

学医として学生相談を担当して考えたことあれこれ

人間科学部、学医（精神科医） 小林 隆 児

昨年4月本学に着任して学医を担当することになった。私に課せられた主な役割は、学生相談に来た学生に対して精神科医として意見を述べることである。これまで私は児童精神科医として乳児から成人まで幅広い年齢層の人たちと接してきた。しかし、子どもや若者は中学生年齢までが大半で、高校生や大学生と接することは少なく、学生相談で大学生と接するのは今回が初めての経験であった。その意味で私にとって大学生との出会いは新鮮なものに映った。あつと言う間に1年を経過しつつあるが、いろいろと考えさせられることも少なくない。印象に残ったことを思い出すまま述べてみたい。

最も印象的であったのは、自分のことを語るのが難しい学生の多さである。なんらかの明確な悩みや問題意識があつて相談に来るといふよりも、何がなんだかよくわからず、どうしてよいかもわからない、そんな感じの悩みである。私は日頃から面接で、彼らの気持ちを推し量りながら、何を感じ考え、何を言いたいのかをできるだけ形にするように心がけているのだが、彼らと話していると、そのうち彼らの気持ちが次第に明確になるというより、いかに不確かで輪郭がぼやけているかということが浮かび上がってくる感じなのだ。さらに、自分の気持ちがわからないだけではなく、私が彼らについて感じたことを率直に述べると、即座にそうではないと反論したり、否定する。私に責められているとでも感じているのではないかと思えるのだ。そこで私が違和感を抱くのは、私の感想が正しいか否かということではなく、私の発言を自分なりに受け止めて考えてみるということができないことである。自分が知られるのが怖い、だから他人に接するのが怖いという心理がその背景にあるようなのだ。自分の親に対する気持ちも大きく揺れ動いている。ある女子学生は、いままで下宿生活をしてきたが、実家に帰りたい、家族みんなに拘束されている母親が可哀想だという。そんなに大変なのかと私が同情の念を示したら、彼女は途端に、そんなに大変だとは思えない、母親はよく昼寝をしているから、と否定する。母親に対する思いが大きく揺れ動いているのがよくわかる。こうした学生たちと接していて痛感するのは、誰に対してもきちんと向き合えるような人間関係を持つことの難しさである。大学生活は交友関係の中で互いの考えを語り合える最も大切な時期であつたはずだが、とてもそんな関係など持てないのではないかと思われるのだ。

そこで思い起こすのは乳児が泣いている時、養育者は、なぜ泣いているのか、試行錯誤をしながらその理由を探り当て、「おむつがぬれて気持ちが悪いのね」、「おなかが空いたのね」などと乳児の気持ちになってことばを語りかける。そのような親密な対人交流を通して乳児は自分の気持ちを知ることができるようになる。子どもの気持ちを感じ取り、こころの鏡のようにして、ことばにして投げ返してくれる養育者の存在の大切さである。そのような関係があつて初めて自分の気持ちは形になっていく。それとともに対人関係の中での信頼感や肯定的な自己像が育まれていく。幼少期のそんな経験の乏しさを強く感じさせる学生の姿が目につくのである。幼少期、彼らはどのような親子関係を体験してきたのであろうか。今日、大学生の「発達障害」が話題になっているが、「発達障害」は裾野の広い問題であると改めて教えられる思いである。