

「大樹に育つためには、小さな自信の芽を伸ばしてあげましょう」その 4

園長 高杉美稚子

「小さな自信の芽」のお話の第 4 話です。

さて私が退院してからのお話の続きです。私が退院した翌日に理事長先生が倒れたという報が入りました。昨年の夏、脳梗塞を起こし、病院に入ってから 90 歳ですからさすがに、少し認知度が進んでいましたが、これまでは、親子の会話は大丈夫でした。他の方が理解できないことも私には理解できていたように感じています。

さて私が、20 年前、心理学を学び始めたきっかけは、この『母を笑って送り出してあげたい』という願いから始まったものでした。

私を含めて、人がどんな時に自己受容できていないかを考えてみると、他人に、いい人だと思われなくて、つい自分らしさを忘れてしまう、いつわりの自分を装う時、問題があると私は考えます。

私は、大正時代の教育者である母の 42 歳の一人娘として育てられ、古きよき時代の教えを教えられらたとともに、この母にいつも気を使い、神経をすり減らし、自がどれだけ出来ても自己肯定感がもてない子どもに育てていたと認識しています。

私は、母の過干渉と母の世間を気遣う性質、究極の『べき思考』の中で育てられたと過去の私は感じて育っていたと思います。いつも母の愛は、過干渉と過期待で私を真綿のように苦しめていたと私には感じられていました。

95 点取っても出来てない部分を言われる。何をプレゼントしても気に入らない部分を言われる、どんな行動も園長の娘だからと規制される。そして自分の本当の感情を決して表に表さない母に、決して自分はこれで良いんだと思える日が、自己受容できる時が有りませんでした。

私は、母の承認を求めて、その当時はその事にさえきづかずに苦しみ、母は全くといっていいほど私が苦しんでいることにさえ気づいていませんでした。だから、それを親の保護だと勘違いをしてどんどん制限を加えるのです。そしてその事を苦しいとも思わない日々が私にも長くあり、自立していない時は、私も同じ人間で、逆にその保護がありがたかったのです。

私は過干渉にされることがあたりまえで、そのことが親の愛と信じていたので、その事を疑いもしない、苦しいとも嫌だとも感じない私でした。しかし、やがて自立の時は来ました。でも母はそのことにすら気がつかないのです。そして彼女は私が自立しようとする、その事を決して許さず、いえ認められなく何をするのも母の思い通りにしなければ、母の機嫌は悪く、いつまでも優等生でいなければならないのです。

優等生であり続けることが何も感じない時代から、自分の生き方はこれで良いのかと、自分の生きる道を模索し始めた時、私は母を好きになれない時期が随分あったのです。どうしても母が受け入れられないのです。こんなに自分を苦しめた、こんな私にしたのは母だと許せないで、うらんでしまっていたのです。

その頃の私は、こんなに自分が好きになれない私にしたのは、母のせいだと全ての責任を母の責任にして、自分で、自分の人生に責任を取っていないのです。すなわち自立できていない、自立することが怖い、そのことから逃げていることすら気づいていませんでした。

でも私はそんな自分が、嫌でした。母が嫌いな間は、自分を好きになれないと感じて初めていました。そこで私の心理学の学びは始まりました。母に感謝して、母を笑って送り出せる自分になりたい、今思えば、それは自己受容し、自分を好きになりたいという私の「魂の叫び」だったのではないかと感じるのです。

このような育ちを受けて、大人になってしまった私はどうしたらいいの。でも、こんな子ども、大人を育ててはいけない、ではこれからどんな教育が本当にいいのか、どんな教育だったら、子どもは苦しまなくてすむのか、本当の自立がどげられるのか、だからいろんな教育を学んで、せめて私のまわりにいる子ども達には私のような大人にならない教育を受けさせたい、これが、私の教育の原点です。

又、自分の子育てにおいては、自分の事が大好きで、自分のことが信じられる、自己責任が取れる、自立した子育てをしたい、子育ての親からの悪い連鎖（これを心理学用語では魔女ののろいといいます）は私で切らなければという思いがありました。

そして、子育て途中の保護者の方は今なら振り返ることが出来る、まだ間に合う、私の力で気づいてもらえることならば、どんな手伝いもしようという決意が私の保護者への啓蒙のはじめでもありました。

苦しむのは私だけでいい、私のこの苦しみの中から、又、私自身が自己受容をしていく過程の中で、吉塚幼稚

園の教育方針も確立していったと考えます。そういう意味では、私にとっては母の存在は、今になって思えば、ありがたい存在で、私のこの体験は貴重な、必要な体験なのですね。

その中で気づいたことは、自分を大好きになること、そのためには、自分をごまかさないと、自分の感情に正直になること、自分を自分でセルフコントロールでき、自分で選択し、決定し、自己責任を取り、自己承認が出来ること、そのことでどんな人をも許すことが出来るひとになることです。

そして、私の自分だけのきつきだと思っていたものが、学べば学ぶほど、心理学者や教育学者が考える、教育原理と一致している事に驚き、感動したのです。

特に大学院での一連の勉学の流れは、私にその事を確信させました。大学を出てすぐに大学院に行かなくて結果としては良かったと感じました。

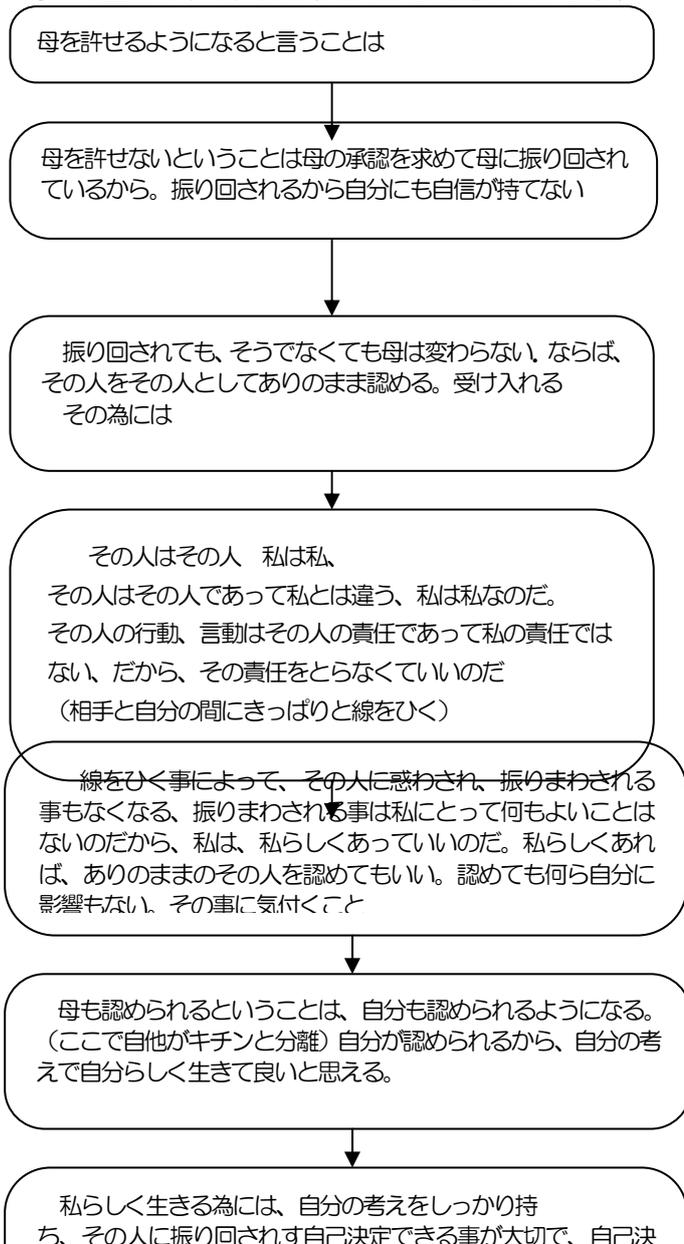
大学の学びの上に、実践が20年あり、その後更に大学院の学びが重なったことで、より現実に即した深みのある学びになりました。やはり、教育は理論だけ実践だけではだめで、双方があって始めて完成されるものだと感じています。

その学びと自分の体験の中で、母を認め、心から許せた時、自分を認められる、自己受容が出来るのではないかと体の中心から思いました。人は自分が一番苦手とする人を許せたとき、自己承認が出来、自信に繋がるのだと感じます。

そこで許すということについて考えてみたいと思います。人を許せるようになることはこれは最終的に、母子分離も含めて、いかに自他分離し、自立が出来るようになるかだとも感じます。

もちろん、素晴らしい自分になるために、日々研鑽、努力することを怠っては行けません、出来ていなくても、努力している自分を含めて『自分らしさを好きになる』そして、『好きになれる自分である』事が大切だと考えます。では、どうしたら自分が好きになれ、認められるようになるのでしょうか。

毎日の生活の中で、私は今このように感じています。



自他分離するためには、皆がそれぞれちがっていいということを認められるということ。その基本として既に20年前に昼食選択制という教育のが第一歩が吉塚幼稚園では始まりました。それから、今までに、皆さんももうご存知の下記の本園の教育方針が出来上がっていったのです。

★吉塚幼稚園で目指す教育の三つの柱★

- 1に「真の自立への道なり」(個別性と共感)
- 2に「知ることの喜びを与えることなり」
(自己成長の継続と問題解決能力)
- 3に「感動と思い出を作ることなり」
(生命の尊重と危機管理能力)

★三つの教育の根幹★

- 1、**共育**—自立への援助として、子どもと同じ目の高さになって、同じ純粋な心をもって、子どもを取り巻く教師が、保護者がともに育つ「共育」、
- 2、**響育**—感動と思い出を持って心と心が響きあう、子ども同士、大人同士、子どもと大人が、それぞれが問い掛けたことがかえってくるそんな「響育」
- 3、**驚育**—知ることの喜びは、驚きと発見の連続を育てる「驚育」でありたいと考えます。

そしてこれがないと

大人の5つの過ぎたるかかわりの結果起こること

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事
過許可とは、子どもが望んでいないのに許可を与える事

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大人がかかわること**で、**子ども自身の「授受の喜びや挫折の体験」が少ないこと**にあります。

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、どういふ答えが正解か、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、苦しむこととなります。

だから、「5つの過ぎたるかかわり」が怖いのです。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。この5つの過ぎたるかかわりのために、真綿でしめつけられるように子どもは自分をなくしてしまうのです。

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ー自己決定能力のある子どもにすること」にあると私は考えます。そこで、決断の教育の循環が大切になってくるのです

吉塚幼稚園が考える教育の循環

「**自己選択→決断→承認→自信→自他分離→個別性→共感←自立**」の教育の循環を通して、真に自立し、自分の事が大好きな子ども達を育てていく「**自分が大好きで、自分が信じられる**」教育です。

この教育は、日々の保育だけでなく、子ども達が自ら選択、決定し、自己承認が出来る**自主選択保育「ドリカムタイム」**や子ども達の感覚の鋭敏性、創造力、考える力、柔軟性、感性を培い、視野を広げる、あそびの自由広場「ガラスの塔」でのその年齢に不可欠の子ども達の望ましい成長と発達を促す教育でもあります

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置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、「**小さくても自分にとって大切なことを、自分の感情に気付いて、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ー自己決定能力のある子どもにすること」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。それが三つの友達とのかかわりです。

本園の三つの友達とのかかわり

- 1、「私は私」という自分の存在の確立
- 2、「私とあなた」という二者の関係、共に生きるということ
- 3、皆の中の自分という存在

この友達関係の中から自分の感情に気付いていく事が出来るようになります。感情に気付けば、感情の度合いに応じて、表現でき、自己コントロールできるように成ります。自分の感情に気づく為には、大人の子どもへの感情に沿った言葉かけが必要です。そこで吉塚幼稚園の「心の教育」も生まれました。

などなどなど

以上の様な さまざまな吉塚幼稚園の骨子となる教育方針が出来上がっていきました。

これは、私の母との思いの中から生まれた私の実践と理論に裏づけられた教育です。私が私の足で、私自身を生きる事ができるようになるまでの過程、私が私になりたい、というその心の叫びの教育だといっても過言ではありません。机上の空論ではない、だから今、この吉塚幼稚園の理念が支持されているのだとも思うのです。

園長になってからでも、23年間、少なくとも、このような教育を生み出す原動力ともなった思いがある母が倒れたの報に、このままでは、まだまだ母を笑って気持ちよく送ってあげられない、母に私の最後の思いを、あなたの存在が私を育てたのだと、今私があるのは、あなたのおかげだというありがとうの気持ちを伝えたい、いえもう一度、母とじっくり向き合いたい、話し合いたいという、思いで病院にむかったのです。

幸い、母とはまだ話せる状態でした。私は、今までの思いを始めて病室で静かに語ったのです。よく理解してくれたのか、母は始めて私を受容する言葉をいつくれた気がしました。

もう後はないだろうと覚悟をした私は、自分の病気も、仕事もすべて横に置く事を決め、2週間と少し母の病院で、寝食共に過ごす道を選びました。

病院から幼稚園の出勤が始まりました。「おかあさーん」といって起き、「おねえさーん おなかすいた」と甘え、「みちこよ」というと「みちこ。みちこやったね。うれしい。ありがとう」と何十年か分の感謝の言葉を書いて、階段を下るように、赤ちゃんになっていく母の側で過ごしたことは、私が私にすべてのものを許していく事がどういうことなのかを肌で感じさせるのに十分でした。

私の中の見たくなかった部分がすべて流れ出たかのように私に感じた2週間でした。母との体験が私を私にしてくれたように、更に私が私らしくある、私が私であると言うことはなんであるのかを私に感じる事が出来ました。毎日の母との対話は、わずかに残っていた私のトラウマを取り去るのにも十分でした。

今回の私の入院と母のできごと、昨年8月からの母の介護は、人の死について考える事ができる時間でした。介護は病人の為にあるのではない、残された家族の心が浄化される為の時間なのだと感じました。

ありがたい時間でした。『人は一人で生まれて一人で死んでいく』『人の人生は一度きりであること』を思い知らされました。いかに生きていくかといくことはいかに老いるかということにも繋がります。自分の人生は何であるか考えるのに、病室は十分な空間と時間でした。

今までは自分の欠点や不調和の部分の部分を何とかしようとあせって走ったり、カんだり、ときに立ち止まり、歩いたり、自己内対話を楽しみながら、同時に苦しみながら、自分の居場所やあるべき姿を求めて模索しながらあがっていた時期であったと感じています。

もうこれ以上あがいても、欠点を直せる年齢ではなくなってきました。日ごとに体力の衰えも感じずには入られない年齢です。でも、今、この年齢になって本当に感じるのは、人間が美や魅力を感じるのは、必ずしも左右対称の均衡が取れたものや完全無欠のものばかりではないということです。

人はみな完璧ではありません。なにびとにも必ず欠点があります。でも欠点そのものが魅力になる時もあります。欠点があるからこそ、味がある、人間はどこか抜けたところがないと面白くもないものと思うのです。その足りないところをひとつの魅力にまで高めることが出来たら、本物であるし、夫婦関係も含めて相手の欠点こそが大好きになれば、こんな深い結びつきの人間関係はないと私は思うのです。

不調和や遊びの部分というのは結局のところゆとりではないでしょうか。創造性や、人間性、根性といったものは、むしろ不調和の中で育っていくのです。この事が自分の中にしっくりくるということは、これから、確実にやってくる「死に向かっていかに生きるか」という答えが私の中に見出せるような気がしています。またそれは精神力も体力も確実に衰えてくる、すなわち、自分の中の不調和が増えてくる、「老い」も確実に受け入れることが出来ることにつながるのではないかと感じています。

ではその目標を達成に近づける為に私の実現可能な小さな行動は、物事の両面を同時に見ることが出来るようになることです。具体的にわかりやすい例で言うならば、桃井かおりさんの対談番組の中で彼女はあの独特のけだるそうな言い回しでこう言っていました。「この年になって胸が下がってきたけれど、だから、シャツのボタンがひとつ多く開けられるようになってとっても素敵に着こなしが出来るようになったの」といったのを覚えています

オードリー・ヘップバーンの顔のしわが晩年美しいといわれましたが、外見の美しさではなく、心持ちこそが老いるごとに魅力を増していけたらこんな幸せなことはないように思います。またその心の美しさ、成熟は表情にも表れ、結果として外見が魅力的になる事は更に素敵なことですね。

人づきあいにおいて40歳までは顔で選ぶな、40歳を過ぎたら顔で選べ、40歳過ぎたら顔が履歴書といわれるのも、その人の内面が外に現れるからでしょう。本当に内面が魅力的な方は、表情が生き生きとして美しく、男の方でも風格がただよっています。

物事には見方を変えれば、必ず良い面と、悪い面があります。その両面を同時に人にも、自分にも、事象に対しても見ることが出来るようになったらどんなに楽に生きれるかと思うのです。そして、それは新しい気づきを与えてくれるでしょう。調和と不調和の双方が混在する、そしてそのことが魅力になっている人間、そしてそんなこれからの人生でありたいと思ったのです。さて続きのお話は次回です。