人でいる事が多く友人と呼べる人間関係は幼稚園から中学までもてなかった。小中学校での先生の評価は、おとなしい・意欲に乏しいというものであった。中学３年時担任の教師に清掃の仕方を注意され、担任に暴力を振るう、また教室のガラスを破壊する。以来教室でふてくされ気に入らないと暴れる。相談所の紹介で来所。父親と週一度面接する条件で入所する。

第１段階：来所初日より部屋で「少年院へ送れよ。」と椅子を振り回し自暴自棄の状態がしばらく続く。

第２段階：他の入所者がある高校生に脅され財布を捕られる事件があり、Pat取り戻しに走り財布を取り返す。以来仲間からの信頼を得る。反面家庭内で暴力を振るい何度もパトカーを呼ばれる。Patから「家に帰りたくない。」と宿泊を希望する。（親と相談の結果。）

第３段階：Thの家で宿泊を共にする。つっぱり、暴力が消失する。Thの子供を保育園まで迎えに行ったり共に遊び始める。反面時として夜になると「淋しい」「俺のような人間は産まれてこなければよかった。」と泣き、時として夜尿をする。「死にたいと遺書を書いて先生に恨みを晴らしてやる。」というのでThが「誰に書くの。」と聞くと「幼稚園のOO（先生の名）に。俺を差別した。それからずっとだ。いい事ひとつもないとうちあける。

第４段階：親との面接においてPatの精神状態にふれた時、これまで「親に恥をかかす穀潰し」とPatを攻撃していたFが初めて「不憫な子です。ましてやこんな父親でしたから可哀相でした。」と悔いる。「今日は連れて帰って一緒に食事をします。」と。以来Patは毎週土日に帰宅するようになる。Pat「先生、先生の子が俺のような子供にならないようにたまには自分の子供の相手してやってよ。」と話してくる。

第５段階：TVを見ていて、Pat「ラグビーをしたい、でも俺は高校じゃないから諦めるしかない。」という。ボールを買いPatとトス練習をすると共にクラブを探し、区役所職員チームに参加させてもらう。Pat「公務員ていろんな人がいるね。先生も随分変わっているけど。」と感想をもらす。

第６段階：Pat通信制過程の高校に入学する。Pat同級生に恐喝され喧嘩となる。担任を通じて校長からThに会いたいとの連絡を受ける。Pat「俺はよく考えたが自分が正しいと思う。でも先生や皆に迷惑がかかるんだったら辞めようと思う。」という。Thは校長との面談時に校長から「一教師としてかかわりたい。」といわれたことを伝えた。Pat「先生の回りの人間てバカばっかりだね。」その後、思うようにならない自分に腹を立てながらその都度多くの人に支えられ高校卒業、自衛隊入隊、現在に到る。