

親と子の情緒体験の共有

青木紀久代

「いま、子どもたちは」を共通テーマに、二回にわたってお仕事を引き受けたが、いざ原稿を書く段になって、どんなことでも自由に書いてよろしいという執筆依頼は、そうそうあるものではないと、気がついた。せっかくの機会なので、これまであまり経験のなかった、自分の子育て体験のちょっとしたエピソードも織り込ませていただきながら、特に子どもの情緒体験のあり方とその共有の仕方について、考えてみたい。心理臨床と日常の子育て場面などを行きつ戻りつしながら、近頃私の感じていることを素朴に述べさせていただければ、と思う。

子どもの情緒体験とその共有

子どもたちは、自分の情緒をどのように体験しているのか、また他者とどのようにしてその体験を共有するのか。

この二つの問いは、心理臨床を行うときには非常に

重要なものである。前者は、人の基本的な自己感を規定するものであるし、後者はその人の対象関係の在り方を規定する。そして両者は、互いに関連し合つて発達していくものである。私たちは、他者と情緒の共有体験を積み重ねながら、自らの情緒体験の幅と深さを育てていく。共有の仕方は、必ずしも言語的な様式ではなく、声のトーンや、動きのリズム、強さなど非言語的な様式のやりとりを多く含んでいる。例えば、母親と乳幼児の典型的な、情緒を共有する現象に、情緒とと呼ばれるものがある。生後九カ月前後から見られるもので、乳幼児の情緒表出に、即座に母親が、無意識的にその体験を照り返すように応答する現象であり、これによつて乳幼児は、自己の情緒体験を母親がわかってくれたと感じとることができる。これは、自分の内面と他者の内面的世界があるという理解であり、間主観的な世界を乳幼児が知ることである。逆に共有されることのない情緒体験は、それが本来は自ら

の体験であつたとしても、やがてその人の意識の奥深く、すなわち無意識の世界に追いやられ、なかなか意識的な体験として浮かび上がつてこなくなつてしまふ怖さもある。

私たちは、子どもの情緒的な発達を、その体験を共有することととらえることができるのであり、子どもの内面を深く知ることができるのであり、子どもに深く開かれていなければならない。心理臨床では、このような治療者の姿勢が常に求められている。しかしこのような心的な構えは、日々の子育てをしている母親にも共通しており、むしろ、そういった構えに対して、おのずと開かれているといった方が適切ですらある。

そこでまず、七歳の息子の日常生活における小エピソードを用いて、このような様子を記述してみようと思ふ。

星の王子さまが、自分の星に帰るとき

入眠前に、子どもたちに童話の読み聞かせをするのは、小さな子どもがいる家庭ではよくある光景の一つである。我が家でも、ここ数年このルーチンが続いている。星の王子さまの物語は、一人で読むなら小学校高学年向きだが、挿し絵の美しさやちよつとした味のある会話のやりとりに魅せられて（つまり本当の意味での理解をしているかとなると、はなはだ疑わしい……）、ちよつとずつ読み進めるのを楽しんできた。

ある晩、物語はクライマックスを迎え、星の王子さまが、重たい身体を砂漠に残し、自由な魂となつて、自分の星に帰ることを決意する。黄色い毒蛇に自分の足首を噛ませて、砂漠に倒れるまでの、ほんの数頁に、「ぼく」と「王子さま」の切ないやりとりが展開される。王子さまの様子に、別れを察した「ぼく」は、王子さまの笑い声をもつと聞きたいと哀願する。

しかし王子さまは、別れや悲しさを口にするこゝなぐ、さらりと楽しいな会話を笑いながら続けていく。そして、ちよつと真顔になつて別れの夜には、やつて来てはいけないとつぶやくのである。

読み手の大人たちは、この小さな王子さまが自分の死を直前にしながら、まず「ぼく」すなわち私たち読者の別れの痛みの方を和らげようと心を配る、その繊細な優しさに胸を打たれ、愛おしさと切なさが交錯する複雑な感情が湧き起こる。自分がその人を失う悲しみよりも、相手のこちらへの思いがしみいつて、そのありがたさと切なさに打たれるのである。私も次第に一文、一文、一語、一語、噛みしめるように、だんだん間をおいてしか読み進められなくなった。とうとう



眼鏡が曇ってしまった。

すると妹が、兄と母親の顔を見比べて、不思議そうに「何で泣いているの？」と尋ねてきた。気がつく兄の方は、枕にうつ伏して泣いていたのであった。妹は、物語の文脈はほとんど理解していないが、ただならぬ雰囲気を感じるとにかく自分もその雰囲気を共有するメンバーになろうと、母親である私の胸にしがみついて、顔を埋めてしまった。

息子は、王子さまが死んでしまうのがいやだと言って泣き、そして最後には、もういいよ、王子さま、自分が死んじゃうんだよ、「ぼくたちのこと」なんかいいんだよ、といって泣いていた。

その後彼は、一泣きして、「うん、良い話だった。……」とぼつりといってそれっきり眠ってしまった。

今となつては、息子の気持ちの内側を取り出すことはできないが、自分たちが互いに感じていたものは、

おそらく同質のものであり、そしてこれは多分、私たちが初めて共有した少し複雑な情緒であろうと思われる。

もつとも私はその時直接出会っていたのは、涙を流したあとにしては、みょうに満ち足りた様子の息子の横顔と、その静かな息づかい、それから眠りに落ちるまでのほんの数分間握っていた、私の左手（右手は、娘を抱えていた）の感触だけである。しかし、その呼吸のリズムと左手の握り具合は、私自身の呼吸の仕方と身体の弛緩具合にぴたりと適合しており、それが、情緒の共有感を確信させるのである。

一方、身体の右半分は、娘がしがみついてきてそれをなだめている状態で、私と娘は、二人でいる程良い居心地を調整している状態であった。さつさと眠ってしまった兄の手を離し、娘を丸抱えにして、おそらく娘が味わっているであろう、ちよつとした疎外感や嫉妬心を吸収しつつ、母娘二人は、寝息を立て始めた

(……この結末の記述は、筆者未確認)。

情緒的体験の共有における「深さ」

前述のエピソードで共有されたのは、スターンのいう、ある種の生氣情動である。これは、喜び、怒り、など特定のカテゴリーに当てはまる、限定された情動ではなく、もつとほとぼしる、あふれるというような、情動の力動的な側面を含むものである。日々の親と子のやりとりの中で、ままある情緒の共有体験のエピソードの一こまである。

しかしながら、乳幼児期と違い、小学校低学年の子どもと母親を対象に、こうした相互作用場面を調査として観察しようとしても、なかなかお目にかかれな
い。ましてや、観察者自身が子どもとの間でこのような体験を人為的に創り出すのは、ほとんど不可能に近い。

ある意味で情緒体験の「深さ」と呼べるような部分

は、毎日ごく身近な人たちとのやりとりでは、当たり前のようにあり、それが子どもの成長に大きく貢献していると思われるが、私たちは、誰とでもそのような体験を持つわけではない。

私が見が子以外の子どもたちとこの種の経験をしたのは、子どもと一対一で関わる長期の心理療法(遊戯療法)場面においてであった。治療者と子どもとの密な関係の中にだけ開かれた、子どもの心の窓というものは確かにあるように思う。その瞬間は、治療者の身体感覚(中核自己感)を通して、つまり必ずしも言語に翻訳されない体験の形式を残しつつ、つかみ取られていく。この治療者自身の体験を印象深く残すセツシヨンの前後に、必ず治療転機と呼べるものがあることは、経験的事実である。

一般に心理療法過程に関する文献では、治療過程に伴って、あたかも子どもの持つ心的な病理や、無意識の世界などという得体の知れないものが露呈してくる

かのように描かれることが多い。そして、子ども返りと呼ばれる退行状態から、治療者が子どもを育て直す（よく、満たすという言葉が使われる）、あるいは、病的な部分を修正していく、というような意味づけがなされる。しかし、子どもと治療者の関係は、常に互いの間主観的体験を通して発展しており、情緒の共有体験そのものが、子どもの成長を促進していると言える部分がある。

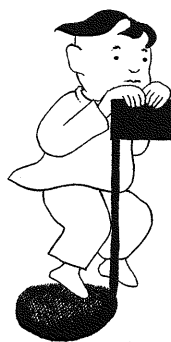
「静かな快」の共有

私たちが子どもと関わる上で、もう一つ大切に共有したいのは、バインが「静かな快」と呼んだ情緒体験である。静かな快とは、子どもが静かに遊んだり、対象との接触や身体的体験を興奮しすぎることなく、沈静した心の状態で得る体験である。このような体験は、強烈な感動や興奮の体験に比べて、地味なものであるし、周りから特別な注意が払われることもなく、

情緒体験の質としては、いわば「地」「背景」といった存在だが、健全な発達過程に大きな影響を及ぼすものと見なされている。

静かな快の体験は、やがてそれを基礎にして、心地よい自己感情や苦痛を克服する能力など、おしなべて人が健康に機能するための土台となっていくのである。

心理療法初期の段階では、なかなか一人で豊かな遊びを続けることはできないが、治療者と多くの共有体験を持つうちに、変化が現れる。子どもが自分で、治療者に関わってほしいこと、自分でやりたいこと、治療者と共有したいことなどを上手に調整しながら、柔



軟に關係をとることができるようになっていく。こうした段階での一人遊びは、そばにいる治療者も疎外感を感じることがない。初期の関わりにくさと違って、治療者自身がゆつたりとして、またその子どもの創造的な遊びを興味を持って眺めていくことができるのである。

健康な子どもたちの発達においても、この体験は発達上重要である。いつも元気で飛び回っている子どもも、一人静かに絵本を開いたり、窓の外をのんびり眺めていたりするときがある。目標に向かって積極的達成感を求める行為と違い、一人気楽な、自由な時間を過ごしているようにも見える。すぐに声をかけて、こちらの世界に引き入れずに、そっとそのままにして見守ることが、静かな快の共有体験となり、子どもが不安を感じることなく、一人で程良くいられる体験を持つ機会を提供することとなる。あるいは、特に大げさにうなずいたり、励ましたりすることなく、子ども

の何気ない話につきあうようなこともある。さしたる盛り上がりもないが、話し終えたあとに何となくお互いの良い気持ちが残るような体験も、また貴重なものであろう。

乳児期はともかく、家族の中で実はこうした関わりは、父親がうまく担ってくれていることが多いように思う。休日、居間に寝そべって新聞を読む父親と並び、だまって同じ格好で、ポケモン図鑑など開いている子どもたちを見ていると、力仕事以外にもずいぶん子育てに貢献してくれている（はからずも）な、などと気づくことがある。

感じる力……の難しさ

さて、これまで述べてきたように、子どもの情緒体



験は、他者と共有されることによってより豊かに成長して行くが、現実生活では、感じる幅の広さや深さが、子どもの適応感に必ずしもマッチしてこないことが多い。感じる力は、子どもの属する集団関係の中では、その子どもの弱さへと変換されてしまうことがある。

ひとたび弱さに変換された感じる力は、傷ついた子どもにとつて、そのまま抱えておくには、重すぎるものである。家の中でイライラを持って余して当たり散らしたり、しよげ返って引きこもったりする子どもに寄り添いつつ、それらを子ども本来の持つ良い資質としての「感じる力」に再変換して、成長を見守り続けることが、おそらく最も大切なことであろう。しかし、学校や地域の狭いコミュニティの中で展開する人間関係において、親としてそうあり続けることが、どれほど難しいか、日々思い知らされてもいる。

このあたりの話題について、次回、もう少し論じて

みたい。

(お茶の水女子大学)

註

- 1 D・N・スターン著 小此木啓吾・丸田俊彦監訳 『乳児の対人世界―理論編―』岩崎学術出版社 一九八九年
- 2 サン||テグジュペリ著 内藤あろう(訳) 『星の王子さま』岩波書店 一九六二年
- 3 フレッド・パイン著 斉藤久美子・水田一郎監訳 『臨床過程と発達①―精神的考察―』岩崎学術出版社 一九九三年