

訪問による心理面接に関する考察
——20年近く引きこもった男性の事例を通して——

Visiting Counseling for the Withdrawn

A case study of a withdrawn man for nearly twenty years

岡田 敦史*・伊藤 義美**

Atsushi OKADA*・Yoshimi ITO**

Abstracts

This is a case study of a man (N) who has withdrawn into his house for nearly twenty years. The counselor visited his house and counseled him. Seven visiting counseling sessions were held. Counselor visited client's home once a month. At first he wasn't enthusiastic about counseling, and he lacked a vitality. So it was very important for the counselor to establish relations with him. The beginning, he told about his helplessness and his meaningless. The counselor asked him, "If you could get well again and recover your spirits, how would you feel?" Or he could express about his life with correct and an apt remark in visiting counseling session. He can talk from his felt sense in visiting counseling. In this visiting counseling the counselor considered the interval of each visiting counseling session was short because the counselor could establish counseling relationship with him. The counselor constantly imaged "focusing attitude" in the visiting counseling sessions, so that the client's experiencing was changed.

Key word : ひきこもり (withdrawal), 訪問面接 (visiting counseling), フォーカシング (Focusing), フォーカシング的態度 (focusing attitude)

* 名古屋大学大学院環境学研究科 (博士課程前期課程)
Graduate School of Environmental Studies, Nagoya University (Master Course)

** 名古屋大学大学院環境学研究科
Graduate School of Environmental Studies, Nagoya University

1. はじめに

カウンセリングや心理療法において「クライアント」は、「来談者」と訳される。カウンセリングや心理療法へ来談する者は相談内容と相談意欲を持ち、カウンセラーのところへ訪れるためにクライアント（来談者）と呼ばれるわけである。クライアント自身に相談内容と相談意欲があって、カウンセリング関係が成り立つ。しかし、近年問題となってきた不登校や引きこもりの場合は、本人が相談機関へ来談するまでの心的エネルギーの乏しい状態がその特徴であり、最も問題となる病理であるとも言える。このような相談意欲の乏しいクライアントとカウンセリング関係を成立させるためには、どのような方法があるのだろうか。また、どのような点に留意しながらカウンセリングを進めて行く必要があるのだろうか。菅野（2000）は、引きこもりへの心理療法において重要となる点として、1.いかにして本人に来談してもらうか。2.長期間になる治療においていかにマンネリ化を防ぎ、意味ある面接を続けるか。3.家族をはじめとする他者（社会）との接点をどう作り、かかわりを広げて行くか。の3点をあげている。

他に、ひきこもり者との面接について先行研究として、日笠（1999）、松本（2002）の報告がある。日笠（1999）では、学生相談における抑うつ的で引きこもりがちな女子学生とのフォーカシング指向心理療法の事例であり、引きこもっているがゆえに堂々回りになったとき間をおく技法を試し、楽になり、自分の状態について実感に基づいた表現ができるようになった。松本（2002）では2年間下宿での引きこもりの末、来談した学生相談の事例であり、ゲシュタルト療法を用いたアプローチが自己像の混乱の中でひきこもってきたクライアントにとって大きな転機になった。いずれも、かつて引きこもっていたが相談室まで来談できる程度に引きこもりから抜け出した事例である。また、斎藤学（2001）では、ひきこもりの男女比は5:1で男性が多く、社会的ひきこもりの中核をなす社会恐怖、対人恐怖という問題は、アルコール・薬物依存や仕事依存などと並んで、いわゆる「男らしさの病」に関連しているといわれている。齊藤環（1998）では、「社会的ひきこもり」とスキゾフレニアの違いは、十分なコミュニケーションが成立するかどうかであり、精神科医への「社会的ひきこもり調査」から治療場面で本人との接触を持続すること自体に意味があると述べている。

来談者として、カウンセリング場面に登場しない引きこもり者や不登校生徒へのアプローチとして訪問による面接の有効性がいくつかの先行研究で検討されている。訪問面接に関しての先行研究は、大塚（1997）、長坂（1997）、岩倉（2003）、田嶋（2001）の報告がある。いずれの研究も、生活の場に踏み込むため独自の面接構造が在り、慎重に導入を考える必要があるが、治療者との出会い、他者とのつながり、ひきこもり状態に波紋を投げかけることから、継続した訪問面接が有効であったと報告されている。特に田嶋（2000）では、長期化したひきこもり事例では、外部に何らかのつながりを持っておくことが本人の成長と精神の健

康に重要であるし、克服のきっかけもつかみやすい。スクールカウンセラーなどが非侵襲的態度による家庭訪問を定期的に行うのが有効であるとされている。

本研究では、20歳代前半から約20年近く、自宅に引きこもっていた青年との訪問による面接の事例を報告し、ひきこもり者との心理面接の持ち方、および訪問面接に関して考察することを目的とする。なお、本事例はある地方都市の社会福祉事務所に筆者が勤務していた時に援助的関わりを持ったケースである。心理面接として必要な部分のみを報告し、事例のプライバシー保護のため、個人が特定できない程度に変更してある。

2. 事 例

長男N 42才（面接時）

母 71才

賃貸住宅にて2人暮らし

経過と面接構造

従前は父、母、Nの3人暮らしであったが、父と折り合いが悪く20年ほど前に別居。父からの生活費の仕送りと母のパート収入で生活。父からの仕送りがなくなり、収入は母の年金のみとなり生活のため平成X年Y月から福祉的支援が必要となり地区担当ケースワーカー（筆者）が月に1回程度訪問し、生活状況などの相談にのることとなる。

長男Nの医学的診断と病状

めまいや疲労感の身体症状、不安、睡眠障害など精神症状がみられ、対人関係から引きこもっている。就労はできなく、通院治療が必要。抑うつ神経症と診断される。

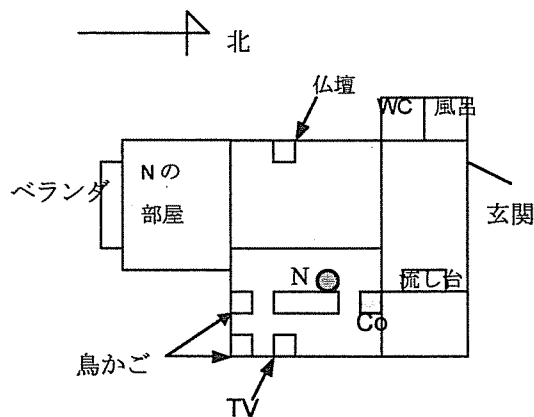


図1 面接室となる賃貸住宅見取り図

生活歴

N：長男。兄弟なし。地元経済大学卒業。1年就職浪人したが失敗。コンピューター会社へ就職するも3週間ほどで退職。いくつかの仕事を転々とするが立ち作業をしているとめまいが激しく目の前が真っ暗になり立ってられない。5～6日しか続かない。以後、自宅で引きこもり生活。26才頃から8年ほど内科へ通院するが、治らないため総合病院の精神科へ通院。入院歴なし。

母：専業主婦。20年ほど前から夫と別居。60才代までパート就労。X-1年離婚。

< >はCoの発言

「 」はNの発言

母：は母親の発言

()は状況の説明

X年Y月 (訪問第1回) N, 母と面接

あいさつ。午後3時ころであったが、食事中であった。Nは大柄で、人が良さそうで温厚な人柄の印象。不精髭がのびており、パジャマ姿。母は小柄だが、しゃきしゃきとしゃべる。Nには通院と服薬は欠かせないと母が言う。

Y+1月 (訪問第2回)

(Nに生育歴など聴取。快く承知する。Nが答えるが母が隣に付き添い、母が口をはさむことも多い。)

N「中学時代は、勉強は悪い点をとるのが嫌だったので、300人中7番であった。高校も進学校へ行けた。中・高とまじめで、休むことはなかった。公立大学へ行きたかったが、成績が振るわず私立大学だった。外国語研究会のサークルに所属していたが、途中でサークルがつぶれてしまった。入学式の日にはスクーターで交通事故に遭い骨折してしばらく休むことはあったが、それ以外はまじめに行った方だと思う。4年で卒業して、コンピューターのオペレーターとして就職したが、夜勤があり、体調が悪くなり職場の人間関係も大変だったので、1回目の給料をもらうころに辞めてしまった。不眠、身体がふわふわする、微熱、顔が熱いなどの症状があったので、病院にかかった。自律神経失調症といわれた。その後、別の病院などに検査入院などもした。7年前からは今通っている総合病院に通院している。今までも、調子のいいときは仕事に行ったことがあるが、立ち作業をしていると、突然目の前が暗くなり立ってられなくなる。めまいが激しくなり5～6日で続かなくなるという繰り返しであった。タバコは吸うが、酒は飲めない。パチンコなどのギャンブルもしたいと思わない。主治医には父親の性格に原因があると言われた。病気の根本は、生まれつき超几帳面、

完全主義のところだと言われた。自分としては、身体があまりに疲れやすいので、先も長くないのかなー（長生きできない）と思うこともある。現在の生活では、夜中起きていて明け方眠り、正午ごろ起き、食事をして、夕方また寝て、夜中に目を覚ましている。夜中にはテレビを見たり、鳥の世話をしている。外出するととたんに疲れがでてしまい、その後2～3日体調が悪くなってしまう。通院のための外出もできないことがある。

<精神障害者の作業所などリハビリ施設の活用は？>

母：M 作業所が近くにあることは知っているが、あそこはもっと病気の重い人が行くところで、Nの病状には合わないと思っている。

<興味のあることは？>

「インターネットなど興味があるが、パソコンにお金がかかるので、始めるのは無理だと思う。とにかく、今は、身体が疲れ、だるく、重く、外出もできないのが問題。」

開始時の問題点

昼夜逆転の生活。長期間の引きこもりのため、社会や家族以外の者との接点がないこと。母とNとの関係の不思議さ（母はNの現状の生活に困惑しているような態度は見られず。Nの病状についても深刻さがない。）Nも自立・自活の意志が薄く無気力であること。

Y+2月（訪問第3回）

（Nは「調子よくない」とぼーとした表情で面接を始める。話をしていくうちに表情は少しずつはっきりしてくる印象。）

<Nと母だけで、家に閉じこもりきりでは、将来について展望が開けないので、過去に上手く行ったことを将来に生かすことなどを話して欲しい。これから毎月訪問するので、そのときにこれからのことを考える機会にして欲しいことを伝える。>

Y+3月（訪問第4回）

（Nの隣に母がすわり、同席面接。暑い日であったためか、いつもの姿なのか、パンツとシャツ姿で、Nは座椅子にすわり、Coとは卓袱台を90度にはさんで面接。）

<15分くらい時間を使いましょう、どんなことでも>と始める。

（Nから話し始めることはなく、しばらく沈黙。最近はどうな感じかとCoから質問して、それに応答する形で話し始める。）

「別にかわらない。」

<夜も暑いけど、よく眠れますか？>

「とぎれとぎれの睡眠で、眠っては目を覚ましの繰り返し。」沈黙

<夢とかもよく見るの？>

「めまいがひどいときは、よく夢をみることが多い。調子が良いときはあまり見ない。起

きがけに、夢をみることがあるが、あまりみない。」沈黙

<今日の訪問は前月に約束したけど来る日だと思うと、朝からなんか違うというか、プレッシャーとかあるの？>

「少しプレッシャーは感じた。」

(母が隣から口を出し、私の妹が来るときでも、迎える方はちょっと緊張するのと同じ、人が来るときはプレッシャーもあるなどと話し出す。そこから、Nの発言は少なくなる。)

<どんなことでもいいけど、私の方から質問するのではなくて、何かないだろうか>しばらく沈黙。

「からだの脱力感があり、力が入らない、ここ2年くらいはだんだん悪くなってきている。身体を起こしておくことができず横になっていないとえらくてしかたない。その他に、3、4年まえから風邪が治らない。夏の暑い時期は多少良いのだけど、ちょっと寒くなったりするとすぐ風邪の症状が出てくる。猛暑のときは、暑くてえらいけど、風邪の症状がないだけ楽なこともある。風邪の症状が体から出ていかない。以前は風邪薬も一年中飲んでいった。でも、飲んでも飲まなくても風邪は変わらないので飲まなくなった。

(既に20分をすぎているので、Coから打ち切り)

「最近の通院は、母が薬だけもらいにいった。自分は診察を受けていない。病院まで行くと体がえらくて、へばってしまう。一度行って帰ってくると2~3日は寝込まなければならなくなる。」

<N自身、病気は大変だろうから、早く治したいとか病院へ通ってなんとかしたいという思いやあせりはあまり感じない？>

「もう20年もこういう状態だったので、あせっても仕方がないと思う。体はえらいし、風邪は治らないし、精神科以外の病気もあるし、すべて自分の性格が原因だと思う、そういうのは治らないと思う。」

<一番、いい状態を10とすると今の状態はどのくらいなの？>

「大学生のときが一番だから、今はそのときに比べれば、1か2、調子のいいときで2だと思う。」

<2から3にあげるとすれば、どういうところが変われば、3にあがるのだろう>

「自分で努力してもしょうがない、努力のしょうがない、性格が問題だから、心に引っかかる場所があるから無理。」

Y+4月 Coの都合で訪問できず。

Y+5月 (訪問第5回)

(茶の間に案内され、Nと始めしばらくの間2人で面接し、母は隣の台所で立って聞いている。やや距離をおいているという感じ。)

<最近の様子とか、どんなことからでも>と始める

「最近ますます何か体がだるくなっている、先月、受診したが待合室で座っていることもできないくらい体がだるかったので、診察室のベッドに横になって待たせてもらった。ドクターは、「体がだるい原因はわからない。どうしようもない」と言うだけだった。血液検査をして、体がふるえたと訴えたら緊張をほぐす筋肉注射を打ってくれた。今日も体がふるえ、昨夜からめまいもしている。食事をする間もえらくて座ってられない。」（体の症状についての話題がほとんど。）

<食事の味とか感じられるか、おいしく食べられるのか>

「食事の味は感じるが、量は食べられなくなっている。」

<体の状況はあまりよくないことがわかったが、生活の中での気分とか気持ちとかはどうだろうか？>

「ときどきごくまれに死にたくなることがある。死んだら楽になるだろうな—と思うことがある。ごくまれだけど。」（リフレクションするが、話題はつづかず）

「あと、お金がないな—と思うことがある。」

（母が面接に加わり横に座る。）

<もし、体がよくなって何かできるようになったら、なにをしたいのだろうか？>

「野球が好きだったので野球をやりたい。ピッチャーか外野しかできないけど。」

<昨日、一昨日のドラゴンズの優勝のかかった試合の話題>

「自分はドラゴンズのファン。優勝は危ないような気がする。セリーグは引き分けがないのでプレイオフになるかもしれない。子どもの頃、友達とよく公園で野球をした。プロ野球球場にも友達と見に行った。消化試合になると外野席はただで入場できるので、よくいった。」

（Coからの質問で当時の選手名などを、思いだしながら話す）

「テレビは野球を見るくらい。推理ドラマは母が好きなのでついていけば見ていることがある。恋愛ものやトレンドドラマは、見たいとは思わない。ついていても消してしまう。小説も読まない。めんどくさい。」

母：母親としては、結婚もしてほしいし、仕事にも就いてほしい。でも体がこれだけ悪いのじゃ仕方がない。先日も隣人が来て、ほかの医者にかかったらどうかとか、カウンセリングを受けたらどうかと、無責任なことをいう。今の病院が一番だと思っており、他の病院にかかるつもりはない。以前、別の病院で、わけのわからないことを言わないかとか筋のとおりでないことを言わないかと聞かれて、馬鹿にされているようで腹立たしかった。

「病院のドクターもカウンセリングは必要ない。どうしようもない。私の出した薬をきちんと飲むしかないと言っていた。」

<どうしようもないと言われると腹立たしくない？>

「どうしようもないのだから仕方がないのだろう。とにかく、風邪が直らないのが一番の

問題だと思う。今年は夏でも風邪が治らなかった。次第に体が、だるくなるのだから、ロウソクがだんだん短くなっていくような感じ。現状維持がやっとなんかということ。火を消さないようにするくらいしかない。」

(30分ほどの面接になり終了。)

Y+6月(訪問第6回)

(玄関では母が対応、居間に通され、Nは奥の部屋で横になっており、母親の声かけで、居間に出てくる。母は、入り口近くのCoの隣後ろに座り、Nとは向かい合う場所に座る。)

<いつものように、15分から20分ぐらい時間がありますので、どんなことからでも>と始める。(しばらく(1分ほど)、沈黙のあと)「別にこれといって・・・」(笑顔で)

<前回から約1月経つけれど、この一ヶ月どんなふうだったかな>

「9月の終わり頃から調子が悪かった。ずっと横になって過ごしていることが多かった。」

<横になっている時は、眠ったり、目をさましたりして、本でも読んだり、ラジオでも聴いたりしているのかな?どんな風に過ごしているのかな?>

「本は読んでいない。ラジオもあまり聞いていない。レコードというかCDを聞いて過ごしている。」

<どんな、音楽が好きなの>

「70年代の洋楽で、ロック。それとクラシック。エマーソンレイクアンドパーマー (ELP) やイエス、レインボー、ディープパープルをよく聞いている。」

<ハードロックというやつ>

「ELPやディープパープルはプログレッシブロック。レインボーやイエスはハードロック。ELPは「展覧会の絵」が有名。レインボーにはリッチーブラックモアというギターリストが有名。」(沈黙)

<クラシックはどんな曲が好きなの>

「ブルックナー、モーツアルト、ベートーベンが好き。」

<モーツアルト、ベートーベン是有名だけど、ブルックナーは玄人好みでちょっと難しい感じがする音楽だよ>

「ブルックナーはちょっと難しい感じがする。4番のロマンティックが好き。ベートーベンはやっぱり運命と第9番は全楽章とも好き。」(沈黙)

<クラシックは曲と指揮者、オーケストラの組み合わせで曲調が変わるのかな?>

「全然違う。指揮者では、カラヤンとアバトが好き。オーケストラではベルリンフィルとウィーンフィル。カラヤンとベルリンフィルは世界で最高峰だから、一番好き。テンポも速いので若者には受けるのだと思う。」

<いいオーケストラとそうでないとの違いは何が大きいのだろう>

「統一性、下手なオーケストラだとバラバラな感じがしてしまう。」(沈黙)

<音楽は、ヘッドホンで聞くの？>

「いや、ラジカセで聞いている。ヘッドホンは音の広がりがなく好きじゃない。それに耳も悪くしそうだし、耳のあたりがうっとうしい。確か、クリントンも高校のころヘッドホンで音楽を聴きすぎて耳を悪くした。」

<部屋中にクラシック音楽が流れているのはいい雰囲気ですね、お母さんもよく聞いてしているのですか>

（今回、母が初めて口を開く）

母：よく聞いている。ベートーベンの第9なんかは、よく聴くので、よそで聴いてもあーあの曲だと言うことぐらいは判るようになった。

（時計を見て20分をすぎるので、Coから終了。）

音楽の話になると笑顔も見え、積極的に話をしようとする姿勢が見え、カウンセリングセッションとしては、いい感じが残る。ただ、できるだけ、音楽からそれにまつわる感じに近づこうとするが、そこから、あまり話が広がらない。母の座る位置、母の割り込んでくる場所などがCoとしては気になる。

Y+7月

Coの出張が入ったため、電話で訪問できない旨連絡。母が電話に出、了承。

Y+8月（訪問第7回）

（10時すぎごろか、一度訪問すると母が玄関で対応。いま掃除をしているところなので、よければ、20分後にして欲しい。居間の炬燵の布団も上がっており、掃除機で掃除をしているところ。20分後に再訪問。母の対応はいつもより明るく元気そうで笑顔も見える。Nは居間の炬燵のところで迎える。半天をきて暖かそうな服装。下はパジャマではなく、セーターを着て外出もできそうな服装。表情もはっきりしており、見た目にも調子よさそうに見える。いつもはしていない、ペンダント風のネックレスが襟元から見える。先日電話であった話を詳しく聞きたいのだが、と始める。）

「どういうことを話せばいいのか。」

<先日の電話では、父が死亡して、その遺産が入るので、今月で福祉支援を辞退したいということだったが、終わり方をきちんとしておく方がいいので聞きたいのだが。>

母：離婚して一人暮らしをしていた元夫が、先日急死した。夫は、東京の方からN家に養子にきてN家の兄弟はだれもない。息子が唯一の相続人になる。前夫が残した遺産で、つましくやれば、3～4年やっていける。

<Nに向けて、お父さんは病気で亡くなったの>

N：「急死だった、12月1日倒れて、意識不明で病院へ運ばれた。腹部動脈瘤破裂だった。意識不明だったので、遺言もなければ、後かたづけについてもなにもわからないまま死んでしまった。遺産と言っても土地などはなく預金があるだけ。」

<奥のタンスの上に父の遺影があるので、それをみながら、Nに似ていらしたのかな、仕事は何をされていたのなど、Coから父について質問。>

「父は、カメラマンをしていた。スポーツ選手の写真を撮っていた。その前は会社員だったが、カメラが好きで10年ほど前からカメラマンの仕事をしていた。71才だった。」

母：若い頃の父の白黒の写真を持ち出してきて、どうでしょうNに似ているでしょうか。主人の部屋には、写真のネガが大量にあり、その始末に困ってしまう。それを捨てるだけでも5～6万円かかると言われている。夫の実弟も昨年同じ病気で亡くなった。実弟は作家をしていて、かなりの売れっ子だった。夫はそれがうれしかったようで、実弟の書いた本や資料がたくさん部屋にあった。(夫の遺影の横に実弟の遺影も飾ってある。)

<Nに向けてお父さんはどんな人だったの、どんな思い出があるのだろう>

「とくに思い出はない。あまり怒らなかつたし、厳しくもなかつた。ただ、自分の写真がうまく行かなかつたときは、ときどき「切れることもあつた」。父は自分のことが自分で腹立たしいようだった。」

母：Nが高校生のとき公営住宅に引っ越してきて、高校へ通うのが大変不便だったので、折り畳みの自転車を車に積んで、途中まで送つた。Nは学校の前に自転車を置いておき、通勤の途中でそれを車に積んで行つたりした。そういうことは熱心にやってくれた。

<大学を選ぶときや、就職の時はお父さんにはいろいろ相談したりしたの>

「大学を選ぶときは、遠くの大学で一人暮らしをしたいと思つてもいたが、父が「そんな金はない」と言つたので、家から通えるところで、自分の学力で入れる大学を選んだ。就職のときは、マスコミに就職しろと言われて受けたが、無理だった。」

(母が玄関まで見送ってくれ、どうもありがとうございましたと明るくあいさつされる。Nは、いつもよりは元気もあり話もするが、それ以上に母の方が元気で明るい。)

3. 考 察

月に1回のわずか7回の訪問面接であつた。急死した父の残した預金を相続することとなり、福祉的支援の必要がなくなつたことで面接は終了した。20年近く、就労することもなく自宅に引きこもつたNにとって、この7回の訪問面接はどのような意味があつたのであろうか。以下には、回を追つて面接の流れについてフォーカシング指向心理療法の観点を含めて、訪問面接のあり方について考察する。

面接の流れについて

第2回～第3回では、「めまいがひどく立っていることもできない。」「体の疲労感が強く、あまり長生きできない。」「主治医からは性格が問題だといわれた。」「どうしようもない。」「治らないと思う。」というNの強い無力感やあきらめが語られる。生活全般でエネルギーが

不足しており、何事に対しても意欲、興味が持てないNの現状が少ない言葉のなかに見てとれる。第4回で語られた「自分で努力してもしょうがない、努力のしょうがない、性格が問題だから、心に引っかかるところがあるから無理。」というNの姿には、引きこもり生活が長年続いてきている現状を再確認するものがあり、引きこもり者としてのNの「在り方」「生き方」に深く根づいている無気力や空虚観をカウンセラーも強く感じていた。第5回では、「食事をとるために座っていることも大変であり、死んだら楽になれるだろうな。」と語られた。Nの現実や今の症状や無力感やあきらめ観を強く感じていることが多く語られた。この回では、悲観的な現状からでは、希望の持てる将来をすぐに予想することは難しいとも思われたが、カウンセラーから敢えて「もし良くなったら何をしてみたいのだろうか」と尋ねてみた。これは、フォーカシングで言う「フェルトシフト質問」(Hinterkopf, E)であるとも言える。これは、Nによくなった場合の感じを想像してもらうための問いかけであり、Nがこの「よくなった感じ」を感じることができると、長年、引きこもり生活の中で膠着していたN自身の実感(Nのフェルトセンス)から新しい一歩をふみ出す方向へ展開するのを促進する質問となったと思われる。「野球」をやってみたいとNは答えた。幼い頃の野球見物のことを語り、続いて「ロウソクがだんだん短くなっていくような感じ。現状維持がやっと。火を消さないようにするくらいしかない。」とNはしみじみ実感を込めて述べている。Nにとってこの例えは、まさにN自身の現在の生き方にぴったりした表現であったのであろう。この時Nは自分自身の現状をぴったりした言い方で表現できた。これは、フォーカシングでいう、「フェルトセンスにハンドルをつける」という現象であったといえる。この表現によりカウンセラーにもNが感じている「言葉になる以前の曖昧な感じ(フェルトセンス)」がよく伝わってきたように思う。フォーカシングでは、曖昧な感じをぴったりした言葉で表すことで、次の体験過程が推進されると言われている。Nにとってこのセッションで、自分の生き方の丸ごと全体を言い表す表現(だんだん短くなって行くようなロウソク)、実際の生活の仕方(火を消さないようにしているのが精いっぱいである)を表現できた。このことは、引きこもり生活を日々送るNにとって、自分の生活や「生き方」を実感する機会となったのではなかろうか。フォーカシング指向心理療法の観点からみて、この実感が新たな一歩を推進するきっかけになったのではないと思われる。また、同時に同席していた母への問いでもあったようであり、母の息子への想いや、医療機関への恨みなどの心情を語るきっかけにもなっている。第6回は、あまり調子がよくないと言う割には、好きな音楽の話が豊富に語られる。Nとカウンセラーは年齢的にほぼ同年代であるが、この回でNから語られた内容は、語り口、語る雰囲気は、まるで思春期の青年が友人と自分の好みの音楽の話をしているようにリラックスして気楽な感じで語られたのが印象的である。Nの音楽の聞き方について、カウンセラーはヘッドホンで一人で聞いている姿を想像していた。しかし、実際はN一人で音楽を聴いているのではなく、スピーカーを通じて、同居の母も同じ音楽を聴いて楽しんでいた様であった。

狭い部屋中に聞こえるクラシック音楽の雰囲気はやや不似合いでもあるが、聞くでもなく聞こえてくる音楽を楽しんでいる母の生活も語られ、平和な家庭生活をイメージさせるセッションであった。第7回は唐突な終了となった。あらかじめ電話で打ち切りたいとの申し出があったが、カウンセラーとしては全く予想もしていなかったことであり、父の急死と遺産相続という事情には驚くものがあった。最終回に語られた、Nの父の思い出や母が語った思い出には、亡くなった父への優しい想いが込められているように感じられた。Nの服装、表情からも今までにない活気が感じられ、無気力で引きこもっている生活とは大きく異なった雰囲気を感じる事ができた。象徴的な意味であるが、父の遺産という金銭的なエネルギーは、「生活意欲」や「社会との関わりを持つ」という動機などNの「心的なエネルギー」となったのではないかと思われるのである。

引きこもり者との訪問面接について

訪問面接については、田嶋(2001)では、訪問者の基本的態度は「節度ある押しつけがましさ」が必要だと述べている。「逃げ場を作りつつ関わり続ける」こと、積極的に関わりを持ちたいという姿勢は見せるものの決して追いつめないように配慮することである。

本事例の場合は、面接時間に特に配慮した。第1回～第2回は、情報収集の意味もあり面接時間は長いが、第3回は定期的に面接したい意向を伝えるだけの数分。第4回は20分、第5回は30分、第6回は20分と一般の面接時間としては短い。面接がNの負担にならないよう、面接の終了についてカウンセラーから打ち切りを配慮していた。こうして、カウンセラーは、Nとの適度な距離を保つことに心がけていた。積極的な関わりを持ちたいことを(定期的面接の約束、面接終了時に次回の訪問予定を確認すること)伝えつつも、面接時間は、比較的短時間とする配慮をしてNの逃げ場作りにも心がけていた。面接場所がNの自宅であるので、物理的な「逃げ場所」は考えにくい。面接時間を長時間にしないという配慮は、Nにとっての時間的な「逃げ場所」作りであったと言える。Nのエネルギーのなさ、無力感から自主的に面接を打ち切る提案は期待できないとも思われたので、カウンセラーから終了時間の提案をしたことも時間的な「逃げ場」をNに提供できたことではなかったかと思う。

また、時間だけでなく、各回の面接の始めの導入では、「どんなことからでも」と始めることにしていたが、無気力でエネルギーの乏しいNの負担が軽くなるようにと最近の様子を問いかけるセッションも多かった。体の状態(症状)を話すことは、Nにとって慣れていることだと思われ、比較的外縁的なことを話してもらい、それに付随する「気持ち」や「感じ」を語ってくれることを期待しながら面接を始めていた。「どんなことからでも」とNの話したいことから始めることを促したものの、「別に」と話す意欲の希薄さもあったので、カウンセラーからNの興味関心が持てる話題を探し当てるような問い掛けをすることもあった。

カウンセラーは、Nとの面接の中では、フォーカシング的態度に配慮しながら訪問し、面

接をしていた。フォーカシングでは、「受け取る態度」「期待して待つ態度」「ゆっくり待つ態度」「受容的で友好的な態度」を常に保っていることが大切であり、フォーカシングプロセスには必須の態度であると言われているものを「フォーカシング的態度」Hinterkof, E (1998), 伊藤 (2002) としている。この態度をクライアントが「自分の感じ」や「気持ち（フェルトセンス）」に向けているとクライアントの気持ちや感じはプロセスによって変化して行き、そこから心理的な成長が生まれると言われているものである。これは、クライアント中心療法で言われているカウンセラーの態度でもあるが、Nのようにひきこもりで、「気持ち」や「感じ」を言葉で言い表すことにもエネルギーが不足していて、今にも消えそうな風前の灯火をイメージさせる者との面接では、フォーカシング的態度をカウンセラーはイメージしながら面接を行うことが特に大切なことであったように思う。

これらのことは、引きこもり者であるNと非侵入的なつながりを創り、支えるために有効であったと思われる。

訪問面接であるがゆえの面接構造

図1には、Nの自宅の見取り図を示している。本事例ではカウンセラーが慣れ親しんだ面接室ではなく、Nの自宅が面接室となった。面接の中で言葉は少なく、消極的なNであったが、自宅の雰囲気、Nの生活の一端、家族（母）との関係などは、カウンセラーとして肌身で感じる事ができた。Nが世話をして居間に置かれた大きな籠で飼われているインコ。南側の比較的日当たりのよい部屋がNの自室であり、いつも襖は開いていて日差しはNの部屋を通じて居間にとどいていたこと。第7回で語られた財産を残してくれた父の遺影と父の大切にしていた弟（Nの叔父）の遺影が仏壇横に大切に保管されていた様子。これらは、Nの生活そのものを表しているものであった。ここでも、訪問者であるカウンセラーは、先に述べたフォーカシング的態度に心がけることで、侵入しすぎない距離でありながらN家族との適度な距離をとりつつ面接を進めることが大切であり有効であったと思われる。

反面、絶えずNの母親との同席面接となっており、Nの母親に対する気持ちなどはほとんど語られなかった。このことは、この事例の場合、好ましいことであるのか好ましくなかったのか、本事例の手がかりだけでは判断ができないが、訪問面接の面接構造を考える上では検討すべき課題であろう。

4. 「ひきこもりの男性への訪問による心理面接」についてのコメント

ここで報告されたのは、20年間のひきこもりで、まだその状態はこれからも続くと思われる男性との貴重な心理面接事例である。この男性は年老いた母親との二人暮らしで、生活保護を受けることが必要となり、そのために筆者が社会福祉事務所の所員として関わることになったものである。ひきこもり状態が改善されず長期化すればするほど、いずれひきこも

りをする人びとに対するこのような生活保護や施設収容の問題が社会問題化してくると考えられる。

心理面接の始まりについて

筆者は臨床心理士であるが、社会福祉事務所の所員である。このひきこもりの男性に、いつ、どのように役割のうえ以上に関心をもつようになったのだろうか。最初と2回目は、生活保護にかかわる面接だったかもしれない。そして3回目にこれから面接していくことが本人に告げられている。筆者は心理面接を継続していくことを考えたわけだが、どの時点でどのように考えたのだろうか。面接の目的や目標、面接の方針や持ち方、またその見通しとしてどのようなことを考えていたのだろうか。本人との面接を考えていて、母親との面接は考えていなかったのか。本人と母親にどのように伝えたか。変則の同席面接みたいになったようで、特に母親に席をはずしてもらうことはしていない。

心理面接を1カ月に1回程度で、しかも会う時間は20～30分と短い時間に行っている。男性は居間のほぼ真ん中に座り、面接者は端の方に90度法で座っている。母と息子の二人生活が長く続いた家庭に入り込むのだから、脅威を与えないように、徐々に二人の生活領域の中に入り、また長期になることを想定して進めていこうとしたと考えられる。この母と息子は境界がややあいまいなようで、母—息子の共依存関係にあるような感じである。そのような母との二人の生活に侵入してきたわけであるから、面接は母に見守られながらの面接となり、また、母に監視されての面接ともなった。構造的には、母の様子や動き及び母—息子の関係などが観察できる利点はあるが、母のことが話されにくい、聞きにくいというように話題が限定される可能性があった。

心理面接の経過について

外出することも訪れる人もほとんどなく他人と話すことがない状況では、他人と安心しておれること、友だちのように話すことができることは大変意義がある。筆者はフォーカシング的態度に着目しているが、この態度は特に傷つきやすいクライアントを護るために重要である。しかもこの態度はクライアントだけでなく、カウンセラーのフェルトセンスにも向けられるものである。カウンセラーのフェルトセンスをうまく用いることが考えられる。ここにはその記述がみられないが、おそらくそのようなことがなされていたのではないだろうか。クライアントとほど良い距離をおくにもフォーカシングの空間づくりを知っていることが役立ったと思われる。筆者が第5回において用いたフェルトセンス質問は、3種類のフォーカシング的問いかけのひとつである。フォーカシング的問いかけには3種類あって、一般的質問、要点質問、フェルトシフト質問である。このうちフェルトシフト質問は、フェルトセンスがフェルトシフトの起こりやすい方向に展開するのを促す問いである。実際には

この場合では、「もし体が良くなって何かできるようになったら、何をしたいのだろうか？」と問いかけている。「もし体がすっかり良くなったら、どんな感じだろうか？」「仮に体が良くなるとして、そうなるためには何が必要だろうか？」とクライアントに自らのフェルトセンスに問いかけてもらうほうが、この問いかけには近い。筆者の「何をしたいのだろうか？」という問いはやや変形であるが、この問いによって何をやりたいかが具体的に浮かんでその場面をイメージでき、その場面の感じを感じることができればいいだろう。ここでの問いかけは、クライアントが持つ肯定的なリソースと、それに続いてクライアントの実感を引き出すことになっている。感じる事がどの程度できたのか明確ではないが、このような視点やかわりはクライアントの感じる力を育てていくことになる。

筆者が用いたスケール化（4回目）も、わかりやすい一つの方法である。特に野球、音楽（ロック、クラシックなど）の話が楽しそうにできたことは良かった。筆者がこのような領域に関心を持ち、開かれていたからこそなのだろう。本人がもつ肯定的なリソースを活用することを考えるのは大事なことである。自らの肯定的な経験、内的資源に触れることは現在の感じを変えるだろう。この他にもインコ（二羽）やその世話のこと、部屋の見取り図を用いて部屋にまつわる思い出を語ってもらうなども話を展開できる材料としてあったと思われる。

これからの展開が期待されるようなところで打ち切りの話が出てきて、筆者はさぞかし驚き、がっかりしただろうと想像できる。この親子は、生活保護を受けていることをどのように感じていたのか記述はない。生活保護を受けているかぎりでは担当の筆者は必要であったが、生活保護が受けられなくなる、受ける必要がなくなると筆者はもはや必要なくなる存在である。新年（？）になり、掃除して新規にやり始めるところで、筆者は必要なくなった。しかしこの先生活保護を受ける必要が出てきたときに、また必要になるだろう。ロウソクの灯の輝きが増したようだが、3年後にはまた細くなる可能性が高い。このようにこの親子とは、第1次的には役割の上で規定されたつながりとみなされる。

金が縁の切れ目というか、離婚した父の遺産というまとまったお金が入ったことが、縁の切れ目になった。この遺産は思いがけない父からの贈り物ともいえるもので、クライアントの生活を経済的に護ってくれるものであった。葬儀のあとのセッション（7回目）で、父の肯定的な面が前面に出て語られても不思議でない。これは、父を失った喪の作業の一種であろうか。別居や離婚についてどのように感じたかは語られていないし、他の否定的な側面も語られなかった。そして、またもとの母—息子だけの生活に戻ったのである。

心理面接の終わり方について

最後の7回目の面接では、その終わりに7回をふり返ってどのような体験だったのか、どんな感じをもっているのか、本人自身のことばで語ってもらうことが考えられた。これから

どうしたいのか、このような話し合いをする機会を望んでいるのか。もし望んでいるなら、訪問面接が可能なカウンセラーなどを紹介することも考えられ、特に援助の継続性という点から重要になると思われる。訪問面接の目標をどこにおくか。関係が成立し、来談できるようになるか。そうなる面接の場所を探すことが必要となるだろう。福祉事務所では、そういうことが可能なのか。事務所で担当が代わるとか配置換えになると、それで関係が終わるか、カウンセラーの交代ということになるだろう。いずれにせよ、問題になることが多いことになるが、このあたりのことを筆者はどのように考えていたのだろうかと思われる。

(伊藤)

参 考 文 献

- 日笠摩子(1998):フォーカシング指向心理療法を通して学ぶ自分とのつきあい方. 心理臨床学研究, 16(3) 209-220
- Hinterkopf, E (1998) Integrating Spirituality in Counseling : A Manual for Using the Experiential Focusing Method. American Counseling Association. (日笠摩子・伊藤義美訳 2000 「いのちとこころのカウンセリング—体験的フォーカシング法—」 金剛出版)
- 伊藤義美(2002):フォーカシングの実践と研究の発展 伊藤義美編著「フォーカシングの実践と研究」ナカニシヤ出版, 第1章, p. 3-16
- 岩倉 拓(2003):スクールカウンセラーの訪問相談. 心理臨床学研究, 20(6) 568-579
- 菅野信夫(2000):引きこもり現象への心理療法的接近—青年期の不登校・アパシーを中心として. In: 岡田・鐘・鶴編:心理療法の展開(臨床心理学体系18) 金子書房, p. 79-95
- 松本 剛(2002):ひきこもりから抜け出した女子学生との面接. 心理臨床学研究, 20(1) 64-75
- Mearns, D. and Thorne, B. 1988 Person-Centred Counselling in Action. London: Sage Publications. (伊藤義美訳 2000 「パーソンセンタード・カウンセリング」 ナカニシヤ出版)
- 長坂正文(1997):登校拒否への訪問面接. 心理臨床学研究, 15(3) 237-248
- 大塚真由美(1997):緘黙児の訪問面接の意義. 心理臨床学研究, 15(1) 89-97
- 斉藤 学(2001):男らしさと「ひきこもり」. アディクションと家族, 18(2) 182-194
- 斉藤 環(1998):社会的ひきこもり—終わらない思春期—. PHP 新書
- 田嶋誠一(2000):学校不適応への心理療法的接近. In: 岡田・鐘・鶴編:心理療法の展開(臨床心理学体系18) 金子書房, p. 79-95
- 田嶋誠一(2001):不登校・引きこもり生徒への家庭訪問の実際と留意点. 臨床心理学, 1(2)202-214