

学生相談共有ばなし・第六話

カウンセラーと教職員の連携／自殺への危機対応を例に／

吉武 清實

(東北大学 高等教育開発推進センター・学生生活支援部・学生相談室教授)

学生相談のカウンセラーと教職員の連携に関するお話です。今回は自殺問題における連携がテーマです。このテーマに入っていく前に連携の前提となる守秘義務の問題に触れておきたいと思います。

学生支援力は連携力

大学の学生支援の力を決定する要因を二つ挙げるとすれば、一つは、必要な人員の配置(がなされること)であり、いま一つは、教職員と学生支援専門スタッフとの連携力である。学生支援専門スタッフの中には、私のような学生相談の心理カウンセラーも含まれる。カウンセラーの側からみても、連携力を高めることは、学生相談のサービスの質を良いものとするために必須のことであると認識して、日

常の仕事において心がけていくべきことである。

連携と守秘義務

学生支援関連の研修会の場で教職員から困りごととしてよくあがるのが、「うちの大学のカウンセラーは、守秘義務をたてに、学生についての情報を共有させてくれない」という声である。

大学として、当然、連携力は高めるべきであり、連携しようとする学生相談機関及びカウンセラーはその存在価値を低めるだろう。面接室に閉じこもって行われるだけの学生相談ならばアウトソーシングでよい、ということになるだろう。

しかしもう一方で、守秘義務を守らない学生相談機関は

信頼を失い、存在価値をも失うことになるし、学生相談機関をそのような状態のままにしているとしたら大学としての無責任である、というのも真実であろう。

したがって、教職員としては、このようなカウンセラールの守秘義務の重要性を理解することが必要なことであるし、カウンセラーとしては、守秘義務をしっかり守りつつ連携を志向することが必要なことである。

相談内容からみて、学生の抱える問題の解決のためには研究室・ゼミあるいは学科の関係者（指導教員、もしくは学科長ないし教務委員の教授など）や学生支援等の部署に相談しながら進める必要があると判断される場合は少なからずあるものである。連携を志向するカウンセラーは、このようなときには、来談学生の合意を得て、研究室・ゼミ、学科、あるいは学生支援部署等の関係者に必要な情報を共有してもらって問題解決を図ろうとするだろう。連携を志向するカウンセラーは、守秘義務をたてに教職員と情報を共有しようとするかカウンセラーではない。必要なときには教職員に情報を共有してもらって問題状況の改善や問題の解決を図るために、来談者の合意を得ようと努めるカウンセラーである。

ところで、「職員には組織内守秘義務がある」として、

来談者の了解なく教職員に情報を出してもよいとする考え方が一部にあるが、身勝手な考え方であり、採ってはいけない考え方である。何故なら、情報を伝えた結果、得た情報によって「よかれと思つて動いた」その結果が、実は軽率、不適切で、ときに重大な問題を引き起こすことがあり、そのような軽率な行動をとるかもしれない教職員が、少数であるかもしれないが往々にしておられるものであることをカウンセラーは認識している（あるいは認識しているべきである）からである。このことを認識している以上、決して頼つてはいけない考え方、行動基準にしてはいけない考え方なのである。

自殺防止と学生相談

自殺防止は今日、国として、地方自治体として、職場として、大学・学校として、日本社会全体として真剣に取り組まなければならない社会問題であり、取り組みがなされようとしている。最近、ある政令指定都市の統計をうかがう機会があった。その都市の最新の統計によると、前年度比で中高年の自殺者は増加しなかったものの、二〇歳から二九歳の若者のそれは増加し、この世代で見ると右肩上がりが平成九年からずっと続いているもので、何とか対策を講じたというのが市の担当者の思いであった。この世代

は、学部生、大学院生の世代である。命を絶つた若者の中に大学生の数が幾人カウントされての数字なのだろうか、と私は思った。一方で、この都市にある大学のカウンセラー仲間との間で、この問題についてどんな対策が考えられるのか問題意識を共有する機会を作らなければ、とも考えた。

大学生の自殺防止と学生相談

学生相談室を利用する学生の中に抑うつ症状などの精神症状を抱えているものがあり、その中に自殺念慮のある学生や、入学前も含めて以前に自殺企図や自傷行為歴があるという学生が混じっている。これらの学生は相対的にリスクの高い学生である。カウンセラーは、これらの学生をその係わりとコミュニケーションによって心理的に支え、成長変化を援助しようとする。そして、ときに後述するような危機対応に、精神科医、家族、教職員と連携してあたろうとする。この意味で、学生相談室の日常のカウンセリング機能を質量ともに充実させることそのことが、大学における自殺防止のもっとも基本的な取り組みと言える。現在、日本のほとんどの大学において、カウンセラーの配置数は米国や英国の大学に比して不十分で、ときに貧相な状態にある。数的配置がなされているように見える大学でも、カ

ウンセラーが毎日日替わりであるなど、危機対応にあたれない配置になっている例が数多い。大学としての国際競争力を高めることは、学生支援・学生相談のサービスの質の充実もはかることである。予算削減の風の中であるが、全国の大学で配置数と勤務状態両方の面で充実化がなされていくことを願っている。また、国（日本学生支援機構や文部科学省）や自治体には、自殺防止の取り組みを掛け声だけで終わらせるのでなく本場に強化しようという意思があるのだということを示すべく、大学の学生相談機能の強化対策を財政的に政策的に支えるように行動して、そうした大学の動きを促進してほしいと思う。

死の筋の自己調整

人は、時々刻々と変わる環境条件（生体内・外条件）に対して、常に自分で調整をしている、自己調整システムである。梅津八三（東京大学名誉教授）は、三〇年も前のことであるが、私との会話で、自己調整には生の筋の調整と死の筋の調整があると自らの仮説を述べた。普段我々は、生の筋（革生、緩衝、救急の相がある。ここでは省略する）で自己調整を行っている。ところが、それが死の筋の調整に切り替わることがある。これは反転図形の知覚における図地逆転のように起こるもので、同時に二つの筋が現れる

ことはなく、一方が現れているときには、もう一方は現れてこない。死の筋の調整には、調整と制動と短絡の三つの相がある。制動は誰にでも起こる調整状態であるが特に自閉症の人で顕著である。短絡の相は自殺を考えるような状態に入っているときをさす、というものであった。私はその後、ときどきこの問題について考えてきた。

既述のように、カウンセラーが面接室で出あっている学生の一部は、自殺念慮をもっていたり、自殺企図歴のある学生であったり、自殺を企図しようとしている学生であったりする。

〈加工事例〉

学生相談所のカウンセリングに継続的に通ってきていたある学生が、ある日いつものにない様子で、「小学校のことからずっと、友達はおらず、はじめも経験し、孤独で、しばしば死ぬことを考えていた、行動に及ぶことはなかったけれど」と述べた。しかし、この日の学生はそうではなく、行動化しようとしていた。

小学校の頃から、この学生は生きづらさを感じながら生きてきていた。仮設にそった見方をするならば、死の筋での「調整」をする状態が頻繁にあった。それが、この日、

「短絡」の相の状態に変わった。

危険な状態であり、研究室と連携して、見守る態勢を作った。この学生はその後、短絡の相から抜け出し、論文を書きあげ、その過程では研究室での一定の人間関係も築くことができ、研究機関へ就職していった。

人の人生では、生きていることがあまりにも苦しい、と思うようになるときがある。そうなるときがありうる。生きることに疲れた、という気持ちに襲われるときがある。そうなるときがありうる。これがあるカウンセラー（九州産業大学教授・峰松修氏）は「ふっと、死神がとりつく」と表現し、「死神は案外飽きっぽい」とも述べたことがある。死の筋の「短絡」の相に入った状態を、このように表現することもできる。

飽きっぽい死神に一時的に取りつかれているその間に、学生がその若い命を絶つとしたら、これほど残念で、悔しいことはない。カウンセラーは生きづらさを感じて苦しんでいる学生たちが、なんとか、その状態から脱皮することができるようにと願い、自分にできる手伝いをさせてもらいたいと思う。

自殺防止のための連携

本学が隔年で全学生に実施している学生生活実態調査によると、毎回の調査で「約1%（一番新しい平成一九年度調査のみ〇・七%）が今までに「自殺を実行しようとしたことがある」と答えている。一万八千人の学生数でみれば、一八〇人という数字になる。また、約七%が自殺について実行しようとはしないまでも「その方法について考えたことがある」と回答している。一万八千人の学生数でみれば、約千二百人という数字である。このような自殺のリスクが相対的に高い学生たちのうち、カウンセリングに訪れているのは一部である。

〈模擬事例一〉

ある学生が、自殺を凶ろうとして、ふっと学生相談室のことが頭に浮かんだ。学生は思いどまって、そのまま学生相談室にやってきた。カウンセラーが、学生相談室に行ってみようと思ったきっかけを尋ねると、ふっと頭に浮かんだので、と答えた。そうして、学部三年の四月のガイダンスの際に、カウンセラーによる「メンタルヘルス講話」を聞いたことがあって、それで思い浮かんだのだと思う、と答えた。カウンセラーは保健センターの精神科医の受診にもつないだうえて、その後の一週間、毎日、面接の予約

を約束してもらって学生と会った。面接の頻度は、その後、二、三日おきに減り、さらには、週一回になった。そして月一回へと変わったところで、学生は、ユーモア交じりに、私のところの死神君は離れていったようです、とカウンセラーに述べた。

学生が危機的状态に陥って来談してくれることはカウンセラーにとつてこの上なく嬉しいことである。ところで、この例のように来談の契機がカウンセラーの話を聞いたことである、ということは実際にも起きていることである。

このような例が起きやすくなるためには、学部・大学院としては、全学的活用資源である学生相談機関とカウンセラーを積極活用しようとする姿勢をもつことが必要なことである。他方の学生相談機関としては、学部・大学院のガイダンスなどの場でカウンセラーが学生に向けて話をする機会を設けることの意義を学部・大学院に認識してもらうことが必要であり、また、カウンセラーとしてそのような場に喜んで出かけて行く用意があることを日ごろから伝えるように努めることもだいじなことである。このように、これは自殺防止問題だけでなくハラスメント防止などの問題についても言えることであるが、予防活動がどれだけ実現するかは、カウンセラーと学部・大学院が相互に連携・

協働して防止に取り組もうとする姿勢のいかんによる。

模擬事例のプロセスのように、カウンセラーは、案外飽きっぽい死神が学生から離れていつてくれるまで、その学生につき添おうとする。しかし、より緊急の対応が必要なケースもある。学生の頭から「死神」が離れるまで、「明日会う約束、明後日に会う約束」でつなぐことができない、即ち、学生の精神状態がひとりにはおけない危険な状態にあるときである。

自殺の恐れのある学生について、カウンセラーはケースバイケースで、緊急度、危険度の見立てを迫られる。学生は死について考えている（自殺念慮）だけなのか、それとも実際に方法を考えるまでになっているのか、それとも、道具立てをするなどして実際に行動しようとする（自殺企図）危険状態にまで至っているのか。

カウンセラーから見ても、こののちの時間、この日の夜、学生を一人しておくわけにはいかない、と判断されるような極めて危険な事態であることもある。カウンセラーは、家族に連絡をとって家族の保護下に、あるいは精神科救急病院での保護下におかれるようにしようとする。

〈模擬事例二〉

抑うつ症状があつて学生相談室のカウンセリングを利用して、ある学生が、ある夕刻、相談室に電話をかけてきた。

学生は今しがた、行動化したところであつた（精神科で処方された薬など手元にあつた薬を大量に飲んだ、という場合や、自分を傷つけたという場合などがある）。大学からそう遠くない所にアパート暮らしている学生であつた。

カウンセラーは、同僚カウンセラーとふたりで（カウンセラー一人職場では学生支援担当職員等とふたりで）、すぐにアパートに駆けつけ、外科的処置のために救急外来に運んだ。移動の間に学生支援担当職員に連絡して学生の保護者に連絡をとってもらう段取りをつけた。身体面の処置が終わったが、医師は、カウンセラーに、この病院への入院はできず、入院を希望するなら精神科救急病院に行つて欲しいと述べた。カウンセラーは、しばらくの時間学生と過ごし、学生をそのままアパートに帰してひとりにするわけにはいかないと判断した。その判断を電話で保護者に伝え、保護者の同意を得、学生を説得して精神科救急病院へ運んだ。

翌日、カウンセラーは、遠方から病院へ駆けつけた保護者と電話で話をした。保護者の話では、いったん実家へ連れて帰り郷里の病院で診察を受けることになったというこ

とであった。カウンセラーは、学業・研究に復帰する際には、学生相談室に一報いただきたいと願っていることを伝えた。

学生は、郷里の病院に入院し、数ヶ月後、主治医からそろそろ学業にトライしてよいだろうと言われ退院した。学業復帰するにあたっては、一報をもらったカウンセラーがコーディネートして、学生、保護者、学科の教授の面談の場が設けられることとなり、その場にはカウンセラーも同席した。面談では、できるだけ学生の心理的負荷が小さくなるように配慮した復帰計画がたてられた。また、保護者と学科の教授とカウンセラーはそれぞれの係わりを通じて、試験期などの心理的負荷が大きくなる時期にはとくに注意を払うなど、学生を見守っていき、必要が生じたら相互の間で連絡を取り合うこととした。

チームで見守る

自殺のリスクが相対的に高い学生については、このように保護者、教員、カウンセラーで学生を見守るチームを構成することが、目指したいことである。目指したいことである、としたのは、現実には、「もう一歩だ、もう一歩頑張れば卒業できるのだから頑張れ」などと、保護者が子供に対してどうしても大きな心理的負荷をかけてしまい、そ

れによって再び自殺企図を引き起こさせる場合がまれではなく、その意味で、いつも実現するとは限らないことだからである。

模擬事例二でも、カウンセラーは、学生支援担当職員や、学科の教授と連携している。緊急対応に他の職員が一緒に動いてくれることはカウンセラーにとって心強いことであり、とてもありがたいことである。退院からの学業復帰は基本的にリハビリのプロセスを経ることが大事なことであり、この例では、学科の教授がカウンセラーと連携して、リハビリのプロセスを実現させるといふ、カウンセラーにとって嬉しい結果になっている。

退院後、復帰時の見守り

カウンセラーに連絡をとって、このようなりハビリステップを踏むようにもっていくことはとても大事なことである。私がこれを痛感するようになったのは、自殺の恐れが強い学生が入院治療した後に、元気になって学業・研究に復帰したのち、亡くなるという例をいくつか知るようになったからである。元気になり、復帰しようとしたときに自分の前に立ちはだかる学業あるいは研究の壁の高さ、あるいはその先に茫漠と続いていそうな社会生活の壁の高さの、いかに高く困難に感じられることか。私には、それら

の学生の思いが、そのようなものではなかったかと感じられる。いずれにしても、元気になり、退院して復帰しようとして自殺を図る場合がある以上、復帰時に学生がカウンセラーとつながれるように、ケースマネジメントしたいものだと思う。そのために、復帰時に、本人には一報の連絡をしてくれるように伝えるようにしたいし、保護者、教員にも復帰からの見守りのためにチームを組んで欲しいと思う。

学外との連携における問題

模擬事例一や、模擬事例二のようなことは、夕方の時間に経験することが多い。私の学生相談所では、五時以降にも面接を入れることがたびたびあり、そのときに学生がかけこんでくれるのであれば危機対応を行うことができるが、そういうときでもなければ対応できないままになってしまいくことになる。この意味で、「いのちの電話」や「ナイトライン」などの電話相談は、その役割が大きい。これらの電話を夕方から一二時ごろまでの時間帯に利用しようとする人の数は多く、電話しても回線が繋がらず、あきらめた、という経験談は来談学生の口からも聞くことがある。このような社会資源の充実、社会全体として行っていくべきことである。

また、模擬事例二のようなケースについて、夜間の時間帯の緊急対応を学内連携および、学外の精神科救急病院との連携によってどのように行うかは、大学として、学生相談機関として、カウンセラーとして、あるいは、保健センターとして、そのスタッフとして、毎年シミュレーションを行うことが重要なことである。

自殺者が出たときのカウンセラーと教職員の連携

〈模擬事例三〉

ある学生寮で、学生が亡くなった。自殺のようであった。遺体の第一発見者は隣室の学生であった。学生相談室のカウンセラーに学生支援課担当職員からこのような知らせが入った。

カウンセラーは、学生支援課および教育・学生支援統括者（大学によって副学長であったり、理事であったり、学長補佐であったり学生部長であったりするだろう）と協議したのち、この寮の学生たちの委員会に、周囲の学生たちで希望する学生たちに、カウンセラーとして、友人を亡くす経験をしたときに生じやすい心身の変化や大事な喪の作業（身近な人の死をどう受け止めるかということを含んでいる）について伝える機会をもてたらと願っていること、同時に、心の整理を共に考える相手としてカウンセラーを

気兼ねなく利用して欲しいという思いをもっていることを学生諸君に知ってほしいと願っていることを伝えた。

学生寮の委員会からカウンセラーへの回答は否定的なものであった。カウンセラーは、残念なことであったがポストベンション（事後の働きかけ）を断念した。

一年後、ある学生が抑うつ状態に陥って相談室にやってきた。学生寮で暮らしている学生で、亡くなった学生とは親しい友人であった。友人の死から半年以上たつて抑うつ症状が表われ、以来、研究に取り組むことができない心身の状態が続くようになっていた。学生の心の中では、ずっと、友人の死と自分との係わりについて心の整理がつかないままになっていた。カウンセラーには、あのとき、事後の早い時期にポストベンションを実現できなかったことが想い出された。その後、学生は継続して医療機関と並行して学生相談室のカウンセリングを利用し、半年の休学期間をはさみながら、一年遅れで卒業した。

その後、この大学に新たな学生寮が建設されることとなり、寮内に学生アドバイザーの仕組みが設けられることとなった。これを聞いてカウンセラーは、毎年アドバイザー学生達と知り合う機会をもてるようにしたいと考え、大学の学生支援の統括者と担当職員に、かつての残念な経験を述べるとともに学生アドバイザーの会合に資格を持って参

加できるようにしてほしいと考えていることを伝えた。賛同を得て、寮のスタート早々から実現することとなった。

この模擬事例から明らかのように、カウンセラーの活動は、生じている問題の担当である職員や統括者の理解を得て、連携することなしには、展開しえない。またこの模擬事例の場合のように、学生諸君の理解を得て連携することが必須のこともある。

自殺者が出たとき、その周囲の人々に何らかの衝撃を与えずにはおかない。この衝撃にどう対処するか、それぞれのひとがこの心理的課題にそれぞれのやりかたで取り組むことを迫られることになる。衝撃への影響は、その人のパーソナリティの違いや亡くなった人との関係性の違いなどによって異なってくる。影響が軽微の人であれば、とても不安定な精神状態に陥る人もある。そのような影響が、急性の反応として早い時期に現われてくる人もあれば、ずっと遅れてから現われてくる人もある。人も自分と同じように反応する、というものではない。こうした多様性を知っておくことは、死者との関係の持ち方の問題である喪の作業の意義を知ることとともに、きわめて重要なことである。自殺へのポストベンションにおいて、これらのことを知っ

てもらいたいと思う。東北大学学生相談所に勤務する私と私の同僚たちは、年に一、二回程度、自殺者が出た研究室に、依頼されて出かけて、亡くなった人の周囲の人々にポストベンションを行っている。カウンセリングの利用案内をそこで行う。これに呼応して、直後から数日後の間に、ポストベンションの場にいた人の一部が、個別カウンセリングを訪れ、たいいてい一回から数回で終結している。

それぞれの大学で、自分の大学の学生相談室に勤めるカウンセラーがポストベンションを行う用意があるのだということが、どれだけの割合の教職員、学生によって、認識されているだろうか。東北大学においてはどうか、まだ、私自身把握していないことである。この原稿を書きながら、生じた問題意識である。

ところで、一般に、人が人に対して何かの働きかけを行うとき、下手に、おかしなやり方をするくらいなら、何もしない方がよかった、というようなことも起こる。ポストベンションの場合もそうである。

ある学校で自殺へのポストベンションとして、「今後、同じようなことを繰り返さないため」という再発防止の名目のもとに、「あのとき、かのとき、周囲のそれぞれがどういうことをしていたら、あるいははしていなかったら、亡

くなった学生の死を防げただろうか」というグループでの振り返りの場がもたれたケースを知っている。受けた衝撃からもたらされる動揺に対してどう心を整理したらよいかと、周囲の人がおそかに取り組む心理的作業に対して、これを妨害し、深刻な傷を与える（二次的衝撃、恐れの違い、実に軽率で危なくて有害な偽りのポストベンションである。人の死に向き合うということが、人生においてもつともおごそかな営みであるということ。誰もが肝に銘じておかなければならないことである。