

「人は人に出会うことによって 人になるのです PART2」

親の過ぎたるかわり-----

園長 高杉、美稚子

6月号に続いて[人は人に出会うことによって人になるのです PART2]です。親のかかわりでもっとも大切なことは、精一杯の愛情を注ぐこと、その存在そのものを認めてあげるです。これは「保護」になります。そしてその保護が過剰になると「過干渉」になります。親の過ぎたるかわりについては、後ほど詳しく触れていきますが、私は、現代で子ども達の心が病んでいる一番の原因がこの「過干渉」ではないかと考えています。だからこそ、過干渉にならないために必要なことは、人から押し付けられるのではなく、自分で選び(選択)、自分で決め(決断)、自分で実行(行動)し、自分で認める(承認)体験が必要となってくると私は考えているのです。

又、この年齢の活動は、親よりも仲間との人間関係の中で、自己概念(自己像)が確立するので、家庭やその周りで体験した「自己有能感の芽生え」を仲間という同年代の友達の中で、確認することが必要なのです。そして、その中で、自己決定し、自分で決定したことを行動し、上手に自己主張し、そのことに自己責任を取り、最終的にそのことを通して自己承認できる自分を確立することが、この年齢に必要なのです。

このような体験をしないで、この段階の発達レベルをきちんと過ぎないと、自己承認が出来ないので、自分を信じる事が出来ず、将来、社会生活の中で、人に言われなければ、選択、決断、行動が出来なく、結果として自己承認出来ない大人になる可能性が高くなります。

そして未体験の事態に直面すると自分で判断できなく、混乱したり、つい他人の前ではその人に合わせてしまい、影で不平不満を言うようになっていたり、他者承認や正しい答えを求めて(他者の承認は相手によって違うし、正しい答えは相手の価値によって違うので振り回されて)はてしなく苦しむことになるのです。

また、自分で決められないから、他人の動向が気になり、人と違うことに不安を感じ、人の列から外れると落ち込み、あげくに自殺をするという結果にもなるのです。

他人の動向が気になるから、人に合わせて、自分がなくなるのです。「透明な自分、透明な存在」などと自分のことを言う若者の心理は、こんなところからきているのかもしれない。相手が他人であれ、親であれ、人に合わせて、自分を作っている間は苦しいのです。

なぜなら、他人が本当にそう思っているかは自分ではわからないからです。わからないから、いいえ、わからないのに、苦しむのです。それは、相手が本当にそう思っているわけではなく、**相手がそう思っているかもしれないと思う私**がいるだけなのです。

自分で決めないで、ああしなさい、こうしなさいといわれているとおりにしていると、本来の自分の行動がどんどん無くなって行き、自分を見失っていきます。そして、自分で自分がわからなくなり、自分を認められなくなっていきます。

自分を認められないから、他人から承認されないと(でも、すべての人から承認されることは不可能に近いので、)結果として自分で命を絶たざるを得ないのです。

以前の巻頭言にも書きましたが、物事はいつも自分の捉え方です。はじめからそこに、つらい、苦しい、悲しい出来事があるわけではないのです。つらい、苦しい、悲しいと感じている自分**が**いるだけなのです。他人が常に、自分を承認していないわけではないのです。**承認されていないと感じている自分**がそこにいるだけなのです。

だから、何度も書きますが、人から押し付けられるのではなく、人に合わせるのではなく、**自分で選**び(選択)、**自分で決**め(決断)、**自分で実**行(行動)し、**自分で認**める(承認)体験が必要となってくるのです。もちろん、そのときに、その状況に適切であるかというチェックは必ず必要ですが・・・。

その体験を通して、自分で自分を愛することが出来るようになるのです。自分を愛することが出来れば、人を愛することが出来ます。自分を信じる事が出来れば、人を信じる事が出来ます。自分を愛することなくして、人を愛することは出来ません。自分を信頼することなくして、人を信頼することは出来ないのです。

他人をそんなに信用してもいいの?と思う人もいるかもしれませんが。でも、その人を愛してない人が、その人から、愛されますか? その人を信頼してない人が、その人から、信頼されますか? まずは、自分を愛し、自分から愛すること、自分を信頼し、自分から信頼することから、すべては始まるのです。

先ほども書きましたが、愛してもいい人か、信頼してもいい人かということは、感覚の鋭敏性を持って状況に応じて、チェックする必要があるのですが・・・。

たとえ、裏切られても、少なくとも、愛すること、信じる事が出来ない人間より、だますより、だまされる人間のほうが、棺おけに足を突っ込むとき、自分を認められるのではないのでしょうか?

今、このような、子どもの体験がなされづらくなって、発達レベルがうまく行かない子どもたちが増えているのです。だから、せめて、幼稚園でこの体験をさせたいと願い、この短い時間の中に、この時期の子どもたちに必要な発達レベルの段階をすべて組み込んだのです。だから、今、ドリカムタイムが始まったのです。

なぜ、子ども達のこのような発達レベルが遂げにくくなってきたのでしょうか？
親のどのような養育態度が子どもにどのような影響を与えているのでしょうか。

そして、保護、過保護、過干渉、過期待、過放任はどちらがうのでしょうか。

一言で言うならば、

保護とは、子どもが望んでいることを、望んでいるときに、望んでいるだけ与えること、
過保護とは、子供は望んでいるけれど、子どもが自分でやろうとすれば、十分できること
とま

で、安易にこちらが手を貸してやってしまうこと、

過干渉とは、子どもが望んでいないことやりすぎたり、やらせすぎたりすることです。

過期待とは、子どもが自分に期待するのではなく、子どもが出来る以上に親が望むこと

過放任とは、子どもが望んでいる以上に放任すること

過許可とは、子どもが望んでいないのに許可を与えることだと私は考えます。

要するに、子どもが、そのことを望んでいるか、望んでいないか、がチェックポイントです。だから、親の肌感覚、感覚の鋭敏性がここでも大切になってくると思うのです。

「過ぎたる親のかかわり」を「成功する子育ての条件」では、このように述べています。

過保護とは、その根底に親の気分や、都合を優先させすぎの傾向があり、愛の押し付け、いわば、愛の一方通行となっているのです。具体的には「手のかけすぎ」となって現れます。その結果、最後まで自分でやり遂げたという「成就の喜び挫折の経験」の両方が少なくなります。うまくいかなければ、すぐ人に頼むような依頼心（依存心）の強いわがままの子になってしまいます。

過干渉とは、子どもに対する信頼感の不足が根底にあります。未発達であっても、一人の人間として信頼することが、人間関係の基本であることに気づいていません。更に、過干渉傾向の親は、神経質で、つい結果が気になってしまいます。具体的には、口の出しすぎとなって現れます。多くの場合、肝心なところで口を出すために、自分で選んだり、決めたりする体験が少なくなります。その結果、選択と決断の出来ない、人のせいばかりにする集中力のない子になってしまいます。

過期待とは、先のことばかり、気になり、実態にそぐわない考え方が選考しすぎる傾向が根底にあります。さらに、この子のおかげで、親という役割を持つことに感謝する気持ちが低下しています。具体的には「期待の掛け過ぎ、ほめなさすぎ」となって現れます。その結果、次第に自信のない無気力な方向に進むこととなります。

過放任とは、根底に愛の不足と親としての義務の放棄があります。「そんなこといちいち聞くんじゃない、勝手にしろ」というような対応です。具体的には任せすぎ、手抜きのしすぎとなって現れます。愛と注目の決序は乱暴で冷淡、自分勝手な子になってしまいます。

過許可とは根底に親としての認識不足による信頼の与えすぎと、親の義務の放棄があります。擬態的には「許可の与えすぎとお金の与えすぎ」となって現れます。友働きの親が祖父母に子どもを見てもらっているケースに良くあります。その結果自制心や忍耐力のないわがままな子になってしまいます。

この5つに共通する特徴の第一は、愛と注目、承認の不足や欠如、二番目には**選択や決断の大部分に親がかかわり、「授受の喜びや挫折の体験」が少ない**ことにあります。三番目には、否定、支持、命令、禁止、比較、差別、無関心などの態度が言葉となって現れ、受け手の子どもには、不快な感情が習慣化しやすいのです。

(以上、「過ぎたる親のかかわり」成功する子育ての条件より)

過放任、過許可がなぜ子どもにとっていけないかは、とてもわかりやすいことですね。過干渉、過期待がなぜいけないか少しわかりにくいですが、そこで、次にこのことについて掘り下げてみましょう。

子どもが習い事をする時に、いつも送り迎えをしてあげることが大切だと思っている親がいるとします。今、危険な世の中になってしまいましたので、このことは必要なかもしれませんが、安全が確保できた上で、それを子どもが望んでいなければ、過干渉になるということを考えなければなりません。

子どもは友達と一緒にいきたいのかもしれませんが、その途中の友達との会話、つながり、そのようなものを求めている時期かもしれない、そういうことをわかってほしいのです。そのことをわかっていて、危険性とか、今の世の中のことを考慮してあげることは、親として、とても大切なことです。でも、子どもが、今どのような、状態であるかは、把握しておく必要があると思うのです。

反対に、過干渉のあまり、小さいときから、親が望んでいることをすることが喜びになっている子どもがいます。親から、何かされることがあたりまえになってしまっているのです。お母さんが、先に何でもしてしまい、結論を出すのに慣れているので、母さんがすることがすべて正しいのです。そうすると、お母さんが喜んでくれる、お父さんがほめてくれることだけに興味がいくようになります。

こうするとお母さんが喜んでくれる、お父さんがほめてくれると、親の反応だけ見て行動をとっていると、その結果、相手の反応を見てから出ないと行動が取れない大人になります。

本当に自分が何をしたいのか、何を望んでいるのか、自分でわからなくなります。相手の反応だけを見てしか行動が取れないと、相手の承認を求めて、どういう答えが正解か、相手が望む正解だけを求めて、褒められる答えだけを求めて、苦しむことになります。

だから、過干渉が一番怖いのです。特に過干渉のつけは青年期などのあとになってやってきます。おもちゃをほしいと泣きじゃくっているときも本当にほしいのはおもちゃかどうかということにもつながりますね。

そういう意味で、佐々木正美先生は著書「過保護のすすめ」で、こどもが本当望んでいることを、望んでいるときに、望んでいるだけ与えることはとても難しい、だから、少し過保護くらいでちょうどいいともおっしゃっています。

これが、本当にこどもが望むことを全部やっているの？という答えになります。こどもが何を本当に望んでいるのか、それを本当に望んでいるのか、望んでいないのか、大切なことそのことを感じる力がこちらにないとうまくいかないのですね。こちらが、こどもに何を臨んでいるかも考えてみるのが大切であると佐々木先生は言っておられます。これは過期待につながると私は考えます。

では、次に私達大人が、こどもに期待していることとはいったい何なのでしょう？こどもへの期待を書き出してみましょとハートフルコミュニケーション主宰の菅原裕子先生は言っています。今から、こどもに期待することを紙面に正直に書き出してみましょ。

いくつありましたか？思うままに書いてみると、百はゆうに超えてしまいます。

こどもに期待などしていませんという方でも、書き出してみるとたくさんあることに気づかれるでしょう。大きな項目では、友人に好かれる子になってほしい、思いやりがある子に育ててほしい、小さなことをあげたら、靴は脱ぐ、服はたたくてほしい、数えたら望んでいるとは数え切れません。では、その期待は誰の期待でしょうか。こどもが望んでいることでしょうか。こどもの自分への期待でしょうか？

違いますね。それは親の期待ではないですか？親の理想ではないですか？

ところが、こどもは、その理想どおりになることを親が望むと愛されていないと感じるのです。親がこどものことを思って、期待をすればするほど、愛されていないと感じるのです。

なぜなら、理想を押し付けるのは、今のあなたではなく、親の理想どおりになったら愛してあげますよと言っていることだからです。

こうなったら愛してあげる、こうならないと愛してあげないという、裏のメッセージが伝わるのです。条件付のメッセージになっているのです。

そして、その親の期待のこたえるために、こどもは本当に自分がやりたいことを制限してしまうか、反対に親に隠れてやりたいことをやるという二面性をもつ事になります。

そして、親は自分が見ているこどもの姿がこどもの本当の姿だと思い込んで安心していただけなのです。それでは本当のこどもの心を理解し、援助は出来ません。

だから、この無条件というのは、難しいのですね。

先月号で書いた、話を思い出してください。

私は無条件の愛について考えるとき、いつも「一杯の掛けそば」の話を思い出します。もう廃れてしまったお話ですので、知らない方もあるかと思いますが、おおかたのあらすじを書きましょう。

一軒のそばやがありました。毎年暮れになると、一組の親子がやってきて、かけそばを一杯だけ注文するのです。それを親子で分け合って食べて、幸せそうに帰っていくのです。

このことが何年か続き、ある年から、この親子はそばやにやってこなくなります。そして幾年か後、立派に成長した息子とお母さんがこのそばやに挨拶に来るのです。それ以後、このそば屋では、この親子が座った席を幸福の席と名づけたそうです

なぜ、この話が感動的であったのでしょうか。どこが感動的であったと思いますか？それは、「分け合った」というところにあると思います。日本人的な考えでいけば、「お母さんはいいからあなたが全部お食べなさい」と言うかもしれません。それは、すごい愛情に一見見えるかもしれません。自分は飢えても、子どもに食べさせるという感動的な……でもその裏には、お母さんはこんなにしてあげたのだから、という思いがあるかもしれません。仮にお母さんになくても、子どもは、お返しにお母さんのために何かしなくてはと考えたかもしれません。子どもには自分だけ食べるという多い目が残ったかもしれません。

この話が、本当にそうだったのかは定かではありませんが、それでは、決して無条件ではないような気がするのです。たとえ少ない量でも、お母さんもあなたも飢えない、私も半分食べる、あなたも半分食べる、これこそが、究極の無条件の愛なのではないかという気が私はするのです、だから感動したのだらうと思うのですが、いかがでしょうか。

さて、この5つの過ぎたるかかわりを打破する方法が「セルフコントロールできる子どもに育てること」にあると思います。

子どもが自分で決めるということはとても大切なことで、いつ自分で決めるのかも含めて子どもに任せて待っていてあげるところに子どもの自主性が育ちます。自分で自分を律する（セルフコントロールできる）ことが出来れば、人は切れません。自分で決めるためには、大切なことを自分で決めるという体験が必要です。いつするかも含めて、自分で決めていいとなると、自分の衝動や欲求を抑制したり、先延ばしにしたり自分で出来るようになって行きます。

この「セルフコントロールできる子どもに育てること」の課題は、友達とのかかわりの中で育つことがもっとも大切です。エリクソンは子どもが人格形成をする過程でもっとも大切なことは、「友達から学ぶこと」であるといっています。

佐々木先生はこれを「親や教師やその他の大人たちから教えられたことを、そのままの形ではなく、仲間と共有しあい、咀嚼しあって始めて人間的な能力にすることが出来る」また、子どもの自立とは自分ひとりで何でも出来ることではなく、友達に寄りかかったり、友達を支えることに、程よいバランスを保てることにある」とおっしゃっています。親や、教師から教えられた知識も技術も、スポーツも、ピアノも、習い事もすべて、友

達との共感的な交流によって始めて人間的な資質や能力となるというわけです。すなわち、どんな能力も、単に教えられたとおりに身に付けるだけでは、人間性や人格には変化を及ぼさないのです。

ピアノが上手でも、何かが特に秀でていても人間関係が築けていない人もいます。そんな子は、仲間と共感してグループで楽しむことが出来ていないのです。上手にさせたいばかりにその余裕を親が与えていないこともあります。知識や技術を身に付けても、人を信頼する感情が育っていなかったら、子どもは本当の自立の第一歩は踏み出せません。何かが上手になっても何の意味もないのです。

信頼するとは「信じて頼ること」。友達を信じることが出来るから頼ることが出来るのです。信じているからけんかも出来るのです。教えることが出来て、教えてもらうことが出来る関係です。人に依存し、依存されるのが、自立の一步です。人を信じる力がしっかりしていれば、人を頼ることができるし、人に頼られることができます。そして自立の第一歩を踏み出すのです。友達が信じられるかどうかは親が信じられるかどうかにあります。だから親のかかわりが根底で大切なのですね。これは親代わりの人でもいいと思うのです。

心理学者、エリクソンの言う友達から学ばなければならないとはこのことです。まさに、吉塚幼稚園の自立の考え方が、人との個別性と共感にあるとっている根幹もこのエリクソンの発達レベルに相応しているということになります。

さて、子どもへの親のかかわりを見てきました。子どもの発達に大きな関心を抱いた心理学者エリクソンは人間の子どもの学習し克服しなければならない発達課題は、母親を通して周囲の人々や世界に対する絶対的な信頼感であると指摘しています。

この時期に母親を絶対的に信頼することを体験し得なかった子どもは、その後ずっと、自分の生きる世界やそこにいる人々に対して、基本的な信頼の感情をはぐくみ得ないまま_成長していくのではないかとっています。

私達は、これからの子育てで同じような過ちをしないように共に学んできました。しかし私が教育相談で子育てに悩んでいる保護者の方と向き合ったとき、(私を含めて、)保護者の方自身の育ちに目が向くことが多いのも事実です。

では、最後に、親の5つの過ぎたるかかわりを受けて、もうすでに大人になってしまったお父さんやお母さんはどうしたらいいの？ ということです。

エリクソンの言うように一生基本的な信頼感を持たないまま一生過ごすのでしょうか。そして永久に苦しみ続けるのでしょうか。

「魔女の法則」という言葉もあります。過去を否定することによって同じ体験を繰り返してしまうことを言います。たとえば、親の養育態度が自己否定で、不満やイライラが多く、子どもへの期待が大きくて、放任か厳しすぎて、ストレスがたまった母親がいたとします。

子どもである自分はそれがいやだったのです。そして、自分が母親になったとき、この子だけは自分と違った育て方をしなければと思いつつも、母親は自分の過去を取り戻そうとして同じ事を繰り返してしまうということを言います。

そういうことは繰り返されることも確かでしょう。でも、みんなが、そうでしょうか。私はそうは思いません。確かに幼児虐待も含めてこういうこともあるでしょう。でも、少なくとも、皆さんは、そういうことがあると言うことを、私と一緒に学びました、だからそういうことがあるのだということをわかっていければいいと思うのです。気づいていれば防ぐことが出来ます、人が気づいているか否かということには天地の差がありません

又、こんなこともいわれています。人は過去で自分が見たくない事実を感情の奥底に抑圧してみないようにするということを無意識の中でします。そしてそれを、禁止令として体に刻み込むのです。

私自身が、過去に経験したことがたくさんあります。つらい経験が多かった私は、つらいことをつらいことと感じると生きていけなかったので、感じることを抑圧していました。そして「感じてはいけない」という禁止令を刻み込んだのです。又若くして園長になった私は、頑張らなければいけないという気持ちが強く、人生を楽しむということを抑圧して、「楽しんではいけない」という禁止令を刻み込んだのです。

私は、心理学に出会い、この抑圧から解放されることが出来ましたが、幼時決断としてこんな例が他にもたくさんあります。

病気になると親に優しくされるという体験を重ねると「健康でいるな」

この子どもは要らなかったという思いで親にそだてられると「存在してはいけない」

男の子だったら良かったのに戸男の子を望んでいるという思いで育てられると「女であるな」

期待を過度に持って、能力以上に頑張ってもらいたいという思いで育てられると「遊んではいけない、さぼってはいけない、」

母親の支持や命令的な対応で育てると、「大人になってはいけない」

子どもの行動の前に心配しすぎて、やらせないと「自分で行動すると失敗するぞ」

愛情表現が少ないと「人を信用すると裏切られるので、親しくするな」

好奇心や、知識欲を否定して育てると、「学んではいけない、考えてはいけない」

親の権威や支配性が強いと「重要な位置にはいないようにしろ」

という禁止令を刻んでいることがあります。例を挙げればきりがありません。

もちろんこれが、有効に働いているという面があることも忘れてはなりません。

このような思いや、考えが、今の自分を支えてきたことは紛れもないことだからです。

でも、もし、その考えが、自分を苦しめていることがあったらその思いから開放してあげたいものです。

では、どうしたらいいのでしょうか？

過去を顧みることはとても重要なことです。しかし過ぎ去った過去は取り戻せません。むしろ、新たなスタートラインに立つことが大切です。しかも、誰も完璧な親に育てられたわけではありません。その上、自分の親も、祖父母に影響を受けた上での、子育てであったのかもしれないということは容易に想像がつくことです。そのことに気づけたとき、親の養育態度に対しても、許すことが出来るのですが……。

自己実現は一生です。今日も明日も、いくつになっても成長することは出来ます。一生、人間は生涯教育です。変えることの出来ない過去をどうするかではなく、今をどう生きるかであろうと思います。「今ここに生きること」を精一杯実現すればそれがやがて、いえその瞬間に過去に未来になります。

だから、私達に子育てという仕事が任されているのだと思います。親が完璧になっているのを待っていたら、一生子育てでなんか出来ません。人は親になることで、もう一度、自分が通り過ぎなかった発達レベルを繰り返し体験することが出来るのです。人は親になることで人間にもう一度なるのです。いえ、本当の人間になるのです、といったらいすぎでしょうか？ [子育ては自分育てである] ことのゆえんは、ここにあります。

子育ては自分が成長するまたとないチャンスです。子どもを生み、子どもを愛し、自己肯定観を持つようにサポートするプロセスはまさに、再度、親自身が自分を愛し、自分に自己肯定感を持つためのプロセスです。

愛されずに育った人も、自分が子どもを愛し、子どもに愛されることによって自分を愛することが出来るのです。子ども達は、私達、親を育てるために、私達のところに生まれてきたのですよ。おかあさん。

だから、自分に自信がもてないおかあさん、自分を認められないおかあさん、いつも不安なおかあさん、そして自分が好きになれないおかあさん。だから、心配しないで。自分の人生の生きなおしをしましょう、もう一度。子育てを通して。

だからこそ、人生に遅いことは何もないのです。子育てにも手遅れということはないのです。気づいた、今から歩き出しましょう。

気づけないより、何より気づいたことが、一番の宝なのでありますから。勇気を持って……

一緒に育ちましょう。子ども達と共に、この吉塚幼稚園で……。

どうぞ、そのお手伝いをさせてくださいね。そばにいて、見守ることしかできないかもしれませんが……。