

平成 2 9 年 度

地域政策科学研究科（後期）

外国人留学生特別入試

小 論 文

時 間 1 2 0 分

(午前10:00~12:00)

注 意 事 項

1. 試験開始の合図があるまで、この問題冊子を開いてはいけません。
2. 問題冊子は、この表紙を除いて 3 枚です。
印刷不鮮明の箇所などがあれば、監督者に申し出て下さい。
3. 解答は、別紙の解答用紙に横書きで記入して下さい。
4. この問題冊子とは別に、解答用紙 / 枚と下書き用紙 / 枚が配布されています。
解答用紙の指定欄には受験番号を必ず記入して下さい。
5. 試験終了の合図とともに、ただちに、筆記用具を机の上に置いて下さい。
6. 解答用紙は持ち帰らないで下さい。

資料は、『中外日報』2015年11月4日付の「(論) 子どもの抱える困難の根底にあるもの——生きづらさに一人悩む」という記事です。これを読んで、次の設問に答えなさい。

設問1 この文章を300字以内で要約しなさい。

設問2 この文章を踏まえて、著者のいう「生きづらさ」について、あなた自身の考えを900字以内で述べなさい。

(注意)

解答にあたっては、解答用紙の1マスを1字に使い、句読点、引用符、括弧などはいずれも1字として扱う。ただし、算用数字およびアルファベットは1マス2字とする。書き出しは1マス空け、段落変えの時は必ず改行し、1マス空けること。

資料

子どもの抱える困難の根底にあるもの — 生きづらさに一人悩む

精神科医 松本俊彦氏

2015年11月4日付 中外日報(論)

まつもととしひこ氏=1967年生まれ。佐賀医科大卒。横浜市立大医学部精神医学教室医局長などを経て2015年から国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部部长/自殺予防総合対策センター副センター長。この他、東京都中央区・世田谷区の自殺対策連絡協議会委員長・会長なども務める。著書に『自分を傷つけずにはいられない 自傷から回復するためのヒント』『もしも「死にたい」と言われたら 自殺リスクの評価と対応』等。

自傷経験 10代1割

リストカットなどの自傷行為は、いまや思春期の子どもたちのあいだではありふれた現象となっています。私の調査では、10代の若者の1割がリストカットの経験があり、そのうちの約6割は10回以上繰り返していることが明らかにされています。

私は決して自傷行為=精神障害などというつもりはありませんし、若者の自傷行為の全てに精神科治療が必要とも思いません。とはいえ、この1割の自傷経験のある若者がどのような特徴を持っているのかを理解しておくことはとても大切であると考えています。以下に、この1割の若者の特徴について述べてみたいと思います。

まず若年時から飲酒や喫煙の経験者が圧倒的に多いという特徴が見られます。未成年のうちからの飲酒・喫煙は、大人になってから違法な薬物を使うリスクを高めます。薬物に対する「心のハードル」が下がっていくからです。また「その気になれば薬物入手できるかもしれない」、危ない人間関係が身近にある人が多い可能性も指摘できます。

女子では、明らかに拒食症や過食症といった摂食障害の疑いがある子がちらほら見られます。無茶なダイエットをしたり、反動で過食をしまったりする例が明らかに多く見られます。拒食や過食は何カ月、何年も続ければ、様々な内科疾患などの深刻な健康被害をもたらす可能性があります。

セックスの経験者が多いという特徴も見られます。セックスの全てが悪いなどと言うつもりはありませんが、例えば家族ともうまく折り合わず家庭に居場所がない、友だちともうまくいかず学校で居場所がないと悩んでいる女性が、誰かとの「深い絆」ができれば、そこが安

心できる居場所になるのではないかと焦り、セックスを許す場合があります。「彼氏から見捨てられてしまう」と考え、仕方なしにセックスに同意する状況はその典型。しばしば幻滅や失望によって心を傷つけます。

またコンドームを使わない人が多く、セックスの相手の数も多い傾向が見られます。避妊しないセックスは、早すぎる妊娠をもたらすし、学校での勉強を途中で諦めなければならなくなる事態を引き起こしますし、様々な性感染症の危険を高めます。援助交際のように不特定多数の相手との性的関係を結ぶことは、恐ろしい犯罪被害に遭遇する危険があるでしょう。

「自分には優れたところがない」「自分は誰からも必要とされていない」などと感じて自尊心が低い人が非常に多い、という特徴もあります。また、身近にいる大人たちに対して強い不信感を抱いているという特徴も見られます。

ちなみに、彼らの多くが、インターネット上の「自殺系」の掲示板やサイトにアクセスした経験もあることが分かっています。それをきっかけに「ネット心中」とか「集団自殺」といった悲しい事件が発生することがあります。そのようにして命を落とした若者の中には、様々な悩みを抱えながらも、周囲に相談できる相手がおらず、仕方なく答えを探してインターネット空間をさまよっているうちに、そうした掲示板やサイトに漂着していくような気がします。

以上、自傷経験のある若者の特徴を列挙してみました。確かにその一つ一つは必ずしも精神科で診てもらわなければならないような症状とはいえませんが、しかしそれらの若者が何らかの悩みやこ

るの痛み、生きづらさや深い孤独感を抱えていることを示しているとはいえないでしょうか？

薬物に低い抵抗感

実は私自身が一番ショックだったのは、こうした特徴のことではありませんでした。むしろ冒頭の調査のついでに集めた、私の薬物乱用防止講演(薬物の弊害を強調した「ダメ、ゼッタイ」といった感じの内容です)に対する感想でした。

自傷経験のない9割の若者は、「薬物は怖いと思った」「何があっても一生薬物には手を出さないと決心した」「もしも友人が薬物に手を出したなら、何があってもやめさせたい」といった期待通りの感想を抱いたようでしたが、自傷経験のある1割の若者たちの感想は違っていました。彼らの感想はこうだったのです。

「人に迷惑をかけずに自分を傷つけるだけだから、薬物を使いたい人は勝手に使えばいい」

同じ言葉を、私はかつて勤務していた薬物依存専門病院で何度となく聞いたことがあります。若い薬物依存患者に薬物の害を説明すると、必ずその反論としてこの言葉で切り返されたものでした。

このことは、私の講演が、最もメッセージを届けなくてはならない相手に届いていない、という事実を示していると思います。

この結果を見て、私はこう考えました。自傷経験のない若者の多くは、薬物乱用防止講演など聴かなくとも、そもそも薬物には縁のない生活を送り続けるのではないかと、そして一方、自傷経験のある子たちは、そのような講演を聴いても薬物に手を出すときには手を出すのではないかと。それどころか、ひよつとすると薬物に様々な害があるからこそ——「ダメだからこそ——、一種の自傷行為として薬物に手を出すのではないかと……。そう、「ダメ、ゼッタイ」だけではダメなのです。

すでに述べたように、自傷経験者は、リストカットによって皮膚を切り裂く以外にも様々な方法で「自分を大事にできない行動」を繰り返しています。彼らは単なる「ひねくれ者」なのでしょうか？

まさか。

理解しておいてほしいことがあります。自傷行為は決して誰かの真似をしているわけではないですし、周りの人の関心をひこうとしているわけではないのです。もしもそういった理由で自分を傷つけているとするならば、必ずみんなが見ている前で行い、自分がしたことを吹聴して回るはずですが、でも、大抵はそうはしません。自分を傷つける人の大半は、一人ぼっちのときに、服で隠れる場所をこっ

そりと傷つけますし、その傷のことを内緒にしておくことの方がはるかに多いのです。

理解ある支援者に

では、彼らはなぜ自分を傷つけているのでしょうか？ それは「怒りや絶望感、緊張感、不安感」といったつらい気持ちを抱えたときに、誰かに相談したり助けを求めたりといった方法で人に頼ることなく、たった一人でそのつらさをやわらげるためなのです。

しかし問題は、自傷行為は一時のぎでしかないという点にあります。その瞬間つらい気持ちが紛れたとしても、つらい気持ちを引き起こす原因、現実のつらさ(いじめや家族の不和、あるいは様々な悩みなど)が解決に向かうわけではないのです。

だから、私はこんなふうに考えています。自分を傷つける若者は確かに様々な方法で自分を大事にしない行動を繰り返しているが、その中で最も自分を大事にしない行動は、リストカットでも、飲酒や喫煙でも、拒食や過食・嘔吐でも、危険なセックスでもなく、「悩みを抱えているのに、誰かに相談しないこと、助けを求めないこと」である、と。

自傷する若者に対し、周囲の大人にできることは何でしょうか？ 宗教者の皆様に二つ、お願いがあります。

一つは、自傷を甘く見ないことです。「リストカットなんかじゃ死なない」とは言えるかもしれませんが、「リストカットする人は死なない」とは言えません。

むしろ自傷経験者の将来における自殺死亡のリスクはきわめて高いことが分かっています。というのも、自傷したからといってつらい現実は何も変わりませんし、繰り返すたびに自傷が持つ「心の鎮痛効果」が弱くなっていきます。

やがて、以前は自傷なしでも耐えられたストレスにも自傷が必要となり、早晚、「切ってもつらいし、切らなきゃなおつらい」という状態に陥ります。そのときに自殺の危機が高まるのです。

もう一つは、自傷を頭ごなしに叱責、禁止しないことです。「自分を大切に」とか「命を大切に」といった、ありきたりな説教は、百害あって一利なしです。

もちろん、自傷を容認しろと言うつもりはありません。ただ、急には手放せないことを理解して下さい。それでも理解ある支援者との出会いの中で「人生において最も悲惨なことはひどい目に遭うことではなく、一人で苦しむことだ」と実感する経験を重ねていけば、そこから新しい生き方が開けてくる——私はそう信じています。