

## 中学生の不適応症状

教育心理相談室カウンセラー 高森 淳一

### はじめに

お忙しい中、本当にご苦労さまです。「中学生の不適応症状」というのが依頼されたテーマです。不適応症状といつても広範囲にわたります。しかし、時間も限られていますから、不登校や学校現場と関連が深いあたりを重点的にお話しいたします。主要な部分は「症状の意味」、どういう観点から症状を捉えるかという点です。症状理解のためのひとつの視点、パースペクティヴを提供できたらと思います。もしかしたら、症状という言い方に抵抗があるかもしれません、心と関連して生じる問題だと思っていたら結構です。

### 問題の3つの現れ方

精神的な問題は、「精神(症状)化」「身体化」「行動化」という3つの形態で現れます。心の問題を考えるうえで、実は心だけではなく身体の問題も入ってきます。また社会的な行動も考えに入れないといけません。この3領域は、独立したものではなく、相互に重複しています。

まず「精神(症状)化」ですが、これは皆さんが心の問題と聞いて思いつくようなものです。不安や強迫症状などが、精神(症状)化の代表的なものです。ガスの元栓を何度も確認する。本人も苦痛を感じるほど、何度も確認しますが、それでも気が済まず、確認しないではおれない。フレームが変形するくらい窓を何度も開け閉めする。手を洗うことが止められない。あるいは、駅で電車を待っていて列車が入って来るとそこに飛び込んでしまうのではないか、と恐い。こういうのは強迫症状ですね。人を脅す脅迫ではなくて、強く迫ってくる、そうしたくないけれども、そうせざるを得ない。こういう強迫症状は、小学校高学年あたりから出でています。

体の方に問題が出てくるのが「身体化」で、その代表は心身症です。心身症は心の問題と関連して、生じてくる、あるいは持続する身体疾患です。子どもの円形脱毛などが分かりよい例です。また、思春期に多い摂食障害などでも身体が関係します。摂食障害は思春期の女子に多いのですが、小学校の高学年くらいから発症します。一般には拒食症などと言われますが、物を食べないだけでなく、拒食と過食を繰り返し、食べてから指を入れて嘔吐したり、下剤を飲んだり、そういう形の摂食障害が、今日、むしろ一般的です。

家庭内暴力とか非行に走る子は、悩みを話したりはせず、世間でいわゆる悪いことをしたり、家庭で親を殴るといった行動によって問題を出でています。これが行動化です。

子どもや思春期のひとでは、心よりも、身体や行動で表現することが多く、年齢が低ければ低いほどそういう傾向にあります。大人になるとどれかが優位になって、精神症状として表現する人は神経症、身体的に表現する人は心身症という具合に分かれています。しかし、とくに中学生や高校生の場合は、「心の問題」「身体の問題」「行動の問題」と分けて考えるのではなく、全部を考慮に入れる必要があります。それは、未分化で表現手段がまだ定まってないからだとも言えますし、思春期は3つのチャンネルを全部使わないと間に合わないくらい大変な時期だからとも言えるでしょう。

不登校というのも、この3領域全部にまたがっています。保健室から教室に入るのに不安を覚えます。その緊張と不安を、ある子は、お化け屋敷に入るような感じと表現しました。また小児科や内科にかかると大抵は自律神経失調症という病名がつきます。また行動ということで言えば、不登校の子は学校に来ないという形で、行動で表現しています。

## 発症

問題が生じるのは、本人が弱いからだと、一般には思われているのではないかでしょうか。発症ということについては、船と積荷の関係で考えていただくと分かりやすいと思います。すごく小さな船であれば、普通の荷物でも沈みます。ですから、弱い人に精神的な問題が生じるというのは、ある意味正しい。しかし船が小さくても、載せられている積荷が軽ければ沈みませんし、船が大きくても、重たい荷物を載せられたら沈みます。職場でも仕事のできる人にはどんどん仕事が回ってきて、大変になるのと同じです。

家庭に問題があった時、一番器の大きい子にその問題が載せられ、その子が問題を起こすことが少なくありません。一番弱い子に負担を背負わせる場合もありますが、これは難しいケースです。強い子にしづ寄せがいっているようなケースでは、その子自身にわりと潜在的な力のある場合が多いのです。

それまでは普通だったのに、ある日突然不登校になる子がいます。周りから見ると突然ですが、少なくとも本人にとっては突然ではなく、内的な連續性、ある種の必然性があるわけです。これはバケツ持ちに喻えられます。水の入ったバケツを持って直立していると、疲れてくるにしたがって姿勢が傾いてくる、傾いてもうダメだと思うと、ある時点でパッと足を広げてバケツが持てるようバランスを取る。それに近いと思います。子どもは内的には負担を感じつつも、一定の姿勢を保って学校に来ていますが、ある時点での姿勢が保てなくなり、身体を曲げたり足を広げたりします。これが不登校の発症で、別の姿勢でバケツを持とうと態勢を変えたのです。

そういう必然性があることですから、単にその症状を取ったら良いという考えは危険です。O-157でも、単なる下痢だと思って下痢止めを飲んだ方は、お腹の中に菌が溜まって亡くなられました。ある高校の校長先生の話ですが、男子生徒が不登校になりました。昔風の土地柄だったので、親族一同で心配してくれます。さて、その子が登校を再開すると「〇〇君が学校に行くようになった、めでたい」と祝宴を開いてくれました。その子もそこにいたのですが、宴席を抜け出して裏山で首を吊っていたそうです。本当はしんどいのに、学校に行きだして親戚一同が喜んでいる。「また学校に行かなくなったら、みんなをがっかりさせてしまう。でも学校へのゆくのはつらい。どうしたら良いのだろう」と苦悩したのでしょうか。

症状というのは必然性がありますから、症状を無くすことが第一義ではなく、症状がなくても生きていけるよう支援することが目標です。症状を取ったら良いという考えは危険な場合があります。

## 不登校：最近の動向と関連して

不登校の現状として、ひとつには裾野の拡大というのがあります。最近は不登校児のいない学校の方が珍しい。日本では1960年代頃からボソボソ出てくるようになり、はじめの頃は少数者、例外者でした。その頃は不登校の子の性格や家庭環境の特徴がかなりはっきりしていて、高学歴の家庭で勉強ができ、適応も良い子が殆どで、なぜ学校を休むか周囲も理解できないという具合でした。しかし今はどんどん裾野が拡大し、一概に不登校と言ってもその特徴を挙げるのが難しくなりました。山頂ははっきりこれと指摘できますが、裾野にゆくにしたがって、どこからが隣の山か区別がつかなくなりますが、それと同じです。

先生方も感じておられると思いますが、境界が不鮮明になりました。以前なら、不登校とか神経症的な子は内向的、非行の子は外向的。家庭環境では、非行圏の子どもには崩壊家庭が多い。最近はそうした図式が通じなくなっています。不登校でも古典的な子は、他の子が学校に行っている時間は出て行けないから、放課後の時間でないとカウンセリングにも来たがらないのが普通でした。今の不登校の子はそうではなくて、学校を休んでゲームセンターに行ったり自転車を盗んだり、不登校なのか非行なのか分からず、境界線が曖昧な感じの子が多くなっています。ついでに申しますと、そういう子に対して学校の先生が非行と見て関わるより、不登校で非行傾向があると見て関わった方が、予後は良いようです。

大学生や社会人でも心的には中高生の不登校と似た感覚的人がいます。大企業で10年ほど働いていて、鬱病ということで休職されて、相談に来られた方があります。聞いてみると、不登校の子と似た心持を語られます。もちろん、違いもあるわけですが、一番違うのは、自分の精神的状態を言葉にできることでしょうか。こんなことを言われます。「体の方は、ずっと会社に行っていたが、実はこれまで気持ちは行ってなかった。勤めることの意味も意義も考えないようにしてきた。会社に行っていたのは習慣で、会社には行くものと思っていたから行けてたが、一度休んでしまったらタガが外れたみたいで元に戻らず、会社に行けない。会社へ行くことの意味がわからないから、出勤する意欲がまったく湧かない。」

不登校というのは子どもと学校の間での問題だと思います。しかし、学校とはその年代の子どもにとって、社会の代表なのです。学校に行けないということが、社会とうまく折り合いをつけられないということを意味する場合、それは深刻な事態です。いわゆる引きこもりの人が、この場合です。転校する、フリースクールに行く、仕事をする、留学するなどして好転する人は、その学校や日本の学校が合わなかったという侧面もあるでしょう。しかし社会の代表としての学校とうまく折り合えない人は、学校以外の社会的な場のどこに行ってもなかなか難しい。環境を変えて済むというのはむしろ幸いなケースだろうと思います。

### 不登校の心理・社会的背景

不登校の心理・社会的背景に少しだけ言及します。まず共同体のあり方が変化しました。ひとことで言えば「個人主義」ということですね。これと関連して、環境にうまく適応して生きてゆくのが良いという適者生存的な「生き延び原理」より、よりよく生きることが重要になりました。よりよく生きることを考えだと、何をするにしても、この方が生きてゆくうえで都合が良い、効率的だと分かっていても、はたして、自分にとってこれで良いのだろうかと疑問を持つことになります。今の子どもたちは習慣ということに非常に批判的です。子どもたちは「なぜ学校に行かねばならないのですか」と言いますし、最近では「なぜ人を殺してはいけないのですか」と問います。そういうことを考えだと、なかなか学校に行けなくなる。こうしたことの社会背景のひとつには、豊かさがあります。食うや食わずの社会では、ただ生きることが問題です。これがよりよく生きることを目指す社会に変わり、「果たしてこれでいいのか」という自省を誰しも抱くようになったのです。何をするにしても自覚的であることを目指すのだとも言えるでしょう。

### 症状の意味

何か問題が起きた時、原因を考えるのは因果論的な見方です。不登校にも確かに原因はあるのでしょうか。原因については諸説あります。ただ、原因は非常に複雑で複合的です。先生や親になぜ学校へ行かないんだと責めたてられると、本人はとりあえず何か原因らしきものを答えます。しかし本当のところは本人にも分からぬことが多い、はっきりした原因があるのは簡単なケースだろうと思います。

その子を支援する立場からすると、原因を探すのは二の次です。消火作業を考えてもらうとよいのですが、消火作業に駆けつけた時、出火原因を考えるよりは、どういうふうに火を消すのが効果的かと考える方が良いですね。必要に応じて原因は考えざるを得ないのですが、それを第一に考えるのは、少なくとも現場の最前線で支援する人の問題設定とは少し違います。評論家は何につけても、西洋近代文明の弊害などと言いますが、援助する人には大した役にも立ちません。

現代の日本では教育に関して、母親に重責がものすごく科せられます。何か子どもに問題があると、お母さんが悪者扱いされます。お母さん自身もそう思われます。そうすると目の前の子どもをどうするかということに考えが及ばず、過去の反省ばかりするから元気がなくなり、今のしんどい状況によけい耐えられなくなります。先生方が親御さんと関わられるなかで、お母さん自身が原因探しをしている時には、「原因はそうかもしれないし、そうでないかもしれません。それは置いといて、これからどう対処していくかを考えましょう」と、同盟を組むような形でやっていくのが良いと思います。

さて、因果論と違う、もう一つの見方が「目的論」です。これは、ある現象が、なにか目的をもって、何かのために生じていると考える捉え方です。これを、ここでの話の筋に沿って言い直すなら、「コミュニケーション的な見方」とも言えます。

簡単な例を挙げます。ある高校生の子が、自殺しようとして失敗し、先生に連れられて精神科へ来ました。もちろん自殺を図るくらいですから、ごく普通、というわけにはゆかない。その子に問題、原因があるからだと考えて当然です。しかし、話を聞いていて分かったのは、その子も自覚していませんが、自殺を図ったのは周囲に対する抗議みたいなものでした。親や先生はその子に問題があると思っているが、その子は周りに問題があると思っている。それを訴える、伝える目的で、つまり問題を相手に突きつけるために、そういう行動をとっていたのです。問題児とは、問題のある子ではなく、問題をこちらに出題してくれる子のことです。

また小学校の低学年の子ですが、学校や塾で他の子を叩いたり、全然落ち着いて勉強しません。塾からは「迷惑だから、もう来させないでくれ」と言われます。この子は、実はものすごい数の習いごとをしている

のです。いや、させられているのです。子どもは親に直接「塾に行きたくない」とは言わずに、問題行動を起こします。そして、そのせいで「塾に来させないでくれ」と塾の先生が親に言うわけです。これは「塾に行きたくない」という自分の気持ちの代弁になっているわけです。結果として自分は塾に行かなくてもよくなる。本人は無意識ですが、他人を介してそういうコミュニケーションを親にしている。また、そこには「お母さんの言いなりにはなりませんよ」というメッセージも込められています。親が子どもの行動をなおそうとすればするほど、子どもは「お母さんの言いなりにはなりませんよ」と行動で表しますから、問題行動は悪循環的に拡大します。実はこのお母さんは自宅でピアノの先生をされていて、自分の仕事に差し障りがあるので、意識的にはそう思われていませんが、塾に子どもを追っ払っているようなところがあつたのです。子どもには、お母さんに気に入られるように習い事にゆこうという気持ちと、行かずにお母さんのそばに居たいという気持ちや、離れると自分のことが忘れられそうだという不安がありますから、なおさら迂回したコミュニケーションに頼らざるを得ません。問題行動にはまた、悪いことをしてお母さんの関心を引く、そういう側面もあるわけです。

次は河合隼雄先生がご本で紹介していた事例です。中学生の女の子です。家に閉じこもって不登校になりました。やがて元気になってきて、それは良かったのですが、今度はお母さんに対して怒りだします。父親がすごく嫌や。やのに自分の顔は父親に似ている。どうしてこんな奴と結婚したんだ、と文句を言って、お母さんを殴ったり、夜中も母親の枕元で足をドンドンやって寝かせないんです。母さんだけにお会いすると、子どもの話からご自身の話になり、ご主人への不満に話題が移ります。聞いてみると、お母さんが持っている不満は娘さんの言っている不満と同じなのですね。そのうち娘さんが甘えてお母さんの布団に入ってくるようになり、お父さんは別室で寝ることになりました。お母さんはお父さんに不満を持っていましたから、別室で寝られることになって実は喜んでいるのです。娘さんの助言でお母さんはパートに行くようになったり、夫婦関係や家庭全体が変わってきたりして、その時点で娘さんはすでに登校していました。娘さんのしたことは、夫婦の関係や家族全体を変えたわけです。夜中、お母さんの枕元に来て、足をドンドンやって寝かせなかつた行動について、河合先生は、半ば冗談、半ば本気だろうと思ひますが、「女性よ目覚めよ」ということだったのではないかと、コメントされています。

そういうケースは割とよくあります。家庭の構造を変えるために、子どもが何か問題を起こすのです。事例は娘さんでしたが、お母さんが口に出せない事を、お父さんや舅・姑に向かって思春期の息子が代弁するということが、ままあります。思春期の問題行動というのが、何か目的を持って出てきている可能性があるということです。あるいは誰かに何かを伝えるために生じているということです。カウンセリングとは、歪になつたコミュニケーションを、正規のコミュニケーションに変換し、問題を見据えてゆくことだと言えます。むろん、これは、カウンセリングに対するひとつの見方に過ぎませんが。それはともかく、お伝えしたいのは目的論的に問題を理解することです。そこでは、何か問題が起つたら、良くない原因があるのだと考えるよりも、何か課題を与えられているのだと考えてみるのです。

### 人生全体という観点から

先生方にはできるだけ全人的にといふか、長期的な展望を持って子どもと関わっていただきたいと思います。ご自分の関わっている3年間に何か成果を見るというのは難しいかもしれません、例えばその子が30歳になった時にどうなっているかということを念頭に置いていただきたいのです。

ある高校の先生は非行の生徒と関わっておられましたが、自分が関わっても、そうそう行動面で目に見え変わらない。けれど、放物線の頂点みたいなもので、その子のそれまでの下向きだった人生のベクトルがちょっと上向きになってくれたらいいんだ。ベクトルがちょっと変わるだけで、その後の人生で行き着く先は大きく違うはずだから、と言わっていました。数学の先生でしたから、放物線の比喩になるのかもしれません、ちょっとの違いが後々大きな違いを生むのがよく分かる喻えですね。

もちろん自分の関わっている間に結果が見えれば、それに越したことではなく、精神衛生にとってありがたいことです。しかし、教育とか心理治療ではなかなかそうもゆかず、後になってからしか結果が見えてこないところがあります。「この子の人生全体からみてどうかな」ということを視野に入れて、子どもと関わっていただけたらと思います。