



子育ての光と影

香 川 克

1 はじめに

私自身は、虐待問題に専門的にあたっているわけではないし、いわゆる子育て支援をテーマにしているわけでもない。だが、臨床心理学的な立場からのカウンセリングの中で、様々な困難を抱えた親子と出会ってきており、その中で、「子育てをめぐる困難」について考え続けてきている。それらが市の行政上の政策に直結するかどうかは心もとないが、日頃のカウンセリングの中で伝わってくる「子育ての難しさ」や「子育ての中での不安」を通して常日頃考えていることを述べていくことで、お役目を果たせればと思う。

しかし、この立場は、どうしても“暗い”話になりがちである。「子育ては楽しいものだ」という話には、なりにくいのだが……。虐待や、それに類似した状況の困難な育児の中におられる方々の思いを、少しでも代弁するのが私の役割かと考えている。

かがわ まさる 京都文教大学人間学部臨床心理学科助教授。臨床心理士。他に、非常勤職として、千葉県市川市教育センター教育相談員、京都市・京都府スクールカウンセラーなど、学校教育領域でのカウンセラーとして心理臨床活動を行ってきた。また、京都文教大学心理臨床センターの兼任カウンセラーも務めている。

2 子育ての中の“不安”

子育ての中ではどこにでもある、ある一場面を描き出すことから始めてみよう。

……母親が生後2,3ヶ月の子どもを抱っこしている。子どもは、安心した様子で母親の顔を見つめている。そして、それにつられて母親も安心した笑みを浮かべている。と、突然、子どもが母親から目をそらし、宙を見つめる。そして、その宙に誰か別の人がいて、その人に微笑みかけるようなしぐさをする。まるで、私たちの住んでいるこの世界から、赤ん坊だけの別世界へと引っ込んでいってしまったようだ。母親は、置いていかれてしまったような不安な気持ちになる……。

このような場面は、実はある時期の子どもにかなり共通して見られる事態である。“別世界”へふっと引きこもってしまうことは、乳児にとってさほど珍しいことではないのである。この場面のように、子どもが元来持っている「かわいい側面」だけではない、「ちょっとおっかない側面」を前にして、不安を感じることは、様々な局面で生じている。

このような時に、多少不安を感じたとしても、そのことでひどく動揺するわけでもなく過ごしていく母親も多いだろう。子育ての中で感じられる楽しい出来事の中に埋もれてしまって、忘れ去られてしまうことも多い。そもそも、“別世界”への引きこもりのような出来事は、非常に微細なことだから、気付かれないままに過ぎることもある。

しかし、何らかの困難を抱えている母親にとって、このような体験は“子どもに見捨てられる体験”として、やや深刻な衝撃を与えることもある。夫からの暴力、経済的な困難、自分の実父母との間のこじれた関

係など、孤立感と圧迫感の中で子育てをしている母親にとって、子どもが“唯一の支え”として感じられている場合もあるであろう。このような時に、子どもがふっと別世界へ行ってしまうことは、こちらの世界へ一人だけで置き去りにされるような、孤独感や不安感を感じることもなろう。

また、もともと様々な不安定な心もちを抱えながら育児をしている場合、先ほど述べたような通常だったらほんとうに「たいしたことはない」こととして過ぎていくような場面が、非常に大きな動揺を母親に与える場合もあるであろう。

たとえば、昨今、うつ状態を呈する成人が増加していると言われている。そして、こうしたうつの増加は、就労している方々の職場でのメンタルヘルスと重ねて論じられることが多い。しかし、成人は、就労しているだけでなく育児にも従事している。育児にあたる「親」としての働きの中でも、うつ病の増加やうつ的な心の動きに伴う困難な状況は、確実に増えているように思われる。こうした場合には、子どもとの間でも情緒的な応答にかなりのエネルギーが必要になる。あるいは、子どもの一瞬の心の動きに応じることが難しくなる。そのため、先に述べたような場面で、「子どもに置いていかれる感覚」は、よりいっそう強められてしまうであろう。

また、親自身が、自分の父母との間の関係に、未解決の葛藤を抱えている場合も非常に多い（母親の場合もあれば父親の場合もある。）。このような場合には、もともと「見捨てられるのではないか」という形での不安が、子育て以前の事として強くなっている。すると、先のような場面で子どもが“別世界”へと行ってしまったように感じられたときに、パニックに近いような混乱した心もちになることもありうるであろう。

「現在の子育て状況の困難さ」と、「親がもともと抱えている不安レベルの高さ」の2つがあると、通常であればなんということもないような状況が、非常に強い不安を引き起こす。その瞬間に、「子どもが怖い」と感じられる。そして、「自分を責める」母親もいるだろうし（「私、子どもを愛せないんです」というように）、「子どもを責める」という行動に出る母親もあるであろう。その一部は、虐待と呼べる事象に結実してしまうだろうし、そこまで行かなくとも、育児がうまく機能しない事態につながっていくことは想像に難くない。

ここまでは、育児にまつわる不安について述べてきたが、これに加えて、「望まれない子ども」という要因が加わる場合もある。望まない結婚、望まない妊娠。別に「絶対にいや」なわけでもなく、しかし、「今はまずい」という状況の中で（これには経済的要因も関わる。）、子どもが現れてしまったという状況。あるいは、離婚・再婚の中で、新しいパートナーが子どもの存在を疎ましく思う時。こんな時には、悲劇的な“事件”への距離が非常に近くなる。

3 育児不安と行政

このような育児不安は、たとえば「子どもを保育所に預けられるかどうか不安だ」というような、主として外的な環境にはっきりとした源を持つ不安とは、質がやや異なる。どちらも確かに“育児不安”なのだが、前節で私が述べたような不安は、親自身の内側を揺さぶる不安である。また、外の環境が少々変わったところで簡単に解消するわけでもなく、非常に強い不安である。その人の人格全体や生きることの全体を揺さぶり続けるような性質を持った不安である。

「こうした不安については、精神衛生上の問題・個人の問題であって、行政の子育て支援策とは関係が薄い」という主張があるかもしれない。この点には、2つの点で反論したい。

まず、「虐待までも視野に入れながら」子育て支援を考えるのであれば、このような“不幸な”と言ってもよいような不安を扱っていくことも、行政の姿勢として必要なのである。実際に、虐待に関する相談窓口である、児童相談所（京都市の場合、児童福祉センター）は、児童への福祉行政の中で、このような強い不安を抱えた方々と面と向き合っている。また、保健所での母子健康に関する相談業務等の中で保健師の方々がなさっておられる仕事は、地域の中での最前線で、やはりこうした不安と関わる現象と向き合っておられる。さらに、子ども支援センターの相談業務は、恐らく、こうした不安に満ちた育児を真っ先にキャッチできる位置にあると考えられる。

もう一つ。「行政が関与することではない」という主張の背景には、「精神衛生上の問題」を抱えた人は、「少数の特別な人であって、自己責任でなんとかするべき」という暗黙の前提がありはしないか。私は、「精神衛生上の問題」は、「精神的に健康な人」の精神状態と、かなり連続性を持っていると考える（これは、精神衛生問題に携わる多くの方が感じておられることであろう。）。「強い育児不安」に類する心のありようは、量の違いこそあれ、ほとんどの人が抱える不安とどこかでつながっている。

さらに言えば、強い不安に悩む人は、過半数ではないであろうが決して「少数」ではない。数的にどの程度になるかは、むしろ市行政の中の機関である児童福祉センターや保健所などの報告の方が正確であろうが、個別的な対応が必要な事象は、少ないとは言えない。だからこそ、対応

の困難な中での“事件”が起きてしまったり、関連機関のすさまじいまでの多忙状況が生れたりしているのである。

もし、少数であったとしても、「困難を抱えた少数の方々への最後のセーフティネットとしての行政機関の役割」が、福祉・精神衛生の領域で求められているのではなかろうか。

4 育児は楽しいものであるという主張－子育ての光と影

また、「子育ての不安について触れることは、不安をあおることになるのであり、もっと『育児は楽しいものだ』ということを主張していく方が子育ての支援につながる」という主張もありうる。この主張には、私も基本的には同意する。いたずらに不安をあおる言説は、メディアの中にも多く見られる。それにさらに何か新たな不安を加えるよりも、「もっと明るく楽しい育児」を語ることによって、「育児を支えてもらった」と感じる方々は多いだろう。

私も、楽しい育児を語ることが出来ないわけでもない。しかし、虐待やその周辺の、うまくいかない（それも強烈にうまくいかない）状況の中では、育児に楽しさを感じることは難しいのである。そのような状況にある方々が「子育ては楽しいですよ」という周囲からの働きかけで、「楽しいと思えない、欠陥を抱えた親としての自分」を感じてしまい、結局傷ついてしまうという状況を、しばしば見聞きしている。

このあたりは、子育ての光と影というべき状況であろう。子育ての楽しさ・素晴らしさ。子育てこそが生きがいになるということ。このような「光」としての明るい側面を、確かに育児という営みは持っている。しかし、同時にどうしても不安や辛さなどの「影」の側面も併せ持つ。比

較的幸運に恵まれたならば、影の部分にとらわれることなく、光の中で
の育児を実感することができる。しかし、さまざまな難しい状況に置か
れた場合、どうしても影の中に留まらざるを得ない。そして、光が光と
して強調されればされるほど、影に置かれることは辛いことになり得る。
もちろん、繰り返しになるが、光を光として強調することも、大切なこ
となのではあるが……。

このあたり、行政上のことに戻して考えてみると、「政策の評価」を
する時の評価基準をどのようなものにとるか、ということと関わってく
るように思える。「子育てに関する支援政策についての市民全体の満足
度」を評価の基準とするならば、多数の方々に関わる政策が重要である。
「明るい子育て」を伝えていくことによって支えを実感できる人々は少
ないだろうし、そのことにより生じる「さらに明るい子育て」につ
いての実感は、間違いなく政策的な目標として重要なことである。

一方で、評価基準を「虐待事象の減少」、「不適切な育児のために精神
的健康が損なわれた子どもの減少」や「精神的に健康でない状況の中
での育児の減少」など、困難な状況の中で苦しむ事象を減らすことを評価
の指標とした場合には、どうなるだろうか。やはり、「不安」や「辛さ」
などの子育ての持つ影の側面と向き合わざるを得ない。福祉行政の現場
で、児童相談所や保健所や子育て支援センターの方々がなさっておられ
るのは、こうした仕事である。

恐らく、光を一層光り輝かせる政策と、影の影響を減らしていく政策
と、この2つが両方とも必要なのであろう。

公務員は「全体の奉仕者」である。行政は、「全体のためのもの」で
ある。だから、市民全体の満足度（これはたいてい「平均値」で測定さ
れる。）を上げることは、行政政策の目標として、当然である。「より一

層光り輝く育児を！」というわけである。これは、理解されやすい。

しかし、一方で、困難な状況に置かれた場合には何らかの救いの手が差し伸べられるという制度が整えられることも、実は「全体のこと」として重要なものではなかろうか。これは、「平均値」ではなく「不幸な事象の減少」という形で測定される。異なる測度ではあるが、全体としての幸福を測る指標としてこちらも大切である。恐らく、「福祉行政」の政策においては、こちらの測度も相当重要になる。

「一般行政」と「福祉行政」に分けて考えることが妥当なのかどうかは、私は行政については門外漢なので分からない。また、福祉行政の中でも「平均値」という測度が重要な場合もあるであろう。しかし、「虐待問題も視野に入れながら」子育て支援を考えるのであれば、「平均値」の測度だけでは不十分だと言える。個々の困難な事態に一つ一つ関わっていく中で、「不幸の減少」という視点が必要である。

私も前述のように「子育ては楽しいものだ」ということを否定するつもりはない。しかし、「楽しいと感じられない」中で、苦しい思いをしておられる方も多い。「臨床心理学」を教える大学教員として、臨床心理士として、どうしてもこうした「影の側面」から論じることになってしまった。

全体としての満足度の平均値が上昇することも確かに重要であるが、不幸な事象を減らすことも行政の重要な「全体への奉仕」の一側面であると思う。社会全体のセーフティネットを構築することも、行政の重要な側面なのではないか。

そして、実は、このような不幸な事象を減らそうという営みは、行政の中で行われている。これまでも何度も述べたが、児童福祉センター・保健所・子ども支援センターなどの機関で、福祉領域の専門性を持つ

方々が、子育ての影の部分と向き合っておられる。社会福祉士・臨床心理士・精神科医・保健師などの方々である。

すでにおられる専門性を持った職員の方々の、福祉行政現場での体験を、行政政策全般の中で生かしていくことが何よりも最も大切なのではなかろうか。こうした現場からの発言は、「不幸な事象を減らすこと」を重視した形のものになるので、「満足度の平均値」が重要となる部局の方々には、うまく伝わりにくいものかもしれないが。しかし、「セーフティネット構築」という行政の持つ役割を政策として実現させていくためには、必要なことなのではないだろうか。

5 中程度の子育て不安

子育てをめぐる強い不安を軸にしながら論じてきた。論を整える都合上、「不安が非常に強い場合」と「不安があまりない場合」とに、分けて論じてしまった部分があるかもしれない。しかし、実は不安が高い状態とあまりない状態とは連続しており、「中程度の不安」とでもいうような状態の中におられる方々が、実は最も多いだろう。

そしてそのような「中程度の不安」の中におられる方々のうちの多くは、「子育てって楽しいものだよ!」と呼びかけることによって、楽しい育児の方へ向かって歩み出すことができるであろう。その限りにおいて、やはり、「子育ては楽しい!」ということを伝えていくことは大切である。

しかし、「中程度の不安」は、なかなか根強い場合もある。そう簡単に解消されるわけに行かないものもどうもあるようだ。そもそも、子育てとは必ずしも関係はない対人関係における不安という形で、若者たち

の間に、「中程度の不安」が非常に広範囲に広がっている。

「私に安全な居場所はあるのだろうか」という問いは、かつての「私とは何者か」という問いに代わって、中学生くらいから20代の青年たちの間で、非常に大きなテーマになっている。そして、この不安の中で、人と接する際に円滑に動けない状態が広がってきている。いわゆる「いじめ」も、こうした不安と関連している。「いじめ」が若者の間で不安を広げている側面もあるし、不安が背景にあることによって「いじめ」が広がっているとも言える。

こうした対人関係の中での不安を準備状態として持つ若者たちは、子育てという新しい関係の中に入った時に危機的な不安へと発展することも多いだろう。そこまで行かなくても「子育てって楽しいよ!」という働きかけに応じて周囲と関わりを持つことが、そもそも不得手であることも多い。孤立した環境の中で、小さくはない不安を抱えて、苦しんでおられる親御さんは少なくない。

さらに言えば、人と関わることに葛藤を抱えた若者は、子育て以前に自分のことで精一杯で子どもを持つなんて考えられなかったり、結婚して新しい家族を持つことが困難だったりする。このあたりの状況は、少子化対策と関連が出てくる。不安を軸に子育て支援政策を考えていこうとすると、若者のメンタルヘルス全般や、教育政策などとも関連が出てくるのかもしれない。

少子化対策や親子の精神的な健康とも関連させる視点を持ちながら子育て支援の成果をあげていくためには、青年期全体への支援としての、就労支援なども含めたより大きな政策の一部と考えていく視点も重要である。特に、若者が「心理的に安全な場の中で人と共同作業をした体験」を持つことは、子育て以前の子育て支援政策（親になることを準備

する政策）として重要なように思われる。ここまでいくと、風呂敷の広げすぎなのかもしれないし、行政の枠をはみ出すことになるのかもしれないが。

6 おわりに

うまくいかないことを抱えて、辛い立場にある人への個別的な関わりをしている立場から（もしかすると「影の側面」から）、子育て支援について述べてきた。あまり明るい内容にはならなかったかもしれない。しかし、ここで述べたようなセーフティネットの構築は、福祉という観点から見たときには、行政の持つ重要な役割の一つなのではないかと考えている。また、実際に、そのような行政上の実践も続いているはずだ。私自身が行政の門外漢であるがゆえに間違っただけであることを述べている部分もあるかもしれないが、お許しいただければと思う。