

「関係をみる」ことについて考える

小 林 隆 児

On Considering about “Clinical Viewpoint of Relationship”

Ryuji Kobayashi

はじめに

今回の講演に先立って皆さんは、私が昨年（2014）末に上梓した拙著『甘えたくても甘えられない』（河出書房新社）を事前に読んでくださり、それに対する感想や疑問をまとめてお送りくださいました。したがって、本日の講演は皆さんからいただいた感想やら疑問を念頭に置きながらお話することになりました。ただ、質問らしい質問はさほどなく、感想が多かったのですが、あまり質問がなかったということは、何が何だかよく分からなかったという印象をお持ちの方も少なくないのではないかと少々危惧しております。そこで私がこの本をどんな思いで書いたのか、そのあたりのことからお話してみたいと思います。皆さんにどんなことをわかっていただきたかったのか、ということですね。本の内容を肉付けするようにしてお話することにします。

発達障碍について考える

この本は一般の読者向けに書いたものです。初めの第1章で、発達障碍とはどんなものか、どんなふうと考えられてきたか、ということを書きました。その内容は初めて目にする方も少なくなかったようですね。発達障碍とはどんなものか、肝心要のところはまだまだ良く分からないところがあるのだなと痛感しました。

私は冒頭でなぜこのようなことを書いたかと言いますと、発達障害は今どのようにとらえられているか、その経緯を理解していただかないと、私の考える発達障害を論じることはできないと思ったからです。発達障害という考え方（概念）は生まれてからさほどの歴史がないにもかかわらず、短期間にどんどんその内容が変わってきていることを、まず皆さんに分かっていただきたかったのです。いまだにその混乱は続いています。

「知能」の発達の遅れ—知的障害

発達障害の概念の歴史を振り返りますと、最初の頃は俗に「知恵遅れ」と言われていたもの、今で言えば「知的障害」ないし「精神遅滞」というものから始まります。知的発達つまりは知能の遅れを示すものを指します。

知的障害の診断は、主に知能検査で行われますから、一見すると大変わかりやすいように思われますが、ここで問題として考える必要があるのは、知能検査はどのようにして作られたのかということです。知能検査に関する考え方も時代によって変化しています。なぜかと言いますと、「知能」をどのように考えるか、それが時代とともに変化しているからです。その時代によって求められる「知能」は異なってくるという側面があります。極端に言えば、手先の器用さが仕事上重視される時代であれば、言葉の発達の程度はあまり問題とされないかもしれません。しかし、今日のようにコミュニケーション能力がとて強く求められる時代になると、「知能」に対する考え方も変わってきます。このように時代によって「知能」として求められる内容も変わるのだということをぜひとも念頭に置いてほしいと思います。知能の遅れ、知的障害といわれるものの内実も時代によって異なっているということです。

知的障害に関する歴史も細かくみていくと、戦前までドイツ精神医学の影響下では、遅れの程度によって重い方から、白痴（いまでいえば最重度遅滞に該当する）、痴愚（ちぐ 重度から中等度）、軽愚（けいぐ 軽度）などと称され¹、最も重い白痴は教育不能とみなされていました。教育しても変わらない、教育の対象とは

¹ 私が精神科医になった頃の教科書（中尾弘之・西園昌久・池田暉親・狭間秀文著）『現代精神医学』（朝倉書店、1976）ではいまだにこの分類が用いられていました。

みなされない時代もあったのです。

ついで強調しておきたいことは、知的障害の有無は、主として検査結果をもとに、平均からどれ位偏って遅れているかを評価して決められます。皆さんのなかには知的障害が有る人の脳にはなんらかの障害があるのではないかと思っている方がおられるかもしれませんが、知的障害の有無は単に検査結果でどの程度偏りがあるか否かをみているだけですから、脳障害の有無とはまったく関係はありません。知的障害も発達障害の中に含まれますから、なぜ発達障害を短絡的に脳障害と結びつけたがるのか、私にはまったく解せません。もちろん、もともと脳障害がある人ではその障害の程度が重ければ重いほど知的発達にも問題を生じやすく、その結果重い知的障害を示すことはあります。もちろん重い知的障害を示しながら、脳障害を認めない人もいますので、短絡的に知的障害＝脳障害などと考えるはいけないことだけは強調しておきましょう。

「対人関係」の問題—自閉症

これまで知的障害は精神医学の治療対象とは考えられてきませんでした。教育や福祉の領域での対応が主でした。しかし、これらの人々のなかには知的障害と単純に理解できない、いろいろなお子さんがいることがわかってきました。(といっても知的障害は単純に理解できるものでもないのですが、当時はそのような感覚でとらえられていました。)さまざまな角度から検討されることによって、子どもによっては独特な障害を持つものもいるのだということが分かってきたのです。いまでいえば自閉症、アスペルガー障害、注意欠如多動性障害(ADHD)、学習障害(LD)などですね。そのような経緯からいまではいろいろ細かく分類されるようになってきたわけです。

とりわけ最近もっとも中心的な話題となっている自閉症(今では自閉症スペクトラム障害といわれるようになりました)は、最初(今から半世紀以上前)、精神科医がいたく関心を抱き、子どもにみられる精神病ではないかと理解されていました。なぜなら精神科医にとってその頃までの最大の関心事は精神病にあったからです。その子ども版ではないかと考えられたのです。しかし、その後いろいろと研究が行われるようになって、いまでは精神病ではなくて、

生まれつき（生得的といいますが）脳の機能になんらかの障害があって、そのために独特の言葉の発達の問題や行動上の問題などが生じると考えられるようになり、今日に至っています。いまでは遠い昔の話のように思われるかもしれませんが、数十年前まで母親の育て方が原因だとする母原病なる考え方がありました。このように自閉症の原因論は、環境因から素質因（器質因）へと振り子が大きく揺れるように変化して今日に至っています。

発達障害の原因をめぐって

ここで強調しておきたいのですが、母原病説にしろ、生得的な脳（機能）障害説にしろ、ともにいまだ仮説の段階であって、厳密に証明されているわけではないのです。人間の発達の問題ですから、その原因を環境かそれとも素質か、というように単純にどちらかに決めることなどできるはずはないのです。しかし、人間誰も物事をできるだけ単純化して考えようとする傾向がありますから、環境か素質か、どちらか一方の原因でこうなったと考えたくなるものです。人間の発達のプロセスを考えてみればすぐにわかるように、素質も環境もともに互いに複雑に絡み合いながら、日々の生活が営まれ、その中で人間は成長発達を遂げていくものです。不断に双方の影響を受けながら変化していくものですから、そのどちらか一方を原因とみなそうとする考え方はどうみてもおかしいとしかいいようがありません。環境も素質も関係するというのが妥当な考え方でしょうが、両者の関係がどのように絡み合っているのかを考えていくと、大変複雑であることがすぐにわかります。その実態をとらえることは容易ではありません。しかし、その様相を丁寧にみていくことがぜひとも求められます。そのことがもっとも正当なアプローチの方法だろうと私は考えていますが、そのようなことを実際に手掛けている人はほとんどいないのが現状です。それだけ双方の関係の実態をとらえることは難しいということなのです。

発達障害とは何か

自閉症をはじめとする発達障害という考え方は、いまだすっきりと整理されているわけではなく、非常に大きな問題をはらんでいます。ここでぜひとも知っ

ていただきたいのは、いろんな特徴をもつ子どもたちがいるということですね。そういう子どもたちを一人一人理解しようとするときに、何も物差しがないと、どう理解していいか分からないですね。AさんとBさんを比べると、Bさんのほうがどこかとっつきにくいな、Aさんは非常に人懐こい、Bさんのとっつきにくさは何から来てるんだろうと考えるときに、自分なりに考える物差しがないと、どうみていいか分からないですね。そんな時に物差しとして役に立つのが精神医学の知識です。

「自閉症」という言葉が生まれてからたかだか70年です。人の一生くらいの長さでしかない。その間に、いろいろと考え方や見方が変わってきているのです。当然これから先も変わるでしょう。皆さんが生きている間に、ついこの前まで発達障碍という言葉があったけど、今は発達障碍という言葉が全然使われなくなって、他の考え方にとって代わられている、そんな時代が必ず来ると思います、間違いなく。それほど発達障碍という考え方はある意味いい加減、と言ってはなんですが、曖昧なところがあって、絶対的なものではないということですね。だからそのような知識を鵜呑みにしてはいけません。

発達の問題をみる際の物差し

しかし、いろんな見方をすることは子どもを理解するうえで大切なことですね。この見方をするとAさんはよく理解できる、いや、この見方じゃBさんという人を理解するのは難しい、そういうことがいろいろあるわけですね。皆さん方もそれぞれ人を理解するときに役に立つものの見方を、各自持たなくてはいけないけれど、その際、自分勝手な考え方を持つのではなくて、これまで多くの研究者が悪戦苦闘しながら考えついたアイデア、ものの見方を知識として得ておくことは必要です。そうしないと仕事仲間あるいはほかの人たちと議論ができません。

ただ、さきほどから言っていますように、知識を鵜呑みにするのではなく、当時なぜこういうふうなものを見方をしたのか、数十年前に言われていた見方がなぜいまはなされなくなったのか、そういう変化が何によって起こったのか、ということを考えることがとても大事なことなんですね。そのことがわかって

くと、今後どのような変化が起ころうと、それについていけるだろうと思います。

でもこのことは大変難しいですね。誰にとってもそういうふうな長い時間の流れの中で物事をみていくのは難しいものです。だから、多くの人たちは、最近の流行の考え方、たとえばアスペルガー障害という言葉がはやったら、何でもかでもアスペルガー障害じゃないかといった目でみようとするわけです。いまやつかみどころのないよく分からない子どもたちは何でもアスペルガー障害だとか発達障害だとか、そんなふうにみるようになっていきます。言っている本人はさも分かったような気になっているかもしれないけれども、本当にその人を理解するという意味ではそんな診断はあまり役に立たない。私はそう思うんです。アスペルガー障害というラベリングは、こういう特徴がある、そういう人をこういうふうに呼ぶようにしましょうということではありません。そのように診断したからといって原因や治療がはっきりするわけではありません。一つの約束事ですね。どんな条件が備わったときにアスペルガー障害とか、発達障害ならばどういう条件が揃ったときにそのようにいうのか。そのような決まり事として診断基準は考えられているのです。

知的障害の子どもたちの中で、どこかとつきにくい、人間関係がうまくできないような子どもたちがいるということがわかった。そして、そんな子どもたちが何人もいることがわかり、それらを集めて、そこにどんな共通の特徴があるかをみていくと、これこれの特徴があるということがわかった。アメリカのカナーという児童精神科医がそのことを1943年に発表した。すると、世界中の研究者がそういえばそのような子たちは自分でもみたことがある、と次々に似たような報告がなされて、世界中に共通した特徴をもつ子どもたちがいるということが分かった。そうすると、これはいままで明らかにされていない、新しい特徴を持った病気じゃないか、新しい精神障害じゃないかと考えられて、それが世界中で認められていく。すると世界中に一気にその病名が広がっていきます。精神医学の歴史はそういうことを繰り返しているわけですが、発達障害についてもそういうことがいえます。

行動特徴から診断することの曖昧さ

自閉症の特徴を取り出していくと、「周囲からの極端な孤立」とか、「言葉の発達に独特のゆがみ」とか、「強迫的な同一性保持の傾向、特定の物事への極端な興味・関心」などといった表現で示されることになります。こういう特徴がある子どもたちを自閉症と呼ぼうということです。

でももう少し考えてみてください。「周囲からの極端な孤立」といいますが、具体的に身近な人をみたときに、Aさんは、人によっては反応をするし、決してどんな人でも無視するわけじゃない。だから「周囲からの極端な孤立」とはいえないかもしれない。Bさんは、私に対してはすごくいい感じで反応してくれるから全然そんなふうにはみえないけど、別の職員からすると、「いや、あの人は私にはうんとすんとも言わないし、常に私から離れているから、極端な孤立とっていいんじゃないか」とか、考える人がでますね。「周囲からの極端な孤立」ひとつとっても、厳密に考えていくと、人によってとらえ方が大なり小なり変わることが珍しくない。どこまでを「極端な孤立」といったらいいのかわかりません。だからといってそんな特徴を数字で表すこともできません。実際具体的に誰かにそれを当てはめようとするともものすごく迷うわけです。このような曖昧なところがある。それが精神医学の診断の特徴のひとつなんです。

精神医学における診断はどのように行われているか

そこで精神医学において診断がどのようになされているのか。身体医学と比較して考えてみたいと思います。医学は大きく身体医学と精神医学に分けることができます。皆さん馴染みのある身体医学で診断がどのようにして行われているのか、よくおわかりのことと思います。今日もインフルエンザにかからないためでしょうか、マスクをしていらっしゃる方が数名いらっしゃいます。インフルエンザはウイルスという微生物によって感染する病気、感染症ですね。原因となる微生物の存在が明確にわかっている。インフルエンザに罹らないためにはウイルスに触れないことが大切だからマスクをしておられる。インフルエンザの診断はウイルスに感染しているかどうかを検査で判断します。そのこ

とによって明確な診断がなされます。このような診断は、どんな医者でもその検査器具を用いればほぼ間違いなくできます。本来医学が目指しているものはこのような性質の診断ですね。誰が診断するにしても、同じようなやり方をすれば間違いなくできる。そういうものですね。その恩恵を皆さん方は日々の生活の中で十分に受けていらっしゃる。

それに比べると、精神医学は、先ほどの例でお話したように、「周囲からの極端な孤立」などといった行動特徴を手掛かりにして診断が行われています。そのような特徴は観察する人によって大なり小なり異なることが当たり前ですから、診断をめぐる議論は百出して、なかなか一致した見解が得られない。身体医学の診断方法に比べると、精神医学の診断はいまだに進歩がないというか、非科学的というか、頼りないところがあるというのは正直なところですよ。

精神医学の診断は行動特徴で行なわれていると言いましたが、精神医学はここらの問題を扱っています。ここらの病気のなかで、何かある検査をして異常所見が出たらこういう病気であるというふうに診断できるものはないんです。精神医学も医学の仲間として存在していますが、精神医学における診断は行動特徴だけを頼りに行なわれているものなんです。あまり頼りになりませんよね。

皆さん、考えてみてください。例えば風邪をひくと熱が出る、ついで咳が出る、痰が出る、身体がだるくなる。そういう症状が出ます。でもそんな症状だけを確認しただけで、それはインフルエンザですなどと診断をすることはありませんよね。でも悲しいかな精神医学は、いまだにそんなレベルで診断しているということなんですよ。馬鹿にされても仕方ないくらい時代遅れの診断方法がいまだに取られている。ここらの病気はそれほど把握するのが難しいという性質を持っているということです。

ここらの病気とはどのようなものか

このことは何を意味するかというと、ここらの病気は、身体の病気のように目にみえる形で、「客観的に」誰がみても同じように、その病気を特徴づけるものを取り出すことはできないんです。ですから、皆さんは「ここらの病気」について訊かれると、それなりのイメージをお持ちでしょうが、子どもに「こ

ころって何？どんな形してるの？どんな色をしているの？」とか訊かれたら、皆さん、どう答えますか。答えに困るでしょう。「こころ」は目にみえる形で、誰がみても同じように、「こういうもんですよ」と示すことはできないんです。でも、誰も各自それぞれ自分の「こころ」を持っています。そのことを疑う人は誰もいない。こころが具合悪くなるということについても、誰でもそれなりの実感として理解できるものがあるでしょう。たとえば、ばかばかしいと思っても、気になって仕方がない。そんなことはあり得ないと思っても、どうしても何か気になって仕方がないというようなこころの状態に陥ることってだれでもあるでしょ。そういうときには「こころ」は不自由なものだなと思うし、「こころの病」というのはどういうものか、その一端を実感としてとらえることができるわけです。しかし、目にみえる形では取り出すことはできない。

ではなぜ私たちが「こころの病気」というものは確かにあるということを感じているのか。お互いにそういう経験を持っているからです。大なり小なり。自分のこころが思うようにならなくて、何か不安で仕方がなくて、どうしていいかわからない状態になる。そういうことは経験的に知っている。だからAさんが同じようなことを言ったときには、「ああ、それはつらかったらうね」と理解することができるんですね。ですから、他人事でなくて、こころの病気は、こういうふうになることが人間であるよねということを、話を聞くと確かにそうだと実感としてわかる。そういうふうにして、人間のこころの問題はお互いに共通に理解し合えるものです。目にみえる形では客観的に示すことはできないけれども、お互いに話をすることによってわかり合える、そういう性質のものです。こころの病気の議論をするときは、それを客観的に示すことはできないけれど、それでいいのです。

それでも、どんな状態にあるかということ、自分がその当事者であれば、できるだけ他人にわかるように語る、わかってもらおうとする。あるいは、自分が相談を受ける側だとすると、相手の気持ちをいろいろ訊いてみるとか、そういうことをやって、かなりのところがわかるようになるのです。もちろんそれだけではどうもこうもならない部分もたくさんあるわけですけど、こころの問題について理解するときは、どうしてもそういうふうなやり方でやっていく

しかないんです。皆さんもそうだし、精神科医であってもそうなんです。そういう性質のものなんですね、こころの病気は。

再び発達障害について考える

では発達障害をどのように理解したらよいか。これまでわずか半世紀か70、80年の間に先ほどから述べたように大きく変化している。そのようなものですから、何かの本に発達障害とはこのようなものだと書かれていても、いまのところそういうふうに見て考えましようといっているだけなんです。これからどう変わるかわからないところがたくさんある。ですから今のところそのように考えられています、というふうにとらえておくことが大切です。それは極端に言えば単なる約束事ではないわけですが。ここのところがとても大切なところですね。なぜ私がこの本の中でそのことを強調したかということ、発達障害は脳障害が原因でもって起こる病気だというふうに見て疑わない人がある、世界中に。発達障害の論文には、必ず冒頭に、「生まれつき」、生まれつきとは書かないか、「生来的」とか、「先天的」とか、「一次的」に脳障害を持つものとして発達障害は考えられているというふうにとらえておくことが大切です。

本当に脳障害があるのであれば、それは客観的に目にみえる形で示すことができるはずですが。そうでなきゃ、そんなことは言われなくていい。でも、発達障害の診断が、脳の検査をしてこういうふうな異常な所見によって行なわれている、などと一言も書かれていない。脳障害で起こるといっているのを信じて疑わない人はいま世の中にたくさんいるけれど、それは単なる仮説ではないのです。もちろん、仮説は何かを研究する場合に大事です。仮説を立てないと研究はできませんからね。恐らくこの病気はこういうことが原因ではないか、というふうに見て研究者は仮定するわけです。そして、いろんな実験をやって証明しようとする。そのことは医学の発展のためにはとても大事なことです。研究者はそういうことを考えて、いろいろ研究をやる。それは結構なことだけれど、われわれ臨床に従事している者は、臨床現場でいろいろな人に直に生で接触している。彼らに関わって、何らかの支援をする人間です。仮説を信じて、この人に脳障害があるなどということをお世話するなど、私はもつてのほかだと思っ

ている。相手に対して失礼だと思っている。そのような思い込みは相手に失礼だし、そのようなことは許せないと思うんです。どういうことかという、脳障害という仮説自体が悪いんじゃないくて、その仮説をまるで本当のことであるかのように信じて疑わない人がいる。このことが私には許せないと思っている。仮説である限りは、研究する人は勝手にやればいいけれど、（もちろん、相手に迷惑をかけたら、負担をかけることなど許されないけれど）、われわれのように現場で直接関わる人たちは、仮説をまるまる信じるのではなくて、そんなことは考えないで、実際目の前の人を、直に生でどういうふう理解したらいいか、いろいろ考えていく、そういう作業が大事だろうと思うんです。発達障害の歴史については、そのような思いを込めて書いたんです。

医学では病気の原因をその人の内部に求める

精神医学に限らず医学の特徴でもあるのですが、病気の原因は患者自身の内部にあると考えることが多い。だから発達障害についても同じような発想をしやすい。しかし、人間が発達する、育つ。その過程で何か問題が生じる場合、その原因が子どもにあるのか、それとも育てる親のほうにあるのか、どちらかだと考えやすい。子どもに何かもともと問題があったのではないか、あるいは親の育て方がおかしかったからこうなったんじゃないか、そういう考え方をしやすい。発達障害についてもこうした二つの考え方が時代によって大きく変わっていったんです。最初の頃、発達障害を精神病と考えていた時は、親の育て方に問題があるんじゃないか、そういう考え方が強かった。そんな考え方が数十年続いたんです。ある時期から、どうもそうではないと。どうやら自閉症といわれている子どもたちは、言葉が何かおかしい。言葉の発達がおかしいから人間関係やコミュニケーションがうまくとれないんだと。そういうふうに変え方が変わっていった。育て方ではなくて、子どもの中（脳）に原因があると、そういう考え方をするようになったんです。ですから、今は自閉症であれ発達障害であれ、全て原因は子どもの中に求めようとする時代です。身体医学はもともとそういう考え方が支配的ですが、精神医学も同じような考え方が主流となった。でも、発達障害の問題というのは、発達の問題ですからね。人間が生

まれて、だんだん大人になっていく、その流れの中でどこかおかしくなるわけです。発達に何かつまずきを起こすわけです。発達でつまずきを起こすようなものを発達障碍というからには、発達は実際にどういうふうにして展開しているのか。具体的にどんな現象をいうのか考えなければいけません。そう考えていくと、人間は常に周りの人と関係を持ち、その中で生きて生活し、だんだん成長していきます。こころの発達においてもそうですね。身体はあまり人の世話を受けなくても何となく成長していくイメージがありますが、実際はそうではありません。とりわけこころの発達は、いろんな人の世話を十分に受けて初めて遂げられていく。そのようなことはおよそ想像できますね。赤ちゃんをみればそのことがとてもよく分かります。母親をはじめとする多くの大人の世話を必要とします。だからこころの発達の問題を考えると、子どもだけを見ても本当のところはわからない。どうしようもない。そんなことは想像すればおよそわかるはずです。今日このあと提出される事例も赤ちゃんの時期のことがいろいろと気になるケースですね。赤ちゃんのときにこの子はどういうふうに着てられたのか。どういう環境で育ったのか、親との間でどんなことが起こったのか、といったことが気になりますね。そんなところをできるだけ具体的に丁寧にみていかないことには、発達の問題がどこにあるのかというのは分からない。

でも残念なことに精神医学では、明らかにこころがおかしくなって初めて患者（子ども）に出会う。子どもが明らかにおかしくなって病院へ来る。そこで初めて医者が診察する。それが出発点です。おかしくなった人を診る。実際おかしくなった人を診て、できるだけ元に戻そうとします。そういうことを周りからも期待される。それはちょうど、火事が起こると消防士が呼び出されて火を消す。このように消防士と同じ役割を、精神科医は求められていることが多い。そんな精神科医の多い中でごくごくわずかな医者が、こういうこころの病気がなぜ起こるんだろうかと興味を抱きます。多くの精神科医はそんなことは考えない。忙しいし、考えてもよく分からないからでしょうが。

でも私たちが彼らの世話をしようとするれば、どうしてもこの子はどんなふうにして今まで育ってきたんだろうかと考えないと先に進めない。そうしないと

どうお世話をしたら良いのかわかりません。私たちも彼らに出会うのは、ほとんどの場合火事になってからですね。その人が過去にどうだったかということは、話を聞くしかありません。話を聞くとすれば親から話を聞くことになりません。でも話だけを聞いててもなかなか分からないことも多いのです。小さい頃この子はどうだったかとか、どんなことがあったか、親はもちろん話してくれますよ。でも、それで、この子はこういう環境でこんなふうには育ったんだということを本当に分かったことにはならない。この本の冒頭にそういうことを書いたんです。

「関係をみる」ことについて考える

母親の話をどのように聞くか

私が何を書いたかといいますとね。よく耳にする話ですが、ある親が「この子は一人遊びばかりしていた」というふうに面接で話をしてくれました。そこで私は、ある部屋で自由に遊んでもらいながら子どもとお母さん二人の様子を、そこにどんな特徴があるかを観察しました。そうすると、ある場面で、お母さんの言うように「一人遊びに没頭している」ような姿を目にすることができました。「一人遊びばかりしている」子どもの姿が確かに目の前で観察できたのです。でも私がそのまま観察していて、数分経ってからお母さんに部屋を出て行ってもらったんです。それまで、お母さんは子どもから少し離れた所に座っていました。子どもはお母さんに背中を向けて、お母さんを見ないようにして、お母さんの存在を気に掛けないようにして、まるで1人で遊んでいるようにみえた。だけど、お母さんが部屋を出ようとして立ち上がり、ドアのほうに向かった途端に、それまでお母さんに背を向けていた子どもがすぐに気付いて、お母さんを追いかけてたんです。私はこれを見て、この子は一人遊びに熱中してたんじゃないんだとすぐ気づいた。お母さんに背を向けて、まるでお母さんを見ないようにして過ごしていたけど、本当は逆で、お母さんの存在が気になって気になって仕方がない。遊びに没頭していたわけじゃない。背中に目

があるようにして、お母さんの様子をずっとうかがっていたんですね。そこでお母さんが立ち上がったらすぐに気づいて、追っかけたのです。そこで私は、この子は「拗ねている」とすぐに分かった。日本人ならそういうふうにはすぐわかるんですね。「拗ねる」というのは甘えている証拠ですね。「甘える」ということは、欧米人にはなかなか分からないんだろうと思います。「甘え」という言葉がないからですよ。私は「甘え」を知っていたから、この子は「拗ねている」とすぐに分かったんだけど、欧米人はそういうふうには受け取らないですね。受け取れない、分からないんです。「甘える」、「拗ねる」などの言葉がないからです。だから「一人遊びに没頭している」というふうに行動の特徴をとらえるしかないのです。この違いはとても大きいんですね。日本人であれば、当たり前のような感覚でとらえることができる子どものこころの動きです。「拗ねる」というのはお母さんに対して向ける子どものこころの動きですね。本当はお母さんに相手をしてもらいたいのに、お母さんは相手をしてくれない。でも自分からストレートにお母さんに相手をしてほしいと訴えることができない。何を言われるか分からない。もしもけんもほろろに拒絶されたら自分が傷つく。傷つくのが怖いからそんなことはできない。それでも、やはり相手してもらいたいという気持ちは消えない。だから、抗議の意味で、無視するようにして、怒ったようにして、そういう態度を取っているんですね。皆さんも小さい頃、今でもそんな人もいるかもしれないけれど、そういうことをやったでしょ。とてもよくわかる話ですね。

このように相手のこころの動きを感じ取るといった理解がとても大事なことです。でも残念ながら、医学の知識のほとんどは輸入によってつくられたものです。「甘える」なんていう言葉を全く分からない人たちがつくった診断体系ですから、そういうことはひとつも書かれていない。子どもに焦点を当てて、子どもの行動特徴ばかりを記述する。それらを羅列することによって診断基準がつくられています。診断基準はそのようにしてつくられていますから、いかに診断基準には曖昧なところがあるかよくわかるのです。

なぜそうなるかと言いますと、「拗ねている」と私がとらえたのは、母親との関係で子どもの様子をずっと観察していた。だからそのようにとらえること

ができた。でも子どもばかりとらえて、その行動特徴を観察している人にすれば、「極端な孤立」という形でとらえてしまい、診断基準のひとつにしてしまう。

ここで大切なことは、先のお母さんは子どもの様子を「一人遊びに没頭している」ととらえていたことです。なぜそうなったのかという問題があります。お母さんは子どものこころの動きをとらえることが容易にはできない状態にあったんですね。だからそのようにお母さんは精神科医に報告したんですね。

行動ではなく「関係」をみる

行動特徴をとらえるという姿勢は、子どものこころの動きをとらえようとする姿勢とはまったく相反する態度です。それが客観的で科学的だと思われている。しかし、そんな態度で子どもの心理をとらえることなどできるはずはない。私たちが本当にその子の心理を理解しようと思ったら、先ほどから私が言っているように、この子は「拗ねている」という、そういう感覚でとらえることが大事なんです。なぜ私はそれが分かったかという、お母さんと子どもの関係をずっとみていた。するとそこにお母さんと子どもとの間のこころの動きがいろいろと感じられたんですね。お母さんが立ち上がって部屋を出て行こうとすると子どもがどのような反応をしたか、そういう流れを把握していた。だからその子がなぜそういう反応をしたのか、感じ取ることができたのです。こういう理解が本当の理解なんです。いいですか、ここはとても大事なことなんです。私にこのような理解ができるようになったのは、常に「関係」をみながら子どもを理解しようとしてきたからだだと思います。ずっとその流れを追いかけしていく。先ほどまでこうしていたけど、その後、どんなことがあって、どんなふうになって、今に至ったのか、その流れをずっとみていくわけです。そうすると、その出来事の意味が分かってくるんです。このことが今日皆さん方に分かってもらいたいと思っているポイントの一つです。

さきほど病気の原因は何かという問題をお話しました。医学の世界では子どもの病気でも子どもの中にその原因を探ろうとしてきました。それと比べると、具体的にはお母さんと子どもを例に出したけれども、人間のこころは環境の中

で動いています。だからこころの動きをとらえようとすれば、子どもばかりみてはわかりません。必ず子どもがどのような環境の中に置かれていて、そこで何が起きているのか、そのような状況や流れを把握した上でとらえようとする、そういう見方がとても大事になるのです。

言葉を文脈の中で理解する

さきほどからさかんに「流れ」と言いました。こういうことがあって、こんなふうになって、そしてその後どんなことが起こって今に至っているかという、そういう「流れ」ですね。流れの中で初めてこの子がこの場面でこういう行動を起こしたのはなぜかがわかるのです。

それをこの本の中では「文脈」といっているんです。文章の中でAという言葉、Bという言葉、Cという言葉、いろんな言葉が使われているわけですね。それぞれの言葉の意味は辞書を引けばわかると思っている人がいるかもしれませんが、その文章の中でその言葉がどのような意味で用いられているかを知るには、「文脈」の中でみていかないといけない。ですから言葉の意味は「文脈」と切っても切れない関係にあります。

例えば、夫が妻に『あれ取ってきてくれ』と言ったとします。『あれを取ってきてくれ』という文章だけ読んでも何をとってほしいのかわかりませんね。でも、その夫婦が日常どんな生活をしていて、どういう場面でそういう会話がなされたのかをみていくと、何を取ってほしかったのかということがわかる。『あれ取ってきてくれ』という文章のみを取り出してもその意味がよくわからないけれども、全体の流れの中でその言葉の意味を理解すればわかる。そういうことです。夫婦ですから普段から一緒に生活していて、相手がどんな時にどんなことをするかおよそのことはわかる。そうすると、夫がある場面で「おい、あれ取ってきてくれ」といえば、ちょっと気の利いた女房ならばすぐに、ああ、あれね、はいはい」とか言って取ってきてくれるでしょう。「あれだけではわからないでしょ!」とは言わない。普段からどういう生活をしていて、どんな人で、今のこの場面で、夫はこういうものを欲しがっているんだ、今こういうことを思い浮かべているんだとか、そういうことがわかる。そのように理解する

ことができるためには、その言葉が発せられた背景をできる限り詳しく知ることが求められるということですね。どんな言葉であれ、どんな行動であれ、その行動の意味、その言葉の意味、その本当の意味を知ろうと思えば、その文脈を知らなくてはいけないということです。「一人遊びに没頭している」とお母さんは表現したとけれどもお母さんはそこでどのように関わったのか、どんな流れの中で、どんなことがその後起こったのか、そんなことをずっとみていて初めて、この子は「拗ねている」、ということが分かったのですね。このように考えていく、こういう発想がとても大切になります。「関係をみる」、「流れをみる」、そしてその中で子どもの行動の意味を知る。こういう発想ですね。

後半提起される事例でも、発表者が、お父さんとお母さんから、これまでこの子がどんなふう育てられてきたのかについて詳しく聞いてくださっています。そうすることによって初めて、今、彼のある特徴はこんなふう育ったからだとか、今彼がこんなふう反応してるのはこういうことが関係してるんじゃないか、ということがほんやりとでもみえてくる。常にこういう発想が大事です。今の医学の学問ではそういう発想はほとんどされない。全くその逆の流れになっている。それが先ほどから言っているように、行動特徴のみをとらえる、子どもだけをみて、その行動特徴として取り上げる。一人遊びに没頭しているというのは、特徴として取り上げているのですが、それは私に言わせれば、「一人遊びに没頭している」のではないんです。でも「一人遊びに没頭している」かのようにみようとせばみえる。だからそういうふうに記述しているんです。でもそのような記載は客観的でも何でもありません。そういう不確かな記述を頼りにして行われる診断を鵜呑みにしてはいけません。

「関係をみる」ことについて

つぎに、もっと大事なことを言いますね。お母さんと子どもの「関係」を本で取り上げています。そこで「関係」を強調しているのですが、お母さんと子どもの関係であって自分には関係ないと思っている人もいるかもしれませんね。まるで自分には関係ない、他人事のように思っている人もいるでしょう。だって母と子の関係を述べていますからね。でもこれを母と子に限った話とし

て聞いている限り、他人事のようにして考えている限り、「関係」をみることの本質をとらえることはできません。私と子ども。あるいはお母さんと私。お母さんと子どもとの関係の流れをみたときには、決して一人遊びに没頭しているのではない、この子は拗ねているんだ、と私は思ったんですね。なぜ、そう思ったかという、子どものお母さんに対する態度。それは私のこれまでの経験を振り返ってみると、お母さんに相手をしてもらいたいたけれども、なぜかそれは言い出せない。お母さんに自分をストレートに出せない。それまでに鬱積したものがあつた。お母さんと子どもの間になんらかの緊張がある。それは私に言わせると「甘えたくても甘えられない」心理が働いているということなのではないかと思ったのね。だからこの子は「拗ねている」というふうにした。私がいまどうしてそのように皆さんに説明しているかという、私自身がこの二人の様子をみて、私自身がこの子になった気持ちでみていくと、そういうふうを感じ取ることができたからなんですね。私は子どものころにぐっと近づいて、子どもになったような気持ちが私の中で働いているんですね。お母さんと子どもとの関係を話しているけれども、本当は子どもと私との間に起こっていることをも感じ取っているんですね。だから私はこの子どもが「拗ねている」と感じ取つた。それと同じように、お母さんは子どもを遠くからみて、どうしていいか戸惑つてお手上げ状態にあるということがわかる。私は子どもとお母さんの場面をみながら、お母さんの気持ちに近づいてみたとき、そういうふうを感じ取つているんです。ですから、私がお母さんと子どもの場面を説明しているのは、私自身が子どもになったような気持ちも起こり、私自身がお母さんになったような気持ちも起こっている。そういうようなことが同時に起こりつつ、お母さんと子どもの場面をみているから、今のような理解ができるのだと思います。これが「関係をみる」ということの大事なところだと思います。他人事じゃないということですね。その子どもあるいはお母さんと私の関係が立ち上がったときにいろいろ感じるわけです。

後半に事例検討会でお会いする男性に先ほどわずか数分ですけれど、待合室に来てもらつてお会いしました。お会いしてとても良かったと思つた。1対1でお会いすると二人の間にいろんな感情が起こるんですね。彼自身もいろ

んな感情が起こっているから、いろんな反応してるんだけど、それが会っているとすごくよく感じられるんですね。そのような彼の反応をみていると、彼にどんな心理が起こってるのかということが手に取るようにわかる。彼に今どんな気持ちかなどと訊くわけではありません。訊かなくてもわかるんですね。目の動きとか、身体のちょっとした動きをみているとね。それが大事なんですね。それが人間に対するときの一番大事なことだと私は思っています。そのことは「関係をみる」ことによってはじめて感じられるんです。面接において直接関わる中で二人の間に立ち上がるいろんなこころの動き、それを私自身が感じ取る、それこそが相手を理解する上でもっとも重要な手掛かりになるんです。

これまでのまとめ

これまでのところを少しここでまとめてみましょう。第1は、子どもばかりみててもだめだということです。お母さんとともにいる中での子どもをみること、つまりは両者の関係をみなくてはいけない。でも、子どもとお母さんの関係だけを第三者の目でみてもだめだということです。自分もその中に入って、子どもと自分との関係、お母さんと自分との関係、そういうものを含めて、すべて自分との関係の中で自分にどんな気持ち立ち上がるのか、湧き起こるのか。そういうこころの動きを発見すること、それが自分のこころをみつめるということなんですね。そうした作業を通して自分を知る。そうすると相手の気持ちがわかるようになる。他者を知るにはまず自分自身を知ることが大切になるんです。このようなプロセスを幾度も繰り返すことによって初めて他者を深く理解することができるようになると思うのです。

第2は、「流れをみる」こと、つまり「文脈を読む」ことです。どういうことかという、私が先ほど会った彼のことについて具体的に話してみましょう。彼が待ち合わせの場所に来ました。そのあと私が部屋に入ったとき、彼が私にどのような視線を向けたか。私が椅子に座るまで、彼は私をずっとみていたけれど、その眼差しがどんな感じだったのか。彼のそばには二人の職員が同伴していたけれども、最初職員はずっと立っていた。そのとき、彼はどんなふうに職員に視線を向けていたのか。そういった場の流れを私は常にモニターしてい

たんです。そのような流れの中で彼がある動きを示した。だからその動きを流れの中でみていくと、彼の些細な動きの意味がわかるんですね。その場で彼は何も語らない。無言劇、サイレント映画ですよ。でも私には彼のこころの動きがびんびん感じられて、とてもよくわかるんですね。なぜかという、その流れの中に自分自身がきちんとコミットしているからなんです。こういうことがとても大事なんです。そういうことをしないで、単発的に、瞬間的にぱっとみて、この子は何か落ち着きがないなどと判断してわかったような気持ちになる。こういう見方が一番まずいんですね。ぼつんとひとりで離れて遊んでいると「一人遊びに没頭している」と簡単に判断してしまう。横断的に、ある場面のみ焦点を当ててとらえようとする、そんな見方はだめなんですね。これまでどんな流れがあって今に至っているのか。1分前からの流れ、1日の流れ、1週間の流れ、あるいはもっと長い目で1カ月、1年など。さらにはこの子の今までの人生全てを通してみていく。そういう流れの中で理解すること、このような見方が「文脈を通して理解する」ということなんです。だから、歴史を知るというのはすごく大事なことです。歴史という、この子が生まれる前からの歴史もあるわけですよ。深い理解に到達しようと思ったら、どんどん歴史をさかのぼっていくことになります。そういう理解の仕方が大切だということですよ。

自分がその人と関わったとき、どんな気持ちになったのか、彼がこんなふうにしたら、私はすごく腹が立ったとか、悲しくなったとか、非常に不安になったとか、そういう気持ちがいいろいろ起こるんですね。このような気持ちの変化に気づくことがものすごく大事なんですよ。なぜかという、こちらにいろいろの変化が起こるでしょ。それは全て相手にも影響を及ぼすということです。そういう視点がないと、この子は何か、目の前で落ち着きがないなというふうにしかりえない。私との関係でみたら、彼にとって私は全く見も知らない人、わけがわからない人、そんな人が急にきて、自分の知らない部屋に連れて行かれた。これから何が起こるかわからない。そんな状況に置かれたら彼は不安で仕方がない。だから彼は先ほどのような態度をとっていることがとてもよくわかるんですね。単に落ち着きがないとかいうことでなくて、私と出会っ

て彼は不安で仕方がなかったのではないかと思うんですね。

本の冒頭で書いた例では、お母さんは子どもの気持ちがどうしてもつかめない。何がなんだか訳がわからないのでしょう。この子は目の前でなぜこんなことをしているのかがわからない。どうしてお母さんは子どもの気持ちがわからないのか。母と子のこころのつながりがうまく働いていないのでしょうか。それはなにかといえば、子ども自身が自分の気持ちを表に出さず、お母さんとの関わりを避けているからです。遠く離れてひとりで遊んで、お母さんを見無視するようにして背中を向けている。だからお母さんは「一人遊びに没頭している」というふうに子どものことをとらえてしまうのです。お母さんにはそういうふうに見えてしまうのです。子どもはお母さんに対して「甘えたくても甘えられない」、「拗ねている」、だからあんなふうになっているんだと、お母さんはそんなふうを考えることがむずかしい。

「流れ」は常に変化し続ける

「流れ」を大切にしてみていく際に何が難しいかをお話しします。「流れ」をみるためには常に変化し続ける現象をとらえていなければなりません。それは瞬時に変化してしまうものです。よって固定的にとらえることができません。いつときも気を許すことができない、常に真剣勝負のような気持ちでとらえないととらえ損ないます。常に動いている変化をつかまえるためには、自分のこころも同じように動いていなければなりません。このことが慣れないひとにとってはとても難しいことなのです。

例えば、私たちはよく「落ち着きがない」という言葉で表現しますね。「落ち着きがない」というふうに言葉で表現すると、ある意味ではとても分かりやすいですね。なんとなくわかったような気になります。しかし、実際に落ち着きのない子どもの姿を想像してみてください。今日私がお会いした彼を例にとりまじしょう。彼は私と会っている間ずっと、椅子に座っていました。ずっといすに座ってる子どもに対して落ち着きがないと言わないですね。でも、私からみたら、眼球がきょろきょろ動いていて、こちらをものすごく警戒して、おびえたような表情していました。目の前にはいつも見慣れている二人の職員が

いたけれども、彼らにもひどく警戒していました。そんな目つきをしていました。心細いだろうと思われるにもかかわらず、職員に全然頼ろうとしませんでした。職員も私と同じように怪しい人間としてみていたのでしょうか。職員との日ごろの関係がどういうものかということが想像できますね。私も彼のそばにいとそわそわした感じになりました。だから、彼も落ち着きがないのだらうなと思いました。彼に接しているときに私を感じ取る生の感覚でいうと、「落ち着かない」という感じになるわけです。それは、目にみえるような動きの激しい、うろちょろしている、そういう落ち着きのなさとは違います。しかし、それでも私の感覚では「落ち着きがない」ということになる。ところが落ち着かない、何かどしっとしていない、誰にも頼れない、何か起こりそうな感じがする。そういう感覚が彼の中に起こっているのではないのでしょうか。そういうものを肌で感じる中で、彼の中に落ち着きのなさをとらえたんですね。

こころの動きを内省的にとらえ直す

今、私が話したことは、すべて私自身のこころの動きを内省的にとらえ直すことによってわかったことです。私のなかに立ち上がったこころの動き、変化し続けるなかでの動き、ないしその流れ。私はそれをとらえてことばで表現しているんです。この感覚がとても大切なんですね。おわかりいただけたでしょうか。人間のこころを理解するためには、そういうこころの動きをともに感じ取るのがことのほか大切になります。そうした中でしかこころをとらえることはできません。そのためには、その人と時間を共にして過ごす。その中で初めて、その人のこころの動きが自分の中にも同じような動きとして立ち上がる。その結果つかむことができる。そういうことなんです。

たとえば音楽を聴いて楽しむときには、音の流れがあるでしょ。メロディー、その流れの中に自分を投入して、その雰囲気に入ることによってはじめて音楽に酔うことができる。その感覚に陶醉することによって初めて楽しむことができる。それと同じような体験をすることが、その人のこころを理解するときにもものすごく大事だということです。そういう流れに身を任せると、何か一瞬の変化を鋭敏に感じ取ることができるようになるんです。いい音楽を聴いている

ときにある楽器がとんでもない変な音を出したりすると、不快感が生じてすぐ分かりますね。そういう感覚と同じようなものが、その人と一緒に過ごしているときに起こるんです。急に、唐突に、その人が変な反応を示す。何かをしかす。それを鋭敏に感じ取ることができるようになると、なぜそういうことをしたのが問題となりますね。流れに身を任せて付き合っていると、なぜ唐突にこんなことをやりだしたかというのが分かってくるんですね。そういう関係になることがとても大事なんです。

これまで私は「関係からみる」ということのポイントをお話したつもりです。他人事として遠くからみている限りはまったくできない作業です。相手の観察ばかりするのではなく、その人と時間を共にしながら、自分の中にどんなところの変化が起こるのか、そういうことに気付くことがすごく大事なんです。それは頭で考えたような知識ではなくて、自分の生の体験を大事にして初めて得られる感覚です。知識はどうでもいいんじゃないですよ。知識がないと、自分のやっていることが何なのか、さっぱり分かりませんからね。「甘え」という言葉を知らない人間は、子どもの「甘えたくても甘えられない」心理を理解することはできませんね。それと同じことで、知識をもたずに経験だけを積み重ねても、自分の行動がどんなことを意味しているのか、気づくことができません。それはとても恐ろしいことです。知識を踏まえながら経験を積み重ね、その経験を踏まえてさらに知識を改める。そういう往還運動を繰り返していく、そういう姿勢が大切ですね。

これまで話をしてきて皆さんの反応を見ていたら、皆さん方にとって一番分かりづらいところは、これまでに述べてきたことなのだということがわかったような気がしました。「甘え」の問題を考える際の難しさは、0歳、1歳台に体験することにあるんです。0歳、1歳台の体験は、人間にとってものすごくつらいことなんですよ。生きるか死ぬか、全てを握っているのは親で、親が「あんたなんか、面倒みませんよ」と言ったら生きていけない、死ぬんです。ですから、ある意味親には絶対服従しなければならない。そんな事態さえ起こりう

る。下手すると実際そのようなことが起こる。それが虐待問題に発展することになる。現に子どもが親に絶対服従させられるようなことは頻繁に起こっています。それだけ子どもの立場は弱い。子どもたちは大なり小なりそういう類の体験をしてるんですね。これはとてつもなく苦しい体験です。人間苦しい体験であればあるほど忘れたいですね。忘れようとしています。「三つ子の魂百まで」と言いますね。生後3年間の経験はずっと一生涯生き続けるという意味ですが、その一方で生後三年間の経験の多くは思い出すことができません。どこかに記憶されていることは間違いないだろうけれど、私たちはその記憶を想起することが難しい。思い出すことはあんまりできない。思い出すとあまりにも苦しいから。人間はそんな苦しいことを忘れることによって、なんとか日々平穏に暮らしていけるというところがありますね。あまりにつらいことをずっと忘れずにいることは、人間にとってとても苦しい。時間がたてば次第に忘れられるから人間はどうか生きていけるんですね。今までやってきたことが全て忘れられなくなったら、生き続けることが難しくなる。ひょっとしたら精神的に破綻するかもしれない。ですから、忘れることはすべて悪いことではなくて、大切なことでもあるんです。ただ、難しいのは、本人は忘れて何もなかったかのように思っている。生後三年間のいろんな経験を本人は忘れてる。だけれども、実際にはその記憶はこころの深いところで脈々と生き続けているんですね。それが対人関係の中で時折顔を出すんです。このことが一番難しいことだけれども、私たち臨床に従事する者にとっては一番大切なところなのです。

コミュニケーションの二つの次元

生後三年間が大事と言ったでしょ。特に、「甘え」の体験について。「甘え」の体験は言葉を獲得する以前の体験です。そのような体験はなかなか思い起こすことは難しいんですね。日頃はよみがえることが少ないけれども、意識されない形で記憶されている。これが特徴です。本人は意識してないけれども、過去の「甘え」体験が現実の人間関係の中に顔を出しているんです。人間関係の基盤にずっと生き続けて脈々と働いてるんです。人間関係、コミュニケーションという言葉で言い換えてもいいですけども、私たちはコミュニケーション

というすぐ言葉によるそれを考えますね。そのようなコミュニケーションでは私たちは言葉を意識して使っていますね。でも実際のコミュニケーションは言葉による次元のものと、そうでない日頃は自分でも意識しない次元で働いているものがある。それらが複雑に絡み合いながらコミュニケーションは行われているんです。コミュニケーションは、言葉がやり取りされる次元と、過去の経験が今なお息づいている次元のもの、双方が複雑に絡み合っている。コミュニケーションはそういう世界なんです。このことをよくよく考えていないといけません。なかなか難しい世界なんです。日頃は誰でもコミュニケーションで言葉にとらわれやすいですね。

例えば、私が皆さん方に話す。私は言葉を選んで話しているけど、自分の声を録音して後から聞くと、嫌になる程まとまりのない、文章になっていないところがたくさんある。聞いている側は、私の口から出た言葉だけを聞いているのではない。もしも言葉のみが相手に伝わっているとすれば、これほどまとまりのない話がすんなり頭の中に入るはずはない。でも言葉以外の私が伝えたいという思いを言葉にいろいろとこめている。それが相手にも伝わっているからこそ、講演というライブな体験の意義がある。ですから、私が自分の気持ちを分かってほしいと思って、相手に言葉でなんとか伝えようとしているんだけど、聞く側がもしも私の言葉だけを聞いていて、それだけで考えようとしているのであれば、とても私の話はわかりづらいということになる。だから、人の話を聞く時に大切なことは、あの人はいろいろしゃべっているけれども、本当は何を言いたいのか、そのことを常に感じ取りながら聞くことなんです。話す側もそのような思いで話し、聞く側も同じような思いで聞く。そうするとそこに本来の望ましいコミュニケーションが展開する。コミュニケーションはそのようなものだと思います。なんとなく自分のまとまりのない話の言い訳をしているようで気恥ずかしいのですが、私が見なさんにお伝えしたかったことがわかりいただければありがたい。

ある事例を通して

子どもが嘘をつく心配になった母親

つい最近、ある精神科クリニックの外来で、印象に残ったケースがあった。ちょっと思い出したので話します。あるお母さんが、「この子は嘘をつくんで、将来どうなるのか心配なんですよ」との相談で来られたんです。子どもは小学1年生の女の子だった。そこで私は「どんなことを言うんですか」とお母さんに訊ねた。すると「学校で、誰々さんにいじめられるとさかんに言うんです。最初は本当にそうだろうと思ったけれど、2回、3回と同じことを言うものだから、だんだんこの子は嘘をついているのではないかと思うようになりました」とお母さんは言いました。いろいろと話しているうちに、お母さんはこの子が「誰々さんにいじめられている」と最初に訴えた時、お母さんははじめてその子の話を真剣に聞いたように思うと話すんですね。それまで家庭ではいろんなことがあったんですね。だから、その子からしてみると、はじめてお母さんが私の話を真剣に聞いてくれたと思ったのでしょうかね。誰々さんにいじめられた話をしたら、お母さんは一生懸命私の話を聞いてくれた。この子はそれで味をしめたのでしょうかね。味をしめたという言い方はよくないかもしれないけれど、とても嬉しかったんでしょう。だからまたお母さんに話を聞いて欲しくなったら、また誰々さんにいじめられたという話をしたのでしょうかね。でも子どもは何かにつけて同じようなことを言うもんだから、この子は嘘つきなんじゃないかなと、お母さんは心配になったんでしょう。私は話を聞いていてなるほどなあと思いましたね。お母さんはこの子が本当のことを言っているかどうか気になって仕方がないんですね。言葉の内容が正しいのかどうかということが気になったんですね。言葉の意味ですね。そこで私は「お母さん、誰々さんにいじめられたというのが本当か嘘か、そりゃ分かりせんよね。でも、お子さんの話が本当か嘘かということが大事でなくて、誰々さんにいじめられたことをお母さんに話すことによって、お母さんに聞いてもらったことが嬉しかったんでしょうね。だからまたお母さんに自分の話を聞いてもらいたいという気持ちが起こったんでしょうね。お子さんが同じようなことを言うのは、私の話を聞いて

てほしいという気持ちを訴えたかったからではないですか。」「そんなふうを受け止めたらいんじゃないですか。話の内容が本当か嘘かということ判断することが大事ではなくて、なぜ同じようなことを話すのか、その思い（動機）を考えてみたらどうですか。お子さんはただなんでもいいから話を聞いてもらいたい、そういうふうを受け止めたらどうでしょうか。私はそんなふうにお母さんに話してその日の面接を終えました。

言葉の字義にとらわれないこと

先の話で大切なことはどんなことかという、人の話を聞く時は、その言葉尻ないし字義にとらわれてはいけないということなんです。なぜこの子はこんなことを言うんだらうか、そういうことを感じ取りながら人の話を聞くことが大事だということです。その分かりやすい例として話したんですけど、こういう姿勢が大事なんです。その人が言葉を発するとき、当然ですが、ある気持ちが動いているんですね。いわば話す動機ですね。そのため話し言葉にはその人のある気持ちが一緒に乗っかかっている。それをも汲み取りながら人の話を聞くことが大切なんです。好ましくないのは、この人は何を言っているか、言葉だけを取り上げる人がいますね。そういうかたちのコミュニケーションをとるひとは、人間関係もなかなかうまくいかない。さっきのお母さんの例などそうですね。子どもの言っていることは本当かどうか、言葉尻をとらえて考えているからです。そうではないんです。最初この子が「誰々さんにいじめられた」と言ったとき、この子はどんな体験をしたのか。お母さんはこの子の話を真剣に聞いてやった。そういえば、それまでこの子の話をあまり聞いてやっていた。お母さんはそう振り返ることができている。この子にしてみれば、そのとき初めてお母さんは私の話を親身になって聞いてくれた。それに味をしめて、またお母さんに私の気持ちをしっかり受け止めてもらいたい。そんな気持ちになったときに同じようなことを言う。それだけお母さんに聞いてもらいたい思いがあるということです。相手の思いを感じ取りながらコミュニケーションをとるようにところがけることが大事だということです。

以上の話をまとめますと、日頃から皆さんは利用者の人々に対してどうい

ことをころがけたらよいか、よくおわかりになったのではないのでしょうか。日頃この人はどんな生活をしているのかということに常に目配りしながら、今の様子を見て、コミュニケーションをとるということですね。そういう丁寧な観察がまず求められます。さらに、この人は今までどのような人生を送ってきたのか、その人の歴史の中で今を理解する。そのようなことを念頭に置きながら、実際のコミュニケーションを取るときには、言葉にならない言葉に耳を傾けることです。なぜこの人は言葉にならない言葉をさかんに言っているのか。そこには何かある気持ちが動いているんですね。だから言葉にならない言葉を発しているんです。そんな時にはどんな気持ちがそこにもっているのか、込められているのか、何がそこに感じられるのか。そのようなことをその人たちと関係を持ちながら感じ取るように努める。そういう姿勢がないと、とくに発達障害といわれる人たちとのコミュニケーションは難しい。こういうことをころがけることが大事なんです。でもこのことは別に発達障害といわれる人たちに限らないんですけどね。

このあと質疑応答の時間をとりたいと思いますが、ひとまずは私の話はここで終わりとします。ご清聴ありがとうございました。(拍手)

質疑応答

質問1: 先生のお話の中で、言葉を発するときには、そこに気持ちが乗っかっている。それをみていかなければ、という話があるんですけど、この本の中で関係がこじれた子の中には、自分がなかなか表に出せないの、言葉に思いが乗っかりづらくて、感じづらいうようなこともあるとあったんですけども、そういうときには、自分たちはどのようにしたらよいのでしょうか。

小林: 2歳、3歳、4歳とだんだん年を重ねるにつれて、この0歳、1歳の時の体験は表に出なくなる。何もなかったかのようにして、人間というのは振る舞う術を身につける。ごまかしの技術を身につけるんです。現場の人たちからみると、それはいろいろな問題行動として受け止めることが多い。だから、問題行動がものすごく出ているとき、みなさんはそれに目を奪われやすい。たしかに問題行動に対してある程度は消火活動、つまりその行動がおさまるような対

応をしなくてはいけない。では火を消すためにどうしたらいいか、それは一つの技術になりますね。いろいろなやり方を取ることになる。

そこで大事なことは、この人は好き好んでこういった問題行動を起こしているんじゃないということを、常に自分に言い聞かせことが大事です。ここまで追い詰められて、苦しくて仕方がないから、こんなとてつもない問題行動を起こすんだ、というふう理解することがまず大事です。そうすると、そういう気持ちで相手すれば、問題行動を起こしている人を、だめでしょとか、いけないことをしている、というふうにして責めたりしなくなる。逆に、苦しくて仕方がないんじゃない？というふうに関感的に関わることができるようになるわけです。この両者の違いというのは、決定的に大きいです。彼らは苦し紛れにやっている。好き好んでやってるわけじゃないんです。彼らは苦しくて仕方がないのだというふうにとらえて相手すれば、無茶なことをしない限り徐々に火は鎮まってくる。そうすると、次第に私たちはその人の気持ちを感じ取りやすくなっていく。そういうことになりましょうか。

質問2:動きだけをみるのではなくて、流れの中で利用者のことを理解していくことが重要だという話があったと思うんですが。実際、現場で利用者に関わる中で、どうしても利用者の動きばかり注目してしまいがちなんですが。どうすればもう少し余裕をもって関わるができるのか。そういうものがありましたら、教えていただきたいのですが。

小林:いい意味での経験を重ねることは絶対に必要でしょうね。経験を積み重ねれば、できるようになるという単純なものではないけど、経験は絶対に必要でしょう。私も年取れば取るほどみえてくることがよくある。でもね、私は時々もっとも若い頃に書いた論文を時折読み返すことがあります。すると、自分の目の付けどころは昔からずっと一緒で変わっていないな、と思うことがあるんです。ある意味自分で感心してしまって、なかなか捨てたもんじゃないなと思う。でもその反面、あまり進歩していないなということも感じる。複雑ですね。こうしてみると、その人の目の付けどころは誰でもそんなに簡単に変わらないものだと思いますね。経験を積み重ねればすぐ変わるというような単純なものではない。だから、普段から、さきほど私が言ったようなことをこころがけて

いけば、若いうちだったら変わる可能性は高いという気がする。年取ってから
はもう遅いかもしれませんね。

目の付けどころといましたが、それは、言葉を換えていうと、何に関心を持
っているかということなんですね。どんなものに関心を持っているかという
ことが肝心なんです。見掛けにとらわれやすい人がいますね、そのようなひと
はむずかしい。人目を非常に気にする人がいますね。こんなことしたら誰かに
何か言われやしないか、ということがとても気になる。そんな人は難しい。こ
れは大事だというゆるぎないものを持っているほうが伸びる。子どもで言えば、
強い好奇心ですよ。何に面白いと感じるか。この人にはこんな面白いという
か興味深いところがある、ということ常に見えたら、現場の仕事も面白くなる。
私は常にそういうことを積み重ねてきてやってきたように思う。人間のこころを
面白いと思わないと、このような仕事はできないでしょう。毎日毎日一見同じ
ことの繰り返しで、変化のない生活を送っていると思うかもしれない。でも現
実はけっしてそんなものではないですからね。常に変化し続けているんです。
その微妙な変化をとらえられるかどうかにかかっている。仕事が面白くなるか
どうかは。そうすると、いろいろなことがみえてくるようになる。自分の見方
がこんなふうに変わったら、相手にこんな変化が起こった、そういうような
ことが体験できると、仕事もより面白くなるのではないのでしょうか。

本稿は社会福祉法人青嵐会路のとう舎（栃木県古河市）での平成26年度第22回職員
研修会（2015.2.7.）での講演「甘えたくても甘えられない」の内容を大幅に加筆修正
し、改題したものです。当日の講演内容の文字起こしをしてくださった当法人職員石田
博紀氏にお礼申し上げます。

西南学院大学人間科学部社会福祉学科