

青年期後期における“孤独感類型”変化のための心理援助 - カウンセラーとクライアントとの関係性からの一考察 -

後藤佳代子

大阪市立大学生活科学部附属児童・家族相談所

The psychological assistance or changing "Loneliness type" in late adolescence.
- A consideration from the relationship between the counselor and the client. -

Kayoko GOTO

Osaka City University Faculty of Human Science Infant-Family Counseling Center

Summary

The purpose of this study was to consider the process of the client's "Loneliness Type" advocated by Ochiai in 1983, changes from Type-C to Type-D, from the viewpoint of the relationship between the counselor and the client. The above issue was examined through two university students that were examined as Type-C sprouting Type-D. As part of the process of their counseling, the counselor became Type-C as the clients. The counselor grasped what feeling was the counter transference, and tried to understand what the clients feelings were. After the counselor's "Loneliness type" changed from Type-C to Type-D, the counselor disclosed to the client what the counselor understood. The client embraced "the person who has the understanding and empathy" soon, so the client's "Loneliness type" changed from Type-C to Type-D. It is therefore considered that the counselor's "Loneliness type" changing from Type-C to Type-D is one of the clues for changing the client's "Loneliness type".

Keywords : 孤独感類型、青年期後期、逆転移、自己開示、内在化

Loneliness type , late adolescence , counter transference , self disclosure , internalization

はじめに

青年期は「第二の分離 - 個体化期」(Blos,1967)と言われる。この時期は児童期までの両親との依存関係から離脱し、両親との自我境界を鮮明にし、一個の独立した個体になる時期である。この時期の孤独感は避け得ないものであり、孤独感は青年期の「基本的生活感情」(落合,1985)と言われる。加えて親からの「分離 - 個体化」過程では、自我の一時的な弱体化は同性の友人とのよい関係によって克服されると言われる。

筆者は、孤独感を「自分が他者とは分離した個別のものであると自覚したときに生じる感情体験」と定義し、青年期のクライアントを担当したときに、クライアント

が孤独感を日常生活でどのように体験しているか、あるいはカウンセリング場面の今ここで筆者とクライアントが孤独感をどのように体験しているかという視点を持って面接を重ねてきた。その中でも特にパーソナリティーの健康度が高く、自分の個別性を自覚できている大学生がクライアントの場合、落合(1978)が提唱する孤独感の構造理論が、クライアントの感情体験を理解する際の視点の一つとなっている。

落合は青年期の孤独感を対他的次元(共感性の獲得)、対自的次元(個別性の自覚)の二次元構造とし、4類型に分類可能であるとした。これら4類型が孤独感の代表的な類型であることを、落合はFig.1のように表した。



Fig.1 落合における孤独感類型

これら4つの孤独感類型は理論的にはA型からB型そしてC型、D型へと発達するとされており、4つの孤独感類型は以下のように説明されている(落合, 1990a)。

- A型：他人との融合状態での孤独感。漠然とした孤独感。
 B型：理解者の欠如態としての孤独感。理想的理解者を追求している状態での孤独感。
 C型：他人からの孤絶状態での孤独感。他人への無関心・人間不信を持っている状態での孤独感。
 D型：独立態としての孤独感。互いの代替不可能性を自覚し、理解しあおうとしている状態での孤独感。

これまで筆者が担当してきた大学生のクライアントは、「個別性の自覚がありながら、周囲の人間と理解・共感できないと感じているC型」が多いと感じていた。さらに、そのC型の中でも対人関係に困難を感じ、「自分を変えたい」「対人関係を円滑にしたい」と思い、カウンセリングを希望する、つまりD型への萌芽があるC型のクライアントが多いように思う。

C型の特徴として、落合(1990b)は、「長期間C型に留まることは人格形成上否定的な意味を持つが、一過性のC型は心の機微を体験することになり、人格形成上、かえって望ましいと考えられる」と述べている。そのため、筆者はクライアントのC型を長引かせず、D型への変化を促すカウンセリングの方法はないかと考えることとなった。

落合(1990c)はC型からD型への変化について、小此木(1979)の言う「孤独に居直るところから人生を悟る」ことが必要であると、「治療者自身が、人間の有限性の自覚を持ち、有限性を持つ人間であるという点においては、互いに同じであることを相手に伝え、共に共感し合うことによって、有限であるからこそ互いに共感しあえるのだということを体得させる」ことが必要であると述べている。また、落合(1999)は自らの事例を提示し、クライアントの孤独感類型がA型からB型、C型そしてD型へと変化する過程を、「心理的離乳」の視点から考察を行っている。

これらの論考の中ではカウンセリング過程における、カウンセラーとクライアントの関係性の理解という視点

からの考察は行われていなかった。しかし、C型とD型の差異が「他者と理解・共感できるか否か」という他者との関係性の差異であることを考えると、カウンセラーとクライアントの関係性という視点から、クライアントのC型がD型へと変化する過程を理解することは不可欠であると筆者は考える。

そのため、本稿の目的は、自らカウンセリングを希望したC型の事例を提示し、クライアントがC型からD型へと変化する過程を、カウンセラーとクライアントの関係性という視点から詳細に検討することとする。

・事例提示

本項では現実適応している大学生で、カウンセリング(以下Couと略記する)を希望した2事例を提示する。これら2事例は筆者が担当したものであり、Cou過程で孤独感類型C型からD型への変化をとらえることが出来たと判断したものである。

1. 事例1 Cl: Eさん(男性)

【家族歴】父(以下Faと略記する。57歳 会社員。)母(以下Moと略記する。47歳 専業主婦)兄(24歳 大学院生)E(21歳 大学3回生)妹(17歳 高校2年生)の5人家族である。

2. 事例の経過

「」はEの言葉、<>はThの言葉、‘ ’はその他の人の言葉

【#1～#4 孤独感類型を判別する時期】

Eは進学高校へ進み、学内での成績は常に上位であった。Moは、Eが小学校の頃から、Fa方祖父(以下Gfaと略記する)の介護をしていた。Eは苦勞しながらもGfaの死去まで、介護を懸命に行ったMoに尊敬の気持ちを抱いていた。そのため自然と老人・障害者看護、介護に興味を持った。

Eは高校2年生、3年生での進路指導で「福祉系の大学に進みたい」という気持ちを、Moと担任に伝えたところ、Moから「Eが白衣を着て、研究するのが私やFaの夢なのに」と言われた。加えて担任からは「偏差値がもったいない」「理系に進み、何か別の形で福祉に貢献することだってできる」と説得された。Eは「それでええんやろうか」と疑問を感じながらも、「授業料を出すのは親だし」と思い直し、F大学G学部を受験し、合格した。

大学1回生は教養科目が多かったため、Eは何の疑問もなく、大学生を送った。しかしながら大学3回生となり、専門科目の増加、研究室の選択、実験の開始など、

学部の専門性が高まるにつれ、Eは「どうしても勉強に興味を持っていない」「何のためにやっているのかわからない」と悩み始めた。Eは友人に進路変更の相談をしたが、「せっかく3回生まれてやってきたのに、わざわざ変えるのめんどくさいだろう」「わざわざそんな大変な仕事を選ばなくてもいいだろう」と言われた。

Eは「進路は、今度こそ自分で選びたい。親にもきちんと伝えたいと思っているけど、どう伝えていいかわからない」と思う一方、「なんで誰にもわかってもらえないんだろうか」「こんな時期に進路変える方がおかしいんだろうか。他の子と考えていることが違う」「自分のやりたいことは、誰にも理解してもらえない」と落ち込み、抑うつ的になっていた。

Coは「進路を考えることはおかしいことでもなんでもない。あなたが自分の人生を自分の人生として考え始めたということで、自然なことと思う。どのような選択が納得できる選択なのか、一緒に考えていきましょう」とEに伝え、カウンセリング(以下Couと略記する)を開始した。

【#5～#8 孤独感類型が変化する契機の時期】

Eは少しずつ、希望する福祉職の知的な話をし始めた。「介護福祉士や社会福祉士の試験問題」「介護保険法について」「各自治体の福祉行政について」などEは蕩々と、まるで演説をするかのごとく話し続けた。そして、「Coは知らないかもしれませんが」「Coは知らないのですか?」というEの発言が多くなった。EはCoに対抗しているかのようであった。

CoはEの専門的かつ対抗的な話し方に対して、話題から取り残されたような苛立ちや、Eの話が理解できず、Eの興味・関心から閉め出されているような寂しさを感じ始めた。Coは相談室にEと2人であるにもかかわらず、まるで一人ぼっちになっているような気分になった。

Co - Cl関係の中で起こったCo自身の感情を手がかりに、Coは進路選択を巡るEの心理について、「この身動きのとれなさや、寂しさはEが感じているものではないだろうか。D学部の講義中や、友人に相談したときEはこのような感情を抱いていたのかもしれない。」と理解した。また「EにとってCoは“実践する専門家”として映っているだろう。自分の進路に自信を失っているEはCoに得意分野の理論を話すことで、自分の自信のなさを見せないようにしているのではないか。」と理解した。そして、Eに「この頃、知的な話題が多いですね。自分の選択したい道に進みたいと思っても色々な気持ちがわいて動けない時って、誰でも知識を得ることで安心するけど、Eさんもそんな感じなのではないですか」とEの寂しさ

を想像しながら、理解したことを自己開示した。

Eは苦笑いをして、「何したって親に頭ごなしに反対されるって思います」「自分で親のことを説得できるように思えない」と自信のなさを口にした。Coは「自分のやりたいことを頭ごなしに反対されると辛いですね」と伝えた後、「Eさんの親御さんを説得することの自信のなさは、Eさんがボランティアとか福祉の現場で何かを感じたり、経験してたりという実践のなさからも来てるかもしれないですね」とEの自信のなさについて言及した。Eは「確かにMoのやっていることは見てきたから... Moに甘いと言われたらそれまでかなと思っていた」「でもとりあえず気持ちだけ伝えてみたい」と言い、親との話し合いに臨んだ。

【#9～#15 他者との関係が変化する時期】

Moから「Eがそんな風に私のことを見てくれていたのはすごくうれしいけど...Eに裏切られた気分」と言われ、Eは「理解してもらおうのは難しい。なんでわかってくれないんだろう。でも何だか親不孝な気分」になり、高熱を出して寝込む。Coは「今まで親の期待に添ってきたのなら、今自分の道を選ぶことは親の意志に反すると感じるんでしょうね。でもEくんにとっての親孝行って何でしょうね」と、一方でEの気持ちを理解しながら、もう一方でEにとっての親孝行の意味を共に考え続けるようにした。

Eは面接室で自分の親孝行について考える一方で、ボランティア幹旋協会に出かけ、希望のボランティアを見つけた。その後Eは再び、両親に進路変更の理由や、その一歩としてボランティアを実践してきたいことを冷静に伝えた。Faは「これから社会や会社は、何がどうなるかわからない。資格を持って、自分で飯が食べられるようだけなりなさい」と言った。Moは「何でも思い通りにやってくれてた子なのに...もう仕方ないね...」と言った。Eは「Faがこんなに理解してくれるとは思わなかった。」と驚いていた。「もっと堅物だと思っていたし、自分のやってる職種が一番と思っていると思っていた。」「Faも仕事がしんどいかもしれない」としみじみと語った。

その後、Eは週1回のボランティアから、「実際やってみて自分にあわなかったら、学部に帰ってくる。とにかくやってみる」と一年休学して、本格的にボランティアと福祉系大学編入のための勉強を始めた。それを期に、相談を終了した。

2. 事例2 Hさん(女性)

【家族歴】父(50歳 自営業)、母(47歳 自営手伝い)、H(20歳 大学3年生)の3人家族である。

【#1~#3 孤独感類型を判別する時期】

Hは小学校から高校まで音楽系の部活に入っており、1大学入学後も音楽系のサークルに入部した。大学2年生まで、メンバーとは「かなりつつこんだ話し合いをして、よい演奏ができるように、言い合いをしたりしてきた」「音楽を通して人となりがわかると言うか・・・そういうのが楽しかった」「議論して、最終的にいい演奏ができると、涙ができるくらい感動する」ということであった。

1大学では、サークル活動に対する熱心さを買われ、Hは部長に抜擢された。しかし、Hは部長になって初めて、集団をまとめることや、自分が行った曲の解釈を適切な言葉で全てのメンバーに伝える難しさを感じ始めた。実際にHは顧問から「音楽・音色にまとまりがなくなっている」との指摘を受けた。

Hは自分のふがいなさや集団のまとまりのなさに日々イライラが積もった。メンバーの前で泣くこともあった。副部長や同回生からは「あんまりイライラするな」とか「頑張るしかないやろ?」と言われた。Hは「誰も私の辛さをわかってくれない」「上に立つ者は孤独だ」と思っていた。

ある日、Hが部の練習に遅刻していくと、メンバーがパートごとに和気藹々 とHには見えた と練習をしていた。Hはそのとき「私はこの部に必要のない人間だ」「誰も私がいなくても楽しくやっている」「私のつらさをわかってくれない」と感じ、そのまま休部することとなった。

HはCoに「落ち込んでいるのをどうにかしたい」「元気になってサークルに復帰したい気持ちもないことはないけど、みんなが私を迎えてくれるかわからない」と訴えた。Coは「Hさんなりに必死に部長という役目をこなそうとしたのですね。何がどこでどう絡まっていたのか、一緒に理解していきましょう」と伝え、Coを開始した。

【#4~#8 孤独感類型が変化する契機の時期】

Hは段々と「どうせ人間、結局一人で生きていかないといけないんですよね」「あんまり人を信用しても仕方ないですね」「まあ、部長なんてお飾りみたいなものだから適当にやっていたら良かったんですよ」と、自嘲気味にヘラヘラと笑いながら、自分の感情を突き放したように話すようになってきた。

CoはHの話し方や笑い方を、Hの「本当に感じている感情をCoには見せたくないです」という拒否のよう

に感じた。そしてCoは面接室にHと二人でいるにも関わらず、自分がHにとっての“わかりっこない人間”になってしまったような孤立した感情を抱いた。

Co - Ci関係の中で起きたCo自身の感情を手がかりに、Coはサークル活動をめぐるHの心理について、「Hはこんな孤立したような感じを持ってメンバーの前に立っていたのだろうか。」と理解した。また、「“わかりっこない人間”というCoの思いは、Hが本当に話したいことを、Coが十分に聴けていないということから由来しているのではないだろうか」と理解した。そして、「このごろ、Hさんは以前のように、おなかの底から深刻にお話をしていらっしやらないように感じます。私は何かHさんのつらさとかを分かったつもりで、お話聞いてたけれど、本当のところのしんどさを聞けてなかったのかもしれないと心配しています」と自己開示した。

Hは顔を引きつらせ、「今まで誰にも言えなかったことがあって」「でも、どう話していいかわからなかったんです。Coがどう思うかわからないし」と苦しそうな表情で話を始めた。「部長を始めた頃に、ちょうど女性からFaに(家の電話に)電話があったんです。」「(私が)電話に出たら、その人、私とMoとを間違っていたみたい。」「不倫かもしれない。それなのにわざわざ家の電話に?と、ショックと怒りのあまりにFaに何も言えなかった。」「Faやその人のやっていることの意味がわからない」「Moには言えなかった。かわいそうで...」とHは泣きながら話した。

Coは「家でそんなショックなことがあったら、心に余裕がなくなって、曲の解釈をすることやメンバーをまとめることができなかつたのは当然だと思う」「<家の中で秘密を抱え、辛かったらうね>とHの感情に寄り添った。

【#9~#16 他者との関係が変化する時期】

Hはややさっぱりした顔で「Coに<当然と思う>と言われて、ホッとした。やっぱりそうだよなあと思った。」「よくわからないけどとにかくあの時は自分でなんとかしないとあかと自分に言い聞かせすぎていた」と話した。Coが「Faのことや、Faに感じた色々な感情も自分で何とかせなあかんって思っていたのかもしれないですね」と伝え、Hは「それもかなりあります」と恥ずかしそうに笑って答えた。

Hは「曲の解釈だって、どっかで『伝わるはずがない』」と思っていた。」「改めて自分がみんなにやったことを考えるとかなり恥ずかしい」「後輩も、余裕のない部長では練習に身が入らなかつただろうな...かわいそうなこと

をしてしまった」と自分の行動を振り返った。そして、「とりあえず部の仲いい子にメルで謝った」と自分から仲間と働きかけることができ、部の仲間との交友が復活した。しかしながら、Hは「もう副部長が部長代理として頑張ってくれているから、やはりサークルには戻りにくい。」と感じたことから、正式に退部することを決めた。

その後、サークルに関しては「最後にサークルに行っ、後輩にも謝った。すっきりできた」とのことであった。家庭の事については、「子どもとしては相当複雑だけど、夫婦の問題と言ってしまうと、夫婦の問題だから。」と、Hなりに納得したことから、Couを終了することとなった。

・考察

1 事例の考察

a 孤独感類型の判別

【事例1】

高校時代からEは福祉学部への進学を希望した。しかしながらEの偏差値の高さから、両親や担任は別の進路を勧めた。その時にEは他者が自分の希望に理解がなかったことや、自分が希望する進路を選択できなかったことに漠然と疑問を感じていた。

Eが大学2回生になったときに、将来自分は何をしたのかという疑問が再燃した。Eは友達に相談するが、高校時代と同じく反対にあった。Eは「他の友達と考えることが違う」と思うなど、自分の意志と他者の意志が異なっていることを強く自覚したと考えられる。一方「どうしてわかってもらえないのだろうか」「自分がおかしいのだろうか」と思うなど、“理解・共感できる他者”を見つけれない状況に陥っていたと言えよう。

これらのことから、Eは「自分の個性には気づいているが、他者と理解・共感できない」と感じているC型であると考えられる。そのC型の中でも、「親にきちんと伝えたい。けどどう伝えたらいいかわからない」と思っていることから、Eの場合、「(互いに理解しようとする)D型への萌芽はあるが、C型にとどまるタイプ」とすることとした。

【事例2】

Hは大学2回生まで、音楽について自分の意見を友人たちに伝えたり、互いに理解し、納得するまで議論し、よりよい音楽を作ろうとするなど、良好な対人関係を築いてきた。つまり「自分の個性に気づいており、他者と理解・共感できる」と感じるD型であったと考えられ

る。しかし、大学3回生になって、演奏する仲間との“横の関係”が、Hが部長になったことで、責任者とメンバーという“縦の関係”となり、その関係性は大きく変化した。Hの部長として集団をまとめる苦勞は誰とも共有されることがなかった。

Hは「責任者は孤独だ」と言っているように、自分と他のメンバーとの役割の違いを強く自覚していたと言えよう。その一方「誰も私の辛さをわかってくれない」「私は必要とされていない」と感じるなど、“理解・共感できる他者”を見つけれない状況であった。これは孤独感類型でいうところの「自分の個性には気づいているが、他者と理解・共感できない」と感じるC型であると考えられる。

また、後日判明したことであるが、Faの不倫相手からの電話をHが取ったという出来事があった。Hは「Faやその人のやっている意味がわからない。」「Moには言えない。」と言っていたように、サークルのトラブルがある前から、“重要な他者(Fa)と理解・共感できない”“この事柄を理解・共感できる他者はいない”と強く感じていたと考えられる。

これらのことからHの場合、「もともとD型であったが、急激な対人関係の変化により、C型に陥っているタイプ」であると言えよう。

b 孤独感類型の変化までのCoとCiの関係性について

【事例1：「D型への萌芽はあるが、C型にとどまるタイプ」】

鶴田(2002)は大学2・3回生を「中間期」と位置づけ、「自分らしさやアイデンティティの探求が行われ、将来の目標に向かって前進する側面」があり、「大学入学後の表面的な適応を一時的に壊して真の適応へと至る時期」と述べている。Eはまさに今、自分らしさやアイデンティティの探求が行われていると言えよう。

CoはEの福祉職への希望が高校時代からのものであり、突発的な思いつきではないこと、Moの苦勞しながらの介護にやりがいを見いだしたという動機は妥当であると理解したことから、Eの進路の悩みについて、<(青年期の発達課題として)自然なことである。>と保証した。この保証は「誰もわかってくれない」「自分が変なのではないか」というCiの孤独感や不安を軽減し、Eに“理解・共感する他者”の存在を感じさせ、Couへと移行させたと考えられる。ここまでの経過をまとめると、CoはD型の理解を持って、C型のEを面接室に迎えたと言えよう。

その後の相談経過中、EはCoに対して専門的な話をし

では、「Coは知らないんですか？」と対抗するように話し始めた。その結果、Coは、話題から取り残されたような苛立ちや、CIの話が理解できず、CIの興味関心から閉め出されているような寂しさを感じ始めた。つまりここではCoもC型に陥ったと考えられる。

その時CoはまずCo - CI関係の中で起こったCo自身の感情を排除するのではなく、理解するように努めた。精神分析理論では「治療者のこころのなかにわき上がってくる感情すべて(松木,1998)を逆転移とし、『患者を理解していく手だて』として積極的に活用していくべき」とされている。このようにCoは自分の感情を、逆転移による感情と捉えた。つまりCoは自分の感情をEの感情であると判断し、Eが現実での対人関係においてどのような孤独感を体験してきたのか、加えて、今ここでどのような感情をCoに対して抱いているのかを理解しようと努めた。その結果、Coは<G学部の講義中や、友人に相談したときEはこのような寂しさ、いらだちを感じていたのかもしれない。><自信を失っているEにとってCoは専門家であるため、自分の自信のなさを見せるのに抵抗があるのだろう。>と理解した。つまりここでは、Co自身のC型をCo自身のD型で理解するよう努めたと考えられる。

その後、Coは上述した理解を、Eの反発心を刺激しないよう一般論を織り交ぜてEに自己開示した。氏原(2002)は、「CoとCI双方の意識・無意識のプロセスが作り上げた共通の場にさらされて、そこそこの感受性があれば、自分の内的プロセスの中に、相手が明確に気づいていない相手自身の内的プロセスを感じ取れる」と述べ、それを「感覚的共感」としている。ここで再度、CoとEとの間で行われたことを振り返ると、Coは、Eに対して「感覚的共感」を行ったとも言えるのではないだろうか。それによりEは「親を説得できる自信がない」という自身の不安に言及した。CoはEの不安に対して、<高校時代に親に反対されたから、今回もそうなるのではないかと不安になるのも無理はない>ということと、<実践経験のなさが、Eの自信のなさにつながっているのではないか>という理解をEに開示した。

考察1の「a孤独感類型の判別」で示したように、EはD型への萌芽があった。つまり、D型へと変化する準備性が高かったと言えよう。そのため上述した一連のCoのEに対する理解、および理解の開示により、Eは面接室の中で、「理解・共感する他者」を比較的速やかに内在化し、EのC型はD型へと変化したと考えられる。

Eは面接室での「内在化した理解・共感する他者」に支えられ、現実生活で両親に自分の進路についての相談が

できたと言えよう。その後、紆余曲折はあったものの、EはFaという大きな理解者を得ることができ、希望する進路へと着実に歩を進めることができたと考えられる。

【事例2：もともとD型であったが、急激な対人関係の変化により、C型に陥っているタイプ】

大人数のメンバーをまとめ、曲の解釈などを行う部長職の心理的負担は多いとCoは考えた。また、部長とメンバーという“縦の関係”を維持するには、H自身が仲間との“横の関係”に支えられないと不可能であると感じた。そのため、<部の中には部長職をサポートするそれなりの体制があるだろう。今、Hはそのサポートをうまく使えない心理状態なのではないか>という疑問がわいてきた。

そして、Hの部長としての努力や苦勞が報われなかったことを<必死にHさんなりに役目をこなそうとした>とねざらいつつ、<(人間関係の)何がからまっていったか、一緒に考えましょう>と、Coがなぜ周囲のサポートが得られず孤立していったのかを、共に考えることを提案した。このCoのねざらいと<一緒に>という言葉は、「誰もわかってくれない」というHの孤独感を軽減し、“理解・共感する他者”の存在を感じさせ、Coに移行させたと言えよう。つまりここまでの経過では、CoはD型の理解を持って、C型のHを面接室に迎えたと考えられる。

その後、Co経過中にHはCoに対し、自嘲気味にヘラヘラと笑いながら、自分の感情を突き放したように話すようになってきた。その結果、Coは<拒否されたように感じ、寂しく>なった。つまりここではCoもH同様、C型に陥ったと考える。

Coは自分の感情を排除せず、Eの事例と同様に逆転移による感情と捉え、その感情を手がかりに、Hが、現実の対人関係でどのような孤独感を体験してきたのか、加えて今ここでどのような感情をCoに対して抱いているかを理解しようと努めた。つまりCoは自らのC型をD型で理解しようと努めたと考えられる。Coは<Hはメンバーの楽しそうな練習風景や、まとまらないメンバーを目の前にして、このような孤立した気持ちになっていたのではないだろうか>ということと、<CIの本当に言いたいことを、十分に聴けていないのではないか>ということを理解した。ここではまた、Eの場合と同じように、Hに対して「感覚的共感」を行ったと言えよう。そしてHがメンバーの前でうまく自己表現できていないということを考慮し、Coは理解をストレートにHに自己開示した。するとHは部活動でのトラブル以前にあった、家庭での

出来事を淡ながらにCoに語り始めた。Coはその出来事はHにとって辛いことであったことを理解し、辛さを共有しながら、<辛かっただろう><心に余裕がなくなって、部がまとまらなくて当然>と伝えた。

Hは、もともとD型であったため、D型へと戻る準備性が高いと考えられる。そのため、上述した一連のCoのHに対する理解、およびHに対して行った自己開示により、Hは面接室の中で、“理解・共感する他者”を比較的速やかに内在化し、HのC型はD型へと変化したと言えるのではないだろうか。

Hは退部し、主訴を解消することはできなかった。しかしながら、面接室で内在化した“理解・共感する他者”に支えられ、現実生活で仲の良かったサークルの友人に謝罪することができ、交友が復活したと考えられる。友人という大きな理解者を得たHは、これから両親のことや部活動に関する感情について整理していけると考える。

2 孤独感類型の変化への心理援助について

1で行った考察を元に、CIの孤独感をC型からD型へと変化することを促す、Co - CI関係の変化の過程をFig. 2にまとめる。

現実生活において“理解・共感する他者”を見つけれない状態で、相談に現れたCI(C型)を、CoはまずD型の理解を持って、面接室に迎えた。Eは「自分を変えたい」という意志を持っており、HはもともとD型であったというように、両CIとも“理解・共感する他者”を内在化し、D型へと変化する準備性が高かった(fig. 2-)。

Cou過程で、CIはCoに対して専門的な話をしたり、反発的になったり、感情を突き放したような言い方になった。それに対し、CoはCIの話を理解することができなくなったり、CIに拒否されたように感じるようになった。ここでは、CoはCI同様、C型に陥ったと言えよう(fig. 2-)。

C型に陥ったCoは、Co自身の孤独感を自分の内面から排除するのではなく、どのようなことが起きて自分がC型に陥ったのかを理解するように努めた。つまりCoはC型のCIを面接室に迎えた時と同じく、D型の理解を持って自分の感じているC型を理解するよう努めた。そして、Coは自分の感じている孤独感を逆転移によるものと捉え、CIが現実の対人関係でどのような孤独感を抱いてきたのか、そしてCIが今、ここでどのような感情をCoに感じているかを理解した。この過程を迎えることにより、CoのC型はD型に変化した(fig. 2-)。

変化の後、CIにCoが理解したことを自己開示した(fig. 2-)。CIはCoの行ったCI理解および自己開示によ

り、CIを“理解・共感する他者”を、比較的速やかに内在化した。そのことにより、Co - CI関係においてのCIの孤独感はC型からD型へと変化した(fig. 2-)。

・おわりに

本稿での孤独感概念は、対人関係で生じる感情体験であるため、Co - CI関係におけるCIのD型への変化がそのまま人格の変容につながるとは考えず、従って孤独感類型が永続的にD型を維持するものではないと考える。また、上述したような経過を辿り、短期間でCouが終結したのは、CIがD型へと変化する準備性の高さ、および健康なパ - ソナリティ - に負うところが大きいと考えられる。

しかし、本稿で示したCo - CI関係におけるCoの孤独感類型の変化は、C型と判定されるCIが長期間C型に留まることなく、D型に変化するきっかけの一つになったと考えられ、青年期後期におけるCouによる心理的援助の有効性とその必要性を提示するものではないかと考える。

今後の課題として、青年期後期の現実適応可能なCIの事例検討を重ね、図式を精緻化することがあげられる。また、A型やB型の孤独感類型のCIに対する心理援助の方法を検討する必要がある。さらには、現実適応が不可能な病理の深い青年期後期のCIには異なる心理援助の方法を検討する必要があると考える。

・謝辞

事例掲載をご快諾いただきましたEさん、Hさんに深く感謝申し上げます。

引用文献

- 1) Blos, P: The second individuation process of adolescence, The psychoanalytic study of the child, 22(1967)
- 2) 落合良行: 青年期における孤独感を中心とした生活感情の関連構造, 教育心理学研究, 33, 70-75 (1985)
- 3) 落合良行: 青年期における孤独感の4類型の特徴, 静岡大学教育学部研究報告(人文・社会科学篇), 28, 141-156(1978)
- 4) 落合良行: 『青年期における孤独感の構造』, 風間書房, 東京, 113(1990a)
- 5) 落合良行: 『青年期における孤独感の構造』, 風間書房, 東京, 153(1990b)
- 6) 落合良行: 『孤独な心 淋しい孤独感から明るい孤

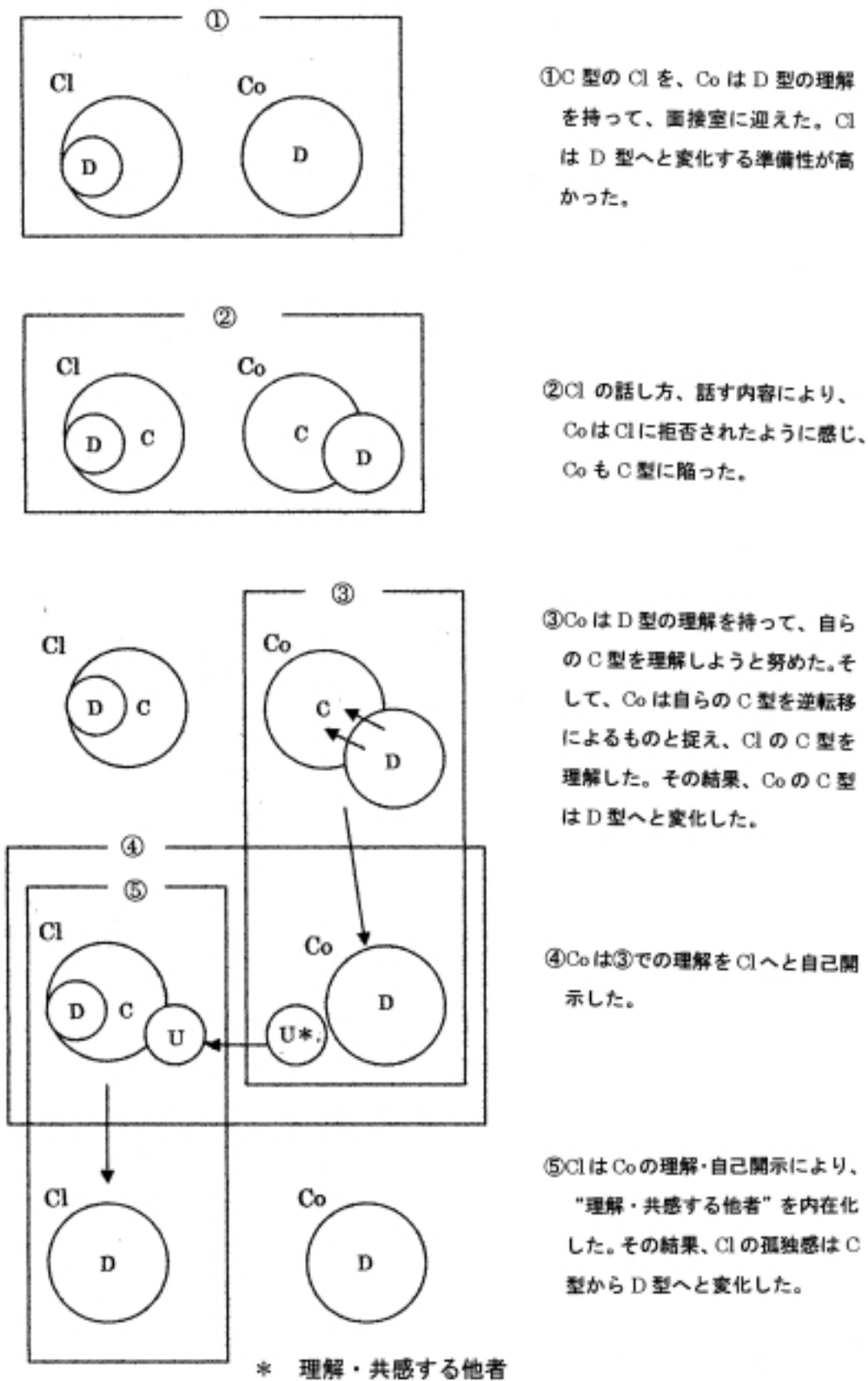


Fig.2 孤独感類型の変化への心理的援助について

- 独感へ』, サイエンス社, 東京, 122(1999)
- 7) 落合良行:『青年期における孤独感の構造』, 風間書房, 東京, 154(1990c)
- 8) 小此木啓吾: 青年期の孤独, 青年心理, 12, 16-28 (1979)
- 9) 鶴田和美: 大学生とアイデンティティ形成の問題, 臨床心理学, 2, 725 - 730(2002)
- 10) 松木邦裕:『分析空間での出会い - 逆転移から転移へ』, 人文書院, 京都, 66(1998)
- 11) 氏原寛:『カウンセラ - は何をするのか』, 創元社, 大阪, 242(2002)

青年期後期における“孤独感類型”変化のための心理援助 - カウンセラーとクライアントとの関係性からの一考察 -

後藤佳代子

要約: 本稿の目的は、クライアントが落合(1983)の提唱した孤独感類型C型からD型へと変化する過程を、カウンセラーとクライアントの関係性という視点から検討することである。

筆者は、C型でありD型への準備性を有する大学生2事例を提示した。それらのカウンセリング過程で、カウンセラーはクライアント同様、C型に陥ることとなった。カウンセラーは、自分自身の感情を逆転移と捉え、クライアントがどのような感情を持っているかを理解しようと努めた。カウンセラー自身のC型がD型に変化した後に、カウンセラーはクライアントに、自分の理解したことを自己開示した。クライアントは“理解・共感する他者”を比較的速やかに内在化したため、C型からD型へと変化した。

カウンセラーの孤独感の変化は、クライアントの孤独感の変化のきっかけの一つになったと考える。