

家族心理学から見えてくること

跡見学園女子大学教授 平木典子

私は心理臨床の中でも、家族心理学とか家族療法を専門にしておりますので、そちらの観点から、現在の子どもたちの SOS がどのように見えるかというお話をさせていただこうと思っております。心理臨床の世界では、先ほど文京区の方の相談内容に見られるような問題について対応しておりますが、社会の変動によってそのとき問題になることが変化しているように感じております。たとえば、少し前までは、不登校の問題への対応がほとんどでした。マスコミで不登校が騒がれると前後して、相談には不登校の問題が多く寄せられます。まもなく引きこもりとか、ニートと呼ばれる問題が増えてきました。また、教育相談所には多くありませんが、児童相談所では、同じように親による子ども虐待の問題がほとんどになりました。マスコミでも虐待は大きく取り上げられてきましたが、次に今、いじめが大きな問題です。

これらの相談はどれも、子どもたちが出している SOS ですが、学校は「家族の問題だ」といい、家族は「学校が悪い」と責任転嫁をしています。そんなことをしていても意味がないところまできていて、緊急な事態になっています。おそらく、私たちがこれから考えなければならないことは、地域社会で子どもたちをどのように支えていくかということ。そういう意味では、広い意味での子育ての社会化が問われているのだと思います。

今、文京区の方たちのご苦勞を聞き、できることをすべてやっていこうというエネルギーと細やかな心遣い触れて、そのご苦勞はいかばかりかと想像しておりました。私は、家族の支援をしている立場から、地域社会ができることはどういうことかについて、考えてみたいと思いました。

子どもたちの SOS

子どもたちは今、小さなものから大きなものまで、心身の症状や驚くような行動を通して SOS を出しています。先ほどの相談の中身などがその証だと思いますが、子どもたちは、大きく二つの方向から SOS 出しているように思われます。

1) 心身の症状 ひとつは、心身の症状で、子どもたちの症状としては摂食障害、不登校、自傷などに加えて、最近ではうつも増えています。新たな症状としては、引きこもりとかニートなども現れました。症状として、あるいは動けないという状態を通して訴えていることは、怠けや反抗ではありません。この様な症状による訴え方は、内向した問題の表現であり、自分の内面で起こっている不安や葛藤が症状化していると受け取ることができます。自分か困った状況、参っている状態が症状として表現されており、それを私たちは問題提起として受け取ることができます。つまり、それは機能社会に対する「ついていけない」という訴えだと受け取ってみてはどうでしょうか。高度に機能化され、スピード

が速く、しかも、常に課題を遂行しなければならないことのプレッシャーに対して、「私たちはあなたたちのようなスピードや完成度についていけません」、「私たちは機械ではありません」というふうに訴えているのではないかと思います。

② 暴力化傾向 もうひとつの訴え方は、逆に外に向かった形で表現されているものです。それは一言で言うと、暴力化傾向と言ってもいいのではないかと思います。現在、まさに大きな問題になっているいじめや、非行、他害・他傷、凶悪な犯罪の低年齢化などです。私たちがかつて体験したことがない状況が次々に起こっていますが、そんな形で子どもたちが表現していることは何か。それは、「いらいだち」ではないでしょうか。子どもたちは大人の社会に対して言葉で十分表現することができないので、「これはおかしい」と言いたかったり、「それはけしからん」と訴えたかったりしているのではないのでしょうか。感じていることを本能的に怒りやいらいだち、あるいは行動で表現していると思います。今、問題になっているいじめを例にとると、いじめる側は、周囲の大人からのさまざまないじめとも取れる攻撃を、自分より弱いものに向けて、怒りやいら立ちとして表現していると考えられますし、いじめられる側は攻撃をそれ以上大きくしないように、内向かせて耐え、時に心身の症状として表現していると受け取ることができます。この組み合わせによって、問題の正体が見えにくくなっているのです。

この言語化されない怒りの二つの表現形態は、子どもたちが怒りを感じたとき、その場できちんと表現することが困難であることからきています。怒りは、不快感の表現ですから、誰もが感じることで、それを表現したとき、大人から受け止めてもらえなかった体験があるのでしょう。その気持ちを受け止めてもらえなかった体験の積み重ねが、大きな攻撃になって表現されるのです。そもそも受け止めなかったのは大人なのですが、それを大人がけしからんとか、その行動は犯罪的だと言っているでも始まらないことです。むしろ、子どもたちの言動をどう理解するかが重要なのです。

③ 違いに対する不寛容 もう1つ、今述べた子どもたちの言動に共通する現象があります。違いに対して子どもたちが非常に不寛容になっていることです。自分と違っている人、違った考えや感じに対して寛容ではありません。その一例がいじめ現象ですが、大人びているとか、成績がいいとか、おとなしいとか、自分とは違っている人を変だと思うのです。違っていることは、おかしいこととして異物視されたり、違いは脅威にもなるので排除しようとしたり、理解しにくいので無関心になったりして、そばに近づこうとしない。あるいは違いをどちらが正しいかという問題にする。つまり、自分が間違っているとすれば怖いし、相手が間違っているとすれば自分に同意させようとするようになるわけです。私は「違い」は「間違い」ではないということをまず大人が確認し、子どもたちが理解することが重要だと思います。子どもたちが示している症状や極端な行動化を防ぐ1つの鍵は、違いを違いとして理解することにあるのではないかと私は思っています。

違いに対する理解不足と不寛容は恐怖を生み、さらに、自分の個性や自分らしさの表現を妨げていきます。子どもたちは孤立化し、他者との交流の中でのアイデンティティの発

見が難しく、拡散の状態に陥ってはいないでしょうか。アイデンティティとは、自分の個性とか自分らしさのことですが、いま、人間の共通点と同時に、違いを理解していくことができない状況で、落ちこぼれとか、仲間になれない子どもたちが増えているようです。民主主義とか、個性が大切にされる社会という建前はあるものの、一方では、みな同じひとつの道を歩むことしか許されていないことになります。つまり、生まれたときから大学に行き、いい就職先を見つれることに縛られて、その道を歩むことができそうもない子どもたちは、落ちこぼれ、ニートと呼ばれて、「それは違う！」という訴えをさまざまな言動で表現し、同時に、子どもたち同士がお互いを追い込んでいるように見えます。

大人の SOS

このような子どもの SOS は、大人に対して発せられていることは確かですが、では責任は大人にあるかというところとも言い切れません。なぜなら、大人もさまざまな SOS を出しているからです。例えば、家族間暴力の問題です。DV といわれる夫から妻への虐待や、親の子ども虐待、あるいは、老人虐待です。家族の間で暴力が起こっているという現状は、一番近いケアし合うはずの人々が憎しみ、傷つけ合っているということです。また、孤立化した育児の中で、育児不安を抱えつつ取り残され、追い詰められている母親の姿、離婚の増加、介護を負わされた人と介護されている人の高齢化・孤立化など、弱い立場にある人々が、見捨てられていく恐怖があります。職場におけるパワハラやセクハラ、うつと突然死の増加なども、弱い立場にある人が、強い人間から排除されていく不安をかき立てます。弱さを見せると、この世の中に居場所がなくなるのではないかという恐怖は、子どもにも大人にも迫っています。

これらの現象は、実は、家族形態が変化し、その結果、家族機能が変化したことから生じているのですが、それを自覚し、対応を考える必要があること教えてくれる出来事だと思います。

日本の家族の現状は、産業化が進んだことで、核家族化し、独身者の家族が増え、単身赴任や同居していない家族が増え、再婚の家族や結婚しないで同棲している人たちもいて、血のつながった親子が生活を共にするといった常識はなくなりました。家族の形態が変化したことは、家族の機能も変えました。性の解放と生殖医療の発展は、結婚した夫婦とその子どもという家族観を変え、親の持つ子孫の継続とか、子孫の社会化に対する責任は薄れました。あるいは、子どもは「授かる」ものから「つくる」ものになっています。つまり、産みたい人が産むことになってきました。選択可能になってきたことが、すべて悪いわけではないとしても、親の意識は、子どもを自分の思い通りに育てるという方向に向かっています。別の言い方をすれば、社会的な役割を担った子育ての意味は薄れ、自分の思い通りに産んで、育てるという傾向が強くなっています。

家族間暴力とか、育児不安といった問題は、以上のような家族機能の変化と密接に結びついた現象でしょう。

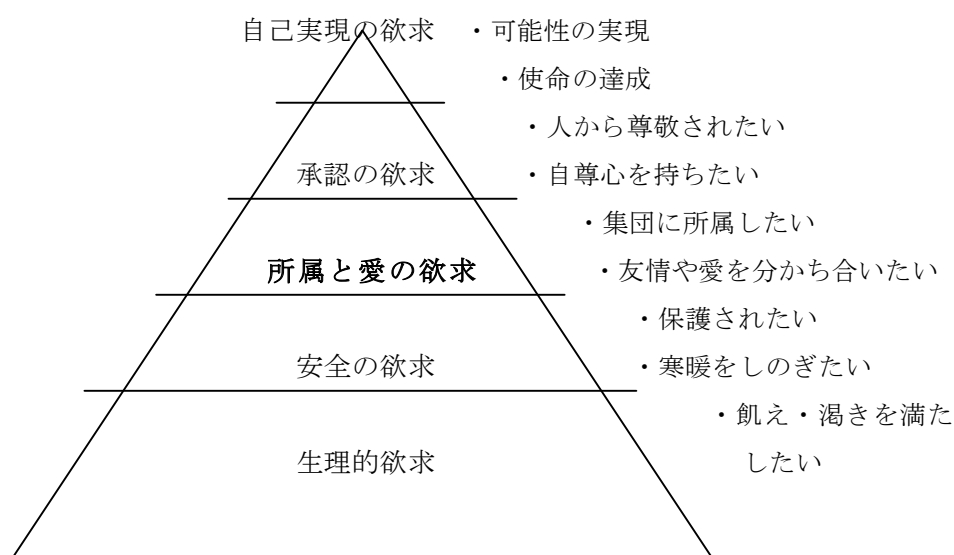
同時に、仕事をしている人々にとって、中高年のうつ、自殺に潜む職場のストレスは、家族生活をも圧迫しています。年齢が上の方たちはお分かりにならないかもしれませんが、今、日本の企業では、30代で月給が頭打ちになるのです。若い人たちには深刻な問題ですが、30代過ぎて役職に就かない限り給料が上がる保証がないのです。競争といわゆる成果主義の方針の下で、日本全体に残業と疲労の蓄積が広がっています。多くの人が、一月60時間以上残業（つまり、最低でも1日3時間残業）しており、他の国と比べると、異常な状況です。睡眠が十分に取れてない、朝食をとらない、昼・夜外食、家族と接触する時間はほとんどないというわけです。家族間のコミュニケーションがないところで、お父さん、お母さんは家族のために働いているつもりなのです。

コミュニティの不安定

子育てが難しくなっていることのもうひとつの状況として、コミュニティが衰退していることがあります。地域社会は安全どころか、危険なところに変わっていきつつあります。子どもが連れ去られ、殺される状態は、子育てが孤立化していることに追い討ちをかけています。そして、環境汚染、災害、戦争など、かつて私たちが体験しなかった脅威にも襲われています。

豊かさの裏に潜む存在の不安定さ

このように考えてくると、子どもや大人が表現している問題は、豊かさ、利便性、成果主義に対する大きな問いと考える必要があるように思います。次の図を見ながら、この現象を理解してみたいと思います。これはアメリカのマズローという心理学者が主張した「欲求の5段階説」を図にしたものです。彼は、人は5つの欲求を満たしながら生きていくと述べ、自己実現という言葉を広めました。



図を簡単に説明しますと、人間は、まず生理的欲求と安全の欲求を満たすことを考える。それらの基本的欲求がある程度満たされると、心理的な欲求が出てくる。人間の仲間として存在を認めてほしいと思うようになるということです。存在を受けとめられると、何かを成し遂げて認められ、その成果によって自他の尊敬を得たいと望むようになります。一人ひとりが、人の中で受けとめられ、自分の能力を発揮して一人前のことができるようになると、最後には、自分ができることをして、自分らしく生きたい、自分になることができる人間になりたいと思うようになるということです。

日本の現状をこの考え方で理解してみるとどうなるでしょうか。

① 存在よりも成果で判断される人生 日本の社会では、おそらく生理的欲求と安全の欲求はある程度まで満たされてきました。高度経済成長の中で、私たちは、イラクや北朝鮮のような食住の危険にさらされることはなく、生理・安全はある程度確保されています。マズローは、この二つの欲求は、生命の維持のため基礎的なものだといったのですが、実は3番目の欲求を太字で書いたことに私の託したい意味があります。「所属と愛の欲求」とは、集団に所属したい、友情や愛を分かち合いたいという欲求ですが、今までお伝えしてきた子どもたちの姿は、この欲求が満たされていないという訴えであるように思います。子どもたちが出している SOS は、「自分の居場所がない」「自分をありのまま受けとめてくれる人がいない」ということ、つまり所属と愛の欲求が満たされていないことを示しています。つまり、「あなたはそこに居ていい」「私がしっかり受けとめます」と言って欲しいということです。このメッセージを子どもに対して出すのは、基本的には親でしょうし、保育園や学校の先生たちでしょう。「あなたが何か特に優れたことができなくても、あなたが人間としてそこに居ることに意味がある」というメッセージを出す人がいない限り、存在が危うくなるのです。

虐待をされている子ども、いじめられている子どもたちは、「居場所がない」と言いますし、誰からも大切にされていない感じを持っています。そして、その裏では、「あなたは〇〇ができるようになりなさい」、「いい成績をとらないと、うちの子ではありません」といったメッセージが伝えられています。つまり、「所属と愛の欲求」を満たす前に、「承認の欲求」のところで大人がかかわり始めてしまうのです。何かができた、できないで子どもを認めたり、認めなかったりすると、子どもはできないとき、見捨てられる不安におびえます。

確かに、親は成果を上げるべく仕事をしていますが、それと同じ論理と価値観で、子どもの習い事や成績にエネルギーを注いでいるのです。社会全体がもっている成果主義の課題は家族全体にも及んでいて、子どもが帰ってきたときに「今日宿題ないの」と聞いてしまう親は多いのです。今日はどんな一日を過ごしたんだろうと顔色を見る前に宿題を問い、「はい、次はおやつ」、「次は塾」となって、おやつまで課題になっています。ケアするというメッセージやかかわりは減り、子どもたちは課題を遂行するマシンのように動

かされて、心身の症状や、苛立ちの言動を発しているのではないのでしょうか。

そうすると、健康の維持や回復、人間関係の維持や支えなど、心身の健康を土台とした行動は得られず、不安定な土台の上に課題が積み上げられていくという様相を呈することになります。逆に、課題を達成することでしか認めてもらえず、健康な生活までも保証されないことになっているのです。豊かさの中で食事や睡眠は軽視され、所属と愛の欲求は無視されて、課題に駆り立てられているのです。

② 子どもの SOS はどこへ？ 先ほど、学校では、子どもたちの SOS のサインを一生懸命見とろうとしてみてくださいましたが、子どもたちにとって家庭も学校もサインが出せるような環境ではないのかもしれません。子どもたちは、出しても誰も気がつかないし、見てくれないことがわかっているのでしょう。おまけに、IT 社会の実現は、接触の少ない家族たちの日常に、デジタル化されコミュニケーションを持ち込みました。つまり、記号と手順と理屈で人々がつながり、そこには人のぬくもりとか、細やかなニュアンスを伝える非言語的なメッセージは使われなくなりました。いくら絵文字を使っても、言葉というデジタル信号は、表情や声・身振りなどが伝えるメッセージを伝えることはできません。人と人がつながりを実感できないやり取りの中で「承認の欲求」を満たして生きていくことは、いかにも不安であり、苦しみでしょう。

これでは、自己実現の欲求には到達し得ないだけでなく、この世にいても意味がないと思うかもしれません。この現実には、家族や学校が分担して解決するといった問題ではないでしょう。私たち大人一人ひとりが置かれた場で、意識して周囲の人々に働きかけていくしかない現代的課題だと思います。いじめにあつて死を選ぶところまでエスカレートしないと、大人は動いてくれないと訴えている子どもたちの SOS は非常に厳しいものであり、私たちはその現象だけにかかわるのではなく、その裏にある子どもたちの存在の不安定さにかかわっていくことが必要なのではないのでしょうか。

どうもありがとうございました。