

東京都スクールカウンセラー（臨床心理士）

金屋光彦

解離とストレスフルな現実

1 キツネと葡萄

イソップ寓話に、こんな話があります。

『ある森のキツネが、たわわに実った美味しそうな葡萄を見つけます。キツネは「さあ食べよう」と跳び上がります。しかし、何度試みても、高い所にある葡萄までは届きません。怒りと悔しさでいっぱいになったキツネは、こう言い捨てて去って行くのです。

「あんなすっぱい葡萄なんか、誰が食べてやるもんか！」』

これは精神分析でいうと、合理化という心理的防衛機制の一例といえます。私たち人間も、試練の多い現実の日々を生き抜くために、この合理化以外にも、さまざまな心理的防衛を、無意識に使用しているのです。

2 解離とある事件

最近学校現場で目立ってきたのが、解離性障害です。

私たちは、耐えがたい状況に遭遇すると、時に意識を失ったり記憶を飛ばしたりすることがあります。その苦しい状況と自分の意識や記憶を切り離し、それと触れないよう思い出さないようにして、ダメージから自分を守り、心が壊れるのを防いでいるのです。ショックな場面に遭遇した時、気を失うという現象が、その一つといえてよいでしょう。

この解離反応が、日常生活に支障が出てくるレベルになると、支援が必要です。解離性障害の中では、記憶が飛び解離性健忘がよく知られています。女性に多く、東日本大震災の支援のため、緊急スクールカウンセラーとして3年間支援に通った宮城県の県立高校でも、これと深く関係した事件が、ありました。

それは、ある女性教師の持ち物がよくなる、誰かが取っていくのではないかと、という事柄で、最初は語られていたのです。取っていく人として、不幸にもある2名の学校職員が、疑われてもいました。この事態を学校長から聞き、支援の要請を受けたことから、持ち物がなくなって困ると訴える女性教師との面談を開始したのです。

面談をすすめていくと、その女性教師も、震災で自宅を流される等の大きなダメージを受けていたことが、明らかになります。十分なラポール形成の後、喪失体験に対するモーニングワークを行う中で、授業をはじめとする震災以前の日常が戻ってくるにつれ、彼女の傷ついた心も癒え、安定を取り戻していきます。それとともに、

持ち物がなくなることなくなっていきました。一人の女性教師の記憶が飛ぶという解離性障害によって生じた、周囲の人たちを巻き込んだ騒動は、ここに至って収まることのできたのです。

3 いつのまにか遠くへ

また、首都圏の中学校に通う男子生徒は、学校へ行かなければと思うし、行こうとも思っているが、現実には行けない自分がある、という葛藤の中で苦しんでいました。そんな不登校状態の中で、ある日、家から突然姿を消したのです。翌日、本人から家に連絡が入ってようやく居場所がわかります。そこは、自宅からはるか遠くの東北のある駅でした。

本人は、「どうやってそこへ行ったのか、ほとんど覚えてない。駅の売店のおばさんの顔は、覚えているけど…。そこから家に電話した」と後に話してくれました。

両親の離別や中1ギャップ等のストレスが重なり、強い心理的負荷がかかり続けた結果、その回避行動として解離性遁走を起こしたのです。追い込まれた場面で、必死に生き抜くための、切羽詰まった無意識の行動だったといえるでしょう。

その後、母親の理解と協力を得ながら、ストレスコーピングの向上を軸に、支援を続けていきました。3年生になってからは登校できるようになり、望む高校進学も果たします。

卒業式を終えた正門前で、「お世話になったから」と言って、自分がもらった花束を私に差し出し、走り去っていった背中が、春の陽差しに光っていたのを覚えています。

4 解離性障害と幼少期の心的外傷体験

この解離性障害、幼い頃に受けた心的外傷体験との関連から、高校生や大人になった後、さまざまな症状として出てくるケースも少なくありません。

全国の児童相談所で対応した児童虐待件数が、平成25年度では73,765件にのぼり、はじめて7万件を超えました。

この件数の多さは、2000年児童虐待防止法が制定され、致死的な虐待だけでなく、軽度の心身への暴力やネグレクトも児童虐待に含まれることになり、虐待に対する世間の人々の意識が高まり、虐待を受けている子どもたちが、発見されやすくなっているともいえるでしょう。

（つづく）