

Yさんの場合

彼女の両親は、成人式で出会い、彼女ができたため結婚した。産後は母方の実家に同居した。母親は娘である彼女を祖父母に預けてよく飲みに行き、月に数回は朝帰り、実母（彼女の祖母）に叱られた。育児放棄である。彼女が2歳を過ぎた頃、母親の実家を出て、アパートに半年ほど住む。その間、母親はキャバクラでバイトする。夫（彼女の父親）はキャバクラに行くなと言うと、金が欲しいからと怒鳴って暴れるから、放つといったと言う。

彼女が3歳になる少し前に、母親に男ができた。母親は夫（彼女の父親）に、「何もいないから、自由にしてくれ」と、彼女の母子手帳や写真すべてを渡し、半ば強引に離婚をして出て行った。父親は、その男に慰謝料を請求できる話である。

父親は数カ月後の彼女の3歳の誕生日を機に、彼女を連れて彼の両親（彼女の父方の祖母）と父親の実姉（彼女の叔母）の住む実家に戻った。彼女は託児所に預けられ、4月から保育園に入園した。保育園では彼女は元気に過ごしたが、友達のものなどを盗むことがあったという。程なくして父親の実姉（彼女の叔母）は結婚し、別居した。

小学1年生になり張り切って登校していたが、転んで怪我をし、祖母が1学期間送迎した。2年生の始業式は、数日前にインフルエンザに罹り欠席する。インフルエンザが治って登校すると、担任からみんなに紹介されたが、翌日から不登校になった。数か月後に授業復帰を果たすが、自分に気を引いてもらうためマスコットなどを友達にあげ、担任に注意された。3年生の時、父親が再婚する。2カ月だけアパートで3人で暮らしたが、彼女が継母から嫌がらせを受け、彼女だけ父親の実家に預けられた。朝、父親に送ってもらい、登校を続けた。

しかし、（彼女曰く）担任と合わなくなり、学校を休みがちになり、市立総合病院の心療内科に通った。心身症と診断された。友達をいっぱい作ろうと言われ、2,3カ月学校に通ったが、学童で喧嘩してしまい、3学期から学童をやめた。カギっ子になった。

4年生の担任とは気が合い、たまに行きたくない時もあったが、ほぼ登校した。友達ができ、その友達に万引きに誘われたが、やらなかった。

5年生、担任のやり方が宿題はやらなくてもいいから、学校に来てくれるだけでいいと言われ、登校を続けたが、3学期から再び休みがちになった。この頃、反抗期を迎えた。父親だけ彼女の住む実家に戻り、継母とは別居のままだった。

6年生は担任と合わず、休みながらもなんとか登校した。新たな友達もできた。髪の毛を染めるも、学校で注意され直す。その友達とプチ家出をするが、すぐ見つかり、その友達とは引き離された。

中学1年は、張り切って2学期まで学校に行った。部活は1学期でやめてしまう。学校ではちょっと人気者になったが、スマホを学校に持ち込み、担任に何回か怒られた。3学期の2月頃からまた学校に行かなくなり、終業式も行かなかった。

中学2年は、始業式で新しい担任を紹介されたが、彼女曰く友達に疲れ、再び不登校にな

った。

精神科に4か月通い、ピアスOK、何でもやりたいことをやりなさいと言われ、ピアス、髪染め、タツ・・・。セカンドオピニオンを勧められ、再び市立総合病院心療内科に、翌年1月から週1回のペースで通院している。ADHD、数学障害、パニック障害と言われ、精神安定剤と睡眠導入剤を処方されている、と言う。

学校から紹介され、私の元に相談に来られた。中学3年生ながら、酒に依存している。毎日、酎ハイ9%、4%を飲み明かす。医者は、飲酒は夜だけなら仕方がない、と言う。依存する物がないと暴れるから、と。リストカット→薬のODに援助交際、不純異性交遊→酒となっている。長時間話すと過呼吸になる、と言う。

私は、相談に来られた父親と祖母、叔母から詳細な彼女の経緯を聴き（前述のことはごく掻い摘んだ話である）、彼女の状態を分析した。彼女本人は、昼間から飲酒しており、私との面談を拒んでいるとのこと。翌日、彼らにきちんと理解してもらうため、文章にして説明した。ことの内容から、「母という病」（岡田尊司著）を参照・引用もさせて頂いた。それを元に私はアドバイスしながら、父親と祖母、叔母が彼女に対応していくことになった。

子どもは、母親の愛を求めるという本性をもって生まれてくる。子どもの何よりもの願いは、母親に愛されたいということ。だから、母親の期待することに応えようとする。

乳幼児期に、母親の不在（離別、育児放棄）によって、その母親の愛情が得られないと、生涯にわたってそれを求め、そこに拘り続け、子どもが自分自身を確立し、自立していくというプロセスを妨げてしまう。その乳幼児期が、子どもの体だけではなく、脳や心を形づくるかけがえのない時間があるが故に、その影響は、その後の彼女の対人関係の持ち方やストレスへの敏感さ、彼女の子どもや異性の愛し方、精神的健康のみならず、身体的健康や寿命にまで影響を及ぼす。

自覚するにせよ、そこから目を背けているにせよ、それによって得体の知れない生きづらさや、空虚感、自己否定感に悩まされている。

引きずり方も様々である。継母であろうと、親に愛されたい、認められたいという思いが、過剰なまでの行動になって表れる場合もあれば、それが裏返って、親を苦しめようとし反発する場合もある。親に認められない自分を駄目な人間だと感じ、知らず知らず自己否定に囚われてしまう。そんな自分を罰するかのように、自分を損なう自傷行為に耽る。直接親を攻撃し痛めつけることによる場合もあるが、彼女はむしろ自分自身を駄目にし痛めつけることで、間接的に親に痛みを味わせようとする。

母親に認められていない、愛されていないという思いが心のどこかに巣食ったままで、何事に対しても積極的になれなかったり、ネガティブな考えに囚われる。親代わりの存在を求め続け、代償的な行為（援助交際も一つ）に耽る。手痛い失望や裏切りに遭う。それでも、諦めることができず、幻を追いつける。それほど母親を求める気持ちは深く、本質的なものである。

その寂しさを紛らすために、彼女は薬物やアルコールに依存する。それは、母親の胸に抱

かれて「よしよし」されながら眠りにつく感覚に似ている。薬物・アルコール依存の泥沼を抜け出すまず一步は、自身が断ち切りたいと決意することであり、そのきっかけを作るのは、本当は実の母親の心からの謝罪と愛情である。しかし、彼女の場合、それが果たせない。

深刻な愛情飢餓を抱えているから、相手をよく見定めることもなく、淋しさを紛らわせる存在（隣市の彼や援助交際相手）につかの間の満足を求めていく。母親に愛されないことは、愛情飢餓を生むだけではなく、困ったことやピンチに遭遇した時に、助けを求めて甘えるということを難しくする。甘えていいはずの母親に甘えられず、うわべだけ見れば、一番危険な人（隣市の彼か。これは彼女に決して言わないようにと、念を押す）が、一番優しそうに振る舞うから、あるいは、本当の愛情を知らないから、彼女は見せかけの愛情に引っ掛かり、一番危険な人に助けを求めている。

自分がいつも傷つけられ、損をさせられているという思いが強すぎるため、子細なことに傷ついて、父親や祖父母、叔母にさえ、相手を深く傷つけるような反応をしてしまう。傷つきやすいということは、一方で落ち込みの原因になるが、もう一方では怒りに囚われやすいということである。

基本的安心感は、ゼロ歳から 1,2 歳までの、全く記憶に残らない体験によって形作られる。母親が子どものことに全神経を傾けて過ごす母性的没頭こそが、この基本的安心感を育む。

幼い頃に、よく可愛がられ、世話された子どもでは、子を養育するオキシトシンだけでなく、セロトニンなど、不安をコントロールする働きを持った神経伝達物質の受容体が増える。その結果、母親との愛着が安定したものとしてしっかり結ばれると共に、不安やストレスを感じにくい体質を授けられることになる。

しかし彼女の場合、不幸にもそうでなかったため、基本的安心感を育むことができず、いつも居心地の悪さを感じ、自分に対しても違和感を覚えることになる。自分が自分であってないような不全感を持って育つことになりやすい。何とも言えない空虚感に慢性的に苦しめられる。自分でも理由の分からない怒りに囚われることもある。こうした空虚感や怒りを紛らすために、刺激的な行為に熱中し、神経を麻痺させる薬物やアルコールに頼る。空虚感が強いから、素面であること自体が苦痛なのである。それらも元を辿れば、幼い頃に味わった寂しさや不安、不快感に由来している。

では、どのように代理母（叔母か、祖母）が彼女に対応するか。たっぷりとしたスキンシップで、彼女の安全感を守ることが第一である。子どもは困った時、助けを必要とする時、すぐに飛んで来て、手を差し伸べてくれるということが、子どもの安心感と信頼感を育む上で基本中の基本である。

彼女と安定した愛着を結ぶことができる代理母に必要な特質は、感受性、即ち、子どもの気持ちや欲求を感じ取る能力が豊かであることと、応答性、即ち、子どものアクションに対して、声や表情や動きで反応したり、彼女が求めていることを満たしてやったり、困って助けを求めているれば、救いの手を差し伸べたりすることが豊かであることだ。そういう対応が

代理母には求められる。このことを心得て頂きたい。

母という病を抱えた人が回復するためには、実の母親を批判し、反抗する時期が必要である。自分が抱えてる問題の一端が、母親にあると言い出し、母親を責めることも起こる。

子の傷を癒すには、子は怒りや苦しみを吐き出し、自身と母親の涙で傷口を洗うしかない。だが、余りにも傷が深い時、最初は涙すら出ない。何の感情もわからず、言葉すら出ない。出てくるのは、親からされた否定的な体験である。現実的に彼女には、それができない。

遅くやってきた反抗期である。今まで心にしまい込んできた恨みつらみを、親に対してずっと我慢してきた思いをぶちまけるのである。親が向き合ってくれるのなら、親に語り、受け止めてもらうことが、勿論、最も迅速な癒しと回復をもたらすが、現実にはできないことである。

親に分かってもらおうとすればするほど、壁や隔たりを感じ、傷つくことも起きる。ましてや、本音をぶついたりして、親が強い怒りと拒否を返すと、親から見捨てられるという思いに打ちひしがれる。だから、気を付けて対応して頂きたい。

子ども時代に溜め込んだ捻じれを解き放ち、大人になる前に、本来の状態を取り戻したいという本能的な願望から、これからの青年期から成人期の初めに、様々な問題が噴出する。

それは、本当の意味での愛情が不足した結果である。では、安定した愛着を築き直すには何が必要なのか。愛着は、手をかけ、暇をかけ、関わる中でしか築かれない。もう一度、赤ん坊が生まれた気になって、手をかけ、暇をかけ、関わるしかない。母性的な献身をやり直すしかない。母という病を克服するきっかけを得ようとする自己修復の試みである。

一番の近道は、彼女が赤ん坊のような状態に逆戻りして、一から世話をされ、甘え、愛情をもらうことかもしれない。

母という病を克服するためには、母親に対して反抗の狼煙を上げ、自分が抑えてきた思いを吐き出し、母親とぶつかるという段階が必要であるが、彼女の場合不可能である。

従って彼女の場合、もっと共感的で安定した、支えとなってくれる代理母（何回も書くが、現状を考えると、叔母か、祖母）との間で愛着を育み、愛着の傷を修復し、代理母との関係を安定したものにしていくというのが、現実的である。

彼女が犬を好きであれば、子犬を飼い、彼女に世話をさせるのもいい。彼女が子犬に親のような愛情を注ぐ体験をすることが、彼女の中に眠っている愛着の力を活性化させる。それは、支えを必要としている存在を支え、守らないではいけないという本能なのである。それこそが、父性や母性の本質である。

そして、彼女に何事にもポジティブに反応する癖をつけ直して頂きたい。その一步は、笑顔を増やす努力をさせることである。笑顔とは、相手に向けられた優しさだが、自分のためにもなっている。

また、怒りに駆られ、攻撃的な言葉を投げつけたい衝動に駆られた時こそ、自分が試されていると思い、じっと堪えることである。そう彼女に論してほしい。

更に、苦しみの9割は、誰かのせいでもなく、自分自身の傷つきやすさと人を信じられな

い気持ちが作り出している、とも伝えてほしい。

そして、彼女には良いことに目を向けさせて頂きたい。自分にくれた、ためになること、良かったことを思い起こさせることである。周りは、彼女の優しい一面やひたむきな一面など、その良い面に目を注ぎ、そのことへの評価や感謝を伝えるように心がけることである。

また、問題やトラブルに感情で反応せず、一つ大きく呼吸して、気持ちを落ち着けたら、まずすべきことは、事実と気持ちを切り分け、事実だけを冷静に見つめるさせることである。

不思議なもので、人生は、その人の言っているようになっていく。だから、私、山下は、彼女の高校に行きたいという前向きな姿勢に、その実現のためにお手伝いしようと、彼女への皆さんの対応の詳細をまとめた。彼女に自分がどうなりたいか、それをはっきりさせることが大事である。こうなりたいこと、こうなりたくないことを、いつも口にさせることである。それが人生をデザインし、進むべき針路を明確にする。

父親と叔母、祖母には、以上のことをしっかりと理解してもらった。その後、何回か彼女への対応の相談に来られた。入院していた彼女の祖父は数カ月後、亡くなった。父親や叔母や祖母は、叔母曰く「これらの私のアドバイスを頭に叩き込み」、根気強く彼女に対応してくれた。数年後、彼女は1年遅れで通信制高校に通っているとの連絡を、祖母から頂いた。