事例

46 公益社団法人日本駆け込み寺

□公開日時：平成 29 年 8 月 30 日（水） □相談年度：平成 28 年度

仕事の問題

■ 「働くことに対する不安」 ■

～ 過去を切り離すために、自分の本当の願いに気付く ～

正社員として登用され、明日を初出勤日に控えた男性。過去の経験から自信を無くし、仕事に対する不安で死にたい気持ちだという。過去を切り離し、今を生きるためには苦い経験に蓋をするのではなく、過去を拾っていく作業こそが大切なのである。

■仮名：鷲見
■年齢：３１
■性別：男性
■問題：仕事への不安

【過去に捉われ、希望が持てない】

鷲見さん（仮名/31 歳）の第一声は「死に方を教えてください」というものだった。小さい頃から自分を表現するのが苦手だったこともあり、人の言うとおりに生きてきた。自分では理不尽だと思っても言い出せない。学校の友達や年下の兄弟からも高圧的に接される機会が多く、自分に自信が持てなくなっていく。

そんな彼にも妻と子ができた。家族を養っていくことが自分の生きがいだという思いで生きてきたが、職場でのパワハラで心病んでしまった。職場を変えたもののトラウマが消えず、人間関係がうまくいかない。仕事を休みがちになり、遂には職を失った。

自分に変わって妻が働き始めると、励ましてくれていた専業主婦の時と違い、働けない鷲見さんに愛想を尽かしていく。もどかしさは憎しみに変わり、暴言や暴力を受けることも頻繁にあった。

「私たちは私たちでやっていくから自分のことは自分で面倒を見て」。結婚10年目にして離婚をし、最愛の家族も失うことになる。養育費の支払いのために職を探し、何とか正社員として採用された介護の仕事。明日が初出勤という日になったが、仕事に行くのが不安でいっぱいになり死にたくなったという。

【いい人をやめ、自分の心を見つめる】

鷲見さんの抱える不安は、実際にはどうなるか分からない未来の話である。しかし、それを指摘したところで、なかなか新たな一歩を踏み出せないであろう。過去は蓋をしようとするほど意識をしてしまい、逆にずっと過去に脅かされてしまうものだ。正社員での就職が決まったのだから希望を持てと言っても無理である。過去を直視することでしか自分の進むべき道は見えない。

「前の上司にバカとかアホとか言われてどんな感情が湧いた？」「自分の要領が悪いからこんなことを言わせてしまうんだって思いました・・・」

多くの人が自分を優等生にしたがる。でも、心の奥底ではそんなきれい事では片付かない思いに溢れている。もし本当に自分が悪いと素直に思えていたら心病むはずがない。

「何カッコつけてんの？切なくて、悔しくて、認めて欲しかったんだろ？」「・・・悔しかったです。僕だって頑張ってたのに」

一つひとつ彼の心を聞いていくと、悔しい思いを涙ながらに語ってくれる。「悔しい」という思いは、本当は「認めてもらえる自分でありたかった」という心の裏返しである。そんな自分の本当の願いを掴んでいくことで、人は一歩を踏み出せる。

「本当に無理だったら昼で帰って来たらいい。もし本当にそうなったら俺が一緒に死に方を考えてやる。まずはありのまま堂々と勝負したらいい」。そう伝えて電話を切った。

【向上心にスポットライトを当てる】

その日の夜、鷲見さんから電話があった。何とか定時まで仕事をやり遂げてきたという。「罵声は浴びせられたのか？」という私の問いに数秒沈黙し、「いいえ。・・・僕、やっぱり死ぬのはやめてます」と答えた。

それから彼は興奮気味に今日あった出来事を話してくれる。「人の排泄物を処理することにひいてしまった自分もいるんです。これから続けられるかどうか・・・」「そんなきつい仕事続けてる人ってすごいなぁ。」「はい。正直すごい人たちだと思いました」「じゃあ明日、どんなこと考えておむつ替えてんのか聞いてきたらいい」

自信がないという人ほど、実は強い向上心を持っている。しかし、それに自分で気が付くことは容易ではない。彼らの言葉の奥にある成長したいという願いを見出してあげる存在が時には必要なのだ。

彼がすごいと思える人たちに近づいていくことは、彼の願う成長につながる。「大変な時は大きく変わるチャンスっていうよ。いい職場を見つけたね」と言う私に賛同し、彼は電話を切った。