

# いじめトラウマへの対処をめぐる学生相談事例の検討

—ロジャーズの実存主義的心理療法とエリクソンの発達理論の視点を通して—

今堀美樹\*

## 1. 研究の目的

学校でのいじめ体験は、いじめ被害者の発達過程にどのような影響を及ぼし、その克服はどのようになされていくのか。本論の目的は、学生相談室で出会った一人の学生とのカウンセリング過程をふり返り、この問いに対するひとつの答えを導き出すことである。

スクールカウンセラーとしていじめへの対応に取り組んできた高橋は、「いじめ被害はPTSDと呼んでもよいような心理的状态を生じさせ、その結果として自責、自傷という症状に至り、最悪の場合は自らの命を絶つという事態が起こる」(高橋 2007: 14) と指摘し、こうしたいじめトラウマには次のような対処が必要だと説く。「手垢に汚れた言葉ではあるが、トラウマは受容され共感されなければならないのだ。他者によって受容され共感されたとき、そのトラウマは社会的な意味を持つ。私はこれをトラウマの「受容・社会化」と呼んでいる。自らのトラウマが受容・社会化されたとき、主体は自分の受けた苦痛が無駄ではなかったのだという満足感を得ることができる。そのときトラウマは意味のある傷となるのだが、これは「トラウマのスティグマ(=聖なる傷)への変容」と呼ぶことのできる過程である。私たちは、意味のある傷の痛みを抱えて誇り高く生きていくことはできるのだ。」(高橋 2007: 14)

ここには、いじめ体験の克服はどのようになされていくのか、という本論の問いに対して、三つ

の仮説が示されている。第一に、いじめトラウマは受容され共感されなければならないこと(トラウマの受容)。第二に、受容され共感されたとき、トラウマは社会的な意味をもつということ(トラウマの社会的な意味)。第三に、トラウマが受容・社会化されるとスティグマ(=聖なる傷)に変容するということ(トラウマのスティグマへの変容)。そして、トラウマケアとしてのいじめ対応には、「安全感的保証」「体験の再構成」「社会関係への再結合」という三段階を意識することが必要であるとも説いている(高橋 2007: 14)。

本論は、事例の検討をこうした高橋の仮説を援用して行っていく。そして事例の記述も、高橋がいじめトラウマの対応に必要な三段階に従って行う。筆者は、事例をまとめ検討していくための文献検索で高橋の論文に出会ったが、いじめトラウマへの克服に関する三つの仮説と、対処に必要な三段階が、事例をまとめ考察するうえで有効であることを見出した。一方で高橋は、スクールカウンセラーとして中学生や高校生を対象にいじめトラウマへの対応を行ってきたと考えられる。しかし本論は大学生の事例を対象とすることから、高橋の仮説を援用して事例を検討することにより、冒頭にあげた本論の目的を達成するとともに、高橋の仮説が大学生を対象にした学生相談においても有効であることをも示したい。

しかしながら、筆者はカウンセリングの理論的な基盤を高橋と共有しているわけではない。社会福祉士養成に携わる教員と学生相談室のカウンセラーを兼任していた数年前にこの事例を担当したが、ソーシャルワーク理論の実践と研究をC.R. ロジャーズのカウンセリング理論に焦点づけて積

\* 大阪体育大学 学生相談室・スポーツカウンセリングルーム

み重ねるなか、筆者のカウンセリングはロジャーズの実存主義的心理療法（注1）に依拠するものであった。そのため、第一の仮説「トラウマの受容」については、ロジャーズの実存主義的心理療法の視点から検討する。そして、第二の仮説「トラウマの社会的な意味」については、エリクソンの発達理論、なかでも「自我同一性」理論の視点から検討する。いじめ体験は児童の発達過程に長期に及んで影響を及ぼし、その克服にも長期に及ぶ試行錯誤が必要であり、人の生涯を発達段階ごとに分けその特徴や人間関係のありようをとらえるエリクソンの視点は、考察を深めるために必要だからである。そして、これらの仮説の検証を、第三の仮説「トラウマのスティグマへの変容」についての検証へと展開させたい。

一方で、国立情報学研究所が運営する学術情報データベース「CiNii」で、「いじめ」というキーワードを入力して論文検索すると、7812篇の論文がピックアップされた。これは、本論を執筆した2018年9月時点のものだが、そのタイトルを順に調べていくと、大半は「学校でのいじめ」に関するものだった。しかし、膨大な数の論文に含まれる事例研究はわずかで、なかでも学生相談事例を取り上げた論文は見出せなかった。さらに、日本学生相談学会が発行する「学生相談研究」誌にも、タイトルに「いじめ」というキーワードを含むものは見出せなかった。実際の学生相談内容に「いじめ」に関する内容が含まれることは少なくないと、筆者の限られた実践からも推察できるが、倫理的配慮からいじめの経緯等を詳細に記述することができず論文化が難しいゆえではないかと推察される。本論ではこうした倫理的配慮から、いじめの経緯等に関する記述を必要最小限にし、学生とカウンセラーとの関係構築や学生の心理的变化に焦点をあてて記述していくこととする。

## 2. 研究の方法

本論は、事例研究である。「残り少ない学生生活に、これまでの人生を振り返り、自分の心を整

理したい」と申込書に記入した学生は、学生相談室に配置されていたカウンセラー6名のなかで唯一の女性カウンセラーであった筆者の担当を希望して来談した。面接回数は13回と比較的短期であったが、この面接過程を学生とカウンセラーとの関係構築に焦点をあてて考察する。

## 3. 研究の結果

### ①事例の概要

事例には倫理的配慮から、個人が特定されないよう内容に変更を加えている。

#### 〈臨床像および家族〉

高校中退後に大学検定試験を経て入学し、4年生の秋に来談した男子学生。企業の内定をもらい、卒業論文に取り組むなかで来談した。柔和で真面目な印象と、時に思いつめたように曇り、また時に笑顔とともに輝く目の表情が印象的な学生だった。両親と妹との4人家族で、大学近郊の自宅から通学していた。

#### 〈生育歴と来談動機〉

国公立大学を出て大企業に勤めている父は子どもの頃から厳しく、父の期待をずっと感じて成長してきた。小学校の高学年にもいじめを受けたことがあったが、高校時代に受けたいじめは高校中退を決断させるほどのものだった。大学検定試験を経て大学に入学し大学生活を送ってきたが、学生相談の申込をする3日前に、母の友人の娘が「僕の人生を奈落の底に突き落とす相手」と結婚することを、「よりによって母の口から聞かされた」ことで、来談を決意した。

相談申込票に書いた「自分の心を整理したい」というのは嘘ではないが、「自分のなかにある問題を、苦しいのではき出したい」という、本当の動機は書けなかった。いじめを受けたことが高校中退の本当の理由だったことを、両親には話していない。心配をかけたくないから話さなかったのだが、いじめを受けていた当時、両親は高校に行きたくないという自分を「甘えだ」と叱りつけた。女性カウンセラーの担当を希望したのは、厳しい

両親に育てられ母性を求めているのだと思う。来談動機について、Aさんはこのように語った。

## ②面接の経緯

全13回の面接を、いじめトラウマへの対処に必要とされる「第1期：安全感の保証」「第2期：体験の再構成」「第3期：社会関係への再結合」の三段階（高橋 2007：14）に分けてまとめる。クライアントをAさん、カウンセラーをCo.で示す。

### 〈第1期（#1～#4：X年10月～11月）安全感の保証〉

#1の冒頭で、来談目的や女性カウンセラーを希望した理由などについて語り終えると、「母の友人の娘が、高校時代に自分をいじめた相手と結婚することを、母から聞かされ感情が爆発しそうになった。自分のなかにある問題を、苦しいのではき出したい」と、Aさんにとっての「心の闇」だという、来談した本当の理由を語り始めた。両親はいじめられていたことを知らず、「高校に行きたくないと言った当時の自分に、母は父と一緒に“甘えだ”と叱りつけた。その母の口から、いじめた相手の結婚を聞かされるなんて、残酷だ」と訴えた。そして、「大学を普通に卒業し、普通に就職し、中学からずっとつきあっていた彼女と結婚するなんて、自分を奈落の底に突き落とした人間は、自分だけずっと幸せだった」と、いじめた相手と自分が辿った人生のあまりの違いに愕然とし、この事実をどう受け止めていいのかわからないと訴えた。

#2では、「いじめた相手は僕とは関係なく生きてきたのに、僕の人生には影響を与えている。自分の物語に、憎むべきやつが辛い傷跡を残している。憎くても関係ない、というように傷を解消していきたい」と、自分の物語を前回とは違う視点から語った。Aさんは小学校時代、両親に「いじめられた」と言ってとても心配されたことがあり、その時に、親を心配させないことを心に誓った。そのため、「高校に行けないのはいじめが原

因であると、どうしても両親には言えなかった。不登校になった当時は、朝から昼にかけての明るい時間がとても辛く、夜が待ち遠しかった。闇は怖いものではなく、安心できるものになった」といった。結局、高校を中退してアルバイトをし、大学受験のための学校に通うことになった。その学校に通っている当時は、1人で弁当を食べるのが寂しかったものの、やがて連絡をくれた中学時代の親友と二人で真剣にプロスポーツを目指すことになり、それが心の支えになった。そして、「はじめはカウンセリングを受けることを迷っていたが、今日は相談室で話をするのが楽しみだった」と言い、Co.を「カウンセラーらしくない“普通の人”。抵抗を感じずに話せる」と言った。

#3では、卒業論文でインタビュー調査をしていると語り、同じゼミに課題と向きあわず教員に負担ばかりかけている学生がいるなど、現在の学生生活について語った。「自分は課題と向き合い壁にぶつかっても、それを思いっきり受けとめ、破壊し、統合し、積み上げて、自分を作りたい。自分と向きあわずに成長できるはずがない。心を鍛えれば、行動も考え方も変わる。」と自己の生き方について語った。

#4では、いじめた相手に対する「憎い」という感情が時として出てくること、特に一回目の面接があった夜に眠れないなか強く出てきたことを語った。そして、片一方は幸せだったがもう一方はどん底から這い上がってきたと、高校時代から現在に至る彼の物語を語った。高校を中退した当時は家にも居場所がなく、ネット上で出会ったBさんとつきあうことになり、それが心の支えになった。1年ほどつきあったBさんは辛い過去のある女性で、自分は結婚を望んだが、結局会うことも叶わずに別れた。通っていた学校は自由な校風だったが、その分責任が自分ひとりにかかった。高校に行きたくないという自分に「甘えている」と言った親への不信感から、反動的にもなった。この頃に連絡をくれた中学時代の親友と共通の夢をもったことが、心の支えになった。しかしそれ

を父に言うと、「可能性はない。偏差値の高い大学に進学し、自分に価値をつけないと生きていけない」と言われた。親がありがたいと、再び思えるようになったのは最近のこと。普通に高校に通った一般の人とは違い、自分に青春はなかった、と語った。

そして、この面接ではCo.のなかに起こってきた感情をAさんに伝える、次のような場面があった。この場面について、以下に逐語形式で記述する。

#### 〈4回目の面接での一場面〉

Co. Aさんからお話を聞いて、私自身の中に起こってきた感情をお伝えしたい。これまで、自分にはAさんの気持ちがわかると思って、お話を聞いてきました。私なりにいじめの体験もありますし、わかるんじゃないかと。でも、私にはわからない、わかっていない、ということにハッとある時気付いたんです。Aさんが“闇は怖いものじゃなくなった”といった、その闇の暗さ。その暗さにも、いろんな深みがある。その深みが、私にはわかっていないと。

Aさん 先生のイメージを共有するのは難しいのですが、先生の中に起こってきた感情ということですね。

Co. そうです。私の中に起こってきた感情です。私にはわかっていなかった。

Aさん わかっていなかった、と言って下さって、先生がわかろうとして下さっていると、嬉しい気持ちがしました。こんな風にカウンセラーが感情を表して下さったことはなかったのです。

Co. そうですね。感情を表すことが支援になるかわからないままに、私の中に起こってきたものをお伝えしています。

Aさん 自分自身、お話ししたことはやっぱり他人は経験して来なかったもの、自分は他人とは違うという思いをずっと持ってきた。

Co. すみません、私の方に涙が出てきてしまっ

た…。(数秒間の沈黙)

Aさん 先生のその感情は、どういうものなのでしょうか。

Co. 私の感情を言葉で表現すると、うまく表現できるかわかりませんが、(数秒間の沈黙)しんどい、辛い、苦しい、という言葉はピッタリこない。そうですね、頑張った、よく頑張ったなあ、という言葉ですね。

Aさん はい。僕はずっともがいているんです。大学に進学して、仲間達はキラキラしていて。昨日も一緒に笑い合って話をしています。その時は本当に幸せだなと感じていたのですが、やはり自分には彼らとは違う影の部分がある。そのことにどうしても思い至るんです。そんな自分だからもがいているんです。もがき続けていないと。自分の小ささにプラスして、過去にそんな経験をしている自分が、もがき続けていないと。でも、こうしてカウンセリングを受けて、自分のことをわかろうとして下さっているのが嬉しいです。

#### 〈第2期(＃5～＃8：X年11月～X+1年1月)体験の再構成〉

＃5では、前回の面接でカウンセラーの感情を伝えられた経験は貴重だったと語り、「自分のいじめ体験を初めて受けとめてくれた」とAさんは言った。表面的にはあったが、「人間と人間」として向きあってくれて、自分のなかの氷がとけだしたように感じる」と言った。そして、「自分はこれまで、“結果を出せ”という父に認めてもらうため、もがき続けてきた。大学で就職活動や卒業論文に取り組んできたが、結果を出したという実感はまだ持っていない」と語った。

＃6では、「自分にとって人生のテーマは“本物に出会うこと”だったと思う」と、幼稚園時代からの自分の物語を、既に語った内容も含め改めて丁寧に語った。「幼稚園時代と小学校の低学年から中学年までは、担任の先生に愛情をもって育ててもらっているという、基本的信頼感があった。

ところが、小学校高学年の頃にクラスで嫌なことを言われ、からかわれるようなことがあったが、担任の先生ははっきり見てくれていなかった。中学に進学後も、からかわれていたことを言いふらされて、その状況が続いた。しかし部活は楽しく、友達もできた。褒めてくれる先生とも出会えた。自分は中学までに本物と出会っていたと思う。だからこそ、高校時代にどん底に落とされた時の“落差”が普通とは違い大きかった」と語った。

#7では、前回に続く物語を語った。「中学2年から3年の2年間は良かった。“彼がいないと今の自分はない”ともいえる親友と出会えた。彼とは似ている部分が多く、過ごした時間も長かった。どこか一体化していて、存在が切っても切り離せない。マラソンの授業でトップを走っていた自分についてきて、“あきらめろよ”と思っていたのに、彼はあきらめなかった。ゴール直前に、“ここでは負けられない”と踏ん張って勝った。“絶対ついていってやる”と思った彼と、“絶対負けられない”と思った自分。彼には根性がある、夏の部活でみんなダウンしても最後までやりきるようなやつだった。でも、高校が運命の分かれ目になった。いじめにあい、学校にも家にも居場所がなくなった。そんな頃、その親友が“一緒に走らないか”と誘ってくれて、その後は共通の夢にむけて一緒に頑張った。じつは彼も高校で苦しんでいたと、半年前に聞かされた。彼もいじめにあっていて、やり場がなく自分を誘ったのだと。当時の自分にとって、彼は闇の中の光だった。でもそれは、彼にとっても同じだった。自分は本物を求めているからこそ、彼と出会えたのかもしれない。今は、大学で出会った恩師も、本物だと思っている。でも、自分はなぜそれほどに本物を求めたのか、と疑問も湧いてきた」と、Aさんは自分の物語を新たな視点から語った。

#8では、「自分がなぜ本物を求めるのか、考えたがわからなかった。僕が欲しくてたまらないもの、例えば就活で必死に努力して手に入れた内定を、他の人が簡単に手に入れるのを見ると“空

しさ”を感じた。父から結果を求められ、結果が出せず僕自身を否定されたと感じた過去。高校を辞めてしまったのは事実だが、それだけで自分を判断されると感じることもあった。結果だけでなく、プロセスにも本物はある。結果さえ良ければ、何をしてもいいということではない。でも、心のなかにある“勝ちたい”“負けたくない”という承認欲求はエネルギー源であり、この思いがないと駄目だ。自分なりの納得がいく答えを、いつも求めていたい。社会人には、やる気のない、自分のことだけ考える、偽った自分を出す人達がいるだろう。そんな中でも、自分を見失わないようにしたい。父はあこがれだが、さらに上を目指さないのかと疑問に思うこともある。“家族を守るので精一杯だ”と言われて、納得できる面と、できない面がある。授業で“ワーキングプア”について学び、衝撃を受けた。社会は努力が足りない日本人たちのせいにするが、そうじゃない。一度“ワーキングプア”になると、這い上がれない社会の在り方に問題がある。派遣社員など、頑張っても報われない立場の人々は、そんな社会に対してなぜ立ち向かわないのか」と語った。

### 〈第3期（#9～#13：X+1年1月～2月）社会関係への再結合〉

#9で、「カウンセリングで話してきたことで、自分らしさを取り戻してきた。親友との共通の夢は、怪我によって断念せざるを得なかった。それから自信をなくしていたが、卒論にがむしやりに取り組んで、また自信を取り戻した。しかし、大学で出会った競技能力の高い人々はキラキラしていて、彼らを感じてきた“辛さ”と自分が感じてきた“辛さ”とは質が違うなと思った。彼らが恋人との問題や競技上の問題に悩むのは、エネルギーがあるからこそ。それと、いじめや不登校などの“辛さ”とは違うものだと思う。そんなことを考えて、自分には彼らに誇れるものがない、と学校からの帰り道に落ち込むことがあった。でもカウンセリングで話していくなかで、自分には彼ら

にも負けていない情熱や思い、本物を求めていく気持ちがある、と気付いた。自分らしさという、隠れていたものを取り戻してきたのかな、と思う。辛かった時、彼女が欲しかったけどできなかった。でも不思議と、そんなこと思わなくなると彼女ができて、他にも好意を持ってくれる人が現れた。嬉しい気持ちの反面、それが得られなかった過去の自分を思うと、複雑な気持ちになる。部活や文化祭など、高校時代の思い出を自分は持っていない。でも大検を受けた頃、何人かの苦しんでいる人に出会えて、彼らを知ることが出来たのは良かった。仲良くしていたのに、失踪してしまった友人もいた。世の中の理不尽なこと、間違っていることを、変えたい。良くしたい。そんな夢をもって、人生を歩んでいきたい。」

そして、「今日話そうと思ってきたこと」だと、高校を中退した頃に出会ったBさんのことを語った。AさんはBさんを大事に思っていたが、過去にあった辛い出来事を打ち明けたBさんはしばらくすると離れていったという。「半年くらい待ったが連絡はなかった。それが1週間ほど前、何気なく彼女の名前を打ちこんでネット検索したら出てきた。衝撃だった。自分に語った辛い出来事も書き込んでいて、何ともいえない気持ちになった。彼女を傷つけたようなやつら、自分をいじめたようなやつらは許せない。心を壊すことは簡単。でも、癒えるのは難しい。そういうことのない、いい世の中になりたい。少なくとも、僕が企業に入った時、嫌がらせを受けている人がいたら、まわりを敵にしてでもかばえる人になりたい。誰かが傷ついていたら、その人の隣にいてあげたい。他人を傷つけるようなことはしない、という正義を貫いていきたい。こんな自分の正義が、誰かを傷つけるのかもしれない。こんな自分の思いは、青臭いかもしれない。でも、40代か50代になった自分から今の青臭い自分がどう見えるのかは、その時にならないとわからない。今は、無我夢中にならない」と語った。

#10では、人生の岐路について、「どれか一つ

の選択でも欠けていたら、ここにはいないのかもしれない。自分の人生をふり返ると、色々な時期があった。挫折してそこから立ち上がっていく、この連続だった。誰にでも挫折がある、とは思わない。挫折は避けられると思う。自分は、挫折したくてしたんじゃない。ただ、そこには“大いなる流れ”があったんだと思う。親友と目指した夢を断念せざるを得なかった時、神様はこれさえも奪うのか、とやる気をなくした。でも、仲間に支えられていたことに気付くことも出来た」と語った。

#11では、「今の自分は、今までの自分だけど、今までの自分とは違う」と、自分自身の「個性化」について語った。「他人を思いやる気持ち、情熱、本気で何かに取り組むこと、不幸な人たちへの思い。今まで、自分のなかの自信がなくなって大事なものを失いかけていた。大事なものは、自分のなかにもともとあったもの。これが核であることが、確認できた。過去のしんどい体験をも受け入れていくこと。これが個性化に関係しているのかな、と思う。ゼミの先生から、僕には“母性”“やさしさ”があるとされた。厳しい両親（愛情はもらったが）に育てられて、ずっと母性を求めてきた。本当はもうちょっと厳しい人間になりたいが、自分の核を指摘してくれたと思った。論文を書く作業は、一つの答えを出していく作業だった。試行錯誤を繰り返す、人生そのものだった。いい部分も悪い部分も含んだ全体が、個性化なんだと学んだ。人生に対し無気力で投げやりになっている友人がいて、彼を見ていると自分とだぶって他人とは思えない」と、気になっている友人についても語った。

#12では、前回の話に登場した、これまであまり話していなかった友人のCさんについて語った。「Cは自分から電話をしてくることはなく、いつも僕が都合のいい時に呼び出す。でも大抵、二つ返事でOKした。彼は世間一般にいう“ニート”。彼とは、何かを真剣に語るでもなく、時間つぶしのような遊びを一緒にする、一見稀薄に見える関

係。でも例え稀薄でも、彼には長続きする友人がいないから、彼とつながっている人間は僕以外にはいないと思う。何とかしてあげたいけど、手が届かない。深く関わろうとすると、関係が崩れてしまうように、彼が逃げてしまうように思える。他にも、ニートをしている友人がいて、Cとニートの友人と、メールでつきあっていた彼女の三人は、自分のなかに生き続ける僕の一部分。彼らと本当にわかりあいたい。この届かない存在の三人と、本物だと思える人達との出会い。どちらにも意味があったと思う」と語った。

#13では、授業で学んだ貧困問題について、ネットカフェ難民などの日本の貧困問題と、医者にかかれぬ人達が多いというアメリカの貧困問題などを知って、「僕は世の中のことがわかっていなかった」と衝撃を受けたことを語った。「これから社会人という未知の世界に入っていく。不安はあるが頑張っていきたい。前回の面接で、がむしゃらに食らいつくのは、僕の良さである反面、本物じゃないと思うと認められない、という面もあることに気付いた。日常生活では、いろんな人とつきあう。でも、どんなことがあっても、自分の心の奥にある、がむしゃらで本物じゃないと認められない自分をふり返って、そこに戻っていきたく」と語った。そして、「永遠の思いを得ようと思うなら、あなたは人生において、永遠に戦い続けなければならない」という詩をCo.に伝えて、Aさんの学生相談室での面接は終了した。

#### 4. 考察

##### ①トラウマの受容について

まず、Aさんがカウンセリングを受けようと思った、そのタイミングについて考えたい。学生相談室に来談した時期、Aさんはすでに就職先も内定し卒業論文作成に集中していた。このタイミングで来談したのは、母親との雑談の途中でいじめ加害者の名前を聞き、その幸せな近況を知らされて、自分では受け止めきれないほどの怒りが心にわいてきたからであった。あまりに唐突な出来

事でもあり、来談に際してAさんはずいぶん迷ったようだ。しかし、迷う心を冷静に整理して、自分は母性を求めているから女性カウンセラーの担当を希望しようと、相談申込表に筆者の担当を希望する旨を書いて来談した。

おそらく、当時のAさんにとっていじめの経験は、普段は忘れていたことのできる、“過去の記憶”になっていた。しかし、母親の口からいじめ加害者のことを聞いた瞬間、まるで時間を飛び越えたように“過去の記憶”と共に加害者に対する激しい怒りが甦ってきたのであろう。そして、過去から現在にいたるAさんといじめ加害者の人生をも対比させて、怒りは一層激しくAさんの心にわき上がり、苦しさを吐き出すために来談を決意したと思われる。Aさん自身が、そうした自分の反応に、驚き戸惑ったのではないか。筆者は面接過程の初期に、Aさんにとってのカウンセリングの第一目的は、この怒りの感情を克服することであると強く感じ、傾聴することに意識を集中した。しかし、1週間に1度のペースで行われていた面接の、次にお会いするまでの1週間、自分に何ができるのかを問いつつ過ごすなか、「話を聞いている私の側に起こってきた感情を、ちゃんとAさんに伝えなければ」という決意に導かれた。怒りの感情を克服しようと決意してAさんがカウンセリングを受けているのであれば、カウンセラーの側もAさんと向きあう過程で湧き起こってきた自己の感情と真摯に向きあいそれを開示することなく、Aさんへの関与はできないと考えたからだ。しかしそれは、「Aさんのことがわかっていなかった」という自分の限界や無力感を表明し、これまでのAさんの懸命な歩みに「よく頑張ったなあ」と涙するという、いかにも専門家らしくない、いわば人間的な“弱さ”の表明ともいえるものであった。

しかしながらゾーンは、ロジャーズが終始一貫して主張したのは、「セラピストの能力というのは、知識のレベルから来るものではなく、クライエントが少しずつ、新しい自己概念、そして新し

いやり方へと変わっていきける、ある種特別な人間関係を提供できる力に由来するものだ」(B. ソーン、2003:115)と述べている。そしてカーンは、こうした人間関係はカウンセラーの純粋性によってもたらされるとした、ロジャーズの主張を次のように表現している。「セラピストは純粋でなければならない。これは、自分の内的過程、感情、態度、気分などについてセラピストは常に鋭敏に感知していなくてはならない、ということである。自分の感情や思考の流れに気づけないセラピストは、クライアントが自分自身の感情などの流れに気づけるよう援助をできはしない、とロジャーズは論じた。」(M. カーン、2000:49)そして、「セラピストが自分の感情や思考に気づくだけでは不十分であり、セラピストはこの内的過程をクライアントから何ら隠し立てしないことが重要である。セラピストは防衛的であってはならず透明であるべきである」(M. カーン、2000:50)とも述べている。さらに、「純粋性は、セラピストにずっと持続している感情があり、しかもクライアントの前に自分が十分に存在しているための能力をこのままでは妨害してしまうと思える場合についてのみ、その感情の表出をセラピストに求めるものだ」(M. カーン、2000:50)とも説明している。これらの主張は、専門家としての知識の重要性を認める一方で、それにも勝ってロジャーズが深く関心を寄せていたのは、「セラピストの側のひたむきな関与」(B. ソーン、2003:116)というような“あり方”であったことを示している。

ともすれば、ロジャーズ理論という彼が初期に発展させた非指示的・クライアント中心的な反射の技法が連想されがちだが、そうした技法や、また彼が提唱したパーソナリティ理論などもそれほど重要ではなく、ただ重要なのはアガペーの経験が伝えられること。ただそれさえできれば、その働きかけは援助的になる。この確信を、ロジャーズは四十年の実践と研究を経て持つにいたったのだと、カーンは主張している (M. カーン、2000:48)。筆者はこうした、ロジャーズが実践

と研究の末に到達した実存主義的心理療法に焦点づけて、実践と研究を続けてきた。それにもかかわらず、カウンセラーとしての専門的な知識や技術で裏付けられた誇り高い姿を学生の前に示したい、という制御しがたい欲求や、“弱さ”を表明することを恐れ隠そうとする自己防衛に心を満たすことが少なくない。しかし、こうした自己防衛によっては、目の前にいる学生を真に支援することはできない。カウンセラー側の感情を伝ようと決意したのは、このような筆者自身の理論的基盤に導かれたゆえであった。

この、カウンセラー側の感情の表明がもたらしたのは、第5回目の面接で「自分のなかの氷がとけだしたように感じる」と言った、Aさんの言葉によって表現されている。Aさんのいう「氷」とは、ずっと心の奥に閉じ込めてきた、いじめ加害者への怒りや、闇の中で過ごした日々の記憶だけでなく、両親への「自分の痛みをわかってほしい」という願いでもあったのではないか。Aさんの、いじめ加害者に対する激しい怒りは、その幸せな近況が母親の口から伝えられたことにもよったであろう。面接過程の第2期に、「学校にも家にも居場所がなくなった」と語ったAさんは、大学へと進学していくなかで、学校での居場所は既に獲得していたと考えられる。しかし、家での居場所を得たという実感は、まだ持てないままだったのでないか。しかしながらカウンセラー側の感情の表明は、親や家族をも包含した社会そのものに、安全感が保証され受容される場があることの体験となり、社会そのものへの信頼感へとつながったのではないか。高橋がいう「トラウマの社会的な意味」とは、こうしたトラウマの受容の体験が、社会そのものとのつながりや信頼感を回復させる契機になる、ということだと考える。

## ②トラウマの社会的な意味について

エリクソンは青年期を、「子ども時代の最後の終結段階」(E.H. エリクソン 1973:145)といい、「自我同一性」とは「各個人が青年期の終わりに、



成人としての役割を身につける準備を整えるために、成人になる以前のすべての経験から獲得してなければならない一定の総括的な成果」(E.H. エリクソン 1973:131) だと言っている。面接過程の第2期と第3期に、Aさんが自分の物語を語りつつ取り組んでいったのは、この「一定の総括的な成果」、つまり「自我同一性」を求めた努力だったと考える。Aさんが学生相談室の相談申込書に、「残り少ない学生生活に、これまでの人生を振り返り、自分の心を整理したい」と記入していたことから、それはAさんにとって本来の来談目的ともいえるものだった。

B.M. ニューマンとP.R. ニューマンは、「それまでの多くの体験を十分に調整し、1つの明確な自己定義へとまとめ上げるという課題は、むずかしくまた時間のかかるものである。青年は、忘我、孤独、落胆のときを経験しながら、パズルのような断片を全体的な図柄へとまとめあげ、再秩序化をはかるのである」(B.M. ニューマン/P.R. ニューマン 1980:222) と言っている。そして、「両親をはじめとしてその他の権威者との同一視のいくつか、成人期のさしせまった要求に答えるために解体され、再構成されなければならないと同時に、子ども時代に習得した道徳性のあるものも、解体され再構成されなければならない」(B.M. ニューマン/P.R. ニューマン 1980:216) と指摘する。これは、いじめ体験も含めて、Aさんがこれまでの人生を振り返り「1つの明確な自己定義」(つまりニューマンらのいう「自我同一性」)へまとめ上げるためには、両親との同一視や子ども時代の道徳性などが解体され、再構成されねばならない、ということである。それはAさんにとって、「自我同一性」を求めるといふ課題が「トラウマの社会的な意味を見出す」という課題と表裏一体になって目の前にあらわれた、ということを示している。

国公立大学を出て大企業に就職した父を、Aさんはあこがれの存在だと言った。そして、その父に認められる何らかの結果を出したいと、懸命に

努力をしてきた。しかし、闇の中の光でもあった親友との共通の夢は、父には認められなかった。また、高校に行けない本当の理由を打ち明けて、その痛みを受けとめてもらいたいという気持ちも、父と母の両方に表明できないままであった。こうした、歯車の噛み合わないような親子関係は、いじめ体験をきっかけに構築されたものとも言え、いじめ体験はこうした形でも、Aさんの発達過程に影響を及ぼしてきた。さらにそれは、青年期における「自我同一性」を求める取り組みをも、複雑なものにしたのである。

カウンセラーとの関係構築が、カウンセラー側の感情の表明によってなされたことは、こうした状況にあったAさんにとって、「父に認められるような結果を出したい」という価値を再構成する、あるいは転換することの、助けになったのではないか。Aさんは面接過程の第2期に、「結果さえ良ければ何をしてもいいということではない」と、父親から求められてきた価値(偏差値の高い大学に進学し自分に価値をつける)とは異なる、自分自身の価値を見出そうと取り組んだ。そして、大学へと進学してきた過程で得た人との出会いや自信、また別れなどの経験が、自分の「個性化」にとって意味あるものだと思えなおしていった。特に、いじめを体験した自分と同じように、「闇の部分」を抱えて生きている3人の友人達への思いを深め、「誰かが傷ついていたら、その人の隣にいてあげたい」というAさん自身の価値ともいえる思いを見出した。それは、父親から求められてきた「結果」にこだわる思いでなく、1人の人間としての「あり方」にこだわる思いであった。筆者はこれこそ、Aさんが見出した「自我同一性」ともいえる思いであると考えられる。エリクソンは、「多くのおとなたちは、人間としての価値はすべて「彼らが何をしているか」what they are doingとか、「次に何をしようとしているのか」what they are going to do nextにあると思っているのであって、人間としていかにあるべきか、にあるとは思っていない」(E.H. エリクソン 1973:

97) と言い、子どもが発達過程のなかでこうした人間としての「あり方」に価値を見出すことの難しさを指摘している。Aさんがこの難しい課題に取り組み得たことは、心の奥で凍りついていたいじめトラウマの水がとけて、スティグマ（聖なる傷）へと変容したこと。そしてこの傷を、自分に対する自己受容・自己肯定感の根拠ともなる尊い傷として抱え、誇り高く生きていこうとしていることを示している。

### ③トラウマのスティグマへの変容について

西平は、「エリクソンの『健康なパーソナリティ』の理論が、〈強い〉人間のモデルではないということ、むしろ逆に、〈弱い〉人間が、その〈弱さ〉をなんとか克服してゆく時の姿を描いたものであるということ、つまり、〈人が生き生きする〉ということ、つまり、たやすくかき消されてしまう「かぼそい光」であるからこそ、心を配って見ることによって初めて見えてくる、ということである」（西平 1993：50）と指摘している。〈弱さ〉に向きあいそれを克服しようとする人間のあり方のなかに、生き生きとした発達の姿が表れてくると、エリクソンの発達理論が教えているのならば、それは我々にとって希望である。なぜなら、学校でのいじめ体験が、いじめ被害者の発達過程に多大なる影響を及ぼすものの、それを克服しようとする過程には生き生きとした発達の姿が表れてくる契機があることも、示されているからである。しかしそのためには、高橋が主張するようないじめトラウマへの対処が必要不可欠である。

トラウマがスティグマに変容するのは、他者に受容され共感されることにより、社会への信頼を取り戻し、それが自分自身への信頼を取り戻すこと（自己受容）につながるからである。高橋は、「私たちは、意味のある傷の痛みを抱えて誇り高く生きていくことはできるのだ」（高橋 2007：14）と述べている。傷はときに痛むけれど、その痛みもそして傷跡をもかけがえのない自分の一部分であり、今ある自分はこの傷によって強くされたの

である。Aさんが面接で示してくれたのは、まさにトラウマのスティグマへの変容であったと考える。

## 5. おわりに

学校でのいじめ体験は、いじめ被害者の発達過程にどのような影響を及ぼし、その克服はどのようになされていくのか。本論では、この問いへのひとつの答えを導き出そうと、事例検討に取り組んできた。その際、高橋がいじめトラウマへの対処として提示した、「トラウマの受容」「トラウマの社会的な意味」「トラウマのスティグマへの変容」という三つの仮説を援用した。検討を通して、高橋が提示した仮説が、大学生を対象とした学生相談においても有効であることが認められた。事例には、いじめ体験が発達過程にどのような影響を及ぼしたのか、その具体的な内容が語られていた。しかし、カウンセラーの人間的な“弱さ”の表明ともいえる感情の表明が、Aさんにとってトラウマの受容の体験として受けとめられ、その体験が社会そのものとのつながりや信頼感を回復させる契機となったことも認められた。そして、「自我同一性」を求めることと「トラウマの社会的な意味」を見出すことが表裏一体ともなった課題に向き合っ、「誰かが傷ついていたら、その人の隣にいてあげたい」という、1人の人間としての「あり方」にこだわるAさん自身の価値を見出す過程が認められた。それは、いじめ体験による傷を、自分に対する自己受容・自己肯定感の根拠ともなる尊い傷として抱え、誇り高く生きていこうとする「トラウマのスティグマへの変容」ともいえる過程であったと考える。

## 注記

- (1) ロジャーズ理論は、「第1段階—非指示的心理療法」から「第2段階—クライアント中心的心理療法」へ、そして「第3段階—実存主義的・経験主義的心理療法」へと変遷していった。（J.T. ハート 1967：46、今堀

2014：43-44)

## 引用文献

- 高橋哲「いじめによる心の傷とそのケアについて」  
『子どもの権利研究』子どもの権利条約研究  
所編、pp.10-15、2007
- J.T. ハート「クライアント中心療法の展開」伊  
東博編訳『ロジャーズ全集第17巻クライエ  
ント中心療法の評価』岩崎学術出版社、pp.45  
-78、1967
- 今堀美樹「“愛による援助”モデル再考—ロジャ  
ーズのカウンセリング理論における実存主義  
への傾斜—」『キリスト教社会福祉学研究』第  
46号、pp.39-51、2014
- A・バートン著、馬場禮子監訳『フロイト、ユン  
ク、ロジャーズ』岩崎学術出版、1985
- ブライアン・ソーン著、上島洋一・岡村達也・林  
幸子・三國牧子訳、諸富祥彦監訳『カール・  
ロジャーズ』コスモス・ライブラリー、2003
- マイケル・カーン著、園田雅代訳『セラピストと  
クライアント—フロイト、ロジャーズ、ギル、  
コフートの統合—』誠信書房、2000
- エリク・H・エリクソン著、小此木啓吾他訳『自  
我同一性』誠信書房、1973
- バーバラ・M・ニューマン、フィリップ・R・  
ニューマン著、福富護、伊藤恭子訳『生涯発  
達心理学—エリクソンによる人間の一生とそ  
の可能性—』、川島書店、1980
- 西平直『エリクソンの人間学』東京大学出版会、  
1993

**附記** 事例の発表については、Aさんの承諾を得  
ている。