



心とゆっくり向き合う

⑮ 不登校だった専門家



中学生に講演する深澤さん。壇上ではなく、生徒の近くで語り掛ける

ワンルームの壁一面には、ミニチュアがずらりと並ぶ。動物や怪獣、人間、乗り物などとジャンルはバラバラ。仏像を模したものもある。無数のミニチュアは「箱庭療法」に用いられる。気になるものを選び、砂の入った箱に自由に置き、心を理解しようとすると心理療法だ。

部屋の主は、富山市の臨床心理士・公認心理師の深澤^{ふかさわだい}大地さん(41)。国家資格を持つ心の専門家として、この部屋や市内のクリニックで10、20代の若者の悩みを中心に耳を傾ける。

「友達にいじめられている気がする」「家族に暴力を振るってしまう」「死にたくなる」。相談室に訪れる人の悩みはそれぞれに重く、切実だ。深澤さんは相談者に解決策や正解を一方的に提示しない。考え方の良しあしも言わない。ただ言葉を引き出して、心のしこりを解きほぐす。「本人も気付いていない心の奥底にあるものを一緒に紐解く仕事。自分のミトリセツ、作りの手伝いです」と表現する。

不登校に関する悩みも多い。深澤さん自身も小学校と中学校にほとんど通っていない。当時は教室に入らなかったのに、今では親身になって不登校の子どもの心の内を聞く。「似た経験をしたからこそ、理解できることもある。ただ、自分の気持ちを入れすぎると適切なカウンセリングにならない。そのバランスが難しい」と話す。

◇

長野のりんご農家に生まれた。自己主張が下手で、他の人となじめなかった。そんな子どもは今も昔もからかいの対象になりがちだ。小学校の同級生には、たびたびプロレス技をかけられた。通学が苦痛になった。靴を履こうとするだけで体が重い。布団から出たくない。登校をしたり、しなかったりを繰り返し、結局通えなくなった。

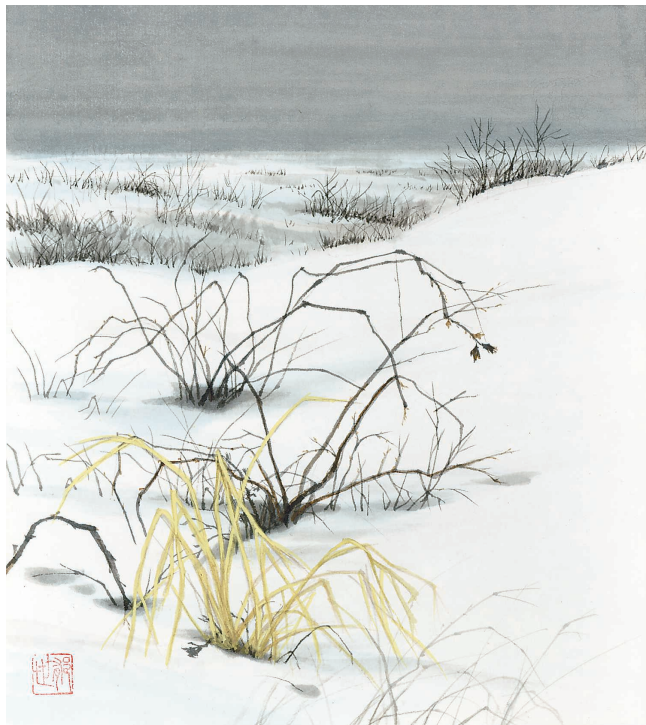
不登校が登校拒否と呼ばれ、まだ珍しい時代だった。心配した母に病院へ連れて行かれた。近所の川で「一緒に飛び降りて死のう」と言われた。おはらいも受けた。親が悲しんでいるのがつらい。「飼い犬に自分の残りの寿命をあげたい」と思った。

中学校は小学校と人間関係が地続きだ。苦手な同級生と顔を合わせるのは怖かった。入学式にしか行けなかった。卒業証書は校長室で受け取った。その間、適応指導教室に通い続けた。授業はなく、ただ自習

する日々。「分からないことがあったら質問するように」と言われたが、何が分からないうちも分からなかった。それでも友人ができ、初恋もした。青春はあった。

近所で同級生の親にばったり会々と、「これからどうするの?」と聞かれた。一緒にいた親が困った表情をしている。自分のせいで親が嫌な思いをしているのが不愉快だった。「見返してやる」と決めた。

当時の深澤さんの学力や内申点でも、辛うじて入れる高校があった。勉強は苦手なままだが、通学はもう嫌ではなかった。臨床心理士という職業を知ったのはその頃だ。たまたま手にした本によると、専門的な知識を用いて心の問題を解決する仕事らしい。不登校だった自分や、自分を追い込んだ同級生の心に何が起こったのか興味があった。大学どころか、大学院を修了しないといけない高度な資格だ。進路担当の教員には「あなたの学力では心理学部がある大



「冬景色」 広田 哲世

学は無理」とそっけなく告げられた。諦める気はなかった。まずは千葉の専門学校に入学。そして通信制の大学に編入した。大学院は10校近く受験し、全て不合格。それでも1年の浪人生活を経て、合格を果たした。

大学院で痛感したのは学力のなさだった。講義のほとんどが英語のテキストや論文を基にして行う。語学は積み重ねだ。基礎がほとんどない深澤さんには拷問のようだった。一字一句を翻訳したり、先輩に質問したり。遅々とした歩みだったが、「目標に向かっていく充実感があった」。

26歳で念願の臨床心理士の資格を得た。関東の教育施設で1年契約を更新しながら勤めていたところ、大学の教授から「富山の総合教育センターで人を探している。常

勤の仕事だ。あなたの経験が生かせると思う」と連絡を受けた。

30歳を目前に控えたタイミング。将来のこともぼんやり考えていた。5年間の任期制の仕事ではあるが、当時よりは安定していた。ただ思ってもいかなかった話だ。「富山ですか。少し遠いですね。ちょっと考えさせてください」と応じた。すると、「考えるくらいなら、やめておきなさい」と突き放された。理不尽だと思いつつ、すぐに交際相手に電話で相談した。後に妻となる由起^{ゆき}さん(40)だった。幸い、富山行きを勧めてくれた。それを機に結婚した。

◇

新天地では、新しい挑戦が待っていた。子どもや保護者のカウンセリングの仕事に、教員の研修などの業務が加わった。しかし、大勢の人前で話すのは苦手だった。10代の頃、精神科で「社会不安障害」という診断を受け、「人前で話すような仕事は

よしなさい」と言われていた。それなのに、着任翌日に講演することになっていた。会場では下を向き、紙に書いた文章を一字一句読み上げた。誰が聞いてもつまらない講演だった。言葉が届いた手応えはなかった。

仕事によりやく慣れた頃、5年の任期が終わった。臨床心理士は高度な資格だが、雇用は不安定だ。非常勤で複数の職場を兼務する人は珍しくない。深澤さんも、しばらくクリニックや学校でのカウンセリングを掛け持ちして生計を立てた。仕事と仕事を渡り歩くような生活に不安を感じていた。

ある日、妻から公務員試験の受験を勧められた。ちょうど富山県警が心理職の職員を募集していた。35歳の年齢制限にぎりぎり間に合うタイミングだった。

採用されてみると、非行少年たちとの向き合い方に違和感を覚えた。夜中に家出した少年を補導すれば、「家出なんてするな」と強く注意しないといけない。時には「もうしません」と念書も書かせる。警察独自のノウハウがあるのは分かるが、これまでの自分のやり方とは違う。かつてなら家を飛び出さざるを得なかった原因をじっくり聞き、一緒に解決方法を考えたはずだ。時間をかけて、自分の意思で生活を立て直してもらった。理想と現状のギャップの間で揺れ、ストレスを感じた。妻の前でも「行きたくない」とつぶやいた。定年まで勤め上げる未来が見えず、たった3カ月で辞めた。

その後、1カ月かけて国内を旅して自分を見つめ直した。やりたいのは、やはりじっくりと人の心と向き合うことだった。

2017年。自身の相談室を立ち上げた。最初は人が来ない。ビラをまいても、効果はなかった。無収入の月もあった。しかし、大学や仕事の縁で知り合った人たちが相談者を紹介してくれた。相談室は少しずつ軌道に乗った。「妻とすれば安定した仕事の方がいい。でも、夫はやりたいことをやるのが向いているタイプ。今は生き生きとしています。こっちを選んでよかった」と由起さん。

◇

深澤さんは相談者の前向きな変化を感じる瞬間にやりがいを感じる。小さな変化でもいい。自室に引きこもっていた人が、家族と食事する。不登校の子どもが教科書を棚から机の上に置く。「無関係の人には何でもないことでも、本人には大きな一歩なんです。ここからなんですよ」

自身も変わった。講演が苦手ではなくなっていた。依頼も多い。12月下旬には高岡市内の中学校で講演した。もう紙に書いた文言を読み上げるようなことはしない。会場を歩き回り、生徒に質問しながら、笑いを取る。そして緊張しない方法や、勉強すべき理由と一緒に考える。

スクリーンで娘の名前を紹介すると、会場の空気がさらに和やかになった。最近3歳になった娘は「こころ」という。

講演会に行くと、文字で埋め尽くされたスライドにうんざりすることがあります。深澤さんが勤めるクリニックの同僚、廣本京子さんによると、深澤さんのスライドは余白が多く、分かりやすいそうです。「メッセージを絞れるのは相手の気持ちを考えているから」と廣本さん。深澤さんは、すっかり講演の達人のようですね。



「虹」第7巻 発売中

最新刊の第7巻「虹 補助輪をはずした日の風」は、北日本新聞連載の121〜140回目までの20話分を収めています。1,100円。問い合わせは北日本新聞社出版部、電話076(445)3352(平日午前9時〜午後5時)。

心があたたまるエピソードや、この紙面についてのご意見、ご感想をお寄せください。

〒933-0911 高岡市あわら町13-50
北日本新聞社西部本社「虹」係
FAX 0766-25-7773
mail niji@kitanippon.jp
次回掲載は3月1日(火)です。

紙面提供／人と鉄のあいだに



OTANI 大谷製鉄株式会社

企画・制作／北日本新聞社営業局