

海の向こうにでて見れば

(9) ラジオ『TEL 人生相談』における知恵の伝授

石田 佳子

変なやつだと思われるかもしれませんが、私はこの数年間、ラジオの『TEL 人生相談』にハマっています。これは電話で持ち込まれる相談に答える一回 15 分程の番組で、相談者は匿名の老若男女、相談内容は人間関係の悩みから法律問題まで多岐に渡ります。(主観的には、相談者は 50-60 代の女性が、内容は家族の問題が多い印象です。)

これほど短い時間内に、声だけのやりとりで、相手の問題や状況を浮き彫にし、的確な答えを出すことの難しさは、言うまでもありません。相談を受ける側(回答者)は、心理学者の加藤諦三氏をはじめとする弁護士、精神科医、文筆家などで、どの回答者も職業上の経験だけではなく人生経験も長い(ベテランで高齢の)方々です。

しかし、中には「それはどうかな?」と首をひねるような回答もないではありません。回答者が相談者の気持ちを無視して自分の意見を押しついたり、感情的になり過ぎるような場合は、その言葉が相談者の心に響かない上に、視聴者にも受け入れられません。そのような回答は単なる独り善がりであり、暴挙であるとさえ言えるでしょう。

一方、相談者にとっては耳の痛い指摘でも、それが問題の本質を捉えていて伝え方も適切である場合には、相談者の声が明るくなり、気持ちに変化が生じたことが伝わってきます。極端なことを言えば、高説や正論でなくてもその回答が相談者のニーズを満たしていれば、相談者のためになり、役に立つのです。

どのような回答が導き出されるかは、相談者とその相談内容、司会者の質問の仕方、回答者の専門や個性、相談者と回答者の相性など様々な要因によって千差万別です。具体的にイメージしていただくため、以下に私の印象に残った数例を示し、その後で心理療法(治療)と相談の違いと相談を受ける際に必要なことについて考えます。

人生相談の実例 《言葉のキツイ夫とやり直すには、どうしたら良いか？》

相談者：既婚女性（35歳） 夫（33歳）と別居中。

「10ヶ月前に見合いした男性と一月前に結婚したが、『すぐ妊娠しないのは子どものできない身体ではないか？』『それを隠して結婚した』『子どもができない女は要らない』などと言われ、ストレスで体調を崩した。『それでも稼いでこい』『一生働き続けろ』と言われたため、2週間前から実家に帰っている。夫は口論のたびに『離婚だ』と言うが、『やり直しても良い』とも言う。私はできれば離婚したくないが、周りを傷つけているので別れるべきか？彼の性格を直すにはどうしたら良いか？」と感情を切り捨てたような早口で淀みなく話す。

回答者：弁護士（女性）

※（ ）...相談者の返事, 【 】...司会者（女性医師）のコメント

彼の言葉が本音だとすると、結婚の意味を考えたことのない幼稚な人。彼が貴女を好きかわからないし、貴女が彼を好きな理由も伝わってこない。『無理をしてでも結婚生活を続けた方が偉い』と思い込んでいるが、『もう無理だ』とわかっていてもいるのでは？（自信なさそうに「彼が『仕事のストレスで暴言を吐く』と言っていたので、一緒に改善して行けたら...」と述べる。）人を変えることはできない。我慢できるか、できないか。はっきり言うと、貴女は結婚を間違った。いろんな事を考えて決めたのだろうか、一番肝心な点（どういう人か？）を間違った。貴女を愛していたら『子どもができないなら要らない』とは言えない。『一生働け（お前の面倒を見る気はない）』とも言っているが、男性の価値は「家族を守る」という使命感を口にする時。ほとんどの男性が持っている、その性質を持っていない点に警戒すべき。結婚は一人で努力して出来る物ではない。一人で頑張って努力した末に、苦しみながら離婚する人をたくさん見てきた。今すぐ間違いを正せば、傷は浅いと思う。【周りの人はどう言っている？（辛そうに「両親は『終わりにしろ』と、義母は『無理じゃなくて良い』と言っています」と答える。）実家だけでなく義母までそう言うとは、貴女以外のほとんどの人がダメだと思っている。こういう男性と一緒にいると、早死にする。それでも良ければ、修復を考えて？（泣きながら「はい」と答える。）】

人生相談の実例 《結婚後に芽生えた、実母への恨みと憎しみが、消えない。》

相談者：既婚女性（34歳）

「夫（39歳）娘（2歳半）実母（65歳）と同居している。反抗期がなく、独身時は父の借金を返すために苦勞した。10年前に父母が離婚し、父と絶縁した。結婚後、夫の両親と接するうちに『親とはこういうものか！』と気づき、実母を『殺してやりたい』と思うようになった。娘が生まれてからその恨みが抑えられなくなり、母に暴力をふるってしまう。自分を変えるには、どうしたら良いか？」と怨念の渦巻くような声で語気強く話す。

回答者：文筆家（男性）

※（ ）…相談者の返事,【 】…司会者（男性俳優）のコメント

一番苦しい時は終えている。優しい夫と巡りあって救われた反面、自分の人生を客観的に眺める余裕ができたので、娘の成長と共に「社会に通用しない自分」も見えて来つつある。その不安が母への憎しみと繋がっている。本当は、実父母にも社会に対する弱さ未熟さがあった。娘に当たることは？（「ある。」）その時、娘は祖母の所へ逃げる？（「はい。」）それを見て、どう感じる？（「不愉快さと嬉しい気持ち、半々。」）『娘は貴女の2歳半で、祖母はお母さん』と捉え直して見ると、もう一度やり直していることがわかる。祖母は孫を通して子育ての間違いをやり直している。貴女は子ども時代をやり直したい。そこから許しの可能性が出て来る。そこに3人で住む意味がある。子ども時代の修復を、娘を通してやってみたら？【許しの中に感謝は出てくる。前向きにね！（最初より明るい声で「わかりました」と述べる。）】

人生相談の実例 《不倫相手に操られ、のめり込んでいる娘が、心配でならない。》

相談者：既婚女性（60歳）

「娘（28歳,独身）が職場の上司（45歳,既婚）と恋仲になり、反対したら家を出てしまった。元同僚の娘友人に相談し、『彼に妻子がいて離婚する気はないことを、娘も承知している。職場で彼から虐められていたが、突然優しくされて、夢中になった。行動を管理されたり、遊興費を払わされたりしている。友人が忠告しても聞き入れない』と聞いた。母が別の上司に頼みこみ、娘を説得してもらったところ、娘は別れる気になったが、彼が『バレても別れる必要はない』と開き直り、結局言いくるめられてしまった。夫（62歳）は『大人だから放っておけ』と言うが、私は娘が心配で堪らない。元は素直で純情な娘だったが、洗脳されたように変わってしまい、皆驚いている。週末にバイトしてまで彼に金品を貢いでいる。もはや会社を辞めさせても別れないかもしれないため、親としてはどうするべきか、わからなくなり困っている」と話す。

回答者：精神科医（男性）

※（ ）…相談者の返事,【 】…司会者（女性医師）のコメント

娘さんはアメとムチで操られ、精神的に支配されてがんじがらめになっている。通常の説得では、自力では、抜け出せない。親が先方の家に乗り込んで、別れさせるしかない。（「彼の奥さんから慰謝料を請求されないか？」）慰謝料といっても100～200万位の端金。娘さんの未来には代えられない。親が負担すれば良い。支配/被支配の関係を解体しないと見える物も見えてこない。妻子に知られれば、おそらく彼は娘さんを捨てるから、娘さんは大金を請求された上にボロボロになって家に帰って来るだろう。それでもまだ、やり直せる。このまま引き摺られて、人生を破壊されるよりは良い。とにかく、両親そろって向こうの家に

乗り込みなさい。「主人はおとなしい人なので、上手く言えるかどうか？」それなら弁護士に頼んで、一緒に行ってもらったら？（「その時、娘が『関係ない』と誤魔化そうとしたら？」）そのために、写真だとか証拠を集めておいて？（「わかりました。」）【娘さんの一生に関わる問題なので、行動してください。（「わかりました。」）】

心理療法（治療）と相談の違い

見てきたように、人生相談には、回答者の個性や価値観、人生観や人間性が如実に現れます。一方それとは対照的に、医療機関などで行われる心理療法（カウンセリング、セラピーと同義）では、その逆の態度を示す治療者が多いと思います。心理療法家（カウンセラー、セラピストと同義）は、その修行時代に「主役はあくまでクライアントであり、彼らが自ら意思決定できるように支えるのが我々の仕事である」「そのためには極力、中立性を保つべきである」との原則を叩き込まれるため、自分の意見や感情をさらけ出さないよう努めがちだからです。

私の場合（現役時代はカウンセラーを生業としていました。）医療機関で「治療する」際には、協働している精神科医が評価や指示をする役割を担ってくれたので、「中立性を保つ」ことが可能でした。しかし、大学の学生相談室で「相談を受ける」ようになると、そうも行かず、「治療する」行為との違いを痛感しました。相談に訪れる学生たちは、話を聴いてもらう（ことによって気持ちを整理する）ことから、人間関係や生き方（学業、進路）の悩み、治療的、教育的、支持的な関わりまで、実に幅広く多様なニーズを抱えています。また人格形成の途上にあるため、親とは異なる大人との関わりを切望している者も少なくありません。「どうすべきか、具体的なアドバイスが欲しい」「一般論でなく、個人的な意見が知りたい」と求められる場合もあり、私は必要に応じて自身の意見や経験、経歴なども伝えることにしました。

その時考えたのは、「中立性を守るという建前の裏に、迂闊な事を言って責任を取らされたり依存されては困るという保身のズルさもあるのではないか？」「援助職としては、（瑕疵の少ないカウンセラーでいたいという）自分の欲求より、相手の役に立つことを優先すべきだろう」ということです。また、その時私の役に立ったのは、難解な精神分析の理論よりも一般的な常識や実践的な世間知であり、「若い頃に言ってもらって助かった助言」や「多くの失敗を通して学んだ身の処し方」「年を重ねて少しわかった人生の意味」といった個人的な経験でした。

言うまでもなく、成長促進のために行う教育機関の学生相談と、問題解決のために行う一回限りの人生相談は、目的も方法も違います。しかし、一見簡単そうに思われる「相談を受

ける」という行為に、狭い専門分野の知識やノウハウやルールだけでは歯が立たない難しさがあることは、共通していると思います。

知識を超えた 知恵の獲得と伝授

とりわけ、生き方に関するような（必ずしも正解があるとは限らない）相談を受けるためには、限定的な専門知識だけでなく、より広範囲で人間的な経験や物の見方―“ものさし”―が必要です。具体的には、相手の話を聴いて、個としての強みや弱み、起きている問題、取り巻く状況などを理解し、社会の枠組みや人生という長い時間軸に照らし合わせて、現在とり得る最良の方策を見い出して行く...そして（個人的、職業的な）経験やそれによって培われた価値観、人生観など―生き方の知恵―を伝えて行く...非常に複合的で、創造的な営みであると言えるでしょう。

そう遠くない将来、人間の仕事の少くない分野が、人工知能(AI) にとって代わられるかもしれないと言われています。対人援助職においても、これからは単なる専門的な知識（心理療法のノウハウや症状に基づいた診断方法といった、データの出入や管理などによって代行できそうな部分）だけではなく、それらを超えた複合的な知恵を学びとり伝授して行くことが、求められるのではないのでしょうか。