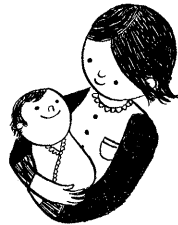


幼児の安心と自立の関係

森田 ゆり



小さな赤ちゃんが誕生しました。十か月間の母親の子宮内の羊水に温かく保護されてきたのですが、
時が満ちました。距離にすればほんの十センチぐらいの産道を何時間もかけて出てくる行程は、たった一人です。傷だらけになりながら進む長くて孤独な旅です。

「オギャー」と元気のよい産声が上がります。「ウエル

カム！」と赤ちゃんは周りにいる人たちにしっかりと抱かれ、ほおずりをされ、笑いかけられます。これは、多くの人にとっての、自分が無条件に丸ごと受け入れられる最初の体験場面です。そのとき人は「世界はわたしを受け入れてくれる」という自己存在への信頼感を身体に深く記憶し、「世界は信頼に足るところだ」との希望を刻印されて、社会的

存在としての人間の生の確かな一步を歩み出すのです。

赤ちゃんは、自分に向けられた温かい声、自分の存在を喜ぶ言葉を聞き、ほおずりされ、抱擁されることで深く安心します。目と目が合い、笑いかけられ、「見捨てられたり、置き去りにされることはない」と言葉をかけられることでさらに安心します。人間の自立の第一歩は、こうして条件抜きで肯定されるという安心な関係を土台にして始まります。

「自立」は自ら立つと書きますが、人が自ら立つためには、足をしっかりと踏ん張れる揺らがらない土台が必要です。この土台は、身近な大人たちから無条件に受容され愛されるという安心な関係なのです。

モリス・センダックの『かいじゅうたちのいるところ』（じんぐうてるお やく・富山房）は絵本の最高傑作の一つとして、長年にわたって世界中の

子どもたちに読み続けられています。この絵本には、安心と自立の関係が実にしっかりと描かれています。

幼児がこの絵本を何度も何度も「読んで」とねだるのは、躍動を感じさせるユニークな絵が子どもたちの目をしっかりとらえるばかりではなく、このお話に貫かれている「安心」ゆえだと思うのです。

マックスは、大変な問題行動（オオカミのぬいぐるみを着て大暴れ）をして親に罰せられます。食事抜きで部屋に閉じ込められるのは幼児にとってはかなり厳しい懲罰です。しかし、マックスと親の間には基本的な安心感があるからこそ、寝室に閉じ込められても、おびえたり、引きこもってしまったりすることなく、一人で無意識の海に乗り込んで、大冒険をしかす自律心もち得るわけです。大冒険（で大暴れした後に家に帰ると、そこには温かい夕飯が待っていた。すなわち、自我の形成を支える安心

の世界に帰っていったのです。

この安心感のことを、「子どもの発達心理学の分野では「基本的信頼」と呼んでいます。

「子どもの自立心を育てよう」と、よく言われます。でも、どうしたら自立心は育つのでしょうか。小さいときから西洋風に一人だけ個室で寝かせ、孤独に耐えさせると自立心が育つのでしょうか。「がんばれ、がんばれ」と叱咤激励をすることでしょうか。

子どもであれ、大人であれ、自立心を体得するために、まず何よりも必要なものは安心の心です。「私」をありのままに受け入れてくれる安心な関係、またはその記憶です。

先ほどの絵本の主人公ママックスが、厳しいお仕置きを受けて寝室に閉じ込められても、たった一人で大冒険に出かける自立心もち得るのは、温かい夕飯が待っているように、安心して戻ってこられる関

係があるからなのでしょう。

安心の土台を傷つける外からの力

人はみな生まれながらにさまざまなたくさんのパワーをもって生まれてきます。そのパワーとは、生き続けようとする生理的な生命力であり、みずみずしい個性であり、それぞれの感性であり、可能性です。障害があろうがなからうが、男だろが女だろが、何国人であろうが、誰もがみなそれぞれの代替不可能なかけがえのなさをもって生まれてくるのです。

あなたと同じ人間は、人類の歴史に二度と存在しないというその理由ゆえに、あなたは、ただあるがままで尊重され大切にされなければならない、あまりに尊い存在です。人より抜きんでて優れているから尊重されるのではなく、目鼻立ちが整っているから称賛されるのではなく、親の期待どおりだから大

切にされるのではなく、頑張るから偉い人なのではなく、あなたはあがまままで、すでにもう充分に尊いのです。

しかし残念なことに、現実にはこのような安心の関係には程遠い、不安と恐れの関係にさらされていく子どもたちは少なくありません。

Aちゃんの母親は、三年間ほど同居していた姑との関係がうまくいかず、そのストレスで心理的に追いつめられ、Aちゃんのすることなすことが気に触つてならず、当たり散らしてばかりいました。そのため、Aちゃんには情緒不安定な症状がいくつも現れています。三歳にして壁に自分の頭をがながんとぶつけていら立ちを表現したり、怖い夢にうなされて叫び声を上げたりすることがよくあります。

Bくんの場合は、多動傾向が強く、三歳違いで生まれた妹をたたいたり、突いたりすることがよくあるので、親はBくんの存在がうとましく、この子さ

えいなければ…と人生をもう一度リセットしたいとばかり思いつめています。

Cくんの場合は、男子をきつちりとしつけるためには、体罰もときには必要と考える父親から怒鳴られ、殴られることが多く、けがをさせられたこともあります。

Dちゃんの場合は、四歳のときからベビーカーに何度も性的な行為をされているのですが、それを親に言えないでいます。五歳になると自分がされていることを近くの年下のいとこにもするようになりました。

いずれの子どもたちも、自立の土台となる安心な関係が揺らいでいます。自分の力を育てて大きくしてくれる安心な関係ではなく、逆に、自分のパワーを傷つける外からの力にさらされているのです。

でも大丈夫です。今からでも、傷つけられ奪われた力を取り戻すことができます。

心の応急手当て

道端で子どもが大けがをしていたら、たまたま通りかかった人でも、血を止める、傷口を水で洗うなどの手当てをし、必要があれば救急車を呼ぶでしょう。なるべく早く施されたちよつとしたこの応急手当てが、その後の回復を左右するほど重要であることは言うまでもありません。

虐待やいじめ、その他の暴力などによって安心の土台が揺らいでいる子どもたちは、身体の外傷の大小にかかわらず、大きな心の傷を負っています。この心の傷も早急には手当てが施されなければなりません。しかし、心の傷は目に見えないために気がついてもらえず、放置されていることが大半です。手当てをしないで放置されているために、取り返しのつかない深い傷になってさまざまな問題が発生してしまいます。

日本の「応急手当て」が素晴らしいのは、本当に手の力を使うことだけでなく、おまじないの言葉が伴うことにもあります。小さな子どもが転んでひざこぞうから血を出したとき、あなたはどんな言葉をかけながら手当てをしますか。

沖繩では、「まぶい まぶい まぶいが おつちたー」と言うそうです。

日本中どこでも使われているのは、「ちちんぶいぶいぶい いたいの いたいの お山のむこうにとんでいけー」ですが、このおまじないの言葉が、実はとても大切な「心の応急手当て」のエッセンスを伝えていることに気がきました。

「ちちんぶいぶいぶい いたいの いたいの」は子どもの痛みや恐怖や不安に、「いたかったね」「それはこわいね」「かなしいねえ」と、どこまでも共感してあげることです。そして「お山のむこうにとんでいけー」は、どんなに怖くても、もう大丈夫だ

よ、きつと痛みはなくなるから、今は八方ふさがりでも必ず光が差してくるよ、と希望を与える言葉がけなのです。この二つをすることこそ、人が本来もつ自己治癒力を活性化する心の応急手当てにはなりません。

「手当て」という日本語には深い叡智が込められています。たとえ消毒液がなくなるとも、最新の特効薬がなくなるとも、手を当ててもらふことで、傷ついた子どももの心身の回復は大きく促進されます。それはきつと、手に込められた相手の優しさと、心配りと、自分を大切に扱ってくれるその心と気が、子どもの中の自己治癒力を発揮させてくれるからなのでしよう。

聴くことのパワー

手当ての具体的な方法は「聴く」ことです。何があったのか事実関係を「尋ねる」ではなく、上の空

で「聞く」ではなく、あなたの耳と心をもって、相手の十四の心を聴くことです。これは本来のこの漢字の由来ではないのですが、「聴く」という漢字はそう書いてあるように見えませんか？ 相手のさまざまに乱れ、相反する、人に語ってもわかかってはもらえないと思っている「十四」もの異なった気持ちを、助言をするのでもなく、分析をするのでもなく、ただ「そうなんだ」「それはつらいよね」と聴くという共感的傾聴です。

被害を受けている子どもたちは、そのような聴き方をしてくれる人にしか、虐待されていることを話しません。

タバコの火を押し付ける恐ろしい父親、でも機嫌のいいときはキャッチボールをしてくれる。だから父は怖いけれど楽しい。ストレスがたまると僕をなぐる母、でもたいていは優しいから大切な人。こうした相矛盾する感情を抱えていることが被虐待児の

典型的な心理です。だから、相手の語ることを否定せず、分析せず、助言をせず、同情せずに、ただ共感して相手の感情を認めてあげること、これが「聴く」という共感的傾聴です。

虐待にとどまらず、いじめや性被害など、さまざまに「聴く」という心の手当てをする。決して難しいことではありません。人の痛みと恐怖に共感する心と、安易には同情しない姿勢と、子どものもつ回復力への信頼と、ほんのちよつとの勇気とがあれば、誰でもができるはずです。

腹立ちも、悔しさも、怖さも、最後までその気持ちに共感しつつ聴いてもらうだけで、驚くほど収まっていけます。安心の土台がぐらついている子どもが最も必要としているのは、自分の気持ちを認めて尊重してくれる人、自分のことを気にかけてくれる大人の存在です。聴いてくれる大人に出会えたか

否かが、その後のその子の人生を左右する決定的な要因となるのです。

「聴く」ことは、あなたが子どもにあげることのできる最大の贈り物です。

「いちばん悲しいときは

気持ちがわかつてもらえないとき

いちばんうれしいときは

気持ちが通じ合えたとき

いろいろな気持ちがある　あなた

そのままのあなたで　いいんだよ。

いろいろな気持ちを大切にして

ぐんぐん大きく　しあわせになる。」

『気持ちの本』（森田ゆり著　童話館）より

（エンパワメント・センター主宰）