

各駅停車から飛行機への「旅路」

◇妻が変われば夫も変わる

八巻 秀（東京カウンセリングセンター）

涼子さん(仮名)は、各駅停車の電車で二時間半かけてカウンセリングセンターまでやってきました。三年前、特急電車に乗っている最中、突然発作を起こして以来、各駅停車の電車にしか乗れなくなってしまったのです。

彼女は三十代後半の主婦。大人しい素朴な印象を抱かせる女性でした。最初は自分の不安感を切々と訴えていましたが、だんだん話題が夫への不満になっていきました。

「私がこんなに辛い思いをしているのに、主人は全然わかってくれないんです！」

と延々と夫への不満を語りました。普段は仕事だと言って夜遅く帰ってくる事が多い、休日はどこへも連れていってくれないで家でゴロゴロしている……などとカウンセラーの私自身にも思い当たるようなことを次から次へと言うので、一瞬彼女の夫の話なのか、私の話なのか、わからなくなるほどでした。

気を取り直して「あなたの不安症状に対して、ご主人は何と言っているのですか？」と話を振ると、それまで饒舌じょうぜつだった涼子さんが急に黙ってしまったのです。

「どうかしましたか？」

「じつは……主人には私の発作のことをまったく話してないんです」

「じゃあ、ご主人は涼子さんが乗り物不安があつてカウンセリングを受けていることをまったく知らないんですね？」

「ええ、言ったら馬鹿にされるに決まっていますから……」

「うーん。治すには、ご主人の協力が必要ですよ。勇気がいるかもしれませんが、ご主人にご自分の状態をお話しして、ここに来てもらうようにしていただけませんか？」

「絶対いやです！ 話したら馬鹿にされるに決まっています。そういう主人なんです!!」

涼子さんは目に涙を浮かべて、私からの提案を拒否しました。

「そうですねー。どう言ったらご主人は馬鹿にせずに聞いてくれるんでしょうねー？」

話題は夫に話すか話さないかという点に集中しました。その中で、ずっと夫に気を遣いながら生活してきたこと、その不満がだんだん溜たままっていることを自覚してきたことなども話されました。面接の帰り際の涼子さんは、少しスッキリした表情になっていました。

一週間後、開口一番、

「思い切つて主人に自分の症状のことを話したんです」

「ええっ!? 話したんですか？」

「はい！ そうしたら主人はとても驚いて、私の話を今まで見たことないくらいにまじめに聞いてくれたんです。さっそく心理学の本を買ってきて私の症状について勉強し始めたり、次回はカウンセリングにも来てくれると約束してくれました」

「そうですか。よかったですね」

「でも、主人があんなに私の症状に理解を示してくれるとは思ってもみませんでした。私、主人に対して思いこみが強すぎたのかもしれませんが……。年月がたっているんだから、お互いに見えないところで少しずつ変わってきている部分もあるんですね」

「涼子さんに不安症状が起こっていた時期に、ご主人自身も変わってきていたんですね」
「……そうかもしれませんね」

それからの話題は、以前と比べた夫のよい変化について展開していきました。

時間がきたので「では、また来週……」と言いかけると

「あのう……、来週はお休みさせていただきます。じつは来週主人とゲームに行く約束をしたので……新婚旅行以来なんですよ！」

夫の小さな変化に気づき始めた涼子さんの中では、各駅停車にしか乗れなかった自分が「飛行機に乗ろう」と思えるくらいの大きな変化が起こっていました。

二週間後の面接は、夫と同席の面接で、楽しかった旅行の話が話題の中心となりました。