

# 幼児の精神衛生

松 村 康 平

## 心の衛生

精神衛生という言葉をおきき及びでしようか。

あまり耳にしたことのない人でも、少し考えると、「体の衛生」があるのだから、「心の衛生」もあつてよいはずだと、思いつくでしよう。

「体の衛生」といえば、体に悪いところがあるのを、治療し、悪いところがなければ、悪くならないように、予防することだと、すぐわかります。これと同じように、「心の衛生」も、心に悪いところがあるのを、治療し、悪いところがなければ、悪くならないように、予防することを、意味しています。

「予防」という言葉は、「防ぐ」という消極的な意味に、とられがちですが、これには病気にかからないように、体を強くするということ、積極的な意味も、含まれています。同じことが、「心の衛生」についてもいえるのです。

## 心の医者

「体の衛生」については、医者に意見をきき、自分でも気をつけていくのが、一般のならわしなので、「心の衛生」についても、もし心の医者がいれば、それに意見をきき、自分でも気をつけていくのが、本すじだと、思われるでしよう。けれど、心の医者が、果して居るでしようか。

これには疑問を抱く人もあると思います。が、「心の医者」にあたるものは、古くからいました。

昔は、私たちの抱く心の苦しみを、祈禱師や宗教家が、引き受けてくれていたのです。今でも、私たちの間には、こうした人たちに、たよるものがありますが、昔は、心の苦しみや病気が悪魔の仕わざのように、とかく思われていました。それです。から、おまじないやら、身代りの人に乗り移つてもらう手段を、こうじたのです。

この悪魔が、人間のもつて生れた罪（原罪）と、考えられるようになり、この罪をなくすために、宗教家が骨を折りました。

夏季保育誌上講習会

けれど、心理学が発達して、人間についての一般的な傾向が、少しずつわかるようになると、この傾向をもたない人、かけた心の人が、苦しみや心の病気に、悩まされるのだと考えられはじめました。また、一部では、とくに優生学者たちが、心の病気は「悪質遺伝」によるのだと説明したものです。精神病医のあるものは普通の人と違う訴えやおかしな振舞い方をする人たちを、「精神錯乱」と呼んで片づけようとなりました。

いずれにしろ、「心の病気」のもとが、なにか神秘的な、悪魔であつたり、悪性のばい菌のようなものと、考えられたりして、それが、外から人の心の内に住み込むのだと、考えられたり、或いは、心の中にもとからあつて、それは、変わらない「運命的なもの」と、考えられがちだったのです。

### 心とからだ

「心の病気」に名まえをつけて、分類したり、苦しみや悩みの「もと」をたずねてこれこれだと、見きわめるのは、必要です。

けれど、それによつて、病気に苦しむ人たちが、少しもよくなるまいとしたら、この分類や「もと」をたずねる努力も、ねうち之の乏しいものとなるでしょう。

心理学者のある人たちは、心の問題を研究し、心をゆがませる原因をたずね、ゆがみをなおす道を見つげようと、努力してはいたのです。けれど、残念なことに、心理学者は、からだのことを余り知りませんでしたし、世間でも、心に関係のある病人は多く内科医の意見をきくといつた具合で、心の病気を専門に引き受ける心理学者の育つような、社会的地盤が、かけていました。けれど、一部の心理学者のこうした努力は心理学と医学との結びつきを強め、心とからだの問題を別々に切り離して扱うこととの間違いをなくし、一つの間接を考えた。いれた治療の道をひらくのに、役立ちました。

### 三

### 心の健康

病気になつた心の治療や、病気になることとの予防を考えて、世間にひろめる力をもち

つたのは、精神医学界でした。

健康といへば、体のことしか考えない時代は、過ぎ去つてしまつたのです。

私たちは、心の持ち方をかえ、しこりをなくすために、適当な「転換療法」「転地療養」やリクリエーションをしましょう。心の眼が曇つたり、頭のゆきがにぶらぬように、掃除や洗じようも、必要でしょう。

心の健康は、私たちの力で、維持することも、獲得することもできるという考えがゆきわたつてきたのです。それが出来ないのは、多くの場合、私たちが、人の心の一般的な動き方を知らず、それを操る仕方をまだ身につけていないからだだと、考えられています。

私たちの、不健康をまねく原因には、個人の力でどうにもならない社会的な条件も、働いているでしょう。そのため、「精神衛生」の運動は、個人の力を増進するばかりでなく、社会の改善をも、目的としています。精神衛生運動が、世界的なものとなつた「きつかけ」は、実に、一人の精神病者（とみなされた人）の、社

## 夏季保育誌上講習会

会への義憤であつたとすら、いえるのです。

### 精神衛生運動のはじめ

この人は、クリツフォード・ビーアス (CLIFFORD W. BEERS) といひます。

ビーアスは「わが魂にあうまで」 (A Mind That Found Itself)

という本の中で、精神病院における自分の体験と、見聞したことから、精神病者の取扱いが、いかにひどいものであつたかを、書き綴つていひます。

この本は、邦訳も出ていますが (加藤・前田訳、羽田書店)

「今までにあらわれた人生記録の中でもこの物語に書かれてゐる事実ほどに、よく人間性を語つてゐる書物は、ほかにあるまい。これは一つの自叙伝であるが、唯それだけではない。私は、私の生涯を語るにあつたつて、二十五才から二十七才までの私を支配したもう一人の自分を、語らねばならなかつた。その間の私は、それまでの私もその後の私とも、異なつてゐた。私の自叙伝の中のこの伝記的部分は、精神的な

内乱の歴史と呼んでよいかも知れない。

私が、今までの生活を語るのには、ただ本を書くためではない。私が語るのには、それが明かに義務だと思われるからである。九死に一生を得、不治としか思われない病から、一見奇蹟的に、健康となつた事實は、人をして、私の生命が救われたのは何のためか、と、問わしめるに充分である。私は自分にこう問うた。この書物は、その答の一部なのである。」

## 四

### 生涯を左右する事件

それはビーアスが、大学生であつた夏の出来事でした。

事件というのは、一人の兄の癡病です。病氣は、てんかんでした。

兄は、病氣にとりつかれるまで、まったく健康の持主だつたのです。父母の何れの側にも、これと類似の病氣を想像させるものはなく、災難は、晴天のへきれきのようになつてきました。その当時とて、治療法という治療法もなく、試みた何れもが、無効でした。そうして、六年の後、兄が死

亡しました。

その最初の発作のとき、そばにいて一番面倒をみたのが、ビーアスでした。兄の発作は、最初のころ、夜中にしか起りませんでした。ビーアスは、白昼、公衆の前で起りはしないかと心配し、これが彼の神経をおびやかしめました。そして、

今まで健康であつた一人の兄が、突然てんかんに襲われることがあるとすれば、自分も同様のことに会うかも知れない。これを、どうして、防げるだらうか、という心配が、間もなく彼の心を占領しました。そして、氣持がいららなければするほど、彼自身の破壊も時間の問題であるように、信じられたのです。この取越苦勞から、今にも発作の起りそうになつたことは、幾千回あつたか、わからぬほどでした。しかし、その恐怖は、ビーアスの一生のあいだ。一度も実現しなかつたのです。

まさに、取越苦勞にしか過ぎませんでした。明日のことを思いわずらうな、一日の苦勞は一日にて足れりという言葉が、思いおこされます。

## 夏季保育誌上講習会

病氣になつた心

ピアスが、大学を卒業したころは、神経衰弱がこうじており、就職して間もなく、彼は、自殺をくだつたのです。けれど、それについて彼は、

自殺のことを、私は、真剣に考えていなかつた。それは、滅多に起こりそうもない出来事にすら用意を怠らない私が、自殺の用意をしなかつた事実が、示している、と、述べ、

自分で自分の能力を制御し得たのなら、熟慮した上の行動を認めねばならないが、徹底にいつて、自分のしたことを、自殺企図と呼ぶのは、決して正しくない。何故なら、自分を見失つている者にどうして自分を殺すことができようかと、語つています。これは、病氣になつた心に対する周囲の人の無理解を、鋭くつく言葉ではないでしょうか。彼自身、自殺企図のあと、大学の名をはずかしめる者であるとか、ほかに、思いもよらぬ罪をきせられて、ひどく苦しんだのです。

こうして、自然、彼は、周囲の者皆に、

疑惑の眼をむけ、骨折がいてからも、頭の方が快くならず、私立のある療養所へ、新しく移されることになつたのです。

悲惨な生活

療養所での生活は、悲惨なものでした。無慈悲な取扱いに苦しめられたばかりでなく、公私立病院の中で、暴行にさらされ、侮辱に黙従せしめられている多くの患者たちのことを思つて、彼は、養憤のやり場に困つたほどでした。著書には、幾万の入院患者のために抗議するのは、今からでも遅くないとして、当時の有様を、如実に語っています。

五

彼が、この本のおわりに書き綴つたことを、要約してみましよう。

幼年時代の重要なこと

それは、事情に通じた精神医学者の言葉として、述べられているのですが、青年期の精神異常の、多くが、既に判明している知識なり実際的方法なりを、主として幼年時代に應用することにより、防止できるといふことです。

組織的な運動の必要

彼は、一九〇八年に、彼をいれて僅か十数名の人たちによつて創立された精神衛生協会が、委員会、聯盟、組合などを通して広く全国的に、また、世界的に發展する必細を力説し、それが実現されていくのを喜んでいますが、最後に、彼が、それにもまして重要だといふことを述べています。

心の友だち

彼の言葉を、引用しましょう。

「どのような改革や治療や予防よりも、もつと根本的なものは、精神病者に対する人々の気持の変化です。彼等はまた、人間性を失つていません。彼等は愛し、憎み、また諧ぎやくの気持をも、持つています。最も重症のものでさえ、親切を感じるのが普通です。彼等の感謝の情が、正常の男女より強い場合も、少くありません。精神病者のために勿いたり、彼等の傍で仕事をしたことのある人は誰でも、このことを適切な例をあげて、証明することができます。通りすがりの人も、精神病者に、しばしば、感謝の念のあることを、見い

だすでしょう。」

「ある婦人の患者でした。早春のある日のこと。散歩からかえると、医者のもとへきて、小児のような無邪気さで、その年になり初めて満開の花を見いだした喜びを、告げました。医者は、その花を、つみましか、と、たずねました。それに対し

て、患者は、つもうと思つて、かがみました。でも、私は、それを見たときの自分の嬉しかつた気持を、考えたのです。そしてそのままにおきました。また誰かが見つけて、私と同じように、あの美しさを楽しめるようにと思つて、と、答えました。」

長い一生を精神病者のためにささげ、初めは医員として、後には公私様々の病院長として働いた人の言葉に、「結局、精神病者が一番必要なのは、友である」という言葉がありますが、これは、私たちの胸を打つてでしょう。

六

精神衛生の動き

「精神衛生」は、はじめ、正常なものに

ついてより、異常なものについて、語られることが多かつたのです。発言できたのも精神医学者たちでした。けれど、近頃では正常とみられているものの中にも、問題をもつけ、それを解決することによつて、より幸福な生活に導くことも、精神衛生の仕事と、されてきました。そして心理学者たち、ことに、問題を発見し、治療を目的とする臨床心理学にたずさわる人たちが、精神衛生の仕事に、力をそいでいます。

幼児の精神衛生

ここでは、精神衛生の動きが主になり、幼児の精神衛生について述べることは、少くなつてしまいましたが、

幼児の場合には、精神衛生の仕事が、教育の仕事と、ほとんど同じ内容をもつてきます。という意味は、教育では、「理想」に近づける努力がなされるわけですが、幼児の場合ですと、「理想像」に積極的に近づける努力が重荷となり、反つて思わぬ方向へそれさせるおそれがあります。それで幼児の生活をまわりからととのえ、軌道からはずれぬように、かじをとり、はずれたものを軌道にのせることが多くなるのです

が、これは、精神衛生の仕事と、ほとんど

かわりありません。知的な教育より、感情の調整が、幼児の教育の関心事であるとすれば、精神衛生が、幼児の教育にとつていかに大切であるか、理解されることでしょう。

(お茶の水女子大助教授・学習院大講師)

☆

☆

☆

☆