

「非日常」の中から生まれるもの

帝塚山大学 心理学部

准教授 森 田 健 一

心理臨床とは、時間と空間が守られた構造的な場で来談者の心の問題に取り組む営みである。それは、流れゆく日常における「非日常の場」としばしば表現される。

日常，という言葉。

本原稿を執筆している現在（2021年9月），近隣府県には幾度目かの緊急事態宣言が発令され，「日常ではない」という緊張感が断続的に強いられている。大学は対面での授業が制限され，高校生以下の子たちも多くの学校行事が中止もしくは制限付きの実施となっている。大人に関しても，骨休めの旅行や会食を自粛し，職種によっては生活維持すらままならぬ状況になっている。

Withコロナ，という言葉さえも今や当たり前のように流布しており，日常という言葉の意味を否応なしに考えさせられる。

一方，学校生活にしんどさを感じている子と心理臨床の場で出会うとき，逆に「非日常」への安心感を耳にすることがある。昼休みに友達と一緒にご飯を食べること，わいわい話しながら教室を移動すること。彼らにとってはそうした「日常」こそが苦しみであり，その辛さを周囲にはなかなか理解してもらえない。コロナ禍では，黙食（個食），距離を保って静かに教室移動，がルールであり，一人で学校生活を過ごす時間が多かった子はようやく「普通の」生徒として過ごすことができている。そのことで心に余裕ができたのか，今まで話さなかった子と友達になったと報告してくれた子がいた。大人でも，テレワークで自由時間が増えたことで今まで挑戦できなかったことに手を出したという人もいる。非日常だからこそ，これまでとは違う新たな自分が生まれる契機となることがある。

かといって，多くの人にとってこの世界的非常事態が歓迎されるべきでないことは，具体例を挙げるまでもなく明白である。ただ，2019年以前のBeforeコロナであっても，それぞれにとっての「小さな非常事態」は人知れず生じていたのではないだろうか。それは今のように社会で共有できるものではなく，誰にも話せないような極めてプライベートなものではあったが，不自由さや息苦しさを覚えることは誰しもにあったはずだ。

心理臨床の場は，そうした日常にひそむ「非日常」をめぐる語る場である。仮に，不自由さが慢性化して「日常」になっていたとしても，そこに違和感や苦しみがあるからこそ相談に訪れている。やはり本人にとっては歓迎できない「非日常」なのである。その非日常性を，これからの人生においてより大きな器（あるいは新たな器）で抱えるための「非日常の場」として，心理臨床は機能している。ここには「二重の非日常」が存在している。そこでの語り，そして苦しみの中から新たな「私」が生まれる道のりを私たち心理臨床家はともに歩んでいる。

それはこの社会的非常事態下でも変わらない。むしろ，この状況だからこそ，これからの1人1人の生きる物語を紡ぐ場として心理臨床は重要な営みとなる。

本センターは，コロナ禍でも慎重に感染対策を施しながら，可能な限り運営を継続してきた。これからも地域の皆様の心の健康に寄与すべく，スタッフ一同協力しながら誠意努めていきたい。