

吉備国際大学
社会福祉学部研究紀要
第19号, 11-22, 2009

自分史分析の一考察 (Ⅵ) — うつ症状からの回復 —

杉原 俊二

A study of Life History Analysis(6) : The recovery from a depression symptom

Syunji SUGIHARA

要 旨

筆者はクライアントの自分史を分析することで、援助する方法の検討を進めている。そして、クライアントが自分の歴史を自分自身で語り、それを筆者がまとめ、クライアントと一緒に分析するという自分史分析の方法を進めている。しかし、その方法では、仕事量が多くなってしまふ。そこで、本論文では、いくつかのテーマ分析をおこない、それを組み合わせて生活史分析をおこなった。本論文では自分史分析の1つのケースを取り上げて分析をした。このケースでは、自分史分析をおこなうと、自分の過去を大きな「物語」として整理ができた。そして、クライアントはその後に自分の生き方を変えている。自分史分析はスーパービジョンの技法として有効であることが確認できた。

Abstract

The author studies of the method by analyzing history of own of person. Client tells your history by yourself, and the author gathers it up. And the author analyzes it with client together. However, by the method, work loads increase. Therefore, in this paper, client performed some theme analysis and client and therapist put it together and performed life cycle analysis. Author took up one case of Life history analysis in this thesis and analyzed it. There was rearranging as "long story" by the past of oneself when Author and client did Life history analysis. And client changes a way of live of oneself in the sequel. The Life History Analysis was able to identify that author was effective as technique of a supervision.

Key words : Life History Analysis Life Cycle Analysis (Analysis of half life) Theme Analysis
Depression Narrative Practice

キーワード : 自分史分析 生活史分析 (半生分析) テーマ分析 うつ病
ナラティブプラクティス

I. はじめに (問題と目的)

著者が自分史分析を始めたのは、援助職の「バー

ニアウト防止」のための研究の一環であった。その後、セルフケアの技法として自分史分析を始めた(杉原2005a～d, 2006a)。

最初は、自分で自分史を文章化し、それを自分で分析する（考察を書く）という作業をしていた。次に「セルフ・カウンセリング」（渡辺1990、1996）の方法を用いた「エピソード分析」（一つのエピソードについて自分で分析をする）と「テーマ分析」（エピソードより大きなテーマで自分史を書く）に分けた。さらにセルフケアの枠を超えて、自分の人生を出来るだけ詳しく書き出し、それを分析する生活史分析の検討をはじめた。

生活史分析は元々、自分史分析の生活史をどのように記述すればよいかというモデルケースとして始めたが、治療として利用できることがわかった（杉原2006a）。現在は、そこから一歩進んで、うつ症状を呈したクライアントの回復を促進するために、テーマ分析や生活史分析をおこなっている。

本事例では、うつ症状を呈して回復期にある人が、リハビリの一環としてテーマ分析を行い、さらに、生活史分析もおこなった事例を取り上げた。そして、うつ症状の回復期に自分史分析が活用できるかについて、事例による検討をおこなった。

Ⅱ. 事例（生活史分析）

1. Aさんの簡単な経歴

テーマ分析を始める前に経歴を書いてもらった。それは以下のとおりである。

- 1962年 B県A町に生まれる。
- 1969年 A町立小学校へ入学。
- 1975年 B市に住民票を移し、国立B大学附属中学校へ入学。親戚の家から通学する。
- 1978年 B県立C高校（C市）へ入学。自宅から通学する。
- 1981年 C高校卒業。1年間B市内にある予備校に通う。
- 1982年 私立D大学へ入学（1986年9月に半年遅れて卒業）

- 1986年 4月に大都市にあるE病院へ事務職員として入職（この頃、X党へ入党）
- 1990年 勤務先のある大都市から、F市に転居（市議会議員への立候補に備えて）。最初の結婚。
- 1993年 F市議会議員選挙（市議選）の補欠選挙（第2選挙区）で、X党から立候補。次点となり落選。
最初の妻と離婚が成立。
- 1994年 現在の妻と交際が始まる。
- 1995年 F市議選があり、前回と同じ選挙区から立候補したが、落選。X党の地区リーダーと口論になる。
現在の妻と入籍。
- 12月 E病院を退職。G市に住民票を移す。
- 1996年10月 G生活協同組合で働き始める。この頃、X党を離党。
- 1997年4月 G生協の正職員となる。
- 2000年 G生協の推薦を得て、G市議会選挙に立候補し、当選する。G生協を休職。
G市議になって半年後に体調不良で外科へ入院。退院後、しばらくして精神科へ入院。
半年間集中的に治療を続ける。

2. 市議会議員と病気（テーマ分析）

2003年にKさんはテーマ分析をおこなった。そこから抽出した「生活史」について記述する。

（1）G市議になった頃

1）市議会議員選挙への立候補

2000年にG市で市議選があった。Kさんは、この市議選に立候補をして当選した。

Kさんは最初、この選挙に立候補するつもりはなかった。というのは、Kさんは別の市（F市）で市議選に2度立候補し、2度とも落選をしていたからである。

Kさんは立候補した当時、G市生活協同組合（以

下「G生協」の職員であった。G生協は、設立当初から社会民主主義を標榜する政党との関わりが強く、現在は、その後継であるY党と関連があった。県、国の議員選挙や市長、県知事選挙では、立候補者の推薦を行い毎回応援をしていた。そして、G市議会には毎回のようにG生協としての独自候補を立て、議会に議員を送り込んでいた。ここ数回のG市議選では、G生協の関係者を1名立候補させ（無所属、Y党の推薦）、当選させていた。

2000年の市議選では、G生協は前回の市議選の得票数を参考にしてY党と協議をし、2人を立候補させることになった。現職の市議は、県議選に立候補を予定していたので、新人2人を立候補させることになっていた。第一候補には、中小企業を経営しながら、生協活動にも活発に参加している人がなった。ところが、第二候補の選考が難航し、F市議選で選挙経験のあるKさんの名前が挙がり、関係者で協議をした結果、立候補の打診があった。

Kさんとしてもいろいろと考えた末、立候補することを決心した。

2) X党時代

KさんはG市議選に立候補する4年前まで、革新系のX党に属していた。1995年にX党からF市議選に2度目の立候補をすることになった。しかし、Kさんに不利な形で選挙をすることになった。

F市では市内を複数の選挙区に分けていた。そのうち、Kさんが立候補したのは、X党が今まで一度も当選したことのない選挙区であった。そして、毎回2人以上が当選する選挙区に、Kさんの職場の後輩（同じ医療法人の別病院に事務職員として勤務）であるH Jさんが立候補した。X党で立候補する場合、選挙資金について心配をする必要はなかった。しかし、組織のバックアップ（すなわち集票力）が期待できるH Jさんの選挙区と、組織力がほとんど無いKさんの選挙区では、差が歴然としていた。選

挙結果は予想通りであり、Kさんは落選しH Jさんは当選した。

選挙区の割り振りといった選挙の進め方の不満をきっかけに、KさんはX党F市の支部長であるR Oさんと激しい口論になった。H Jさんの父親がX党の幹部党员であり、長らく市議や県議をしていた。一方、Kさんの父親は代々続く会社を経営しており、Kさんは「ブルジョア階級」の息子であると思われていた。R Oさんの手法に疑問を抱く人も多くいたので、Kさんを擁護する人もいたが、実力者であるR Oさんには逆らえず、だんだんとX党の中でのKさんの立場は悪くなった。

テーマ分析の内容から、この一連の騒動の中で、Kさんは「噛ませ犬」のような扱いを受け、わざとこのような状況に追いやられたように感じていた。それは、言葉にすると「はめられた」という感じであったそうである（Kさんはテーマ分析の時、「噛ませ犬」「はめられた」という言葉を何度か使用していた）。また、一連の騒動は「パワーハラスメント」のように感じていたようである。

Kさんはこの騒動の最中、E病院を病気休職した。E病院はX党との関わりがある病院であり、職員の中にはX党の関係者が多かった。そのため、Kさんは周囲の人たちに対して、疑心暗鬼になっていた。「うつ病」ということで、診断書は市民病院に勤務している医師に書いてもらった。

病気休職をしている間、それまでできなかった本を読むことや、いろいろな事をゆっくりと考える時間に当てた。その頃、それまでのことを振り返ろうとすると、気分が悪くなるといった身体症状が出た。X党に対するこれまでの努力を考えると悔しくて仕方なかった。ただ、ソ連解体以後に感じていた、時代の波に取り残されたようなX党に対する疑問は大きくなった。

3ヶ月間の病気休職の終わりごろに決断をして、KさんはE病院を退職した。1995年12月のことであ

り、Kさんは33歳になっていた。

3) G生協への再就職

Kさんは、E病院を退職した後、ハローワーク（公共職業安定所）に通い、失業保険（雇用保険失業給付）をもらっていた。Kさんは失業保険が切れた時に、ハローワークではなくBMさんの紹介で、G市にある生活協同組合へ臨時職員として就職した。これは、G生協で共同購入グループから商品の注文を受け、配達をする仕事であった。

しばらくして、事務職員としての経験があり、その能力に優れていることが周囲の人にわかり始めた。すると、正職員として採用されG生協の本部で勤務をした。G生協はそれまでつとめていたE病院と職場環境が似ていることもあり、すんなりと溶け込むことができた。

G生協に紹介してくれたBMさんは、Kさんより20歳ほど年長である。学生運動が盛んであった時にはX党の党员であり、その後、X党を自主退会（X党は退会を認めず、除名処分にしたようである）した。その後、税理士や司法書士の資格を取り、自宅で開業して仕事をする傍ら、様々な市民活動に積極的に参加していた有名な市民運動家であった。

そのBMさんを紹介してくれたのは、E病院でのかつての同僚（X党の関係者ではない）である。テーマ分析をしていると、E病院で同僚だった人の中には、Kさんの心配をしてくれる人がたくさんいたことに、あらためて気づいた。周囲の人には、BMさんが後ろ盾にいたと思われた（誤解された）ようで、G生協での立場は悪くなかったそうである。どちらかという、過剰に期待され「ハードルがかなり高くなった」状態であったように感じていた。

（2）選挙活動

1) 選挙活動

この立候補は、Kさんにしてみれば今まで世話を

してくれ、今回もG生協に市議の候補として推薦してくれた、BMさんの顔を立てるつもりであった。ただ、当選する気があまりなかったため、F市議選の時と違い、Kさんは積極的に選挙活動をしなかった。今回は、G生協から2名立候補しているので、「共倒れ」だけしなければいい、と考えていた。

G市はF市と違って、複数の選挙区がないため、票の取り合いをして共倒れになる危険性もゼロとはいえなかった。真剣に市議になりたいと立候補したもう一人に対して、Kさんが遠慮する気持ちが働くのも、無理のないところであった。

KさんはG生協が用意した選挙参謀が立てたスケジュールに従い、生協の組合員に対して講演会をし、演説をしていた。ところが、選挙が始まる直前に、ある市民運動グループが「勝手連」（Kさんと勝手に連帯をする会）を結成し、選挙活動をしてくれた。これはBMさんの差し金であった。選挙活動は、Kさんの思惑をはずれ、どんどんと活発化した。

Kさんは、以前の選挙と違い、自身が大して努力をしていないにもかかわらず、当選してしまった。それは、第一候補の得票数とほとんど差がなかった。Kさんは当惑した。

2) 怪文書

Kさんが立候補を迷った心配の一つである、X党からの妨害は、特に無かった。しかし、プライベートなことを書いた差出人不明の文書が、あちこちの家に配布されていた。

そこには、F市でX党から市議選に2度立候補して落選したことと、それが原因でX党で内輪もめが発生し離党をしたことなどが、詳しく（悪意に満ちた曲解で）書かれてあった。また、離婚歴があること、大学を半年留年したことなども書かれてあった。ただ、これらの話は、すでに多くの人に話をしていたことであり、影響はあまり無かった。

後に、この「怪文書」はX党ではなく、別の保守

系の政党から出ていたものであることがわかった。

3) G生協休職

Kさんは市議になった時、G生協に願い出て「休職」扱いにしてもらった。市議の規定によれば、仕事を続けることは可能であった。しかし、せっかく当選したので、4年間はしっかりと働きたいと考えたのであった。

このG生協の休職について、Kさんの妻であるKWさんも賛成してくれた。KWさんは、Kさんが病氣休職をしていた時期から、G生協の正職員として採用されるまで、ずっと家計を支えてきた。

妻のKWさんは看護師であり、前述のH Jさんと同じ病院で働いていた。KさんがE病院を退職した直後に、KWさんも退職した。そして、X党とは関係のない病院に転職した。正職員になっても生協の給料は安く、収入はKWさんの方が多かった。議員になると一定の収入があるが、同時に、支出が驚くほど増えた。Kさんの市議としての1年目の収支は100万円以上の赤字であった。

(3) 議員活動と病氣

1) 市議会の中継

G市議会では、年に4回、定例会が開催されていた。また、委員会に配属され、それぞれのセッションで討議をすることになった。Kさんはそれらにきちんと出席した。

その当時、G市では、市議会や委員会を国会のように放送しておらず、関心のある人は傍聴席で見学をするしかなかった。Kさんは委員会で、ケーブルテレビやコミュニティFMによる市議会の放送することを提案し、市内の放送事業者と検討をしていた。また、生協の組合員の勉強会でもテーマとして取り上げ、生協を通して陳情をしてもらった。

ケーブルテレビは、BMさんが役員として経営に加わっていた。また、コミュニティFMは、G生協

が設立当時からバックアップしており、その会社は、生協の建物にテナントとして入居していた。そのような事情もあって、話はスムーズに進んだ。Kさんが市議になって半年後に、全ての手続きが終わり、市議会の中継（録画や録音したものを編集してゴールデンタイムに放送）することが始まった。

Kさんは、この中継を選挙活動中に考えていた。それは、かつて、F市議会を傍聴していた時に、保守系の市議に欠席が多く、また昼寝をする人が多くいたからであった。実際に放送が始まると、ある古株の保守系市議が反発した。それは、その市議が昼寝をしている姿を延々と放送したからであった。彼は悪意のある編集であるとケーブルテレビに抗議をした。Kさんも市役所の会議室に呼び出され、恫喝とも取れる言い方をされた。

しかし、結果として定例会や委員会を欠席する市議が大幅に減り、居眠りも少なくなった。また、市議会の討議もテレビで放送されるという緊張感が生まれ、県議会や国会への進出を考えている一部の市議にとっては、地元の有権者に対する有効なパフォーマンスの場としてとらえられるようになった。1年後には、馴れ合いが見え隠れする場から、討論する場へと変化していった。

2) 発病

体調の不良は、市議になって3ヵ月後に現れた。それまでも、胃の調子が良くないこともあり、たびたび自宅で吐くことがあった。夜に胃痙攣を起こすなど、相当苦しい状態が続いた。市議になって半年後、定例会の会期が終わった直後に細菌性腸炎から脱水症状を起こした。タクシーで近所の病院の救急外来へ行き、そのまま1週間の入院をした。

退院した後、重苦しい気持ちが徐々に起こってきた。例えば、人に会う時には、重苦しい気持ちになった。実際に会っている最中は大丈夫であるが、会う前には不安感が強く、終わったあとには驚くほどの

疲れがあった。とにかく、今までにない疲労感を毎日感じていた。それが取れて、すっきりすることはなかった。

これらのことがあったのが2000年の半ばであったが、突然襲ってきた精神的な症状のように思っていた。しかし、テーマ分析によって自分史を振り返ってみると、実際には1995年の半ばからずっと起こっていたことに気づいた。

病院で入院中に一通りの検査をした。しかし、疲労感が取れないことを訴えた時、外来で診察をした医師から、精神科への受診を勧められた。Kさんは、これまでのことを簡単にメモ書きをして、病気休職をした時に診断書を書いて医師（T H医師）に相談した。

Kさんは、T H医師とは診断書の件の以後、会うことはなかった。しかし、今回の「しんどさ」のことで誰に頼るかという時に、KさんはT H医師に頼りたいと思った。T H医師は大学の医局人事で市民病院から別の病院に移った後、G市に隣接する新興住宅街のはずれへ数年前に移転してきた、小規模な精神科病院に勤務していた。

3) 入院治療

T H医師の勤務する精神科病院は一風変わっており、病棟に多数の個室があった。そして、個室で入院している患者は、ナースステーションに届出さしておけば、外泊は原則自由であった。医師の許可があれば、病院の裏にある駐車場に自家用車を置くことができた。Kさんは精神科医療についてある程度の知識があったので、これには驚いていた。

Kさんは市議会の定例会の会期中には、毎朝、病院から自家用車を自分で運転して通った。また、奥さんのK Wさんは、一日おきに病室へ来てくれた。T H医師は、毎日午後に回診をしてくれた。この入院は、短期間の中断をはさんで半年ほど続いた。退院後、精神科診療所の外来へ通院することになっ

た。最初は週1回のペースであったが、ほどなく、2週間に1回のペースに切り替わった。2002年の途中に筆者とKさんは出会い、自分史分析の「テーマ分析」を始めたのであった。自分史分析が始まった当時、Kさんはその精神科診療所の外来に隔週で通っており、筆者とは月に1～2回のペースで話をした。その診療所の使用していない診察室か、隣接するカウンセリングルームの面接室を借りて自分史分析を行った。

3. 自分史を描く（生活史分析）

テーマ分析を終え、市議になった自分について振り返ることができた。一応はそこで終わるのであるが、Kさんはさらに自分の生活史を振り返る「生活史分析」へと入っていった。

（1）少年時代

1) 政治とのかかわり

Kさんの実家のすぐそばに町役場（町議会の議事室）があった。Kさんの一家は、政治とは常にかかわりを持ち続けた。Kさんにとって、地方政治は大変身近な存在であった。

Kさんの父方の祖父は、現在のA町として合併した村の中で、最も大きな村の村会議長や村長を務めていた。「昭和の大合併」の時にA町ができたが、合併の旗振り役であった。そして、その功績もあり、A町の最初の町長となった。

Kさんの父親は祖父の長男であり、戦後、旧制中学校を卒業すると、新製の国立B大学へ進学した。大学卒業後、短期間であるが県職員をした後、実家へ帰り家業を継いだ。A町合併後、最初の町会議員選挙で当選すると、それから30年以上、町議を務めた（そのうち、議長を2期8年務めた）。その後、県議に立候補する予定であった。しかし、諸事情からその立候補を断念した。さらに体調を崩して入院をしたことをきっかけに、町議を引退した。

現在では、Kさんの次兄が家業の造り酒屋を継ぎ、父の後の町議も務めている。

2) Kさんの兄弟

Kさんは、1962年に三人兄弟の末子として生まれた。

6歳年長の長兄は、旧帝大を卒業すると国家公務員の上級試験に合格し、キャリア官僚として中央官庁で働いている。全国規模で転任があり、若いころは2～3年で地方と東京を往復していた。2002年時点では、本庁に勤務している。そろそろ出世レースの先が見えてきたようだ。転勤人生であり、官舎住まいであったが、最近、マンションを購入したという話を聞いた。

3歳年長の次兄は、父親と同じB大学に進んだ。卒業後は父親の指示で、実家と取引のあるB市内の食品メーカーに入社した。そして、予定通り実家へ帰った。しばらく家業に専念していたが、父親の町議引退に伴い町議選に立候補し、当選をして現在に至っている。

KさんはX党の党員になった時、保守系の町議であった父親から勘当をされている。それは、KさんがX党を離党するまで続いていた。また、父親が入院をするまで、15年以上実家には帰省しなかった。

勘当されていた期間の連絡先は、次兄夫妻であった。Kさんは長兄とは直接の交流がなく、次兄を介して連絡を取る形になっている。

3) 幼少期から小学校卒業まで

Kさんの実家は造酒屋の他に広大な山林を所有し、酒に使う米も自分の農地で作っていた。戦前から農地を会社の所有にしていたので、農地改革の時にも土地を所有し続けることができた。実家の隣にある旅館や、現在は農協が経営をしているスーパーマーケットやガソリンスタンドも元々はKさんの実家が創業したものであった。

幼い頃の思い出は、造酒屋で、多くの人たちが働いており、皆から「ボン」として可愛がられていたことであった。実家から歩いて100mほどのところにある幼稚園に入園した。入園式では、Kさんの父が来賓として招かれており、壇上で挨拶をしていた。

小学校に入学する時、長兄がB大附属中へ入学するため、実家から離れた。長兄は、毎週土曜日の夜に実家に帰り、翌日曜日の昼過ぎには、再びB市へ戻っていった。長兄は中3になると「受験勉強が忙しい」という理由で、ほとんど実家に戻らなくなった。

小学4年になった時、今度は次兄も中学校へ入学するためB市へと行った。次兄は、中1の頃、実家が恋しく週末に帰省したかったそうである。しかし、長兄が「お金がもったいないから帰るな」と（自分のことを棚にあげ）、次兄に命じていたそうである。

Kさんは小学校5年生から、土日にB市へ行き、進学塾で勉強をした。第1回目だけは、母親が進学塾まで付いてきてくれた。次からは車で1時間ほどかかる、特急列車が停まる駅まで送ってくれ、そこから一人でB市まで出ていた。土曜日の小学校の授業を4時間目まで受けていては、進学塾に間に合わないため、4限目（ホームルーム）は毎回休んでいた。母は小学校へ車で迎えに来てくれており、いつも大急ぎで駅へ向かっていた。

土曜日の夜は、2人の兄が下宿している親戚の家（次兄の部屋）に泊まった。夏になると、すぐ近所にあるB市一の繁華街で土曜夜店がやっていた。Kさんは次兄に頼んで夜店に行き、花火をたくさん買ってきて、下宿で盛大にするのが楽しみであった。

(2) 中学入学から高校入学まで

1) 中学校入学

Kさんは地元の小学校を卒業し、1975年にB大附属中(以下、附属中)を受験し無事合格した。これは、長兄と次兄が中学校からB市の学校へ通い、高校は県内で一、二位を争う学校へ進学したことを倣った

ものである。長兄はKさんと同じ附属中で学び、県立で最もレベルの高いBM高校へ進学した。次兄は附属中を不合格になったが、それでもB市に移り、下宿先の学区であるB市立B T中学校へ入学した。高校は県立で二番目にレベルの高いB O高校へ進学している。

同じ年に長兄が大学（旧帝大と有名私立大）、次兄が高校を受験しており、3人とも合格をした。ただ、次兄はBM高校を希望しながらも成績が伸びず、最終調整で1ランク下のB O高校へ変更した。次兄にとっては、両親に対して申し訳ない思いで一杯であったようである。この件が、次兄が後に実家の家業を継ぐ、精神的な背景になったようにKさんは感じていた。

B市で成績の良い子は、中高一貫の私立校へ行くか、附属中からBM高校へ進学することが多かった。B県の国立大学附属校は中学校までであり、高校は藩校からの伝統のある県立高校へ受験をして進学するのが「正規のルート」であった。B市内や近隣の市町の人だけでなく、通学圏外の人も寮や下宿住まいをして入学してきた。

Kさんは、私立校の自由な校風にもあこがれたが、長兄が附属中に進んだのと、進学塾で一番仲の良かった子が附属中志望であったので、附属中を受験した。ところが、その友人は附属中に不合格になり、隣県にある全寮制の中高一貫私立校に入学した。

2) 中学時代

Kさんは親戚の家の離れにある、次兄と隣の部屋に住んだ。中学では、同じ進学塾に行っていた同級生と仲良くなり、遊んでいた。

入学すると、最初に塾で顔見知りであったMK君と仲良くなった。MK君は商店主の息子であった。彼の家は、B市で一番の繁華街の中にあった。中1の半ばから、ほとんど毎日、帰宅して少し早めの夕食を食べると、そのままMK君の家に集合し、遊び

に行くのであった。

友人の多くは家が金持ちであり、親の多くは会社の経営者か、有名企業の出先機関に勤めている幹部社員であり、国会議員の息子もいた。Kさんたちは、文化部に所属していたが部活動をほとんどせず、放課後はもっぱら繁華街で遊びほうけていた。

そのような生活をしていたため、Kさんの中学校での学業成績は低下した。その結果、BM高校はおろか、(次兄の入学した)B O高校すら合格が難しい、と言われていた。そして、B市内の県立高校への進学はあきらめなければならなかった。

Kさんの両親や下宿している親戚は、2人の兄が何を言わなくてもまじめやっていたので安心しており、監視の目はゆるかった。次兄は大人しく、Kさんに意見などはしなかったが、自分がBM高校へ行けなかったことを言い、まじめに勉強するように言ったことが一度だけあったそうである。しかし、Kさんはまじめに取り合わず、気づいた時には遅かった。進路指導で、Kさんは高校からはA町にある実家に帰り、C高校を受験するように言われた。

3) 高校入学。

Kさんは2人の兄と違い、中学校を卒業すると地元に戻り、旧制中学からの伝統のあるC高校へ入学した。この高校はKさんの父の母校であった。

C高校への通学は実家からバスで1時間以上もかかった。実家のすぐ前にあるバス停からC駅行きのバスに乗り、駅の数個手前のバス停が高校前のバス停である。当時は、C駅行きのバスは一日10本しかなく、1本乗り遅れると少し遅刻になり、2本乗り遅れると3校時に間に合わなくなった。

また、C高校では運動部に入部する他、社会問題研究会に入部した。高校ではまじめに部活動をして、中学の時のような遊ぶ暇はなかった。

（３）X党とのかかわり

１）高校時代

１年生の時の担任であったW J 先生が、顧問をしていた社会問題研究会へクラスの生徒を熱心に勧誘した。W J 先生は当時30歳になったばかりであった。学生運動の元活動家で、70年安保の時は留置場に入った経験があった（起訴はされず、そのまま釈放）。学生運動の失敗から、大学へ戻って教職課程を取った。そして、地元B県の高校教師となった。すぐに日教組の先鋭的な活動家となり、生徒たちを「アジる」ことで問題になったこともあった。最初の赴任校（全日制）から定時制高校を経て、Kさんが入学する１年前にC高校へ来た。C高校では大人しくなったという評判であった。

社会問題研究会の部員は生徒会の役員を兼ねることが多かった。Kさんも高校１年生の時から学級委員として生徒会活動を手伝い始め、高校２年の時に生徒会の執行部に入った。その年の体育祭と文化祭をKさんは実質的に執行部の責任者として仕切った。

この頃、さほどX党と関係があったわけではなかったが、生徒会のOBにはX党とつながりを持つ人が多かった。

高２の秋に生徒会長に立候補し、当選した。Kさんは、入試の成績も、入学後の成績もずっと下位のままであった。C高校には、生徒会長になると大学浪人をするというジンクスがあった。

２）大学浪人とD大学入学

Kさんは1981年にC高校を卒業した。２月までに受験をした３つの私立大学が全て不合格であり、３月の国立大学も不合格であった。その試験の翌日におこなわれた地方私立大学であるD大学の二次募集を受験し、高い競争率の中、合格をした。しかし、浪人することを決め、B市にある予備校に１年間通った（予備校の寮から通学）。

志望校を私立大学に絞り、１年間勉強をして、そ

れなりに成績も上がった。ところが、第１、第２志望の大学が不合格であり、前年も合格していたD大学の英文学科へ入学することになってしまった。

D大学には、高校の社会問題研究会と生徒会で１年先輩であったN Sさんが一浪した上で入学していた。KさんはN Sさんに誘われて、自治会に入る。ここで、X党との接点ができた。自治会を実質的に仕切っていたX党の青年組織（表向きは、X党の友好組織）に、２年生の時に入会したのである。

特に派手な活動をしたわけではなく、高校での生徒会活動の延長のような形で、大学の自治会活動をおこなっていた。大学３年生の時に、自治会の執行部委員長（自治会のトップ）選挙に立候補した。そのころの選挙は、自治会の執行部で話し合って候補者を出し、選挙は信任投票であった。Kさんが立候補した年は久しぶりに、他の立候補者（体育会から推薦された同級生）が出て、本当の選挙になった。結果は、Kさんが僅差で当選した。

３）大学卒業とE病院就職

Kさんは４年の終わりまで自治会にずっとおり、特別に就職活動をしてはいなかった。自治会のOBに相談すると、将来、X党員になる気があるならば、X党とかかわりの深い病院を紹介してくれることになった。試験もあったが、あっさりと大都市にある医療法人へ事務職員として合格した。

大学は卒業必修科目が後期試験で不合格となり、再試験（と補習）で何とか合格となった。ところが、卒業論文（「日本文学と社会運動」に関する研究）は締切りに間に合わず、半年遅れで卒業（1986年９月30日）となった。

職場は、E病院に決まっていた。卒業が延びることは、12月の段階でわかっていたが、Kさんは病院には黙っていた。３月に卒業論文を指導教員へ提出し、E病院へ報告した。特にお咎めもなく、1986年４月にE病院の総務課へ事務職員として入職した。

9月の卒業式は平日であったので出席できなかった。自宅に、大学から卒業証書と記念品が郵送されてきた。

Ⅲ. 考察

1. 自分史分析の進め方

Kさんは、いわゆる「うつ病」の経験者である。そのため、これまでの自分史分析（生活史分析）の対象者（杉原2005b、2006a、2007a）と違い、筆者がカウンセリングやソーシャルワークで事例研究を発表するのと同じルールを適用している。これは、本人の承諾を得た上で、「ケース修了から5年以上経過」した上で発表をする（杉原2007c）というものである。

K事例は、2002年に自分史分析をおこなった。当時は現在のように、一定の方法を決めていたわけではなく、手探りの状態でおこなっていた。以下が、その進め方である。

①経歴を書く

K事例では、まず、最初に簡単な経歴から書いてもらった。これは、生まれた年から現在（K事例では1962年から2002年）まで、年を縦に並べて書き、その右側に出来事を簡単に書くというものである。最初は誕生日、小学校、中学校、高等学校への入学を記入する。そして、大学への入学と卒業、就職や転職、結婚といった大きなライフイベントを書いてもらう。それから特に気になる点についてのみ記入してもらう。

この段階ではあまり詳しく書かなくても良いので、ざっと全体像がわかるように（「履歴書」を書くように）、というアドバイスをしていた。

②テーマ分析をおこなう

2002年当時は、まだテーマ分析と表現していなかった。K事例では「市議員と病気」というやや漠然としたテーマを定めた。最初、経歴の確認を行

い、その後、内容を自由に話をしてもらった。2回目からは、Kさんは、話の内容についてメモを書いてきた。それにしたがって、筆者がインタビューをするという形を取った。

経歴書きとテーマ分析で5回面接をした。

③生活史分析をおこなう。

テーマ分析は話が大きく飛躍し、脱線を繰り返した。Kさんから、さまざまな話を聞くことが出来た。後に、テーマ分析は1～2回の面接で終わることができるようになったので、これは元々サイズが大きい話の聞き方をしていた。また、話しづらい点も多くあったようである。そこにかかると、「手を変え、品を変え」話を聞いた。援助者のインタビューの能力が必要であると感じた点であった。

別の人に「生活史分析」をおこなっていることをKさんに話すと、興味を持ってくれた。そして、改めて、幼少期から現在までの生活史の聞き取りをおこなった。ただ、すでに、いろいろな話を聞いていたので、それらをまとめ、経歴にしたがって、不足している点を聞き取った。フォローアップを含めて4回面接をして、2002年での面接は終わった。

全体で9回面接をした。

2. 自分史分析をした上での気づき

（1）地方政治に関わる

Kさんは、自分史分析を通して市議をする意義を改めて見つけ出した。それは、父との思い出であった。

Kさんの父はKさんが物心ついた頃からA町の町議であった。Kさんの実家の食卓では、父が様々な町民の名を挙げて、話をしていた。父は1万人に満たない町民のほとんどを知っていた。もし、父が町議でなければ利己的になり、営利に走っていただろう。ところが、父は町議をすることで利他心を忘れず、町民に奉仕をしていた。それは祖父も同様であり、何度も人に裏切られながらも、町民を愛し続けた。政治的立場は右と左で違うが、実際にやっているこ

とはほとんど差がないことに気づいた。

(2) X 党員であったことの総括

K さんは自分史分析をすることで、X 党員であった自分に対する総括をすることができた。K さんは、自分がしたいことは、現在では X 党でなくても（むしろ X 党でないほうが）、実現できると考え始めた。

また、家族に多大な迷惑をかけたのではないかと考えた。父が県議への立候補を取りやめたのは、K さんが X 党員であったことも大きな要因であった。長兄が中央官庁でキャリア官僚をしていたが、出世にも微妙に影響していたのではないかと考えた。実際、自分史分析の後に、長兄は 50 歳を過ぎたところで官僚を辞め、民間会社へ再就職した。

現在、仕事の傍ら、社会政策についての研究を進めているのは、この自分史分析からの結果であった。

3. 将来のこと

テーマ分析以後の経歴は、以下のとおりである。

2002年 私立 H 大学大学院修士課程へ入学 社会政

策を専攻

2004年 G 市議選に立候補せず（1 期のみで引退）。政治活動から距離を置くため、G 生協を退職。I クリニックへ事務職員として入職（現在へ至る）。

2005年 1 年遅れで、修士論文を提出。大学院修士課程を修了。博士課程へ入学。

2008年 博士課程を単位取得退学。博士研究生（ボストク）になる。

今回の事例を論文にまとめるにあたり、6 年ぶりにインタビューをおこなった。K さんは、前述のように、社会政策と地方自治について大学院で研究を進めている。これは、学術的に「自分史分析」とその後を具体的な形にしていることである。

K さんは、体調が整えば再び政治の舞台に、議員か秘書として戻るつもりであると言っていた。「うつの回復」については、自分史分析が有効であったことを K さん自身が認めていた。

IV. 文献

杉原俊二（2005a）自分史分析の一考察（Ⅰ）－ナラティブアプローチへの手掛り－. 吉備国際大学社会福祉学部研究紀要, 10, 81-90.

杉原俊二（2005b）自分史分析に関する一考察（Ⅱ）－生き方を変えるきっかけ－. 吉備国際大学保健福祉研究所研究紀要, 6, 49-58.

杉原俊二（2005c）対人援助と K J 法. 人間科学研究, 2, 1-10.

杉原俊二（2005d）対人援助学と自分史分析. 人間科学研究, 2, 11-20.

杉原俊二（2006a）自分史分析の一考察（Ⅲ）－自分に向き合うことと語り－. 吉備国際大学社会福祉学部研究紀要, 11, 115-128.

杉原俊二（2006b）自分史分析のフィールドノート（Ⅰ）－ある国立大学教授の学歴・職歴より, 人間科学研究, 3, 1-10.

杉原俊二（2007a）自分史分析の一考察（Ⅳ）－生活史分析を用いた援助－. 吉備国際大学社会福祉学部研究紀要, 12, 23-36.

杉原俊二（2007b）自分史分析のフィールドノート（Ⅱ）－ある放送作家の大学・大学院生時代. 人間科学研究, 4, 1-12.

杉原俊二（2007c）心理療法としての自分史分析（Ⅰ）－ある運動家の人生. 人間科学, 25, 7-12,

杉原俊二（2008a）自分史分析に関する一考察（Ⅴ）－テーマ分析から生活史分析へ. 吉備国際大学社会福祉学部研究紀要, 13, 11-21.

杉原俊二（2008b）自分史分析のフィールドノート（Ⅲ）－山のおばさん移住記より．人間科学研究, 5, 1-12.

渡辺康磨（1990）セルフ・カウンセリング．ミネルヴァ書房（京都）.

渡辺康磨（1996）セルフ・カウンセリングの方法．日本実業出版社（東京）.