



# 関係からみた<sup>連載</sup>子どもの こころと育ち

小林 隆児 Kobayashi Ryuji 大正大学人間学部臨床心理学科教授

## 死にたいほどに強い育児不安を訴えた母親

F子：30歳、女性、無職

主訴：動悸、息切れ、めまい、食欲低下、易疲労感、無意欲、自殺念慮

現病歴：子どもの頃から優等生で、都内のエリートコースを順調に歩み、両親の期待も大きかった。私立の有名大学を卒業後、OLとして勤務する傍ら、趣味もいろいろと楽しみながら充実した生活を送っていた。しかし、数年後しだいに仕事も忙しくなり、仕事に行き詰まりを感じるようになっていった。ついに退職を決意したが、その頃、当時の職場の同僚と結婚することになった。結婚後1年ばかりは順調な生活を送っていたが、まもなく妊娠したため、近くの実家に帰って里帰り出産することにした。妊娠は順調な経過をたどり、元気な赤ん坊を無事出産した。その後、数カ月して自宅に戻り家事と育児にもっぱら従事するようになった。生来、几帳面な性格であったこともあって、しばらくは家事も育児も手抜きすることなく頑張っていた。夫は仕事で帰宅も深夜になることが多く、日曜出勤も珍しくなかったため、ほとんどひとりで家事と育児をこなす毎日だった。時折、母親に手伝ってもらいながら、どうか毎日を過ごしていたが、母親も自分の親の介護や仕事で多忙を極めていたため、ついに母親も具合が悪くなって、入院することになった。そんな頃、赤ん坊が頻繁に熱発するようになり、F子も赤ん坊の世話で、それまで楽しみにしていた外出もままならなくなった。しだいにF子は元気がなくなり、動悸、息切れ、めまい、食欲低下などが出現。F子は夫や母親につらいつらいとさかんに訴えるようになっていった。

1カ月もすると、何もする意欲がなくなり、自宅で横になることが多くなった。赤ん坊は激しく泣くが、それがさらにF子をいたく刺激し、いらいらが高じていった。ついに不眠と早朝覚醒も出現。不安と焦燥感がひどくなり、ある日、元気になった母親が見舞いにいったとき、F子は衝動的にマンションのベランダから飛び降りようとするまでになった。ついに筆者の関与する病院に緊急入院することになった。

入院時の臨床診断：うつ病(激越型)

家族構成：夫と子どもとの3人暮らしだが、スーパの冷めない距離にF子の実家がある。実家は代々商家で、その業界では都内でも指折りの業績を誇る名家である。F子は同胞4人の末っ子。上3人はかなり年の離れた兄たちであったこともあって、F子は両親にかわいがられて育ったという。

初診時の状態：絶望的な気持ちになっていて、何がいいことかわからない、自分がどうなるか怖い、怒りがおさまらない、誰にも自分がわかってもらえない、母親に子育てについて注意されたり助言されたりすると腹が立つなどとさかんに訴えていた。不安や焦燥感とともに、強い抑うつ感が認められたが、とりわけ自分でもどう処理してよいかかわからない怒りの感情が高まっているのが印象的であった。

## 子ども時代の記憶が生々しく甦る

個室に入院したが、部屋にいると何かしなくては、という思いに駆られてしまい、ゆったりとした気持ちになれず、居ても立ってもいられず、落ち着かない。好きな本でも読もうと思うが、いざ読もうとすると集中できない。ベッドに横になって休もうとしてもゆっくりできない、とさかんに自分のいまの苦しみを訴えていた。

面接では過去の自分、とりわけ子ども時代の自分の両親との関係についての記憶がまざまざと想起され、当時の思いを堰を切ったように延々と語り始めた。F子の語る子ども時代の思いは以下のような内容であった。

これまで自分はずいぶんと頑張ってきた。とくに母親の期待に応えようとして頑張ってきた。優等生でよく勉強をした。当時、自分では頑張りすぎたとは思わなかった。疲れもまったく感じなかった。しんどいという感覚はなかった。3歳の頃からの記憶が鮮明に蘇る。恐ろしいほどだ。両親が自分をドライブによく連れて行ってくれた。両親は前部座席に座って大人の会話をしていた。自分だけ後部座席に座らされ、私は両親の大人の会話を黙って聞いているだけだった。家庭での食事時も両親が仕事の話など大人の会話をすることがほとんどで、私は寂しい思いを感じながらも、その会話を話を合わせていたことを記憶している。小中学生時代の自分の大きな楽しみは、ひとりで本を読むことだった。少女文学全集や文庫本をたくさん読んだ。高校生時代、両親は何の前触れもなく、突然海外旅行に出かけてしまい、食卓に置手紙があった。それには旅行に出かけること、留守中の小遣いを同封しているから、好きなだけ使いなさいと書かれていた。とても寂しかったことが強く印象に残っているという。

## 「育てられる者」から「育てる者」へ転換することの大変さ

F子は子ども時代、親の思いに合わせるように振る舞い、本来の「子ども」らしい体験、すなわち本能の欲求に根ざした子どもらしい生活体験をもつことができなかった。いまのF子に子ども時代の生々しい記憶が鮮明に蘇っているのは、F子のそうした子ども時代の体験と深く関係していることが推測されるのである。

われわれは子ども時代を経験し、その後、結婚して子どもを産

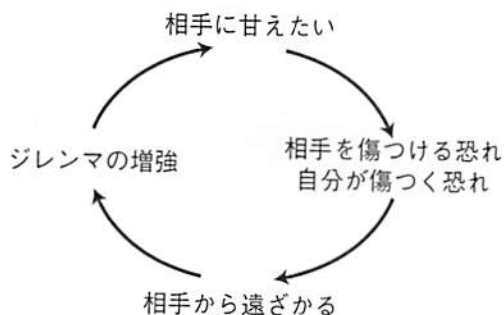


図1 甘えをめぐるアンビバレンス

み育てる営みをとおして、「(親に)育てられる者」から「(子を)育てる者」へと生き方のコペルニクス的な転換を余儀なくされるが<sup>1)</sup>、F子は「子ども(らしい)体験を子ども時代に自ら得ることができなかったことが、その後の「育てる者」への転換を困難にさせている。F子の育児にまつわる不安は、自分が親となって子どもと向き合ったときに、自分の子ども時代が鮮明に想起され、当時の複雑な思いが強く賦活化されていることから生じていると考えられるのである。

## 甘えをめぐるアンビバレンス

本連載ではこれまで子ども自身の相談で訪れた事例をとおして、その親子関係に焦点を当てて考えてきたが、そこで明らかになったのは、子どもにみられる母親への甘えをめぐるアンビバレンス(図1)の問題が、すべての事例の背景に強く働いていることであった。

今回の事例は子どもではなく、育児不安を訴えた母親の事例であるが、〈子ども-母親〉関係という視点から捉え直してみると、この事例の背景が鮮やかに浮かび上がってくる。F子は子ども時代に自分の母親に対して甘えを素直に出すことができず、母親の期待に応え、いい子として育ってきたが、自ら母親になったとき、自分の子ども時代の甘えをめぐる強いアンビバレンスが直接子どもとかかわるなかで再び刺激され、子ども時代の自分が前景に現れているのである。したがって、このような事例に対する援助にあたっては、F子とその母親との関係に焦点を当てて考えることがぜひとも必要となってくる。そこで筆者はF子の両親との面接を開始することにした。

るところが多かったようで、今後もこのような面接をもってもらいたいとの希望が最後に語られるほどであった。

## 親子関係の変容過程

入院当初は不安と焦燥感に圧倒されそうになっていたF子であったが、薬物療法(少量のメジャートランクライザーを使用)が功を奏してほかに落ち着きを取り戻していった。そして、F子と母親との関係にも変化が認められるようになっていった。

入院当初はF子の母親への思いは、強いアンビバレンスゆえに、母親に会いたい気持ちはあるが、いざ会うと母親の恩に着せるような話し方に対して強く反発するのだった。一人でいると母親に会いたくなるが、いざ会うとなると強い怒りが生じて自分で制御できないことを恐れていた。面接のなかでは、幼児期に母親に抱かれてあやしてもらいながら眠ったことがないこと、だから母親に身体に触れられるのもいや、手を握られるのもいや、と激しい口調で怒りを示したり、母親に添い寝をしてもらったときの思い出についても、自分は眠らなかったから寝たふりをして、母親が寝入ったのを見計らって、そっとベッドを抜け出していたことなどを語るのだった。さらには、なぜかわからないが母親に対して「むかつく！」とも訴えるのだった。

このように面接のなかで母親への怒りが強く表出されるにつれて、ほかにF子には母親に会いたい気持ちも強まっていることが感じられ始めた。まるでF子は、本人が語るように、幼な子になったようであった。それでも自分が母親に苦しみを訴えたくても、いざ訴えると相手に迷惑をかけてしまう、申し訳ないという思いが強くなりつらくなると、いまだアンビバレンスゆえの苦しみを訴えるのだった。

何回か母親と面会を繰り返すなかで、興味深いことに、母親のほうが自分の話を聞いてもらいたいとF子に強く求めるようになった。それはまるで母親が子どもになってしまい、自分の親に自分を受け止めてもらいたい、そんな姿が現れるようになっていったのである。このような母親の要求はF子にとってはますますこのころの負担になっていた。

そこで筆者は母親との面接を繰り返して、母親の気持ちを受け止めることに時間を割いた。F子の様子について筆者が母親に説明すると、必ずといっていいほど「どうしたらF子はよくなるのでしょうか」と間髪入れずに尋ねてきた。筆者はそこに母親自身が自分の気持ちを誰かに受け止めてもらいたいという思いの強さ

## 母親面接から浮かび上がってきたもの

母親との面接で浮かび上がってきたことは以下のとおりであった。母親はそつのない品のある女性であったが、面接で筆者に会うなり、開口一番「困りましたね」「迷惑をおかけします」と丁寧に挨拶し、自分がF子に対して「～してあげたのに」「～楽しいこともたくさんあったのに」とメモを片手に、自分としてはいろいろと努力してきたことを述べ、どうしてこうなったのかとさかんに首をかしげて不思議がっていた。さらにはF子の幼児期、喘息がひどくて大変だったこと、そのため乾布摩擦をずっと行ったり、水泳を学ばせたりと、育児での苦勞を話し続けた。それでも、F子はなんでもすぐに覚える頭のいい子で、将来をとてども期待していたという。ただ筆者が母親の話聞いていて気になったのは、さかんにF子の子ども時代について多くの出来事が語られるのだが、そこでのF子の思いがどのようなものであったかという当時のF子の気持ちが一向に浮かび上がってこないことであった。どうも母親は当時、F子の思いにまで気を配ることが困難な事情があったのではないかと想像されたのである。そこでそのことを取り上げてみたところ、母親は涙を流しながら語り始めた。家業を盛り立てることに精一杯で、F子の育児についてはほとんどお手伝いさんに任せていた当時の事情が語られていったのである。筆者はしばらく間を置いてから、面接の始めに母親が挨拶として交わしたせりふ「困りましたね」「迷惑をおかけします」について取り上げてみた。そこには相手に対する心配りが込められてはいたが、何か腑に落ちないものを筆者は感じとっていたからである。すると、母親は日頃自分の母親の介護のことで頭がいっぱいで困り果てていることを語り始めた。母親がF子になかなか思いを馳せることが困難な事情がみえてきた。介護や家業の切り盛りでの苦勞話を聞きながら、自分の母親にまつわる思い出へと話は広がっていった。そのなかで、筆者は母親に対して、親としての自分の思いや、自分の親からみた子どもとしての自分の思いなどに焦点を当てながら話を聞いていった。子どもとしての自分を思い出すことによって、自分の子ども(F子)の気持ちが感じられやすくなるであろうとの期待からである。母親自身の内面に生きている「親」としての自分と、「子」としての自分に気持ちを向けていくことで、F子の気持ちに近づいてもらうことにしたのである。そこにはさまざまなドラマがあり、それぞれに重い内容ではあったが、母親とともにそうした人生を振り返ることによって、母親自身も感じ

を感じとった。そこで筆者は母親自身の過去を思い起こしてもらいながら、自分の気持ちに目を向けてもらうように進めていった。母親はすぐに娘のことに目がゆく。それは確かに娘のことを思う母親の姿でもあるのだが、その一方で、それは母親の娘に対して抱く、ある種の“こうあってほしい”と願う母親自身の理想の子どもの姿が映し出されていると、筆者には強く感じられたからであった。母親には娘に対してこうなってほしい、こうあってほしいという思い(母親が子どもに対して抱く理想の子ども像)<sup>3)</sup>が強すぎることでF子をさらに追い込んでいるのではないかと、筆者は危惧したからである。

このような面接を幾度か積み重ねていくことによって、まもなくF子は母親と会うことによって、ようやく自分の気持ちを受け止めてもらったという体験をもつことができるようになっていったのである。このような親子の関係の変化が生まれるまでには、入院後およそ2カ月の期間を要した。

## 頭と身体とのあいだにみられるアンビバレンス

さらに、この事例で注目してほしいのは、入院当初に顕著に認められていた強い不安と焦燥感が生まれてきた背景についてである。夜になると寝ようと思うが、いざ横になると眠れず、何かをしなくてはという気持ちが強まってくる。しかし、いざ何かをしようとする、まったく何も手につかない。頭では休まなければと思っけていても、身体はリラックスできず、なにかをしなればという思いに駆られてしまう。しかし、いざ活動しようとする、身体はそれを受けつけないというのである。ここにも、頭で考えることと身体との反応とのあいだに、先の甘えをめぐるアンビバレンスと同じ関係の病理をみてとることができるのである。

注：養育者が子どもの相手をするとき、子どもがいまどのような思いをしているか、何をしようとしているかといった現実の子どもの姿(現実的子ども像)を自分のところに思い描いて接している。さらに、「退えば立て、立てば歩めの親心」に端的に示されているように、養育者は子どもにこうあってほしいという願いをも抱きながら接している。想像的子ども像である。それがあまりにも現実とかけ離れて理想化された場合には、子どもは自らの姿を見失ってしまう危険性が高まっていくことになる(詳細は本誌6月号本連載第5回を参照のこと)。

すなわち、子どもが母親に甘えたいと思っても、いざかかわりあおうとすると、そこに緊張や不安が生まれ、身体が拒絶反応を起こしてしまい、結果的に回避的反応が生じてしまう。このような母親という対象との関係のなかで生まれたアンビバレンスが、現在のF子においても、休もうとしてもいざ休もうとすると何かをしなればならなくなるという形で再現しているのである。

子どもが親に「甘える」とときには、子どもは親に接近し、抱っこされることによって気持ちは穏やかになる。そのときには自律神経系は副交感神経系が優位な状態となり、いつのまにか母親に抱かれて眠ってしまうものである。こうした「甘え」の関係がほどほどに充足されていくと、母親から離れて外界への好奇心に駆られて活動的になっていく。その際には、交感神経系が優位な状態となっている。

本来、このように「こころ」と「からだ」は相互に密接につながり合って機能している。したがって、「甘え」を享受したいときにそれが困難な事態が持続していけば、そのアンビバレンスは自律神経系の調整機能にも失調をもたらすのである。このことがF子の入院当初認められた不安と焦燥感の背景に考えられるのである。

## おわりに

以上述べてきたように、子どもも親もともに〈子ども-親〉関係のなかで育っていく存在である。子どもが子どもらしくあるためには、親自身が親らしくあることが求められる。その親が親らしくあるためには、自分の子ども時代をどう生きてきたかが問われてくる。このように、直接の治療対象の年齢いかににかかわらず、関係という視点から捉えることによって、彼らのこころの育ちをめぐる問題が同じように浮かび上がってくるものなのである。

乳幼児期早期の「甘え」にまつわる体験、とりわけ甘えをめぐるアンビバレンスが、いかにその後の心身の発達全般にわたって深くかかわっているか、この事例は非常に多くのことを教えてくれていると思う。

### ●文 献●

- 1) 鯨岡峻：「育てられる者」から「育てる者」へ：関係発達の視点から。日本放送出版協会、東京、2002。