

ああ、相談業務

～ さやかさんの話 ～

かうんせりんぐるうむ かかし

18

河岸由里子（公認心理師/臨床心理士）

今回は、不登校から引きこもりがちになったケースについて書こうと思う。不登校の子どもたちを引きこもりにしないようにということについては、以前のケースで書いているが、どうしてもどこにもつながらずに、引きこもりがちになる子はいる。少しは買い物など、家族と一緒に出掛けられるが、こうしたケースでは長期にわたる支援となる。さやかさんもそういうケースの一人である。

家族

会社員の父親（45歳）とパートの母親（42歳）とさやかさんの3人家族であった。家は新興住宅街の一戸建てで、バス停から近いため、どこかに行くには便利な場所であった。祖父母は、父

方、母方共に、自宅から車で2時間くらいのところに住んでおり、ともに健在。本児が双方にとって唯一の孫であった。

相談経過

さやかさんのケースと出会ったのは、彼女が高校1年になって、半月ほど経った頃であった。とはいえ、本人と会えるのはずっと後の話。最初は母親から、本児が学校にいけないという相談電話が入り、母親に来室していただいたのが始まりだった。

いつも通り最初に家族について聞くのであるが、母親からは、前述のような話であった。さやかさんが、いかに祖父母からも、父母からも大事にされてきたかがわかる。また、そこそこの進学

校に入学しており、将来もかなり期待されていたのが分かった。

生育歴では、特に大きな病気もなく、発達も問題なかったという。小学校の間は、活発だったが、中学くらいからは、たまに学校を休むことはあったものの、勉強を頑張っていて、成績も良かった。部活は、絵が好きだったこともあり、美術部だった。

中2くらいから少し太り気味になっていて、そのことから、周りの子にからかわれることもあったそうだ。そんな時は、家で母親に愚痴を言い、発散していたという。そうやって気持ちを切り替えては、頑張って登校していたそうだ。塾にも通い、成績は常に上位を保ち、先生方からもまじめな性格が高評価を得て、中3の時には生徒会活動にも携わっていた。

高校は目標にしていた進学校に合格し、祖父母も含めみんな喜び、本人も期待に胸を膨らませているようだったので、父母ともに安心していただろう。

ところが、入学式が終わって、数日たったころから、朝起きられなくなって来た。起きたとしても、おなかが痛いと言ってはトイレに閉じこもり出てこない。母親はパートがあるので、学校に行くのか行かないのか決めてくれと伝える。しかし、本人は中々決断せず、「後で行くから」と言うので、「じゃ、お母さんはパートに行くから、戸締りして弁当持って行ってね。」と言いおいて出かける。しかし、昼頃になって、学校から本人が登校していないとの電話来る。

不登校が始まるときは、どの家庭でも同様の感じであろう。家に帰って母子で口げんかになったりする。

母「遅れていくって言ったじゃない！」

本人「行くつもりだったけど、腹痛が治らなかったから・・・。」

母「だったら連絡してよ。学校に休むって連絡入れなくちゃならないんだから。」

本人「ごめんなさい。でも仕事だと思ったから・・・。」と言うようなやり取りが続く。そし

て、

母「明日はいきなさいよ！」

本人「わかってる。明日は行くから。」

で終わる。

他の子の場合だと、大抵翌日は頑張っていくが、翌々日は休むなど、五月雨登校（時々登校する）になってから全く行けなくなるというパターンが多いが、さやかさんはこの日1回休んでから一度も学校に行けなくなったそうだ。

母親は「パートをやめて家にいたほうが良いだろうか、自分の育て方が悪かったのだろうか、ほかの子がみんな学校に行けているのに、どうしてうちの子はいけないのだろうか」などと、自分を責めるような話をつづけた。

これはよくある話である。子育ては母親の仕事であるというのが、一般的な日本の家庭の考え方で、特に女の子の場合は、父親が年頃になると手を引いてしまうことが多い。女の子は思春期になると父親に対して拒否感を持ったりすることがあり、その時に、父親の方で距離をとり、そこからまた距離が近づくためには、3～4年かかってしまうのだ。子どもが離れようとしているときに、父親が近づきすぎたり、離れようとする態度に腹を立てたりすると、思春期の問題では済まなくなり、父子の間に大きな亀裂が生まれ、修復が難しくなってしまうこともある。

さやかさんの家では、父親は程よく距離を取っていた。声掛けを全くしないわけでもなく、不登校になっても、怒鳴ったり叱ったりすることはなかった。むしろ優しすぎる父親であった。その一方で、母親は、ひたすら自分を責め、泣き崩れていた。

父母ともに彼女のことを心配し、カウンセリングには父母そろっていらしてくれたこともあった。その度に、彼女の様子を訊くと、調子が良い時もあるが、イライラしているときもある、父母と一緒に出掛けられるときもあれば、全く出掛けられない時もあるとのこと。何度かの面談ののち、父母に、精神科の受診を勧めた。学校の方も単位の問題もあるので、特別に配慮を要する生徒とし

て時間稼ぎをする話になり、そのためにも診断書を書く必要があった。父母は何とか彼女を精神科クリニックに連れていくことができ、結果「適応障害」の診断で、抗不安薬、眠剤などが処方されたそう。

薬を飲んでも、そんなにすぐ効くわけではない。まずは2-3週間様子を見たが、特に大きく変化する様子はなかった。ゲームをしたり音楽を聴いたりして昼夜逆転状態だったので、眠剤の効果で少しそれが改善された程度であった。

結局その後も学校に行くことはできず、転学も考えたが、父母の希望で休学することになった。

そして、2年目を迎えることになり、ほんの少し、家の周りなら一人で出られることがある、という程度にはなったが、学校には気持ちが向かず、不登校のままで、結局通信制の高校に転学した。

通信制に転学して、少し気分が替わったようで、スクーリングに母親の送り迎えで行けたり行けなかったりを繰り返しつつ、それでも以前よりは行けるようになったので、このまま少しずつ前進していこうという話になった。

夏場は比較的調子よく、また父親や母親と出かけられるので、その時期に父母と相談し、家庭訪問で本児と面談してみることもあった。本児が会ってくれるかどうかわからなかったので、当日もし難しければ電話を書くという形にした。訪問はこちらの都合で夜6時くらいからで設定していた。1回目は予想通り寝てしまっていて起きられないからと言うことで中止。2回目もダメかなと思っていたら、なんと、会ってくれた。

初めて会った彼女は、ずっと家にいたこともあり、色白で、かなり太っていた。口を全くきかず、こちらからの質問に首振り人形状態で答えてくれた。初めてでもあり、すごく緊張していたので、5分程度で終了にし、あとは母親と話をして帰るという形を月1回しばらく続けた。

彼女が筆者と話せるようになるまで、絵が得意なこともあるので、絵を描いてもらうことを続けた。丁寧に、時間をかけて絵を描いていく彼女を観ながら、時々質問を投げかけるという形であっ

た。彼女が声を出して答えてくれるようになるまで、半年かかった。そして、少しずつ話せるようになってきた。

中学時代のいじめが酷く、今でも、いじめた人を恨んでいること、高校にはいったら周りの人がみんなすごく勉強ができる気がして辛くなったこと、いじめっ子が近所に住んでいることもあり、家から出たら見られるので出たくないこと、太ったから余計に誰にも会いたくないこと等を少しずつ話してくれるようになった。精神科受診は続けていて、薬も飲んでいるが、そこまで効果が上がるというわけではないようだった。

トラウマ処理をしつつ、絵をかきながら話をするというのを、二年ほど続けた。その間に、彼女が「痩せたい」と言ってくれたので家の中でのストレッチを勧めた、ストレッチが時々できるようになってしばらくしてから、ほんの少しでも一人で出かけられるようにしようと、夜家の玄関から出てみる、それに慣れたら、家の敷地から出てみる、更に、家から通りまで(約10m)を歩いてみる、と言うように、少しずつ一人で家から出られるように、練習を勧めた。これも調子が良い時に限るので、中々進まなかった。一度だけ、通りにあるコンビニにジュースを買いに行けたという話があった。その時は店に入ってジュースのところにまっすぐ進み、銘柄も関係なく、一本掴んでレジに行き、急いで帰って来たという。汗びっしょりになった。すごく緊張したと。当然だろう。彼女の頑張りを思いっきり褒めた。しかしその時は出来たがその後は当分動きなしと言う状況だった。

一方、彼女との面談後に母親と話すということも続けていた。動きが少ない中で、母親にもだんだん疲労感が溜まってくるのがわかるので、母親支援も大事である。そんな中で母親から思いもかけぬ話を聞いた。

母親はさやかさんの実の母親ではないということ、実の母親はさやかさんを生んですぐ亡くなり、その方の妹に当たる人が今の母親であることを教えてくれた。

赤ちゃんの時から育てているし、実であるかな
いかを母親が気にするとあまり良くないと思う
のだが、母親としては気になっているようであっ
た。さやかさん自身もそのことは知っているとの
こと。母親は、さやかさんを育てるために、実子
は作らないと決め、それを通していらしたのであ
る。なんとなく、そこに無理がある感じはしたが、
母親自身の選択とのことなので支持した。

さやかさんが実母のおなかの中にいた時、そし
て生まれてから、わからないまでも感覚として実
母との繋がりが絶たれたことは感じたのではな
いと思う。彼女の精神状態が、思春期に悪化し
たことは、いじめの問題だけによるものではない
と感じた。実際、筆者が受けているカウンセリング
のクライアントには、胎児期や出産期の問題を
かかえて、大人になってから精神疾患を発症して
いる方が多いように思う。

その後、彼女は統合失調症の診断を受け、薬も
変わったが、特に大きな変化はなく、相変わらず、
一人で出かけることが中々できずにいた。

通信制高校を何とか終え、専門学校に進学した
が、ここでも行けたり行けなかったりが続いた。
何とか単位を取って卒業した。その二年間の間に、
学校での宿泊に参加出来たり、友達との飲み会に
参加したり、友達と出かけられるようになった。
最初はおっかなびっくりで、バスに乗るのも母親
が付き添ったりしていたが、少しずつ自分でバス
に乗れるようになった。

波は相変わらずあるが、調子のよい時は、一人

でバスや電車に乗って出かけたり、買い物に行っ
たりできるようになってきた。その中で、少しお
金も稼ぎたいという話になり、まずは就労に向け
て、作業所に行ってみようという話になった。

絵を描くときに、パソコンも使っていた経過も
あり、パソコン中心の作業所に見学に行き、漸く
作業所に週1、2回ずつ通えるようになった。こ
こまで、本当に長い長い道のりであった。

まとめ

小・中学校で不登校になっても、高校から頑張
れる子もいる。それが例え通信制高校であっても、
スクーリングに行ったりアクティビティーに参
加出来たりするのならあまり心配はいらない。
又、何か所属するところがあるなら、サークルで
もお稽古事でも良いので、小集団での人とかか
わりがあれば、これもあまり心配はいらない。アル
バイトができるならなお安心。しかし、どこにも
所属せず、長いこと不登校のままでいるケースで
は、原因究明をしても中々進まない。それよりは、
前向きな目標を立てて、カメの歩みで一步ずつ、
行きつ戻りつしながら進んでいくのを、気長に伴
走していくことが大事だと思う。

大抵学校不適應を起こす子どもたちは、ゆっく
り進みたいのだ。世の中早すぎて、ついて行くの
にアップアップしている。小さい時から急かされ
ていれば、息切れするのも無理はない。ゆっくり
ゆったり、少しずつ、一步ずつをモットーに支援
していきたい。