

ノート

学生相談室報告 (5)

額 額 康 兵

Report from the Counseling Room (No.5)

Kohei Koketsu

This is the fifth annual report of the Counseling Room, founded in April, 1977. The report has three sections:

1. Counseling for students
2. Counseling as human encounter
3. Conclusion

1. 学生とカウンセリング

正常な人々に対するカウンセリングの必要性について、近年かなり関心が払われるようになってきている。その理由は、カウンセリングが矯正的・治療的機能だけでなく、教育的・開発的機能を果さなければならないという考え方にもとづいている。このことは、大学や各学校におけるカウンセリングでは特に重要であると思う。各教育機関におけるカウンセリングは、クリニックでおこなうカウンセリングとは必然的に異なる面をもっている。大学という場に限定して言えば、それぞれの大学が志向するSPS（厚生補導）プログラムと密接に関連しているはずである。全般的にみれば、大学生におけるカウンセリングは、何か問題を抱えている学生にとってのみ必要であるとするのでは、あまりにも一面的な認識でしかない。何か問題が起ってしまった時にだけ必要なのでは、カウンセリングの意義は半減する。個々の学生のそれぞれの発達過程において適切なカウンセリングが必要なのである。カウンセリングは、学生が知的、情緒的、身体的、社会的に調和のとれた発達ができるように援助することに意味がある。つまり学生の個性と能力を十分に伸ばそうとするものとしてカウンセリングを把えることにおいて、大学におけるカウンセリングは、その教育目的とも合致すると考えられる。

したがって、学生相談室で取扱う問題が、一般のクリニックで扱う問題とは相異があるにしても、これは当然である。大学でカウンセラーに要求されることは、一般学生のさまざまな問題や個々の学生に固有の問題を、時代の動きの中で常に適確に把握していることである。なんらかの障害をもつごく少数の学生も大切であるが、一

見問題などないようにみえる大多数の学生のことをいつも念頭においていなければならない。これは、大学という場にあるカウンセラーの任務ではないだろうか。精神的な障害の程度が著しく、それに必要な治療が長期に及ぶと判断される症例については、速やかに専門機関へ委託すべきである。なぜなら、大抵の大学では、はなはだしく情緒の発達を歪曲されている学生に対して、高度に専門的な心理療法をおこなうための機器の設置、あるいは専門家の常時待機などの態勢が整っていないからである。また、著しい障害をもつ学生に対応するための技術や方法に専念しては、全学生を対象とする大学としてのカウンセリングやSPS計画はその可能な領域を見失うことになるであろう。「予防の1オンスは、治療の1ポンドにまさる」という言葉がある。この言葉は、対学生カウンセリングが、治療的な仕事ではなく、問題の早期発見と適切な処置を主眼とすることを言い得て妙である。

2. 出会いとしてのカウンセリング

本学における過去5年間の学生相談の経験からして、人間は（私自身も含めて）人間について非常にわずかなことしか分っていないのだ、という感を深くするばかりである。理論的には理解していると思いながら、実際にはほとんど何も分っていないと言った方が正しいかもしれない。カウンセリングという仕事にたずさわることによって、「何も分っていない」という事実が気付かされるのであり、その上で、直面する問題の回避は許されないという現実がある。

そこで、現在までのカウンセリングの経験を通して、

筆者が感ずるところを記したいと思う。

人間は、その成長に応じて自己を知ることのできる存在であるという。「自己を知る」とは、自分が何者であり、自分が誰であるかを知ることである。しかし、これは容易なようでありながら、実は大変困難なことである。ここではあまり哲学的に語ることを避けて、ごく一般的な意味で述べることにする。人間は、少くとも「今、ここでの自分」を知ることができる。このことは、(1)「今、ここで」何を考えているか(知性の世界)、(2)「今、ここで」何を感じているか(感情の世界)、(3)「今、ここで」何をしようとしているか(意志の世界)、を自覚することである。これは、人間がかなり客観的に自己の内的世界を眺めることができる存在であり、自己反省のできる存在であることを意味する。この意味において、人間は自己を知ることが可能であるから、自分のしたいと思うことを選択し、決断することのできる存在でもある。真の選択や意志決定は、その人の自由な人格によってのみ可能である。さらに、人間は、自由な意志によっておこなった行為(選択と意志決定)に対して、責任を負う存在である。人格の尊厳性は、これからの特徴にもとづいてこそ、初めて言い得ることであり、人間が人間らしく生きるということは、これからの特徴を生かしていく過程に他ならない。

さらに、人間が人間として成長することができるのは、他者との人格的な相互関係においてのみである。人間が本質的に社会的存在であると言われているのは、この意味によるものである。他者の中に自己を見、自分の中に他者を見て、相互に知り合う過程の中で成長していくのが人間である。これを、人格と人格との出会い、と言う。こうした人格的關係は、自己を開くことから始まる。他者からの働きかけを待つのではなく、まず自分の方から自己を開くことによって、自己を相手に伝えることが大切である。カウンセリングにおいては、そのためにもカウンセラーは「今、ここでの自分」のあるがまゝ(真実)を知らなくてはならない。自己を相手に伝えるには、自己の内的世界を体験するまゝに理解し、これを相手に告げることである。相手が自分を理解してくれるようになり、相手も自らを開いてくれるようになれば、そこに初めて人格的相互関係が生まれてくる。互いに自己を開くことから生まれる人格的相互関係は、人間に対する信頼を基盤としてこそ生まれるものである。信頼とは、他人も自分と同じ本性を有する一人格的存在である、という確信である。この確信があるからこそ、真実の自己を開くことができるのであり、相手のあるがまゝ(真実)をそのまゝ受けとめ、大切にすることが可能となる。これが、相互に分り合う過程であり、共に在り、共に生きる

過程を可能にする。

相談に訪れる決心をするということ自体が、すでにカウンセラーに対する潜在的信頼にもとづくものであるから、カウンセラーはその暗黙の信頼を裏切ることなく、上述したような相互の人格的な信頼関係を築いていくように努力することが肝要である。それぞれの人生という過程の中で、あるひとつの出会いをもつこと、そして、ある時間を共に生き、相互の信頼を育てながら、互いに人格的成長を促進できるならば、そこにはカウンセリングが意図する真実がある。

これまで述べてきたように、カウンセリングは、人間と人間との出会いであり、言葉を主たる媒介とした人格的相互関係である。この過程の中で、カウンセラーとして筆者は、「分るために、もっと知りたい」と思い、「分らないでいる私を知ってもらいたい」と思う。カウンセラーと相談者、二人は共に人間ではあるが、別個の人格的存在である。しかし二人の人間の間信頼があれば、互いにもっと自己を開こうと願い、努力する。このアプローチこそ、カウンセリングとしてのアプローチであると同時に、人間、一個の人格へのアプローチでもある。これは、カウンセリングの技術とか、方法ではない。私自身はカウンセリングに臨んで、常に自分を賭ける心構えを忘れないようにしている。カウンセリングの後では、厳しく自己に問いかけることも怠らないようにしている。特に、不必要と思えるようなカウンセリングの方法、技術などに頼ることがなかったかということ、すなわち、「我と汝」と言えるような本質的な出会いをもち得たか、ということを手を自らに問う姿が私のカウンセリングの基本である。こうした態度をカウンセリングの都度保持するということは、結局のところ、常に自己の価値観、生き方との対決を意味するのであり、相手を理解すると同時に、自己を直視することであるから、正直のところシンドイものであり、また恐いことでもある。

3. 結 び

現代学生は一般的に、「自己統制力」に欠け、「主観的、感情的」であるかと思えば、「追従的で自主性に欠ける」面があるとされている。これは、現状の社会、特に家庭や教育のあり方と大いに関係があるとされてるのも大方の見解である。こうした状況をもっとも一般的な図式に表わすと、工業化、都市化現象の著しい社会の中で、父親が家庭にいる時間は非常に少なく、子供達は甘やかされ、情緒的には母親と子供が密着し、成人社会の厳しさを学ぶ機会が家庭において皆無に近い。このために、心理的離乳の契機となる親への反抗を体験しにくい。こうした環境条件からは人格形成も自立への自然な準備も

困難であり、よく言われる「甘ったれ」の精神構造が温存されたままになっているところに原因がある。したがって、種々の問題に対処する力が十分でなく、対処の方法も未熟さが目立つ。これらを現代学生の特徴として典型的に並べると、「自我の未確立」、「依存的態度」、「他人指向」、「非主体性」、「無責任」、「消極的」な学生、というイメージが出来上る。そして、大学生活への不適応は、こういうイメージからすれば当然とみなされる。

しかし、ほんとうにそうであろうか。こうした現象の列挙や、原因と考えられるものを類型化し、羅列することによりあまり意義があるとは思えないのである。最近のテレビで少年の非行化についての特集がよくおこなわれているが、登場する精神医や心理学者が、その原因を項目別に掲げてパターン化してみせるが、類型化することによつて問題の現実感が薄れてしまうことが多い。このような例を挙げるまでもなく、単なる現象指摘や原因の羅列という行為は、あまりにも安易な態度であると思う。要は、現実にもこうした問題が起っているのであり、時代の流れ（それが前進であるとばかり断言できないのが今日の状況であるが）につれて、問題の様相はわずかず異なるだけであって、本質的な変化は考えているほど突然やってくるものではない。ひとつの社会現象の背景には、必ず複数の要因が複雑に絡み合っているものである。だから、現代の学生云々……、家庭環境がどうの、社会がどうの、としたり顔に言葉を労したところで、現実の家庭、学校、社会を構成しているのは彼らより先に生まれ、親となり、社会を運営している我々なのである。

大切なことは、大人が各自の世界観、価値観を明確にもって生きることである。カウンセリングに従事する人間も然りである。アンテナを高く張って時代の動きを適確に把握することも必要であるが、確固とした自己の哲学を有する一個の人格的主体でなければならない。これは決して自らの価値観や考え方を学生達に押しつけることではない。自己の確立も、明確な哲学も持たない人間には、相手を理解し、一個の人格として認め、人格的な相互関係を築くことなど不可能だからである。カウンセラーは、社会との関わりの中で人間を愛し、いとおしむ心もち、決して押しつけではなしに相手を理解しようとする真摯な姿勢が求められる。

その上にたつて問題を抱えている学生を把握し、大学教育全体との関連で解決していくべきである。日本の現状をみると大学におけるカウンセリングに対する認識は、まだ広く浸透するに至っていない感がある。現に、

カウンセラー養成教育プログラムを持つ修士、博士課程を有する大学が日本には見当たらないという現実が、これを如実に示している。こういう状況の中で、どこの大学でも学生相談活動は全学的な関心を得るには未だ遠く、学生相談担当者を置けば事足りる式の対策で終わってしまいがちなのは残念である。幸いにも本学においては、この5年間で徐々に学生相談に対する認識が高まりつつあり、各方面からの支持や協力を得られるようになったことは喜ばしい。学生相談というのは、心理学や精神医学の理論や技術ではない側面、すなわち、人間としての関わり合いを要求される面をもっている。そしてこれは、教員ひとりひとり、職員ひとりひとりと、学生達との関わり方に帰するものである。「学生相談」というのは、我々の生き方が問われるものである。

最後に、米国の心理学者、ウォルターズの言葉を引用して結びとしたい。「すべてのサイコセラピストは、ある種の哲学者である。心理学者が、一対一という基盤に立って苦悩する人々を援助しようとするれば、心理測定や統計から離れ、純粋な科学としての心理学を背後におくことになる。彼が治療過程に参与するようになれば、不可避免的に価値の領域に引き込まれざるを得ない。」

内容別相談状況

(昭和56年2月—昭和57年1月)

相談内容	件数	%
学業全般(留年などを含む)	123件	43.6%
精神衛生	38件	13.4%
学生生活	104件	36.9%
恋 愛	4件	1.5%
身体健康	2件	0.7%
就 職	3件	1.1%
その他	8件	2.8%
計	282件	100%

注： 上記は、本学学生相談室の年間相談内容および件数である。例年に比して、件数の減少が顕著である(例年、約400件前後)。理由として考えられることは、昭和57年6月～12月までの期間に第2本部棟の増築工事がおこなわれており、工事騒音、その他により、学生が心理的に敬遠したためではないかと考えられる。

(受理 昭和57年1月16日)