

# 自殺について

日本文化学科 林 もも子

研究的随想という題をいただき考えている矢先に、遺書もない原因不明の弟の自殺という出来事に遭遇した。その出来事から距離を取り、研究者としての自分を取り戻すには、原稿の締め切りはあまりに迫っていた。研究に思いをめぐらすだけのエネルギーの余裕が現在の自分には持てない。そこで、自殺についての臨床心理学的考察をすることとを任を果たしたい。

自殺は、生きることの絶望した結果の自己破壊である。だが同時に他者破壊でもある。残された関係者にとっては、心理的外傷である。というのは、自殺という行動を止め得なかった、自殺した人の絶望を救い得なかった自分の存在への無力感と罪悪感とが心の安全を脅かすからである。自殺は、反撃の余地のない攻撃という側面を持つ。近年「誰それにいじめられた」と遺書を残して自殺する子どもの報道が目につくが、あれは、せいっぱい身を挺しての怒りの表現ではないだろうか。

攻撃性の起源について、心理学の中で考え方は大きく二つに分かれる。一つの考え方は、攻撃性は生得的な本能衝動であるというものであり、もう一つは、欲求不満による反応として二次的に獲得された衝動であるという考え方である。前者の生得説では、たとえば、精神分

析の創始者である S. Freud が、「生の本能」であるエロス、と並び称して「死の本能」であるタナトスとして攻撃性をとらえている。ホルモンの影響により、攻撃性の量に個体差があるという説もある。後者の後天説では、幼少時には母親や父親との関係、長じては兄弟、友人、教師その他の人間関係の中で欲求不満の経験をするたびにそれに対する反応として攻撃性が獲得され、積み重なっていくと考える。いずれにせよ、攻撃性が外へ向かわず、内へ、自分自身へ向かう時に、鬱が生じたり自己破壊行動が生じたりする。

なぜ、攻撃性が内へ向かうのだろうか。一つには、外へ、現実世界へ攻撃性を向けても勝つ見込みがないから、言い換えると自信がないからである可能性がある。あるいは、ユング心理学で考えるように、人間にはそれぞれ、生得的に外向あるいは内向の傾向があり、内向者は攻撃性も内へ向きやすいのだろうか。また、心のエネルギーが何らかの条件の下では急速に内へと逆流していくのかもしれない。心のエネルギーの流れの劇的な変化は、心理療法においてはしばしば観察される現象である。

攻撃性が自分自身に集中していくという現象はどのような条件で生じるのだろうか。通常の心理状態では、攻撃性にしても生の本能にしても、流動的に、また、ほどほどのバランスを保ちながら外の現実と内面との間を揺れ動いている。これが集中的に一方方向的に自分に向くという事態は、一種の心理的な極限状況において生じるのだろうか。集中的に他者に攻撃性が向く、たとえば殺人、の心理状態も他の極限状況であるかもしれない。このような、いわゆる「追いつめられた」心

理は、他者との「人間的な接触」が一切断たれた中で生じると考える。

「人間的な接触」というのは、臨床心理学者であるC.Rogersが治療的人間関係の概念を一般的な人間関係にまで敷衍して理論化した、「人格変化の条件」で述べているところの人間関係である。人が成長方向に変化する条件として彼が述べている人間関係とは、ごく単純化して言えば、真実であり、受容的であり、共感的に理解されていると感じられる人間関係である。もう少し言葉を添えれば、真実であるというのは、自分を偽らずに関係の中にいることである。受容的であるというのは、基本的に、底に相手に対するあたたかい思いやりやよかれと願う気持ち、相手の存在を大切にしようという気持ちが流れている関係であるということである。そして共感的に理解されていると感じられるというのは、相手の世界をその相手を感じているままに、つまり自分の勝手な思い込みを押し付けたりせずに、わかろうとする姿勢が伝わってくる関係であるということである。この主張は、人を心理学的に援助する立場の人には広く受け入れられてきた基本的信念である。この意味での人間的な接触への希望が断たれたと感じた時、人は、真の孤独と絶望を感じるのではなからうか。たとえば、いじめにあつて自殺する子どもの中には、親や先生などに、自分の苦しみを何らかの形で表現して訴えようとしたが、わかってもらえなかった、という状況が推測される場合が多い。あるいは、失恋で命を絶つ若者は、この人こそ全てとのめりこみ、他の人間関係がすっかり色褪せて遠くなっている時にその全てである人との関係が絶たれた故に人間関係全てを絶たれたと感じるのだらう。

逆に「いのちの電話」の活動に見られるように、様々な状況の中で絶望しつつも、なお、誰かにSOSを発信できる、電話がかけられる人は、実は完全に人間関係に絶望しているのではないと言える。そして、電話の中で、求めていた人間的な接触を得られると、一命をとりとめるのだらう。

一方、追いつめられ、孤独と絶望の中で死をを考えても、なお踏みとどまる者も多い。そこで死への一線を越えさせないものはなんだろうか。一つには、この世への未練と言われるものだが、それはいわば「希望」であり、絶望と戦う生の本能の残党である。もう一つは、自分をいとおしく思う心、すなわち自己愛だらう。人間の自己愛は、生まれた時から死ぬまで発達しつづけると考えられている。そして、健全な自己愛というのは、現実との調整機能を持ち、まとまりを持った自己愛である。この自己愛が決定的なダメージを受けた時、死の恐怖は死の誘惑へと転ずる。はじめな現実に甘んじるよりは無化することによって、自己愛は現実を最後に支配し、誇大な力の感覚を得ようとする。自殺とはある意味でナルシスティックな行為である。そこには他者への配慮の余地がない。

臨床心理学者の定石として、ある行動の意味を讀もうとする時に、その行動によってひきおこされるまわりの心理的な反応を、その行動をした人自身の心理として考えるというやり方がある。人を怒らせるような行動をする人はその人自身が怒っているということをその行動によって伝えている、という訳である。その定石を自殺にあてはめれば、その意味は余りに明らかだろう。自殺によりまわりに引き起こさ

れる、拒否された痛み、見捨てられた思い、寂しさ、悲しさ、空しさ、怒り、後悔の苦さ等々は、自殺した人が持っていた思いなのである。

ただ、自殺をした人はそれ以上、そのことの意味を考えつつけることすら放棄してしまっている。残されたものは意味を考えつつけるという重荷を背負わされている。その宿題が死者からの贈り物であると感じられるのはいつの日であることか。