



飢えの欲望と精神衛生

……(1)……

加藤常吉

まえがき

有機体である人の身体が「飢え」を覚えたときには、これが満たされなければならぬことは言うまでもないことである。ところが人間は正常に満たされない状態にあるときは、これからうける影響は極めて大きい、それは、ただに身体に与える影響だけでなくして精神に与える影響が亦大きいというわけである。本稿では、主として幼児期に於て、正常に満たされない「飢え」が幼児の性格また人格形成にどんな影響を与えているかを考察していきたい。

1 生理と感性

人間の感情が、生活環境の影響をうけて、起つてくるのは、多く見る例である。例えば、幼い児に、母親が目をつるし上げて「めー

ッ」と叱りつければ、その子は「ワーツ」と泣き出すであらうし、それと反対に目を細くして「いないいないばあ」をしてやれば、その子は、ニヤーと笑うにちがいない。これは明らかに、同じ子供が、周囲の事情に基いて異つた感情を呼び起している事実を物語っているものである。

工生理が原因となる感性現象 ところが、右に述べた事情と反対に、人間の内的条件如何が、人間にある種の感情を呼び起してゆき、ことのあることも亦事実である。そのよい例を「飢え」についてみることが出来る。たとえば、極く簡単な例は、赤子が空腹になれば火のつくように泣く。空腹の赤子を背負つた母親が、どんなに深い愛情をもつて「ほらよしよし」と言つて、あやしてやつても、また寝かしつけようとしても、その赤子は泣き止まない。或はこの現象を調節力のない赤字だから泣くのだ、というかも知れないが、大人

であつても大体同じことである。わたくしは、東都の雑踏の乗換場で知られている国鉄の秋葉原駅を毎日目撃している。あのような雑踏の巷であるが、朝は不思議と喧嘩は起らない。けれども、夕刻は乗客の間に二つや三つ喧嘩の起らないためしはない。こんなとき、面白いことに、申し合せたように、腰の空のべんとう箱がカタン、コトンと音をたてている。

一体、空腹になると、人間はなぜ、泣きたくなつたり、怒りたくなるのであろうか。これは、不安の感情がただよっているからであると答えよう。如何にもその通りである。それならば「不安感」というものの本体は何であらうか。言ひまでもなく、「不安感」とは空腹時に、胃の粘膜に通う神経がはたらきを起して、意識となつて表れるものであるが、身体を有機体としてながめるときに、これはその活動に伴つて均衡が破れている状態を、回復させようとする要求に基いて起る生活現象であるといふことができる。いわば、これは有機体保全のための赤信号の役をしているとも言えるわけである。である故に、これは調整、つまり要求が満たされて解決されなければならぬものと言ひべきである。

そこで、ここで問題になるのは「不安感」はただ不安感に止つておるものではなくして、附随的精神現象（感性、意思、思考などの）を生んでゆくという事である。このことについては、後の項で述べることとしよう。

II 感性が原因する生理現象 次に、Iの項と反対に、感性が原因となつて、生理的に影響を与える例のあることに目をとどめよう。つまり、人間が怒つたり、恐怖を抱いたりする場合がそれで、身体

にどのような現象がみられるかというのと、先ず、

(f) 分泌腺—唾液が出なくなる（従つて、口中がかわく）胃液が分泌しなくなる、汗腺が活潑に活動したす（従つて、汗をかく）

副腎からアドリナリンを血液に分泌する。

(g) 呼吸器系統—呼吸は荒くなる

(h) 排泄系統—膀胱は収縮するので尿意を催す。

(i) 消化器系—活動が停止する。特に、異常な「飢え」の慾望を理解するのに、この現象は大切な条件となる。すなわち、正常の場合、胃には約二〇秒を要して、噴門部から幽門部に向つてはたらきかける蠕動がある。ところが、人間が怒ると、この活動が全く停止してしまふ。わたくしは遊学中、大学で猫について実験をしたことがある。それは、静かな状態にある猫に、一ペニーの銅貨を嚙下させる。そして、この猫の銅貨は胃の活動と共にうごくのがよく判る。次にこの猫に犬をけしかける。猫は背を丸くしてフウフウ声をたてる。このとき、猫を再び透視する。すると、どうであらう。今まで動いていた銅貨はビタリと止つてしまつてゐる。言ひまでもなく、驚きのために、猫の胃の活動が止つてしまつたことの意味する。この銅貨もまた静かに動き出してきた。その時は二十三分後であつた。このとき猫の恐怖がだんだんと去つていつたことを物語るものである。

しかし、ここで心に留めたいことは、怒りが単に生理活動に影響するだけでなく、健康そのものに大きな影響を与えるということである。よく幼稚園の園児をながめて、気づくことであるが、家庭の経済事情から言ふと、食物の条件が良い筈でありながら、栄養状態

が甚だ悪い。つまり、やせていて気力のない子供がいる。そして、更に気づくことは、この種の子供に限つて、神経質的特ちようを表している。それは、何時もイライラしていて怒り易い子供である。実は、この何時もイライラして怒り易いこと、これが前述したように、生理、特に胃の活動を停止さす原因となり、消化不良を招いているのである。

2 異常な「飢え」と社会の不適應行為

前の項で、わたくし共は、飢えにともなう感情または生理活動は、人間の身体内部で複雑な作用を起すということを知つた。しかし、私共が更に問題にしなければならぬことは、これらが人間の内部現象に終るのではなくして、社会生活と深い結びつきをもつということである。たとえば、前述の幼稚園で目撃されるやせて気力のない子供について言えば、怒らなくてよいような事柄に腹をたて、人に八ツ当りをし、我が儘を振舞う。そして、集団生活が容易にできないのが常套である。これを少しく整えて言うと、この種の子供の(1)感性は不安定である。つまり、些細なことに怒り、悲しみ、激する。であるから、家庭内でいうと、母親や兄弟の手をやかせる子供である。永泣きをやり。シッコイ、そして八ツ当りをする。女中などを下ナリ散らす。社会生活では、何時もイジメられて「ワーツ」と泣いて家に帰つてくる子供である。

(2)意志は極めて薄弱である。朝目が醒めても、いつまでも布団から離れようとしない。特に、冬期のように外部から寒さの抵抗が加わるような時期にそうである。起きるには条件つきで、シヤツ

をあたためてくれ、ズボンにあたためてくれ、洗面器にお湯をとつてくれと注文する。夜などは、便所には到底一人では行けない。

(3)思考についていえば、統一が欠けている。であるから、前後の連絡にまで気をくばつて、最後まで興味多く物語りに耳を傾けようとはしない。遊びにしても、思考をねらなければならないような用具の類であると、中途で放棄してしまふ。

(4)社会生活では、全く孤独である。それは、性格が快活でないだけでなく、他人によろこばれるような行為—たとえば、愉快な遊びを提案したり、弱い者をかばつてやるような—が全くないからである。自己中心主義も、この種の子供の特長の一つである。社会生活に於ても自分以外に考えられない。自分に少しでも好感をもつてゐる友人がいて、彼が自分に好意を向けている間は満足を感じてゐるが、一度他人に好意を示すようなことがあれば、彼に対して非常に嫉妬を覚える。且つ彼に対して他人に対する以上の悪感を抱くようになる。好き、嫌いの感じが強はたらくのも、この種の子供の性格の持ちようである。好きな者に対しては、無げに好きな感情がはたらき嫌な者に対しては、これまた極端な嫌悪の情がはたらく。

右に述べたような、異常な「飢え」の満たし方から起る、精神活動のみだれ、また社会生活の不適應行為を起す子供とは、貧しい生活環境よりは概して富める生活環境、手のない家庭よりは、独り児のように、世話の行き届く環境に多く見出されるものである。エール大学のゲゼールの担当する施設である Yale Clinic of Child Development は、このの生理慾望の異常児の心理臨床指導所として有名である。

3 「飢え」の不適應行為と調整法

幼児期には、「飢え」のさまざまな不適應行為を生むものである。これらについての原因と、調整法とを極く簡単に述べよう。このこととは「飢え」慾望から起こる異常児に早期の治療対策になり大切である。

(イ) 食べるのに気むづかしい

子供によつては、食べるときに何か難くせをつけるものがある。あるときは卵でなければ食べないと言い、又あるときは魚でなければ食べないというように、この種の不適應行為は、自己中心主義、主としてそれが甘やかしからくるものである。故に、富裕な家庭、手の有り余る家庭の子供に多くみられる。

調整法としては、この種の子供は食慾は正常であるから健康を気づかう必要はない。要は、自己中心主義からくる我儘を矯めることで、与えたものを食べなかつたときは、サツサと食卓をかたづけしてしまふこと、食べなかつたからと言って、子供の機嫌などを絶対にとらないことである。そして、自らに我儘を気づかさせる。

(ロ) 不規則な時間に現れる食慾

時ならない時に、食事をとりたがるものがある。この種の食生活を経て育つた子供は、社会生活の面では、放従、怠惰、無責任などの行為が表れる。この種の子供の不適應の食生活の原因には、二点があげられる。その一つは三度の食事の量がムラであることでありその一つは、間食の時間が定つておらず、且つその量が不定であること。言わば、のべつ暮なしに口をうごかしている子供である。生

理の上からは、唾液や胃液の分泌が悪く、消化不良であり、従つてやせて顔色が悪い。

調整法は、極めて明確である。すなわち、一日に摂るべき食物の量を先ず定め、これを三分して、三度の食事に当てることである。そして、従来の消化器の活動のみだれを、正常にとり戻すことである。間食は、余程空腹のときだけ、控目に許すべきである。

(イ) 食物を口に入れて嘔み込まない、悪戯している、食べるのを拒む

子供によつては、食物を口に入れて、いつまでも嘔まなかつたり茶碗の縁を箸でたたいてみたり、幼い子供であると、茶碗から食物をつかみ出したりしたすものがある。これらの不適應行為は、その表れ方は区々であつても、性質は全く同じものである。すなわち、生理活動にもとずいて、「飢え」の慾望が順調に営まれていないからである。生理活動のうち、最も大きな原因は身体運動が不活発であるのが目立つ。一日中室内に閉じ籠っているような子供、或は遊びが静的であるような子供である。事実、この種の子供は行動が多くものぐさで、身体を余り動かさうとはしない。

調整法としては、身体運動の指導を十分にはかること、努めて、戸外の活潑な遊びをすすめること、遊具なども努めて動的なものを与えるように、計ることなどである。食物に十分な関心を起させるためには、内容や配合などにも留意するのがよい。

(ロ) 偏食

子供の偏食の原因には、さまざまあるが、その主なものは、次のようである。

(a)特に動機のあるもの たとえば、うどんを嫌い出した原因が、蛔虫そつくりそのままであつたのを経験して以来、それを食べないようになつたというように。

(b)体質からくるもの わさび漬、梅干のような刺戟性のものを好む子供(神経質)天ぷら、魚、肉類、バターのような脂肪性のものを好む者(多血質)また甘いものを好むもの

(c)生理的に禍するもの 一度食物の中毒を経験すると、その食物はその者にとつて生理的に中毒症状を引き起す。わたくしは、鯉の刺身で中毒して以来、どのように新しいものを食べても、中毒症状を起す。以来鯉の刺身が嫌となつた。

(d)環境からくるもの 例えば、海岸で育つた者が、魚にかたより、大陸に育つたものが獣肉にかたより、田園のものが野菜にかたよるように、

(e)躰からくるもの 要するに、食べものに甘やかして育て上げたものである。これには独り兒や、病弱であつたために禍していることがある。

偏食が発育してゆく子供に与える悪影響は、ここにちよちよちよする必要はない。一言に尽くせば、栄養の障害を招き、発育を阻害し病気に抵抗力を欠く。また、性格的にも偏つてゆく、神経質の子供は一層神経質の持ちよを表してゆくように。

調整法としては、前述のうち生理的に禍するものについて言えば中毒症状を起す、物理的また病理学的研究も必要であり、一般の方法で喰むことはできない。暗示法なども考えられようが、個々の実性をよく考慮すべき要がある。

偏食の一般的調整の方法として考えられるのは、消極的と積極的の二面をあげることができる。消極面から言えば、嫌な食べものの調理法を変えることがあげられる。たとえば、人參の嫌な子供には、それを摺りつぶして、揚げものにして与えるように。集団の訓練も効果をあげる。「子供は友育ち」とは、よく言われるが、家庭内では食べなくとも、遊び仲間と一緒であれば食べる。これは友だち同志の生活の興味から、つり込まれて食べるようになるからである。積極面で挙げられるものは、子供が食べるまで、嫌うものを与えることである。元來、偏食は子供の我儘からきている例が非常に多い。そして、この種の子供は、身体が虚弱である。これが親に不憫の情を起させ、子供を一層偏食に追込む。もし、親が太ッ腹になり、子供に甘える余地を与えないならば、子供の空腹は必ず彼の目前に提示されたものを食べるものである。

4 「飢え」と錬成教育

日本の国家環境で、注意をしたいものに、錬成教育がある。錬成教育とは、戦時流行したもので、今日は關係ないもののように考えるが、これは大きな誤である。戦時中は軍の指令によつて、教育は「錬成」をとり入れ生理条件、特に栄養の条件をととのえずして、意志に筋金を入れようとした訓練を施した。説者は、戦争末期の国民の栄養状態がどのようであつたかを、思い起すことができるであろう。「ソオ炊」と「芋粥」が国民の主食であつた。その栄養下の国民は、嚴寒四時起きの神社参拝、竹槍の訓練を強いられ、また学童に、半身裸体で「ワツシヨワツシヨ」のかけ足を強いられた。栄養

失調の国民が、意気を鈍らせ、活動力を失つたのは当然のことである。

もし、国民の意志を鍛錬し、活動力を豊かにしようとするならば、これらを保証するのに、先ず栄養条件をととのえなければならぬ。日本の錬成教育は最も非科学的であると言わざるを得ない。初代ベルシャの教育をみると、国民の身心を鍛えるために「粗食に馴らさせる」という一条がある。しかし、問題はこの粗食にあると言わなければならない。これが美食を誡め、飽食を警戒する意味であるならば、学ぶところあるが、子供の場合、発育と保健に必要な栄養を事欠く訓練であるならば、これは危険であると言わなければならない。なぜならば、非科学の教育とは、その結果に於て非常に憂えるものがあるからである。その憂えるところは、密に個人生活に止るだけでなく、国家社会の損失が含まれ、国家の存亡さえ危くすると言わざるを得ないからである。曾て、我々は「日の丸」弁当ということを口にした。これを口にする者の得意さは、国民としての食糧の経済と、愛国心の象徴であつたらう。第一の食糧の経済という点を批評するならば、偏した食糧は健康を阻害す要因をはらんでおると言わざるを得ない。これは個人の不幸であるのみならず、惹いて国家社会の不幸となる。第二の愛国心の象徴について考えても、この種の精神を以て愛国者という考えは、竹槍をもつて武装した国民が原子力兵器をもつ国家に得々して、立向う考えと全く一致している。これこそ国家を破滅に導く第一歩と言わざるを得ない。というのは、このような非科学性が国民生活に潜在していることが科学の前に無知の行動を敢て生む恐ろしさがあるからである。

書評

新刊「幼児の心理」波多野勤子著

子どもと一緒に生活するものの心の準備は、そのことをよく知つてゐる、ということであろうと思われる。幼稚園でも、保育所でも、家庭でも、どのすべての場でも皆同様である。

子どもをよく知つてゐるということは、子どもの成長発達それぞれの段階をよく理解してゐることである。この心の準備のある大人と一緒に遊ぶ子どもは、幸な子どもであつて、無理のない生活が楽しくつづけられていく。同時に大人も亦、常に平らかな気持ちで、むだを少くして、子どもと一緒に遊ぶことが出来る。

波多野勤子さんの新著「幼児の心理」これこそ子どもをよく知る唯一最適のものと思われる。著者は心理学者としての豊かな学識と、四人のお子さんの母親としてのあふれる愛情と、その経験、この三つのもち主である。この書の頁ごとにその三つがこん然とにじみ出て、読むものをして、そのあたたかい愛情につつまれながら幼児心理学の学識が次第に植えつけられていくのが覺えられる。

お茶の水女子大学附属幼稚園長

及川 ぶみ

書評