

## メンタルヘルスシステムにつかまっていたヤングアダルトをサポートして

日本の教育システムの過酷さは世界的にも有名だ。受験競争があまりにも激しいために10代をゆっくりと楽しむことは無論出来ないし、いじめやメンタルヘルスシステムに追い詰められて自殺する子や、薬を飲む子も後を絶たない。ここ数年、国連からの勧告をそのことでよく受けている。

ここに紹介するのは、高校受験を一応成功し、大学に行き着いたものの、ほとんど燃え尽きた状態で更にやりたくもない勉強を強いられるために、身体も心も動かなくなってしまった2人の女性だ。

一人目を仮にAさんと呼ぶ。彼女は私の教え子で、非常におとなしいが黙々と仕事をこなす人だった。彼女が2年生の時から、ずっと娘のベビーシッターで家に来てくれていたのだが、4年生になって卒業論文を書かなければならなくなって、時折約束を守れなくなった。高校時代に本当は音楽に興味があったにも拘らず、大学受験をするため1年間音楽を辞め塾に通ったそうだ。そのため、大学に入ってから勉強が面白いとは思えなくなり、少しずついろんなことをするが長続きすることはなかった。RCの体験クラスを2,3度は受けたのだが、始めるまでには至らなかった。

ある朝10時に来る約束をしたのに、2時になっても3時になっても現れない。やっと4時になって連絡がついたら、精神病院に行つて薬をもらったと言う。「私が聞くから薬は飲まないで」と頼んだが、あまりに辛くて数ヶ月は飲むことになった。しかし、その後も来てくれる度に、1、2時間は話を聞いた。と、言ってもあまりに辛くて声が出ないので、「私には辛いことを辛いと感じる力があります！」とゆっくりと私が言うだけで、30分から1時間は簡単に泣き続けた。また、親に対しても、自分がどんなに追い詰められているかを話せないというので、1,2度親にも会った。最後の方では、レポートが書けないというので、書くためにうちにも来てもらってディスチャージの時間をコンスタントに取った。薬を飲むと考えがまとまらなくなるというので、薬を飲む代わりに話を聞いて、レポートが完成する前には薬を辞めることは出来た。卒業してからは小さな会社に勤めているのだが、一切薬には手を出していないと言う。

2人目の彼女は女子大のエリート校と言われているところに通う4年生だ。この彼女の話はここ1ヶ月前のことである。薬を飲み始めてから1年。彼女の双子の姉が私の友人で、その姉に連れられてやってきた。一卵生双生児だったが、かなりの投薬をされている妹を仮にTさんとする。妹は見るからに顔に生気が無い。思考も非常にネガティブだったが、とりあえず、基礎クラスへの参加を勧めしてみた。姉と私がバックアップするからというこ

とで2度ほど基礎クラスに参加したが、とても他の人の話を聞く余裕が無いと言うことで挫折。しばらく音沙汰がなかった。しかし、数ヶ月経って自殺未遂をして入院中という電話が姉から入った。薬を常飲しながらも恋人に話を聞いてもらってようやく助かっていたのに、恋人が「泣くのは聞けない」と言って去っていったという。そのショックからの自殺未遂だった。すぐにお見舞いにも行けず、「退院したら会いに来てもいいよ」とだけ伝えておいたのだが、1週間くらい経って本人から蚊の鳴くような声で電話があった。独りでは居ても立ってもいられないので、今すぐ行きたいと言う。その時には私は家にいなかったの、その4日後くらいに会いに来てくれた。「とにかく辛くて独りではいられない」とすぐ泣けるし、話を聞けばたばこもお酒もまるでやっていないと言う。ただ、向精神薬は自殺未遂も更に増えて、酷い時は1日9錠も10錠も飲んでいてという。「薬を飲み続けたいの？」と聞くと、「それは嫌だ」とまた泣けている。

ディスチャージがこれだけ出来ているのだから、薬を辞めることはそう難しいことではないかもしれないとひらめいて、大学へは私のうちから通うことを提案した。「週に2回だけなのでそれは嬉しい」と言ったので、とりあえず、1週間はいっぱい泣くために私たちと生活することになった。薬を辞めたいと言いながらも、眠れないということで2日目まできつい導眠剤を2錠も飲んだり、3日目には大学に行って授業中に先生が自分の辛さに気付かないことに抗議して服を引き裂いて遅く帰ってきた。そしてその次の日には大学のカウンセラーに言われたから、また薬をもらいに行くと言っていたのだが、「とにかく相談の電話をまずしてみよう」ということで病院に電話をかけた。医者は電話口にも出ず「そんなにきっちり飲まなくてもいい」と看護婦を通じて言って来たので、彼女は病院に行かないことを決めた。3日目には導眠剤は1錠となり、日中飲んでいた抗不安剤も2、3錠に減っていた。

5日目か6日目に、私が午前中でかけて帰ってきたら、「洗濯物が干せない」と言って床に突っ伏している。周りの友人や11歳の私の娘も関心を持ちながらもどうしていいか解らないというふうでそれぞれに居た。私はそれまでの4日間事あるごとにすべてディスチャージのきっかけにしてきたがこれもまた大ディスチャージをしたいというサインと理解した。だから、「Tさん、洗濯物干すよ」と脱衣所に引っ張っていった。シャツをパンパンと伸ばして渡すと「できなーい」とシャツを投げて泣き出した。「絶対出来るよ」とまた渡すと「できなーい」とまた投げて泣いた。「しばらくきちんとディスチャージしよう」と言って、30分くらい聞いた。

結局10日近く居て、薬は導眠剤を夜半錠だけとなった。彼女も書けないと言い張っていたレポートも無事書けて、今はその半錠も辞めようとして話を聞いているが、「病気であるという言い訳が無くなると、もっときちんと勉強しなければならなくなるので、半錠は飲み

たい」と冗談ともつかない口調で言っている。ヤングアダルトに対する「きちんとした大人にならなければならない」という抑圧はこの様にも深い。今彼女は実家に居るのだが、戻ってきたら今度こそ基礎クラスを受けると決めている。

Supporting Young Adults Caught Up In The “Mental Health” System  
Recovery and Re-emergence 6号 38 - 39 ページより

安積 遊歩 Yuho Asaka

この文章の著作権はラショナルアイランド社にあります（原文 2008 年）。  
この翻訳はあくまで草稿として扱ってください。