



リストカットという行為のもつ意図と面接での対処の仕方について

吉田, 圭吾

(Citation)

神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要, 4(1):9-16

(Issue Date)

2010-09

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCD0I)

<https://doi.org/10.24546/81002632>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/81002632>



リストカットという行為のもつ意図と面接での対処の仕方について

Intensions of wrist-cutting and how to handle them in psychotherapy

吉 田 圭 吾*

Keigo YOSHIDA*

要約： This paper is a case report of 30-year-old female adult who had wrist-cutting problem. The intensions of wrist-cutting are ① a tranquilizer which release himself, ② a way of expressing suicidal wishes, ③ a way of confirming himself through feeling pains and looking at his bloods, and ④ a message to others to tell that one is full of hardship. This client has lofty ideals and relatively low actual self which creates self punishing tendency leading to wrist-cutting. While therapist accepts a tranquilizer intension of wrist-cutting and gradually focuses on her inner violent aggressions, client changes from self-hatred to ferocious self and becomes aware of ferocious sister and passive aggressive mother. When she can get angry at sister and mother, she can cope with quarrels with them and wrist-cutting tendency disappeared. But client's resistance had been strengthened subconsciously till it reached a conclusion that she decided to quit counseling.

I はじめに

リストカットという行為は、従来から心理臨床の現場で報告されてきた。特に初期のころは、リストカットは境界例との関連を指摘され、自殺の危険も非常に高い重篤な状態と受け取られてきた。しかし、近年には、リストカットは、うつや神経症水準などの他のさまざまな病態においても見られる行為であると見られるようになってきた。

リストカットは自らの身体を傷つけるという、一般的に恐怖心を引き起こす行為であるのに、なぜ人はリストカットをするのであろうか。このリストカットの意図をめぐって、林(2007)は以下の4つを挙げている。①自分を解放させるため、自分をすっきりさせる。②自殺願望のひとつの表現。③痛みや血を見ることで自己確認をするため。④他者へのメッセージ、自分が辛いということ、追い詰められているということを誰かに伝える。

リストカットは、自分の深い苦しみから一時的に解放してくれる、《安定剤》としての役割がある。山口(2006)も、リストカットの意図に解放感を挙げ、リストカットは、“緊張感や不安、苦痛を和らげ、怒りや攻撃的な気持ちを和らげ、抑うつ状態や空虚感から逃れる目的がある”と述べている。また馬淵・内海(2006)は、気晴らしとしてのリストカットを論じ、“痛みは、一時的にせよ、彼らを悩ます煩わしい気分を胡散霧消する”と述べている。

一方、リストカットは、自殺願望のひとつの表現でもある。ちょっとした間違えば死ぬ危険性もある手首という場所を傷つけることで、自分の自殺願望の存在を表現していると言える。

また、リストカットは、痛みを感じ、自分の赤い血を見ることによって、生きている実感やリアリティを取り戻す手段にもなっている。前述の馬淵・内海(2006)は、“体の一部に「痛み」による目印を付けることで、リストカットは「これが自分の感覚である」「これは自分である」という固有感を取り戻してくれる”と述べている。さらに、リストカットは、“対象の注意や関心を引いて、対象を取り戻そうとして行う「ヒステリー機制」”(市田・木村,2004)を持つとされている。リストカットは、自分がどれだけ苦しく辛く生きづらいのかを他人にアピールし、他者をコントロールする意図を持っている。しかし、牛島(2004)の述べるように、リストカットには“「自分の方を見てほしい」というメッセージを含むが、親が「自分の方を見てほしいからリスクをする」と思うことには耐えられない”。井原(2006)も、リストカットを、“「悲劇の主人公を演じるお芝居」とだけは見られたくないクライアントの強い思い”を指摘している。

この4つ以外にも、“自分のダメさ、不甲斐なさを徹底的に断罪し、その当然の報いとして我とわが身を切り刻むという、自己嫌悪に基づく自己懲罰行為の意図”(井原,2006)や、逆に、“手首を他者と

* 神戸大学大学院人間発達環境学研究科准教授

(2010年3月31日 受付)
(2010年7月15日 受理)

同一視して、自分に失意を与えた対象を攻撃し罰する意図”(市田・木村,2004)等が指摘されている。

このように、リストカットは、見かけ上の自殺企図との類似性とは逆に、対人関係から生じる失意体験やそれがもたらす怒り、不安、緊張、抑うつなどを、自分自身で和らげたり減じたりする自己対処の手段としての意味を持ち、“真の自殺への歯止めの機能さえ持っている”(市田・木村,2004)のである。

一方、神経症水準の病気が、両親などの環境はそれなりにクライアントを抱える力があるのに、クライアントの側の主観的なこだわりや幻想から生じるのに比べ、リストカットは、虐待などの環境側の要因や、そこまでいなくても環境側の何らかの抱えることの失敗から生じることが指摘されている(牛島,2004;三根,2004)。治療の流れの中で、クライアントから見て両親や家族が問題を抱えるように見えるというだけではなく、実際に環境側の問題をしっかりと認めてもらうことが必要な場面があるのかもしれない。

牛島(2004)は、リストカットをするクライアントが、“夢の中で一家を皆殺ししてしまうほどの激しい攻撃性を抱えている”ことを指摘し、“ダメな”自分という意識から、“鬼のような”自分という意識へと移行し、最後に“鬼のような”母親等と移行することでリストカットは収まると述べている。問題となっている家族と喧嘩ができるようになると、手首を切らなくても済むようになるというのである。

しかし同時に、リストカットをするクライアントは、母親に情緒的に拒否されているのに、母親に縛られている、このすれ違いがクライアントを苦しめる。母親に怒りを出すことができたとしても、大好きな母親を攻撃している自分がひどい娘のように感じて、自己嫌悪を感じそれがリストカットにつながるので、単純に母親への攻撃ができるようになればよいということではないところが問題を複雑にさせている。

リストカットのクライアントは、基本的には、聞き分けがよく、手がかからないいい子であることが多い。しかし、そのいい子の程度が、歪んだ高い自我理想によって強められており、“嫌悪する自己と高みから自分を断罪する自己とが分裂しつつ、断罪する自己が唾棄すべき自己を攻撃する傾向”(井原,2004)があり、クライアントは自己撞着を起こしやすく、リストカットにつながるころがある。

このような特徴をもつリストカットのクライアントに対して、“リストカットはひとつの解決手段(仮のであるが)であることを認めてあげる”こと、“リストカットを止めろとは言わない方がいい”こと、“せいぜい「自分の体を大切に」くらいの制止がよい”こと、“「どうして切ったか」を問い詰めるより、「切ったあとどうしたか?どうなったか?」という、切ってすっきりし安心できた感覚と、しばらくして罪悪感、無力感、自責の念や惨めさが生じて、それがどのくらいで収まったかについて聞いてあげた方がよい”と牛島(2004)は述べている。

本論文は、リストカットをする女性との面接過程を報告し、リストカットをどう理解したらよいのか、リストカットをするクライアントにどのように対処すればよいのか、今回の面接で扱えなかったクライアントの問題について考察を加えたい。本論文の事例の女性は、リストカットに加えてODもするが、彼女のODは、本来的に

はリストカットがしたくて、それをしたくない代わりにODをするので、ODをリストカットの代理行動とみなし、リストカットを考察の対象とする。

Ⅱ 事例

1. 事例の概要

【クライアント】A子;初回来談時30歳

【家族】父親(以下Fと略記)母親(以下Mと略記)と妹、一人暮らしの弟の5人家族

【主訴】道徳的に生きたい。どうして自殺はダメなのかわからない。

【生育歴、現病歴】幼児期からバレエを続けていた。中1にクリスチンの彼氏(X)と出会い、中3でB市からC市へ転居。Xとは遠距離恋愛になる。高1に彼が不治の病に侵され、余命1年と宣告されるが、彼は余命に反して10年間生きた。彼のことは現在まで家族に話してない。「亡くなった人は、神格化する。」彼の好きなバレエを頑張るため、派遣社員の仕事をしながら夜7時間のハードなトレーニングを続けていた。しかし26歳の時、Xが亡くなり、気が狂うか死ぬかと思っていたが何も起こらず、1年間何事もなく頑張っていた。1年後バレエと仕事をやめてから不眠、無気力、希死念慮が始まり、再び派遣社員に戻り、頑張りすぎてODで入院、リストカットで静脈を切り(「どうしても死にたくなり首をくくろう」としてやめて、深いリストカットを1回だけした。血管を切って血が噴水みたいにほとばしり6針縫った。)入退院を繰り返し、心療内科を受診。しばらくして医者のお勧めで来談。

「まったく下心や打算がないなんてあるとは思えない。ボランティアも、金を期待せず心から相手を尊敬しているように見えても、実際は心のどこかで自分を誉めてほしいと思い、援助される人を低く見たりしているような気がする。宗教を信じる人も、結局自分が救われたいから信仰しているのではないかと疑ってしまう。」

「今思えば死ぬと無になるのか子どもっぽい興味があつた。しんどいと死ぬことを考える。自分がいることの弊害を消したくなる。リストカットをしたくなる。リストカットは死なないためにする。自分がわからなくなる。」「何をしていても自分がしたという感じがしない。今自分がしゃべっているのも、自分がしている感じがしないからそう思い込もうとしている。」カウンセリングの1週間前からそわそわしていた。今まで考えないようにしてきたのに、急に自分と向き合うのが不安。<カウンセリングで何を話していきたい?>「家族とどう付き合っていくのかについて考えたい。親の脛が血だらけ。妹が自分の対応に困っている。」

【処置】X年9月~X+2年5月までの期間に、週1回(32回から隔週)50分間の心理療法を54回行った。

2. 面接経過

第1期:家族を凶暴に罵倒する夢を見る、Mの前で泣き始める

家族に大事にされていないという不満をMに強く訴えて、困惑するMを見ると罪悪感で自己嫌悪、言い分を取り消すことの繰り返し。完璧な姉になりたいという理想のため、気性の激しい妹に当たり散らされても、“妹にうとまれる”自分を嫌悪してリストカットをしたくなる。リストカットには、無意識に自分としんどいと家族に思い知らせたいという意図があると感じると、自己嫌悪でや

りきれなくなる。いらいらがそれほど激しくない時は、“やさぐれ”と自分で呼ぶモードに入って、両親の好まないタバコや酒に浸ることで気持ちをすっきりさせるが、その後は必ず後悔する。

《1》「前回カウンセリングの後で気分が高揚して、調子が悪い」妹と揉めて腕を切りたくなり、代わりにODをした。Fは末っ子の長男でMは妹なので、姉である自分の気持ちがわからない。特にMの姉は完璧な人なので自分と比べてみじめになる。Mは、姉であるクライアントには厳しく躰けたと反省するが、そうされるとMを責めたてる自分に自己嫌悪心がぐちゃぐちゃになる。＜そうするとリストカットしたくなる。リストカットは必要なだね。＞「血が出て温かいと感じるから献血をよくする。」《2》【夢1：水に濡れて氷みたいにつるつると滑るところで、すごく高いピンヒールを履いて歩いている。急がないといけなのに、滑ってしまう。】【夢2：何か知らないけど、自分が家族に対して怒り倒している。】普段ならあり得ない口調で、汚い言葉で罵倒し、凶暴にヒステリックに怒っている。《4》Mが厳しかったから、クライアントは昔からMに嘘をつき、背徳や退廃に憧れた。心の中ではXが永遠の1番なので、男性に付き合うにも相手の2番手じゃないと困る。「日々の生活は繰り返しで疲れるから“やさぐれ”る。日常はただ死に向かって老いていく。」＜亡くなった彼より年齢だけ積み重ねちゃう＞「そう。年を取りたくないから、死にたくなる」《5》両親はいつも、『妹には悪気はない。心配しているだけ』と言う。＜両親が妹をかばっているように聞こえる＞「そう。妹は相手を責めることで自分をアピール。でも妹をずるいと思う自分も嫌い。」クライアントの対人パターンは、バレエでも仕事場でも、初めはすごく関係が良くなりみんなが自分を可愛がってくれるが、だんだん関係の良さがプレッシャーとなり、次第に自分を可愛がってくれる人を嫌いになる。《6》薬やカウンセリングにお金も労力もかかり、「自分は本質的に我儘」《7》Mに泣きながらカウンセリングの中身を聞いてもらい、「気にしないこと」と言ってもらい少し安心する。《8》「いらいらすると週に1泊はGMの家に行く」＜合法的家出＞「うん。でも逃げ道にしているのは嫌」《9》「泣くことは芝居がかっているように感じて、今まであまり泣かないタイプだった。」と言いつつ、Mの前でよく泣くようになる。「カウンセリングに依存しているような気がする。」バレエに打ち込めたのも彼がバレエを好きだったから。

第2期：妹に怒りや本音をぶつけ始める

《10》家を出たいという強い妹の訴えに両親が折れて、同じマンションの別の部屋を借りたので妹は気をよくしている。「私が妹を追い出すみたい」とMに訴えると、『妹は一人暮らしをしたいだけ』とまたかばう。《11》Fは、誰とも仲良くできて、みんなから褒められる。Mもきちんとしていると褒められる。《12》妹の人を馬鹿にした態度にカチンときて、初めて夢と同じように妹を罵倒し、取っ組み合いの喧嘩をした。妹が『早く死ね』と言うので、右腕を5、6回切りつけ、「私を殺してよ」と妹に包丁を突きつけた。「夢を現実にしてしまったみたいで大混乱しました」もやもやして左腕をかなり深く切って、ようやく冷静になった。《13》激しい名前に魅かれて、闘魚を飼い始めた。怒るとヒレを最大限に広げて相手を威嚇し、どちらかが死ぬまで闘う。高校・大学時代は、人の弱点をあえて攻撃

し、毒を吐く激しいところがあったことを最近思い出した。中3の引越して、バレエに専念できる高校に進学する夢が断たれ、意気消沈し、高校入学時はすべてを放り投げ、バレエも休んでいた。高校時代から“やさぐれ”モードで毒を吐いていた。《14》妹と衝突し、以前なら妹の一言に落ち込んで消えなくなっていたけど、妹の欠点をはっきり指摘してすっきりした。

第3期：妹へのわだかまりが解ける、両親へ本音をぶつけ始める。

《16》妹といがみあっている醜い姿を友だちに知られたくなくて、相談できない。Mには、妹と怒鳴り合って薬を飲む今の自分をそのまま受け入れてほしい。《17》妹がいる友だちに、妹との大げんかや包丁を妹に渡して殺せと怒鳴ったことを、勇気を出して相談してみたら、それはまったく普通だという答えが返ってきた。一人は妹に包丁を投げつけたことがあり、もう一人の姉がうつ病で、お前はきちがいだと言ったらその姉が逆上して嘔みついてきたので、蹴っ飛ばした。友だちが後悔したのは、殴る蹴るより、きちがいと言ってしまったことだから、クライアントの妹は、『死ね』と言ったことをきっと後悔しているはずだと言ってくれた。その言葉を聞いて妹へのわだかまりが解けた。「友だちが自分のバレエ教室を自分に任せたいと言ってきた。やめてだいぶ経つので不安。「どう思いますか？」＜あなたは自分をごまかして元気に振舞ってしまうから、周りはそれに騙されてしまう。本当はとても不安。＞「Mはこの話を大歓迎している。」《19》いつものように妹の肩を持つMに納得できない気持ちをぶつけると、『私は母にそんな言い方はしなかった』と言い返されるので、ますますいらいらした。Fにも思いをぶつけると、『親のせいにするのか？』と逆ギレするので言い返した。いらいらが高まり、私は死にたいよと言うと、Fがやってみると叫び、包丁を取りに行くとはがいじめにされた。ビルから飛び降りて半身不随になった自分をFに見せつけてやりたい。《20》【夢3：夢の中でぐさぐさとリストカットをしていて、十字架が出来てはっとする。】《24》今はふさぎ込んではMに服をおねだりしている自分が“さもし”けど嬉しい。以前はひねくれていて、無理に辞退していた。

第4期：カウンセリングへの抵抗の出現、Xとの喪のプロセス

《25》彼女のいるネットの男友だちと会った。《27》闘魚が死んでしまい、ショック。犬、猫やウサギを飼いたい。Mは、クライアントに動物を飼うのはまだ無理だと言う。Xが最近夢にも出てこなくなった。《28》弟が来年結婚する。例の男性が彼女と別れたと連絡があり、誘われるのではと不安。話しやすいけど、異性としては生理的に無理。《30》「いろいろ考えて、カウンセリングを隔週にしたい。落ち着いてきたし、いろいろあっても貯めてカウンセリングで吐けばいいとカウンセリングに頼ってしまう自分も嫌。自分でやってみたい。」最近友だちと遊んでも落ち込まなくなった。最近元気になったと、Mにも仕事先にも言われる。セラピストはこの申し出を抵抗と認識したが、自分の攻撃性を認めつつあり、Mにも本音を出し始め、リストカットもなくなっている。次回から隔週にすることに。20代前半に友だちに無理やりセックスをされた。それ以降相手を汚しそうで自分から男性に触れられない。【夢4：泳げないのに水に深く潜っていく。深緑の世界。一番深い所に

ベッドがあり、そこでやっとゆっくりと眠れる。】《31》例の男性と遊びに行き、ホテルに連れて行かれた。壊れもののように扱われるのが嫌だったから、まるで遊び人のように振舞ったけど震えてしまい、彼にも途中からばれた。「セックスをみんな大げさに考えているけど、たいしたことないという証拠にしたかった」＜無理やりセックスを強要された経験に深く傷ついているけど、それをたいしたことないと思いたかった。でもそれは無理。あなたは遊び人じゃなくて、傷つきやすい人だから。＞「私としたいと思ってくれたのは嬉しかった。」妹と揉めて、死のうと思ったが、行動に移す前に M に「死にたい」と訴えることができた。「M に亡くなった X のことを初めて告白した。ずっと隠していたと伝えた。M は中学生からということに心底驚いていた。」《33》彼にもらったアクセサリーを肌身離さずつけてきた。でも最近夢にも出てこない M に訴えると、『もう成仏したんだよ』と言われ、それで彼からもらったアクセサリーをはずした。M は、X のことを気づけなかった自分を責めるが、そうされるとまるで自分が M を苦しめているようで自己嫌悪を感じ死にたくなる。＜M は、言葉では反省しているように見えるけど、暗に嘘をついたクライアントを責めているように感じる。あなたは M に、本当のことを言うてくれてありがとうと心から言うてほしいのでは？あなたは M の受け身の攻撃をずっと受け続けていたのかも＞「彼のアドバイスで生きてきたから、彼なしで生きていく自信がないと M に相談したら、パレエを続けなさいと言う。」＜あなたが欲しいのは、アドバイスじゃなくて、彼を失った心細さを共感してほしいだけにね。＞「うん…。」＜M は、言葉では辛かったねとよい母を演じて、態度ではなぜ M に言わなかったの？とあなたを責めているみたい＞「そう。だから自分が悪いと思っちゃう。だんだん根掘り葉掘り聞かれて…最後は私を騙していたみたいな話に差し替えられたと思う。」＜“よい母親”の裏にあるプライドの高い母親に注意だね。いつの間に母がよい人で、自分が悪者にされちゃう。＞「悪者にされると、消えてなくなっちゃいたいという気持ちがまたむくむくと首をもたげてくる。」

第5期：暴れる自分の受け入れ、人を喜ばせたいと高揚する自分の気づき

両親への激しい怒りが意識され、リストカットの手段を使わず、暴れたり泣いたりするようになるが、罪悪感や自己嫌悪も同時に強くなる。

《34》暴れそうになって、家でひとり泣いてきた。でも悲劇のヒロインぶっているようで自己嫌悪。医者が、リスカの代償で暴れるのはやめて、破壊的でない方法を考えなさいと言った。＜暴れたり泣いたりなら、リスカよりよっぽど人間らしいのにね＞M の誘いで、数か月ぶりに妹と話した。二人に話を合わせてしんどかった。＜早く元気になってほしいという M の期待に応えたいと思い、明るく元気に振舞うことに疲れてしまう＞「M はすごく嬉しかったと。」不安定になると薬は効いているのか？よくなっているのかと。＜カウンセリングも効果があるのかと不安＞《35》M の実家に初めて行く。M の父は軍人で大変厳しかった。M もおばも小さい頃から潔癖症で、M も結婚しないだろうと思われていた。M の弟は自分の欲望のままに生きた人で、借金も作り、愛人もいた。《36》パレエのレッスンを始めた。《38》新しい仕事の面接を受けたら、

かなりの倍率を勝ち抜き採用された。それがプレッシャーで失敗しないかと怖い。カウンセリングのあった日に帰宅すると、M にカウンセリングの成果をせかされ、“ブチ家出”をして公園で“やさぐれ”た。仕事が始まり、M が『もう安心』というので、すかさず「まだわからないよ」と言った。《39》仕事が始まり、プレッシャーで食欲もない。一方やればできると高揚している自分もいる。カウンセリングに通い始めて3食食べるようになり10kg 増えていたのに、再開したパレエを頑張りたいと思うと、10kg 痩せたくなる。【夢5：洗濯物を入れようとしたら、蜘蛛の巣が張っている。ぶつからないように洗濯物を取り込もうと悪戦苦闘している。】【夢6：急がないといけなのに、床も靴もつるつる。】【夢7：何回も明日仕事に行く荷物を確認したのに、絶対忘れてはいけないブラウスを忘れる。】＜つるつる浮いている、高揚した今のあなた。ブラウスを忘れるのは、仕事に行きたくないからかな。すごく不安な自分と、やればできると高揚している自分が離れている。弱音や愚痴を吐けるように。＞「以前の仕事でも、最初に頑張りすぎて、能力以上に思われ、しんどくなる。どんどん重荷になる。」＜努力して地味にしてみれば＞《40》高揚感がずっと続いている。夜中は眠れずにむしろ元気で、道路も左右も見ずに渡れちゃう。職場でもお調子者を100%演じている。死にたい。こういうのって高揚して浮いているのに関係している？＜している。浮いていなければ減ると思う＞《41》「カウンセリングの後気分が高揚していて、数日後がピークだった。休みでベッドの中にいて、死ぬことばかりを考えていた。」仕事もパレエも、褒められると頑張り、しんどくなる悪循環。＜人にかっかりされる能力を養う＞《42》「前回のカウンセリングから調子が悪くて、泣き腫らしていた。被害妄想か、失敗しやしないかと自分を誰かが観察している感じがする。テンションが上がり気味だから、後で落ち込むと嫌。＜こういう悩みを職場の人には言えない？＞「怖くて言えない。職場では、一番早く溶け込めたねと褒められた。」《43》妹と喧嘩になり、妹『ぶっ殺すぞ、てめえ！』クライアント「やれるものならやってみろ！」と激しく言い合って、興奮が高まってリストカットにつながる前に、自分で“ブチ家出”をした。しばらく外にいてから帰宅すると、クライアントの部屋が妹にめちゃくちゃに荒らされていた。妹は両親がクライアントの味方をしていると感じたみたいで、『みんな安らぐから、彼のところに逝っちゃってください。』というメールがたくさん来て、許せなくて、死にたくて、リストカットしたくてたまらなかった。でも今まで喧嘩らしい喧嘩もしたことなかったなって冷静に自分と妹を客観的に観察している自分もいた。「私、頑張れましたよね！」＜はい、頑張れました！＞「家を出られたのは、セラピストがブチ家出を勧めてくれていたから」

第6期：うさぎとの出会い、仕事でリラックス

《44》F に反対されたが、うさぎとの運命の出会いをして飼いはじめた。ウサギの世話という生活の目的ができて、妹のことが気にならない。でも寿命が5年くらいだから、死んだら落ち込むだろうなって、今から悲観的。《45》妹は荒れていて、M に、『結局 M は私を見捨てたでしょう？』と電話してきたらしい。《46》もうカウンセリングを止めたいと医者に言った。いつまでも続けていないといけないうということもなろうと。セラピストに依存していそうな気が

する。なぜセラピストの携帯番号を聞いておかなかったのだろうと。カウンセリングじゃなくて、個人的に話を聞いてもらえるんじゃないかと思っちゃう。その錯覚が怖い。昔の映画で、カウンセラーと付き合う映画を観た。《48》緊張感がなさすぎるほどリラックスして仕事ができている。ミスもまあいいかと受け流せる。うさぎ効果が絶大で、あんなに攻撃的だった妹が、うさぎが可愛いからとクライアントの部屋に遊びに来るようになった。妹と話をするようになって、妹の方がきょうだい仲良くしたいと強く思っていることがわかった。《49》気のせいか職場の人がクライアントにとってもフレンドリー。《50》妹が一人暮らしは淋しいというので交代して一人暮らしが始まっている。うさぎと二人で楽しい。妹と小競り合いがあったけど、かかわらないようにしている。仕事先のクライアントのキャラが“ダメ子ちゃん”。《51》【夢8:免許を持っていないのに、車を運転している。スピードを出して、大きなショッピングモールに行く。何でも売っているの、インテリア、洋服、化粧品をたくさん買っている。】＜免許？＞人も取るなど言うけど、違反をしそうで運転できる自信がない。＜欲しいものを欲しいと言える＞親と心身ともに離れて、したいようにしている。＜洋服？＞明るい色の服を選んでた。明るい色の服は、可愛いと思っても、妹の好みだと諦めていた。夢の中ではまったく意識せずに自分の好きなように買っていた。今までは、Mと買い物にいけばMの好みに合わせていた。《52》もう大丈夫です。あまり最初によく見られないようにしようというセラピストの作戦が一番よかったと思う。FやMの機嫌が悪いと、以前は機嫌を取っていたが、今はそそくさと部屋に帰るようにしている。「ご機嫌を取られる方も、実は気分がよくないということがわかったのが一番の収穫。」彼の命日に初めて普通に過ごせた。次回の次のカウンセリングが最終回と決める。《53》“ダメ子ちゃん”としてフォローしてもらい、みんなにやさしくしてもらっている。これじゃダメと思っていた時の方が、失敗も多く、人間関係も難しかった。今まで無理をして自分をハイにしていた。《54》順調。「私、強くなった。」

Ⅲ 考察

1. クライアントの理想と現実の激しいギャップと対人パターン

Mの姉が「完璧な人《1》」であり、「Mの父が軍人で厳しかった環境《35》」で、Mの弟のみが“不道德”な生き方を一人背負った人であり、その弟と対比して潔癖症に育った姉妹の妹で、完璧な姉と比較されて育ったM自身、かなり完璧にこだわり、厳しくクライアントを育てた背景が、クライアントに、途方もない姉としての高い理想を与えてしまったと考えられる。その高い理想と比べれば、どんなに努力しても現実の自分は、理想に到底及ばない卑小な自己として嫌悪されてしまう。どんなに自己嫌悪していても、クライアントは、母親と同じくらい“よい人”である父親、ひいてはバレエの先生や仕事の上司の期待に応えようと、自分の感情をまったく無視して過剰な努力をして、身体を酷使し続けるという行動パターンを形成してしまった。クライアントの対人パターンは、「初めはすごく関係がよくなり自分を可愛がってくれるが、だんだん関係のよさがプレッシャーとなり、次第に自分を可愛がってくれる人を嫌いになる《5》」というものである。どんな目上の人の期待にも、自分の感情を解離させ、完璧に応答してしまう一方で、そのような

対象への欲求不満や失意体験、怒り、不安、緊張は解離されたまま自己の意識から排除されてしまっていた。

2. クライアントの激しい怒りについて

牛島(2004)の述べた「夢の中で一家を皆殺してしまうほどの激しい攻撃性」をクライアントもおそらく夢2《2》で自我異和的に経験していると思われる。まだその攻撃性は夢の中でしか自分が引き受けることができず、むしろ攻撃性は、妹から“ダメな”自分に向かっていると感じ、高い理想を要求する厳しい超自我として、ダメな自分を責め立てるのである。時には妹をかばう“ダメな”母親と訴えるが、母親の当惑する様子を見て、直後に“ダメな”自分に瞬時に変わり、母親に面倒をかける自分を消し去りたくなり、希死念慮が現れる。

3. 10年間“付き合った”亡くなったXについて

幼少期から母親の期待に応えて、バレエに没頭し両親にとって“完璧な娘”を生きてきたクライアントにとって、「中3の引越《13》」は大変な危機をもたらした。そのままバレエに没頭できる高校に進学する夢を断たれたクライアントは、しばらくすべてのことに興味を失いバレエも中断していた。その時の両親への、Mへの激しい怒りと憎しみを封印したのが、彼への想いであろう。引越前からの付き合いがある彼は、引越前の自分を好きな存在として、Mへの反抗を象徴していたと思われる。ずっと彼と付き合っていることをMに秘密にしていたのもMへの復讐とも考えられる。彼が高2の時に事故に遭い、不治の病が見つかり、彼への献身的な愛に没頭することで、Mへの憎しみを封印したのである。余命1年と聞いていたのだから、まさか彼がその後10年間も生きるとは予想もしなかったに違いない。Mへの憎しみを10年間も封印してしまったことは彼女の人生に深く翳を落としたと思われる。その彼が亡くなり、1年間は、“よい子”として完璧に仕事とバレエをこなすことで対応したが、封印のない頑張りはずっと、不定愁訴からリストカット、ODが始まったのである。

4. “やさぐれ”モードについて

彼女は、それほど深刻な事態でない時に、自分なりの興奮のやり過ぎ方として見出したのが、“やさぐれ”モードである。“やさぐれる”とは、もともとは家出の意味だが、“ぐれる”との重なりから、反抗的な態度で激しい怒りを表出する“ぐれる”の弱い表現、拗ねて自暴自棄になるという意味になった言葉である。A子の心の中にある、“ぐれて”しまいたいほどの激しい攻撃性と、それができずに拗ねて自暴自棄になり、酒やタバコに逃避する気持ちをちょうど合わせたキーワードだと思われる。しんどい時には家を出るという“プチ家出”にもつながる。

5. リストカットの果たしていた意図

リストカットは、そのように彼の死によって、封印が解かれたはげしい攻撃性をなだめる安定剤としても機能している。また、自分の自然な感情や身体感覚をずっと解離させてきた自分に、痛みと血でリアリティを取り戻させる意味、死への願望の表現としての意味、自分がどれだけ辛くてしんどいと家族に思い知らせたいという意味が含まれていると思われる。ただし、最後の意味は、そのような動機がリストカットに含まれていると感じると「自己嫌悪でやりきれなくなる《1》」反動も強い。

6. セラピストによるクライアントのリストカットへの対処について

て

リストカットに対する対処を考える場合、まずリストカットの背景、特に病態水準について注意深く評価する必要がある。リストカットの背景が、精神病及び境界例水準だと推測される場合、医療機関との連携が前提となる。また、リストカットが深く、頻繁な場合は、リミットセッティングなど、セラピストが毅然とした態度でクライアントと「リストカットをしない」という約束をすることが必要な場合もある。

しかし一方で、教育現場で出会うリストカットの生徒や、一般の相談室で出会うリストカットのクライアントは、精神病水準や境界例水準までの深い問題を抱えているわけではなく、それでも本人としては、親子関係や友だち関係、恋愛関係などのおもに人間関係上の問題にひどく悩み、混乱し、精神的に追い詰められ、そのような苦しみから一時的にであれ解放され、不安や緊張や苦痛を自分の心から切り離すためにしているのである。そのような状況でリストカットをやめなさいと伝えることは、自分がどんなに苦しいか、その苦しみとなんとか折り合う、最善とはいえないまでも自分としては唯一の方法としてリストカットに頼らざるを得ない気持ちなどをわかってもらえないという思いを深めてしまい、そのような対処そのものが新たな人間関係上の悩みをもたらす、リストカットの要因となりかねない。

よって、インテーク（初回面接）等でクライアントのリストカットを発見した場合は、投影法（バウムテストなど）や面接でのクライアントの態度や悩みの内容などから病態水準を評価し境界例水準より深刻でないこと、傷を見せてもらいその深さが傷が後々で残る程度に達していないことなどを確認した上で、どんな人間関係上の苦しみを抱えているのか、それが夜ひとりである時にクライアントに重くのしかかり、不安や怒りやいらいらで心がいっぱいになり、ますます興奮し眠れない時に、リストカットをすることで空気が抜けるように不安や怒りが霧散し、眠れるようになるという一連の流れを、時間的経過に沿って細かく話を聴いてやり、リストカットの安定剤の側面をきちんと理解してあげることが重要であると思われる。

そのことに付随して、今まで誰にリストカットを打ち明けたか、その人になんと言われたかを聴いてあげることも必要である。ほとんどの場合、親や友だち、教師に打ち明け、たいていの場合は「やめなさい」ときつく言われていることが多く、その時に、自分は苦しいから“安定剤として”リストカットをしているのにその気持ちをわかってもらえないという思いを味わっていることが多いので、思いに共感する。ただし、「やめなさい」と言われて、自分のことを真剣に心配してくれているというプラスの経験を裏でしていることも多いのでその気持ちにもアンテナを張っておく。

いずれにせよ、リストカットが安定剤として機能していることを認めつつも、それが最善の方法ではないこと、傷が深すぎると痕が残ってしまう可能性を共有し、体を気遣うことはしておく。もちろんそれがリストカットを責めているとクライアントに伝わらないように、十分な配慮が必要である。

今回の事例でセラピストは、リストカットをすることでなんとか問題に対処しようとするクライアントの努力を認め（「リストカットは必要なだね《1》」）、それを周囲の人に理解されにくい辛さに

共感し、ただ深く切りすぎてしんどくなりすぎないように「体を大切に」することだけを伝えていた。また“やさぐれ”モードについても、自分なりに興奮を落ち着ける対処方法として認め、“腹が立つ”、“しんどい”、“両親が妹をかばっていると感じると腹が立つ《5》”、“逃げたい”などの本音をできるだけ認め、自分の本音が両親や妹に面倒をかけるということでどれだけやりきれない気持ちになるかについてふたりで話し合っていた。いらいらするとMの母親の家に行くことも“合法的家出《8》”と名称を与え、“やさぐれ”モードと関連付けていった。すると第2期に入り、引っ越しがどれだけ嫌だったか、引っ越し以降高校や大学でどれだけ友だちに“毒を吐いていたか”を想起していき、徐々に自分の内にある攻撃性を認められるようになっていった。《12》には夢の攻撃性が行動化され、妹と取っ組み合いの喧嘩をし、「闘魚を飼う《13》」気持ちになったのも、自分の中の“相手を殺したいほどの気持ち”を認め始めた表れであろう。第3期では、妹との喧嘩を自分のダメなせいと自己嫌悪していた気持ちを、友だちに打ち明け《17》、どんなに激しくてもきょうだい喧嘩は普通だと認めてもらったことで、妹への攻撃性に罪悪感を感じる程度が低下した。そして妹の肩を持つMへも怒りをぶつけられるようになる。《24》では、服をねだる“暗い”動機を否定せず、親に甘えられるようになっている。

そして言いたいことを両親にぶつけても、「私は母親にそんな言い方をしなかった《19》」とMに言い訳されたり、Fに逆ギレされたりすることをセラピストと話し合う中で、第4期に入ると、“よい母親”の裏にあるプライドの高い母親という、“ダメな母親”の話を焦点を合わせていく。

7. カウンセリングへの抵抗について

このようにリストカットそのものは、第2期以降はなくなるのだが、第4期から、カウンセリングへの抵抗や行動化が現れるようになる。「カウンセリングを隔週にしたい《30》」と述べた理由に、最近落ち着いてきたと言う一方で、カウンセリングまで貯めて吐けたいと思っていると、カウンセリングに頼っているようでそういう自分が嫌だと訴える。この時点で、セラピストはこれを抵抗とは捉えていたものの、それを十分に取り上げるまでできなかった。そもそもインテークの時に、「カウンセリングの1週間前からそろそろ急に自分に向き合うのが不安」と述べ、初回にも、「前回カウンセリングの後で気分が高揚して調子が悪い」と言い、カウンセリングに対する不安が初期から高かった。1. で検討した対人パターンは、もちろんセラピスト―クライアント関係でも演じられやすいと思われ、クライアントの心の中に、“よいクライアント”でいたいというセラピストに同調しようとする傾向も強かったのではないか。《7》には、カウンセリングの後で落ち込んだ自分を母親に慰めてもらっているという報告をしている。このあたりから徐々に、セラピストとの関係も、“関係のよさがプレッシャー”となる関係ができつつあった可能性もある。一方でセラピストの期待にもっと答えたいという気持ちも強まり、関係が性愛化されてきていたことにセラピストは気づけていなかった。特に第4期の冒頭に突然出現するネットの男友だちは、その5回後に隔週を申し出ているところからも、セラピストと個人的に付き合いたいという性愛転移の最初の行動化と考えられる。セラピストはそれにはつきりとは気づかず、両親や妹に攻撃性を出せることを期待していたので、クラ

イエントはその期待に応えようとして必死でぶつかり、その期待がプレッシャーとなり辛いという思いをセラピストに言えずにいたことも考えられる。

第6期で、《46》にカウンセリングを辞めたいと申し出たのは、そのような転移が頂点に達して、セラピストから距離を取りたくなった証拠であろう。ここでセラピストが気づいて、この転移の問題を取り上げていたら、中断は避けられたかもしれない。

抵抗が強まった時点で、「隔週にして何が変わりましたか?」「カウンセリングを受けるとかえって調子を崩すようですね」「彼とセックスをしてしまったのは、カウンセリングを隔週にしたことと関係がありますか?」などと、もっと結びつけてもよかったと思われる。

8. 母親との関係をめぐる問題について

クライアントが、恋愛にこだわるのは、Mへのアンビバレントな感情、深い怒りと憎しみと同時に愛されたい、大事にされたい、理解されたいという強い母親を求める気持ちが背景にあり、その苦しみから逃れたい動機が隠れている。だからこそ、決して結ばれることのない彼にこだわり続けたのである。まずは、セラピストへの恋愛感情をしっかりと取り上げ、その「怖い錯覚《46》」の裏にある、相手を求める気持ちと、本当に相手を求め始めると感じる強い不安、逃げだしたくなる気持ちなどを取り上げることが、もし今後カウンセリングが再開するなら必要ではないと思われる。その背景に、母親とのつながりをめぐる深い問題が隠されているからである。

9. クライアントの見た夢について

クライアントは夢をときどき報告している。すでに考察しているものもあるが、ここでまとめて考察する。夢1は、クライアントの足が地についていない感覚、急がないといけないという部分に見られるクライアントの強い焦りの気持ちを表している。夢2は、その時点ではまだ意識されていない家族への殺害衝動のような激しい攻撃性が無意識ですでに現れていることを示している。夢3では、リストカットを十字架の形でするというところから、クライアントがリストカットに救いを求めていること、あるいはリストカットそのものの内にある宗教性を表していると思われる。夢4は、心の深いところで、ありのままの自分が抱かれる体験、緊張や不安や苦しみから解放される体験を表していると思われる。ただ一方で、セラピストとの性的な結合のイメージも重なっているのかもしれない。セラピストはその意味を面接中は感じていなかった。それが抵抗として表面化していくことになる。夢5は、蜘蛛の巣が洗濯物を取り込むのを邪魔している。夢6は、急がないといけないのに床がつるつるして邪魔をしている。夢7は、仕事にいくのに大切なブラウスを忘れている。どれも焦って何かをしなければならないと思っているのに、それに邪魔するようにいろいろなことが起こる。セラピストはそれは仕事を積極的に進めようとするクライアントのよい子であろうとする心への強い抵抗として理解し解釈した。夢9は、免許を持っていないのに車を運転したり、不安は示しているが、買っているものがインテリア、洋服、化粧品などの女性的なもので、クライアントの女性性を表していると思われる。

10. ウサギとの出会いについて

ウサギは、セラピストのクライアントの抵抗や性愛転移から生じる不安、その背景にある環境としての適応の失敗に対する失意体験の苦しみが高まった時に、クライアントを慰める対象として突然現

れた。その意味で、移行対象(Winnicott,1951)の一種であると思われる。そして、この対象は、引っ越しに伴う両親への怒りが頂点に達した時に現れたXの存在のように、“いつ死ぬかわからない”存在として、時限的に自分の激しい感情を封印する役割を果たしたのではないと思われる。しかし一方で、目を合わせない特徴を持ち、鋭い牙がその獠猛さも現わし、抱かれることを嫌がる性質など、闘魚よりもクライアント自身の性質と似ている存在でもある。

11. 終わりに

本事例では、あまりにも高い姉としての理想を持つことで、その理想から見て“ダメな”自分を嫌悪し、リストカットを繰り返してきたクライアントが、自分の内にある“鬼のような”自分の存在に気づき、その激しい攻撃性を自分のものとして少しずつ認めていくことで、“鬼のような”存在は、母親であり、妹であり、父親であると少し思えることで、リストカットという手段を使わなくても済むようになった。それとともに、いつも主観的にしか見られなかったクライアントが、友だちの援助もあり、客観的に妹の立場から見た視点も持てるようになり、実は妹の方もMに愛されていないという苦しみを抱えていること、妹こそクライアントと仲良くしたいという気持ちを持っていたことなどの洞察をもてるようになったことも、この面接の成果であろう。これらの結果、リストカットやODをする動機である、対人関係から生じる失意体験や、それがもたらす怒り、不安、緊張、抑うつが生じた時に、その場から離れ距離を取る(“ブチ家出”)という手段を用いてリストカットを避けることができるようになったと考えられる。

しかし、クライアントの抱える、対人パターンの問題、そのパターンの背景にある母親へのアンビバレントな感情の問題は、この面接では十分に上げることはできなかったのも、その問題は未解決のまま留まっている。クライアントがカウンセリングを再開するなら、それらの問題をきちんと取り上げる必要があるだろう。

<付記>第28回日本心理臨床学会で発表したものに加筆修正したものである。また事例の発表を快諾くださったクライアントに深謝します。発表当日に座長の労をおとりくださり、本稿のご指導をいただきました東京国際大学の溝口純二先生、及び貴重なご意見をいただきました氏原寛先生にお礼申し上げます。

引用文献

- 市田勝・木村宏之(2004):境界例と自傷 川谷大治編 自傷—リストカットを中心に 現代のエスプリ No443 至文堂
- 井原裕(2006):境界性パーソナリティ障害と自傷行為 林直樹編 こころの科学 No127 日本評論社
- 牛島定信(2004):リストカットの理解と扱い方 川谷大治編 自傷—リストカットを中心に 現代のエスプリ No443 至文堂
- 川谷大治(2004):精神科マネージメント 川谷大治編 自傷—リストカットを中心に 現代のエスプリ No443 至文堂
- 林直樹(2007):リストカット—自傷行為をのりこえる 講談社現代新書
- 馬淵麻由子・内海健(2006):気分障害と自傷行為 林直樹編 こころの科学 No127 日本評論社
- 三根裕子(2004):虐待と自傷 川谷大治編 自傷—リストカットを

中心に 現代のエスプリ No443 至文堂

山口亜希子 (2006): 大学生にみる自傷行為 林直樹編 こころの科学 No127 日本評論社

Winnicott,D.W.(1951):Transitional Objects and Transitional Phenomena. In(1958) : Collected Papers. London:Tavistock Publications. 北山修監訳 (1990) : 児童分析から精神分析へ 岩崎学術出版社