

3.11 後の直接的，間接的被災者カウンセリング経験

—時系列的に変わっていく「必要」の求めに応じて—

The Experience of Indirect and Direct Counseling of 3.11 Victims: Responding to Temporally Shifting Demands

横湯 園子

YOKOYU, Sonoko

はじめに

東北を襲った地震と津波（天災）が，原発事故・放射能汚染という人災・文明災（梅原猛）が玉突きのように起き広がっていく現実を前にして，私は体が硬直，思考は止まっていると同時に全回転しているという状態に陥った。

東北とは登校拒否・不登校，ひきこもり関係をメインに，二十数年の付き合いであり，被災地の知人に連絡が付き状況把握できたのは3月23日だった。

即カウンセリングというよりも，義援金集めの相談をし，以降，朝日新聞に載った精神科医中井久夫氏の「忘却こそ被災者の危機」「『誰かいてくれる』だけで意味」があるという言葉に肝に銘じて，求められていることの中で，私にできることを問いながら動いてきた⁽¹⁾。

「必要」の求めも時系列的に変わっていき，当然，関わりかたもちがっていった。もちろん，一人の心理臨床家として子ども・青年のカウンセリングや子ども・青年に関わっている職種の方々のご苦労にもつき合った。

波にのまれていったひきこもり青年とその家族の実際を前にして，3.11は悲しみと怒りをもって「これは社会災」だと思った。しかし，現在に至っても論文化できる段階には至っていない。その上，

緊急相談，介入をせざるを得なかったほどの混乱状態や症状，経緯の諸々は加工のしようもないほどで，個人の尊厳，プライバシーの保護からも事例報告的な記述をさけた。そのため，筆者の内面をたどるなどに紙数をさく部分が多くなった。

1 個人史は日本人の記憶と重なって

その1 暗黒の時代に生を受けて

私は1939年，戦争への道を突き進む暗黒の時代に生まれ，父親を亡くし，空襲の中を生き延びた世代の人間である。3.11に関する報道，特に映像によって記憶の扉が開き，現地での体験が内なる思いを深めていくわけであるが，私と同じ世代である七十歳前後から八十歳，九十歳代の人たちは，ファシズム下での生活や戦争体験，ヒロシマ，ナガサキの原爆投下などと重ねながら，大震災と放射能汚染拡大という現実から過去と未来を考えたのではないのか。自身の個人史抜きに語ることはできなかったのではないのか。

1917年生まれの母は詩人であった姉の影響を受けて，女学校時代から『令女界』『女人芸術』『プロレタリア科学』『プロレタリア文学』などを読んでいたそうである。その頃は珍しかった西洋映画に夢中で，シナリオライターになるのが夢だったようで，

文学の集まりに参加し、そこで父と出会っている。

1911 年生まれの父は文学サークルを通して社会主義に近づいていった労農運動の活動家だった。治安維持法によって幾度か逮捕、拷問を受け、獄中で結核に冒され仮保釈中に亡くなった。記録によると、全く無権利状態で働かされていた朝鮮人労働者の問題も取りあげ、日当引き上げのストライキ闘争を支援し、失業反対・救済の闘いを進めたそうである。

手元にはノートや原稿用紙に書かれた父の句が残っている。「獄中吟」とある箇所から幾つかをここに記してみた。静岡から千葉に護送。市ヶ谷刑務所の文字もあるので、千葉から東京に移ったのではないかと思うが、当時の人たちが亡き今、定かではない。

雨を来し千葉監獄は桐咲くところ
秋風や囚人墓地の土赤く

母は活動家ではなかったが、父の身元引受人になるために、新聞紙上で獄中結婚宣言し、一族から勘当され世を騒がしたとか。私は父の仮保釈中に生まれ、私が一歳一ヶ月の時に父は亡くなった。出獄して四年目の、二十九歳という早過ぎる死であった。

獄中結婚宣言について知ったのは母が亡くなる数年前だった。母の古い友人の話から知ったが、思えば、自身の受けた拷問も含めて語る人ではなかった。語らないのではなく、語れなかったのではないか。心的外傷の心理的メカニズムを学んでそう思った。

読む度に、さまざまな連想によって感情が揺さぶられる父の残したノートや原稿用紙であるが、私の好きな句は次の二句になる。

野のあなた

わが郷愁と白き雲と

野のあなたとは母のことだろうと思う。父と結婚したことで一族から勘当されたのはこの頃だったにちががなく、次の句にも心惹かれるのだった。

朝白く

バラに憂いをみられたる

この句は、「名古屋に受刑中なりし共同被告 N 君の訃来る」と記したページにあった。どのような憂いであったのだろうか。バラにみられてしまった憂いとは。

とにかく、母は思想犯の未亡人として職と住かを転々としながら終戦を迎えた。特高、死別、失業、戦火。私の中年まで続いた暗闇恐怖、追い出され不安のような不安感はいちいち由来していたのだと、今にして思う。

その2 記憶の扉は幾度も

被災地訪問の二回目は福島から入って、可能な限り原発事故現場近くまで車を走らせ、津波で壊滅した海岸地帯を北上した。無人地帯に点在する瓦礫は雑草に覆われはじめていて、地球の色であるはずの緑の色が、この地では絶望の色に。私は地球と人類に未来はあるのかという思いにおそわれて、立ち尽くしていた。私に同行した娘との会話は「ひど過ぎる」「地獄だねえ」だけだったと思う。

「グラマン F6F」に狙われる

福島の海辺に立っているときだった。いつの間にか景色が、福島から遠く離れた富士山の裾野に代わっていた。弟を背に私の手を引いている母の姿とそ

の母子をねらうグラマン機、笑っているパイロットの目。「ソノコ逃げて！」と小川に突き飛ばす母の声や溝に転がっていく母の姿が進行形で甦った。

「ああ、フラッシュバックだ」と思った。戦争中に戻っている自分と眺めている私をもう一人の私が分析しながら、老年期までを一瞬に生きているという感じであった。

日本の零戦の対戦機であった「グラマンF6F」のパイロットたちは、爆撃を終えた帰路に、狩りをするような遊び感覚で人を殺したようだ。

日本軍もアジアで人を殺すことに慣れさせるために、初年兵に銃剣練習と称して住民を刺し殺させたという話も残っている。その光景を見ていた子どもも多くいたのではないか。私は幼い少女の頃から「戦争はイヤ」、「暴力が怖い」と思っていた。

悲しみの少年

出会いなおしとなった悲しみの少年の話。まだ水の引いていない全壊、半壊の家屋群を茫然として見つめている時だった。一角から手に線香をもった数人が現われ、先頭を歩いていた少年が同情に満ちた会釈をするではないか。津波にのまれて逝った人たちの近親者の一人と思ったのかもしれない。

私も会釈を返して見送っているうちに嗚咽が。また記憶の扉が開き、沼津空襲と一夜明けた千本松原に累々と並んでいた焼死体と一人の少年の後ろ姿が現われてきた。

手元に「夕焼けの空は私の追憶を新たにする。空はいつも明るいと決まっていない。それは、夕焼けのように燃えている、真っ赤な空だった」と書き出した中学三年時の「空」という私の作文がある。五歳の夏の記憶を思い出しての作文である。

空襲下、焼夷弾のふるなかの様を次のように綴っ

ている⁽²⁾。

……馬のやける臭いで、あたりを見まわすと、どの建物も赤い布で丸められていた。後ろで悲痛な叫ぶ声がある。ふり返ると髪の毛に火がうつって、あばれている女がいる。顔がゆがみ、手足をバタつかせ、火の悪魔が乱舞しているようだった。女も男も老人も子供も横をむいて通りすぎてしまう。そばには一つの水槽もなく、どうすることもできない。その女の飼い犬がワンワンと悲しい声で助けを求めているだけだった。その鳴き声もしだいに消えていった。肉のやけるようなにおい、赤い灰、白い灰が私をつつんでいる。その中をぼんやりと歩いている。……

以下は一夜明けての千本松原の風景、累々と並んだ焼死体についてである。

……トタンをかぶせてあるものが、松の根元においてあったので、たずねると「仏様です」と答えてくれた。そばの人が腰から上が黒こげで、下の右方はそのまま残っていると話してくれた。

(中略) イワシの丸干しをやいたような屍体、らっきょうのように、とがった頭の毛。私はしばらく、めざしをたべなかった。(中略) 焼死体となった母親を探しにきた少年に、「それじゃ、ここにあった仏様があんたのおかあさんだよ」と一人の老人が説明をしていた。男の子は目を伏せて松原を出て行った。……

と書いている。

戦火の中を母と共にいる自身の安堵にくらべて、母親に死なれてしまった男の子の悲しみを悲しんで

いる幼い私、それを思い出している中学生の私。少年はその後どうなったのだろうか。不安と恐怖にあるとき、「大丈夫よ」「わかるよ」とうなずいてくれる人がいたら、どんなに安心できることか。

それだけに、父親と思われる男性が横にいて、一緒に歩み去った少年の後ろ姿を見送れてうれしかったのだ。年を経て、東北の地で、千本松原での少年と出合いなおしたのだと思った。二人の少年の思いを忘れまい、そう思った。

この翌日、私は震災孤児になった少年や親を失った少女を含めた小学生のカウンセリングのために被災地に向った。

その3 死の灰と内部被爆の恐怖

防空壕に落ちた爆弾によって木っ端みじんになった屍体と肉片。千本松原に並んだ累々とした焼死体。現在に至るも、肉片や黒こげになった屍体を連想させる頭、皮、尾のついた焼き魚を食べることができない人間となってしまった私であるが、時を経て、原爆マグロ騒ぎの影響を受けることになった。

1954年、太平洋のビキニ環礁においてアメリカが実施した水爆実験の放射性降下物、通称「死の灰」に見舞われ、焼津の遠洋マグロ漁船第五福竜丸の乗組員全員が被爆。放射能に汚染されたマグロやサメは東京、大阪、その他の魚市場に。「原爆マグロ」を食した人の不安が広がるが、当時、高校生であった私もその一人であった。

焼き魚などが食卓に並ぶ日は私だけはマグロの刺身だった。私は原爆マグロを食べ続けていたのだ。反核の署名をした日本人は二千万人に達し、原水爆禁止運動は燎原の火のように広がっていくが、私の家族の内部被爆の不安は後々まで残り、私の長女が生まれるまでの不安は大変なものであった。

にもかかわらず、原子力の平和利用の名によって、いつの間にか、原子力発電所の存在や放射能の怖さへの私の認識が薄らいでいっていたのだ。ではあるが、「戦争はダメ」「暴力が怖い」「原爆はダメ」という思いは決して幼稚なものではなく、核兵器の廃絶は人間が生存していくための絶対的条件であるのだという「内なる思い」に涙する、そのような日々であった。

2 被災地でのカウンセリング

その1 思いはマープルになって

被災地の学童クラブの指導員の先生たちの被災状況も三者三様であった。子どもたちに会う前に、子どもたちの被災状況と個別の困難内容と気になること、私は何を期待されているのかなどについて打ち合わせを行なった。とにかく、正確な情報把握が大事であった。親を失った子ども以外にも多様な相談を受け関わったがここでは略し、人物像がにじみそうなので地名を記すのも控えた。

災害時の心のケアは初めての私ではあるが、情報理解さえまちがっていなければ、後は場の雰囲気と流れに身を任せ、私なりのなじみのやりかたでいこうと思った。同行した現代美術作家である娘も、流れができたところでそっと加わることにした。

正式に紹介される間もなく、三十名弱の子どもたちの中に入るようになってしまった。子どもたちは私がカウンセラーであるということを知らないが、「被災者に、活動をはじめるとあたって、特に子どもや思春期の人に近づくときは、まず、親と一緒にいる大人には役割を説明し、許可を求めてから話しかけるのがよい」を思い出しながら、指導員の先生たちの判断に従った⁽³⁾。

スクールバスから子どもたちが部屋に駆け込んで

きた。学校の道具を所定の場所に置いてうろつく子どもたちの姿を見ながら、「〇〇ちゃんは、どこ？」
「先生が話していた子はどこに？」などと確認し、不自然にならないように話題にのぼらなかった子どもたちの近くに座り、間合いをみて、話題にのぼった子どもたちのいる場所へと動いた。

側に座るだけでは視線が上過ぎる。そう思った私は半分寝転ぶような姿勢でブロックや積み木遊びをする子どもたちに身を添えていた。その日、私は言葉らしい言葉はおろか声をださなかったが、子どもたちは私を自然に受け入れてくれたようだった。

子どもたちは申し合わせたようにブロック・積み木で二階建ての家をつくり、二階へハシゴを架け、船に綱をかけ柱にむすんでいたが、家が半壊、全壊していても家族が無事だった子どもと親を失った子どもでは「ハシゴ架け」への真剣度がちがっていた。

家族が無事だった子どもたちはグループも流動的で次の遊びに見合った群れを作るが、泣き続けているという震災孤児のA君、決して涙をみせないというBちゃんの二人は「ハシゴ架け」の場から動かない。

子どもたちは私がカウンセラーであることを知らないはずなのに、私が彼らの側にいられるように配慮しているのではないかと感じることもあった。特に孤児になってしまったA君は私の側を離れなかった。亡くなった母親か祖母に似ていたのだろうか。

二人はハシゴ架けに失敗する度に茫然となってしまうのだ。何度、手をかしたいと思ったことか。母から離れなかったという幼女の頃の私、母親の焼死体を探していた千本松原での少年、壊滅状態の福島の海岸で出合った少年への思いがマーブルになって、「今、私はここにいる」と思いながら、心の中で「ハシゴは自分で架けるのよ」と話しかけていた。

時折、事務机からそっと様子をみている指導員に打ち合わせ時に話題に上がった子どもたちの様子を伝えて戻るなど、どれくらいの時間が経ったのであろうか。

A君が「オレ、わかった」と私の耳元で囁きブロックを見せるではないか。うなづく私。ようやく頑丈なハシゴが架かったその直後であった。Bちゃんが、泣いてばかりいるA君に「泣くな。弱虫。泣いてもかえって（還って）こねえぞ」と言うではないか。彼女の横顔の何と凜としていたことか。素直にうなづく彼。耳にした会話はこれだけだった。

そっと、二人から離れてその様子を指導員に伝えた。一時期、マスコミは「泣けば楽になる」の言葉を流し続けていたが、その誤りを痛感した場面でもあった。

夕暮れになって宿に引き上げる時間になった。

「先生、今度はいつ来てくれますか」の指導員の問いに手帳を出しながら、「この週もダメね。この月は仙台だわ」とモソモソしている私の頭の後ろから、「『また来るね』というヤツは来ねえ」という声がするではないか。私の近くには決して寄ってこなかった年嵩の少年二人が手帳をのぞいていた。

この時も中井氏の「忘却こそ被災者の危機」「『誰かいてくれる』だけで意味」を思い出した。軽々しく空返事をしないでよかったとぞっとすると同時に、必ず再訪しようと心に決めた場面であった。

次の訪問はかなり後になり、子どもたちの状況にも変化があったが、多くの子どもたちが覚えてくれていて、一斉に学校の宿題を手伝わせるではないか。

Bちゃんは遠くからフラフープダンスをしてみせてくれた。A君はこの日も、最後まで私から離れず、私は宿題だけでなく予習も手伝った。前回と同様の囁くような声で、耳元で歌をうたってくれた。「何

のお歌？」とたずねると、曲名ではなく短い言葉で、つらい心の内を話してくれた。あまりにつらい心傷む話で、この回も祈りの回となった。

その2 「土に触りたい」、「草に触りたい」のフクシマの子どもたち

福島がフクシマになってしまった福島。先に記したように内部被曝不安経験者の私である。被曝線量の高い地域の学童クラブの指導員の先生たちからの質問に対して、私の応え方はどうであったのか。今でも身がすくむ。

外部被爆、内部被曝線量を気づかっただけの室内保育である。「子どもたちが外で遊ぶことができずいらついている」「これは引っ掻き傷の痕です」、「土に触りたい」、「草に触りたい」と言う子どもたちをどうしたらよいのか」などを相談された時もそうであった。

原発に反対しつつも防げなかった私たち大人の責任を問う言葉を語ったところで、質問に答えたことにはならない。人間は大地の人であって、自然に生かされてきた存在である。その人間の子どもの「土に触りたい」「草に触りたい」という願いは自然の裡であるのだ。それへの理解を共有し合ったところで、即、子どもの願いに応えたことにはならない。しかし、自然の裡を理解しあうことで「ガマンしなさい」が「ガマンしようね」になるにちがいない。そのようなことしか言えない私である。

声のトーンはますます低くなり、「その場凌ぎにしかありませんが……」と、アートセラピーの好きな私は、粘土での遊びや粘土細工をすすめたのだった。土の感触を味わうことができ、限りなく土色に近い粘土を、と。

帰京した私は、小出裕章氏の『原発のない世界

へ』や清水修二氏の『原発になお未来を託せるか』のページを繰り返しながら涙した。

3 ひきこもり青年、家族が遭遇した社会災波にのまれて逝った青年たちとその家族

早い時期に、若者自立支援をしている岩手県内のNPOの知人や友人から、波にのまれて逝ったひきこもり青年とその家族の様子を知らされていた。

沿岸部との連絡を含めてセンター的役割をしている内陸部の人たち。沿岸部の被災地では、親の会や若者支援のNPOの人たちが、生き延びたひきこもり青年たちと共に被災者救援活動に身を挺していた。

自宅を被災者の連絡場所に提供していた宮古の友人も身内を数人亡くしていた。ひきこもっていた甥は「これだけ悩んだのだから、もう、いい」と逃げることを拒み、一緒にいた家人数人が亡くなったということだった。友人は「家族は彼のひきこもりを理解していたのに」と嘆き、苦しんでいた。

不登校の親の会の世話役の一人であった陸前高田の友人は、ひきこもっていた次男を必死で説得するが、次男は「誰にも会いたくない」と最後まで部屋を出なかったという。あっという間に津波が押し寄せ、友人は逃げる準備をしていた長男と二人で車の屋根に。津波に力つきた友人は「一人だけでも生き残って、強く生きて」と長男の手を離し、波にのまれていった。次男は遺体でみづかり、友人は行方不明であった。

大震災から一年余、四度目の被災地訪問の主な目的は、仮設住宅での相談にもものってくれという話もあり予定に入れたが、主として、津波にのまれて逝った友人や知人のお位牌にお会いすることであった。

訪れる地、訪れる地で集まってきてくれる親や青年たちの姿に「また、会えてよかった」と言葉につ

まる私であった。相談にのっていた青年、手紙やDVDのやり取りをしていた青年のそれぞれに固有の物語があった。消息のわからなかった少女一家と再会することもできうれしかったが、この回は総じて、死者への旅となった。

病院関係者の死亡について、「私が相談の約束をしていなければ逃げるのに間に合ったはず。私、ずっと、気がふれたようになっていた」「先生、会いに来てくれてありがとう。つらかった」と泣き伏す人もいた。

手紙のやり取りも含めて断続的ではあったがカウンセリングをしていたK家は一家全員が亡くなっていた。寺も墓石も流され菩提先もわからず、私の気持ちを蒼い空に託して去った。陸前高田ではもう一人、3.11の前の年、何かとお世話になった役所の女性が亡くなっていた。それだけに、友人とその次男の遺影とお位牌の前に座ったときは安堵した。友人の夫は妻の遺体確認までを話しながら、「幽霊でもいいから出てきてほしい」と言った。夢で会う、夢が癒す、心配が癒す、邂逅までの道程はどのようになされるのか、胸が痛んだ。

ところで、ひきこもりは症状であって病名ではない。戦争がなければ戦争（戦闘）神経症がないように、ひきこもりは「今」という時代の日本社会と学校、その影響を受けた家庭のあり方を反映した症状である。

私がカウンセリングしてきた多くの子ども・青年がこもっていく背景に、いじめ・暴力被害があった。対人接触を頑なに拒否するケースが多く、ひきこもり状態が長期化している。いじめ・暴力犠牲者である子ども・青年の一部が家に籠るという形で命を護ってきたのであり、その数が積もり積もって六十万人、いや百万人だという時代になった。

「仮設住宅に不登校が増えている。就職ができず引きこもりが高齢化している」「生活の支援だけでなく、心のケアが求められている」という個人的相談や連絡を考えただけでも、それ以上になっているはずである。

もちろん、強い地震に驚いて外に飛び出したのをキッカケに動き出した青年や、「尋常でないことが起きている」とボランティア活動に参加して社会と再会した青年にも会ったが、死者、行方不明者の中に、ひきこもりの青年とその家族がどのくらい含まれていたのか。生と死を分けた凄絶な現場で、最後のライフラインの役割をした医師たちの記録の中に動き出したひきこもり青年の話もあったが、全体像はわからない⁽⁴⁾。

実際の数は不明のままだが、私は悲しみと怒りをもって「これは社会災だ」と思った。3.11は社会災を加えて、天災、人災、文明災の複合大震災であることを強調したい。

4 心を癒すこと—支えられ感の意味

緊急対応でのカウンセリングで実感したこと

3月11日から二ヶ月過ぎた頃から、直接的な被害を受けていない首都圏の人たちの中にカウンセリング、治療を求める人が増え、かつ緊急対応を要する相談が入るようになった。

放射能汚染恐怖によると思われる行方不明ケース、過去のいじめ暴力、虐待、体罰などがフラッシュバックして混乱、危機状態に陥っているケースなどだったが、心的外傷を負う事件や生い立ちを背景にもちながらも、本人なりに折り合いをつけて社会生活を送っていた人たちであった。

すでに病院はバンク状態にあった。見捨てる訳にもいかず、治療機関とつながるまでという条件で、

カウンセリングや生活のケアなどをせざるを得なかった。そのような緊急対応で感じたことが幾つかある。

一つに、症状化、重症化していく時期が四月末から五月中旬頃であり、症状が落ち着きあるいは平常にもどり、職場復帰していった時期がほぼ同時期であったこと。二つに、年齢が三十歳前後から四十歳代前後であり、高学歴の専門的なポジションにいる人たちであったこと。三つに、過去に熾烈ないじめ暴力、あるいは虐待、あるいは体罰などの犠牲者であったこと。四つに、孤立無援の中で生き延びてきたとはいえ、社会と人間に対する怯えや不信感が強く、基本的信頼関係が結びにくく、焦燥感、絶望感に苦しんでいたこと。SOS を発しながらも限らない猜疑心で迫ってきた人もいた。

いずれにしても、無力化と離断を生き延びてきたかつての被害者が助けを求めてきたのだ。それに応じる人間がいたという実感が心的外傷から回復していくベースになるはずで、「目の前のこの人」とつき合おうと考えたのだった。

その後も一名が断続中であるが、緊急対応してきた人たちのカウンセリングの終結時、私はその人たちに、次のようなことを語った。

3.11 以降、私は地球と人類に未来はあるのかという絶望感、原爆被害国の日本がいのちと環境破壊の加害国になってしまったことへの罪責感で、行動しつつも暗い気分の日々が続いたこと。絶望をくぐって何を語れるのかを問う日々であったこと。死者の思いと共に生き、共に存在していくとはどういうことなのかを考えていたこと。先人たちの死者と共生、共存、共闘の思想を学び直したいという思いが強くなったこと、などと。

「そこから始まるのです」という応えが返ってき

た。治療論的な分析は略すが、このような治療関係を超えたところでの意見の交換に希望の芽があるのではないかと。そして思った。「忘却こそ被災者の危機」と併せて、フクシマに対して、私たちは決して「沈黙の民」化してはならない、と。

注

(1) 中井久夫『災害がほんとうに襲った時 阪神淡路大震災 50 日間の記録』みすず書房、2011。3.11 直後の 4 月 11 日に発刊された本著を常時ハンドバックに入れて持ち歩き、同月 25 日発刊された同氏の『復興の半ばで』を机上に置き続けた。臨床的に過ちを犯すことを怖れていた私には、この二冊と注

(3) に記した手引書はありがたかった。
(2) 『子どものつづる志太の生活 50 号記念特集』志太教育協議会、1973。

(3) 『災害時のこころのケア サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き 原書第 2 版』アメリカ国立子どもトラウマティックストレス・ネットワーク、アメリカ国立 PTSD センター、兵庫県こころのケアセンター訳、医学書院、2011。

Psychological First Aid Field Operations Guide 2nd Edition, National Child Traumatic Stress Network and National Center for PTSD.

(4) 海堂尊監修『救命 東日本大震災、医師たちの奮闘』新潮社、2011。

横湯 園子

(元北海道大学、元中央大学／臨床心理学)