



## メンタルヘルスの形と動き

### ----- 我ら「くそジジイ」の勘違い -----

富田 直秀 京都大学国際融合創造センター  
創造部門(生体・医療工学) 教授  
E-mail: [ntomita@iic.kyoto-u.ac.jp](mailto:ntomita@iic.kyoto-u.ac.jp)  
HP: <http://www.iic.kyoto-u.ac.jp/sozo/tomita/>

#### 1. 学生たちの心の所在の無さ, と教員の戸惑い

年寄りが昨今の若者のふがいなさを嘆くのは,これ時代を問わず人の初老期認知症状のようなものかもしれません。けれども,国立大学の留年率,退学率がここ10年ほど漸増傾向にある(『大学と学生』2003年2月号,460,25-33,文部科学省)ことから,近年の大学生や大学院生の心の所在の無さは,どうも我ら教員の思いこみばかりではなさそうです。機械系教室でもこのことを重く見て,3年前から少しずつメンタルヘルスに関わる活動をはじめていきます。私は特にメンタルヘルスの専門家ではないのですが,医師免許を有し,また私の研究室も様々な問題を経てきた経緯があるため,様々な本を読んだり講演会に出席したり,カウンセリングや精神科の先生方と接触をして,メンタルヘルスに関わる情報を集めてきました。

メンタルヘルス(心の健康)には,全く異なる2つの理解が必要なようです。一方はその形の理解であり,もう一方はその動きの理解です。本来,心に形はありませんが,メンタルヘルスに形を定義するのはさして難しくないかもしれません。たとえば,大学に出てこない,研究が進まない,交友関係がギクシャクする,といった行動や状況を客観的に捉える事でその輪郭を追うことはできます。留年率が改善した,とか,自殺者が減った,といった学



生のメンタルヘルスの形とその変化を評価すれば、どのような対処をすれば形がどう変化したか、という入力と出力との関係から、何らかのマニュアルも作成可能かもしれません。物理屋の観点からすれば、形が定義できてその変化を追うことができれば、当然、その動きも評価できるわけです。

けれども、心の動きはこういった物理的な関係のみではどうしても捉えられない一面を持っているようです。マニュアル化されたメンタルヘルス指針の危険性は、たとえば学校の校則や様々な職場の規定が時に人の心を拘束して、多くの反動的な行動を呼んでいる事実からも想像することができます。文化庁長官の河合隼雄先生がよく言われるように、人の心にマニュアルはないようです。たとえば、鬱状態に陥った人を安易に励ましてはいけない、とは精神医学の定石です。励ましが時として自殺を助長する場合がありますからです。けれども、「励まさない」事の実際は実に難しい。励まさないで支持する、とは具体的にどのようなことなのかを、こんな時にはこうする、といったマニュアルで捉えることはできません。たとえば、「励ましが自殺を助長する」ことを知っていた私は、むしろこの事を知っていたがためにかえって学生たちへの対処を誤ってしまったかもしれない、と感じています。心の力学は知れば知るほどわからなくなってきました。「メンタルヘルス」なる新入生ガイダンスを担当している私自身も、未だに大きな迷いの中にいます

## 2. 好きになること

そうこうしているうちに、京大教育学研究科の桑原知子先生のご講演をお聞きする機会に恵まれました。ご講演の後にも個人的にお話を伺いまして、やっとひとつだけメンタルヘルスが「わかった」といった経験をしましたので、ここにご紹介しようと思いついたわけです。その、ただ一つわかった内容とは、「好きになること」です。桑原先生は、カウンセリングに関わる1時間ほどのご講演の最後に、こう言われました。「カウンセリングに来るのは変な人ばかりだ、と思われるかもしれませんが、決してそんなことはありません。私は相談に来られる人たちから、いつもエネルギーをもらいます。」と言われました。私はそれをお聞きして、ああ、これが自分たちに足りなかったことなのだ、と思い、そうしてやっと「わかった」という感触を得ることができました。たとえば「自殺を防ぐ」ことは、メンタルヘルスの一つの大きな目的です。自殺念慮を持った人を前にして、「死んだら駄目」とか「死んだら良くない」とか「死んだら損」といった説得をしても、ほとんど効果がないそうです。ただひたすらに「死んで欲しくない」と思って接すること、これ以外にないそうです。学生たちとの関係をふり返って考えってみますと、



様々な問題を抱えた学生に対してへたに寛容に接すると、甘やかしてしまいかえって逆効果となったり、また、何度も話をしようとする疎ましく思われたりする経験もありました。なるほど、まずその学生が好きであること、これが大前提だ、とわかったのです。こう言うとうまくいく、とか、こう接すると良い、といった問題ではなく、好きだから話をする、好きだから叱る、というように、まず「好きであること」があって、はじめてメンタルヘルスが始まるのだ、と痛感しました。

この「好き」の対象はもちろん学生であるわけですが、研究においては学生と一緒にやる研究自体も「好き」でなければならぬと思います。これもよくあるのですが、意欲を失ってしまった学生に結果が出やすい「簡単な」研究を割り当てると、かえって逆効果になってしまうことがあります。少々困難な研究であっても、一緒におもしろく追求できる研究の方が良かったのでは、と後から反省する場面もありました。

### 3. 我ら、くそジジイ

なぜ、桑原先生はカウンセリングに来られる人たちからエネルギーをもらうのか。桑原先生曰く、「よくおもちゃ屋の前などで『,,、が欲しいー』と駄々をこねているような『くそガキ』がいるでしょう。かれらはカウンセリングを受けなければならないような心の問題を起こしません。欲しいものがあったって『ここで、駄々をこねたらお母さんは困るだろうな』といった心配りをするような子供が、いろいろなストレスを自分の中にため込んで症状を発症してしまう。」のだそうです。そうして、これは子供に限らず、くそジジイ、くそババア、も然り、とのことです。

桑原先生のご講演の後に質問にお伺いしていた私は、これを聞いていて、ハツとしてしまいました。桑原先生の前に凶々しく立っている私こそ、その「くそジジイ」であるわけです。考えてみれば、世の中は我ら「くそジジイ」や「くそババア」によって今日も力強く発展を続けているわけです。このドロドロとした、くそ力、の波に乗ることができない心優しい人たちがストレスを自分の中にため込んで症状を発症してしまう。そういった視点でものを考える事が必要なのかもしれません。我々は、表向きはいろいろと心を配っているフリをしていますが、根はみなくそジジイです。そうして、自分がくそジジイであることを忘れて、何かとんでもない勘違いで世の中を見ているのかもしれない。



### 4. モノではなく、人として接する

桑原先生のご講演の趣旨は以下のような内容でした。つまり、カウンセリングでは「人として接する」事が大切である。我々は問題を解決するとき、原因を見つ

ける 処置する 原因を除去する, といった過程を考えるけれども, これは「モノとして接する」態度であって, 人と接する態度ではない。人とは, 自己変容性, 多様性, 関係性, を持っている, 云々, という内容でした。この最後の「関係性」のところで, 先に紹介しました「エネルギーをもらっている」というお話しになったわけです。この「モノとして接する」という表現は, 私の専門である医工学の立場からお聞きしましても少し耳の痛いことです。近代医学はまさに, 原因を見つける 処置する 原因を除去する, といった「モノとして」の扱いを人に対して行っているわけです。

さて話は変わって, 総合科学技術会議によりますと平成19年度の科学技術に関する予算配分は, 「モノから人へ」を合い言葉に, 優れた研究を行う人材の活用を力を入れるそうです。人材を適正に活用して日本の大学における「知性の無駄使い」を是正する方向性は研究者として実に喜ばしいのですが, 一方では闇雲の成果主義が, 実は研究者を「モノとして」扱おうとしているのではないかと, といった危惧も感じさせます。非効率の原因を見つける 原因を除去する, または, 効率的な人材を見つける 優遇する, といった効率化過程はもちろん政策として必要不可欠ですが, その対象が人であることを考えると, このような効率化の考え方からデータねつ造や研究費不正使用の問題も必然的に生じてくるように感じます。さらに誤解を恐れずに言いますと, このままでは研究開発者の「くそジジイ」「くそババア化」がさらに進むのだろうと思います。



## 首相官邸

[トップ](#) > [会議等一覧](#)

## 構造改革

この記事中の地図・写真等は、本文と関係ありません。

こう考えると, 学生のメンタルヘルスの問題は決して他人事ではありません。もちろん, 精神的には憎らしいほどに健全な「くそジジイ」「くそババア」を否定しているわけではありません。ただ, いかにかに効率的か, といったことのみではなく, 我々がいかにかに自分の仕事と周囲の仲間たちを「好きになれるか」といったことを, 真剣に考えなければならない時代になってきているのだと思います。

## 15 資源問題とブレークスルー

(つづき)

石田靖彦 1964 年卒  
<isiyas@aa.bb-east.ne.jp>

採掘や精錬の技術が進歩しても、採掘が困難で品位の劣る鉱床では、それだけ生産に多くのエネルギーを必要とする。実際、単位投入エネルギー当りの採掘量は 1950 年代までは増加したが、その後は最大時の半分にまで低下しているという<sup>4</sup>。エネルギー資源の場合は、採掘・精製のエネルギー支出増大は獲得した正味エネルギーの減少だから、同じ正味エネルギーを得るためには、それだけ多くを採掘しなければならない。これによって埋蔵量の減少が加速し、価格が更に上昇する。金属の価格が長い間上昇していないのは技術進歩によると言われるが、それは主として機械化による人件費の削減や、大型機械による大規模化であり、結局は安いエネルギーの大量消費に依存している。エネルギーや金属資源が本当に不足してくれば、機械化によるコスト低減の効果も失われて行くことになる。農業でも同じである。機械化、灌漑、化学肥料、農薬など大量のエネルギーを投じた農業で目覚ましい食糧増産を果たしたが、収穫増大には必ず限界が来る。緑の革命の最初のうちは収量が劇的に増加したが、その後はむしろ減少している地域が多く、減少していない地域でも、収量増加の割合は低下或いは限界に達しているそうである<sup>5</sup>。マルサスの理論は自然法則に適ったものであり、決して間違いではない。

エネルギーも金属も資源不足は起らないという説がよりどころにしているのは、結局のところ技術進歩である。しかし、効果のある技術改善も永久には続かない。物事には(限界)効用逓減の法則が働き、改善の努力に対する効果の大きさは必ず減少してゆく。ところが、資源不足否定説の伝家の宝刀は、この行き詰まりは革新的技術の出現によって打開されるとする。従来延長線上にある技術改善で限界に達すれば、画期的な新技術が現れて、飛躍的に進歩するというのである。代替についても、現在でも機能的・経済的に最も適切な材料が選択されているのであるから、一部の材料は他の材料に代替可能でも、不足する主要金属のすべてに適切な代替材料があるとは考えられない。豊富な代替材料があっても、機能的に劣るか、または生産により多くのエネルギーを必要とするかのいずれかであろう。したがって、期待されている代替もまた材料の変更よりも、技術革新による他の方式への変更である。

こうして、最後の頼みは革新的技術の出現を待つことになる。資源や環境に関する討論や論文に接すると、その最終的な結論が「ブレークスルーが必要だ」であること

が非常に多い。しかし、この結論には、大切な問題をはぐらかされたような感じを与えられる。このブレークスルーが政策や制度の大転換のように、人々の決断一つでいつでも実行可能なことなら意味もあるが、そうではなく、技術的革新が必要だと言うのでは、もはや理論ではなく、本当に実現可能かどうか、いつ実現するかもわからない夢のような願望を述べただけに過ぎない。

確かに、これまでの目覚ましい革新的技術の例は枚挙に暇なく、これが人間のどんな望みも実現され、将来も必ず技術革新が生じるであろうという期待の根拠とされる。しかし、技術革新が起るべくして起ったと思われるのは、それが起った後からの感想である。技術革新はどのような技術をいつ、どのような形で実現化するかという事前の計画に沿って起ったのではない。望んだことが何でも期待通りに実現したと感じるのは、実現できないことはすっかり忘れ、実現した技術だけを並べて見るからである。技術革新は予見できないものであるから、実現した革新的技術に感心すると、それこそ望んでいた通りのものだと思い込んでしまう。実際は実現できていない長年の望みも多いし、実現した技術もまた、どんなに素晴らしく見えても決して理想的な形でなく、数々の面倒や問題点を伴っている。どんな望みも技術が現実化してくれると本当に信ずるのなら、どうして最初から根本的に今とは全く違う、何一つ問題のない、最も理想的な技術を想像し、その実現を目指さないのだろうか。現在の我々を取り囲んでいる技術がなぜ今のような形になっているのか、なぜ便利さと共に不便さや問題点も抱えているのかを考えれば、何事も思い通りにはならないことが容易にわかる。むしろ、思いのままにはならないが、自然法則に合わせて最善の妥協点を見つけるところに技術の面白さがあるのであって、もし、どんなことでも、人々が期待し、かつ予想したような技術的解決法が必ず存在するならば、技術の研究や開発は解答が決まっているパズルを解くのも同じで、一生の仕事とするには物足りないのではないだろうか。

(つづく)

4 Jeffrey A. Krautkraemer 前掲書 p.61

5 Frances Moore Lappe et al, "World Hunger", Grove Press, 1998, p.70



## 前期の活動を振り返って

SMILE 運営委員 嶋本 淳

[jun.shimamoto@t02.mbox.media.kyoto-u.ac.jp](mailto:jun.shimamoto@t02.mbox.media.kyoto-u.ac.jp)

京機学生会執行部SMILEの活動の主体となる修士1回生のメンバー11人が集まり、新体制がスタートしたのが4月だった。その後新たに2人加わり、現在13人で活動している。定期的な活動として、毎週一回修士1回のメンバー全員が集まって、今後行う企画などについてミーティングを行い、議論を交わしてきた。ほぼ全員が今年度からの新メンバーであることから前年度からの引継ぎをしっかりと行うために、毎回修士2回生数名にミーティングに参加してもらい、議論の進め方や企画を実行する際の注意点などについての指摘を頂いており、それを参考に毎回質の高い議論ができるよう心がけている。

前期に実施した企画は「修士課程をどう過ごすか」(4月)と「インターンシップ説明会」(6月)の二つだったが、担当の先生方や2回生のメンバーから多くのアドバイスを頂きながら、少しでも良い企画になるように議論を重ねてきた。また、本年度の私たちの活動の目標の一つは、京機会とSMILEの活動を機械系の学生に幅広く認知してもらい、多くの学生に企画に参加してもらうことにある。そこで、企画の広報のため各研究室に頻繁に行き、また講義の後に学部生に対して企画の告知を行うなど地道な活動を続けてきた。

その成果として「インターンシップ説明会」では100名近くの参加者が集まり大盛況であった。

まだまだ反省点・改善点は多々あるが、私たちが試行錯誤しながら独自に企画を実施



することができ、結果的に多くの学生に対して有用な情報を提供できたことは大きな成果であった。

現在は9月に行われる工場見学や10月以降の各種企画についてのミーティングを続けている。前期の4ヶ月間で得た経験を糧に、さらに完成度の高い企画を行えるようにメンバー全員で努力していきたい。そして、今後もOBの方々と学生、私たちSMILEのメンバーの双方にとって有意義となるような企画を実行して、京機会の活動を学生の立場から盛り上げていきたいと考えている。

## —— 京機短信への寄稿、宜しくお願い申し上げます ——

### 【処理要領】

宛先は京機会の e-mail : [jimukyoku@keikikai.jp](mailto:jimukyoku@keikikai.jp) です。

内容的にOKの寄稿については、記事を「京機短信」の所定ページに収めるための編修的修正をエディターが勝手に行います。ページに収めるための大きさの修正が難しい原稿は自動的に掲載が遅れ、あるいは、掲載不能となります。発行までの時間的制約、ボランティアとしての編集実務負荷の限界のため、原則として、発行前の著者へのゲラプルーフは行いません。



# 京機会名簿に掲載する個人広告を募集中です

京機会では、3年ごとに会員名簿を発行しておりますが、今年が新たな名簿の発行の年にあたり、12月の発行（予定）に向けて現在準備を進めているところです。

現在、この名簿に掲載する個人広告を募集しています。個人事業主の会員の方の広告、同期会の広告、個人の近況報告等にご利用いただけます。

掲載料は5,000円、お申込みは平成18年8月31日までとなっております。詳しくは京機会のホームページをご覧ください。

<http://www.keikikai.jp/index.html>

この度の名簿発行に向けまして、名簿専用のホームページも開設いたしました。名簿に関する情報を順次掲載する予定ですのでどうぞご覧ください。

[http://www.keikikai.jp/honbu/gyouji\\_meibo\\_frame.html](http://www.keikikai.jp/honbu/gyouji_meibo_frame.html)

なお、名簿掲載広告は、個人広告のほかに企業広告も併せて募集中です。詳しくは、上記ホームページをご覧ください。

名簿担当幹事（横小路）

## ×特許事務所

弁理士 京大太郎  
(19??年卒業)

〒123-4567  
京都市\*\*\*\*\*  
電話  
ファックス  
E-mail

個人広告の一例

