

# 「立ちどまる空間・自分とつきあう時間」 としての学生相談

## ～カウンセリングが必要とされる時代背景～

小柳 晴生

(放送大学客員教授)

### 一 豊かな世界をどう生きるか

日本における学生相談は、一九五二（昭和二七）年の米  
国講師団による「厚生補導研究会」から始まった。その  
後五〇年以上にわたる苦難の歴史を経た現在でも、学生相  
談の位置づけはまだまだ十分に確立されたとは言えない。

他方、ここ一〇年の間にカウンセリングは、小中高校に  
おけるスクールカウンセラーの配置など、教育、医療や福  
祉、産業など多くの分野で急速に社会に受け入れられはじ  
めた。こうした現象の社会的背景を考察することで、大学に  
おける学生相談の意味をあらためて問いたい。

この小論の基本的なコンセプトは以下のようなものであ  
る。豊かさは、人々を経済的な制約から解放し、生き方

においてもさまざまな選択を可能にした。科学技術の発展  
で、生活は便利で快適になり、生きる苦しさや身体的な負  
担は減少した。しかし、物や情報が濁流のようにあふれ、  
私たちに絶えざる選択や判断を強いるようになった。

豊かさは、精神的に「生きる難しさ」をもたらしたので  
ある。カウンセリングは、私たちが初めて直面する「豊か  
な世界をどう生きるか」という困難な課題を模索する時空  
間として、社会に受け入れられたと考えている。

### 二 「自尊の時代」の到来

豊かさは生活や教育のあり方を大きく変化させた。その  
一つが「自尊の時代」の到来として現れた。自尊の概念は、  
A・マズローが提唱した欲求五段階説の一部である。この

概念を教育に当てはめると、人は社会が豊かになるにつれ単に知識や技術を学ぶだけでは満足せず、教育の場で「個人として大切に遇される」ことを求めるようになるだろう。

人はそれぞれに固有の事情や志向性、速さを持つているが、自尊の欲求はそうしたことに配慮を求める形で現れる。今までの教育は、個々人の事情は考慮しないようにしてきた。配慮すると効率が悪くなり、一斉授業が成り立たなくなるからである。経済的な制約がある中ではやむを得ないことであったが、これまで長らく学生が大学の事情に合わせる必要があるのである。

個性の尊重は理念としては語られてきたが、実現にはそれを可能にするだけの豊かさを待たねばならなかった。ようやく自尊の時代を迎えて、大学は学生の欲求に合わせなければならなくなり、コペルニクスの転換を迫られているのである。

個人の事情に配慮するには、相手のニーズを正確に把握できることが前提になる。カウンセリングは、人の話を正確に聴く技術である。カウンセリングが教育に導入されたのは、話を正確に聴くという特質が自尊の時代に合致したからだと考えている。

もとよりすべての教員がカウンセラーになる必要はないが、話を正確に聴く力はこれからの教育において重要な資

質になる。しかし、教師はこれまで話すことをもっぱらとしてきたので、聴くのは苦手とする領域なのである。

### 三 「情報化社会の時代」の到来

豊かさは「情報化社会の到来」という形でも現れ、大学を根底から脅かすようになった。マスコミの発達やインターネットの普及によって、大学の知的独占が崩れたからである。

大学は知的情報や技術を切り売りすることで成り立っていたが、情報化社会では大学に行かなくても十分過ぎるほどの知識が手に入る。大学が、従来の講義で知的情報を供給する機能、私はこれを「教育の動脈機能」と名付けているが、に固執する限り存在意義はますます薄れてゆく。

しかし、生き残りの道がないわけではない。今、学生達はあふれている情報や知識を整理したり、消化したり、必要な情報を捨てる援助を大学や教師に求めるようになったと考えている。

膨大な情報が、精神的なバランスを崩すほどになってきたのである。これは、現代に生きる誰もが直面している課題であり、解決策はまだ見つかっていない。

今でさえ情報に溺れかけているのに、この先幾何級数的に増えることは間違いない。いくら情報が増えても、一日

は二四時間に変わりがなく、体は一つしかない。パソコンの活用がこの難問を解くように思われたが、情報の爆発に拍車をかけたただだった。

最近「脳機能の活性化」が取りざたされているが、情報の増加に対応しあぐねて、未利用の資源が脳に残されているかもしれないという幻想が生み出したブームに過ぎない。

情報化社会の教育では、教師が学生の話を聴くように変わると考えている。私はこれを「教育の静脈機能」と名付けている。情報や知識を整理したり消化したり捨てる機能は、人に正確に聴いてもらうことでしか達成されないからである。昨今のカウンセリングへの需要の増大は、物や情報の洪水を生きたるための賢明な方策であって、私たちが精神的に弱くなったからではない。

これまでの情報が少ない時代には動脈機能が歓迎されたが、情報化社会の到来とともに学生を苦しめる源泉になってきたのである。教育へのカウンセリングの導入は、教育の静脈機能の先鞭であり、これから学校教育に静脈機能の充実が求められていることを示唆していると考えられる。

### 四 脱「工業化社会」の到来

豊かさが、社会にもたらした三番目の変化は、脱「工業化社会」の到来である。現在は工業化社会と言われている

が、これは一八〇〇年頃に西欧での産業革命に始まり約二〇〇年間続いた。

私たちは今、工業化社会が終焉し、次の社会に変わる歴史的な節目にいる。これから訪れる時代の性質がまだ明確でないため、工業化社会とは異なるという意味で、便宜的に脱「工業化社会」と名付けられているのである。

工業化社会は、臨床心理学的に見ると強迫性格が適応的な時代であった。強迫性格は、「きっちりすっきりしている状態を好み、それを妨げるものを生活から排除しようとする性向」である。

感情は、その曖昧さゆえに排除される筆頭にあげられる。感情が排除できれば、疲れや退屈を感じず、不安や後悔にさいなまれず、情に流されない不屈の人間になれる。人間が限りなく機械に近づこうとした時代でもあった。

工業化社会の学校教育は、勉強することに加えて、強迫性を身につけさせることが重要な目的だった。遅刻や宿題の提出をうるさく注意するのは、強迫性を高めるための工夫だったのである。

ところが、今、学生相談で出会うのは、ほとんどが強迫性が高すぎるために生活に支障をきたしている問題であり、強迫的な生き方を変更しようと取り組んでいるのである。

高い強迫性は、感情のスイッチを切ることで達成される。

それは喜びや楽しみを感じられなくなることもある。食事を味わうこともできず、美しい景色に感動することもなく、心に深い陰影を刻みこむ悲しみに浸ることもできない。自分の内なる声が聞こえない人は、人の心の声も聞こえにくい。仕事で成功を収め、社会的に高い地位を得るかもしれないが、家族とその喜びを分かち合うこともできず、仕事を円滑に進めてゆかなければいけない身近な人と、心を通わせることができないのである。

強迫性は、また、欠点に着目し改善に努力するという特徴がある。これは科学技術を発展させる原動力だったが、自分や対人関係に向かうと大きな支障を生み出す。

人は、能力や容姿など欠点を挙げればきりが無い。欠点が努力で克服できる場合はまだしも、背が低いからといっても思い通りに伸ばせないように、ほとんどは解決できない。それでも自分を変えることに固執し続けると劣等感を強め、変えられない不甲斐なさを責め、疲れ果て抑うつ状態に陥ることになる。

選択や判断の機会が増えたことも、強迫的な人を生きづらくした。「隅々まで怠りなく」とか「常に正しい判断を」という完全主義的傾向ゆえに、細部にわたる情報の処理に忙殺され、絶えざる気がかりで日常生活が妨げられてしまう。

このように工業化社会では適応的だった強迫性が、不適

応の温床になりつつある。これまでよかれと高めてきた強迫性が、不登校や対人恐怖、アパシー、摂食障害などの背景要因となり、学生を苦しめるようになったのである。

さらに、脱「工業化社会」では、強迫性がそれほど必要とされないとされている。強迫性が得意とする決まりきった作業を辛抱強く続けることは、機械が肩代わりしてくれるからである。

脱「工業化社会」では、クレーム処理など柔軟な対応力、商品や企画を考える創造性・想像性を要する仕事が目になる。それらは、「内なる心の声」を手がかりにするものであり、感情のスイッチを切って生きる強迫的な人にとって最も苦手とするところである。

学校教育は、明治以来一二〇年続いた強迫性を強める方向から大転換を迫られている。個人でも制度でも生き方を変えるには、いったん立ち止まらなければならぬ。速いスピードのまま大きく舵を切れば、船の胴体は真つ二つに折れるかもしれないのである。

しかし、今の大学は、研究や教育の高度化が声高に叫ばれ、評価や変革の嵐の中にある。じつくり立ちどまることが許されない雰囲気さえ感じさせる。

とは言え、「生き方の変更」という作業は、大学教育の本質的な機能の一つと考えられる。これに携わる学生相談の仕事は、あわただしい大学で「立ちどまる」ことが許され

る空間を確保すること」であり、「立ちどまる大人」として学生に関わること」ではないかと考えている。この作業は今の大学ではそしりを受けるかもしれないが、よほど腹をくくらないとできないであろう。

## 五 膨大な他人の出現

今の学生は、「対人関係が下手になった、人と深く関わらない」と言われるが、学生を見ると細やかに配慮し合っている。若い人の人間関係が下手になったと見えるのは、対人関係のあり方が変わってきたためだと考えている。豊かさは対人関係も大きく変えたのである。

車をはじめとした交通手段が発達して、人の移動性が飛躍的に高まった。携帯電話が普及し、いつでも連絡をとることができるようになった。私たちは突然におびたらしい人と出会い、瞬時に難しい判断を下しながらつきあい、こじれずに別れる作業を、日々繰り返さざるを得なくなったのである。人間関係が希薄になったと言われるが、関わり の総量は確実に増加していると考えられる。

これまで私たちが経験してきた人間関係は、狭い地域社会の中で少ない人と固定的で濃密なやりとりだったのである。そこで蓄積された人間関係の知恵では、豊かさがもたらした「突然の膨大な他人の出現」に対応できないのであ

る。

今、私達は、新しい人とのつきあひ方を模索している。従来の濃厚な人間関係も難しかったろうが、多数のどこの誰ともわからない人とのつきあひは、心に大きな負担を強いる作業である。

出会いが多くなれば必然的に別れも多くなる。人と出会うことは難しいが、別れはさらに難しい。私たちの心は多くの別れに堪えられるほどには強くないからである。こうした状況では、人と深く関わらない、なるべく人とつきあわないという選択も、新しい知恵かもしれないのである。

豊かな時代では、仕事も大きく様変わりし、「個対個の細やかな対人サービス」(山崎、二〇〇二)を基盤とする第四次産業ともいふべき業種に従事する人が増えると言われている。この仕事は、多数の未知の人と限られた時間の中でそれなりに良好な人間関係を築きながら、別れる力を必要とする。新しい知恵とともに膨大なエネルギーとそれを支える精神的栄養が必要とされるのである。

こうした時代にあつては、マスコミなどを通して「多くの人との出会いの素晴らしさ」が喧伝される。人に無理な負担を強いるときには、その素晴らしさを歌い上げ、あたかも常識であるかのように錯覚させることが常套手段である。かつて工業化社会で、感情のスイッチを切って頑張ることが素晴らしいこととして称揚されたように。

カウンセラーは、気をつけなくてよかった動きの旗振りになりやすい。人はその肉声の大きさから考えて、せいぜい四、五人から七、八人と関わるようにできていると考えられる。社会や時代が多数人数とつきあう能力を求めるところからといって、そうした生き方を選ぶ人はその方向で援助すればいいが、それを望まない人にまで押しつけることはできないし害毒ですらある。

ひきこもりの人との相談では、「どのくらいの人と関わって生きたらいいのか」「どんな速さで生きればいいのか」という課題が、根元的に突きつけられる。彼らの言動は、私たちはこれまで便利さと快適さに隠れて見えなかつたが、心はずいぶん負担をかけて生きていることを教えてくれる。

私たちが享受している豊かさは、山河を荒廃させ、環境を汚染し、資源を大量に消費しただけでなく、人にも大きな心の負担をかけることで成り立っているのである。学生相談では、いくばくか便利さと快適さが損なわれても、心の負担の少ない「小さく、ゆっくり」生きる知恵を模索しているように思える。

#### 六 「自分とつきあう時間」が必要な時代に

「人とつきあう」というと他人との関係を考えるが、最も

身近で長くつきあう他人は自分自身である。相談では人とうまくつきあえないという訴えが多いが、カウンセリングが深まってゆくと、自分とつきあいがぐねていることに気づく。人間関係を取り結び維持するには、自分とかみ合った関わりがあつてはじめて可能になるからである。

人と自分は考え方や好み異なる。人とつきあうことはその間に折りあいをつける作業であり、どの程度主張し譲るかなど細やかな判断の連続である。他方、自分の心の中も様々な欲求がひしめく激しい葛藤の渦である。生きることは、内なる葛藤を調整し、さらに外的な状況や人との間で折りあいをつける複雑な営みである。

豊かさは、テレビのコマーシャルで象徴されるように刺激的な誘惑の連続であり、絶えざる選択や判断が求められる。選択は「自分の内なる心の声」が聞こえなければ不可能であり、これを使わずに判断しようとすれば、複雑さや困難さにやけを起こすか立ちすくむしかない。

「内なる声」を聴くには、「自分とつきあう時間」を十分に確保することが必要である。しかし、現代社会は情報に忙殺され、自分とつきあう時間がないがしろにされやすい。

これからは意図的に外の世界から距離を置き、一時的に情報の流入を遮断し、静かに自分と向きあう時間を作り出さざるをえない。これは想像以上に困難な課題である。

海や山などの自然を散策するなど様々なレパートリーが

考えられるが、カウンセリングもその一つと考えられる。カウンセラーに話しているように見えるが、実は自分に語りかけ自分の心や体の声に耳を傾ける時間なのである。これからの教育では、「自分の声を聴く援助」や質のよい静かな時空間の提供も重要な機能になると考えられる。

#### 七 「立ち止まる空間・自分とつきあう時間」

ここで述べたカウンセリングの「未来の生き方を模索する」性質は、現在の大学の価値観と必ずしも相容れない。大学は多くの不都合を生み出しながら、依然として強迫的なスタイルを維持しているからである。

このためカウンセラーは、引き裂かれるような葛藤に日々曝される。カウンセリングが内包する意味を深く理解していなければ、未来志向的な価値が損なわれるばかりでなく、生き方の変更に挑戦している人たちを、「適応」と称して現在支配的な価値観に引き戻す道具へと変質しかねないのである。

「未来の生き方を模索する」ことは、大学の最も本質的な機能と考えられる。学生相談が「豊かさをどう生きるか」を模索する「立ち止まる空間・自分とつきあう時間」として、大学の激しい価値のせめぎあいの中で辛抱強く機能し続けることを願っている。

カウンセリングはクライアントとともに未知の価値を創造する作業であり、葛藤や不安定さにやけを起こさずに留まり続けることにその本質があるのだから。

#### 【参考文献】

- 小柳晴生（二〇〇五） 大人が立ちどまらなければ、NHK生活人新書
- 小柳晴生（二〇〇二） ひきこもる小さな哲学者たちへ、NHK生活人新書
- 小柳晴生（一九九九） 学生相談の「経験知」——大学における心理臨床——、垣内出版
- 山崎正和（二〇〇二） 「個対個」のサービス、二〇〇二・四・八、読売新聞より