

「ロッキーのケアスタート」

18歳のロッキーは高校卒業後、浪人生として予備校に通っていましたが、5月初めに友人とのトラブルが原因で予備校に通えなくなりました。心療内科ではうつ的と診断され、強い薬を1ヶ月間飲み続けた結果、強い吐き気やめまい、絶望感により受験勉強が手につかなくなっていました。6月末、一人でファミリーを訪れ、自らの意志でケア滞在を希望したロッキーは、来てそうそう断薬を決意。こちらからは、「すぐに断薬しなくても、徐々に薬の量を減らしていけばいい」と伝えましたが、本人の「早く良くなって受験勉強に復帰したい」という想いを尊重することにしました。ケアをスタートしてから4日目、ご両親がいさどんと面談をするために来訪されました。

いさどん：

息子さんがここに来てからの私の方針は、最初の1週間は本人の自由に過ごしてもらっています。彼は新しい環境に来て、すでに順応しているとは思いますが、ここに滞在することが特別辛いというふうに見受けられないです。最初に面談をさせていただいた時の判断としては、息子さんの場合、具合が悪くなってからまだ日が浅いですから、回復する見通しは早いと思っています。

彼が今の状態になった一番の原因としては、自分らしく生きることが出来ていなかったのではないかと考えています。ですから、まずは、自分らしさを見つけてもらえればと思います。これからの進路についてどうしていくのかということも、今まではよくわからなかったのかもしれませんが、彼は元々芯がしっかりしている人なので、これからそれを発見していくための今は襦ぎや節目のような時だと思うのです。自分らしさを身につけ、挫折も、結果バネにして力強く生きていけることにもなるわけです。こちらとしても、そのあたりを上手に引き出せたらと考えています。

今までは病気ということで薬も飲んでいたようですが、ここに来て4日ですが、そんなに薬が必要という状態ではなくなってきていますね。

ロッキー：

はい。そんなに薬が必要というわけではないですけど、夜中に苦しくなることはあります。それも徐々になくなっていけばいいと思っています。

いさどん：

昨夜はどうだった？

ロッキー：

昨日は同室のいさおさんと話をしていた、知らない間に寝ていました（一同、笑）。

いさどん：

それは良かったね（笑）。そういうふうに、日を迫うごとに状態は良くなってきています。辛い状態が起きると、その状態を抱えてしまう癖が彼の中にはありますが、昨夜のように布団に入ったら知らない間に寝ていたというのが一番良いですね。何かがあると考え込んでしまいがちになってしまうと、睡眠障害にもつながります。

今日はお父さんとお母さんがいらっしゃっているので、子供の頃から息子さんがどのようなお子さんだったのかを聞かせていただければと思います。

お母さん：

幼少期から割と目立つことが好きな子でした。幼稚園の時から常に学校の中心核でしたし、中学校では体育祭や文化祭で皆を盛り上げたり、クラスでも一番面白い人に選ばれたこともありました。サッカー部に所属していたのですが、代表に選ばれて全く知らない環境の中に一人で飛びこんでも大丈夫でしたし、とにかく明るい子でした。

ただ、幼稚園や小学校の時に、相手はいじめているつもりはないのですが、相手の言った言葉や態度に敏感に反応してしまうところがありました。でも、だからといって言葉や行動でやり返すということは出来ないタイプでした。

いさどん：

やり返すことが出来ないのか平和的なのか、どちらかな？

ロッキー：

そうですね。争いたくないというのがありました。

お父さん：

小学校の時にソフトボールをやっていたのですが、その時ちょっと強い性格の子がいると、拒否反応が出たりしていました。

いさどん：

強いというのは親分肌のような、ワンマンを押し通してしまうような子に対して拒否反応が出るということかな？

ロッキー：

そうですね。その子と上手くやっていくというよりは、その子が嫌だと言う気持ちがどうしても強く出てきてしまいました。

いさどん：

平和的な人だと、ワンマンな人に対して拒否をする心が出てくるよね。息子さんは、「皆で」という意識を持っているのだろうと思います。

お母さん：

中学まではそのような感じで来て、高校も進学校に進めたのですが、高校に入ってみれば成績は下の方でした。サッカー部に所属したのですが、自分が今までやってきたサッカー部とは違い、進学校のサッカー部なので楽しくやればいいという感じだったんですね。熱くやるタイプの息子からしたら、笑いながら練習するという雰囲気の中で孤立していき、部活のメンバーを批判してしまって上手くいかなくなっていました。

いさどん：

そのあたりはお母さんが説明してくれましたが、大体合っている？

ロッキー：

そうですね。

お母さん：

それで、ある日電車に乗れなくなり、高校1年の10月の終わりくらいから学校に行けない状態になりました

いさどん：

そのあたりをもう少し詳しく話してくれるかな？

ロッキー：

部活のチームメイトと自分の考えが違うことで口論になったり、僕はいじられキャラだったので、友達から「うざい」と言われることにいちいち反応するようになってしまい、自分自身も合わない子のことだけ考えてしまうようになってしまいました。

いさどん：

人の言葉に過敏に反応するようなところはあった？

ロッキー：

ありましたね。

いさどん：

これは想定だけれど、自分の気持ちがそういうふうになったことによって、相手が今

までと同じように気易い言葉を使ったことに対し、自分の方が以前より反応するようになったということかな？

ロッキー：

全くそうだと思います。

いさどん：

ということは、以前だったら何ともなかったことに対して敏感になった、ということだよね。

ロッキー：

そうですね。

いさどん：

そのあたりで心に何かがあったということだね。それで電車に乗れなくなった？

ロッキー：

何日間か学校に行けなくなりました。

いさどん：

それはサッカーのことが一番の原因だったの？

ロッキー：

はい。

いさどん：

例えば、勉強に行き詰まったということはなかった？

ロッキー：

元々、「勉強は出来なくてもいいや」と思っていたんですけれど、サッカーが出来ない自分に苛立ってしまって、勉強も身に入らなくなり、学校生活も上手くいかなくなって、色々行き詰まってしまいました。

いさどん：

それで電車に乗れなくなって、学校に行けなくなったということだね。どのくらいの期間、学校に行けなかったのですか？

お母さん：

実際に行かなかったのは1ヶ月もなかったと思います。ちょっとお休みをいただくという形

で、11月の終わりから12月の頭くらいまで2週間続けてお休みをいただきました。クラスのお友達には非常に恵まれていて、電話やメールなどのお友達の声かけで自信を持てたのか、また学校に行けるようになりました。

いさどん：

その時は病院に行きましたか？

お母さん：

今通っているところと同じところへ行きました。その時は病院の先生から、「薬は飲んでも飲まなくてもいいですよ。お守りのように、辛ければ助けてもらおうという感覚で飲んだらいいですよ」ということで、薬を処方してもらいました。息子としては、学校が辛くても自発的に先生のところへ行き、お話を聞いてもらってアドバイスをもらう、という形で、自分で予約等の全ての段取りをしていました。そして、先生にお話を聞いてもらおうと少し落ち着く、ということを繰り返していました。

いさどん：

特に病名はつけられなかったのですか？

お母さん：

病名は特に言われなかったですね。つけるとしたら、うつ傾向ということでした。

いさどん：

その状態だと、そういう傾向はありますね。

お母さん：

そうですね。「悪いことだけを抱えてしまったり、自分で病気をつくってしまう傾向がある」とホームドクターの先生にも言われていました。

いさどん：

話を伺っていると、サッカー部での友人関係、それから進学校へ行って自分の成績を知ったということも、この状態の原因になっていると思いますが、家では親子関係などで何か特別なことはなかったですか？

ロッキー：

明るい家族なので特にそういうことはなかったですけど、大学受験の時は親のプレッシャーを結構感じていました。

お父さん：

私は高卒なのですが、自分も企業で働いていると、良い学歴が取れるのであれば可能性は広がるのですから、「高いところを望め」ということは言ってきました。

いさどん：

それは、参考意見のような感じだったのかな？それとも結構プレッシャーだった？

ロッキー：

結構プレッシャーで、そのことで悩んだことはありました。

お父さん：

私達も「こうしなさい」と押しつけないようにやってきたつもりなのですが、結果的には押しつける形になっていましたね。高校受験の時も、学校や塾は自分の実績になるということで、やはり上の方を目指しなさいとアドバイスしますよね。

息子は高校を選ぶ時に、「中学校の時にサッカーを教えてくれていた先生が臨時でコーチをしている高校には行きたくない」という気持ちがあったり、学校がうんぬんというよりは、人間関係を考えて行動してしまう傾向があるとは思っています。

いさどん：

これは捉え方の問題なのですが、高校時代に人間関係で悩むということは、単にそういうことがあったと捉えることも出来れば、思春期に人間関係で精神を鍛える機会があったと捉えることも出来ます。大人になると、色々な人間関係にも出会い、そこでも人間は鍛えられるのですが、幼稚園児でも親との関係や色々な出来事でトレーニングをしていきます。それは、社会に出て生活するための抵抗力をつけていくためです。

ですから、「辛いことがあった」と捉えることも出来ますが、「自分はそこで鍛えられた」という捉え方をしたら、良い印象になります。息子さんの傾向として、電車に乗れなくなったり学校に行けなくなるということは、うつ的にものを捉えていたということです。今後の物事に対する捉え方の姿勢として、そこを参考にした捉え方が出来るといいですね。

それで、12月頃に学校へ行けるようになって、その後はどうなったの？お医者さんにはもう行かなくなった？

ロッキー：

実はその後サッカー部をやめまして、そうしたら元気になりました。2年生の最初のうちは、「サッカー部に戻ってこいよ。おまえだったらレギュラーになれるから」と言われたことで葛藤があり、2ヶ月くらい苦しかったですね。

いさどん：

それはサッカーに対する未練があったということ？

ロッキー：

あったと思いますね。

いさどん：

未練があったのに行かなかったということは、他にやることがあったから？

ロッキー：

やることがあったというよりも、本当に合わない子がいたのでそこから逃げてしまった自分があります。それくらいから自分の傾向として、嫌なことからすぐ逃げてしまうという傾向になったのかなとは自己分析しています。

いさどん：

嫌なことから逃げた、というのが妥当な表現だということかな？

ロッキー：

そうですね。

いさどん：

嫌なことから逃げると、そのツケは先送りになるよね。

お母さん：

それは小学校の時から担任の先生が面談でよくおっしゃっていたことです。「今しなければならぬことが出来ない、先送りになってしまう」と。

いさどん：

それは自分の中ではどうだったのかな？要は最終的にハードルをクリアすればいいのだから、皆と同じにやらなくてもいいという計算の上でそういう行動になっていたのか、それとも、ただ、だらしなくて出来なかったのか、どちらかな？

ロッキー：

どちらかと言うと、だらしなくてだと思います。

いさどん：

そうすると、自分の中でそれは良くないという思いはあった？

ロッキー：

はい。

お父さん：

小さい頃からだらしないというか、あまりまわりを気にしないで行動するタイプでしたね。

いさどん：

それはだらしないのか、マイペースなのか、どっちだろうね（笑）。

ロッキー：

どうなんですかね、だらしないというのはあったと思います。

お父さん：

マイペースなんだけれど、小学校の時には何度言っても筆箱もノートも持たないで学校に行くようなところがありました。それで何で成績が良いのか（笑）。そういう無頓着のところがあるんですよね。

いさどん：

学校の先生は、統率しやすいので既製品のな子供を求めますよね。親としては模範的な子供を求めがちですよね。しかし、私たちからすると、「個性的で、将来が楽しみです」と観えるところもあります（笑）。これは立場によって評価が色々あるということです。

私に今浮かんできているのは、彼は個性的で自分の道をしっかり持っているタイプだと観ています。確かに今まではだらしなさもあったかもしれませんが、だらしなさや怠け癖というところは抜きにして、彼らしい人生をエンジョイしていければ、それが世の中の役に立ったり、自分や家族の役に立っていくのだらうと思います。これからの時代はそういった人たちの方が豊かに生きられるのではないかと、ということは思います。

お父さん：

息子を観ていて、やはり個性的な部分もあるので、やりたいことはやってもらいたいなという気持ちはあります。可能性という部分ではプレッシャーになっているのかもしれませんが、ワンランク上の大学を目指していく方が将来の可能性も広がるのではないかと思います。今の息子は将来を計画的に捉えて、大学進学について考えていない気がします。

いさどん：

ただ、ここにも多くの大学生が訪れますが、大学を卒業しても方針が決まらない人は沢山います。学生のうちにそこまで決めるのは難しいのではと思います。昔、大学を出たぐらいの人は、今の30歳を超えているくらい、今の人たちは10歳くらい若いのではと思います。

お父さん：

私もそう思います。息子を観ていても、反抗期もなく、母親と1から10までの出来事を話すというのは、はたから観たら良いことですが、私の時代では中学校に入ったら親とは話さないというのが普通でしたからね（笑）。そういった変わっている部分も含めて、個性として活かしてもらえれば良いとは思っています。

いさどん：

それも個性ですからね。お父さんの生き方とは時代も違えば、人間も違うという意味では、そういった個性を大いに見守ってあげれば良いと思います。

息子さんは、最初の面談で受験に失敗したと言っていました。彼曰く、「今まで自分には挫折がなかった。人生の中で初めての挫折だ」ということでした。しかし、今日お父さんやお母さんと話してみると、高校の時に学校に行けなかったことや友達関係のトラブルもありました。それが自分の中に悪い印象として残っていなかったということです。これは良いことだと思います。

そうすると、今回予備校に通っている中で友達とのトラブルが原因となり、うつ的になりましたよね。最初に彼と面談した時に、傾向としてうつ的な傾向があるとは思いましたが、話してみて病気として診断される段階にはなっていないと捉えています。

今後ここで滞在していく中で、先程から私が伝えている物事の多様性ある捉え方を身につけてもらえればと思います。捉え方によっては気分が重くなってしまうこともあれば、楽しみとして捉えることも出来ます。「若い頃に自分を鍛えるという場を与えてもらったんだ。これは自分を育てるための要素なんだ」と捉えてもらえれば、今回のことは悪い経験ではありません。

挫折や問題事を前向きなエネルギーに転換していく、というのがこのやり方です。病気でも、捉え方を変えるだけで治ることもあるのです。病気も捉え方によって病気になっているだけです。物理的な病気が発症してしまった場合は症状を改善していく必要はありますが、それも精神性から来ているものです。心の病気はなおさら心のボタンの掛け違いのようなものです。

今後は、そういったものの捉え方を勉強してもらえると良いと思っています。そういうことで、ケアをスタートしてから1週間は自由に過ごしてもらおうということでしたから、これまでは声かけをせずに観てきたのですが、彼の様子を観ていると良い感じになってきていると思っています。

お母さん：

私もびっくりしているのは、ここに来る前、家にいる時はじっとしていられず、ただ「苦しい、苦しい」「どうにかしてほしい」「眠れない」と言い続けていました。ここに来る直前には私たちも疲れ切ってしまう、息子が「お父さんもお母さんも辛いだろうから、木の花ファミリーでケアを受けてくる」と言ってここに来たんですね。今日は、こうやって落ち着いて話が出来ているのですから驚きです。来る前と比べて、顔つきも随分しっかりとしてきたと思います。

ただ、息子のことで気になるのは、今まで学校でも色々とありましたが、クラスメートにも恵まれ助けてもらってきたことに対して、感謝して一つ一つ自分の中に積み重ねて来られたのかなと思うと、どうなのだろうと思うところはあります。

お父さん：

私も息子が小さい頃から、「まわりをよく見ろ」と言ってきました。友達を大事にしないから、結局息子にとって良い人間も離れていってしまう。そして、息子自身、苦手な人は避けて生きている。私自身、息子の一部分しか見ていないのかもしれませんが、自分に良いことをしてくれる人に感謝を返さないといけないのに、友達を大事にしない。サッカー一部時代にも、皆に「朝練をしっかりとやろう」と言いつつも、自分が参加しなくなってチームメートの信頼を失っていったと思うんですよね。

いさどん：

私は面白い立場にいまして、80歳の方に今後の生き方についてアドバイスを求められることもあれば、小学生から相談を受けることもあります。そこには世代間の違いもあります。お父さんやお母さんの世代は筋道を通して転ばないように、そして転んだことは学び、それを教訓にしてさらに筋道を通していく、という考え方ですよ。それは40代、50代の人たちの生き方です。

そうすると、20代、30代よりも息子さんの世代はもう一世代下になります。20代、30代というのは、今の社会背景があって、新しい時代を創っていく世代です。今までのことを見据えて、新しい時代はどのような時代がいいのかを進めていく時代です。教育的に言うと、教えられたことに基づいてやっていくという世代です。

そして、次のこの子たちの世代は、あまりものを考えない感覚的な人が多い世代なのです。ですから、この世代の子供たちが、私たちの知らない世界をこれから創ってくれるのだろうと観ています。面談をしてみて、彼の中の個性的なものを感じます。まだ扉は開いていませんが、中に個性的で良いものがあることを私なりに期待しています。

ここでお父さんとお母さんにお伝えしたいのは、彼は私から観ると宝物である可能性があります

ます。しかし、お父さんやお母さんの見解からすると、「あれが足りない、これが足りない」ということになってしまいます。これは私が観ている掘り出し物を封印することにもなります。お二人がおっしゃっていることは社会を生きていく上では重要なことですが、もうちょっと新しい視点も持っていただけるといいと思います。ぜひとも他の人にはないこの人の個性を活かし、それを開花させたいと思います。

自分たちから観えるところを伸ばしていくというのは良いことですが、それは自分たちの考えている範囲の人をつくることであり、「こんなところがあったんだ！」という感動は、思いもしない蓋を開けたところにあるものだと考えます。

今後も1週間後でも2週間後でも構わないのですが、時々来ていただいて、彼の変化を確認してもらえればと思います。そして、今まで出ていなかった彼の部分を発掘するという意味で、一緒にそれを確認してもらいたいと思います。いずれ彼はここを卒業して家に帰るわけですから、その時に彼との付き合い方をマスターしていただき、そういった受け皿をつくっていただければと思います。

今こうやって話をしていくと、彼の中に今までそんなふうには考えていなかったけれど、「そこだ、そこだ」という気持ちがあると思うのですが、どうかな？

ロッキー：

はい、あります。

いさどん：

今まではよくわからなかったけれど、もやもやがそこにあることは感じていると思うのです。そのところをぜひ開花させたいと思っています。彼は感覚的に物事を捉えていく力は高いですからね。

お母さん：

そうでしょうか。

いさどん：

はっはっは（笑）。お母さんが正しく物事を観ているのか、それとも、私たちの方が正しく物事を捉えているのかというと、他人の眼の方が、欲がない分だけ正しく捉えられるものです。お母さんの中に決めつけてしまうところがありますよね。一人一人個性があるように、一人一人違った捉え方があって、お互いに認め合いながら良い関係を築いていくことが大切と思っています。それが人を活かすということです。

時代は常に新しい方向へ向かっています。私たちの時代には私たちの時代の価値観があり、

それはそれなりに有効でした。しかし、それを踏まえながら次の時代を担っていく人たちを
活かしていくことが、社会に役に立つ人が育っていくことにつながると思うのです。

ですから、彼の将来については楽しみにして下さい。問題事を解決しなければいけない
と捉えると、「あれもこれも」と考えてしまいがちですが、今まで封印されていたものをこ
れから開花させていくのだとしたら、「これは楽しみ以外にない」というぐらいに考えても
らえたらいいのかなと思います。この機会に発想の転換をしていただければと思います。

そうすると、今回のことは病気治しということではなく、このことをきっかけに彼が本当に
自分らしく生きるための大事な出会いだったということです。そういうふうと考えていただ
ければいいですね。

お母さん：

本当にありがとうございます。ここに来る前は、未来への光が何もなく、親子共々どうして
いいのかわからなくて。。

いさどん：

こんなに問題がないにも関わらず光のないところにいるということは、本当に今の社会の行
き詰まりの闇の部分ですよ。

お母さん：

どうしたらいいのかわからず、とりあえず心療内科に通ってみたものの、そこで処方された
薬の副作用ですごく悩んでしまいました。吐き気や頭痛で、逆にこの子の状態が悪い方へ進
んでいってしまったようです。

いさどん：

先日の新聞に載っていたのですが、医療が人を行き詰まらせて自殺を助長させるという傾向
もあります。医療は有効な部分もあるのですが、これから代替的なことを広めていく必要は
あると思っています。実際今まで薬漬けだった人が、ここに来て断薬し、そのまま薬なしで
過ごせるようになった人が沢山います。ただ、これがなぜ広がらないのかというと、医療と
して認められていないからお金にならないんです。

とりあえず、良いイメージを持って皆で一緒に取り組んでいきましょう。良いイメージの延
長に良い答えがあるのです。よろしくお願いします。