

学生相談にみられる青年期後期の心理的課題と援助

— 女子学生の事例から —

大西俊江*・津森葉子**

Toshie ONISHI, Yoko TSUMORI

The Psychological Tasks of the Late-Adolescence and
the Mental Supports on the Student Counseling

1. はじめに

大学のキャンパスで行う心理相談には、さまざまな問題をもった学生が訪れる。筆者（大西）が学生相談に関わるようになって、およそ15年が経過した。その間に出会った学生の主訴や問題をおおまかに分類すると、1. 対人関係に関する悩み—対人恐怖。対人関係がうまくいかない。友人ができない。指導教官とのトラブルなど。2. パーソナリティの問題—無気力。抑うつ。強迫傾向。3. 家族との関係。家族間のトラブル。4. 進路への不安。5. 精神症状による危機的状態などである。

山本（1987）は、学生の悩みを1. システムからの孤立。2. 専攻、学部の変更やサークルでうまくいかないなどシステムとの不適合からくるアンフィットネス。3. 成長発達課題に直面している問題。4. 精神症状による混乱ケースの4つに分けている。

乾（1986）は、学校カウンセリングのなかで課題となる代表的な内容を1. 学校との関係で生じる問題。2. 家庭との間の問題。3. 来談者自身の問題と大きく3つに分けている。

鶴田（1990 1991 1992 1993 1994 a）は、学生相談に関して一連の研究を報告している。それによると、大学生の個別相談事例について、来談学年により違いがあるとし、代表的な事例にもとづいて1年生は、今までの生活から新しい大学生活への移行期で、悩みや課題を契機として「学生の側からのオリエンテーション」に取り組んでいて、それは4つの型に分けられること、2年生は大学からの枠組が緩やかとなって、内面的な課題に取り組む「あいまいさの中の深まり」が見られること、また、卒業期に来談した学生は、面接を通して大学生活を振り返る作業をしていく中で、「もう一つの（内面的世界の）卒業論文」を書くような心理的作業を行っていると述べている。また、鶴田（1994 b）は、特に卒業期に自発来談した事例から面接の中で行われた心理的作業について記述し、その特徴から卒業期の意味について考

察している。

この他学生相談に関する研究は事例研究を中心として数多くある（田畑 1978 全国学生相談会議 1991 1992 吉良 1993 大河内他 1993）。

相談機関に自発的に来談する学生の多くは、心理的に比較的健康であり、3か月から半年ぐらいの短期間の面接で、必要な情報を得たり、自分の問題を客観的に見つめることによって整理することができるケースも多い。時には、1回だけのガイダンスや親や指導教官に対するコンサルテーションで学生の精神的援助となることもある。しかし、青年期の発達課題に直面して、なかなか乗り越えることができないケースに対しては、卒業にいたるまで何年にもわたる長期の援助が必要なケースも稀ではない。

青年期後期にある大学生の時期には、自我同一性を確立するという重要な課題に直面する。そのためこれまでの発達において未達成の諸問題が再燃し、課題となる時期でもあり、精神的に不安定になりやすい。われわれは、学生相談活動の中で、それまでどうにか持ち越してきた問題にどうしても直面せざるを得ない状況に立ちいたって、自分一人では乗り越えることができなくなり、苦悶したり、混乱している青年と出会うことが多い。

筆者は、先に思春期の入口でつまづき、危機的状況に陥った二人の少女の事例から、思春期心性、母娘関係、学校の問題について考察した（大西 1989）。

本稿では、いわば思春期の出口にいたって、積み残した問題に取り組まざるを得なくなって、混乱状態を来して来談した二人の女子大学生の事例をとりあげ、青年期後期（大学生）の問題および「卒業」することの意味、さらにそのような学生を援助することの意義と留意点について考察する。

2. 事 例

次に取りあげる事例は、対人関係上の問題、本人のパー

* 島根大学教育学部教育心理研究室 ** エスポアール出雲クリニック（島根大学保健管理センター非常勤講師）

ソナリティ、卒業を巡る問題などでいくつかの共通点があり、援助をしていく上で苦慮したケースである。これら二つの事例は、大西が担当したものである。また事例の匿名性を保持するため細部については改変してある。以下、カウンセラーをCoと記す。

事例A 24才（7回生） 女性

〔主 訴〕 授業に出れない

〔来談経緯〕

Aさんは4回生までに必要単位を全部履修し、卒論と卒論のための演習を残すだけで、卒延になるなど本人は勿論母親も夢にも思っていなかった。それが卒業間近になって、提出した卒論が受理されないということがわかり、従って卒延ということになってしまった。郷里から母親が来松し、B病院の相談室を訪ねるが、母親の話では大学の事情がわからないから、筆者と一緒に相談のってほしいとの連絡があり、Aさん母子に面接する。Aさんは採用試験も合格して、就職を待つものつもりだったので、母子ともにショックが大きかった。母親は大学の関係者を頼み歩いたが認められずB病院へ来談したという。しかしその時点では、Aさんは来談の意志が全くなかった。その後約1年間にわたって、母親から救いを求める電話がかかったが、Aさんは家に籠もったままだった。卒延になってから3年目に、突然Aさんからカウンセリングの依頼があり、面接を開始することになった。

〔家 族〕 母（パート） 父はAさん4才時に病死

〔生 育 歴〕 小・中学時代は成績もよく、おとなしかったが友達との関係も良かった。高3頃から人に対して緊張感を抱くようになったが、仲のよい友人はいた。母が口うるさいので、母から離れたためにS大に入学した。

〔現 病 歴〕 混乱・自閉の直接のきっかけは卒業延期であるが、面接経過の中で不適応状態はすでに大学入学以前からあったことが明らかになった。また卒論が受理されなかったのは、4回生時には遠く離れた実家にしょっちゅう帰省していて、卒論ゼミにほとんど出席していなかったことにもよるらしい。対人緊張、対人恐怖、被害感が強く、ほとんど外出できない。

〔印 象〕 初回時（4回生）は、きれいに化粧して、色白でかわいい顔。はきはき応答するが、強がり、反抗的な感じを受けた。3年後はいかにもneuroticで、オドオドとして、背中を丸め、弱々しい感じで、年齢以上に老けて見えた。

〔面接経過〕 面接はX年8月9日～X1年5月6日まで34回行い、その後入院となったため、電話による相談と母親との連絡、相談に応じ、Aさんは、X2年3月、4

年遅れて卒業した。なお母親はAさんが実家を離れた直後、Aさんの元にやって来て同居していた。

Aさんは苦しい体験や辛い思いや日常生活について面接の中で吐露し、徐々に自分の内的世界を見つめる作業をしていった。また、閉じこもりの時、唯一の心のよりどころであった犬を連れて来ていて、アパートからかなり離れた土地に小屋を建てて、朝晩餌やりと運動のために通うことを日課としていた。

面接初期（初回～12回）にはこれまで2年間の閉じこもり生活から、このままではどうしようもない、何とかしなければとやっと動き出す気になったことや現在の様子について語った。Aさんの話では、「人が恐くて、大学に出れない。それは、アパートの隣室の先輩に『やられた』からで、今でも恨んでいる。仕事につくか、卒業するかどちらかにしないとイケないけど、気持ちがついていかない。自分が大人か、子供か分からない。」と悶々の日々について断片的に語った。また、強迫的な行為として、食事はさつまいも、かぼちゃ、じゃがいもが主食で一日一回しか摂らないとか毎日着たもの全部を洗濯するなどのこだわりが強いと言う。母と同居しているけれど、うるさいので、食事は二人で別々の部屋で食べ、寝る時は、一つの部屋の真中にカーテンをつって仕切りをして寝ている。バイトを始めたけど、とてもしんどいなど現実生活について話す。

この期のAさんは、来談から3か月で、長い引きこもりのあとやっと活動を開始し、やっとの思いで1日3時間のバイトに通えるようになった。Coに対しては、依存的で、具体的助言を求めた。Coは指導教官との連絡を取り、Aさんとの繋ぎの役を取った。

面接中期（13回～28回）になると、早くよくなりたいたいと焦りが出てきて、カウンセリングに不信感を抱くようになった。「もっと早く治るためには、入院をした方がいいのではないかと、とても卒業はできないから退学して郷里に帰りたい。だけど伯母（Aさん母子の後見人）は、絶対卒業しないとイケないと言う。人が怖い。誰に対しても恨みの気持ちが消えない。母もCoも怖い」などと訴え大学の正門がぐれず、横門から出入りしていた。しかし一方で、恐ろしい内的体験を言語化し、今はCoや母や伯母や犬が守りで、自分を守ってくれるものが増えたと言う。

Aさんは、新年度が近づくにつれて不安が募り、現実感喪失状態となり、Coはその危機的状況にどのようにサポートしたらよいか苦慮した。

面接後期（29回～34回）では、ずっと抑えてきた怒りを吐き出すように箱庭に表現し、「私は、やっぱり病気を

だなあ。こんなに怖いものがいっぱいいるのだから。」といい、「現在の私の状況」と「私の心の中」を見つめる。そして、怖いものを全部出して自分の目で見ただのはよかったと思うと語った。しかし、新年度が始まり、いよいよ卒論にとりかからなければならなくなって落ち着きがなくなり、母への暴力などアクティング・アウトが生じたため医療機関への受診となった。

Aさんは、入院、服薬を拒否し、Coに助けを求める電話をかけてきた。Coは病院に駆けつけ、入院治療をすすめた。その後Aさんは卒業まで、病院という枠に守られて、母親から離れて卒業論文を書き上げ、4年遅れて卒業していった。

事例B 19才（2回生）女性

〔来談経緯〕

指導教官が「あなたは異常だからカウンセリングに行ったほうがいい」と言ったから来た。自分としては相談する気はなかったが、ある事件を起こしたので、仕方なしにやって来た。

〔家族〕父（会社員）母（看護婦）弟（高3）

〔生育歴〕小さい頃病弱で、外で遊ぶより家で本を読む方が好きだった。幼稚園から中学校までずっといじめられっ子だった。小2の時工作の時間にカッターが目につきささり、失明寸前の大怪我をした。小学校時代はピエロを演じていた。中学校時代空想の世界を走っていた。高校の時から視線が気になり、成績が落ちた。第一志望の大学が不合格でS大に入学。入学時の専攻を2年で転科したので周りの人に変に思われていると思う。

〔初回時の印象〕色白、小柄で子どもっぽい感じ。一見人なっつこい感じだが、話し始めると視線はほとんど合わさず、話し方はモノトーンで、独特の雰囲気があり、「変わった人」との印象が強い。

〔面接経過〕面接は2回生7月～5回生9月までの半年遅れで卒業するまで行った。

面接初期（1回～24回）では、教官からの勧めで来談したので、カウンセリングには両価的だったが、家族のことや現在までの対人関係の困難なことについて詳しく語った。父に対しては批判的で、ネガティブな感情を持っており、母はしっかり者で、頼れる人だという。小学校時代からいじめられ、「ごきぶり、ごきぶり」と言われた。空想癖が強く、白昼夢があり、独り言を喋ってしまう。本を読んでいてもすりガラスを通して見ているようで、主人公の気持ちがよくわからない。子供だから今はこんなで、大人になればちゃんと自然に人とつきあいでできるようになるのか。それともこのまま子供のままで大人になれないのだろうか。など現状を語る。またBさ

んは、「私が変わる方法があるのか。それを知りたい。それは『鉾脈探し』のようなものなんだけど、なかなか難しい。先輩が唯一話のできる人だったが卒業してしまうのでCoを後釜にしたい。小さいときからずっと友達と遊んだ経験がなくて、人とどうつき合ったらいいのか分からない。私は人に嫌われるようなものをもっていて、どうしようもないのではないか。」など友達を求めながらも、対人関係がうまくいかない辛さを語った。Coは、コンタクトの取りにくいBさんと、まずは安心できる関係をつくることをころがけた。Bさんは13回目の面接で「カウンセリングは自分にとって生活の起点になっている。」と語り、やっと安定した関係ができた。

面接中期（25回～54回）は3回生の時期で、人との繋がりを求めて、現実的に外に向かっての行動を開始した。アルバイト、教会、サークル、エンカウンター・グループ、合気道などに参加し、考え方を変えるよう試みたりした。一方で「自分は、何かを見つけようとしているんだけどもなかなか見つからない。根っこが見つからない。でもあの事件があったから、ここに来ることになった。あの事件は私にとってのイニシエーションだったのだと思う。」と自己の内面を振り返り、整理していった。

面接後期（55回～97回）は、4回生から半年遅れて卒業するまでの時期で、卒論、就職活動など卒業に向けて現実的問題で苦しんだ。就職は内定したが、指導教官とのトラブルや、Bさんの進路に口出しする母親への不満などもあって、「今のままでは卒業したくない。親から自立したい。」などと語った。ところが卒論はワープロの操作ミスで提出日に白紙となり、思いがけず卒延となってしまった。その後3日間寝込んでしまうほどショックを受けた。退学しようか、死んだ方がいいのではないかと毎日自分を責めた。新年度になってやっと思いを新たに9月卒業を目標に卒論を書き上げることにした。卒業延期の半年間でBさんは、「自分を受容することは、服装や化粧に気持ちが向くことと関係があるかもしれない。性とか愛とか結婚とかに心が動かされるようになった。」といい、バイトで知り合った人と飲みに行き楽しい気分を味わったり、「自分の問題がはっきりしてきて、それといろんなことがつながっていることがわかった。大人になるってことは、汚いものを受け入れることなんですね。」と自己への気づきを語った。

Coはこの時期、Bさんの辛い状況に寄り添いながら、一方で指導教官と連絡を取ったり、パニック状態で来学した母親に面接したりして、Bさんの卒業に向けて周囲の状況の調整などの援助をした。

3. 考 察

1) 事例の特徴と「卒業」の意味

二つの事例の共通点をあげてみると、次のようなことが考えられる。

1. 対人関係がうまくいかない。
2. 指導教官との関係。
3. 来談にいたる具体的な問題が発生。
4. 母子関係が密着。父親の存在希薄。
5. 親からの自立。
6. 「卒業」にまつわる問題。卒業延期。
7. 学業成績上位。

二つの事例はいずれも、対人関係上の問題で不適応を来している。Aさんは高校時代から対人緊張が強く、他者を意識するようになった。Bさんは幼少期から友人が少なく、いじめの対象であったということもあって、他者に対して不信感が強く、特に高校時代に至っては、対人恐怖、視線恐怖の症状に悩まされていた。二人とも大学に入学してからも、ほとんど友人はできなかった。また研究室で最も身近な指導教官に対しても、緊張感、恐怖感を抱き、接触を回避していた。指導教官は、彼女たちにとっては、存在感の薄い、あるいは忌避すべき父親と同一視されていたと考えられる。父親との関係が希薄である反面、母親との関係は密着しており、殊にAさんは母子共生的で、母親からいかに自立するかが重要な課題であった。

また、期せずして二人とも、すでに3年次で必要単位を全部取得し、卒業論文を残すのみとなっていたが、それが完成しなかったため卒業延期となってしまった。Aさんは卒業論文を書き上げるために、4年の歳月を要した。現実には卒論を書くためには、これまでどうにか抑えてきた内的問題に直面し、自我を統合していくという「内的な卒業論文」を作成する作業が必要であったと考えられる。Aさんは何度も退学を決意しながら、それでもなお「卒業」に執念を抱き続け、結局は入院により共生関係にあった母親と物理的に離れることによって守られた空間で卒論を書き上げた。Bさんはワープロの操作ミスというハプニングで、半年間卒業が延期した。彼女もこの期間にそれまでの学生生活では経験しなかった対人交流の機会を得ることができ、「人のおしゃべりを黙って聞いているのも楽しいもの」との実感を語った。このように卒業延期は、これまで未達成であった発達課題に取り組むことになり、本人には大変な苦痛であったが、彼女たちにとってのイニシエーションとして重要な意味があった。

卒業期の学生相談の意義について多くの報告がある。

田畑(1978)は卒業期に来談した女子学生の事例を報告し、母親との葛藤など「青年期に至るまで未解決のままで背負ってきた課題が、ここで改めて問われている」と述べ、卒業期来談の意味を指摘している。上地(1992)は4年時に来談した男子学生の2事例を父親コンプレックスに焦点を当て「岐路に立って自己の同一性の不確かさを意識し」、カウンセリングは、「父親コンプレックスからの離脱、母親からの心理的自立、父親的支えへの希求の自覚を促進した」と述べている。

鶴田(1994 b)は、卒業期来談学生の3事例をとりあげ、面接の中で行われた心理的作業の特徴として1) 学生とカウンセラーが、残された時間および大学生活の終点を意識することによって、短期間に集中的な作業が行われた。2) 特に親子関係、大学生活を振り返る作業に大きな意味があった。3) 親子関係を振り返る作業は、入学期に母親からの分離が主題となるのに対して、卒業期には父親との関係が主題となることが多い。4) 学生は大学生活を振り返る作業を通して「もう一つの(内面的世界の)卒業論文」を書くような心理的作業を行った。5) カウンセラーの役割は、親・教官・友人とは違う立場から移行的な対象としてクライアントの発達を見守ることであり、発達を援助することであったと述べている。

本事例においては、Aさんは上記鶴田のいう1) 2) 4) のまさに「卒業期」の特徴を示しているが、Bさんは長期の面接を通して、少女から女性への成長を見守り、発達を援助するという5) の特徴をあげることができる。

2) 学生相談における援助のあり方

青年期後期はいわば大学期にあたり、この時期はErikson のいう積極的自己模索期としての心理社会的モラトリアムというより、「モラトリアム人間」(小此木1979)として予期的社会化を遂行し終わり、就職による社会参加までの社会的責任を免除された猶予期という意味合いが強い(下山他 1991)。

わが国の大学における学生相談活動は、現代の大学生の問題とその発達援助に配慮するという機能からみると、未だ充分ではないと言われている。下山他(1991)によれば全国95の国立大学で独立した相談機関をもち、常勤のカウンセラーを配置しているのはわずか5大学で、ほとんどの国立大学では、保健管理センターの機能のなかに、学生相談機能を組み入れているという。このことは保健管理センターの疾病の治療・予防を目的とした医学モデルに対して、学生の発達援助を目的としたモデルの学生相談機能とは馴染みにくいものであると指摘している。

われわれは、現在保健管理センターの非常勤カウンセラーとして、苦悩し援助を求めてやってきた学生に、限

られた時間の中で、いかに適切で効果的な援助ができるのかを模索している。われわれはまた、学生相談活動を通じて、病院臨床で行われる閉鎖的なシステムの治療構造を前提とする心理療法的アプローチでは、発達上の課題で行き詰まっている学生の援助としては適切ではないという経験を重ねてきた。このことは経験豊富な学生相談の臨床家が、すでに提言していることである。

AさんとBさんに対するカウンセリングにおいても、本人との面接だけでなく、指導教官、母親へのコンサルテーションを行ったが、来談学生の現実的な問題を解決するためには、彼等にとってより身近な人たちに働きかけて、サポーター・ネットワークを作っていく必要がある。具体的には、対人関係の経験の場としてグループへの参加（エンカウンター・グループなど）も、Coとの繋がりを基盤として有効であろう。

Aさんは精神病理が深く、それまでも幾度となく入院治療が必要な状態になったが、最終学年（8回生）にいたって不安が強まりパニックとなった時、やっとCoの勧めを受け入れて入院し、落ち着いた。このケースのように、医療に対する強い抵抗のある人に対して、信頼関係ができたCoが、医療機関との「つなぎ」の役割を果たすことも可能である。

本事例は、友人関係の面ではあまり広がりはなかったが、「自分とは何か」という自らへの問いに対して深く考え、さらに「卒業する」という現実的課題を達成することができた。Coはそのような彼女たちの成長に一時期同行したという感慨は大きい。

4. おわりに

近年急激に相談機関を訪れる学生が増加している。管理された、受験勉強中心の高校生活から、自由ではあるが、主体性が要求される大学生活への変化は、学生に解放感とともに、不安や戸惑いを抱かせる。特に前述したような問題（親子関係、対人関係、パーソナリティその他）をもって、家族から離れて独り暮らしを始めた学生には、ストレスが強い。

学生相談活動においては、このような学生のニーズに応じて、多面的な援助が要求されよう。当然一人のカウンセラーの力だけでは対処できない。大学全体として、学生のためにどのようなソーシャル・サポート・ネットワークを作っていくのかを検討する時期が来ている。

参考文献

1) 乾吉佑 (1986) 中学生から大学生までの精神発達と

その病理 (鳴沢實編著「学生・生徒相談入門」第2章 川島書店)

- 2) 上地雄一郎 (1992) 父親コンプレックスからみた神経症男子学生の問題 (学生相談研究13(1) 9-17)
- 3) 吉良安之 (1993) カウンセリングの窓口からみた学生期前半の心理的課題の諸相 (カウンセリング学科論集 九州大学教養部 第7輯 1993 49-60pp)
- 4) 大河内浩人・杉若弘子 (1993) 大学4年生の心理相談 (大阪教育大学紀要 第IV部門 第41巻 第2号 183-193pp)
- 5) 大西俊江 (1989) 青年期危機に関する臨床心理学的考察 (島根大学教育学部紀要 第23巻 第2号 人文・社会科学編 29-34pp)
- 6) 下山晴彦・峰松修・保坂亨・松原達哉・林昭仁・斎藤憲司 (1991) 学生相談における心理臨床モデルの研究—学生相談の活動分類を媒介として (心理臨床学研究9(1) 55-69pp)
- 7) 田畑洋子 (1978) 女子大生とのカウンセリング (相談学研究 Vol.11 No.1 11-18pp)
- 8) 鶴田和美 (1990) 大学生の長期相談事例におけるカウンセラーの役割 (名古屋大学学生相談室紀要 3-16pp)
- 9) 鶴田和美 (1991) 大学生の個別相談事例から見た入学期の意味—学生自身が行なう「もう一つのオリエンテーション」とその援助— (名古屋大学学生相談室紀要 3-14pp)
- 10) 鶴田和美 (1992) 卒業期に来談した大学生の個別相談事例の全体像 (名古屋大学学生相談室紀要 3-22pp)
- 11) 鶴田和美 (1993) 来談学生からみた大学生の個別相談事例の心理学的特徴 (名古屋大学学生相談室紀要 3-29pp)
- 12) 鶴田和美 (1994a) 大学生生活サイクルにおける学生別の心理学的特徴 (全国学生相談研究会議報告書27号 鳥取大学 86-96pp)
- 13) 鶴田和美 (1994b) 大学生の個別相談事例から見た卒業期の意味—比較的健康的な自発来談学生についての検討— (心理臨床学研究12 97-108pp)
- 14) 山本和郎 (1987) 大学コミュニティと学生相談 (学生相談研究 Vol.9 No.1 1987 21-36pp)
- 15) 全国学生相談研究会議 (1991) キャンパス・カウンセリング (現代のエスプリ 293 至文堂)
- 16) 全国学生相談研究会議 (1992) キャンパスでの心理臨床 (現代のエスプリ 296 至文堂)