

# 自殺念慮をもつ女子学生への危機介入

鶴田 一郎

(広島国際大学心理科学部臨床心理学科)

**【要旨】** 身近な人々と死別し、その喪失体験により、心身の調子を壊し、学生相談室を訪れる学生たちがいる。それが仮に病気や事故や災害によるものであっても、親しい人・愛する人との突然の別れが、その人に与える影響は計り知れない。ましてや、それが自殺であった場合、さらに大きなショックを遺された人々に与える。このような喪失体験から遺された人自らも希死念慮を抱くようになり自殺を図るといったケースもある。本研究では、このテーマを考えていくために、親友の自殺により抑うつ状態になり、自らも自殺念慮を抱くようになった女子学生(D子さん)の事例を提示し、自殺念慮への「危機介入」(crisis intervention)に焦点を当てて考察を試みた。その結果、次のことが分かった。まず、表面上いかに強い希死念慮があった時も、D子さんの心の底流には「生きたい」という強い願望があり、その裏返されたものとしての「自殺念慮」だったと捉えることができるのではないかとということである。そして、D子さんにとって信頼できる人々とのかかわりを通じて、対人関係を再構築し、自己を受け容れ、再び「生きたい」と思えるようになった。このように、自殺念慮の人を癒し自殺を踏みとどまらせるものは「信頼できる人との心の絆の回復」ではないだろうかということである。

## I. はじめに一問題の所在一

身近な人々と死別し、その喪失体験により、心身の調子を壊し、学生相談室を訪れる学生たちがいる。それが仮に病気や事故や災害によるものであっても、親しい人・愛する人との突然の別れが、その人に与える影響は計り知れない。ましてや、それが自殺であった場合、さらに大きなショックを遺された人々に与える。

大震災で家族を亡くした学生がいた。恋人を交通事故で亡くした学生がいた。親友を自殺で亡くした学生がいた。父親を過労自殺で亡くした学生がいた。犯罪被害者遺族の学生がいた。障害の重い弟を亡くした学生がいた。そして私自身、何人かのかけがえのない人を病気や事故や災害や自殺で亡くしている。このような喪失体験から遺された人自らも希死念慮を抱くようになり自殺を図るといったケースもある。

本研究では、上のテーマを考えていくために、親友の自殺により抑うつ状態になり、自らも自殺念慮を抱くようになった女子学生の事例を提示し、自殺念慮への「危機介入」(crisis intervention)に焦点を当てて考察を試みる。

## II. 事例の概要

学生：D子さん、女子、来所時23歳、文系学部2年生。

相談内容：親友の自殺から立ち直れない。とにかく「死にたい」。

来談経緯：保健室を経由した自主来談。

家族構成：父(会社員)・母(専業主婦)・姉(結婚して独立)・Dさんの四人家族。

本人の生活形態：アパートでの一人暮らし。

初回の本人の印象：身体は小柄で、痩せている。血色が悪そう。幼い顔立ちで化粧をしていない。言われなければ、中学生くらいに見える。身なりはさっぱりきちんとしているが、大学生には見えない。

## III. 面接の経過

面接は原則週一回(約50分)とした。初回は11月中旬で、前後期制の大学なので、来所した時期は、後期の半ばに当たる。途中二週間ほどの冬休みが入り、全体として約三ヶ月の間に9回の面接を行なった。

以下、D子さんおよびその他の人の言葉を「 」、カウンセラーをCo、Coの言葉を< >で記す。

### 第1回(X年11月中旬)

Dさんは入室するなり、とにかく「死にたい」とだけ言って、沈黙のまま涙をぼろぼろと約30分間流し続ける。その後、Co<お腹は空いていない?>と聞くと、「空いている」と答えたので、パンを買ってきて二人で食べる。Dさんの食べ方は、ウサギがおちょぼ口でちょっとずつ餌を食べているという感じで、非常にゆっくりとしたペースでいつまでたっても目の前のパンがなくならなかった。

Dさんとはかつて面識があった。同じ年の6月に保健室から呼び出して「親友が自殺して、私も死にたい」と訴えている学生がいるので来てほしいということで、学内の精神保健相談を担当する精神科医と共に保健室にいくとDさんがいたのである。この時は、途中で落ち着いてきたので、精神科医が「次回会うまで自殺はしません」という念書を本人に書かせ、近くに住んでいる姉の家に行かせた。後に報告が保健室からあり、その後、本人は落ち着いて学生生活を送っているということだった。

Co<(6月のあの後)どうしたの?>。D子さん「保健室で言ったように姉のところ(大学から30分くらい)へ行った。しかし、姉に対してじっくり内面的な話しをする気にはなれなかった。親(下宿から2時間くらいのところが実家)には、姉よりもっと話したくない。特に母親が強引な人で、いつも母の思い通りに動かされてきた。自分の意見は常に否定されてきた」。ここまでの面接時間が1

時間経過していた。なお、1時間が経過したところで、Coは<最初の状態を100とすると今はいくつくらい？>と尋ねると、D子さんは「60くらい」と上目遣いに答えた。このようなことなどからCoは必要性を感じたので、面接を延長することをD子さんと決める。

1時間を越えたあたりから、D子さんの血色が徐々に良くなる。表情も伏目がちなが少し明るくなる。担任(D子さんが通う大学は担任制がある)のA先生(男性40歳代)の話になる。A先生には「何でも相談に來い」と言われたので、1年生の時は相談に行っていた。しかし、2年生になり、相談に行くと、いかにも忙しそう面倒臭そうな対応になった。A先生は特定の気に入った学生だけに近づき、そうでない学生は遠ざけているような感じだった。最初は親切にしてくれていたのが、優しい先生と思っていたが、途中で見捨てるなら、最初から無視してもらった方が良かった。特に相談した際に一言で片付けようとする時があり、A先生からはだんだん離れている。この一言で片付けるとは、例えばA先生が「君(D子さん)は人の悪いところばかり見すぎる。良いところだけ見るようにしなくちゃ。それじゃ……」と一方的に語ったことなどである。ここで時間は2時間経過した。まだまだ話し足りないというD子さんの表情だったので、面接の1時間が経過したところで尋ねたのと同じ質問をした。Co<最初の状態を100とすると今はいくつくらい？>。D子さん「30くらい」。またD子さんと話し合い、特別にあと1時間延長した。

上の話あたりからD子さんに笑顔が見えるようになった。そしてD子さんがしばしば話しをするB先生(女性30代)の話になる。D子さんによれば、B先生とはお互い芸術関係が好きなお互い、時々話をするという。D子さんは内面のことを話すのは苦手だが、ノートに日記風に自分の気持ちを書いたり、写真を撮ってみたい、いろいろしている。けれども、まだそれをB先生に見せるところまではしていない。初回面接は、危機介入の意味もあり特別に全部で3時間、D子さんの話を聴いた。なお、3時間が経過したところで再びCoが<最初の状態を100とすると今はいくつくらい？>と尋ねると、D子さんは「ほとんどゼロ」と答えたので、この回の面接を終了することにD子さんと決めた。

## 第2回(X年11月下旬)

友人のC子さんに「A先生のことをカウンセラー(筆者)に話した」と言ったら、「そんなことは話すべきじゃない」とたしなめられた。D子さんによれば、このC子さんは自分の内面の相談事をどんどんD子さんにしてきて、はっきり言ってD子さんは負担に感じている、という。なお、C子さんは高校時代、担任に打ち明け話をしたら、職員室中に後で広まっていたという体験をもつ。また、大学に入り、1年生の時はぜんぜん話しをしていなかったのに、2年生になってから周りの人がD子さんに話しかけてきて相談してくる。D子さんは内心「私だって大変なのに」と思いつつも、ついつい話を聞いてしまう。たぶん否定せずに、そのまま相手の話を聞いてしまうからだろうとD子さんは自己分析していた。

続いて、第1回目でも話されたA先生のことについての話になる。D子さんによれば、前に話したように1年生の時は親切そうに「何でも相談に來い」と言われ、ちょくちょく相談していたが、今年の7月(D子さんが「死にたい」と保健室で訴えた翌月)、一方的に「お前の話はいつも私を不快にさせる」と言われ、その後、夏休み明けにA先生に謝りに行って以来、A先生を訪ねていない、とい

う。前回に続き A 先生の話になり、D 子さんはよほど A 先生から傷つけられたという意識があるのだろうと Co は思った。第 2 回目では笑顔で比較的明るく D 子さんは語っていた。Co には D 子さんが年齢なりの姿に見えてきた。

### 第 3 回(X 年 11 月下旬)

入室して挨拶の後、D 子さんは再びの沈黙で涙も少し見せながら上目遣いに Co の顔を見る。Co が「何かあったの?」と尋ねると、D 子さんはポツリポツリと次のように語り始めた。10 月頃からアルバイトで先輩の人に「あの子働かないね」と悪口を言われているような気がしていた。特に最近、それがひどくなり、そのことが原因でアルバイトの人たちだけでなく大学の友人とも接するのが辛くなり、7 月からしていたアルバイトもとうとう昨日やめた。D 子さん「人が怖い。自分は孤立している」。アルバイトは自分(D 子さん)にとって、夏休み中(8 月から 9 月)は気がまぎれてよかったが、10 月に新学期が始まり、アルバイトと大学授業・クラブ(写真部)の両立が難しくなって嫌になった。D 子さんが面接の最後に「人間は皆、優しいもの、善きものと思っていた。しかし、違っていた。人は人をいじめるし、弱いものは切り捨てられていく」と苦しそうに言葉を搾り出すように呟いた。それに対して Co は「そのことも含めてあなたのことを今後も一緒に考えていきたい」と話すと、D 子さんは上目遣いに Co の目を見ながら小さく頷いた。

### 第 4 回(X 年 12 月上旬)

この回も D 子さんは、伏目がちで口が重く、時折、ポツリポツリと話す。D 子さん「授業に-----出るのが-----つらい。-----息が-----苦しくて-----胸が-----締め付けられるように-----なる時が-----ある。禁止-----されている-----からじゃなくて-----かといって-----辛くても-----授業中-----教室を-----でることもできない。-----我慢する-----。友だち-----先生-----人と付き合うのが-----苦痛-----。友人と-----話すことも-----少なくなった。-----初めての人は-----特に-----怖くて-----自分から-----声を-----かけたくない。悩みも-----人に話して-----負担をかけたくない。(ここだけ妙にはっきりと)先生(Co)は別だけど-----。できたら-----冬休みが-----早く-----来て-----ほしい。-----ただ-----単位の-----ことがあり-----出席-----しなければ-----ならない」。これに対して Co「もしかしたらお医者さんの力を借りたい?」と言うと、D 子さんは黙って頷いた。その後、Co と日頃より連携している精神科クリニックの E 医師に D 子さんをリファーし、D 子さんは Co との面接と並行して通院するようになり、投薬治療も受けるようになった。なお、D 子さんのことに関して、その後、Co と E 医師は随時情報交換を行い、連携して D 子さんの支援に当たるようになった。

### 第 5 回(X 年 12 月上旬)

D 子さんは前回とうって変わったように、明るい表情で面接室を訪れた。E 医師の元を訪れて診察を受けたが、Co とは違うタイプだが、信用できると思ったそうである。D 子さんによれば「先生(Co)は主観的、E 医師は客観的」で両方いてくれると安心するという。

D 子さんは次のように、いつになく<sup>とどろ</sup>みなく良くしゃべった。Co は口を挟まず黙って聴いていった。

D子さん「高校卒業後、ある大学に入学するが、過敏性腸症候群になったりして、授業に出られなくなり、入学後数ヶ月で中退した。その翌年、ある専門学校に入るが、この学校が肌に合ったのか、過敏性腸症候群は嘘のように治った。また2年間の課程をスムーズに終えることができた。専門学校卒業後、資格を生かして働く道もあったが、再び大学にチャレンジしたくなり、1年の勉強の後、今の大学に入った。希望に燃えて入学したが、次第に過敏性腸症候群が再発したり、授業中、息苦しさに襲われたり、周囲の人に見られているように感じるが続いた。そして2年になった春、親友が自殺をした。その知らせを聞いて真っ先に『彼女じゃなく私が死ぬべきだ』『自分も死にたい』と思った。子ども時代、姉が父に厳しく躰けられているのを見て強い恐怖を覚えた。今でも父も母も怖い。特に自分の思い通りに私(D子さん)を動かそうとする母親には何も相談したくない。自分(D子さん)の意見は常に母によって否定されてきた。私(D子さん)は疲れた。ゆっくり休みたい。でも、父母から『早く働け!』と言われており、少しでも早く卒業しなければならない。そこで単位を落とせないの、苦しくても授業に出ている。ただ、1年の時のように『全力で学業へ!』といった強迫的なところはない。自分自身に正直な信頼のおける友人も2、3名できた。思い起こせば、1年生の時は、いろいろな学科の先生方のところへ相談に行っていた。信じられないくらいに皆、優しかった。しかし、2年の後半になった今では、前に言ったA先生のこともあり、先生方の所へは相談に行っていない。先生(Co)とE先生(精神科医)のところだけ。最後に自分の最も根本的な考え方を言います。それは自分にとって、信頼とは、まず自分自身に正直である人との間に築かれるもの。また、自分の人生の究極的な目的は、男性も女性もなく、身分、地位、年齢に関係がなく、信頼できる人と一緒に生きていくことです」。

## 第6回(X年12月中旬)

顔は上に挙げているが辛そうな表情でDさんは次のように語る。「最近特に人の目が気になる。他人のおしゃべりが自分のことを言っているように聞こえる。特に大教室での授業がそうだ。心の中で、そう思うと、身体がこわばる。そうすると、一層気になる。人から変に思われているんじゃないかと思う。食欲もなく、昼ごはんなども友人に付き合っただけ。体重の変化はなく昔と変わらず痩せているが、ただ、食べたくない。食べなくて死んでもよい……」。Coは黙ってDさんの話を聴いた後、E医師に上のことを相談してみることを提案、Dさんは素直に従った。合わせて保護者(父母)に連絡を取ることを了承をDさんから受けた。Dさんは病院の方はすぐに承諾してくれたが、父母の方は「どうせ無駄ですよ。でも、先生(Co)がそうしたいのならどうぞ」とそっけなかった。

面接の後、Dさんの実家に電話した。お母さんが出られた。そのときの話をまとめると、次のようになる。母親の話「D子は、子どもの頃より言われなければいけないという子だった。だから、ついつい口やかましく先回りして注意してしまっていた。それが本人にとっていけないことだとはわかってはいたが、高校卒業までわからなかった。高校卒業以降、D子が体調を崩したこともあり、あまり先回りして言うのは、本人にマイナスだと思って、言わなくなった。今の大学に入ってからは本人の希望で一人暮らしをさせるようにしたので、安定していると思っていたが、実家に帰ってきても、本人は『心配ない。心配ない』と言うだけで、何も今うかがったこと(CoがDさんの状況

を母親に説明したことは知りませんでした。本人がそれほどまでに傷ついていたこと。親としてショックです……(暫く泣き声)……。週末、主人と一緒に一回、D子の下宿を見に行こうと思います。

#### 第7回(X年12月下旬)

D子さんはE医師の元を訪れ、自分の状態を説明し、薬を増やしてもらった。その新たな薬を飲んだら、緊張もなくなりご飯も食べられるようになったが、歩いている時にふわふわ浮いた感じになるという。再びE医師に相談することをCoは提案する。

また、実家から連絡があり、両親が土曜日に下宿を訪れたという。前回、先生(Co)から親に連絡することは聞いていたので、そんなに驚かなかったが、父親まで来るとは思っていなかった。久しぶりに両親と会ったので、内心嬉しい気持ちもあったが、それが素直に表現できなくて、ほとんど会話をしなかった。翌日、両親の車で実家に帰った。ただ、年末のあわたたしさで、落ち着かなかった(D子さんの実家がある地域は有名な観光地)。これで正月は実家に帰らなくてもよいと思っている。一人の方が気が楽だ。唯一、実家の良いところはご飯の準備をしなくても良いところだ、と言う。

なお、この回、「子どもと関わる仕事がしたい」というD子さんの将来の夢が語られた。

#### 第8回(X+1年1月中旬)

D子さんの話「年末、特別にE医師の診察を受け、薬の件を話すと、薬を替えてくれた。それを服薬すると、前回言ったふわふわ浮いている感じはなくなった。ただ、それと関係するのかわからないが、年末極度の低血圧で朝起きられなくなり両親に迎えに来てもらった。前は『一人の方が気楽だ』と言った手前、恥ずかしいが、結局、両親に甘えた。正直、食事は出てくるし、正月休みなので、ごろごろしていても怒られないし、楽だった。体調も良くなった。また、自分の欠点のはっきりわかった。それは何でも他人に合わせてしまい、我慢してしまうところだ。人と話していて、自分が話すのではなく、聞き役にまわってしまうことが多い。それが負担だった。そういう自分である一方、周りの人にどう思われているのかもすごく気になる。最近、友人が空々しい。自分を避けていくような感じがある。現在、自分(D子さん)は24歳で、現役入学した同級生より4歳も上。でも社会人でもなく、中途半端な感じ。こんな自分は先生(Co)、変わるべきなんじゃないか?」。D子さんの問いにCoは「D子さんはD子さんのままでよいのだと思うよ」とだけ答えた。D子さんは嬉しそうな表情で相談室を後にした。

#### 第9回(X+1年1月下旬)

この回、D子さんは表情も明るく、明瞭な口調で、自分の気持ちをCoに語ってくれた。

D子さん「前回、先生(Co)に『君は君のままでもいいんだよ』と言われ、はっと気づいた。気負いすぎている自分がわかり、肩の力を少し抜こうと考えた。父母をはじめ家族、友人(特に、それまで苦手に感じていたC子さんも含む)、よく話すB先生などに、自分(D子さん)の気持ちを率直に伝えた。皆、わかってくれた。今後は自分の主張をするばかりではなく他の人の立場にも立って信頼できる人たちとは折り合っていきたいと思う。また、父母が今までの自分たちのやり方を詫び、私(D子さ

ん)の方もそれを受け容れた。そのように父母とも和解したので、少し遠いのだが、親孝行を兼ねて実家から大学に通いたいと思う。自殺した親友が、このように導いてくれたのかもしれない。彼女との心の絆は今後も切れないだろう。----- (今までを心の中で回想しているような表情で暫く沈黙)----- ということで、できればカウンセリングを終わらせていただきたいのですが-----」。それに対して Co はもちろん、終結にして良いですよ。また、何かあったら遠慮なく連絡してください」と伝えた。

D子さんは、面接当初の幼いイメージから、年齢なりの女性のイメージに変化していた。Co は、D子さんの成長に内心嬉しく感じながら面接を終結とした。

その後、D子さんからの連絡はなかったが、中途、B先生やE医師などからD子さんの様子を知ることが、自分なりに一生懸命生きているD子さんの姿に Co も安堵していた。そして、D子さんは無事、規定年限で大学を卒業した。

#### IV. 考察

以上の経過を受けて、以下、特に「危機介入」の視点を中心に事例の考察を行なう。

危機介入とは「危機状態にある人や集団、組織に対して、その問題発生状況に対する的確な理解に基づいて、迅速に集中的に効果的に働きかけることにより、危機から脱出させる方法」(原2006, p.98)である。つまり、希死念慮や自殺企図などを含む緊急対応が必要な時のコミュニティ心理学の観点からの介入技法のことである。以下、この危機介入の視点から本事例を次に述べる五つの点に分けて考察したい。

第一は「自殺念慮の状態の把握」である。

初回面接の5ヶ月前に、親友の自殺により自殺念慮を抱き保健室でそれを訴えたD子さんが再び保健室を経由して自分の意思で学生相談室を訪れた。初回は結果的に三時間面接をした。

その際、まず最初の1時間だが、入室後D子さんは「死にたい」とだけ言って30分間ただ泣いていた。そして後半30分間は、5ヶ月前に保健室で自殺念慮を訴えた後どうしたのかの話をD子さんはしてくれた。1時間が経過したところで、Co は「最初の状態を100とすると、今はいくつくらい?」と尋ねると、D子さんは「60くらい」と上目遣いに答えた。このようなことなどから Co は必要性を感じたので、面接を延長することをD子さんと決める。

次の1時間は、1年の時には親切だったのに2年生になってそっけなくなったA先生(男性)の話をした。「見捨てられ不安」(abandonment anxiety)が強いD子さんの課題が垣間見える話題であったが、D子さんの表情に徐々に血色が戻ってきた。2時間目の最後にも Co <最初の状態を100とすると今はいくつくらい?>と質問する。D子さん「30くらい」。またD子さんと話し合い、特別にあと1時間延長した。

最後の1時間は、D子さんが好意を持って時々話をするB先生(女性)の話を時折笑顔を見せながら語る。3時間目の最後にも Co は「最初の状態を100とすると今はいくつくらい?」と尋ねた。

D子さんが「ほとんどゼロ」と答えたので、この回の面接を終了することにD子さんと決めた。

本来の危機介入の考え方から言えば、初回の面接では、自殺念慮の内容を本人から聞き出し、それをはっきりと明確化し、必要があれば医療につなげるのが原則である(下園 2002)。

しかし、本事例のD子さんの場合、それを5ヶ月前の保健室にて一応行なっていたので、初回は5ヶ月前の保健室で聞けなかったことを聴こうと思った。そして発言を促そうとはせず、泣いている時はそのまま見守り、話し始めたら傾聴を続け、そしてD子さんの主観的な自殺念慮の強さを最初を100として1時間ごとに聞いていった。5ヶ月前に学内の精神科医が行なった「次回会うまで死にません」と本人に念書を書かせた「危機介入」の、その後のフォローアップとして上のこと行なったのである。つまり、5ヶ月前の保健室を実質上の面接第1回とするならば、今後の面接は、そのフォローアップだと自覚して面接を続けることにした。

第二は「傾聴とカウンセラーとの二者関係の樹立」である。

Coが傾聴を続けた意味は、D子さんとの間に明確な二者関係を築きかけたからである。D子さんは、両親、特に先回りして口を出してくる支配的な母親を嫌悪し避けていた(第1回)。本人が自覚するかどうかに関わらず母子関係は、その後の対人関係にとって大きな意味を持つ。D子さんの場合、母子の安定した関係、互いの心の絆を自覚できないまま、成長してしまった。父に対しても、父が姉を厳しく躰けているのを見て強い恐怖を覚えた(第5回)。父母との、このような関係は当然、D子さんの対人関係の発達に影響を与えていったと思われる。本来、親にむけられなければならないような男性教師A先生に対する過剰な期待と落胆、気が合う女性教師B先生への思慕、これらは皆、D子さんの幼少期の親子関係を反映したものと考えられた。したがって、その関係を建設的なものにしていくためにまずCoが目指したのがD子さんとの間に肯定的な二者関係を築くことであった。

第三は「精神科医との連携」である。

精神的な意味での親子関係の再構築には、母性と父性の両方が必要になる。自分でも自覚しているが、Coは性別は男性だが内面は母性が強い。特に学生相談や子どもの相談ではそうである。したがって、その援助に父性の要素を導入し、母性に偏った一面性のバランスを回復させなければならない。D子さんが体調不良を強く訴えた時、Coと普段から連携しているE医師を紹介したのは、医療的ケアがD子さんに必要だったからだけでなく、上の「父性的かかわり」をE医師に期待したからである。実際、D子さんがE医師の診察を受けて抱いた印象「Coは主観的、E医師は客観的だが、両方いてくれると安心する」(第5回)が、上のことを裏付けている。

また、CoはE医師と随時情報交換などを行い、協力してD子さんの援助に当たったが、特に医療的ケアの面で、薬が本人に合うかどうか、また服薬指導など、注意しながら支援を進めた。Coが知識のあることでも、それが少しでも医療に関係することはすべてE医師の指示を仰ぐようにD子さんに指導した。それにより、CoはD子さんの「思い」を聴いていくことに徹底できた。それが二者関係の深まりに通底している。

第四は「クライアントの周囲の人たち(家族・友人・先生)との対人関係の変化」である。

第3回で本人も自分で言っていたようにD子さんは「孤立」していた。太田・桜井(2003)では危機の種類として「孤立型」と「トラブル型」を挙げ、D子さんも当てはまる「孤立型」に関して、特に家族



関係・対人関係の修復を含むサポートが必要だと述べている。

本事例では、D子さんは、Coが母性的かわりをし、E医師が父性的かわりをすることによって、実際の両親との関係も徐々に修復していった。第6回の面接の後、Coが母親にD子さんの気持ちと現在の状況を電話で話したりして実際の両親の意識も変革しD子さんと接する時に両親が工夫するようになったこと、また第8回にCoが「君は君のままでもいい」とD子さんに言ったことなどをきっかけに、D子さんに一気に気づき(awareness)が生じた。D子さんは、「自分は自分として生きていけばよいのだ」と思うと、今まで否定的に思っていた両親や苦手な友だちC子さんなども赦せるようになり和解できたのである(第9回)。

第五は「自己像の変化と自己受容」である。

当初、特に第3回に強く「自分はだめだ」と否定的な自己像を語っていたD子さんだったが、第4回の危機的な状況を乗り越え、E医師の協力もあり、徐々にD子さんが信頼おける人とは関係を持つようになっていった。そのような中で、特に第5回では自分の今までを冷静な感じで振り返り、自分にとって「信頼」できる人と一緒に生きていくことに価値をおきたいと述べている。そして、その後の両親との和解、周囲の友人・先生などの関係の肯定的変容により、今までの自分・今の自分・これからの自分、連続するそれぞれの自分をありのままに受け容れること(自己受容)ができるようになっていった。それにより、第7回では、将来の夢として「子どもと関わる仕事がしたい」ということが本人によって語られた。

## V. おわりに—まとめにかえて—

本研究では、親友の自殺により抑うつ状態になり、自らも自殺念慮を抱くようになった女子学生の事例を提示し、自殺念慮への「危機介入」に焦点を当てて考察を試みた。その結果、D子さんとの本事例から学んだのは、次のようなことである。まず、表面上いかに強い希死念慮があった時も、D子さんの心の底流には、中間(2006ab)が述べるように「生きたい」という強い願望があり、その裏返されたものとしての「自殺念慮」だったと捉えることができるのではないかとということである。そして、D子さんにとって信頼できる人々(カウンセラー・E医師・両親・家族・友人・先生など)とのかかわりを通じて、対人関係を再構築し、自己を受け容れ、再び「生きたい」と思えるようになった。このように、自殺念慮の人を癒し自殺を踏みとどまらせるものは「信頼できる人との心の絆の回復」ではないだろうかと考えられるのである。

## 文 献

- 原裕視(2006)「危機介入」植村勝彦・高島克子・箕川雅博・原裕視・久田満(編)『よくわかるコミュニティ心理学』ミネルヴァ書房、pp.98-99。
- 中間裕美子(2006a)「やり直しの視点から見た希死念慮を持つ学生の心理面接」『学生相談研究』26(3)、pp.198-208。
- 中間裕美子(2006b)「危機介入における学生相談室カウンセラーの判断」『自殺予防と危機介入』(日

本自殺予防学会) 27(1)、pp.50-57。

太田裕一・桜井育子(2003)「コミュニティと危機介入——ふたつのキャンパスの学生相談における比較」『学生相談研究』24(2)、pp.119-128。

下園壮太(2002)「自殺念慮を持つ人、本人へのカウンセリング」下園壮太『自殺の危機とカウンセリング』金剛出版、pp.40-90。

【付記】 発表のご許可をいただきましたD子さんに心より御礼申し上げます。