

不許転載

ストレスフル・マザー

ストレスフル・マザー 目次

こんなコドモにだれがした	自己への執着 1
世界の異端児、日本	自己への執着 2
障害児差別 その1	他己喪失の病 PTSD 1
障害児差別 その2	他己喪失の病 PTSD 2
障害児差別 その3	時間とストレス 1
母のストレスはどうなっているか 1	時間とストレス 2
母のストレスはどうなっているか 2	時間とストレス 3
母のストレスはどうなっているか 3	児童虐待 1
母のストレスはどうなっているか 4	児童虐待 2
ストレスを測る 1	生きる力
ストレスを測る 2	自己・他己検査
コミュニケーションとストレス 1	自己他己のバランスとストレス 1
コミュニケーションとストレス 2	自己他己のバランスとストレス 2
コミュニケーションとストレス 3	生きる意味 1
コミュニケーションとストレス 4	生きる意味 2
コミュニケーションとストレス 5	生きる意味 3
コミュニケーションとストレス 6	参考資料
子どもはどうなった 1	
子どもはどうなった 2	
子どもはどうなった 3	
人を求めるころ 1	
人を求めるころ 2	
人を求めるころ 3	
人を求めるころ 4	
人を求めるころ 5	
人を求めるころ 6	
人を求めるころ 7	

こんなコドモにだれがした

どうしてワタシに、こんな子ができちゃったのかしら。

こんなふうに思うてはるお母さん、おいでやないですか。いや、おそらく、お母さんというお母さんは、だれもかれも、多かれ少なかれ、こんな思いを持ちはるんやないですか。

中には、ええ方に考えて、「こんなにようできた子、私には過ぎた子どもや」思うてね、毎日幸せをかみしめると、そういうお母さんもいてるでしょ。それはけっこうなことですわ。「ウソやろそなん、よう言えるわそないなセリフ」ちゅうてね、ケチつけよういう気はぜんぜんない。ぜひ、「ありがたいなあ、こんなええ子を授かって」と思うて、お子さんに愛情かけてあげて欲しいと願ってます。

でもねえ、お母さんのムシのイドコロが悪い時でも、そう思えるかどうか。これはあやしいでしょう。たぶん。

人間の心、もっと難しいことば使えば「精神」ですけど、これには実にいろいろな働きがあります。いくつかの働き同士がくっつき合って、ひとつの心を作り上げてる。それですわ、その中に「情動」という働きがある。そして、この情動は、さらに大まかに分けると「欲求」「情緒」「気分」と、こういう3つがあるんです。まあ、専門的なことはおいときますけど、この情緒の中に、いわゆる「喜怒哀楽」があります。それから「快」と「不快」もある。それで、ちょっと長くなりましたが、さっき言うた「ムシのイドコロが悪い」ちゅうのは、つまり「怒」とか「哀」、それから「不快」な時の気持ちですわ。

こういう気持ちは、努力しても、なかなか抑えられん。「ハラ立つなあ」思うたらね、我慢しようとしても、勝手にムカついてくる。悲しい時は、泣かんとこうと思うてグッとこらえても、勝手に涙があふれてきよる。困ったもんですわ。

それから、情動は、人から人へ伝染します。いちいちことばで説明せんでも。「ワシ、いま、ムカついとんじゃ！」って言わんでも、わかりますよ、そういう人のそばに寄ったら。落ち込んでる人やって、わざわざ聞かんでも、だいたい見よったらわかる。それで、そういう人がそばにおったら、影響受けるでしょ。無視しとこうと思うても、なかなかできるもんやない。イライラしとる人がそばにおれば、どうしてもこっちやって落ち着かん気持ちになってくる。

まあ、例えば夜の電車中でね、隣に座ってるオッチャンが、赤エンピツ耳にはさんで、

競馬新聞ニラミつけてブツブツ怒ってる。ははあ、こりゃスツたんやなど。そういう時は席を変わって逃げてしまえば、怒りが伝染してきてオッチャンと一緒にウマの悪口言うちゅうようなことにはならない。でもまあ、あんまり楽しい気分にはなりませんよね。それはやっぱり、多少は情動が伝染してきてる。

ちょっと関係ない話もしてますけどね。アカの他人やったら、情動の伝染を避けられる余地がずいぶんありますけど、家族やったら、親子やったらそうはいかない。なにがしかの事情でね、お母さんのムシのイドコロが悪いと。そうするとね、子どもは強烈に影響うけます、もう、モロにお母さんの情動が伝染する。

そうになったら、子どもはおかしくなるわけでしょ、やっぱり。いつもならちゃんとできることができん、とか。素直に言うこと聞かんで口答えするとか。お母さんどうなるか。いつもの優しい笑顔はどこへやら、不機嫌がますます倍増して、子どもにもハツ当たりのホコ先が向く。子どもはますます混乱、お母さんいよいよヒートアップでね、こりゃ悪循環ですねえ。

そういう時、子どもがダダこねたり生意気なこと言うたりすると、「何やこの子、かわいくないなあ」ちゅうような思いが、ムラッと湧いてきたりする。いつもやったらね、つまり、自分の精神状態もええ時には、そないに思わん。いつもは、ええ子やなあ、かわいいなあ、天使やなあと思うてると。ところが、機嫌が悪くなると、とたんにかわいくない、こにくたらしい子どもに見えてしまう。何で私にこんなにイヤな子ができてしもうたんや、顔も見とうないと、極端な場合そういうことになる。これはけっこう多いことやないかと思うんです。

子どもは変わってへんのですね。変わっとんのは、お母さんの情動の方なんです。情動の揺れ動きによって、子どもを見る目が変わってしまう。だから、お母さんの情動がいつも安定してるのが、子どもの精神衛生にはとっても大切なんですけど、それがなかなかそうはいかない。そりゃね、いくら理屈でそないなことがわかって、その通りにはできませんよ。こころはリクツではどうにもなりません。

## 世界の異端児、日本

私は、大学で心理学を専門にしている研究者であり、真言宗の僧侶という宗教家でもあります。いまから二十年以上前に、自閉症の研究を始めましてね。それで、それこそ何百人ちゅう自閉症のお子さん、そのお母さん方に出会いました。いろいろな障害児のお母さんの、教育相談もさせていただいた。そういう人たちとの出会いを通じてね、私は何がわかることができたか、これはとっても大切なことで、それこそこの本のテーマでもありますから、これからいろんな角度からお話ししていこうと思います。

それを、あえてひとことにまとめて言いますと、私自身の生きる意味を知った、ということになるんです。なぜ私がこの世に生まれてきて、なぜこうして生きてるのか、それが私はずうっとわからなかった。悩みました。そして苦しんだ。それこそ死んだ方がマシやいう、たましいの苦しみを味わってきたんです。それがね、障害を負った子どもさんと、そのお母さんとの出会いを通じて、ずうっと、溶けるようにわかることができた。

それから、そのころから、独学でヨーガを始めました。ヨーガ言うたら、あんまりご存じない方は、美容体操とか、柔軟体操とか思いはるでしょうね。まあ、そういう要素もあるんですが、ヨーガでもっとも大切なんは、瞑想することです。それを、佐保田鶴治さんという、もう亡くなりはりましたが、大阪大学の先生なさって、日本のヨーガでは第一人者やった方が書かれた本をたよりに、まったく1人で独習したんです。

さらに、そのあとご縁があって、弘法大師のお生まれになった四国へ来て、真言密教の修法をおさめた。こういうことがあって、私はとうとう自分のたましいが本当に救われたと、実感することができたんです。

いま、日本ちゅう国は大揺れに揺れてますね。まあ、沈没しかかっているとんでもオーバーやありません、私に言わしたら。この本は社会問題全般を取り扱うもんやないから、あんまり細かいことは言いませんけど、お母さんたちの、子育て上のストレスに直接関係することだけ並べてみたって、どえらいぎょうさんあるでしょ、問題が。

いじめ。不登校。学級崩壊。学力低下。児童虐待。引きこもり。援助交際。出会い系サイト。非行。犯罪。麻薬。家庭内暴力。

思いついたもんだだけでも、パッとこれくらいは出てくる。この中には、日本にしかないもんがいくつも含まれてます。外国に行ってもまったく見当たらないと。いま、ものすごく問題になっていて、それこそ日本でしか起こらない世界の珍現象、いや、こない言うた

らちょっと失礼かな。でもね、世界ではホントにめずらしいんです、外国人みんな驚く。「エエーッ？ そないなことがあるんかいな」ちゅうて。それはね、引きこもりです。これはもうホントに、日本にしかない。あと、児童虐待もだいぶこれに近い。

それから、障害児の差別問題がある。健全な子のお母さんはね、そりゃワタシには関係ない話や、いうて、心ん中では思いはるかも知れませんが、決してそうやない。日本くらい、障害児と、そのご家族がひどい差別をされてる国は、少なくとも先進国の中には見当たりません。それはつまり、突き詰めて言うたら、日本では、人が人を見る目が、ものすごく貧しい、貧困や、ちゅうことですよ。先進国中最低。そしたら結局、あらゆる子育てや教育が、人間性とっても貧しい中で行われてるということでしょ。なかなかピンとこない方もおいででしょうけど、障害児の問題は、めぐりめぐってみんなの問題です。あらゆる人にとって、自分自身の問題なんですね。そらまあ、そうに決まってるんです。すべての人は何らかの形でつながり合っ、お互い様で生きとんのやから。人同士だけやない。動物も、植物も、物質も、みんながもちつもたれつで生きていられるんです。

こういうことをね、最終的に人間に教えてくれるのは、宗教です。科学でわかることやない。でもね、日本人はおおかた宗教嫌いでしょう。私、教育相談とかで宗教の話ちょっとでもしましたらね、相手の方の態度がとたんにガラリと変わって、「もう結構です」言うて、帰られてしまったことが何度もある。「中塚ンところ行ったら、無理やり宗教に勧誘される」とか、根も葉もないこと広められて、どえらい目に遭わされたこともありますよ。勧誘なんて、ひとつもしてへんのに。まあ、アホらしいんで放っておいたら、勝手に治まりましたけど。

宗教の話をしたら、すぐにオウムだとか法の華だとか言われて、色メガネで見られる。こんな国も、世界中で日本だけです。日本でね、どうしてここまで人間性が貧しくなっ、てしもうたか。それは、宗教が廃れたことが決定的なんです。でも、こう言っても世間の人は、まあ十人おったら十人まで耳を貸しません。たいてい無視されるかバカにされる。石を投げられかねんこともある。いままでサンザンそういう目に遭うてきてます。まあ、私自身は何言われてもどうってことない。でもね、そういうこと思うたり言うたりしてるご本人たちがホンマは不幸なんです。しかもその不幸に自分でお気づきでない。

こういうことはありますけどね、この本ではあんまり宗教のことは話題に出しません。言うたとしてもちょっとだけ。「本当は、宗教こそ、大切なんですよ。粗末にしとんのは日本人だけです」、この事實は、ここではっきり申し上げときますけど。

## 障害児差別 その1

「障害児がごっつい差別されてる」って言いましたけどね、「そうかなあ」言うて不思議がる人も多いんじゃないかと思います。けっこう優遇されてるんじゃないの、ってね。

それはやっぱり、身近に障害児がいないからやないかと思うんですよ。障害がある子がいることは知ってても、ほとんど会うたことがない、付き合うたことがない。

何で障害児が身近でないか。いろんな理由ありますけどね、その中に「養護学校」の存在がある。障害児が通う学校ですね。養護学校に、行かれたことありますか？ 建物見たことありますか？ そういう方、案外少ないんじゃないですか。小学校やら中学校やらね、それから高校でも、町中歩いてるとけっこう目につく。でもね、養護学校はめったに見かけません。どうしてか。それはですね、養護学校が、たいていは、町中からどえらい離れた山ん中とか、田んぼの中とかに、ポツーンと建つとると、そうなってるからです。

1人で歩いて学校行くのが難しい障害児ですよ。そんな子たちばかりをね、スクールバスに乗せて、人も通わんようなへんぴなところの学校に「隔離」しとんです。これ、おかしいやないですか。

だいたいね、これも先進国ん中での比較の話ですけど、養護学校なんちゅうもんがいまだに残っとんのは、日本だけです。ほかの国には、もうどこにもない。以前あったところでも、どんどん廃止してる。どんな子でも、地域の学校に、近所の友だちと一緒に頑張って勉強しとんです。日本で、いま、世界第2位の金持ちやないですか。先進国やないですか。ここんどこ不景気ですけど。それなのに、いまだに障害児かき集めて山ん中に隔離しとる。

どうしても養護学校作りたいんやったらね、駅前に建てたらええんですよ。電車でもバスでも、歩いてでもすぐに行かれるところに。何でそうせんのですか。そもそも、作らんでもええんです、養護学校なんて。近所の小中学校でね、一緒に勉強して、一緒に遊んだらええやないですか、みんなで仲良うに。

私がこう言いますと、「いや、養護学校の方が一人ひとりに合うた教育ができるんです」、こう反論する人がおる。教員やらね、教育学部の教授やらがそないに言う。ほう、おもろいこと言うてくれるやんか。いや、ケンカ売ろうちゅうんじゃないですよ。それじゃあ、今の学校では、1人ひとりに合うた教育ができん、というわけですか。文部科学省はそういう教育せえ、言うてるのに、現場あずかる人間がそなんできませんと。学校じゃあ、十

把一絡げでないとできません。障害児なんてとてもやない、来てもろうたら困る、よう授業しませんわ、養護学校行ってもらわな、と、こうですか。まあ、又ケ又ケと広言せんまでも、ホンネではこない思うとる。

これがもうちょっとひどくなりますとね、健常児ん中に障害児何ぞおってみい、いじめられてかわいそうやろ、と。そんな目に遭うくらいならな、最初っから養護学校に行かしといた方がええんや。邪魔モン扱いされて、アホにされて、いじめられるより、その子のためやないか、ちゅうんです。

ええんですかねえ、こんなん。ムチャクチャやないですか。いじめられる障害児が悪いんですか。違うでしょう。相手が弱いと見たら大喜びでいじめるような奴、こんな奴の根性を、徹底してたたき直さんとイカンのと違いますか。それを教育と言うんでしょう。かけ算九九ができて、漢字ぎょうさん覚えとって、人間性がカスみたいやったら全然ダメやないですか。根性曲がってる子どもにね、知識詰め込んだって、ワル賢くなるだけです。ろくな人間にならん。根性たたき直すんが先です。

これはやっぱりね、大人の根性が曲がってしもうて、弱い者イジメして喜ぶようなんがどんどん増えてるから、子どもが勝手にそんなふうになってしまいうんですわ。言うたら、子どもに責任はない。大人が悪いんです。子どもは犠牲者ですよ、変なふうで育てられて。

じゃあね、「弱い者イジメはいけません」言うて、話して聞かせたらええんか。これ、いま、実際やってますよ。道徳の授業あるしね、朝礼で校長先生が話しはる。クラスでも帰りの会とかでね、「今日は困ったことなかったかなあ？」「ハイ、先生、ちゃんがお昼休みにイジワルしました」「おや、それはいけませんねえ、反省してくださいよ」とか言うてやってる。

それでよくなっとんのか、実際。ぜんぜん反対なんですね。こんなん、言えば言うただけ、やればやっただけ、余計に悪うなっとる。アタマだけで、「人には親切にしましょう」とか言うといて、ところが全然ともなってない。くだらん知恵つけたぶん、人の痛みに鈍感になってしまふ。こういう人が増えとんですよ、いま。だから子どももそうなる。

きつい言い方やけど、鈍感な親が子育てして、鈍感な教師が教育したら、鈍感な子どもが育つんです。どうしたって、絶対にそうになってしまう。



## 障害児差別 その2

昔、私が名古屋におる頃、ある自閉症児のお母さんが相談に見えたことあったんです。その子、当時幼稚園でしたけど、こんな話でした。

その子が通っていた幼稚園でね、担任の先生がごっつい差別的な発言を、そのお母さんにくり返しとったんです。それは、「アンタのところの子、なるべく遅うに送ってきて。それから、帰りはいちばん早うに迎えに来て欲しいんや」、と、こやっちゅうんです。

つまり、あんな子に長いことおられたら迷惑やと。いちばん遅うに来て、いちばん早うに帰れ、と言うんですね。何ですかこれ。わけのわからんトンチンカンの、そこらのオバハンがこんなん言うんやったらまだええですわ。相手にせんかったらそれで済む。これをね、幼稚園の先生が親に対して言うんですよ。しゃあしゃあと。私あまりのことに、あきれてしもうて二の句がつげんかった。

お母さん、くやしゅうて泣いてました。ポロポロと。幼稚園行く時は、「この子のためや」思うてね、グッところえて、ニコニコして連れて行ってあげると。アホな先生にも、よろしゅうお願いします言うて頭下げて、さあ、行っといで、って元気に子どもを送り出す。でも、夜、ふとんに入っているんなことが思い出されると、もうくやしゅうてくやしゅうて、涙が止まらんやと言うんです。何であんなことまで言われなイカンのやと思うて。

それで、このお母さん、もうお子さんは地域の小学校には入れん、と言わはるんです。あんな目に遭うんは幼稚園だけでたくさんや言うて。スクールバスに乗せてね、知っとる人がだあれもおらん、遠くの養護学校に通わせますと。そこなら、余計なこという人おらんし、先生方も、わかってくれとる方が多いやろうと。子どもたちも、同じように障害負った友だちばかりやから、いじめも仲間はずれもない、お母さん方もみんな仲間でしょ、言うてね。

私、ホントに義憤を感じまして、一緒になって泣けてきました。こんなことがあってえんかと。ホンマその幼稚園に乗り込んでいってね、何考えとるんやコラ、園長、ちょっと来てここに座れ！、言うて、やってあげたかった。でもいかんせん地域が離れすぎててね、そないにはしませんでした。すごい差別問題やから、町の教育委員会行って、教育長さんにお話ししたらええですよ、と言いましたけど。まあ結局は、そこまでのことにはならんかった。

養護学校は必要や、と言う人の中にはね、「親のニーズがある」言う人がおるんです。私に、実際そないに言うたある大学教授がおった。親が養護学校を必要としとるんやと。私に言わしたら、何を寝ぼけたこと抜かしとんや、っちゅうんです。そらね、「ウチの子養護学校行かしたいんです」って言わはる親御さんもいてるでしょう。人によって事情はさまざまやから。でもねえ、それと同じくらい、いやおそらくはそれより大勢の親御さんが、自分の子には地域の学校に、近所の友だちと仲良うに通って欲しい、こないな願いを持っとるんやろうと思うんですよ。いったいどこに、好きこのんで、我が子を山の中に隔離したいと言う親御さんがおるんですか。

世の中が障害児を差別して邪魔モン扱いするから、やむを得ず養護学校に行かんならんと、こうなってるケースが多いやないですか。ここに実例あげた以外にもね、私実際に知ってること、ほかにいくらでもあります。それを、何が親のニーズですか。まさしく本末転倒ですよ、こんなんは。それを大学の先生が平然と言うんやから、世も末です。

これも、「体の不自由な人には親切にしましょう」とか、教えるだけじゃダメですよ。口では何とでも言えるんです。さっきのアホな幼稚園の先生やって、「障害児を差別してええんか？」言うてきいたら、「そらいけませんわ」って答えるに決まっとんです。自分が差別してることがわからんのやね、まったく。人の痛み鈍感になっとんです。他者のこころがわからん。人の心を感じるこころを持っとらん人間に何を言うてもね、言うて聞かせるだけじゃダメですわ。時間と労力のムダ。本当は、徹底的に根性たたき直さんといけません。

これも、ホンマのこと言うたら、宗教の力でないとできんことなんです。修行せんと直らん、そういう根性は。でも、それこそこんなこと言おうもんならね、「オウムや」「洗脳や」「マインドコントロールや」「狂信的カルト集団や」、ワイワイ騒がれてうるさいの何の。だから言いません。ここだけの話です、これは。

### 障害児差別 その3

こんなふうには、障害児の親御さんには、世間は本当に冷たい。この苦しみの深さはね、なかなか「ストレス」という一言で表現しきれないものでもないと思います。

マザー・テレサという方がいてはったでしょ。もう亡くなられた。この方、インドで、そこらに行き倒れてる人を「死者の家」ちゅう、自分で作った施設に連れてって介抱することをずうっとしとった。連れて帰っても、元気になるわけやないんです。もう後は死ぬだけの人。そういう人をお風呂に入れてきれいにしておいて、食事与えて、後は死ぬまで手にぎって慰めてあげたりする。

これ、たぶんね、ほとんどの日本人には理解できん行為やないですか。何でそんなことをするんかわからん、そんなことして何の「トク」があるんやと。今の日本人、おおかたの人は何でも損得でもの考えますから。トクになるんやったらする、ソンにしかならんをやったら最初からせえへん。

そういうマザー・テレサがね、日本に来はったことがあった。そして帰る時に、ひとこと言い残して行きはったそうです、「日本人は世界でいちばん心が貧しい。ここは障害者が住みにくい国です」と。

日本は、インドとはくらべものにならんくらい豊かで、清潔ですよ。はっきり言うたら月とスッポン。どこを探したって、食うに困って飢え死にするような人おらへんでしょ。一人暮らしの老人が餓死しとるのが見つかった、ちゅうようなことが、ごくたまにありますけど、ものすごくまれなケースです。ノミもシラミもあんまりお目にかからん。生活保護もいちおう手厚い。ホームレスで暮らしとってても、飢え死んだり凍え死んだりちゅうことは、まず起こってない。そういう面だけ見たら、日本の方がずうっと住みやすい国のはずです、誰にとっても。

でもね、マザー・テレサの目には、多くの日本人が幸せな国民に見えなかった。それはやっぱり、日本人というのが損得でしか動かん人間やちゅうことが、ようわかってしもうたからやないかなと思います。

障害児に対する対応にも、やっぱりそういうところがあるんですね。どんなに勉強教えても、運動させても、そりゃあ進歩はあるだろうけど、まあ、健常児と同じになることは、ほとんど期待できない。そしたら、一生懸命したっていっつもトクになることないやないかと、こう言うんです。何のためにするんやそんなもん、と。実際そういう人おったんで

す、私の身近にも。ある小児科のお医者さんですけど、障害児に教育何ぞしたって、そんなネコに小判やないかと。もう私びっくりしてしもうた、ある会合でそういう発言聞きましてね。小児科のお医者さんですよ、そういう立場の人が、そないなことを言う。

ああ、マザー・テレサが言わはったことは、ホンマに真実やなと、こういう時に思います。みんながソコソコに金持ちでね、けっこうええ暮らしができる、買いたいモンは、よっぽどの物でない限り、すぐを買える。食べ物でも家具でも自動車でも。子どもにも、大学行きたければハイどうぞどうぞ、就職してからもパラサイトシングルで養ってやれる。結婚して孫が生まれたら、服やらおもちゃやら、何でもドッサリ買うてやれると。ところが、これほどまでに豊かな社会で、みんなが残らず幸せになつとるか言うたら、全然そんなことない。人間として大事なもの、大事なことを、完全にどっかに置き忘れてますよ。なくしてしもうてる、と言った方がええかな。

どれほど経済的に豊かでも、物質的に恵まれててもね、そのことは本当に人を幸せにはせん。かえって不幸になることの方が多いい言えますよ。人は、人によってだけ幸せになれるんです。ええ人にめぐり会って、ええ人と一緒に生きて行かれれば、それだけで、ちゅうか、それ以上の幸せはないと言えるんです。

でも、これもねえ、ことばにしたらこんだけですけど、なかなか、ハラの底からそう思える人はおらん。マザー・テレサが言うたのも、そこやと思うんです。人生はお金よりも人との絆やと言うてね、どうですかアナタ、そう思いませんか、って聞いて回ったら、そうやそうや、って賛成してくれる人も、何人かはおるかも知れん。

しかし、そういうことが、じっさい自分の身に、具体的に降りかかって来るとね、とたんにコロッと態度が変わってしまう。お金なんてのうてもええなんちゅうのは、よその人の話やと。ワタシはやっぱりぎょうさんお金持って、好きな時に好きなモン買えなんたら困るワ、と、こうなってしまうんです。

今、こういう社会の中で、大勢のお母さんたちがストレスをためてるちゅうことは、これ、とっても重要なことやと思います。よその国から見たらね、誰やってゼイタクな暮らしできてます、ほとんどのお母さん方が。ホンマに、「ツメに灯をともしように」言い方ありますけど、そんな必死の思いで、つましくしてる方なんて、まず見ない。一万人に一人おられますか、果たして。でも、その反対に、ストレスためてはるお母さんは、ものすごく多いと。お子さんが健常でもね、こころが満たされないと言う人がぎょうさんいてはる。障害児のお母さんは、もっとつらいところに追いやられてます。

## 夫婦間のストレス

子育て上のストレス、深刻です。でも、それと同じくらい、いや、多くの場合それ以上に大変なのが、夫婦間で生じるストレスです。「なんでワタシにこんな子ができたんやろ」っちゅう悩みが、「なんでワタシ、あんな人と結婚したんやろ」っっていう思いにつながっていくこともしばしばでしょうね。

現在の日本では、多くの夫婦が危機的な状況にあるんじゃないでしょうか。今すぐ離婚、とまでは行かなくても、何のために夫婦として一緒に暮らしとんのかわからんと。あらたまって「何のため」と聞かれて、明快な答えが、それこそ打てば響くようにパーンと返ってくるという人は、めったにいないでしょうねえ。

子どものためとか、生活のためとか、そういうことはある。それがイカンとは言いません。事情は人それぞれですし、例えば子どものためや、というのも、それはそれで大事なことですわ。でもそういう場合には、家のローンが終わったら即離婚とか、定年を期に離婚とか、子どもが仕上がったとたんに離婚とか、そういうことがしばしば起きるのも、また事実。たいていの場合、ヨメはんがダンナを見限る。それは結局、突き詰めて考えたら、二人を結びつけておったものはカネだけやった、ちゅうことです。カネ以外、夫婦関係を維持していく理由はどこにも見当たらなかった。だから、カネの切れ目が縁の切れ目になる。

カネのほかに、夫婦に何があるんやと、こういう問題になったら、これがわからん。おおかた最初はホレたハレたで引っつきますけどね、まあそういう熱は早くて3日で冷める。賞味期間は長くても半年くらいでしょうから、そのあとが困る。私はこないに言うてるんです、「誤解して結婚し、理解して別れる」ってね。

最近よう話題になるのに、夫婦別姓の問題ちゅうのがあるでしょ。新聞なんかの論評で、だいたい保守的な人が出てきて言うことには、夫と妻が別々の姓になるのは、これは夫婦関係、家族関係に大きくヒビを入れるもんやと。夫婦でありながら、別々の姓を名乗りたがるとは何事や、ケシカラン。そんなことやから若いモンはダメなんや、それで子どももみなメチャクチャになりよると、まあだいたいこんなところですよ。これに対して進歩派の人がね、そういう封建的なことを言うこと自体が、夫婦をソクバクしてよけい悪い方に導いとんじゃ、と反論する。お互い自由になった方が、もっと相手を尊重するようになって、よりよい関係が築けるんや、とかね、だいたいこないなことを言う。これもあんまり説得

力ないんですね。水かけ論になって、平行線で、ちっとも本質的な理解にいたらない。

しかしいずれにしても、夫婦別姓が制度的に許可されることで夫婦関係が壊れるちゅうのは、これはウソですよ。そんなことないと思います。もしそれが本当ならね、夫婦別姓が当たり前の国、日本以外にいくらでもあるやないですか。そういうところで、なぜ夫婦が崩壊せんのか、説明がつかいません。

いや、日本はそういう文化なんや、という反論があるかも知れん。それじゃあね、どうして今になってそういう文化が崩れてきたのか。その理由をはっきりさせなければならん。文化なんやからと言うだけじゃ説明になりません。

結局、夫婦関係が壊れとるのが先なんです。それが崩壊しとるから、夫婦別姓がええ、ちゅうことになってくる。その方が何かと都合がええと。結婚する前から壊れとんのやから、何だかおかしな話ですけどね。

だいたい、今じゃ「主人」「家内」ちゅうことばが嫌われてるでしょ。そんなん封建的や、時代錯誤や、言うてね。「ダンナ」「ヨメはん」ちゅうのもダメで、せいぜい「オット」と「ツマ」くらいなら許してやろうと。まあ、何と言うてもけっこうですけど。男女同権なんやからね、同等対等なパートナーなんやと。つまり、共同事業者ちゅうことですわ。家庭の維持というビジネスがうまく行っている限り手を組んでやっていくけど、ギクシャクし出したらさっさと手を切る。別に、一緒にやって行かなイカンような義理もないんです。もっとビジネスライクに、ドライにせな。そのためには、夫婦別姓の方が、そら都合がええでしょうねえ。

「健やかなるときも、病めるときも」とか言うて神に誓いますけどね、そんなん誰が本気にしとんのですか。牧師さんがそうきくから、台本通りに「ハイ」言うてるだけですわ。

「病めるときも」なんて、冗談やない。そんな迷惑かけられる覚えありません。そんなん、最初からわかっとったら、誰がアンタなんか選ぶんやと。まあ、こんなところでしょ。

夫も、妻も、夫婦のあり方がわからん。意味がわからん。何で一緒に暮らしとんのやろ、このことに一体どんな意義があると言うんやろ。答えが見つかりません。孤独感が強まる。ストレスが高まります。

障害児を持つ家庭では、事態がより一層深刻になるケースが多いと言えます。お母さんが子ども引き取って、女手ひとつで育てるちゅうことが、けっこうある。もちろん、その逆もありますけどね。

もう言いましたように、私は長いこと、障害児を持ったお母さんがどんな心理的ストレスを抱えているのか、具体的にそれが解消できるためのお手伝いをするには、何をどんな風にしたらええのか、ちゅうことを研究テーマにしてきました。その結果、かなりいろいろなことがわかりまして、そのことを後の方でなるべくわかりやすいかたちでご紹介していこうと思うてます。

これもくり返しになるんですが、障害児のお母さんの話やから、健全な子どもを持っているお母さんには関係がないと、本当にそうか言うたら、決してそうでもないんですね。その理由はいくつかあります。例えば、これご存じの方多いと思いますけど、近ごろ、学習障害とか、注意欠陥多動性障害っていうのがよく話題になりますでしょ。英語の頭文字とって、学習障害はLD、これは「ラーニング・ディスアビリティーズ」の略ですね。それから注意欠陥多動性障害はもっと長くて、「アテンション・ディフィシット・ハイパーアクティビティ・ディスオーダー」を略してADHDと言う。

この二つ、新聞やらテレビやら、それから雑誌とかにもけっこう出てきますね。こういう障害が、広く、本格的に研究されだしたんは、だいたい1960年代のアメリカが最初ですけど、日本にも十年くらいたってから、考え方や研究の成果が入ってきました。もともと、LDとかの考え方は、明らかな障害児と、健全な子どもとの間を埋めるような形で見出されてきたもんなんですね。そういう子どもたちにきちんと合った、適切な教育や治療がなされてないんじゃないかと。障害の重い子用のプログラムはけっこう開発されてきたし、健全児の教育はそれこそほとんど確立してる。ところが、ボーダーラインあたりにいる子たちは、どうも放っておかれとるんじゃないか。

しかも、LDとかADHDとか言われるような子を見ると、どうも単に軽い知的な遅れだけとは考えられんようなところがある。例えば、勉強はようできるのに、しょっちゅう友だちにちょっかい出してはケンカばかりする子がおる。叱ると泣いて反省するけど、十分たったらもう同じこと繰り返すと。それから、カーッと怒った時の爆発のしかたが尋常やない。小学校1年生なのに金属バット振り回して暴れるとかね。どうにも手が付けられん。そして、さっきまで荒れ狂ったと思ったら、もうかわいい顔してニコニコしてる。ちょっと理解できん。勉強のできなさにしても、暗算とかパズルとかはサッサとできるのに、ノートに書く字はメチャクチャで読まれへん、下手なんちゅうレベルやないと。漢字

の書き取りさせたらひとつもできん。かと言うて物覚えが悪いのとも違う。恐竜やら車やら、電車やらの名前は何十個も覚えてて教えてくれる。どないなとんのやと、親も先生も頭抱えてしまうちゅう場合があるんですね。

お医者さんにみてもらって検査しても、明らかな異常、例えば脳波異常とかですね、そういうのがある子もおれば、どこにも異常が見当たらない子もおる。知能指数もそんなに低くないと。まあ、こういう子をLD、ADHDって呼ぶんかなあ、ちゅうような感じでね、実は診断もそれほどしっかりしとるわけやないんです。新しいお医者さんに行くたびに、LD や、ADHD や、いやいや自閉症や、知的障害やで、いうように、言われることが全部違う、こういうケースも決してめずらしくありません。あげくの果てには、お母さん、アタのしつけが悪いからこうなったんですよ、こないに言われて、それでオシマイちゅうこともある。

こういう子の大多数は、学校で、健常な子のいる、通常学級にいます。日本中で、何人くらいがLD や ADHD の子なんかは明らかにできてない。まあ、当然なんです、診断がはっきりしとらんやから。1クラスに一人おっても不思議やないと言われることは多い。

LD や ADHD についての考え方が世間に広まって、いろいろと詳しく伝えられたりすると、「うちの子、LD 児なんやないかしら」ちゅうて心配になってくるお母さんが増えます。私の知ってる人にも、そんな心配を抱えてる方が何人かいてはる。

そうするとですね、まあノンキに構えてられるお母さんもいてるでしょうけど、いきなり子どもにガリガリ勉強させ始めるような方も、これまた少なくないんです。「小学生のうちニガテなこと無くしとかないと、中学校行ってハジかくわ、いじめられるわ」と、こないに考えるんでしょうかね。そして、本屋さんに行って、問題集ドッサリ買うてくる。夜の十二時までとなりに貼り付けて勉強させて、朝は五時に叩き起こしてまた勉強。

そなんして、できるようになるか。まあ、なるわけないんですね。そればかりか、よけい精神的におかしゅうになる。お母さん、そういい我が子の様子を見て、「あ、やっぱりうちの子 LD なんやわ」とか勘違いしてよけいにビシバシやると。こないな悪循環になる。こういうお母さんが増えとんです。

ストレスが強烈に高まる。そのはけ口が子どもに行って、子どもからごっつい反応が返ってきて、さらにストレスが大きくなると。



## 母のストレスはどうなっているか 2

子育てで、お母さん方が頼りにできるモンがなくなってしまった。何がええことで何が悪いことか、わからなくなってしまった。ちょっと前までは、いろんなことに「これでええんや」ちゅう線引きが、何となくあったんですけど、近ごろそれが見えなくなってますね。消滅してる。崩壊してる。

これは障害やないですけど、不登校の問題もあるでしょ。昔は、子どもが学校に行かん、行けん、ちゅうのは重大な問題でね。親も先生も友だちも、みんなで心配して何とか行けるようにならんかと言うて、心配したし、がんばりもした。文部省も、えらいこっちゃ言うて支援した。お医者さんとかも。

しかしまあ、そういう努力もあんまり効果なかったと言えなかつたんです。学校に行かない子どもの数はズンズンズンズン増えて、とっくに十万人越してしまった。子どもが減ってのに不登校児は増えとんのやから、割合はどんどん高まる。中学校で言えば、もう平均して1クラスに一人は必ず不登校と、そういうことになってます。

今では、かつてと違って、あんまりがんばらんでもええやないかと、そういう考え方が主流になってます。子どもにがんばらせたら逆効果やし、お父さんお母さんもそないがんばったらイカンと。子どもにプレッシャーになるというんですね。少し放っというてあげなさいと。

いちおう「心配はしとんやで」ちゅうメッセージだけは送っておく。まあ、そのテクニックはいろいろあるみたいですけど。そして、その上で、もっと親としての人生を楽しんだらどうですか、と。親がイキイキと楽しむ姿を見てたら、子どもも不登校なんてアホらしゅうなって、勝手に行くようになりますよ。まあ、こないに言う方もけっこう多い。カウンセラーとかでね。

そうか、と言うて、そういうアドバイス通りに実行する人は多いと思いますけど、それでもやっぱり全体的には効果あがってないんですね。不登校児はいっこうに減らない。

それで、不登校が重症になると、引きこもりが始まってしまう。さっき言いましたように、引きこもりがあるのは、世界広しと言えども日本だけです。外国人みんなびっくり仰天、そなんん見たことも聞いたこともない。だから、英語では引きこもりのことをそのまま「hikikomori」と言うんです。独特の日本「文化」やから、訳さない。「スキヤキ」「カブキ」「フジヤマ」みたいなもんでしょうね。

引きこもりになると、その数はもう不登校児の比やありません。何でか言うたら、不登校は「学校に行かん、行けん」子のことやから、卒業の年が来たら、自然にいなくなったことになります。問題が解決したかどうかはさておいても。ところが引きこもりには卒業がない。精神科医の斎藤環さんのことばで言えば、どんどん「蓄積」していく。はっきりした数はわかりませんが、だいたい百万人くらいはおるんやないかと言われてます。そしたらね、人口の約1%です。百人に一人は引きこもり。しかもこれは、子どもや年寄りには関係のないことやから、若いもんで計算したら、その割合はどえらいことになってると思います。あっちでもこっちでも引きこもってる。

「引きこもりは、誰でもなる」って、よく新聞とかに書いてあります。そらそうやね、百万人もおるんやから、こりゃ誰でもなると言えますわ。しかし、外国人はならんのやから、「日本人なら誰でもなる」と言うた方が正確でしょう。

引きこもりは、やっぱり、それまでの子育てが強烈に影響してますよ。はっきりとキツイ言い方したら、「親のせい」ちゅうことです。引きこもりの治療とか、カウンセリングとかでは、基本的に本人や親を受け入れる方針をとりますから、あんまり原因を追及するようなことはしませんね。私も別に、ただやたらに親御さんを非難しようと言うんやないんです。ただ、励まして、元気になってもらうて、一緒に問題を解決していくことと、責任の所在を明らかにすることとは、矛盾しないと思うんです。

現実の問題をはっきりさせて、それにどう対処していくかを考えることは、必要ですよ、やっぱり。「そないがんばらんでも」とか「ええんです、アリノママで」とか、あいまいなことだけ言うて、問題を先送りしとってても、結局、根本的には解決せんと思います。

やっぱり、引きこもりみたいな、外国にはない現象が急増しとるんですから、日本の子育てや教育が、ものすごい問題を抱えているちゅうことは、これはもう間違いのないことなんです。しかもその中で、お母さん方が心理的ストレスをかなり高めてるという事実があります。こういう大問題に、どっから手をつけてええもんか。

引きこもりと同じくらい、世界で例を見ないことに、児童虐待があります。とは言っても、虐待は、外国にもあって、社会的に問題が表面化したのは、むしろアメリカとかの方がずうっと早い。

ただ、外国の場合は、虐待の理由がはっきりしてるのが、割合に多いんです。例えば、アル中とか、麻薬の常習。それから貧困。うつ病や精神分裂病といった精神病。離婚。あとは強姦されて妊娠して、産まれた子どもを愛せなくて虐待するというような、ものすごく悲惨なケースもある。

日本の場合、理由があんまりはっきりしないんですね。もちろん、今あげたような例に当てはまるのもあるでしょうけど、そんなのはかなり少数やと思います。新聞なんかで見ますと、ずいぶん目につくのが「しつけのため」ちゅう理由。ええことや、思うてしたんですかね。それで、年間何十人も子どもが殺されとる。実の親に。

それから、日本が外国と違うてるのは、発生件数が異常なまでに急増しとることです。厚生労働省が、虐待の件数を公表し始めたのが 1990 年からですけど、その 90 年代の十年間で、なんと発生件数が 17 倍になつとる。こりゃ普通やないですよ。これも、「ばれてしもうた」分だけですから、どこにもバレなかったのまで入れたら、一体どれくらいになりますか。想像もつかん。1990 年代以降、日本の親たちは、突如として「しつけ」に目覚めたんですかねえ。どうもそんなふうには思われへんけど。

そして、これまた「コワイことやなあ」と思うのは、そういう虐待のニュースとかの後で、「こういう出来事をどう感じるか」っていうようなアンケートを取ったりするでしょ。そういう時に、けっこうぎょうさんのお母さん方が「虐待する気持ちもわかる」「私もいつするかわからん」「実はしたことがある」とか言うて答えることですね。

子どもを虐待してしまうような気持ちを受け入れることは、絶対にイカン、とは言いません。「アンタのような母親はオニや、アクマや。そんな奴は自分のヘソ嚙んで死んでまえ！」って怒りまくっても、それだけで解決するほど、問題は単純やない。

しかしねえ、かと言うて、何でもかんでも「そうやなあ、そういう気持ちもわかりますわ」ちゅう感じで、こういうアンケート結果を公表するんも、どうかと思います。情報公害に近いんじゃないでしょうか。そういうの読んで、妙に安心してしもうてね、「やっぱり虐待するのがフツウなのね」とかいう人が増えたら、また困るでしょ。

「誰でもやって当たり前」とか言うてね、引きこもりでもそうですけど、「誰でもなる」とか言うて。そんなふうなこと広めて、ひとつでも減りましたか、虐待や引きこもりが。逆ですよ、今のところは。どんどん増えとる。どこまで行くやわからん、このままやったら。

「お母さんもつらいんやねえ」言うて気持ち聞いてあげることとね、「そりゃ子どもイジメでも無理ないですわ、やってもええんですよ」、まあ、モロにそういう人はおらんでしょうけど、それに近いですよ、今のは。そういう、へんな同情することとは違うでしょ、本質が。

それから、私、ある学生と虐待のこと話したんですけど、その学生さん、「何でこないに虐待が増えるんか」という話題になったら、「ハイ、母親を支援する社会システムが不足してるからやと思います」と言うたんです。私は、「そりゃ違うで」と言ったんですけどね。

話が逆転してますよ。支援システムがないから虐待が増えるんやない。虐待があるから支援システム作らんとイカンようになってとんです。この学生さんみたいなこと言うんやったらね、貧しい発展途上国とか難民キャンプとか、そういうところで日本以上に虐待が起きてなきゃおかしいやないですか。そんなとこじゃ、母親支援どころの話やない。今日食うモンがない、言うて、みんな栄養失調でフラフラになってとるでしょ。大人も子どもも、お母さんも赤ちゃんもね。

そういうところで、母親が子ども殺してますか？ 誰もしとらんですよ、そんなアホなこと。むしろ、「私はどうなってもええから、この子だけは助けてください」言うて、必死になつとる親の方がずっと多いんやないですか。

システム作ったらええ、ちゅうようなもんと違うんです、こういう問題は。どこまで行っても人のこころの問題やからね。こころというものを中心に据えて考えていかないと、いつまでたっても解決しません。

お母さん方のストレスの問題もそうですね。子育て上のストレス、あるいは夫婦間のストレスが高まると。それじゃあ言うて、そこらじゅうにカウンセラー置いて、いつでもどこでも相談できるようにしといたら、これにて一件落着になるんか。

いま、実際それに近い状態が作られつつありますけど、まったく解決してない。それどころか、よけいに悪くなってます。

#### 母のストレスはどうなっているか 4

LD や ADHD は、障害そのものとしては、まあ軽い方と言えます。対応の難しさとか、そういうことはおいといたらね、寝たきりで、チューブでしか栄養がとれんというような子よりは、だいぶ、と言うか、ものすごく軽度です。

それと同じように、精神の病気にも、こういった、ボーダーライン的なものがずいぶん増えてきて、それはそれで治療や対応が難しく、けっこう深刻な問題になってます。

「精神病」と言うたら、これはうつ病と精神分裂病のことなんです。うつ病は、「心が風邪ひいた」とか、製薬会社のコマーシャルもあったりして、まあとにかくそういう症状があったら、早いとお医者さんにかかりましょうと。実際、よう効く薬がぎょうさん開発されてます。特に年とってからうつ病になる人が多いんですが、お医者さんにかかってよう話を聞いてもらえば、ええ薬くれて、そうとう楽になります。

精神分裂病の方は、うつ病よりはかなり難しい。わかっていない部分もまだまだ残ってます。それでも、昔に比べたらいろんなことが進歩してまして、かなりの対応ができる。

それから、精神病とは言わずに、「神経症」というのがあります。これは、いわゆるノイローゼですね。これも、苦しんではる方多いんですが、かなり効き目のある薬とか、効果がはっきりしてる治療法なんかもずいぶん開発されてますから、お医者さんにかかれば、適切に対処してくれる。

こういう、いわゆる病気と、精神的に健康な状態との間の、ボーダーラインにあるような症状がある。ちょっと前までは、まさにその名の通り「境界例（ボーダーライン・ケース）」と言われてましたけど、今ではこれを、「人格障害」と呼びます。

近ごろはこの人格障害が、しょっちゅうニュースに出てくるんです。大きな出来事では、大阪の小学校で起きた殺傷事件ですね。あの犯人は人格障害やと診断されている。それから福岡の高速バスジャック事件、神戸の酒鬼薔薇聖斗事件も、そうやろうと。オウム真理教の事件でも、麻原彰光被告は「自己愛性人格障害」やったと言われてます。

重度の人格障害は、たいへんです。精神科医も「手に負えん」ちゅうてサジを投げるくらい。実際、新聞でそう言うてるお医者さんありますよ。お医者さんがそないなこと言うてええんか、と思いますけど。

結局、人格障害とは何なのか、というのが、ようわからんのですね。精神病でもノイローゼでもないのがそうやと。こう言うんですが、それじゃあ人格障害で本当は何なんです

か、って突き詰められたら、ようわからんとか言いようがない。このあたりはLDやADHDと事情が似てます。知的障害でも自閉症でもないのがLDなんやと。じゃあLDって何ですかと聞かれたら、なかなか他にはいい説明ができません、という状況があります。

最近、若者がだんだんメチャクチャになりよるでしょ。そりゃ、まじめなええ子もおりますけど、どうも全体的に見たらわけのわからんのが多い。不登校、十三万人。引きこもり、百万人。そして非行、犯罪、家庭内暴力。モデルガンやナイフ集めて悦に入っとる。インターネットでろくでもないホームページばかり見とる。酒やタバコなんてカワイイもんで、シンナーや大麻、コカイン、覚醒剤にまで手を出す。そのお金は援助交際で稼ぐ。

そういうのがみんな人格障害かと言うたら、まあ全部が全部そうとは言えん。でも、とてもやないけど精神的に健康とも言われませんね。今はもう、精神病や精神障害と、精神的健康とが、ボーダーレスになってしもうとる。思春期のお子さん持ってはる親御さんにしてみたら、まあ例えは悪いでしょうけど、バクダン抱えとるようなもんじゃないですか。いつ爆発するやわからん、しかも他人様を巻き添えにする危険性もあると。

よっぽどタフなお父さん、お母さんでも、神経まいることが多いと思います。学校の先生たちなんて、みんな精神病にかかってしもうとる。いや、みんなと言うのは違いますけど、他の職種、たとえばサラリーマンとかに比べたら、患者の数がダントツに多いんです。生徒が言うこと聞かん、というか、それ以前に、もう普通の、当たり前前の会話が通じん。何言うても、宇宙人を相手にしてるみたいやということなんですね。

お母さんたちの精神的健康もジワジワとむしばまれてきてます。精神的ストレス、と呼べる段階を飛び越してしもうた人が多くなってる。過食症、拒食症。難しく言うたら摂食障害ですね。それからアルコール依存症、いわゆるキッチンドリンカー。こういう人たちはお医者さんの治療の対象になりますが、そこまで行かん人は、パチンコにハマったり、通販で物を買いまくったり、携帯電話の出会い系サイトに登録して、遊んでくれるええ男さがしたりしてる。そして児童虐待。

さっきも言いましたけど、こういう状況があって、いくら相談やら支援やらカウンセリングやらのシステム作ったって、やっぱりダメなんですね。それじゃドラナワちゅうもんですよ。対策が後手後手に回っとる。「クサイにおいはもとから断たなきやダメ」って、昔のコマーシャルでも言うてたでしょ。何がもとなのかを、ちゃんと見つけんと、何したって効果ありません。

## ストレスを測る 1

障害児を持つお母さんは、実際、どないな心理的ストレスを抱えてはるんか。これはけっこう昔から、いろいろな学者が研究の対象にしてきてます。

いろいろな方法で調べます。面接して話を聞いたり、文学作品に描かれた登場人物の気持ちを拾い出したり、それからアンケートに答えてもらったりする。例えば外国ですと、ウォルフエンズベルガーという人は、生まれた子が障害児やと知った時の親の気持ちには、どういうものがあるか、と言うて、怒り・不安・当惑・混乱・拒否・失意・恐れ・悲しみ・苦悩・恥・罪悪感、まだまだ続くんです、これ。全部で45個もの気持ちをあげてる。

それじゃあ、そういう気持ちから、障害児を持つ親御さんは、どないにして立ち直って行くんか。実際、私が出会った多くの自閉症児のお母さん方、ホンマに明るい方が多かったんです。いつでもニコニコしてて、自分は後回しでも人を優先しはるような人がぎょうさんいました。「ようできた人やなあ」って、感心するような方が、何人もおいでやった。

いろいろ話を聞くとね、もちろん最初っからそうではなかったんです。この子連れて、いつ死のうか、どこで死のうかと思うて、そこら中をさまよったことも、2度3度やないと、こないに話してくれはる人が、何人もいました。前に言うた、幼稚園の先生にどえらい目に遭わされたお母さんみたいに、昼間は気丈に、元気に振る舞っとる。でも、夜になって、ふとんの中で一人になると、ありとあらゆる思いがドバツと湧いてきてね、それこそ枕やらシーツやらが涙でビショビショになる。そういう修羅場をくぐり抜けてきて、何年か後には信じられんくらいに明るく、ユーモアの絶えん人にならなるといってお母さんが多かったんです。

どないしたらそんなふうになれるんか。ストレス研究する学者は、ああじゃこうじゃ言うていろいろと考えてきましたけど、まあどれも、自分のアタマの中で勝手にこしらえた、言うたら机上の空論に過ぎんようなものがほとんどやった。だから、実際にお母さんたちのために役立つ研究ちゅうのは、あんまりなかったんです。「研究のための研究」みたいなもんが多かった。

やっぱり学者のする研究も、今を生きてる、多くの人たちが、実際に幸せになれる手伝いができるようなモンでなかったら、意味ないんですよ。コムズカシイ屁理屈ぎょうさん並べて、ああじゃこうじゃ偉そうなこと言うてみても、「フーン、それで？ だから何なの？」って聞かれた時に、ピシッと明快に答えられるようであれば、まあお金と労力の

ムダ遣いにしか過ぎなかった、ということになる。

どんな障害児がいる、どんなお母さんに、どういう直接的な援助、お手伝いをしたらええのか、こういう具体的なことが明らかにならなければ、ストレスを研究する本当の意味はない。私はこう考えたんです。

そのためには、「あなた、心理的なストレス感じてますか？ 感じてませんか？」と聞くだけでは不十分です。どんなストレスがあって、それを一人ひとりのお母さんが、どんなふうに、どの程度深刻に受け止めているかということがわからなければならん。

そのためにまず私は、障害児のお母さんのストレスについてそれまでに書かれた本や論文をできるだけぎょうさん集めてきました。そしてその中から、お母さんがどんなことで悩むのか、お子さんをどう思っているか、家族や世間に対してはどんなふうに振る舞うか、こういったことについて書いてある部分を片っ端から拾い出した。そしてそれを整理して、アンケート用紙を作りました。

どうなってるかということ、例えば「よその子の親たちをうらやましく思うことがありますか」という質問文があります。それに対して、お母さん自身の気持ちとして「だいたいあてはまる」「すこしあてはまる」「あまりあてはまらない」「ほとんどあてはまらない」の4段階のうち、自分に一番ピッタリやなあと思えるものを選んでもらうんです。

質問の中には、まあ、お母さんの気持ちを逆撫でするようなと言うたらええか、そういうものも含まれてました。アンケートや言うても、やっぱりそういうことはあんまり聞かれないもんやろと思います、誰やって。しかし、ストレスを軽くする方法を知るためには、どんなストレスが、どれくらいあるんかという、ストレスそのものの実態を知ることが、どうしても必要です。私自身こころの痛みを覚えながら、協力を頼んで回りました。

私、当時は和歌山におったんですけれど、ありがたいことに、百人近いお母さん方が協力してくれはりました。「私らにできることやったら、何でもしますけん、先生、何でも言うてくださいよ」と、みなさんがおっしゃって。ホンマ、ありがたかったですわ。



## ストレスを測る 2

最初に作ったアンケート用紙には、だいたい百個くらいの質問が並んでました。結果を集計してみると、「だいたいあてはまる」にチェックが集中する人もあれば、ほとんどの人が「あてはまらない」を選ぶというような、かたよりが出ます。それを、コンピューター使って、統計的に計算するんです。そして、共通性のある質問項目を集めて、整理するという作業をしていきます。すると、似たような質問のグループである、「尺度(スケール)」ちゅうもんができるんです。

計算したら、ここで、5つの尺度ができました。お母さん方が、どんなストレスを、どのくらいの強さで感じているかを、客観的な数値で測定して、示すことのできる、「ストレス尺度」です。

5つの尺度それぞれには、内容が似通った、十個の質問項目が含まれています。だから、このストレス尺度は、全部で五十個の質問項目からできあがってるわけです。また、5つの尺度には、それぞれに、そのまとまりの特徴をひとことで言い表せるような名前が付いています。それは、次のようになっています。

第1尺度、「社会的圧迫感」。これは、自分の子が障害児であることで、近所やら知り合いやら、それから外出した時なんかには、世間から心理的ストレスをかけられることを示しています。たとえばこんな質問が入ってます。「この子を社会の目から隠したいと思うことがありますか」、「この子がいるために、世間の無情さが身にしみますか」。

第2尺度、「養育負担感」。これは、障害児がいるために何やかんやと手がかかって、お母さん自身の生活が乱されたり、家事が思うように進まんと。それでイライラしたり、落ち込んだりして、心理的負担がかかることを示すもんです。たとえばこんなんです。「子どもの世話をするのがいやになることがありますか」、「この子の存在が家族の負担になっていると思いますか」。

第3尺度、「不安感」。大きくなったらこの子はどうなるんやろか、とか、私らが先に死んでしまうたら、この子はどないして生きていくんやろうか、ちゅうような将来に対する不安、それから、毎日の生活の中で感じる心配事なんかを示すものです。たとえば、「この子は将来独り立ちできるだろうかと不安に思うことがありますか」、「この子のことを考えるとどうしてよいかわからなくなりますか」。

第4尺度、「療育探求心」。子どもの可能性を伸ばすために、ちょっとでもええ治療や

教育を受けさせてやりたいという、お母さんの願いを示してます。たとえば、「もっとよい施設や教師がつけばこの子はよくなるに違いないと思いますか」、「この子への親の関わり方についてもっといろいろ知りたいと思いますか」。

第5尺度、「発達期待感」。子どもに残された発達への、お母さんの期待を示します。たとえば、「現在は発達が遅れているが将来は遅れを取り戻すと思いますか」、「この子には普通の子と変わらない何かの能力があると思いますか」。

いちおう資料ということで、本の一番後ろに、全部の質問項目をのせておきました。関心がある方は参考にしてみてください。

最初にアンケート作った時と同じように、この、全部で五十個の質問項目に対して、「だいたいあてはまる」「すこしあてはまる」「あまりあてはまらない」「ほとんどあてはまらない」の4段階で答えてもらいます。そして、「だいたいあてはまる」は1点、「すこしあてはまる」は2点、「あまりあてはまらない」は3点、「ほとんどあてはまらない」は4点と、点を配分して、尺度ごとの得点を出します。そうすると、ひとつの尺度の満点は40点、最低得点は10点ちょうどことになりますね。何やらだんだん算数の勉強みたいになってしもうてスンマセン。得点が高ければ高いほど、その分ストレスは小さい、こういうことになります。

それじゃ、どの尺度も点が高ければ高いほどええんか。つまりストレスが小さければ小さいほどええんかと、こういうことになったら、いちがいにそうとも言えんのですね。ご想像つくと思いますけど、第4尺度の「療育探求心」と、第5尺度の「発達期待感」、この二つの尺度は、何とかこの子によくなってもらいたいというお母さんの願いや、一生懸命さを表してるわけです。このストレスがずいぶん小さいことは、お母さんがお子さんに対して、あんまり一生懸命やないという態度を示すとも言える。

それじゃ、反対にこのストレスが大きければ大きいほどええか。これもまた問題なんです。子どもができようができまいが、やろうがやるまいが、勉強やらトレーニングやらをガリガリやらすということになりかねん。「ちゃんとしなきゃダメでしょ!」「どうしてできんの、こんなことくらい!」「アンタのためにしとるんやないの!」とか言うて、子ども泣いてイヤがとんのに無理矢理やらすと。これまた子どもにプラスやないんです。なかなかね、難儀なモンですわ。人のこころ、お母さんのこころ、ちゅうのも。

私は、自分で作ったストレス尺度を使って、まあ、ホンマにぎょうさんの、いろんな研究をしてきました。そのいちいちをここでご紹介しとったら、どえらいことになってしまう。本の後ろにつけたストレス尺度の、そのまた後ろに、一連の研究結果を発表した論文のリストを載せておきました。どれも専門の学術雑誌に投稿したものなんで、ふつうの本屋さんや図書館じゃ、手に入らんとおもいます。身内やら知り合いやらに、大学生とか学者さんがおいでやったら、たぶんコピーを取ってもらえます。もし、そういうツテがないけれど、読んでみたいと思われる方は、私にお申し付けください。送って差し上げます。

まあ、そういう中でも、特に一般の方にも関心があるやろうと思われるような研究結果を、いくつか、ごく簡単にご紹介します。

まず、私のもう一つの重要な研究テーマである自閉症児と、そのお母さんの心理的ストレスとの関係を調べました。私が研究し始める以前から、障害児の中でも、自閉症児は特に、そのお母さんのストレスが高いちゅうことが、いろんな研究者によって指摘されてきました。私と私の弟子は、そのことを、また違った角度から調べてみたいと考えたんです。ちょっと話が横にそれますが、私は、ストレス尺度以外に、自閉症かどうかを診断する、そしてその自閉症がどのくらい重いか軽いかを知ることのできる、「自閉傾向測定尺度」というものを作ってます。これを使った研究も、まあかなりの数量になってます。それで、この自閉症尺度を使って自閉症を調べたら、自閉症というのは、他人との間で、こころとこころの交流ができない、ちょっと専門的に言うたら「社会性の障害」のことなんや、ちゅうことがわかったんですね。自閉症児にはいろんなタイプの子がおるんですけど、その中でも、他人とのこころの交流ができないというのが、自閉症の症状の中心やと。周りの人が、喜んだり悲しんだりしとっても、自閉症の子にはそれがまったく伝わらん。情動が伝染していかん。情動の共有ができませんの。お母さんがニコニコしとっても、泣いとっても、子どもさんは顔色ひとつ変えん。お母さんつらいです。これは、ひとことで言うたら、コミュニケーションができません、ちゅうことなんです。

さて、こういう自閉症の傾向と、お母さんのストレスとの関係です。これも、いろいろと統計的な計算方法を使って、「相関」というものを出します。それでわかったのは、お子さんがコミュニケーションできなかつたり、他の人に無関心であったりする傾向が強ければ強いほど、お母さんは、お子さんがいるための負担感とか、生活や将来のことに対す

る不安感が高まっていく、ということでした。それから、子どもさんにより治療や教育を受けさせてやりたいけれども、その効果や、子どもさんの発達はあんまり期待してないという、矛盾した気持ちを抱えていることもわかりました。

続いて、障害の種類によって、お母さんが感じるストレスはどう違うか、ということ进行调查しました。対象になったのは、自閉症、それから脳性まひ・知的障害・ダウン症のお子さんを持つお母さん方です。脳性まひは、いろいろな理由で、手足や体が不自由になる障害ですね。知的な障害はあたりなかつたりする。知的障害は、知能の障害です。それからダウン症は、染色体の異常によって障害が出ます。顔つきなどに独特な特徴があって、知的な障害を伴う。

この4グループのお母さん方に、ストレス尺度への回答を依頼して、結果を集計し、比較してみました。そこではっきりとわかったのは、4グループ中、一番高いストレスを感じていたのが、自閉症児をもつお母さん方やった、ということです。反対に、他を引き離してかなり低いストレスを示したのは、ダウン症児を持つお母さん方でした。

ダウン症の方が自閉症より、はるかに軽い障害なのか。これは、決してそんなことはありません。もちろんダウン症の中で比較しても重度のお子さんもいれば軽度のお子さんもいます。ダウン症の場合、かなり高い確率で心臓の奇形とかの、とても重い合併症が出る。生まれてすぐに生死の境をさまよう子も多い。一緒にお風呂やプールに入ると、小さな胸の真ん中に、ものすごい手術の後が、くっきり残ったりしてる。今は医学が進歩しましたが、しばらく前まではダウン症児といえばだいたい短命と考えられていました。

ドキッとするような話ですけど、子どもさんが生まれてまもなく、ご両親が生まれた子がダウン症やったと告げられる。先天的な障害で、一生このままやと。そして、心臓に穴が開いていて、手術せんと危ない。そういうときに、親御さんとしては、お医者さんに手術たのむのをためらう場合があるというんですね。あの子も、私らも、一生苦労して、苦しむんやったら、いま死んでくれた方がええんやないかと。

こういうふうにと考えると、決して軽い障害ではない。しかも、だいたい似たような顔つきになりますから、一目見ればたいていの人には「この子ダウン症やな」とわかる。いろんなことからすると、お母さんのストレスは高くても不思議やないんです。しかし、他の障害から比べると、ダントツに低い結果になつとる。

一般的に見て、ダウン症児を持つお母さんのストレスが低いのはなぜか。これはやっぱり、お子さんとお母さんとのコミュニケーションのとりやすさに、大きな原因があるんですね。

ダウン症の子はね、かわいいんです。付き合うたことのある方ならようご存じだと思いますけど。とっても人なつっこくて、いつでもだいたいニコニコしてる。知らん人としても、わりあい平気で手をつないだりして、社交的です。そんなふうですから、みんながかわいがる。うれしいんか、悲しいんか、すぐ顔に出て、こころん中が手に取るようにわかる。それに、お母さんの気持ちも、ようわかってくれます。だからたいいのお母さんにとっても、ダウン症のお子さんはかわいくてしょうがないやろと思います。

私も、あるダウン症のお子さんと知り合って、仲良うなりました。ある時、私が「風邪ひいたみたいやなあ」と言うたら、その子が、「先生が死んだらボク泣く。死なんといて」と言うてくれたんです。けっこう大きくなってましたけど、その時。こういうことは、なかなか、パツとは言えんことです。言おうと思うて出てくることばやない。私、感動しましてね、こころから「ありがとう、もう治るよ」と言いました。

障害の重さということも、もちろん関係しますけど、それ以上に、お子さんとの間にコミュニケーションが取れるかどうか、お母さんのストレスを、ものすごう左右するんです。

いま、コミュニケーションということばは大流行ですね。1日のうちで、このことばにお目にかからん日は、まずない。テレビ、ラジオ、新聞なんかだったら、十や二十はすぐに出てくるでしょ。そして、インターネットや携帯電話が誰でも使うものになりましたから、いつでもどこでも誰とでも、簡単に「コミュニケーション」できると。

それじゃあですね、こんなふう在世の中にあふれ返るとる「コミュニケーション」ちゅうのは、いったい何なのか。あらたまってこう考えたら、どういうことになりますか。一般的に考えたら、コミュニケーションというのは、ことばのやりとりです。しゃべったり、手紙やEメールで文字を交換したりしてね。でも、音楽や絵がコミュニケーションの手段に使われることもあるから、ことば、というをもう少し拡大解釈して、「情報」ということになるでしょうね。情報の行ったり来たりがコミュニケーション。

そこに必ずしもことばが介在するわけやないんです。目と目が合っ、ニッコリしたり、

逆にプイッと横を向いたりしたら、それでもコミュニケーションが成立してます。目を合わさんでも、話しながら机を指先でコツコツやれば、「ワシなあ、今イライラしとんのやで」ちゅう「情報」が伝達されてる。だから、コミュニケーションには言語を介するバーバル・コミュニケーションと、言語がないノンバーバル・コミュニケーションがあります。

ノンバーバル・コミュニケーションは、バーバル・コミュニケーションより、ちょっと低く見られてるようなところがあるように思えます。いくらアタマ中で考えとっても、コトバできちんと伝えられなきゃダメなんやと。特に日本人は、すぐに「以心伝心」とか言うてアイマイに物事を進めるくせがある。もっと欧米人みたいに、例えば好きなんやったら「愛してるよ、ハニー」と、一日十ぺんくらい言わんとダメや、ちゅうんです。

お母さんと赤ちゃんとの間やったら、ことばのないノンバーバル・コミュニケーションがものすごく大事やということは、誰しも認めるところです。ことばで返って来んから、赤ちゃんの気持ちかわからんか、ことばが理解できんから、お母さんの気持ちは伝わらんか、と言うたら、まったくそんなことはない。動作や表情だけでも、十分にこころのやりとりができてる。

でも、子どもが大きくなるにつれて、このノンバーバルなやりとりの重要性は、だんだん忘れられていくようです。お兄ちゃんなんだから、お姉ちゃんなんだから、ちゃんとクチで言えなきゃダメよと。学校に行くようになったらもう決定的で、わかっとってもしゃべらん子と、わからんでもしゃべる子と、どっちがええ成績つくか。これはもう、先生が十人おったら 9.9 人までは、とにかくようしゃべる子の評価を高くするんですね。私は、そんな無茶やないかと思うてますけど、現場は実際そないになってる。バーバル・コミュニケーション全盛なんです、今は。

そしたら、現代みたいにことばがスリ切れるほどやりとりされてれば、コミュニケーションが満ち足りてるか。やっぱりそうやないんです。ダウン症の子がやたらとおしゃべりか、ちゅうたら、そんなことない。そういう子とのやりとりが胸に染みしてくるというのは、その子のこころが、こっちに響いてくるからですね。風邪ひいたっていうだけで、大きな体の子が、目に涙ためて心配してくれる。これはもうことばを超えています。ストレートに、ダイレクトに、こころが響いてくる。そしてこっちのこころもふるえます。揺り動かされる。

自閉症のお母さんの心理的ストレスが高いのは、情動の響き合いがないからなんです。お母さんの情動が、子どもさんに伝わっていかへん。反対に、子どもさんの情動も、こっちに響いてこない。

自閉症の重要な症状のひとつに、同じことをいつまでも繰り返す、ちゅうのがあります。専門的なことばでは、これを「同一性の保持」と言います。いろんなのがありますけど、たとえば食事の時以外には、一日中、紙に字を書いたりする。なに書いとんのかなと思ってのぞくと、数字やら漢字やら、記号やらがぎっしり並んどる。それを延々と続けるんです。一日でエンピツが2本くらいなくなってしまう。毎日、同じことばかりしとる。

楽しんで書いとるようにも見えんのです。むしろ悲壮な雰囲気、追いつめられたように書きまくってる、ただひたすら。何のためにそんなことしとんのか、はたから見ると理解できない。お母さんや先生が、さあ、ちっとは別のこともせないかんで、言うて、それをやめさせようもんなら、たいへんなことになります。金切り声あげてパニック起こして暴れ回る子がおる。そんなに怒るんならしとってええよ、ちゅうて、紙と鉛筆を返してあげると、ウソみたいに静かになって、また黙々と同じことを続ける。

これはひとつの例ですけど、こういうことがあるわけです。お母さんとしては、子どもさんがさっぱり理解できない。何が面白くて、何がつまらんのか。何がうれしゅうて、何が悲しいんか。お母さん自身がうれしくても、悲しくても、その情動を我が子と分かち合うことができません。お母さんとしては、我が子が一日中エンピツ握っとることを理解できへん。

こころの響き合いがないんです。これが、お母さんにとっては猛烈につらい。涙も出んほど悲しい。

しゃべればええのか、ちゅうと、それもぜんぜん違うんです。一日中しゃべり続けている自閉症のお子さんもいます。しかし、そのおしゃべりが、まったくコミュニケーションになってない。視線が宙にさまよったままで、うろろうしたりしながら、何やらしゃべり続けているだけと。

お母さんに話しかけてくれたとしても、やっぱりわけのわからないことだったりします。朝、部屋に起こしに行くと、ふとんの中でもう目を開けとった。そしてお母さんを見つけるとこう言ったりする。「　　ちゃん、もう起きたいの？って言うて」。お母さんが言わ

れた通りにしてあげるとふとんから起きあがります。すると今度は、「よし、オーケー、と言って」。食卓に着いたら、「それを食べたらタマゴは食べなくてもいい、でもそれを食べないのならタマゴを食べましょう、って言って」、「お行儀わるいと笑われますよ、って言って」。何回要求してもお母さんがその通りにしないと、パニックが起きたりします。

自閉症というのは、生まれながらにして、他者とところを通じ合わせるができない、という障害です。これは、ある意味で、人間の、もっとも人間らしいところに障害を負っている、とも言える。自閉症のお子さんは、人間の、いちばん大事なところにハンデを負って生きることで、こことここの通じ合いの大切さを、私たちに訴えかけてくれるんです。人間はここが大事なんやで！　ここが一番なんやで！　って、教えてくれるんです。だから私は、自閉症児は仏さんの使いや、と言うてます。

ここが大事、というのは、大切なことやけど、ことばで言うたら空しいんです。しらじらしい。そんなこと、いくら「知識」として教えたかて、納得できるようなモンと違う。そのことを、身をもって自閉症児が教えてくれる。

だから、そういう自閉症のお子さんと暮らしているお母さん方が、他の障害児のお母さんよりも心理的ストレスが高い、ということには、ものすごく重要な意味があると言えるんです。

人間の心理的なストレスは、他者と、情動の共有ができない、というところから、いちばん大きく起こってきます。喜びや悲しみ、嬉しさや悔しさ、こういうところの動きを、誰かと分かち合うことができない。特に自分の身近な人、夫、妻、我が子、親、きょうだい、こういう人たちと、こころの通い合いや分かち合いができない。そういうときに、人は、ほとんど最大と言ってもいい、こころの危機に見舞われてしまうと、こう言えるわけなんです。

だから、自閉症児のお母さんが、こころの危機を乗り越える、そのお手伝いをするためには、お子さんとこころの通い合いができないという、このつらさを周りの人が一緒にあって受け止めることが一番に大切だと言えます。

これは、人間にとって、コミュニケーションとは何なのか、その意味と重要性を、あらたに問い直すことなんです。



自閉症・脳性まひ・知的障害・ダウン症という、異なった障害児のお母さんについて、ストレスを比較して調べました。その数年後、今度は、あらためてこの4群に加えて、視覚障害児、つまり盲学校に通ってはるお子さん、それから聴覚障害児、ろう学校に通ってはるお子さんのお母さんに参加してもらって、合わせて6群で比較検討をするちゅう研究をしました。

結果はどないになったと思われませんか、みなさん。まず、ストレスが低かった方のお母さんですが、やっぱりメンバーが変わっても、ダウン症児のお母さんのストレスは低かった。でも、それ以上に低いストレスやったのが、視覚障害児のお母さんです。このことはやっぱり、コミュニケーションのできやすさで説明できます。

目が不自由ちゅうのは、想像を絶するたいへんさがあると思います。特に、中途視覚障害者の方がいてはりますね。何らかの事故や病気などで、大きくなってから、場合によっては中高年になって失明してしまう。そういう時の不安や恐怖ちゅうのは、これはもうはかり知れんものがある。しかし、そういう中でも、視力の障害ちゅうのは、コミュニケーションの機能に、根本的なダメージを与えるものやないと言えるんですね。だからラクや、と言うてるんやないですよ。いちおう誤解のないようにつけ加えときますけど。

視覚障害児を持つお母さんというのは、おそらく、健全なお子さんの場合とほとんど違いがないくらい、お子さんとのコミュニケーションができとるんやろうと、予想されるわけです。情動の共有ができる、ともに喜び、ともに悲しむことができる。そのために精神的なストレスが低い。

そして、ストレスが高かったお母さんですけど、やっぱり前回の調査同様、自閉症児のお母さんは、こちらの傾向があった。しかし、今回はなんと、聴覚障害児のお母さんのストレスの方が、その深刻さにおいて、自閉症児のお母さんを上回っておったんです。

これは、後からよう考えてみたら、十分にうなずける結果だったんですけど、データが出てきたばかりのときは、ちょっと驚いたちゅうか、とにかく「へえー、こないなことがあるんかいな」と思いました。

このことも、人間同士のコミュニケーション、っていうことを考えると、ものすごくよくわかるんです。あまりにもその説明がピターッと行くんで、そのことに対する驚きもあったんです、最初は。

人間にとって、こころの通い合い、情動の共有、ということに関しては、音、音声、が決定的に重要な役割を果たしとんです。

例えば、テレビの音を消してしてみる。何やっとなのかはわかりますよね、ほとんど。画像が映ってますから。ところが、面白くも何ともないでしょ。1分もしたら飽きてしまふ。すぐに音を出したくなります。

それじゃあ、ラジオどうですか。画像がなくても、音だけ、声だけで十分面白い。野球とかね、相撲の実況中継。見えてないんですよ、出ている選手や力士の動きは。でも、アナウンサーの名調子や、観客の「ウオーッ」ちゅうような歓声が聞こえてくるだけでね、もう思わず興奮して、盛り上がるやないですか。

夫婦ゲンカして、キレたヨメはんがワーツと泣いて、便所に飛び込んでもうたと。廊下をドタドタッと走って行って、ドアを思いっきり、ピッシャーンと閉める。こっちは茶の間にブゼンと座ってまして、ヨメはんの動きを目で追ってるわけやない。でも、こういう音が聞こえてくるだけで、カノジョの情動が、こっちにピンピンと響いてくるでしょ。反対に、いくら髪フリミダしてわめいてても、二百メートル離れてて声が届いてこんかったら、別にどうってことない。シラーツとして、「どえらいヤツと結婚してもうたなあ」とか、冷静に構えていられる。どうやって機嫌とったらええかなあってね。

えー、つい関係ないことを言うてしまうな。それも、女性に叱られそうなことばかり。まあ、たとえ話ですから、あんまり真剣にとらんでくださいよ。

つまり、音が、情動の伝え合い、こころの通い合いには、いちばんと言ってもええくらい大切な働きをしとるんだと、そういう話でした。自閉症児も、小さくて、まだ診断がはっきりつかないころは、耳が不自由なんやないかと疑われることが多いんです。名前を呼んでも上の空で知らんぷりしとる。明らかに視野に入ってる場所で声をかけとるのに反応がない。これは聞こえてないんやないかってね。でも、検査して、聴力に異常がないということになると、それじゃあ、ちゅうことで、別の原因が考えられ始める。

聴覚障害児は、非常に不安が強い子が多い。目では見えとっても、音が聞こえないと、外界で何が起こってるのか、よくわからないんですね。人に対して、ものすごく疑り深くなってしまう場合もあるそうです。こういうのはやっぱり、音声がないことから来るコミュニケーションのできにくさが、強く影響するんです。そして、お母さんのストレスも高くなってしまう。

障害児のお母さん方は、こうした高い心理的ストレスを、何で、どうやって解消してはるのか。ストレス解消、とか言いますと、ヤケ食いやヤケ酒とか、衝動買いとか長電話とか、そういうイメージありますけど、ここではそういうことは話題にしません。そういうのに走るお母さんも、ひょっとしたらいてはるかも知れませんが、だいたいまともに子育てしよったら、そんなんするおカネもヒマもありますかいな、ちゅうお母さんが大多数やないですか。それに、そんな一時しのぎでごまかしても、そんなのは本当の「解消」とは言えないでしょうねえ。

今までと同じように、ストレスアンケートに答えてもらいました。協力してくれはったのは、250 人くらいのお母さん方です。その得点によって、お母さん方を「高ストレス」と「低ストレス」の二つのグループに分けました。

それから、今回は同時に「ストレス解消アンケート」というのを作って、あわせて回答してもらおうなんです。これは、「どこで」「だれに」「どんな」サポートを受けた時に、ストレスが解消できたと思えたか、ということをつねるものでした。選択肢が9個ありまして、「自分の家族」「自分のところ以外の障害児をもつ家族」「自分の身内（親族）」「教師」「職場・友人」「専門家・行政・地域の人」「行政などの施設」「行政などのサービス」「その他」、となっていました。

そして、この二つのアンケート同士の相関を計算したわけです。計算結果は、だいたい次のようになってました。全体的な傾向として、ストレスの低いお母さんは、自分の家族とか身内の人に、心配事や悩みなんかを相談して、ストレスを解消されておった。それから、友だちや、子どもさんの担任の先生にも、いろいろと相談することが多いという傾向がありました。

反対に、ストレスが高いお母さんはどうやったか。こういう人たちは、行政などの社会的サービスに、支援を求めていることが多かったんです。

この結果からは、いろんなことが考えられると思います。まず、お母さんのところが安定して、精神的な健康を保っていられるためには、身近に、あたたかいところの通い合いが持てる人の存在が、非常に大切やということ。やっぱり、いちばん重要な役目を果たさなければならんのは、旦那さん、と言うたらあんまりよくないかな、今は。夫ですね。夫の存在やふるまいが、妻たるお母さんの精神状態を、ものすごく左右すると。

夫のサポートがしっかりしてる妻は、少々のことであっても、がんばって乗り越えていけるんです。そのことは当然、子どもさんにもいい影響を及ぼす。私が以前に行った、別の研究によりますと、障害児をもつお父さんとお母さんとは、健常児の場合よりも、子育てに対する2人の考え方や態度に、食い違いが起きやすいことがわかってます。つまり、どちらかが子ども中心の態度で子育てをしていると、どちらかはその反対に、大人の価値や都合を優先して育てると、こういうことになりやすい。こういう関係は、なかなかうまくかみ合わない。夫婦間に不和が生じやすくなります。

夫が妻の言いなりになればええんかちゅうたら、決してそんなことはありません。うまくバランス取りながら、夫は妻の言うことによろ耳を傾けて、心理的にサポートすることが大事です。お父さんには、お母さん以上に、精神的に安定していることが求められるんです。

それから、お父さんは、お母さんのよき相談相手になることも大事ですが、それと同じくらいに、家事労働にできるだけ積極的に参加することも必要になると思います。お母さんが、子どもさんの障害に強い不安を感じていたり、「もっとよくなるんやないか」という大きな期待を持っていたりすると、どうしてもお子さんを連れて外出することが多くなります。できるだけええお医者さん、ええ先生にめぐり会って、この子をもっと良くしてもらいたい、と願って、積極的になるわけです。

そうすると、お父さんに、もっと家事を分担してもらいたいなあ、ちゅう思いが高まります。布団の上げ下げとか、庭の手入れとかの力仕事、それから切れた電球を替えたり、ドアの立て付けの悪いところを修理するなんていうのは、お父さんの出番であることが多いわけで、そういうのは、ヨッシャ、言うて引き受ける人がけっこういてはると思いますが、子どもさんに手がかかるお母さんとしては、それ以外にも、ゴハンの支度とか後片づけ、買い物、掃除、洗濯なんかの、日常の家事一般も分担してもらえたらありがたいなあ、と、こう考えることが多いんですね。

お母さんが専業主婦やと、「そなん、オンナのお前がすることやろうが」、こないになりがちかも知れません。でも、そう言うてしもうたら、ちょっとお母さん気の毒なんです。子どもさんにもいい影響があるとは思われん。お母さんやって、サボっとるわけやない。一生懸命なんやから、そこのところを汲んであげて欲しいと思うんです。

「女性の社会進出」ちゅうのは、こういうことは自体が何やら古くさく感じられるほど、当たり前のことになってるように思えます。まだまだ不十分や、言うて、例えば「たけしのTVタックル」なんて見てますと、田嶋陽子さんあたりが鼻息荒くお話しされてますけど。「鼻息が荒い」いうのはセクハラ発言になるんかな。まあええわ。

女性やお母さん方が、もっと社会に出ていって、今よりさらに活躍の場が広がるのは、私も結構なことやな、と思います。どんどんそうならええ。でも、そうならなっただけ、男性、お父さんが、いま以上に家庭に帰って来なければなりません。

「男は仕事、女は家庭」という考え方が崩れてきて、「男は仕事、女も仕事」になって来た。家庭が消えてます。その結果、ものすごい問題がそこら中で起き始めてる。「男も女も、家庭と仕事」というようにならんとダメですね。お母さんが忙しいんやったら、お父さんが早うに帰ってくる。お父さんが仕事に行くとる間は、お母さんがちゃんと家庭におる。誰かが家庭にいて、きちんと子どもを見ているようにしなければイカンと思います。これは子どもが障害児かどうかなんて関係ない。

いまは男も女も、大勢の人が家庭をほったらかして仕事ば一っかりしてます。子どもを犠牲にして、その上に経済的な繁栄が成り立っとるんです。その結果、何が起きてるか。家族が崩壊してます。子どもがまともな育ってない。社会がメチャクチャになっとる。こういう中で、いくらお金を稼いでも、モノが溢れとって、なんの意味もないんやっちゅうことを、多くの人に現実問題として考えて欲しいと思いますね。

ひとつ前で、障害児がいる家庭の夫婦協力のことを考えましたけど、そのことが、実はすべての家庭について意味を持ってるんです。夫婦が、ちゃんとコミュニケーションして、支え合って家庭を築いていく。そのことでお母さんの心理的なストレスはほとんど解消されるし、子どもにも当然いい影響がある。

いますでに、日本はどえらい不景気です。先が見えない。回復の兆しが無い。そういう中で、さらに多くの人意識が家庭へとかえっていったら、これはさらに経済的なマイナス要因になるのかも知れません。しかしね、目先の利益に惑わされたらイカンのです。

いま以上に家庭と子どもをほったらかしにして、必死になって、カネ稼いで、どうにかプラスの経済成長が回復できたとする。でも、その時に、みんなのところがもっともっと貧しくなっていて、社会が完全に崩壊し、日本という国がこわれてしまっていたらどうな

るんですか。それこそ元も子もない。これは、決して絵空事やないですよ。きわめて現実的な問題。ものごとを近視眼でみたらダメなんです。

さて、ちょっと話を変えますけど、ストレスが高い障害児のお母さんは、公的サービスを利用することが多かった、ということでした。行き先は役所の福祉課とか、児童相談所とか、民間の教育・福祉施設とか、いろいろあるだろうと思います。

夫とか、身内に、悩みや心配事などを相談「できない」のか「しない」のか。それはたぶんお母さんによって事情がさまざまだろうと思います。しかし、共通してるのは、そういう方々が、たいていストレスを強めている傾向がある、ということですね。これが言えることの一つ目。

そして二つ目に言えるのは、そういうお母さん方が、公的なサポートサービスの場に出かけていきますが、それでもなかなか高いストレスは解消されないらしい、ということです。

支援に関わる職員やスタッフの方にも、いろんな方がおいででしょうから、十把一絡げにしてものを言うことはできん。ただ、こういう調査結果から想像するに、他人が、身内並みに親身になって、お母さんを支えるというのは、なかなか難しいということはあると思うんですね。そらまあ、無理もないと言うたら無理もない。スタッフの方にも、プライベートな生活がありますから。やっぱり生活に影響のない範囲で、というか、そのための糧を得るといった目的のために、「役目」として、「仕事」として、お母さんと関わることしかできん、それが当たり前なんや、という現実がある。家族や身内と同じにはなり切れんという限界が、どうしてもあるんじゃないでしょうかね。

しかし、そういう公的な支援システムしか、頼る先はないという、せっぱ詰まった状況を抱えたお母さんが多いことも、これまた事実だと思います。だから、ここで、職員やスタッフの方に求められるのは、何をあいても、お母さん方のこういうこころの痛みを受け止めて、分かち合うというような、あたたかい無私のこころと言えるでしょうね。

時間的にも空間的にも制約がある中で仕事をなさってるわけですから、効率よくかたづけしていくことも重要だと思います。しかしそれはあくまでも、お母さん方への支援をよりよいものにするという目的のために考えられるべきことであって、たんに数をこなすためとか、定時に帰れるようにするため、とかっちゅうんやったら、お母さんたちは救われませんねえ。結局ここでも、人と人との、本当の意味でのコミュニケーションが求められるわけなんです。

## 子どもはどうなった 1

「子どもがマトモに育ってない」って言いましたけどね。お母さん方、どうですか。「うちの子に限って、そんなことないワ」と思われますか。それとも、「そうなのヨ、うちのなんてトンチンカンでね、手に負えないの。もうあきらめたわ」と、こないに思われますか。

現代の、日本の子どもがものすごく問題を抱えているということは、テレビやら新聞やらで、まあほとんど毎日なんらかの報道をしていますから、そういうことには、お父さんもお母さんもけっこうくわしいでしょう。いちいちのケースを取り上げとったらキリがありませんから、ここで、よく目立つものをちょっと整理してあげてみようかと思います。

1998年のことでしたが、文部省が、中央教育審議会の答申の中で、「日・米・中の高校生の規範意識」という、アンケート調査の結果を公表しました。これは、普通やったら「そんなことしたらイカン」と思えるような行動について、それをするかせんかは「本人の自由や」、言い換えたら「したかったらしてもええ」と答えた高校生の割合を、日本・アメリカ・中国で比較したものです。

これ見ますと、日本の高校生ムチャクチャなんです。特にひどいのを並べてみましょうか。

先生に反抗する、かどうかは本人の自由、と答えた高校生。日本、79%。アメリカ、15.8%。中国、18.8%。すごい差でしょ。他にも、もっとある。

親に反抗すること。これが本人の自由や、と言うのは、日本、84.7%。アメリカ、16.1%。中国、14.7%。学校をずる休みすること。日本、65.2%。アメリカ、21.5%。中国、9.5%。決定的なのは「売春など性を売り物にすること」という質問。高校生で言うたら、つまりエンコー、援助交際ですね。これは、日本、25.3%。4人にひとり以上が「してもええやんか、したかったら」と言うてる。中国、2.5%。せいぜい五十人にひとり程度。アメリカはどうか。「調査せず」です。「売春八、本人ノ自由ダト思イマスカ?」。ホワット? ナニ聞イトンデスカ、アナタハ? イミワカリマセン。質問自体が成り立たない、アメリカでは。そんなんあり得ない。売春を、好きこのんでするなんちゅうことは。日本ノ女ノ子ハ、ソナコトシテルンデスカ???

もう数年前のデータですから、いまじゃ、日本の高校生の意識は、さらに悪くなってるんじゃないでしょうか。アメリカや中国との差が、もっと開いていることも考えられる。ア

アメリカや中国が、当時より悪くなってることも、あり得ることですけど、それにしただって日本に追いつくのは並大抵やないでしょう。

「センコー？ オヤジ？ オフクロ？ 何でそんな奴らの言うこと聞かならんねん。うるせえな、ほっとけっちゅうんや。オレ、もしくはアタシの好きなようにして、何が悪いんや」と言うわけでしょ、つまりは。そういう子が、十人おったら八人以上いるわけです。残った子やって、どうなるやわからん。周りがみんなそうなんですから、自分だけええ子になってお父さんお母さんの言いつけ守るなんて、アホらしくてやってられるかとなるのが、まあ自然の成り行きですよ。つまり、日本では、親の言いつけを守ることがええことやなんて思う子は、ほとんど皆無に近い、ちゅうことなんです。

こうなったら、しつけなんて、どうやってできるんですか。教育に意味あるんですか。親子関係、大人と子どもとの関係が、ほぼ完全に崩壊してしもうてる。

これは、親子のコミュニケーションが、まったくなくなってしまったということですよ。ことばは交わされてるかも知れん。「ゴハンよ」とか「勉強してんの？」とか。「お金ちょうだい」とか「ケータイ欲しいんやけど」とか。でも、ここるところのやりとりが失われてる。情動の共有がない。うれしい気持ちや悲しい気持ちの分かち合いがないんです。

子どもが、大人に気持ちを開かないんですね。「言うこと聞かんでもええ、反抗してもええ」ちゅうのはそういうことです。お小言はもちろん、忠告やアドバイスにも、耳を傾ける気がない。まったく心を閉ざしています。そして、自分に都合のええ時だけ、トクになることだけ、親や大人を利用する。親をはじめとする他人は、まあ、「モノ」なんです。意味のある、生き生きとした他者としての存在感が、感じられてない。

しかし、本当のコミュニケーションができないことは、人間にとってものすごい重大なストレスをもたらすんです。障害児のお母さん方が感じるストレスを長いこと研究してきて、このことがわかりました。身近な人とのコミュニケーションができないと、生きる喜びも希望もなくなってしまう。生きてる意味がわからない、感じられない。大げさやなくて、コミュニケーションできるかできんかは、人間にとって生きるか死ぬかの問題でもあるんです。



## 子どもはどうなった 2

実際、いまの子どもたちには、生きる意味も、希望も、ほとんどないんです。そういうことがまた、データで明らかになってる。

2001年の7月にね、文部科学省の外郭団体である「日本青少年研究所」ちゅうところが、日本・アメリカ・韓国・フランスの中高生を対象に、意識調査をしています。いろんなこと質問してますけど、例によって日本の若者の回答は、まあ、あきれてものが言えんようなシロモノ。どこの新聞でも取り上げたんで、ご記憶の方もおいでかと思います。しかしまあ、近頃はニュースも賞味期間がものすごく短いんで、1週間もしたら、誰も問題にせんようになったようですけど。

例えばその中に、「生きる目的は何か」という質問があった。これに対して、日本の若いのは何と答えてるか。6割がですね、「楽しむことや」と言うてるんです。ラクして楽しんだらええ、それが人生の目的やと言うのが、五人おったら三人。何ですかこれ。こんなんがええ若いモンの言うことかと、私は思いますけどねえ。しかも、こういう徴候は、早くも小学生のころから芽生えてます。小学生が、「ワタシの将来知れたもの」と、人生に早々と見切りをつけとる。あとはできるだけ楽ができたらいいと。「甘えるんじゃねえ！」って、叱りつけてやらないけませんよ、ホントは。

アメリカの若者はどう言うてるか。「高い社会的地位や名誉を得ること」と答えたのが4割です。だいたい2人にひとりはそのように考えてる。健全ですよ、アメリカ人は。同じように答えた日本の若いのは、何人おったか。これあんまりひどくてね、もうひっくり返りそうになりましたけど、1.8%ですよ。百人おっても、その中に二人おらん。高校の、1クラスに1人いない。学年全部を寄せ集めてやっと4、5人、学校全部でも十人越したらまあまあという割合です。残りの約99%は地位も名誉もいらん、って言うんやから、「人生ガンバラな」とか思うてる子は、よっぽどの変人あつかいされてるでしょう、おそらくは。えらくなりたくなんかない。みんなから尊敬されんでも、認められんでもええ。金持ちにも、別になりとうない。ただ毎日が楽しくて、ラクに生きられれば、それが人生の目的やと。十代の若者が、こんなテイタラクなのは、世界広しと言えども日本だけです。

この結果とね、さっき紹介した、「親や先生の言うことには逆ろうてええ」という結果とをくっつけたら、どうなるか。大人が何を言うても、どうしつけても教育しても、ほとんど効果がない、ということですよ。例えば、いいか悪いかはともかくとして、「有名大

学に行って、大企業に就職しなさい」ちゅう励ましやら期待やらが、子どもにとっては、まったく意味を持ちません。「したくないワ、アホらしい。しんどいだけやないの」と言われてオシマイ。いや、反論するんやったらまだマシかな。そもそも反応せん。とりつくシマがない。豆腐にカスガイ、ヌカに釘。ノレンに腕押し、ウマの耳に念仏。コミュニケーションが、完全に切れてます。

親はこういう我が子をどう思うてるか。データの紹介が続きますけど、もう少しだけ。文部省の、やっぱり1998年の調査で、「子どもの成長への満足度」というのがあります。日本とアメリカを比べてみましょうか。これは、「子どもの成長に満足している」と答えた親御さんの割合を示しています。文で書くとジャマくさいので、表にします。

表1 子どもの成長の満足度（文部省，1998）

「子どもの成長に満足している」と回答した者の割合

	日 本	アメリカ
0～3歳	68.7%	93.1%
4～6歳	53.7%	88.5%
7～9歳	47.3%	82.8%
10～12歳	36.3%	84.5%

どうですかこれ。日本の親は、子どもがハイハイやよちよち歩きの頃から、すでにアメリカより満足度が低い。そして大きくなるにつれて、「順調に」低下していく。中高生段階の数字はないんですけど、まあ、推して知るべしですわ。満足度が上昇するようなことは、まずあり得ない。「ええ子に育ったなあ」って思える親御さんは、せいぜい2割か1割ちゅうことでしょう。もっと少ないかも知れん。

子が親とコミュニケーションせん。親も子とコミュニケーションせん。どっちが先か。ニワトリが先かタマゴが先か。でもねえ、子育てはやっぱり親の役目なんですから、親の責任が重大なんですよ。

引きこもりの話、前にもしましたけど、子どもたちや若者、最近はいえ歳の大人もそうですが、そういう人たちが百万人も、部屋とか家とかから出てこない。こんな、世界でもまれに見る現象は、根っこの部分に、いま見たような親子関係や家庭環境、教育環境があるんですね。いろいろな現象をつなげて、総合的に見ると、「ああ、こりゃ引きこもりが起きて当然やなあ」と、思わざるを得ない。

こころの交流がない、コミュニケーションが切れてるというのが、決定的です。

しかし、「これじゃ引きこもって当然やなあ」と、つい考えてしまうことと、「引きこもってええんや」と肯定することとは、ちょっと話が違うと思うんですね。どうも、近頃の、引きこもりについての報道やら本やらに接すると、引きこもりを積極的に肯定する人が増えてるような雰囲気を感じてしまう。

しかもですね、精神科医とかカウンセラーとか、そういう、世論をリードしていく立場にある方々が、それに近いことを言わはる。その人たちに聞けば、「いやいや、肯定なんてするわけないでしょう」とおっしゃると思います。しかし、本などに書かれてることからすると、だいたいそうとしか読みとれない。

事例出したら悪いんですけど、たとえば、田中千穂子さんという方の書かれた、『ひきこもりの家族関係』という本があります（講談社＋ 文庫・2001年）。この本にかかっているオビには、赤く大きな字で、「『ひきこもる』ことはそんなに悪いことなのか!？」と書いてある。これを見たほとんどの人は、「田中さんという人は、引きこもりがええことやとやうんやな」と思うでしょう。この方、カウンセラーです。しかも東大の先生。世間に対して、ものすごく影響力つよいですよ。本やって、もう何冊も出してはる。世の中の「引きこもり観」を作ってる中心人物であることは、間違いない。そういう人が「引きこもり、悪いんか？」と言わはる。これは言い方かえたら、「どこが悪いんや、文句あるんかい」ちゅうことでしょ。そこまでこわい言葉づかいしてへんけど。

他にも新しいところでは、手元に『「ひきこもり」たい気持ち』という本がある（角川書店・2001年）。これ書かれたのは、梶原千遠さんという、やっぱり臨床心理士、つまりカウンセラーの方です。ただ、どこにもプロフィールがないので、どういう方なのかは分かりません。

梶原さんは、本の中で、何度も「『ひきこもり』たくなる気持ちは、誰にでもある」と

書いてはる。でも、これは自慢でも卑下でもなく言うんですが、私の中には、「ひきこもりたい」なんちゅう気持ちは、これぼっちもない。どこさがしたって、ひとかけらもありません。私の家族とか、研究室に出入りしてる弟子にも、おそらくみじんもないと思います。そうとしか見えん。私も心理学者やから、見立てにそうそう狂いはありません。だから、「誰にでもある」ちゅうのは、はっきり言うたらウソですわ。そのウソが、本として出版されて、世の中に出回ると。これすなわち情報公害です。別に梶原さんに個人的な怨みがあって言うてるんやないですよ。当たり前ですけど。

自分の子が引きこもってしまってる、ちゅうような親御さんはね、もう困り果ててると思います。ええ若いモンがね、部屋から出てこん。勉強するでもなし、遊ぶんでもなし、とにかく閉じこもって、何にもしとらんらしい。下手にドア開けようもんなら、何されるやわからん。モノが飛んできたり、カベ殴りつけて大穴こさえてしまいよったりする。どこにも、誰にも相談できへん、こんなんは。

こういう、せっぱ詰まって、八方ふさがりで、追いつめられた親御さんが、必死の思いでカウンセラーを訪ねるわけでしょ。それで相談すると、まず最初に、「引きこもりはね、悪いことやないんですよ」と言われる。まあ、中には、その一言でホッとして、心理的に楽になる親御さんもいてるでしょ。そういう人には、そんなふうに言うてあげることも必要かも知れません。つまり、「方便」ちゅうことですよ。方便で言うてあげることとね、マジで「引きこもりはええことなんや」って考えるのは、全然ちがうでしょ。わざわざ本を出版して、「引きこもりは悪くない」ちゅう考えを広めるのは、マジで「引きこもってええんや」と思い込んどることやないですか。これじゃ、引きこもりがちっとも減らんで、ますます増えるのは当たり前でしょう。カウンセラーのお墨付きもろうたんやと。

「現役ひきこもり」言うて、『ひきこもりカレンダー』（文春ネスコ・2001年）を出した勝山実さんは、本の中で、「カウンセリングを受ければ受けるほどひきこもりは悪化する」って書いてる。どうなっとんですかこれ。カウンセリングの根本を考え直さなイカンのやないですか。

「引きこもり？ なに甘えとんやこのアホたれが」って、叱りつけてやらなイカン子も、中にはおると思いますけどね。引きこもってる、ちゅう現象にばかり目を奪われないで、その子のころにもっと迫る努力をする必要があるんです。まあ、部屋から出て来んようになってもうたら、なかなか難しい。やっぱり、その前段階の子育てが重要ということですね。

人間には、人間にしかない、「他者を求めるころ」というものが備わってます。これは生まれつきそうなる。動物にはないんです、こういうところは。こんなふうに言いますとね、だいたいウケが悪い。特に、動物好きの人はすぐに機嫌が悪くなる。うちのちゃん、まあ例えばイヌですね。　　ちゃんなんて、そこらの人間よりずうっと人間らしいんですからネ、バカにしないでちょうだい、と、まあこんな感じ。

そういう人には、もう何を言うてもムダなんでね、「ああ、そら結構ですねえ」言うて、話を合わせてあげる。方便ですよ。ホンマは違うんやけど、その人怒らせたり、がっかりさせたかて、いいことが一つもないんなら、ニコニコしてうなずいてあげた方がええということです。

とにかく、人間には動物にないところがある。私は「感情」ということばを、心理学的な意味で、そういう、人間に独自のところとして使ってます。この感情が、人の喜びは我が喜び、人の悲しみは我が悲しみ、という「ころ」なんですね。私は「人の心を感じるころ」とも呼んでます。

感情は、情動と対になっています。感情は、他者に関いたところで、情動は自分に向いたところ。つまり、ころは二重構造になっている。こういうふうに、ころが二重になっているのは、あらゆる生き物の中で、人間だけなんです。

動物にも、情動はあるんです。例えば、ネコのヒゲをギュッと引っ張ると、「フーッ」ちゅうて怒る。早う手を引っ込めんと引っかかれる。これは喜怒哀楽の「怒」の情動です。もうちょっと詳しく言えば、情動の一部である「情緒」の中の、怒りの情緒。

動物には、他者のことを思いやっけて、自分の情動を抑えたりコントロールしたりするというころの働きはありません。つまりそれは、私のことばで言う「感情」の機能がないということです。

アメリカで、世界貿易センタービルに飛行機が突っ込むというテロ事件があって、何千人もの人が巻き添えを食うて亡くなった。あそこに入っていた企業の社長さんがテレビのインタビューに答えてました。部下が何十人も行方不明になってると。その人たちの家族は、今どんな思いかと言うて涙を流してる。実は、自分の弟もどうなったかわからんのやと。ホンネを言うたら、ワタシやって一番に弟を捜したい。でも、部下の家族のことを考えたら、自分だけそないなことしとるわけにイカンのやと。もう涙で詰まってしもうてこ

とばにならん。字幕にそう出てる。社長という立場もあるでしょうけど、それだけで言う  
とることやないですよ。同じ人間同士として、自分だけがよければええちゅうことはない  
んやと訴えてはったんです。

動物には、絶対にこんなことないでしょ。どんなに賢いイヌでも、サルでも、クジラで  
もイルカでも。恐かったら、とにかく自分だけがサッサと逃げる。怒りや悲しみの情緒が  
起こったら、見境なくプチ切れる。自分の子どもくらいは、かばうことがあるかも知れん。  
でもそれは、単に「種の保存」という本能に基づいた行動に過ぎません。仲間がどうなる  
うと、そんなのは知ったこっちゃないですよ、動物は。人間だけが、他者を思いやって、  
自分の情動をグッと、必死になってこらえるという感情を持ってるんです。

情動と感情は、対になっていまして、どっちかが、ガーッと大きくなると、反対側はど  
うしても小さくなります。決まった量の空気が入った二つの風船がつながるとのを想像  
してもらえれば、だいたいイメージをつかんでもらえるんやないでしょうか。両方おなじ  
くらいに空気が入っていれば、うまくバランスがとれてる。片方がやたらふくらむと、も  
う一方はどうしてもしぼむことになってしまいます。大きくなればなるほどええんかと言  
うたら、そうでもなくて、あんまりふくらみすぎたら破裂してしまうかもわからん。やっ  
ぱり、ほどほどがいいわけです。ホドホドに、お互いバランスをとることが大切。

感情がそなわっとるのは人間だけですから、これこそが、動物と人間とを分ける、最大  
のポイントです。

ニンゲンとドーブツが違うところは何でしょう、ちゅうて、いろんなことを考える。ハ  
イ、二本足で立って歩くこと。はあ、なるほどねえ。ハイ、ことばを話したり、書いたり、  
読んだりできること。ふーん。ハイ、道具を上手に使ったり、自分で新しい物を作ったり  
すること。アッそう。

それじゃあ何ですか、アナタは、生まれたばかりの赤ちゃんはニンゲンやないと、こ  
ない言わはるわけですね。どれ一つとして出来ません、赤ちゃんは。それから、何らかの  
障害があって、歩けなかったり、しゃべれなかったりしたら、それもニンゲンでないこと  
やと。え？ そりゃ違う？ でも、いままでの話をまとめたら、そうなりますよ。

実際、人間は生まれて3歳までは動物と一緒にやと、こない言う人がおる。「三つ子の魂百までも」や、ちゅうて、この時期にはとにかく大人が有無を言わず叩き込んで、教え込めと言う。どうせ大きゅうなったら覚えとらんのや、どつこうがつねろうが、言うこと聞かんヤツはそうして仕込んだらええ。学者やら文化人やら、芸能人までもがマスコミに出てきて、エラそうにしゃべってます。

アホなこと言うたらいけません。こんなん抜かすんはどいつもこいつも大タワケです。自分がドーブツ的なニンゲンでしかないもんやから、みんなを巻き添えにして、全人類ドーブツ化計画を進めよる。冗談じゃありませんよ。ドーブツは自分だけにしとけと。そう言うこと言う人こそ、どつて仕込んでやらないイカン。

生まれたばかりの赤ちゃんがね、いちばん、最高に人間らしい人間なんです。大人が逆立ちしたってかなわない、すばらしい人間性を備えとる。

どうしてそんなことが言えるんか。それは、情動と感情の、二つのこころの風船が、完全にバランス取れとるからです。両方が、ほどよく同じ大きさになって、つりあっとる。たとえば、お腹空いた、オッパイちょうだい言うて、ワアワア泣きますね。お母さんの都合も、昼も夜もない。とにかく、今ハラへったんや、早く飲ましてえ、って矢の催促。これは、生きようとする衝動が突き上げてきて、情動を動かすんです。別にワガママやゼイタクで言うてるんやない。その証拠に、欲求が満たされればたちまちご機嫌になります。「お母ちゃん遅いやないか、いつまでボクをほっとくんや」とか、飲んだ後でも不機嫌になっとるようなことは絶対はないでしょ。こんな気持ちが出てくるのは、2, 3歳を過ぎてからの話。オムツが濡れて気持ち悪い時も同じですね。サラッと気持ちええのにしてもらえれば、もうニコニコしてる。「ワタシの可愛いおしりがカブレたらどうすんの！」ちゅうて怒る赤ちゃんはおりません。

もし、欲求を訴えても、それが満たされんかったら、だんだん弱って死んでしまう。静かに、スーッと。だれも恨まん。憎みもせん。何でボクだけこんな目に遭うんや、とか考えない。静かにあの世に行く。生きること、自分の命に執着がないんです。一生懸命に生きようとはしますけど、一切こだわってない。これ、すごい境地なんですよ。今の若い人なんて、正反対のがおる。与えられた自分の人生を一生懸命に生きようとしてないくせに、執着やこだわりだけはものすごい子。これは人間としてイカンことです。

それからね、赤ちゃんは、誰に対してもこころを開いてます。選り好みしない、差別しない。人見知りが始まるころまでは、だれと目が合っても、顔だけやなくてももう全身で、一生懸命にニコニコするでしょ。街あるいてたらみんながよけて通るような、凶悪な顔した人でも、上手にあやせば大喜び。そして、他人の情動に、ものすごく敏感に反応します。こころがピーン、ピーンと響いていく。赤ちゃんの横で、けわしい顔してブツブツ口げんかしてご覧なさい。赤ちゃんはもう不安でいっぱいになる。おそらく泣き出します。ことばが通じるかどうかは、関係ないんですね。即座に、情動が伝染する。反対にお父さんとお母さんが仲良くして、お互いにいつでもニコニコしてれば、赤ちゃんも自然にゴキゲンになります。こんなふうに、赤ちゃんのこころは、いつでもどこでも、だれに対してもフルオープンです。これはつまり、コミュニケーションの、最高のかたちと言うこともできますね。赤ちゃん以上のコミュニケーションができる大人は、まずいない。少なくとも、私は出会ったことがない。

こんなふうにね、赤ちゃんは、情動と感情とが、完璧にバランス取れてます。一体化しとると言うこともできる。情動と感情という、二つで一つのこころが、本来の姿で、本来の働きをしとると。

人間の精神というものは、「こころ」だけではありません。その上に、熱い・冷たいとか、おいしい・まずいとか、ええ匂い・くさいとか、そういう「感覚」の機能がある。そして、まずいモン食うたら吐き出すとか、寒かったら服をたくさん着たりそこらをマラソンしたりするとかして、感覚に応じた「運動」を起こす。運動がまた感覚に影響を与える。こういうのは「からだ」の働きです。

それから、ものを考える「認知」の機能があって、考えたことをしゃべったり書いたりするために「言語」を用いる。これは「あたま」の働き。

そして、今までの心理学ではあまり整理されてないことなんです、自分がこうしたいとか、自分としてはこう思う、というような「自我」の機能があって、これは認知よりも一段上の機能です。認知をコントロールする働きとも言える。また、自分にとってはええことでも、それが社会的に受け入れられない時はしないとか、逆に、やる気がなくても、みんなが期待しとったらがんばろうとかするのは「人格」の機能。こういうのは、人間としての「たましい」の働きです。



ちょっと整理しますね。精神には、順番に言うて、「こころ」「からだ」「あたま」「たましい」という4段階があるんです。そして、こころは「情動 - 感情」、からだは「感覚 - 運動」、あたまは「認知 - 言語」、たましいは「自我 - 人格」という二重構造になります。

さらに、情動・感覚・認知・自我、というのは自分自身に関わる精神の働き。そして、感情・運動・言語・人格、というのは、他者や、社会に関わる精神の働きです。私は、自分に関わる精神の働きを、まとめて「自己」、他者や社会に関わる精神の働きを、まとめて「他己」と名付けてます。

くどいようですが、心理機能がこうやって二重の構造になっているのは、あらゆる動物の中で人間だけです。何でこないに繰り返すのかちゅうたら、私はもう十年近くこのことを言い続けて来とるんですが、いまだに理解してくれん人が多いからです。特に、学者やエライ人、まあ、ホント言うたらちっとも偉いことないんです、自分でそない思うとるだけ。ハダカの王様ですわ。ま、別にええんですが、そういうね、とにかく世の中に影響力もつとる人に、ぜんぜん通じない。近所の、無名の人々の方が、ずうつとようわかってくれはる。人間の善し悪しは、知識の量にぜんぜん関係ない。

たとえば、サル学者の人がね、サルも人間も同じ心を持つとんやと言う。裏庭にアナ掘って、その中に向かってひとりで叫んどるんやったらええですよ、別に。好きなだけ言うたらええ。でもね、テレビやら新聞やらに出てきて、そういう考えを世の中に広めるでしょ。ひどい人になると、サルの方がよっぽど「人間らしい」とか、わけのわからんことを言う。やっぱり大学の先生とかがそないに言うたらね、みなさん信じるやないですか。テレビ番組の司会者も、目玉ぐるっと回して感心して、「そうですねエ、人間もサルを見習わんといけませんねえ」とか言う。台本にそない書いてあるんでしょうけど。アホ違うかホンマに。見習いたかったらお一人でどうぞと。人間がサルを手本にするようじゃオシマイやないですか。

別に私、動物が嫌いで、憎くて言うとるんやないんです。誤解される方がおいでかも知れませんが。ただね、動物には動物らしい対応をしましょうと。人間とは人間らしい付き合い方をしましょうと、こういう当たり前のことを言うてるんです。私の家には、イヌもニワトリもハムスターもキングヨもおります。ちゃんと世話して、かわいがってますよ、

動物らしゅうね。

だいが寄り道してしもうた。自己と他己からできあがってる精神には、実は見えない土台があります。それは「無意識」です。人間が無意識の世界を持つとちゅうことを疑う人は、まあ、ほとんどいない。でも、その意味を明らかにして、正当に評価している人となると、こりゃあだいが少ないでしょうねえ。

例えば、むかしフロイトという有名な人がおった。現代の精神医学は、程度の違いはあっても、ほとんどがこのフロイトの影響を受けてます。この人は、いろいろな精神の病気が起こるのは、厳しいしつけやら社会道徳やらで、この無意識が抑え付けられていることが原因やと、まあものすごく簡単に言うたら、こう考えたんです。そしたら、その重石を取っ払って、無意識を解放したら、精神疾患も治るやないかと。カウンセリングとかは、ほぼ完全にこういう基本方針になってますね。

無意識は、自分で意識できんから、それこそ「無」意識なんですね。食事をしてから何時間もたつと、勝手に腹が減ってくる。食欲という、一つの情動が起こる。「ハラ減ったなあ」という思いは、意識できますね。しかし、この意識がどっから来るのか言うたら、これはわからん。何でハラが減るんやろ、そりゃハラが減ってるからや、ちゅうて、それじゃ答えになっとらん。そんな意識もたんとこう、といくら思ってみても、どうにもなりません。次から次へと湧いてくる。意識せんようにと思えば思うほど、アタマの中はメシのことでいっぱいになってしまう。隣りにおるヤツの顔が肉まんに見えてくる。

無意識は、意識化できないからこそ無意識です。ということは、意識化されて、本に書かれたり、大学で講義されたりする「無意識」ちゅうのは、ホンマは無意識でも何でもなし。無意識のことを本当に正しく扱える思想は、唐突なようですが、実は宗教だけです。ずっと前に、科学ではわからんことがあると言いましたけど、それはことばを換えたらこういうことなんですね。人間の精神の根本的なところは、科学では及ばない。

私も、無意識を心理学的に仮定してますけど、それはあくまでも、いちおう言うてるだけ。これが無意識や、ちゅうて見せるわけにはいかない。

さて、この無意識も、自己と他己に分かれています。私は自己の方を「個人的無意識」、他己の方を「集合的無意識」と名付けてる。まとめては、「むいしき」とか「ずいしき」とか言うてます。こうしてくると、人間の精神は、自己と他己の二本立てで、五層構造になってると、モデル化して言うことができます。

表2 人間の精神構造モデル

	自 己	他 己
4．たましい	自 我	人 格
3．あたま	認 知	言 語
2．からだ	感 覚	運 動
1．こころ	情 動	感 情
0．むいしき	個人的無意識	集合的無意識

精神の二本立て五層構造を表で示すと、こうなります。精神機能は、こんなふうに分けて考えることができますが、もちろん一つひとつの機能がバラバラに働くことはありません。すべてが密接に関係し合って、ひとつの心として存在しています。

人間の精神の成長には、自己が大きくなる時期と、他己が大きくなる時期とがあります。風船で言うたら、交互にふくらむ。もちろん、片方が大きくなってる時に、もう片方はまったく成長せんというようなことはありません。これは程度の問題です。よりウエイトがかかるのはどちらかと。

生まれたての時には、ころから上の機能は、まだそれほど十分には働いていません。意識のレベルで真っ先に働き出すのが、情動と感情。しかも、感情を持って生まれてくるのは人間だけですから、人間らしいあわれの基本は、この感情の働きにあるんです。だれに教わらなくても、人にころを開き、人を求め、人を愛そうとする。そういうころの働きを持って、人は生まれてきます。

さて、生まれたとたんに、赤ちゃんはひたすら一生懸命に生きていきます。余計なことは考えない。この時期には、自己がグッと大きく成長するんです。

お誕生日が近くなると、ハイハイが上手になって、つかまり立ちができるようになったりします。早い子は1歳前に歩き出す。ことばらしいものも言えるようになってきます。そうすると、親や大人の言うことに、とても素直に応じるようになる。「　　ちゃん」言うて呼んであげると、「アーイ」ちゅうて、手を挙げて返事したりしますね。何回でもリクエストにこたえてくれる。そして、大人のすることをよう見ている、一生懸命にまねをする。かわいいですねえ。子育ての経験がある方はようご存じと思います。この頃は、他己の成長にウエイトがかかっています。ころが外に向かって開かれてるんです。

さて、2～3歳ころに、第1反抗期がやってきます。それまで外向きやったころが、自分という内界に強く向いてくる。親や大人の言うとおりにとはなりません。別にひねくれた子になったんやなくて、それが精神成長の、自然の道筋ということです。自己が育つとるんです。第1反抗期は、一般的には幼稚園時代まで続きます。

小学校に入るころ、また他己が育つ時期がめぐってきます。ようできてますねえ。うまく育ちますと、親や先生の言うことをよう聞く、素直な子になれる。

そして、小学校も高学年ころからは、また自己の充実期です。思春期であり、第2反抗期。親から離れたがります。日曜の昼間とかに「どっかに買いもの行って、昼メシでも食おうや」って誘うても、ついこの間までホイホイ言うて喜んでついてきたのに、今じゃ「オレ行かない」「アタシ留守番」。だいたい、部活やら、友だちとの約束やらで、家におら

へん。スガタを見ることない。自然の成り行きですな。あんまりベタベタせんのがよろし。この後、青年期は、だいたい二十代半ば過ぎまで続いて、いよいよそのあと、精神的に成熟した大人の仲間入りをするというわけです。

大まかに言うて、自己が充実する時期には、自由が必要です。そして、他己が育つ時期には統制が必要。ただ、自由はすなわちほったらかし、統制いうたらギチギチに束縛するちゅうんやないですよ。だから「大まか」と言ったんです。親や大人としては、そういう態度が望ましい、ということです。そして、その根底には、親の都合を引っ込めた、無限の愛情が、これ絶対に必要。

いま、日本の子育ての現状はどうか。これも大まかな話ですけど、どちらかと言うと、逆をしとるように見えます。つまり、統制が必要な時期にほったらかして、自己が育つ時期にギリギリ縛り上げとる親が多い。これじゃあ、ムチャクチャになってまうのも無理ないんです。

子どもが小学校に入ると、ヤレヤレ子育ても一段落や、ちゅうて、放任してしまう。あさ早うに出かけてったら、午後まで学校やし、帰ってきてもどっかに遊びに行く。そうでなければ習い事に行かせる。まあ、それもええですけど、じっくり子どものこころに向き合って話を聞いてあげたり、家の手伝いをさせたりちゅうことが少ない。そのくせ、勉強とかだけにはうるさかったりする。バランス欠いてます。

中学校に入ったら入ったで、悪さしとらんやろか、ええ高校に行けるやろか、不登校にならへんやろか、いじめられて自殺せんやろか、ちゅうて、いちいち手出し、口出しする。ただでさえ親から離れたい時期なのに、ああじゃこうじゃつきまとわれてごらんない、早々と子どもは爆発しますよ、たぶん。

私の知った人でもね、息子さん、中学校の野球部に入っとる。毎日、暗くなってから、ハラ減らして、グッタリ疲れて帰ってくるわけですわ。するとその子のお母さん、「先に宿題せえ。晩ごはんはそれからや」言うて、子どもを勉強部屋に追い立ててまう。こりゃ殺生でっせ。あらゆる意味で逆効果。子どもはお母さんに対してムカムカ腹立てるだけです。実際、その親子関係は、もうむっちゃケンアクになっとりました。

おそらく似たようなケースが、結構あるんやないかと心配です。親とこころが通わなくなってしまう。親を求めない子が増える。

本来のぞまれるような子育てが行われないと、精神の二本柱、自己と他己とが、ちゃんとした二本柱にならないんですね。そうすると、子どもの精神全体、人間性全体が非常に不安定な、グラグラしたものになってしまう。

いろいろと困ったパターンがありますが、大きく見て、3つの型が考えられると思います。自己ばかり育て、他己が育たないもの。反対に他己ばかり育て、自己が育たないもの。そして、自己も他己も一応それらしく育ちますが、それぞれがしっかりとした二本柱にならないで、バラバラのフラフラになってしまうというもの。これらが病的なレベルにまで至ってしまうと、精神疾患を引き起こします。

私はもう十年ほど前に、この3つのパターンについて論文にまとめてます。「自己肥大、他己萎縮」が病的に進んだものが、精神分裂病、反対の「自己萎縮、他己肥大」が進んだのがうつ病。そして、自己と他己の統合不全でバラバラになっとんのが人格障害、こんなふうを考えられます。実際、それぞれの症状を詳しく見てみると、この説明にピタッと当てはまる。興味のある方は、最後にのせておいた論文を参照してください。なにがしか、お役に立てることがあると思います。

生まれて数年すると、どんな子でも、勝手に自己が育ってきます。「ボクがする」「アタシやりたい」言うて、ボクが、アタシが、ちゅう時期が、2, 3歳になったらおとずれる。そこでですね、いま、小さな子どもの子育てはどうなってるか。普通には、いわゆるノビノビ子育てみたいなのが流行ってるんですね。幼稚園や保育園でよく言うでしょ、「自由保育」って。

確かに、自由が必要なんですよ、第1反抗期のころは。しかしね、それは、ほったらかしにするとか、野放しにするとかいうこととは、イミが違う。いまの日本で、多くの幼児に与えられてるのは、自由やなくて自分勝手です。好きなようにせえという野放し保育。怒る方してるかも知れませんがね、幼稚園の先生とか。でも、これホンマのことです。たとえば私、幼稚園の運動会を見に行く機会がありました。そしたらね、「次の　　」、まあかけっこしときましようか、「次はかけっこでえす、出たい子は集まりなさい」と、こう言うてる、先生が。出たい子しか出ん。出たくない子は、そこらにしゃがんで地面にラクガキしとんです。これが運動会ですよ。私、ほとんど呆れてしもうた。こんな、「自由」と言わんでしょ。

そして、前にも言いましたけど、小学校に上がったら、また放任です。今度こそきちっとした統制が必要なのに、学校じゃ、ほとんどほったらかし。「自主性が大事」とか、言うてることは結構かも知れんけど、実状は単なる放任。教育しとらん。そして、家庭でも似たような傾向が強い。そしたらね、いつ、どこで、他己が育つチャンスがあるんですか、子どもに。どんなふうにしたら、友だちや先生が喜ぶんやろ、とか、小学生になったら、どない振る舞ったらええんかなとかね、お父さん、お母さんにはこうしてあげたいなあ、とか、そういう気持ちの育つ場面が、ほとんどない。

そのまま中学校に突入したらね、そら、「モハヤコレマデ」ですよ。手遅れと言うてもあながち間違いやない。ヘタに手出し、口出ししてごらんない、「うるせえんじゃオノレは」とか言われて、ゲンコツが飛んでくる。実際、小学校5年でそうってます。神奈川に住んどの私の弟子が教えてくれた話ですけど。近所の家で、朝、お母さんが「ちゃん、行ってらっしゃーい」ちゅうて、子どもに声かけた。そしたらその子、5年生の男の子ですけど、ナント家に向かってね、「うるせえな、オマエに言わたくないワ」と、捨てゼリフ残して学校に走ってった、ちゅうんです。もう、寒々として来ますよ。

するとね、自己ばっかり大きくなって、他己がしなびてる子どもが、どんどん増えるということになるわけです。「ジコチュー」というのは、つまりそういうことですね。公共広告機構が、「ジコチューを見つけたら、退治しましょう」とか言うて、コマーシャルしてますね。テレビや新聞で。退治もけっこうですけど、そのジコチューはどこから来るのか。そもそもジコチューが出んようにするのが先でしょう。クサイ臭いはもともと絶たなきゃダメなんですよ。

「ジコチューしてええんか？」と聞いたらね、小学生にでもなったら十人中八、九人までは「そらいカン」って答えますよ。口では何とでも言える。でも、その舌の根の乾かんうちに、自分が同じことしよる。わかっとたらせん、ちゅうようなもんやない。悪い、って知っててもするんです、人間は。エンコーしてつかまった裁判官いたやないですか。自分が裁かれてなんて言うたか。「クビになって当然、と思います」と。悪と知りつつ悪を為す、ちゅう、ええ例ですわ。いや、悪い例か。

ジコチューは、成長の過程で育つ。難しく言うたら、自己の肥大、他己の萎縮なんです。中学生くらいになってしもうたら、言うたくらいじゃ治りませんよ。

こうして、おおかたの日本人は、自己ばかりが肥大する。それに伴って、他己が枯れてしまうんです。自分のことしか考えない人間が、どんどん増える。そうなるって当たり前なんです。そうなるように子育てしとる。少なくとも、9割以上はそうなる。学校でも、他己を育てない。自己主張を第一に教えとるでしょ。「ガマンしなさい」とか「友だちに譲りなさい」とかは、ほとんど教えない。私の勤めてる大学には、現職の教員の方も大勢留学してきてますからね。その人たちと毎日つきあって、話を聞いているとようわかります、現場の様子が。

2001年、世界を揺るがした最大の事件と言え、アメリカに突っ込んだテロですね。このときの日本の対応はどうだったか。これ、後々まで言われると思いますよ。イギリスもフランスも、ロシアも中国も、アメリカをどう支援し、国際社会にどう貢献するか、その考えをいちばんに表明した。国民にもそのことを説明した、と思います。

日本政府は真っ先に何を言うたか。「日本人の安否の確認を最優先します」。そら、巻き添え食うた方、気の毒ですよ。悲惨きわまりない。でもね、安否の確認は、黙ってしたらええやないですか。身内の方とね、その人が勤めてる会社の方だけが知っとたらええことですよ。どこそこの誰それがまだ見つかつたらん、それをいちいち発表してね、テレビで延々と流した。そんなことして、何かプラスがありましたか？ ひとりでも多く無事に、助かりましたか？ 大きいこと言うたら、世界の平和に意味がありましたか？

日本人は、自分のことしか考えん、自分勝手な連中やということをおね、地球全土にふれて回っただけですよ。それだけの意味しかなかった。わざわざ、「私らホンマのジコチューですわ」言うて、自分らで宣伝する。何ですかこりゃ。

日本人の自己肥大が、ほとんど極限まで進んでいることを、よう表した出来事やったと思います。新聞とかで、「日本の対応はなってない」ちゅうて、怒った方もだいぶいてはりましたけど、そんな意見も、打ち上げ花火みたいなもんで、ドーンと上がってパッと消えてしもうたんが多い。

テロの話はこころでおいときますけど、とにかく日本人の自己肥大は、世界に例を見ないくらいにスゴイ。前にご紹介した、若者の意識調査見ても、ようわかります。何でそないになったかと言うと、それがええことやと思うて、みんなでセッセとそうなるように励んで来たんやから、その成果がちゃんとあがったんです。必然の結果なんです。何もいま



さら驚くことやないと言うこともできる。

自己がやたらと大きくなって、その結果、他己がなくなってしまふ。ゼロにはならないにしても、スズメの涙ほどになってしまふ。こころのレベルで言えば、情動ばかりがふくらんで、感情はほとんど圧倒されてしまふ。

そうすると、人の心がわからなくなります。「人の心を感じるこころ」がなくなるわけですから。他人が何を喜ぶのか、何を悲しむのかがわからない。何を考えとるんかわからない。すると、自分は人に対して無関心なのに、人が自分のことをどう思ってるのかだけは、やたらと気になります。

人からの好意的な視線は、ほとんど感じられません。それよりも、ワシのこと嫌っとんのやないか、憎んどのやないか、ハメたる思うて画策しとんのやないか、というように、悪い方に悪い方にと考えてしまふ。周りがいつの間にか敵になってしまひ、自分を脅かし、圧倒してくる存在に思えてしまふんです。

これが、病的な状態にまで高まってしまつたのが、精神分裂病と言えます。分裂病の重要な症状に、妄想、しかも被害的な妄想があります。誰だかわからんけど、一日中、ジッと私を見張ってる人がいる。どこに行ってもついてきて、絶対に逃げられん。今すれ違った人が、ワタシを見て確かに笑つた。あの人のも一味に違ひない。部屋にも、盗聴器や隠しカメラがセットされとって、鍵をかけてもカーテンを閉めてもムダやと。こういう妄想は、確信に満ちていて、家族や身内がどれほど「そんなことない」と言うて説得しても、まず効果はありません。前にも言ひましたように、分裂病の医学的研究はかなり進んでいませうので、お医者さんにかかれば、かなりよくなるこゝろが期待できます。

分裂病の発病までは至らなくても、今の日本人、特に若い世代には、他人からのマイナス的な視線がやたらと気になる人が、非常に多いと思ひます。ほとんどがそうやと言うても、さほど間違ひではない。それに対して、「もっと自分に自信を持って」、ちゆうような励ましがされるこゝろがありますが、これはまったく的はずれなアドバイスです。

今の日本人が、人目をやたらと気にするのゝ、「自分がない」からやありません。反対に「自分しかない」ために、自分が外界にむき出しになつていて、人からの視線を受け止められんのです。人が受け入れられない。そんなことしたら、自分が踏みつけられて、メチャクチャにされてしまふと思ひている。それがたまたまなくコワイ、ちゆうことです。

他己がちゃんとあって、感情機能、「人の心を感じるころ」が働いていると、人に心を開けます。そして、人の好意や愛情を信じることができます。何かトラブルがあっても、「大丈夫、ちゃんと修復できる」と、ポジティブに思うことができます。人を信じているからです。社会に身をまかせていられるからです。

オウム真理教の事件があったとき、超一流大学を出た医者やら弁護士やらが、「人を殺すことが善や」という、とんでもない教えをやすやすと信じて、本当にそれを実行しよった、ちゅうことで、世の中の人みんな愕然としました。そして、テレビのワイドショーに、「いまの教育では、人を信じるこしか教えん。もっと、子どもころから、疑うこを教えなきゃダメだ」と言うコメンテーターが出ておりました。司会者も、「うーん、スルドイ指摘ですねえ」と、相づちを打った。

何をアホなことを、ちゅうんです。冗談も休み休み言えと。考えが、まったく本末転倒してます。疑うことを知らんのやない。反対に、だれも信じることができないで、疑うこしか知らなかったから、ばかげた教義にあっさりとかブレたんです。「ソンスの教えに従えば、オマエも超能力者や」「世界制服のために働くんが救われる道じゃ」とか吹き込まれて、ええ気にさせられて、よし、この世をワシのモンにしたる、と思うて殺人を犯したんです。まさに自分しかない。人を信じるどころの話やない。だれのことも信じてなかったんです。他者とところを通わせてなかった。他人はモノ同然。犯人たちに言わせれば、この世のゴミをちょいと掃除してやったんや、ちゅうことです。自己肥大の権化です。

他者を信じ、他者にころを開くことで、人間は安心して生きていくことができます。生きる喜びを実感することができるんです。反対に、他者に心を開けないと、まるで八方ふさがり、四面楚歌のような気持ちにとらわれてしまう。これが心理的ストレスの非常に大きな原因になるんですが、人間は、そうそうこの状態には耐えられない。何とかして、ここから抜け出そうとします。大げさでなく、命に関わる危機と言えるわけです。哲学的な表現をすれば、人間としての存在に関わるもっとも重大なことです。

唯一の、根本的な解決方法は、人の心を感じるころである感情を、再び豊かに働かせて、他者に、人にころを開き、ころとところを通わせ合うことです。わざわざ「再び」と言うたのは、人間は誰しも、そのころを備えて生まれてきて、生後しばらくは、自分に関わってくれるあらゆる人を信じ、ころを開いてコミュニケーションができていたか

らです。

ただ、自閉症の子たちは、このところに生まれつき障害を負っています。だから、他者とのこころのふれ合い、コミュニケーションができません。自閉症児は私たちに、こころの大切さを教えてくれているんです。

だから、自閉症児は、私たちの想像を絶する不安の中で生きて行かねばなりません。健全な者は、他者とこころを通じ合わせることで安心を得て、心理的に安定することができます。聞き慣れないかも知れませんが、それを「定位」と言います。人間は、他者に定位することで、安心して生きていけるんです。

自閉症児は、他者への定位ができません。しかし、そのままでは、根本的な不安が襲ってきます。そこで、他者への定位の代わりとして、同じ行為のくり返しに没頭することが起きます。これつまり、「同一性の保持」です。自閉症の子は、同じことをくり返している時だけ、心理的に安定していられます。「している間だけ」というのが重要です。これだけしたら満足や、ちゅうことがない。くり返すことそのものが、目的になっとなです。だから、その行動をやめさせようとしたら、物を取り上げようとしたら、パニックを起こすのが当然です。同じことに没頭している間だけ、心理的に安定していられるのに、いきなり、有無を言わず不安の中に突き落とされるんですから。それは残酷な仕打ちです。

人間は、だれであっても、必ず何かに精神的な定位をしていないと、生きていられないということです。それが、自己と他己というふたつの心を持った人間の宿命とも言える。そして、他者に定位するのが人間本来のあり方です。

しかし、現代の日本には、自己の肥大と他己の喪失が大きく広がっています。だから、とても多くの人が、非常に強い不安感と孤独感を抱えながら生きています。そして、自己に定位することで、平たく言えば「自分」にこだわって、執着することで、その不安から逃れようとしている。でも実は、それをすればするほど、よけいに不安や孤独感が強まってしまう。さらにそこから逃れるために執着を深める。麻薬に溺れるのとよく似た悪循環が生じているんです。

## 自己への執着 1

自分にこだわることで不安を忘れようとする。いちばん目立つ現象は、自己の情動、その中の「欲望」に執着することです。欲望は、大きく分けて3つがあります。一つ目は食欲です。これは、物欲や金銭欲も含む。二つ目は性欲です。これは、いつまでも生きていたいという生命延長の欲求や、自分の子どもや孫がいつまでも生きながらえて欲しいという子孫繁栄の欲求も含みます。三つ目は優越欲です。人を打ち負かしたい、人より上に立ちたいなどという欲求です。権力欲とか、名誉欲。

「欲望」と言うと、あからさまで、ナマナマしくて、えげつない、あんまり持つてはイカンものというイメージがついて回るように思います。じゃあ、欲望はない方がいいのか。単純にそう言うこともできないんですね。欲望が何にもなくなってしまうたら、それは生きる意欲を失った、ちゅうことです。後はもう死ぬしかない。欲望は、まあもうちょっとおとなしく「欲求」と言うてもええですけど、これは生き生きとした人生を送る活力でもあるわけです。なければええちゅうもんやない。

困るのは、欲望に執着することですね。こだわって、とらわれて、それに溺れると。こうなったら不幸ですよ。たとえば、おいしい物を食べられなかったらガマンできん。おいしい物をね、「これウマイなあ」って感激して、味わって食べるのは、これはええことですよ。なに食うても砂かんどるような顔をしてるのは、ホンマにつまらんことです。おいしかったら、素直に「おいしい！」言うて、喜んだらええ。

そして、それほどおいしくない物でも、不平不満を言わないで、ありがたくいただく。これが大事なことやないでしょうか。私は、自分が畑でこさえたイモを主食にしていることが多いんです。ジャガイモやら、サツマイモやら、サトイモやらね。米の飯も、ごくたまに食べますけど、まあ、いろんな理由があって、イモを食べることの方が圧倒的に多い。米とイモ、どっちがうまいか。そらね、断然、米の飯の方ですよ。何もイモがまずいと言うわけではないですが。何しろ、米はおかずがいらん。食おうと思うたら、飯だけで何杯でもいける。でも、イモはなかなかそうはいかんですね。やっぱり、多少は調理法を工夫しないと、日々の主食にはなりにくい面がある。どう料理したら、もっとおいしく食べられるかなあってね、いろいろ考えるんです。これは、ゼイタクしとるのは違うんですよ。よりおいしく食べられるための努力をするちゅうのは、欲望に溺れることではない。

現代は、食欲の追求がすごいんですね。日本は世界中からおいしいもん輸入して食べまくってる。まあ、先進国は似たり寄ったりですけど。日本はその中でも、特に自給率が低い。そして今のところはデフレでね、食料品の値段がどんどん下がってる。さっきも新聞見てましたら、「小僧寿し」で、「特にぎり」9個入りを三百円にしたと。どえらいことですね。外食産業も生き残りをかけてたいへんです。でも、こんな時代はいつまでも続きませんよ。近い将来、絶対に食糧危機が来る。私は100%の確率で予言できます。自分で作った物を食べるというのは、その意味もあるんです。

それから、性欲の追求。これもまあ、事例には事欠かない。かつて、東南アジアに行く買春ツアー客の95%は日本人やったと。そして今は、不倫、出会い系サイト、援助交際の大流行。老若男女、こぞってこんなことをしとんのは、世界中で日本だけです。

あとは、優越欲求。自分の子どもにええ高校、ええ大学行ってもらいたいと願うのは、親の優越欲求のあらわれであることが少なくない。それ以前、まだ子どもが赤ん坊のうちから、何かにつけて我が子には1歩でも2歩でも、よその子よりは先を行ってもらいたいと。遅れてる子に手を差し伸べて、一緒に仲良く進んでいくなんちゅうトロクさいことはして欲しくない。人の踏み台になるなんてトンデモナイ。そんなアホなことせんで、人を踏みつけて自分が上がれと。サラリーマンになったら出世競争。日本の競争のヘンテコリンなところは、みんなが実力つけて、切磋琢磨して、しのぎを削るちゅうのが少ないことです。皆無ではないんでしょうけど。それより目立つのは、他人の足引っ張り。自分が努力精進するなんていうしんどいことは、あんまり、と言うかまったくしたくない。そんなことより、できるヤツの足を引っばって、頭もどついて引きずり降ろした方が、労力がなくてすむし、胸もスーッとす。優越欲求が満たされる。できるヤツが転落すれば、相対的に自分が上にあがれるという発想なんですね。こんなことしとったら、日本が世界中で置いてきぼり食うのは目に見えてます。いま実際、日本はあらゆる外国から、ものすごく軽うに見られてる。低次元の欲求を満足させることにウツツを抜かしてきたばちが当たったんですわ。

まあ、こんなふうには、他人とコミュニケーションができないという、人間としての根源的な不安や恐怖、孤独感を忘れるために、一生懸命に欲望にしがみつくんです。しかし、そんなことしたらよけいに不安が強まるのはさっきも言ったとおりですし、人間の欲にはキリがない。もっとええモノ、もっと楽しいコト、もっと強烈なシゲキが、次から次へと欲しくなってしまうもんなんです。欲への執着は、そうなるとるんだから仕方がない。自

## 自己への執着 2

欲望の追求はあさましいんですけど、これが渦巻いている世の中は、あえていい見方をしたら、活力があふれてると言えんこともない。欲望は生きるエネルギーでもあるわけですからね。みんながハングリー精神もって、成功のチャンスがある。

やっぱりアメリカは今も昔もそういう国なんですね。アメリカン・ドリーム。そういう雰囲気の中で、ちゃんとマトモに育ったら、精神的に健全な人間になりますよ。自分なりにええ人生を送ろうと思うたら、しっかりとした目標さだめて、努力しようという気概を持つ。そして、若い世代がそういう熱意もってたら、社会や年長の人たちが、正に評価するでしょ。だから、ベンチャー企業がどんどん育つ。ビル・ゲイツなんちゅう人が出てくる。そしてビル・ゲイツは、今後は個人資産みーんな寄付しますって言うた。日本円にして何十兆と稼いで、これはみなさんで使うてくださいと、ポーン、寄付してしまう。社会貢献でも、スケールが違いますよ。別に手放してアメリカ礼讃するわけやないんですけど、こういう側面があるのは事実。

日本も高度経済成長が終わるころまでは活気がありました。公害とか、自然破壊とか、悪い面もいっぱいありましたけど、みんながエネルギーやった。夢も希望もあった。「豊かになるんや」って言って、みんなでガムシャラにがんばりました。

そして、ホントに世界第2位の金持ちになって、夢を実現してホッと一息ついたら、何となく気が抜けてしまうた。「あれ？ ワシら今まで何しとったんやろ」ちゅう感じで。でも、それまでの延長線で、セッセッセと金もうけに励んどった。そしたら、いきなりドカーンとバブルがはじけてしまうたんです。

バブル直前、日本人は、外国客の横っ面を札束でペンペンはたくような真似して、むっちゃ傲慢になっとった。謙虚に、ひたすら努力しようちゅう雰囲気が、急速に失われとったんです。「ワシら金持ちなんや。エライんや」という態度が広まってたと思いますね。それで90年代に入って、日本経済がペしゃんこにつぶれてしまうたら、その時にはもう、どこを探してもヤル気や活力、エネルギー、ハングリー精神が残ってなかったんです。同じころから、引きこもりが爆発的に増えだした。

社会に欲望が渦巻いとったころは、みんなでそれに熱狂して、踊りまくとった。欲望に執着することで、現代に特有の不安、孤独を忘れようとしていたんです。ところが、その欲望世界がアッサリ消えてしまった。なにわのこともユメのまたユメ。つわものどもが

ユメのあと。

欲望に執着するのも、エネルギーがいるんですわ。寝っ転がってウツウツとしとったら、何にも手に入らん。欲求が満たせない。やっぱり自分で身体うごかして、頭つこうて、それなりに頑張らんと。多かれ少なかれ、人との付き合いも必要です。商売してお金稼ぐんでも、そのお金は人様が払ってくれるんやから。受け取ったら、そこに接点が生じる。

応援して、支持して、お客になってくれる人もおれば、競争相手もおる。ねたむヤツ、邪魔するヤツ、足引っぱるヤツも出てくるかも知れん。人との付き合いは、気をつかいます。精神的に疲れる。傷つくことだってしょっちゅう。

自己のエネルギーが残ってれば、そういう困難に出会っても、バーンとはね返すことができた。「ええい、ワシはワシじゃ、文句あるんかい、いまに見とれよ」ちゅうような調子でね。酒飲んでパツと憂さ晴らして、またガリガリがんばる。

ところが、エネルギーがへたっていると、そんなことできません。人と付き合うて、わずらわしい思いをしたり、傷つけられたりすることは耐えられない。周囲から、ちょっとでも圧力や侵害を感じると、それに対抗するんやなくて、サーッと自分の殻の中に閉じこもってしまう。そして金輪際でて来ん。これが引きこもりです。

引きこもりも、「自分」がないからなるんやない。「もっと自信を持って」とかいうアドバイスはナンセンスです。反対なんです。社会と付き合うていくための、他己の働きが失われてて、自己しかない。自己が外界にむき出しになっていて、他者との少しの接触ですぐに心が傷つき、血が流れ出し、痛みが走る。そうすると、それを防ぎ、そこから逃れるためには、社会との接触を断つしかないんです。いちばん手っ取り早いのが、部屋とか家に閉じこもることです。

若い世代の中心にして広がるとる引きこもりは、たぶん、ほとんどが、こういう心理的なメカニズムで発生してると思います。精神科のお医者さんの意見ですと、ほとんどの場合、引きこもりには自然治癒がないと言う。何年放つといても、待ってても、出てくるようにはならん、ちゅうことですね。それは、自己を守るために、引きこもり続けること自体に意味があるからです。「引きこもりも七年目かあ。ええかげん飽きたなあ。そろそろ出てみるか」、というわけにはいかない。

引きこもっている人は、どうして自分がそんなことをしてるのかわからない。別に好きこのんで部屋に閉じこもっているわけやなくて、自分としても、出て行けるもんなら出て行きたいと思うてるんでしょう。おそらくほとんどの方が。でも、どういうわけか出られない。こわいと言うか、不安と言うか、何とも表現しようのない思いに抑え付けられてしもうて動けない。

引きこもっている人の大半は、他己が失われて自己しかありませんから、自分を客観的に見られないんです。この世で生きて行くには、自分はどうしたらええのか、ちゅうのが他己の働きで、それが失われていると、自分が見えない。どんなふうにしとったら、どんなふう振る舞ったらええのかわからない。自分しかないのに、その自分がわからないんやから、皮肉なもんです。でも、それが人間というもんなんです。他者があるから、自分が自分でいられる。

精神的なストレスに襲われて、それが気持ちの上だけでなく、身体症状としてあらわれるのはよくあることです。胃潰瘍なんていうのは、昔からその代表。中間管理職のサラリーマンの方とかが、上司からは指導され、部下からは突き上げられて板挟み、ストレスがたまって胃に穴が開いてしまう。責任感が強くて、まじめな人はこうなりやすいでしょうね。会社のために自分が頑張らなきゃイカンのだと思ひ込む。これは、他己の働きが強いということです。他己が勝ちすぎていても、ストレスを抱えることになってしまう場合があるわけで、精神病で言えば、うつ病になりやすいタイプです。

胃潰瘍まで行かなくても、近ごろよく聞くものに、過敏性大腸炎というのがあります。どちらかというとなんか神経質に思い詰めてしまうタイプの方が、精神的なストレスで腹具合がおかしくなる。便秘が続いたと思うたら、一転して下痢気味になる。いつでもどこでもお構いなしに、ピーゴロゴロと始まるもんやから、満員電車なんかに乗っとったら、やっかいです。結構ええ薬が出てるらしいですね。

精神のストレスが身体症状を引き起こすものとして、最近ものすごく深刻な問題になっているのが、PTSD です。これは、ご存じの方も多と思いますけど、「ポスト・トラウマティック・ストレス・ディスオーダー」の頭文字を取ったものです。日本語では、「外傷後ストレス障害」。長くて覚えにくいので、PTSD と言われる。

どこから出てきたことばかという、国際的に使われている精神疾患の、診断マニュアル



ルです。有名なのは二つあって、ひとつは、アメリカ精神医学会が出している「DSM」というもの。これはいま第4版が最新です。もうひとつは世界保健機関、WHO ですね、ここが出してる「ICD」。これは第10版が使われとる。

DSM- によると、PTSD は、死にそうな目、死ぬほど怖い目に遭うか、実際に重傷を負う、または他人がそうなった場面を目撃したりすることで引き起こされます。症状は人によってさまざまで、「フラッシュバック」ちゅうて、その恐怖の出来事を再びまざまざと体験しているような感覚に襲われるとか、毎晩ゆめにうなされるとか、眠れない、怒りっぽくなる、集中力がなくなる、孤立感が強まる、「一生が台無しになった」と思い込む、感情が起こらなくなる、等々がある。

大事件、自然災害が起こるたびに、PTSD も世間に広まってきました。地下鉄サリン事件、阪神大震災、O-157 の大流行、和歌山のカレー事件、大阪教育大付属小の殺傷事件、明石市の花火見物事故、すぐに思い浮かぶものでもこれくらいは出てくる。どれも、大勢の人の命が関わったどえらい出来事でした。

しかし、今では、生きるか死ぬかの問題まで行かなくても、PTSD が問題になることが少なくない。たとえばストーカーにつきまとわれたと。部屋に押し入ってきてレイプされたとか、放火されたとか、エレベーターの中でカッターナイフ突きつけられたとか、ホンマに殺されてしまうとか、確かにストーカーにもいろいろあります。やり口が凶悪化してるし、被害も深刻。でも、そういう中から、つきまとわれた、というだけで、「心理的苦痛を味わって、PTSD を発症した」という訴えが出て来るんですね。

これ、微妙なんで、話題にするのは難しい。本人が「苦痛なんです」言うたら、それを受け入れざるを得ない。お医者さんや警察、裁判官は。私も別に、「そんなん大したことないやろうが」と言いたいわけやないんです。ただ、少なくとも DSM- の基準には、完全には当たらない。受けた被害としては、殺されかけるところまで行ってない。

ひところ続いた、食品の異物混入事件もそういうことがあります。たとえば、古いもん食べさせられて食中毒になったと。中毒は治ったけど、PTSD が残った。それに関して損害賠償を請求する。これ確かに、ご本人は苦痛なんやと思います。それを疑うたり、難癖つけたりしたいわけやない。ただ、食中毒で、生死の境をさまよった、ちゅうことではなかったんです。出てきたのは黄色ブドウ球菌で、O-157 やなかった。ヒ素が入ったわけでもない。生きるか死ぬかまで行かなくても、PTSD が引き起こされてるのが実際です。

セクハラでも PTSD が起こる。本当にむりやり強姦されてしまったのかどうかはわからない。女性は「された」と言う。男性は「しとらん」と言う。密室で、二人だけがおるところで起こったことやから、真相は二人しか知らない。クリントン元大統領みたいに、女性のスカートに体液が付いとった、ちゅうんなら話は別ですがね。しかしあのおとき、大統領はクビになりませんでしたねえ。アメリカにはそういうところがある。善かれ悪しかれ。日本じゃ考えられません。むかし総理やった宇野さんなんて、芸者さんと付き合いとった、ちゅうことで、3ヶ月でクビ切られましたから。これも結局、足の引っ張り合いなんやと思います。

まあその話はおいといて、とにかく、こっちが弱い立場であるのをええことにして、男がむりやり迫って来た。ものすごい恐怖と屈辱を味わったと。それで PTSD が残った。こういう主張がされたら、まず通ります。裁判で勝つ。真実は絶対にわからんのか、あとはもう裁判官がどっちの言い分を「信じる」かだけで決まる。事実があったかなかったか、やない。裁判官が「あった」と「思った」ら、あったことになるんです。こういうのを「心証主義」と言います。

それから、芸能人が離婚の会見で、私は PTSD です、と言う。それが離婚の原因になったと。聞けば、小さいころ、親から心理的虐待を受けて PTSD になったんやと言う。それで、それがフラッシュバックでよみがえって来て、夫婦関係に影響した。まあ、そういうことはあるかも知れんですけどね。

生死に関わるような、衝撃的な出来事に直面したかどうか、ちゅうことは、ほとんど、どうでもよくなってるんです。PTSD の診断を下すのは精神科医で、私はその診断自体は別にどうでもええ。お医者さんがそう言うんなら、それで結構。ただ、PTSD が乱発されてることは確かやないでしょうか。とにかく、本人が症状を訴えて、マニュアルに照らして何項目かが該当してれば PTSD という診断が付く。何が PTSD の原因になっとるか、ちゅうこと以上に、何でここまで PTSD が大量に発生してるのか、という問題が重要やと思います。

昔は PTSD なんてなかった。もちろん似たような症状はあったでしょうけど、ここまで社会に広まるようなことはありませんでした。どれくらい出来事に直面したことで、ほとんどの人が PTSD を発症するとしたら、戦後の日本の復興なんてあり得なかったと思います。

東京大空襲、沖縄戦、原爆投下、特攻隊からの生還、戦艦大和の生き残り、等々、まさにこの世のものとは思われん修羅場をくぐり抜けた人がぎょうさんおったわけですね、終戦後には。軍人も民間人も、男も女も、大人も子どもも関係ない。何百万、何千万人という人が、まさに死線をさまよった。現代では考えられない状況です。そういう人たちが、みんな PTSD になってしもうたら、なっても一向におかしくなかったと思いますけど、そしてたら日本はもうつぶれとった。

同じ出来事に直面しても、PTSD になる人とならん人がおる。死ぬような目に遭うたら、必ずだれもがなるちゅうようなもんやない。立ち直れる人も少なくないですね。この違いはどこからくるのか。

結論を先に言うと、他己の発達の度合いによるんです。他己が豊かに働いている人は PTSD になりにくい。他己が失われとる人はなりやすい。だから、現代日本のような、自己が肥大し、他己が失われている人が増えとるような社会では、PTSD にかかる人が非常に多くなることが起きるわけです。

PTSD の発症は、過去の衝撃的な体験がいつまでも風化しないのが原因です。思い出にならない。記憶としてしまわれることがない。自分の歴史の一部になることがない。何ヶ月、何年たっても、なまなましい痛みのまま、心の表面にとどまり続けるわけです。

アメリカのテロ事件で、ブッシュ大統領が、追悼演説の時にこう言うた。「この出来事は、あまりに悲しくて、まだ歴史になってない」と。これはまさに、そのまま PTSD の説明に当てはまります。

とつぜん話が変わるようですが、過去とか、未来とかいう、「時間」を持っている、時間がわかるのは、人間だけです。動物にも、記憶はある。でもそれは、非常に機械的な記憶ですね。人間の思い出とはまったく違う。サルやイヌが、「昔はよかったなあ」言うて、思い出にふけるなんちゅうことはありません。動物には「今」しかないんです。今を生きていくために、記憶を利用するということはありませんけど。

だから当然、動物には、未来に対する意識もありません。4歳になったらボクも結婚しよう、と考えるチンパンジーはおらん。でも、人間は多かれ少なかれ、だれでも、常に、必ず未来のことを考えながら生きています。人生設計なんてめったに考えん人でも、今日の昼飯は何にするかとか、今度の日曜にはどこ行こうかとかは考えるでしょ。いつでも、未来に対する意識がある。そしてそれは、必ず過去の影響を受けてます。

人間にとって、時間とは何で、それがどういう意味を持っているのかを考える学問は、「時間論」と言います。これはおもに哲学の仕事になる。時間論は今でもけっこう流行っていて、本もよう出版されます。たいてい、有名な哲学者が書いてる。しかし、いまの世の中では、「哲学」ちゅうたら、無用の長物の代名詞になってますね。何の役にも立たんと。だからそこで、いくら時間がどうじゃこうじゃ言うてみても、世の中の大多数の人には無関係な話になってます。頭のええ人の、暇つぶしの道楽みたいに思われて、「けっこうなご身分やなあ」って、ひそかに軽蔑されとんのと違いますか。

時間には、過去・現在・未来の3つがある。そして、これを自覚できるのは人間だけです。では、この3つの時間が、人間にとってどんな意味があるのか。

過去というのは、自分を含めたすべての人々がいままでにしてきたことや経験してきたことの、大きなまとめりですね。そこから伝統や習慣、規範、社会常識、といったものが生まれる。そして、それらにのっとって人々は生きていく。してみると、過去というのは、人間精神のうちの、他己を形づくるものと、こう言えるわけです。人は、過去 = 他己によって、お互いに結びついている。たとえば、職場の仲間どうし誘い合うて、飲みに行った。そしたら、そこでもっと親密になって、次はいつ誘ってくれるかなあ、今度はこっちから誘おうかなあと、お互いが期待すると。その期待がホンマに実現したら、じゃあ今度はまたいついつにしようとか言うて、例会になるかも知れませんか。習慣が作られて、それにのっとって生活するようになる。それが人々の、心の支えになります。

反対に、未来はどうか。これは、こうしたいなあ、こうなったらええなあという、自分の希望や夢ですね。だからこちらは、人間精神のうちの、自己を形づくるものです。

そして現在は、過去と未来の上のバランスの上に成り立ってる。だから、自己と他己がつり合っているのが、現在ただ今、というわけです。だから、日々の生活を、充実したものとして送るためには、過去と未来とのバランスがとれていなければなりません。未来に傾きすぎても、過去に傾きすぎても、不十分です。これはつまり、自己と他己とのバランスがとれていることで、人はいつでも充実感をもって生きていけるということなんです。自閉症では、他己が障害を受けています。だから、自閉症の子にとっては、過去という時間が存在しないと言える。記憶はあるんです。いつどこで、どんなことがあったという記憶は、よう残ってる。しかしそれが、過去という時間の流れの中に位置づけられることが

ありません。いつまでもなまなましいままに、心の中に保たれています。こう書いただけで、これが PTSD の症状と、きわめてよう似ていることを理解していただけるやろうと思います。

自閉症には、「タイムスリップ現象」と言われるものが見られることがあります。何年も前、時には十数年も前のことを突然思い出して、あたかもそれがたった今あったことのように話したり、振る舞ったりすることを言います。たとえば、十歳を過ぎたある日、突如として、一歳半の時のおじいちゃんのお葬式を思い出して、話しては泣く。通常やったら、一歳半の時の出来事など、思い出すことすらほとんど不可能です。しかも、それが悲しゅうて悲しゅうて仕方なく、いつまでも泣きやまん。

中学生になった子が、二歳の時の怪我の話をし始めて、痛かったのにお母さんがちゃんと手当をしてくれなかった言うて怒りまくる、っていうようなこともある。こういうのは、その子が口からでまかせを言うて周りを困らしとる、というんやなくて、実際にそういう出来事があったこと、そして語られる記憶も正確やということが特徴的です。

しばしば、家族もほとほと困り果てるというような問題に発展してしまうことがあります。しかし、今まで、おおかたの医者も心理学者も、なぜそんなことが起きるのか説明できんかった。理解もできんかった。自閉症では、他己の基本になる感情機能が障害されているために、過去という時間を失っているから、なんです。

過去と未来のバランスが現在です。その一方である過去が失われるとどうなるか。残るは未来だけなので、現在がすなわち未来と、こういうことになってしまいます。現在が未来になってしまうちゅうのは、あらゆることが、何でもかんでも、今すぐ実現されなければ気が済まん、という思いに駆られることです。待つことができん。「今すぐ」でなければダメで、「これをして、次にこれをしたら、こうなれる」という順序にしたがって、待って、行動することができない。

たとえば、自閉症の子とキャンプに行ったら、猛烈に家に帰りたがって暴れた。担当者は苦し紛れに「川で遊んだら帰るんだよ」と説明しました。さあ、そのとたんにその子は宿舎から行方不明です。えらいこっちゃ言うて総動員で探したら、たった一人で海水パンツはいて、川遊びしとった。川遊び 家に帰れる、ちゅうことで、さっさと遊びを済ませればええ、と、その子は考えたんです。順序にしたがって行動する、ということではない。これは私の弟子の体験です。

自閉症と共通性のある他己障害である、精神分裂病の場合でも、やはり過去が失われているために、未来がすぐそこに迫ってくる、ということが起こります。入院中の患者さんが、少しよくなったなあ、と自覚すると、退院したくなってくる。そうになると、もういてもたってもいられなくなって、「今すぐ」退院しなければ気がすまない。すぐにここから出してくれと言って主治医や看護婦を困らせることがあります。また、未来に対して激しい焦りを示すこともあります。結婚しさえすれば、大学に入りさえすれば、何もかもがよくなるに違いない、という思いにとらわれて、なかなかそこから抜けられない。

これは、引きこもりの青年にもしばしばあることです。今のボクに必要なのは、とにかく就職することだと。仕事に行きさえすれば、すべてがよくなる。実際は五年も六年も引きこもって、勉強もしてないし、世の中のこともようわかったらん。とてもやないけど就職なんてできるような状態やなかったりする。でも、本人は自信満々、絶対に大丈夫と言う。

親御さんもううれしいですね。今まで何を言うても部屋から出て来なかった我が子が、働くと言うてる。ホンマに勤まるんかなという心配もありますが、それより、とにかく引きこもりを脱することができるんやという喜びの方がはるかに大きい。そりゃそうでしょうなあ。そして八方手を尽くして、就職先を見つけてくる。いざ初日、子どもさんは重い足取りながら、何とか出かける。そして夕方、帰って来るなり口も聞かんで部屋に直行。金輪際でてこなくなって、せっかく見つかった仕事先も断られてしまう。本人も親御さんも、それまで以上に苦悩が深まるということになりかねん。悲しいことですが、こういう現実があります。やっぱり、未来が迫って来とって、ただちに実現されなかったらガマンならんという心理があるんですね。順序とか、手はずとか、段取りとかいうものがすっ飛んでしまう。

LD、ADHD の子も、時間の混乱がよく起こります。こういう子たちは、精神機能のいちばん上にある、自我 - 人格機能に障害を負っています。「今まではどうやったか」と、過去を振り返り、「これからどうしたらええか」、と未来を見通して、現在の行動を調整していくという働きが、うまく行かない。だから、他己障害で過去が失われとるわけではないんですが、過去と未来のバランスが取れない。現在に混乱が起きます。

授業中、友だちにちょっかい出して先生に叱られる。何回も、何十回も同じことを繰り返す。

返すと。「ええ加減にせえ！」ちゅうて友だちが怒って、帰りの会で徹底的に責め立てる。何人からも入れ替わり立ち替わり非難されて、その子も大粒のナミダぼろぼろ流して反省する。しかしですね、次の日になったらまた同じこと繰り返してしまうんです。そしてまた同じように怒られる。本人も、かわいそうなんです。叱られたときは、たいてい、イカンなあ、と、心から思うて反省しとる。でも、どういうわけかついまたやってしまう。身体が動き出すのを止められない、自分では。

時間をコントロールする自我 - 人格に混乱が起きてますから、「あの時こうやったから、今はこうしなきゃイカン」「この後こうなるんやから、今はこうしなきゃイカン」という、現在の行動の調整や制御ができない。過去と未来が、現在に統合されていない、とも言えます。

さて、いろんな例だして考えてきましたけど、PTSD に話を戻します。いま一番ホットな、ちゅうたら語弊がありますが、多くの方が、それこそ精神疾患にはこれまで縁もゆかりもなかったような人たちが突如として直面して、苦しんでる問題ですわ。

もっとも、もうあんまり言うこと残ってないんですね。いろいろと絡めて言うてしもうた。まとめると、現代人から、他己がだんだん失われてきて、過去という時間が意味を持たなくなってきた。だから、本人にとって衝撃的な出来事に直面すると、それを過去のものとして位置づけることができません。消化できない。風化しない。思い出にならない。なまなましい痛みをともなったまま、心の表面に貼り付いて、消えていかない。

だから、PTSD への根本的な対策は、他己を育てて、過去という時間を意味あるものとして持ってもらうことです。そのことで、つらい出来事も過去の中に解消していける。思い出すことはあっても、フラッシュバックみたいな強烈な再体験にはならない。つらかったなあ、言うて、冷静に対処できる。

被爆体験を語る方もね、つらさを忘れてるはずはないんです。それこそ、失礼な言い方やけど、死ぬまで絶対に忘れられんことですよ。でも、自分自身の過去、歴史の中にちゃんと位置づけて、静かに対応してはる。

心が強い、言うたら、まあ強いんでしょうけど、ちょっと言い方としては単純すぎますね。他己が豊かに働いてはって、ちゃんとした過去という時間を、ご自分の中に持ってはる。それで、悲惨な体験も、やわらかく包んで、自分の中にしまっておくことができるんやと思います。

子どもの PTSD は、かなりよくなるのが期待できます。大阪教育大付属小の子どもたちは、前代未聞のどえらい目に遭わされた。目の前で、ごっつい大人が包丁振り回して、仲のええ友だちを次々に刺してったと。どんだけ驚いたか。怖かったか。心の中を思いやると、ほんまにこちらの胸も痛みます。かなり重度の PTSD を発症してもやむを得んことやろうと思います。でも、子どもの精神はまだまだ柔軟で、自己もそうですが、他己には非常に大きな成長の余地が残ってます。他己を豊かに育てて、意味のある過去という時間を作ってあげて、衝撃的な体験を記憶として位置づけてあげられるようにすることが大事だと思います。忘れさすなんちゅうことは、とてもやないけどできん相談です。忘れさすんやなくて、適切に受け止められる心を育ててあげることが大事やと言えるでしょう。それがすなわち、他己を育てることです。

他己を育てるとは、どうすることか。あんまり簡単にはまとめられんことですが、あえてここで言いますと、人を求め、人を信じ、人を愛することを、身をもって体験してもらうことです。そのためには、関わる人が、最大限の、無私の愛情をもって接することが必要です。

学校には、どないなヤツが入ってくるかわからんと。人を見たらドロボウと思え、殺人犯と思え、ちゅうて、子どもには他人を疑うことを教えなアカン、と言う人がいるやろうと思います。これ、まったく逆なんです。何でもかんでも疑ってかかるから、かえって人が見えなくなる。人を正しく信じてることができて初めて、信じてはいかんモノヤコトが、きちんと見えるようになってきます。オウムの話で、前にも言いましたけどね。

大人になってしまうと、精神が、自己と他己が、もうかなり固定しています。多かれ少なかれ、善かれ悪しかれ。他己が成長する余地が、あんまり残ってない。子どもと比べたら、まあきわめて少ない。だから、大人の PTSD は、治療や対応がきわめて困難です。

カウンセリングして、胸のうち聞いて、慰めて、励ましてあげても、まったく効果なしとは言えんでしょうけど、ほとんど本質的な解決にはならない。カウンセリングというのは、基本的に、自己を肥大させる治療技法です。だから、自己がへたっしもうとる人にはとても効果がある。しかし、PTSD は、他己が萎縮してしまっていて、ということは必然的に自己肥大が起こるとるんですが、そのために過去という時間を失い、体験を過去の中に位置づけられない、という精神障害です。したがって、自己を肥大させるカウンセリ



ングでは根本的な解決になりません。

大人の PTSD には打つ手なし、と言うたらことばが過ぎるでしょうけど、実状はほとんどこれに近いものですわ。そうでなければ、こんな特殊な病名が連日、新聞に載るちゅうような事態にはならんでしょ。

話を聞いてあげても、さほどの効果はない。かと言うて、「そんなんじゃダメやろ、もっと元気だせや！ どうってことないんやあんなコト」てな具合に叱咤激励なんぞしたら、おそらくもっと悪化します。他己が弱っていますから、他人のことばを素直に受け取ったり、ええ方に解釈したりすることが、とても難しくなってる。そんなときに下手なこと言うたら、えらいことになってしまいます。自殺のような、最悪の事態を招きかねん。

必要なのは、これも簡単にはまとめられんことですが、関わる人が、深い愛情を持つことが基本です。この人やったら、絶対に信じて大丈夫や、と、PTSD の人が思えるような、揺るぎない姿勢をもって、接してあげることです。これはなかなかできることやない。そうしたい、なりたい、と思うたからって、なれるもんやないですね。

子どもに対して、親がいつでもそうできるか、と考えたら、親子関係ですら難しいでしょう。つい、自分の都合やらこだわりやらが出てきて、ガマンして相手に合わせたらうと思っても、そうはいかない。親子でもそうならね、まして赤の他人になんて、そうそうできることやないですよ。「何でワタシがこんな人のために苦労せなイカンの」思うてね、ムカムカ腹が立ってしまう。給料もらえるんやから仕方ないな、とかね、五時までの辛抱や、とか、そういうことになる。これじゃあなかなか、患者さんは救われませんわなあ。

弱い人に関わる立場の人間はね、やっぱり、徹底して人格を磨き上げた、人格者でないとな務まりません、仕事が。仕事の技術や知識を、いくらぎょうさん持っとして、有名で、社会的な地位が高くて、それじゃそういう人が他者を救うてあげられるかと言うたら、決してそんなことはない。最後にものを言うのは、人格なんです。そして、どれだけ深い「人の心を感じるころ」を持っているか、です。こんな人ばかり世の中に増えたらね、PTSD なんていうものが、そもそも存在しなくなる。究極的には、そのことを目指すべきなんやけど。

絵空事やと思われるかも知れませんが、決して不可能なことやありませんよ。だって、人間はだれでも、「人の心を感じるころ」を持って生まれてくるんやから。ないものねだりをしとるんやない。

## 児童虐待 1

やっぱり虐待のことを、もう少し考えんとイカンでしょうね。これもやはり、多くの人から、他己が急速に失われとることのあらわれです。そうでなければ、日本だけでこれほど虐待が日常化してることの説明が付きません。人の痛みがわからない、悲しみがわからない。我が子のそういうところすら、わからん親が増えとると。そのくせ、自分のところだけはすべての人にわかってもらいたい。特に子どもには、いちばんにわかって欲しい。お母ちゃん、いまハラ立っとなのやで、何でそれがわからんのやオマエは！ 言うて、バーンと殺してまう。

カナダでね、若い日本人の女性が、現地のオトコとの間に子どもを産みました。2人。どういう理由か知らんけど、そのオトコが妻子3人をほったらかして、どこかにいなくなってもうた。そして、これまた理由がようわからんのですが、女性は我が子2人を殺して、そこらに棄てて逮捕された。

そしたらですね、もうカナダ中が大騒ぎですよ。何ちゅうことするんやと。日本人のオンナは、みんなこないなことするんか言うて、ビックリ仰天。どの新聞にも一面トップで出た。犯罪歴もなければ麻薬中毒でも精神病でもない、まあ言うたらごく普通の親が、わが子を2人も殺すなんていうことは、カナダではとてもやないけど考えられない。非常識中の非常識。この衝撃は、それこそいつまでも風化しません。

日本ではどうか。このニュースは、ワイドショーでちょろっとやっただけです。言い方悪いかも知れんけど、ただ殺したなんちゅうのは、もはやニュースでも何でもなし。毎日のように起きてる虐待死のほとんどは、新聞の片隅に、小さく出るだけです。死に至らなければ、報道すらされないことがほとんどじゃないでしょうか。

父親と母親で、よってたかって虐待して、死んでしもうたらビニールのゴミ袋に入れて運河に放り込む。そしてこの母親が、昔から近所でも評判の、筋金入りのワルやったと。こういう事件なら多少のニュースバリューがあって、新聞の一面に載る。テレビも週刊誌もよう取り上げる。でも、まあ、もってせいぜい1ヶ月くらいに見えます。ひと月もせんうちに、またもっとスゴイ、あきれるようなことが起きますから、みんなの関心はそっちにワーツと流れていく。

ある程度の虐待は、「あって当然」という風潮があります。殺すのは行き過ぎやけど、どつく、外に放り出す、物置に閉じこめる、飯を食わさん、あつつい風呂に浸ける、こん

な程度やったら、「しつけ」として当然のことやと。そんなん、今になって始まったことやない、昔やったら、親ならだれでも、どこの家庭でもやっつたということですね。その結果、はずみで殺してしもうたとしても、そりゃまあ、しょうがないこっちゃと。

親が子どもを殺すちゅうことも、そんなに騒がんといかんような、ビックリすることじゃないんやと言う人もおります。私、あるときある場所で、こないな意見を聞きました。

その人の言わはることには、日本には「マビキ」の風習があるんや、ということなんです。みなさん、間引きってご存じですよ。野菜の話やありませんよ、人間のこと。飢饉の時にね、食うモンがないんで、産まれてきた子どもをそっと殺す。まだヘソの緒がつながつとるような状態の時に、さっと首を絞めたり、タライの水につけたりした。成仏してや、と手を合わせて。いま起きとる児童虐待は、その延長線上にあるんやと言わはるんです。

ホンマですかこれ？ 1990年以降、日本の親は突如として間引きを始めた。その数、十年間で十七倍。まあ、この中には、殺されてない子どもも含まれてますけど。それはうまく間引けなかったケースちゅうことでしょうか？ 何でこんなことが起き出したんか。食糧が足りなくなってきたからでしょうか。そんなことありませんねえ。じゃあどうしてですか。

その人は、こうも言うてた。もともと動物には、劣弱な遺伝子を持った子を殺す習性があるんだと。だから、少々トロくさい子どもが親に殺されるのも、自然淘汰の法則にかなつとるんです、ということですよ。

じゃあ、近年は、日本の親がどんどん動物並みになってきてるということでしょうか。なるほど、それならば言えるかも知れません。人間が動物化するとはどういうことか。それはつまり人間性を失うこと、つまり、人間だけが精神に備えている、他己を失うことに他ならない。

ただ、さっきの人は、動物化した親が増えてきていることより、弱い子どもは殺されても仕方ないという方に、ウエイトをかけて話してました。こういう人にうっかり子どもを会わせたりしたら、ひそかに間引かれるかも知れませんねえ。いやいや、ちょっと冗談きつすぎますか。

お母さん方の問題点を指摘するのは気が進まないのですが、やっぱり、自己が肥大して、他己が失われとるお母さんが増えているという事実は、認めざるを得ない。これは皮肉なことに、そのお母さん自身が、子どものころに受けた養育や教育の「成果」なんですね。自己が肥大して、他己が枯れるような子ども時代、思春期を過ごしてきたと。その結果が今度は自分が子どもを育てるときになって現れてくる。だからまあ、そういう母親になったというのは、本人の責任ではないわけです。しかし、本人の責任ではないんですが、それじゃあ言うて、他の人に転嫁できるかというたら、やっぱりそうはいかない。自分の生き方はどこまでも自分が引き受けなければならん、というの、また事実ですね。

自分の子どもなんやから、自分の思い通りに育てたい。思い通りに育つはずや。思い通りに育てなきゃイカン。こういう根強い考えがあるんやないでしょうか。そうやって、子どもに一生懸命かかわってやるのが愛情やと。

確かに、愛情をもって、全身全霊で子育てに打ち込むことが大切なのは間違いありません。しかし、そこにも考えてみなければならない問題はいくつかあって、まず、「こう育てたい」「こう育て欲しい」という、方針や信念がどんなもので、それはどこから出てくるのか、ということがある。

前に説明しましたが、子どもの精神の発達には、おもに自己が充実する時期と、おもに他己が充実する時期とがあります。個人差もありますけど、大まかに見て、自己期は、生まれてから7ヶ月から9ヶ月くらいまでが最初。その次は2～3歳から6～7歳くらいまでの第1反抗期。そして、12～13歳から26～27歳ころまでの第2反抗期があります。二十歳を過ぎたら、反抗期と言うより青年期と言う方がピッタリ来るかも知れません。

そして、他己期は、まず7～9ヶ月から2～3歳くらいまで。この頃には、歩けるようになったり、オムツが取れたり、しゃべれるようになったりと、人間としての基本的な生活がしつけられます。次は6～7歳から12～13歳ころまでの小学生時代。この時期には、世の中で、人と協力して生きていくというのはどういうことか、その意味と価値がほとんど身に付き、大人ともだいたいスムーズに会話できるようになります。

自己期には、基本的に自由が必要です。そして他己期には基本的に統制が必要。ただし、くり返しになりますが、自由とは好き勝手のやり放題を意味しない。そして統制はがんじがらめの束縛と抑圧を意味しません。

自由と統制の基礎には、愛情が必要です。この愛情が、今、まさに問われているわけです。単に、親の願い、と言うか、要求通りに育てることは、愛情とは言い難い。子どもが、自然の成長の筋道にしたがって、無理なく自己も他己も伸ばしていける、そのバランスが取れるようになる、こういうふう育てるのが、愛情ある子育てと言えるわけです。まあ、ものすごく簡単に言うてますけど。

LD 児と ADHD 児の調査研究をしたときに、四千人くらいという、膨大な数のお母さん方が、アンケートの回答を寄せてくれました。子どもさんの年齢は、大半が小・中・高校生でした。その用紙の最後に「お子さんについて困ってることはありませんか」と尋ねて、自由記述欄を作っておいたんです。そうしたら、そこにも、かなりのお母さんがいろいろ意見や悩みを書いてくれはった。その中で、小学校低学年の子どもたちが、手に負えなくなっている、という訴えが多くありました。言うことを聞かない、強く叱ると反抗する、ゲームばかりして勉強どころか外で遊ぶことすらしない、家の中で暴力をふるう、暴言を吐く等々。「これが小1？ 中1の間違いやないの？」、と、思わず言うてしまうようなありさまでした。

本来なら、反抗期を過ぎ、素直に大人の言うことを聞き始める時期の子どもたちです。その世代の子たちが、とんでもないことになってる。学校での学級崩壊も、低学年での問題が深刻です。かわいい盛りの、ピカピカの1年生が、先生の言いつけを聞かん。注意すると「うるせえ、ババア」。コラッ、と叱るとワアワア泣き出して、1時間2時間泣きやまん。テストはしない、絵は描かない、教室から出て帰ってこない、列に並べない、友だちと手をつながない、ケンカはしょっちゅう、トラブルがあるとすぐに泣く、床に寝転ぶ、机に上がる、給食を食べない・・・。

さらに、この記述欄に、「子どもを思わず虐待してしまったこともある」と書いてくださった、まあ「くださった」って言わんでもええのかも知れませんが、とにかく正直にそう書かれたお母さんも数人おりました。何しろ四千人ですから、それくらいはかえって当然やったのかもしれない。正常とはあまりにかけ離れた育ち方を示す子どもが実際に増えていて、その子らのお母さんがストレスを高め、虐待というかたちで爆発することが、どこでも起きてるのだと思います。あるいは、幼児期の、まだ体が小さくておしゃべりもできないうちに、体罰や暴力で締め付けるということもある。虐待が「しつけ」と言われるゆえんはそこらにあるんでしょう。

## 生きる力

お母さん方に他己を取りもどしてもらうことが、緊急のことと思います。他己が豊かで、「人の心を感じるころ」が働いていれば、他者とのコミュニケーションも豊かになって、それがストレス解消には特効薬になる。豊かなコミュニケーションが、さらに他己を充実させるという、好循環が生じます。当然、子育てにもいい影響を与えるに決まっています。

しかし、お母さん方を悪うに言うわけやないんですが、これがなかなか至難の業。ちつとやそつとじゃどうにもならない。悲しいことですが、聞く耳をお持ちの方がほとんどおいでやない。まあ、仕方ないとも言えるんです。どのお母さんも、数十年の人生を背負うてはるんですから、その過程で、自己も他己も、ほとんど固まってしもうてる。いまさらそれを揺さぶられるなんてことはゴメンこうむりたいと、千人おったらおそらく九百九十九人まではそう思うでしょう。

でも、今度は脅迫めいて聞こえるかも知れませんが、今のまんまの状態が続いたら、いつ日本はつぶれてもおかしくない。日本がつぶれる言うたら、具体的にどういうコトか。いちばん現実的なのは、外国の植民地になることです。別に、空からミサイルを降らせるばかりが植民地化とは限らない。経済的に抑えるのがいちばん手っ取り早い方法です。いま、日本中の企業という企業が、外資系になりつつある。自動車産業では、純血の国産メーカーがトヨタとホンダだけになってしもうた。日産はルノー、三菱はダイムラー・クライスラー。スバルとスズキといすゞは GM。マツダはフォード。保険会社なんて、目立つのはそれこそ外資系ばかり。アメリカンホームダイレクト。アメリカンファミリー。流通業界も、大手がほとんど経営危機に陥って、カルフルとかの巨大企業が上陸してきました。テーマパークや遊園地でマトモにお客を集めてるのは、ディズニーランドとユニバーサルスタジオ・ジャパンくらいなもん。

そして日本のサラリーマンはどないなってるか。早期退職制度がありますでしょ。定年前に辞めたら、退職金2倍3倍。この希望者を募ったら、ドーッと殺到する。辞めてどうするんか。アテはないんです。ぜんぜん再就職できへん。でも、今の仕事に情熱も愛着も湧かないんで、とにかく辞めたいと。はっきり言うたら、やる気がないちゅうことです。

私は国粹主義者ではないんで、世界に冠たる我がニッポンが、未来永劫いつまでも繁栄してもらいたいというような気持ちは、これっぽっちもありません。国会議事堂にアメリカの国旗が揚がろうが中国の国旗が揚がろうが、一向にかまわない。なるんやったらなれ

ばええ。ホンマになりそうですけどね。空想やなくて。でも、そうなったらなったで、この世にまた新しい不幸がひとつ積み重なります。そんなことは、避けられるんやったら避けた方がええと思います。

頼みの綱は若い世代なんです。しかし、その肝心かなめの彼らから、精神的な力が急速に失われてる。やる気とか、気概とか、覇気とか。それから人に対する思いやりとか、やさしさとか、愛情とか。それを、いま教育で一番はやっていることばで言えば「生きる力」ちゅうことになるんでしょう。生きる力を付けるためには、知識の詰め込みではダメやと。体験が重視されなければならんちゅうて、総合学習や奉仕活動の義務化が始まる。いろいろな職種の人が教壇に立つようになる。ストレス抱えて悩んでいる子どものためには、スクールカウンセリングを充実させてハナシを聞いてやる。

いくつかの取り組みが始まって、数年がたちました。ちょっとでも効果が上がったか。まったく上がってません。効果はゼロどころやない、マイナスです。ますます悪うなってる。

そもそも、何で「生きる力」がなくなるんか。ふつう考えられてるのは、「自分」というものを失ってしもうたから、ということです。自信を持たせて、目標を持たせて、自分を取りもどさせなければならんと。これも、100%間違ってるとは言えません。しかし、根本まではぜんぜん至ってない考え方です。さらに深い問題である、どうして「自分」がなくなるのか、ということ、そこがまったく明らかになってない。これは、私のことばで言えば、他己がなくなったからです。自己と他己はふたつでひとつですから、他己がなくなれば、自己だけでがんばってるわけにはいきません。他己を失って、アンバランスにふくらみすぎた自己は、遅かれ早かれ破裂する運命にある。いま、日本人が「自分」を見失ってるというのは、そういうことなんです。

他己を失って、自己だけになってしもうた多くの方が、今度は自己が崩壊する危機に直面してる。そこから、実にさまざまで、深刻なストレスが発生してきています。その状態で子育てをする。教育をする。子どもは、親や先生以上に他己を失っていくんです。これはもう、どうしたってそうなる。避けようがないことです。そこから児童虐待が生まれる。引きこもりが生まれる。不登校、学級崩壊、いじめ、自殺、援助交際、非行、犯罪、殺人……。この連鎖を断ち切るには、同じこと繰り返してますけど、他己を回復する以外にないんです。自己を肥大させるような取り組みは、やればやるほど逆効果。生きる力よりも、人様を「生かす力」が先なんです。人を生かしてこそ、自分が生かされる。

## 自己・他己検査

ここまで、人間の精神の二面をなす自己と他己についていろいろな説明をしてきました。私は、科学者として、また、宗教家として、科学の限界、科学ではついに及ぶことのできない世界が確かにあることを実感しています。しかし、そうであればあるだけ、科学で説明し得る範囲のことは、ぎりぎり可能なところまで、科学的な手続きによって、正確に、客観的に記述しなければなりません。

ですから、私は、自分がモデル化した自己と他己についても、それを客観的に、目に見えるかたちで示す必要があると考えました。そこで、テスト用紙に答えてもらうことにより、その人の自己と他己がどんな構造になっていて、どちらによりウエイトがかかっているか、総合的に言うなら、その人がどんな価値を持ち、どんな目標の実現を目指して生きているか、こういったことを測定することのできる、「自己・他己検査」を開発しました。これは、私の専門分野のひとつである、心理統計の手続きによって作ったものです。簡単に説明しますと、たとえば「絶対的な幸福を得たい」「できるだけ出世したい」「物知りになりたい」「異性にもてたい」等々、生きていく上での目標となるような、78個の質問項目を、「あまりあてはまらない」から「よくあてはまる」までの、9段階のレベルの中で、自分の気持ちに一番ピッタリだと思うところに分類してもらいます。そしてその結果を得点化して、コンピューターで計算し、今までにも出てきた「尺度（スケール）」を構成したわけです。

計算したところ、次のような6つの尺度ができました。

欲望追求：自分の幸せを実現したいという欲求を表すもの

例えば「よい家に住んで快適な暮らしをしたい」「お金持ちになりたい」など

社会貢献：人の役に立ちたい、人にひたすらな愛情を捧げたいといった社会意識を表すもの

例えば「ボランティア活動をしてみたい」「いつか社会的福祉事業をしてみたい」など

他者志向：思いやり、共感、やさしさなど、「人の心を感じるこころ」の働きを表すもの

例えば「人の痛みがわかる人になりたい」「人に思いやりを持てる人



になりたい」など

出世追求：名利を追求して、実現したいという欲求や意志を表すもの

例えば「何でもいいから人よりすぐれた立場に立ちたい」「人よりよい成績や業績をあげたい」など

自己追求：人生のより高い価値を追求したいという欲求を表すもの

例えば「自分の生きがいを見つけたい」「自分の可能性にいつも挑戦する人でありたい」など

秩序尊重：約束や自分の役割、道徳や習慣などを大切にしようとする気持ちを表すもの

例えば「人の期待を裏切りたくない」「規則はできるだけ守りたい」など

これらそれぞれに対して、自分の気持ちがあてはまるか当てはまらないかと答えてもらうわけですが、ただ、人間というのはついエエカッコをしてしまう。というのは、「人に親切にしたいですか？」と聞かれて、「そんな気持ち、自分にはあらへんな」と答える人は、まあ正直な人もいるでしょうが、だいたい少ないでしょう。無記名で、誰も見ていないところで答えるアンケートにしても、やっぱりついエエカッコしたくなる。すると、「自分の欲望は抑えて、人様のために何かしたい」というような、「素直なヨイ子」の回答ばかりが集まってしまうおそれがあるわけです。それじゃあ調査する意味なんてない。その人の本心がわからないわけです。こういうのを専門用語で「価値汚染」と言う。

その価値汚染を避けるための方法がいろいろとあります。その中に「一対比較法」というのがあって、これはその名の通り、質問項目をひとつずつ、適当なペアにします。例えば「よい家に住んで快適な暮らしをしたい／規則はできるだけ守りたい」のような組み合わせを作って、そのふたつを並べて、パッと見たときに、どちらが自分の気持ちに近いかを選んでもらう。まったくランダムな組み合わせですから、項目どうしを比べてみてもあんまり意味がない。すると、価値汚染をほとんど排除できるわけです。

ちょっと専門的なことにまで踏み込んでしまいましたけど、こんなふうにして、平たく言うたら、ある人がどないな人生観を持っているかを、客観的に数値化して示すことができます。さらに、その人の心の中の、自己と他己のバランスも、そこに現れます。

この「自己他己検査」を使って、やっぱりいろんな研究をしました。その中で、自己と他己のバランスと、ストレスの高さの関係を調べたものがあります。協力してくださったのは、自閉症のお子さんを持つお母さんとお父さんです。

お母さん方には、ストレス尺度と自己他己検査を、お父さん方には自己他己検査をお願いしました。まず最初に、お母さんの個人内における、子育てに対するストレスの高さと自己他己のバランスを比較しました。

さて、関連づけて比べてみたところ、ストレスの高いお母さんは、自己他己検査で「出世追求」と「欲望追求」が高得点でした。つまり、自分自身の幸せや生きがいを追求する傾向があるお母さんほど、子育てにおいてはストレスが高いということです。やはり、自分を大切に思うお母さんほど、子育てのたいへんさがその気持ちをはばむように感じられてストレスが高くなるのでしょうか。はっきり言えば、自分の得になることを増やしたいお母さんにとっては、我が子が障害児であることが損なわけです。

ストレスの低いお母さんはどうやったかと言いますと、「他者志向」と「社会貢献」が高得点でした。自分よりも人様を優先し、社会のことに配慮して生きようとする傾向があるお母さんほど、子育てストレスが低いという結果です。他者や社会のことを考えながら生活していると、当然そこに人とのつながり、コミュニケーションが生まれます。人との豊かなコミュニケーションが、ストレス解消にはいちばんの薬です。そう考えると、他人に心を開いて、通わせ合うことの多いお母さんのストレスが低くなるというのも、よくわかる話です。

家庭内でいろいろなストレスをためているお母さんには、身近な人や、社会全体にこころを開いて、そうした人たちに喜んでもらうことが、すなわち自分の喜びである、そういう気持ちをもって、実際にそういうことをおこなって日々を送る、このような生活をおすすめしたいわけです。この調査にご協力いただいたのは自閉症児のお母さん方でしたが、こころの通い合いがストレスを少なくすることが、家族に障害児がいるかどうかに関わりないのは、言うまでもないと思います。

しかし、お母さん方の性格、人間性といったものは、何十年もの歳月をかけて作られてきたものですから、それを「こうした方がええんやから、こう変えなさいよ」と言われたからって、ハイそうですかとその通りにできるっちゅうモンでもありません。ワタシには

ワタシの考えがある、これが私の生きる道、と言われてしまったら、もう他人はそれについてとやかく言うことはできません。決して押しつけるわけやありませんので、ひとつの提案として聞いていただければと思います。

続いて、夫婦の関係に着目して見ました。お父さんの自己他己のバランスと、お母さんのストレスの高低に関係があるかどうかを調べたんです。そうしたら、おもしろいことがわかった。ストレスが高いお母さんのダンナさんは、「出世追求」「欲望追求」の得点が高く、反対にストレスの低いお母さんのダンナさんは「秩序尊重」「他者志向」の得点が高いという結果やったんです。

「似たもの夫婦」っちゅう俗なことばで、この事実をくくってしまうのもちょっと乱暴やと思いますけど、まあわかりやすく言うたら、そういうことになる。もともと似たような性格の傾向をもっている者どうしが夫婦になって、一緒に暮らす中でその傾向を出し合おうて、お互いに「刺激」を受けて、ますますそれが強まる、ということになるんでしょうか。それで、どちらも自分の欲や願いを実現することが第一の夫婦は、お互いにストレスが高まるし、反対に自分のことより人様優先、と思うて生きている夫婦は互いにストレスが低くて済んでいる。

これもですね、ストレスを低く抑えて、精神衛生をよう保って生活しようと思うたら、夫婦ともども自分より人様優先ですよ、ぜひそうしてください、こないに勧めて、なるほどそうでっか、ほな今日からそうしますわ、言うてできるようなことやない。アタマでわかったから、知ったからそうできる、ちゅうようなもんと違うんです、人間は。

それに、だれが何と言おうと、ワタシは、オレは自分の欲求実現を第一に生きるんや、という固い信念がくずれない方も、いくらでもおいでやと思います。それはもうその人の人生観なんで、他人かとやかく言うても、よけいなお世話や、内政干渉や、ということにしかならない。とにかく、こういう事実もある、ちゅうことで参考にしていただくしかありません。

あえてひとこと付け加えますと、両親がそろって精神的ストレスを減らし、朗らかにイキキと生活することが、子どもさんにとって計り知れないほどいい影響を与える、これはまず間違いない。このことを、心に留めてもらえれば幸いです。

また、お父さんの「自己追求」の傾向に関して、非常に興味深い結果が現れました。お母さんのストレスが大きいとこの得点が低くなり、反対にお母さんのストレスが小さいとこの得点が高くなっていました。極端に言えば、いつもストレスに悩んでいる妻の夫は、自己追求をせず、ストレスをほとんど感じていない妻の夫は、自己追求を存分におこなっている、ということです。あくまでもグループとしての傾向ですから、個人差はあるはずですが。

この「自己追求」の中身は、「自分の生きがいを見つけたい」とか、「自分の可能性にいつも挑戦する人でありたい」とかのものでした。これと、「欲望追求」や「出世追求」は、わりと近いもののように見えます。欲や出世の追求こそ、自己の追求やと言う人がいるかも知れない。でも、両者は、似て非なるものです。

「欲望追求」や「出世追求」は、実際に、具体的に、自分が得できるかどうか、最大の問題です。お金がもうかる、ええ家に住める、快適な暮らしができる、昇進する、人に命令できる、みんなに誉めてもらえる、尊敬される等々。「趣味と実益」と言いますが、まさに「実益」が上がるかどうか最大のポイント。これが「欲望追求」と「出世追求」です。付け加えておきますと、このことに一生懸命な人は、ストレスが高い。これはデータが証明してます。

一方ですね、「自己追求」はどうか。これは、実益の追求ではないんです。実際に、具体的にトクするかどうかは、問題やない。ここに含まれとるのは、たとえば、「自分の生きがいを見つけたい」とか、「自分の可能性にいつも挑戦する人でありたい」、「より善い明日を目指して生きていきたい」というような生き方です。その結果として、収入が増えとか、地位が上がるとか、そういうことはひょっとしたらあるかも知れん。でもそれはあくまでも結果であって、そもそもは、それが一番の目標やったんやない。「自分の可能性」というのが、必ずしも金もうけの才能ばかりを指すわけやないですねえ。ええ家すんで外車に乗ってうまいモン食えるようになるんが「より善い明日」の実現かと言うたら、「そらそうや」と考える人もいてるでしょうけど、まあちょっとイメージとは合わない。「自己追求」では、精神的な価値、気持ちの上での問題が第一になっとるんです。

こういう精神的な価値、人間としてより善い生き方とは何か、を追求して生きている夫。その妻はストレスが低い。そういう価値よりも、金をもうけて出世して、実際にええ暮ら

しができるかどうかを優先する夫。その妻はストレスが高い。この事実は、非常に深く大きい意味をもつと思いますね。

理想的な夫婦、と言うと抵抗を感じはる方がおいでかも知れませんが、わかりやすくそういうものを示すとしたら、夫が「自己追求」を重視して、妻が「他者志向」と「社会貢献」を重視する。こういう組み合わせが考えられるわけです。「バランスがええ夫婦」と言ったらいいのかな。そうなれば、少なくとも、妻のストレスはもっとも低くなると考えられます。そして、妻がおっとり、ほがらかにしとったら、夫としても毎日が楽しいでしょう。よりいっそう張り切って、がんばれるんじゃないですか。さらに、こういう良好な関係は、夫婦の間柄だけにとどまらず、子どもにいい影響が行く。おじいちゃん、おばあちゃんがおったら、その人たちにも伝染する。つまり、ええ家族が作れるちゅうわけです。こういうことが実現したら、いま、夫婦や家族、子育てのことで起きている、ぎょうさんの問題は、すべてとは言わないまでも、相当な部分が解決できると思います。

私は、もう前にも言いましたけど、とにかく何でもかんでも女は家におれ、家庭さえ守っておれば他に何にもせんでええ、よけいはことはするな、こういう主張をする気は、まったくありません。そらちょっと無茶ですわ。そして、男は家のことなんぞ女房にまかしといて、おのれのやりたいいいことをトコトン追求しとったら、それだけでええんや、と、こう言いたいんでもない。このあたりは、もう説明して来ましたので繰り返しません。

ただ、やっぱり男女の違いというものはある、それぞれに、よりふさわしい役割ちゅうのが、これは厳然としてある。それを無視して生きることは、不自然です。人間として平等やないか、ちゅうて、何でもかんでも同等対等にしたら、かえって不公平が起きます。テニスやゴルフの世界トーナメントが男女混合やったら、絶対に男ばかりが上位を占めるでしょ。「平等」と「同等・対等」は、意味が違います。

子どもを産むのは、女性にしかできない仕事です。やっぱり、守り、育てるのも女性が向いている。そういう精神性を、女性は宿してるちゅうことです。それを最大限に活かして生きていくことが、いちばんの幸せなんやと思いますね。男性は、生み出された者の宿命として、おのれの追求を生きる目標にすると。自分勝手すればええって言うとなんやないですよ。以前、林道義さんの『父性の復権』という本がベストセラーになりましたけど、それじゃ「父性」って、つまるところは何なのか。私は、人生のより高い価値を求めていく精神性が、その根本やと考えるんです。そして、それを生み、育て、受け入れて包み込んでくれるのが母性、こう言えると思いますね。

強い精神的ストレスがかかってきたとき、その人の真価が問われます。別の言い方すれば、本性が現れる。何のストレスもない人生ちゅうのは、本来はあり得ない。いまの若い人はそれを求めてますけどね。とにかくラクして、楽しく生きたいんやと言う。そんなの、ホンマ言うたら無理な話です。でも、それが無理なことやとわからない、あるいはわかってても認めたくないから、ストレスがかかってくると自分のカラの中に閉じこもってしまう。引きこもってしまう。

「四苦八苦」って言いますでしょ。仏教の知識がある方はご存じだと思いますけど、これは釈尊、お釈迦さんのことばです。「四苦」は「生・老・病・死(しょう・ろう・びょう・し)」の四つ。生まれたこと、老いていくこと、病気になること、そして死ぬこと。この四つが人生の根本的な苦しみを構成する。そして、ここから逃れられる人はだれ一人としておらん。人間は、みなこの苦しみを背負っている、と。自覚せん人、気づかない人は多いと思いますけど。

「老・病・死」の苦しみは、比較的わかりやすい。でも、一番最初の、生まれたことが苦しみや、というのは、ちょっとわかりづらいかも知れせんね。みんながみんな、この苦しみに直面して悩む、ということはないかも知れん。でも、それは、おおかたの人が自覚してないだけやと思います。

私は若いころ、この「生」について、猛烈に苦しみました。あんまりくわしいことはやめときますけど、この苦悩はそれこそ生きるか死ぬかの、瀬戸際の問題やった。いまでも、そういう人はいると思うんですね。何でワタシはこんな家に生まれたんや、あの親の元に生まれてきたんや、って。

いつの時代、どこの国や地域で、どんな両親のもとに生まれてくるか、ちゅうことは、絶対に選べないでしょ。生まれてくる本人には。生まれを自分の自由にできない。一方的に、言わば押しつけられた運命を、甘んじて受けるしかない。

いまは、世界中の目がアフガニスタンやパキスタンに注がれてますけど、そりゃね、アメリカに生まれるのとアフガニスタンに生まれるんじゃ、アフガンの方には気の毒な言い方やけど、月とスッポンですよ。はっきり言うたら、天国と地獄の差がある。アフガン人が、この国に生まれたいなあと望んでそうなったんか。アメリカ人が、アメリカがええなあという願い通りになったんか。そんなことないんですね。本人の意向や希望は一切無視。

勝手に決められて、勝手にこの世に放り出された。悩んでも悔やんでも呪っても、絶対にやり直しはきかない。リセット不能。

私、自閉症児のお母さんの教育相談しとったときに、何べんも泣かれました。そして詰め寄られた。まあ、詰め寄られた言うのはちょっとことばがきついかも知れませんが、それに近い。「先生、何で私の」、私というのはお母さん自身のことですね、「何で私のところに、この子が生まれたんですか。何で私なんですか」、言うて。

そのことが、どうしても納得できない。何で自分に自閉症の子が生まれるんや。何で私がない目にあわなイカンのや。考え出したら、もう眠れない。先生、教えてください、説明してください、そして私を納得させてください、こない言わはるんです。そして涙が止まらない。

これ、困りました。説明のしようがない。アナタ、そういう運命やったんです、巡り合わせなんです。たとえこないに言うたかて、「ああ、ホンマにそうなんですなえ」って、納得してくれるわけがないですよ。そんなん、いくらことばを積み重ねたって、むなしいんです。私なりに、そのお母さんの状態に応じて、全身全霊こめて、それこそこちらも必死になって答えました。

これは結局、さかのぼったら、お母さん自身の「生」の苦しみです。何で自閉症の子を授かるように生まれついてしもうたんやワタシは、言うて。これは、知識やことばで乗り越えられるようなもんや違うんですね。話を聞いたり本を読んだりしたかて、どうにもならん。もちろん、お金持ちになったって、みんながうらやむような地位にのぼりつめたって、その苦しみは決して消えるもんやない。

この「生老病死」に、あと四つの苦が加わって、合わせて八苦になります。その、加わる四つとは、「愛別離苦(あいべつりく)」（愛する者と別れなければならない苦）、「怨憎会苦(おんぞうえく)」（憎い者と会わなければならない苦）、「求不得苦(ぐふとく)」（求めても得られない苦）、「五蘊盛苦(ごうんじょうく)」（存在そのものから起きる苦)です。生きている以上、あらゆる人はこの四苦八苦から逃げられない。これが仏教の教えるところです。ふだんは信心していない人も、ちょっと自分の生活を振り返ってみたら、思い当たるフシが結構あるんやないかと思います。

どんな人でも、生まれてきた以上かならず死ななければなりません。「縁起でもないこと言うて」って、気分悪うされる方おいでも知れませんが、これを読んでくださってるみなさんも、遅かれ早かれ、いつかは絶対に死ななければならん運命です。その時が、明日くるのかも知れん。五十年後かも知れん。いつそうなるのかは、自分では決められない。「自殺なら自分で決められるで」って、思いはるかも知れませんが、何かの拍子で助かってしまうことだってあるでしょ。自分で決められるようでも、やっぱり最終的にはそうはいかない部分が必ずある。

精神的に健全な人ならだれでも、自分の人生が少しでも長く続くことを願うでしょう。しかし、その願いが強ければ強いほど、つまり、自分の生への執着が強ければ強いほど、それに比例して、死への恐怖は増大します。自分が死ぬことを想像しただけで、不安と焦りに押しつぶされそうになってしまう、極端な場合、こういうことになる。

避けようのないことを、避けたい、避けたい、とものがくほど、その運命がものすごい重圧になって迫ってきます。避けられないこと、自分の思い通りにならないことまでも、どうにかしたいと願うのは、自己の働きです。反対に、それをありのままに受け入れるのは、他己の働きです。ですから、自己ばかりが肥大して他己が枯れてくると、いつ自分が消えてなくなってしまうんやろか、という不安と恐怖にさいなまれながら生きていかなければならん。

自己と他己のバランスがとれていれば、一生懸命に、充実した人生を送ろうと努力しますが、自分の力が及ばないことまでを、どうにか思い通りにしたろうとこだわるのがなくなります。こだわりから逃れることは、生きる活力を失ってしまうこととは違う。反対に、毎日の生活を、本当に充実した、生き生きしたものにすることができると。もう何度も言うたことなので、繰り返すのも気が引けるんですが、これは、アタマでわかったかて「じゃ、今日からそうしよう」と、できるもんやありません。

しんからこう思うて生きていかれるためには、無意識の世界がそうになっていなければなりません。無意識ですから、意識してできることではない。無意識の世界に降りていける思想は、宗教を置いて他にはありません。日本以外、世界中どこの国に行っても、宗教があります。人々の毎日の生活を、しっかりと支えている。神や仏、または、人間をはるかに超えた絶対的な力が、われわれに働きかけて来てるということを、だれもが信じてる。



しばらく前、アメリカのマスコミが、十代の若者を対象にアンケート調査をした。その中に「あなたは神の存在を信じますか」という質問があったんです。「イエス」と回答した者の割合、どれくらいやと思われませんか？ 何とね、9割を超えとるんです。合理主義、科学主義、民主主義の代表国アメリカで、若い子に「神を信じますか？」と聞いたら、十人中ほぼ十人が「ハイ、もちろん」と答える。

日本では、絶対に考えられんことですね。若い人が人前で「神仏を信じます」なんて言おうモンなら、サーッとみんながよけていって、その子を中心に半径五十メートルくらいの円ができる。聞こえてくる陰口は「奇人変人や」「オウムや」「アタマおかしいワ、あいつ」「近寄るなよ」「付き合うたらいかんで」等々。家庭で子どもがそんなこと言うたら、もうお父さんお母さん大慌てです。どえらいこっちゃ、うちの子マインドコントロールされてしもうた。どこのどいつや、余計なこと吹き込みよんのは。こない言うて怒りまくる。こんな光景、外国人にしてみたらそれこそ信じられない。アンビリーバブル。日本の常識は、世界の非常識なんです。当の日本人は、なかなかそのことに気付かない。

仕方ないんですね、これは。戦後半世紀以上かけて、セッセとこういう国を作ってきたんですから。ちょっとやそつではこの流れは変わらない。私もいろいろなこと言うたり書いたりしますけど、残念ながらほとんど相手にされません。悲しいことやなあ、という思いはありますが、それにこだわる気持ちはまったくない。別に、投げやりになったり、やけくそになったりしてるわけではありません。一生懸命努力して、精進してますけど、結果がどうや言うて、そんなことには振り回されない。ストレスなんて、ほとんど感じない。自分の思い通りにならないことがある、という事実が、ストレスとして迫ってくる、ということが、まったくない。だから当然、ストレスを解消せな、とも、ぜんぜん思いません。

反対に、現代人には、ストレスをなくそう、という思いが強いんですね。大人もそうやし、子どもたちの生活からも、特に学校生活からはストレスをなくす方法がいろいろと考えられる。競争をやめる、授業はゲームや体験を中心にする、学習内容を減らす、スクールカウンセリングをする、等々。その結果はどうか。ますますストレスに弱く、すぐにへたばってしまう子が増えてます。何でか言うたら、自己肥大を進めるばかりで、他己をいっさい無視して、ないがしろにして、育てないからですね。発想がないから、具体策も出ようがない。日本がここから方向転換していくのは、相当に困難なことやなあ、と思わざるを得ません。

大切なことは、ストレスをなくすことやないんです。それより、ストレスが降りかかってきても、それにつぶされない精神を養うことですね。それには、自己を肥大させてもダメ、ダメと言うか、逆効果です。ますますストレスに弱くなってしまいます。決定的なのは、他己を豊かに働かせることです。そして、多くの人とコミュニケーションをする。

たわいもない会話でええんです。どうってことないことをしゃべり合うて、アハハと笑っとるだけでもええ。たった一人で、孤独なところを抱えたまんま、テレビを見たり新聞読んだり、パソコンに向かい合っているても、人間はひとつも幸せになれることはありません。

からだ、すなわち感覚 - 運動機能で、どれほど心地よい刺激を得ても、あるいはあたま、すなわち認知 - 言語機能で、どれほど知識をぎょうさん詰め込んでも、人間は、それだけでは決して幸せになれないんです。こころ、すなわち情動 - 感情機能が満たされることが、人間の幸せです。

しかも、自分の情動を満足させるだけでは不十分です。食欲・性欲・優越欲をいくら満たしても、それに必死になっとなら、かえってストレスがたまる。むしろ、自己の情動は抑えて、感情を豊かに働かせ、人とところを通わせ合うことです。人間の幸福は、最後にはここに行き着く。

自閉症児のお母さんが、何で私のところにこの子が生まれなければならんのですか、言うて、「生まれ」という、人間にとってもっとも根源的なところの苦悩を感じる。これは、人間の力や知能では、決して解決がつかん問題です。どんなに考えてみても、同じところをグルグル回るばかりで、ついに答えを得ることはできん。まさに「縁」という、人間をはるかに超えた、何か大きな力が、そこに働いているとしか、言いようがないことです。でも、人間は、そういう出会いの意味を、考えることはできます。どうしてそうなったのか、理由は最後までわからなくても、そうなったことの意味は、実感することができる。自閉症の子どもは、私たちに、「人の心を感じるこころ」の大切さを教えてくれているということです。現代、人間は、科学文明発達の「おかげ」で、あたまでっかちになり、からだで感じる快樂の追求に溺れて、こころを見失っています。日本人には、特にその傾向が強い。自閉症児は、そんな中に暮らしているわれわれに、あらためてこころの大切さを、身をもって教えてくれているんです。しかし、おおかたの研究者や教育者は、そのことに

すら気付かず、自閉症児を「治療」して、「教育」してやるとしか思っています。自分らが教わる立場であるにもかかわらず、それを忘れて、教えてやってるつもりになっとる。本末転倒です。傲慢の極みです。自閉症児を不幸に追いやっているばかりではなく、世間にそれを広め、さらには自分自身の首まで絞めて、しかもそのことに気付かない。

あらゆる子育てにも、同じような面があるんですね。親では、とうてい及びもつかないような、すばらしい人間性を備えた子どもに出会わせてもらい、愛情をかけさせてもらうことで、親自身が人間として成長できる。人の心を感じるころを、ふたたび目覚めさせてもらうて、自己と他己のバランスを取りもどさせてもらう。これが子育てなんです。その過程で出てくるストレスは、ホンマ言うたらストレスかける方に原因があるんやない。それストレスとして受け止めてしまうこちらに原因があるんです。ちょっとお説教っぽくなって恐縮ですけど。最後なんで、ごかんべんください。

「子育ては親育て」とか「育児は育自」とか、よう言われることです。私も、子育てによって、実は親こそが教育されると言いたい。でも、世間でよう言われていることと、私が考えていることとは、だいぶギャップがあると思います。いまの風潮には、どちらかと言うと、親の成長があって、その結果、子どもの成長が保障されるんやという色合いがある。親が先で、子どもは後回し。そうやないんです。そんなんやから、親の思い通りにならない子どもが、虐待うけて殺されるような出来事が、あとを絶たんことになる。

子どもが先なんです。生まれながらに備えている、自然な成長の筋道にしたがって、子どもが健全に育っていく。親は、自分の都合や欲、エゴを捨てて、そこに愛情という栄養を注ぐんです。

こうして、みんなが、自分より先に人様を優先して、こころを通わせ合うことを第一にする。情動を共有する。人の喜びはわが喜び。人の悲しみはわが悲しみ。そうして、本当のコミュニケーションを取りもどす。その時にこそ、ストレスフル・マザーが、ストレス・マザーになりはるんです。

すべての人に、その日が一日でも早うに訪れることを、心から祈ってます。

## 参考資料

### 障害児をもつお母さんのためのストレス尺度

5 尺度各 10 項目、合計 50 個の質問について、「だいたいあてはまる」「すこしあてはまる」「あまりあてはまらない」「ほとんどあてはまらない」のうち、自分の気持ちにいちばん近いものを選んでもらいます。例として、各尺度 3 項目ずつをあげておきます。すべてをご覧になりたい方は、どうぞご連絡ください。

#### 「社会的圧迫感」尺度

- 1 この子と同じ年頃の親子連れを見るとうらやましく思うことがありますか
- 2 よその子の親たちをうらやましく思うことがありますか
- 3 この子を社会の目からかくしたいと思うことがありますか など

#### 「養育負担感」尺度

- 1 子どもの世話をするのがいやになることがありますか
- 2 この子の存在が家族の負担になっていると思いますか
- 3 この子のことでイライラしたり、神経質になったりしますか など

#### 「不安感」尺度

- 1 この子のことを考えるとどうしてよいかわからなくなりますか
- 2 この子がふびんでならないと思うことがありますか
- 3 この子をもったことでいろいろ悩むことがありますか など

#### 「療育探求心」尺度

- 1 もっと良い施設や教師がつけばこの子は良くなるにちがいないと思いますか
- 2 この子の可能性がどの程度なのか考え出すと不安になりますか
- 3 この子の残された可能性をどこまで伸ばせるか自信がもてないですか など

「発達期待感」尺度

- 1 現在は発達が遅れているが将来は遅れを取りもどすと思いますか
- 2 この子にはかくされた何か特別な能力があるように思いますか
- 3 いずれはこの子の症状がなおると思いますか            など

障害児をもつお母さんのストレスに関する論文

本文中にも書きましたが、大学に頼める機会があれば、全国どこでもコピーを取り寄せてもらえます。または、私どもにご一報ください。

中塚善次郎(1984) 障害児をもつ母親のストレスの構造,和歌山大学教育学部紀要 教育科学, 33 巻, pp27-40 .

中塚善次郎(1985) 障害児をもつ母親のストレスの構造( ),和歌山大学教育学部 紀要 教育科学, 34 巻, pp5-10 .

中塚善次郎・蓬郷さなえ(1989) 障害児をもつ母親のストレスと家庭における夫婦の役割分担について,鳴門教育大学研究紀要(教育科学編), 4 巻, pp139-149 .

柏木和子・藤居真路(1985) 自閉傾向の強さと母親のストレス - N 式自閉傾向尺度による検討 -, 和歌山大学教育学部学芸, 32 巻, pp21-32 .

小川敦・木村みどり・中塚善次郎(1999) 障害児をもつ母親のストレスと社会支援, 鳴門教育大学学校教育研究センター紀要, 14 巻, pp83-92 .

大西久男・中塚善次郎・蓬郷さなえ・宮崎令子(1989) 自閉症児を持つ母親のストレス - 文章完成法にみられる母親の心理 -, 鳴門教育大学学校教育研究センター紀要, 3 巻, pp31-35 .

大西久男・中塚善次郎・宮崎令子(1993) 障害を持った子どもの母親のストレス: 障害認知時のストレスの構造と規定要因の検討, 鳴門教育大学研究紀要(教育科学編), 8 巻, pp183-197 .

蓬郷さなえ・中塚善次郎・藤居真路(1987) 発達障害児をもつ母親のストレス要因( ) - 子どもの年齢、性別、障害種別要因 -, 鳴門教育大学学校教育研究センター紀要, 1

巻, pp39-47.

蓬郷さなえ・中塚善次郎(1989) 発達障害児をもつ母親のストレス要因( ) - 社会  
関係認知とストレス -, 小児の精神と神経, 29 卷(No.1,2), pp97-107.

#### 精神疾患、学習障害、引きこもりに関する著書、論文

中塚善次郎(1994) 人間精神学序説 - 自他統合の哲学的心理学の構築とその応用 -,  
風間書房刊.

第2章 人間精神の心理学モデルによる精神病理の解釈 (pp45-61)

第3章 精神分裂病の基本障害と諸症状 - 自己・他己双対理論による了解の試み  
- (pp63-87)

中塚善次郎・小川敦(2001) 学習障害研究における人間精神学の展開 - 新仮説の提唱  
と学習適応性尺度の構成 -, 風間書房刊.

中塚善次郎・小川敦(2002) 引きこもり理解の新たな視点 - 自己・他己双対理論によ  
る検討と提言 -, 鳴門教育大学学校教育実践センター紀要, 16 巻, pp121-130.

不許転載