

『平成14年度・第22回教育相談報告会』 於 済美教育研究所
講演：『子育てのむずかしさ・楽しさ』 平成14年7月9日
講演：花クリニック院長 矢花 芙美子

済美教育研究所について

昭和25年に閉鎖した私立日本済美学園の敷地・校舎を杉並区が寄贈を受け、昭和26年3月に開所した都内で最も歴史ある教育研究所です。（平成12年年度で創立50周年）

教育相談事業

一般教育相談：子どもの情緒・性格・行動、進路や学業などの悩みについて面接による相談を行っています

就学相談（発達教育相談）

主に心身に障害をもつ子どもの発達や就学について、面接による相談を行っています

電話教育相談

子どもの教育上の悩み全般について、電話による相談を行っています

いじめ・不登校電話相談

子どもの「いじめ」や「不登校」について、電話による相談を行っています

学校等訪問相談

指導上のさまざまな問題に対して、相談員が学校等に出向き、相談を通じて援助を行っています

司会：山川 喜宥事務長

ただいまから杉並区済美教育研究所教育相談部報告会を始めます。この報告会は今回で22回目を迎えました。私は、当研究所の事務長をしており、今回の進行役を務めさせていただきます。始めに主催者を代表して当研究所所長の伴健利（ばん たけとし）からご挨拶をさせていただきます。

伴所長

まず当済美教育研究所についてですが、創立以来52年たっています。今日は済美教育研究所の中心活動である教育相談について、昨年13年度の結果をまとめて皆さんにお聞きいただきたいと思います。

児童の人権、人格の尊重、個性の尊重、あるいは心の教育をきちんとしていこうと言われて久しいです。母親がご飯を与えなかったとか、父親が3歳の子を蹴飛ばして殺してしまったとか、本当に唖然とするような事故が報道されています。済美教育研究所の教育相談にも例外無くいろいろな形で相談が寄せられ、年々増加の一途を辿っています。それらの相談の13年度の集約をしたものを報告させていただきます。

そして、これからどうあったらいいのか、現状を捉えていただくとともに、私達が何をしていかなければならないかをさぐって頂いて、児童の健全育成のため

めに役立てていただければありがたいと思います。

本日は講師を医学博士の矢花芙美子先生にお願いしています。幼児期から思春期、青年期までの児童を指導したり生徒を診察したり、全国でご活躍されています。教育委員会からは3名おみえです。PTAの会長、教育指導室長にも来ていただきました。のちほど質問の時間があります。

司会：山川事務長

これから昨年度の相談活動の報告に移りたいと思います。

その前に当研究所の教育相談部の体制について申し上げておきます。部長がおりますが、現在所長が兼任しております。その部長の下に常勤相談員が1名、非常勤の相談員が14名、合計15名の体制で相談業務を行っています。

それではこれより相談に見られる最近の子供達の傾向という題で、昨年度の相談活動の報告を座談会形式で行います。進行役は教育相談部長を兼任しております伴所長が行います。発表者は播磨美智子一般教育相談担当相談員。伊藤三枝子就学相談担当相談員。近藤昭子電話相談担当相談員の3名です。

伴所長

初めに教育相談部全体の説明をいたします。

当研究所の相談事業は大きく分けて面接相談と電話相談の二つに分かれます。面接相談の中に、子供の心理的、または環境的要因で引き起こるいろいろな問題があるのですが、そのような問題を取り扱う一般教育相談と、成長の中での発達面で何らかの心配の有る子供を対象にする就学発達教育相談、この2部門があります。

この面接相談は個人情報が多く関わってきますので電話での予約制になっています。いろいろな子供がいますので、かち合ったり他の人と会わないように予約制で進めています。

次に電話相談です。これも2部門に分かれております。

一般の電話相談と、いじめ、不登校に対する電話相談。これは専用電話になっていますのでいつでも電話を掛けていただければ出られる体制になっています。名前や学校名はまったく問いませんので、気軽に相談できる利点があります。

このような2部門で進めております。また、学校訪問相談等を昨年度から始めております。これは、授業が成立できない多動の子供や、いじめという問題自体に対して、学校の要請に基づいて相談員が学校に出向きます。そして相談と助言後は援助をしていくことになっています。

今日の報告会は、相談に見られる最近の子供達の傾向というテーマですが、一般教育相談、就学発達教育相談、電話相談の順で行っていきます。

学校訪問相談については、訪問相談員が増えたこともありまして、年度当初に小学校、中学校全ての学校を訪問しました。それ以後要請を受けて、1年間で総計82件、85回各学校を訪問した形でデータを出しました。今年も引き続いて

幼稚園等で実施しております。ご質問はまた後程受け付けます。ではこれから、各部門の昨年度の報告に移りたいと思います。一般教育相談員の播磨美智子相談員から報告をいたします。

播磨美智子相談員

一般教育相談の全相談件数の中で一番多いのは不登校で、全相談数の半分に当たります。次に多いのが情緒の問題。友達と上手く遊べないとか落ち着きがない、気分が不安定、などの相談です。その他発熱だとか腹痛を訴えるが病院に行ってもなんでもないと いわれる相談や、チックが出たりする精神身体症状、また家では賑やかなのに学校へ来ると話ができなくなるという相談もあります。

保護者からの申し込みは電話でお受けするのがほとんどですが、13年度は学校からの紹介が一番多く、その次は電話相談です。医療機関や保健センターなど地域の他機関からの紹介もあります。

お申し込みの電話を頂くときの保護者の方は、不安や期待、様々な思いで掛けてこられると思います。こちらではその気持ちを察しながら、伺った情報については細心の注意を払い、慎重に扱うように心がけています。

不登校の場合、相談の申し込みの時期は、何とか通学しているけれど毎朝行きたくないと訴えるので心配だという子供の場合から、もう何ヶ月も学校に行っていないという子供まで様々です。

お申し込みを頂いたご相談については週一回の会議で担当者を決めます。こちらから折り返し電話をして最初にお会いする日を決めます。最初にお会いするときは今困っていることや、現在に至るまでどうしていらっしまったか、また小さい頃のことなどを伺います。

保護者と相談していく中で、子供との並行面接を行っていくこともあります。この場合は子供担当の相談員を決めて、別の部屋で相談を進めていきます。言葉だけでなく絵を描いたり、物を作ったり、箱庭など様々な遊びを取り入れた遊戯療法を通して接していきます。子供たちは遊びを通して自分達の気持ちや、感じていることなど言葉に出来ない何かを伝えようとします。その気持ちを相談員が理解したとき少しずつ心を開いていきます。それに付き合い、見守りながら子供達が本来持っている素晴らしいものを見つけ出していきます。不登校の子供を持つ保護者との面接では、いつ頃から行きたくないと言いつたのか、何かきっかけがあったのか、休み出してからどんなことをしてきたか、どんな変化があったか、このようなことをお聞きしていきます。また小さいときはどんな子供だったのか、得意、不得意なことは、などについてもお聞きしながら話を進めていきます。

そのような過程の中で、子供と同じように保護者の方も自分自身を見つめていく、この作業を通して問題の軽減を援助していくこともあります。面接の期間はそれぞれで異なりますが、1、2回の相談で終わることも、また何年もかかることもあります。このようなかたちで相談を進めていきますが、

子供の生活史、小さなときにどんな子供だったかということを考える中で、発達の時期についても考えていきます。特に思春期を迎える時期は個人差がありますし心の揺れ方も様々です。

その思春期について考えていくことは、生活史を考える中で大きな意味が有ると思います。また社会、文化的な環境についても考えてみます。

母親の社会参加が増えてきて、親と対話する時間が減っているといわれています。一家にテレビが何台もあったりビデオが有るので、同じ番組をみんなと一緒に見る機会が減っています。子供が嬉しそうに笑ったり涙を流したりするようなことを見る機会がとても減ってきていると思います。そのような中で先ごろのワールドカップのサッカーは、久しぶりに同じ番組を見る経験をなさった方もいらっしゃるでしょう。

最近の傾向としましては、不登校の子供に限らず友達作りが上手くできなくてつまづいている場合がとても多いと思います。携帯電話とかパソコンのメールなどを使う子供も増えていますが、これらの伝達手段を賢く使って、時代に合った友達作りをしてほしいと思っています。

伴所長

ただいまの発表の中では発達過程での問題、思春期をどのように迎えさせるか。

母親の社会参加が非常に子供に対する影響が大きくなっていること。テレビ、コンピュータなど、メディアからの影響。友達作りの未熟さ。このようなところに原因がありそうだという問題が見えました。それでは続きまして就学発達相談員である伊藤三枝子相談員から報告していただきます。

伊藤三枝子相談員

就学相談では、発達に何らかの心配のある方の相談をお受けしています。ここ数年の傾向として、今、教育相談の方がお話されたように、とても落ち着きがないとか、友達と上手く関われないということを心配しての相談が増えています。

申し込みを受けた場合は保護者の方と一緒に二つの観点から整理していくようにしています。ひとつは子供自身の発達のこと。もうひとつは環境の面からです。

発達のことで、その子自身、身体を持っていて、頭、知能を持っていて心も持っている。それが今どんな具合に発達しているのか。生まれてから今までの経過など、その辺りのことをお母さんと一緒にもう一度見つめなおします。環境については家庭、学校、地域社会、その中でその子がどのように過ごしているのか、周りの大人達は、友達も含めてどのようにその子に関わっているのか、その辺りを見ていきます。必要なときにはお子様に知能検査をします。

ここでどのように相談が進められていくのかを、一般的な事例の形にしてご説明したいと思います。

A君、例えば小学校2年生の男の子だとします。授業に集中しない、勝手に発言をしたり、友達にちょっかいを出す。授業がなかなか成り立たない。友達と些細なことで喧嘩になる。例えば授業中などに友達が何かの拍子で肩に触れると、叩かれたと誤解して殴ってしまう。お母さんも担任の先生も非常に困っている。勉強はやればできるのにやらない。言い聞かせてもまた同じことを繰り返すので困っている。

そこで実際にA君に来てもらったのですが、とても元気のいい男の子でした。わりと達者に話をするのですが、その場と関係のないことを急に話したり、ちょっとおかしい行動があったりします。

何処か自信のない様子があって、元々この子の特徴、個性がかなり強くてなかなか周りを把握できにくいのではないかと、だから適切な対応がされなくて、このような状態になっているのではないかと思われました。

相談の方針は、お母さんとは面接を通して家庭での対応について工夫していきました。A君とは遊戯療法や動作法というのをを用いて、まずは気持ちを開放し、それから感情や行動をコントロールする力をつけていこうと決めました。取り決めの場合には保護者の方とA君を交えて、こんなふうにしていきたいけれどもどうかと、本人のそうしていきたいという気持ちを一番大事にします。

A君はとても発達のバランスが悪そうだったので知能検査をしました。知能検査は、いろいろと誤解されるのですが、目的はその子の発達の段階を客観的に捕らえて学習や生活に生かしていくことに有ると考えています。

検査を通すと、その子の勉強の苦手なところ、得意なところがわかったり、物事をどんなふうに理解していくのか、問題を解決していくにはどんな筋道で解決していくのだろうかという、その子の特徴がわかってきます。

A君の場合は全体的な知能の遅れはないけれども集中がとても難しい。社会的な場面の理解が弱い。そのへんのことわかってきました。とても驚いたのですが、動作法で腕をゆっくり上げる動作をすることがあります。そのときに「自分の手が勝手に動いちゃうんだよ。僕」と言いました。これでは、叩きたくなくても勝手に手が出てしまい、本人は相当苦しいだろうということがわかりました。そこでそういう子供に合わせた対応を学校やご家庭ですることにより、大分落ち着いてきました。

がんばってやったことは、とにかく認めて褒めることでした。そうして落ち着いてきたところで情緒学級を勧めてみました。そこはコミュニケーションの取り方とか集団生活の仕方を実際の学校の生活場面で具体的に経験できる場所です。そこで学ぶことで元のクラスに戻っても、生き生きとして、ダメな子ではなくがんばる子として自他ともに認められるような存在になっていきました。ただすぐにはそうならなかったため、2年生から6年生までずっと続けました。

このように子供の成長にとって必要な関係機関と協力しながら相談を進めるといったことが最近多くなってきています。相談を受ける立場としては子供や保護者の方が自分から取り組む、それを脇からちょっとだけ手助けする、そんな感

じでいます。

心配事で身動きが取れなくなって行き詰まっている状況のときには、どこかに風穴が少し開くと楽になって先の見通しが立てやすくなります。その風穴を開けるお手伝いを少しでも出来れば良いと思っています。

伴所長

こういう問題は非常に時間がかかってしまいます。私も教師をしているときに、「先生、僕の手勝手に動いてしまうんだよ。」という子供がいて、やはり同じような状態の子供だったのですが、「そんなこと有るかよ。」と私は言ってしまいました。しかしこういう情報的なことがわかっていれば、もう少し手を加えてあげられたのにはと思いながら今話を聞いておりました。次に電話相談について近藤昭子相談員から報告させていただきます。

近藤昭子相談員

電話教育相談では教育環境の問題が多く寄せられました。

その中でも家庭内の問題として、親子関係の相談が多く、お母様からの相談が圧倒的に多かったです。前年度の件数、回数などにつきましてはお手元のプリントを参考にしてください。

親子関係の相談は、例えば小学校の中学年までは手がかからなくてとても良い子だったが、思春期になって反抗期と重なり、次々に不可解な行動を起こし、母親としてはどうしていいのかわからない、まるで親を試しているようである。また兄弟や姉妹でも性格が違うのは当然なのだが、親としては同じように育てたつもりだ。しかし下の子は個性が強くて扱いに苦労している。このような、親の思うようにはなかなか育たないという悩みが多いです。

概して育児や教育に熱心なお母様方が多いようですが、お母さん自身が小さいときからの自然体験や生活体験が足りないせいか、子供の個性の強さを持て余してしまう。お母さん自身、育て方を振りかえてみると、兄弟姉妹を平等に扱っていたつもりでいたが、子供の目から見るとそうではなかった。手がかからない子だからと安心してしまい、小さいときのスキンシップが足りなかった、などのことに相談しているうちに気が付く場合もあります。

お母さんだけであまり悩まず、ご自身の趣味の世界を広げたり、友人関係の幅を広げてみたり、自分自身子育てをする中で自分も成長していけること、悩むよりもゆとりを持って子育てを楽しむという肯定的な姿勢が大切だと思います。また、自分をプラス思考にできるよう、精神面でたくましくなってほしいという願いを込めて、サポートが出来ればと思っています。

行政も子育てサポートセンターを、杉並区の中で5箇所立ち上げています。また保健センターで育児に関する相談もやっていますが、本日ここに来てくださっているお母様方や、地域の方々の協力を得て、子育ての悩みを言い合えるグループをあちらこちらに立ち上げてくだされば幸いに思います。また、上の子を育てた経験を、ぜひ後輩のお母様方にアドバイスしてあげてください。何

よりも体験からのお話は、知識よりも勝る場合がありますのでよろしくお願ひします。

次に、いじめ不登校に関する相談の中にも、家庭と学校との連携を早めに取り組むことが大切だと思われる相談が多いです。

中学校の場合はスクールカウンセラーや心の相談員が配置されていますが、小学校にはいません。このところ幼児や児童の相談が多くなってきていますので、早急に小学校にもスクールカウンセラーを置く必要が有ると考えます。また不登校の小学生を受け入れる適応指導教室を早急に作る必要があります。

電話相談では、保護者の方が一人で悩まずに家族全員で取り組めるよう、また学校との連携ができるように接見での教育相談ないし他の相談機関との連携を考慮して、対応できるよう相談者の方々と一緒に考えていく姿勢で対応しております。

このような中で一番嬉しいのは「思いきって電話をしてみても良かったです。これで元気が出ました解決の糸口も見出せました。なんとかやってみます。」と、最初とは違い明るい声で相手の方が電話を切ってくださいることです。またその後、頼りにされて継続の電話が何回か掛かって来ることもあります。電話をして話を聞いてもらうだけで心が安定しますと言われたりすると、私達はとてもやる気が出ます。自分の悩みを人に話すのはたいへん勇気の要ることだと思ひます。しかし匿名という気軽さもありますので、どうぞ思いきって電話を掛けてください。

幼稚園、小学校、中学校にお願いして宣伝の用紙を配布していただきましたところ、一日に何件も相談がくるようになりました。今の時代に生きていくことは大変なことです。少しでも皆さんの悩みに寄り添っていければと思ひております。よろしくお願ひします。

複雑な問題に関しては面接相談や他機関を紹介していますので、次の行動に移るきっかけを掴んで頂けたらと思ひます。どうぞ気楽に電話をください。以上です。

伴所長

ありがとうございます。パンフレットの年間のデータで、前年度と比較して確実に件数が増えていることがわかつて思ひます。そういうことでいろいろご質問を頂きます。

質問者 Aさん

渋谷で相談員をしているものです。今のご報告の中で大変すばらしい実践がなされていると受け止めさせていただきました。そこで2点お伺ひしたいのですが、1点は今日のこの集計結果にもありますが、一般教育相談および就学相談、そして電話相談の一般相談といじめ不登校と、このように4つのパターンに分かれておりますが、相談員の方はそれぞれ4つの部門に専門的に配置されているのですか。例えばA相談員が電話相談をやったりあるいは就学相談を

ゆったりというのではなく、専門的に分担されているのかということが1点。次に杉並の子供支援の中に子供サポートセンターが5ヶ所有るとの報告がありましたが、その子供サポートセンターは、例えば学校を引けた後にそこで何か遊び相手をするとか、あるいは土日に関わって何かものを作ったりして相手をするのか、どういう内容なのか、この2点についてお伺いできたらと思います

伴所長

まず1点目につきまして播磨一般教育相談員からご説明をします。

播磨相談員

分担について、一般教育相談は5名、専門に相談員がいます。就学相談も5名相談員がいます。電話相談に関しては5名、やはり担当がおりまして、それぞれ専門に行っていますので、一人の人があちらこちらに行くという形ではなく各部門で担当しております。

伊藤相談員

付け加えます。そのように専門的に4部門に分かれていますのですが、その中で他部門を紹介することもあります。例えば電話相談があった場合に、面接の相談を希望される場合もあります。そのときには面接の相談に紹介します。逆に教育相談に掛かった場合でも、発達になんらかの心配が有る場合には、就学相談で担当したり、その辺りは柔軟に対応します。

伴所長

次に子供サポートセンター5ヶ所の子供への指導についての内容をお願いします。

近藤相談員

子育てサポートセンターは、中瀬地域、宮前地域、今川地域、堀ノ内東、阿佐谷南と、保育園内の5ヶ所に設置されており、子供と遊んだりするのは児童館が主です。そこでは子育て支援で育児講座や講習会などを実施しております。その他に、保健センターで母親学級健康診査や新生児訪問がありますが、やはり、荻窪、高井戸、高円寺、上井草、和泉の5ヶ所の各保健センターで行っています。その他区立保育園全園は44園あり、保育相談を行っています。

質問者 Bさん

小学校の教員です。子供を見ておきますと、外国籍のお母さんの子供に幾分言葉の問題があり、言葉が通じにくい、訴えにくいのではないかと思います。単に国際理解のセンターだけでは太刀打ちできません。もう少しこういう教育相談的なところも言葉の面でセンターを作らなければいけないと思っているのですが、区はどうお考えですか。もっと言葉が通じれば、早く問題がキャッチできるのではないかなと思います。

伴所長

外国籍の子供を扱った例はありますか。

伊藤相談員

外国籍の子供ではないですが、実際にお母さんが日本語が危うい外国人で、子供自身にも発達の遅れがあったのですが、コミュニケーションがとりにくかったことがありました。その場合、学級の見学など、いろいろなことをしましたが、なるべく一緒に付き添ったり、お母さんが学校に伝えにくいことを代わりに伝えたりしました。子供のほうは学校生活に馴染みますと知的に遅れが有るとしてもそれなりになんとかかやっています。私もお母さんをサポートするのは大事だと感じております。時間がある限りサポートをしております。

伴所長

区の考えはどうかという件は、難しいので後ほどにさせていただきます。言葉の問題は子供にとって辛いことで、学校でも友達が理解したり、私の経験では子供がその子の国の辞書を買ってきて、いっしょに引きながらその子と会話をしようと努力したという例もあります。周りで取り囲んでみんなを守って行く、話し合っていく、勉強していくという雰囲気大事だと思います。

伊藤相談員

子育てのいろいろな支援センターがあります。教育だけではなく福祉や地域の中にいろいろ社会資源があります。それを上手く利用していくと、今ある機関、施設の中でかなりのことができるのではないかなと思いました。私も教育相談をたくさんしていますので、基本的には一緒に付き添って行ったりするのは時間的に難しいです。でも、やはり必要なときは行きますし、それぞれの子育てをサポートする地域の民生委員も普段からいろいろなことをしてくださっていると思います。できるところで、それぞれの持ち分で力を出し合うと、いろんなことができると思いました。

質問者 Cさん

この教育相談というのは子供に関する相談です。しかしまた一方で、父兄としては先生に関する問題も感じています。私達は先生を選べません。学校は選んだとしても、担任や校長先生、教頭先生は選べません。その中で客観的に問題の有る先生がいた場合、何処に相談していいのかという問題を抱えています。

自分の友人の子供があることで悩みました。先生のことなので私もそれを教頭先生に話すのか、校長先生に話すのか迷いましたが、そのお母さんは、中学生なのであまりそういうことを公にすると、学校の内申書や成績にも関わってくると言っていました。ひどい言い方をすれば、ある意味で子供は人質に取られていると聞くことがありますが、それは事実だと思います。そういったことから、父兄の方々の中に、先生についての問題をここに相談してもいいものかどうか、わからない方がいらっしゃるのではと思い、話させていただきました。

伴所長

これは本当に現実的な問題です。私もそういう内容の相談を随分受けています。

原則的に該当の校長先生に話すのが一番です。都や区の教育委員会に電話される方がいますが、回りまわって校長先生のところに戻ってきます。対応は校長がします。

人質を取られるという思い、これはあってはならないことですし、私もそういうことがないようにいつも校長室を開けておりました。いつでも来てください、何かあったらすぐ来てくださいという雰囲気を作っておきました。しかし、学校にはやはり入りにくいようです。

一人で来るのは大変だと思いますので、近所の方や友人と来ていただくと話しやすくなると思います。そうやって悩みを訴えると、学校の中には教育相談部というものが作られていますので、そこで対応します。ここには担任と学年主任、生活指導主任、校長、教頭と、あと養護が入る場合があります。

子供達は非常によく養護の先生と話をします。そのように対応していく体制がどの学校もとれているはずですし、とれていなければいけませんので、遠慮しないでどんどん持ち込んでいくと解決が早いと思います。

外で批判したりすると、回りまわって学校に批判が聞こえてきたりして、感情が出てきますので、どんどんずれてきます。率直にその学校の校長先生に繰り返し何度も話をしていただくのがいいと思います。

あと、子供に精神的な問題がありましたら、こちらに相談していただきたいと思います。まだまだ現実的な問題があるかと思いますが、ここで一旦打ち切ります。

このあと講演と館内の自由な参観と、自由相談時間をとってありますので、不安なことや質問がありましたら先ほどの相談員に話してみてください。

それから済美教育研究所という名前についてですが、教育相談に来ると実験材料に使われてしまうと思われるらしいのです。研究所という名前がつくのが辛いところですが、決してそんなことはありません。教育研究所の中にある建物のひとつ、同じ敷地ということです。お話したように、悩んでいらっしゃるお子様お母様達に本当に親身に相談していけるスタッフを揃えていますので、遠慮無く声をかけてください。ご近所でお悩みの方がおられましたらよろしくお伝えください。

では、次に医学博士の矢花芙美子先生のお話をお伺いします。

先生は日本大学医学部のご卒業です。日本大学付属板橋病院に勤務され、1977年、花クリニックを設立されました。以来医院長として診療にあたられるかわら、代々木ゼミナールの校医等、幅広くご活躍されています。

特にダウン症など心身にハンディの有る子供の診療を丁寧に行われておられて、幼児期から思春期そして青年期まで幅広い子供の精神科医として実績を持たれておられます。九州保健福祉大学の教授でもいらっしゃいます。

全国的にいろいろな場所で研修会の講師などをしていらっしゃるのですが、今回おいで頂きました。よろしくお願ひします。

講演：『子育てのむずかしさ・楽しさ』 矢花 芙美子先生

私は渋谷区で開業していますが、教育相談は武蔵野市で20数年嘱託医をしています、また精神科医を31年しています。

精神科医は五感がとても鋭くないといけません。ずっと相談者の様子を見ていて、その変化がぱっぱと見て分からないとやっていけません。

精神科治療は、5年10年かかることが多いのです。すぐよくなることも多くあります。3ヶ月、1年、3年、というケースもありますが、難しいのは5年、10年です。その間の記憶がずっと残っていないといけません。これから10年と考えると、最近だいぶ衰えてきましたので自信がないのです。そういうことを考えてセミリタイアしました。

最初、自閉症に興味を持って児童精神科医になったのですが、代々木ゼミナールの要請もあって開業したものですから、予備校生の相手に明け暮れました。最近では少子化で子供が減ったのでそれほどでもないのですが、全国26ヶ所を掛け回って結構大変です。診療所は薬を使えるから少しは楽ですが、相談だけは大変です。その対策をすぐに考え出さなくてはなりませんから、話をよく聞いてやっていくことになります。

最近少し余力が出てきましたのでアスペルガー症候群（高機能広汎性発達障害）の具合の悪い配線をいかに繋いでいくかということに凝っています。

学校が今一番困っているのは、多動の子やアスペルガーの子、知恵の発達のことなどいろいろありますが、要するに問題行動を起こしやすい子に困っています。養護の先生の会を開いており、杉並区の先生も参加しています。一所懸命いろいろなケースと一緒に考え対策を考え出しています。

私は現場主義者なので自分のわからないことや、自分でいんちきっぽいと思うことはなかなか教えられません。自分の実感にそぐわないとダメなのです。今日の「子育てのむずかしさ・楽しさ」というタイトルに沿って話そうと思っていますが、どうなるかわかりません。

今日は、31年間技術者としてやってきて、その中でわかってきたことを、私の独断と偏見でお話します。私の実感として、そうではないかと思えたことです。たぶんそれほどはずれてはいないと思います。

私は3人の子供を育てました。でも子育ての苦労を話せるプロだとは思っていません。精神科医は何の仕事かということ、聞くのが仕事です。聞くというのはとても大変なことです。なぜなら偏見蔑視いろいろなことが有ると聞けません。私にいろいろ教えて欲しいという人がいて、一緒に相談者の話を聞いています。

一所懸命わかるように丁寧に聞いていって、やっと相談者の話が変わってくる。ふっと変わってきたので、その後やり方を変えるのですが、あとで、一緒に聞いていたその人が、「あの人、急に話が変わりましたよね。」と言います。やっていられません。

私が変わるように変わるように一所懸命やって、そこでやっと成果が出てきて

変わってきたのに。一緒に見ていたその人もプロなのに、がっくりして教える気がなくなります。聞くことができているのです。一緒に聞いていても聞いてない。同じ話を聞いてもあとで違うことを言う。まったく違う話になってしまう。

相談員の方も、お話するのは上手とは言えません。しかし人の話を聞ければいいのです。ここの研究所の方々は表情がいい。他の所より歳をとった方が多い。長く居ることができる、良い所ということです。

脳の栄養失調についてお話します。本当にこんな言葉が有るわけではありませんが、私は現代人の脳が栄養失調の状態にあると思っています。

私の独断と偏見ですが、赤ちゃん、2歳、3歳の子供に、両親の仲が悪いから離婚しますと言っても、そんな話を子供は聞きたくありません。毎日喧嘩や、訳のわからない話を聞かされる。子供達にはそういうことが、しょっちゅうあります。

今は何でも告白文化だといえます。情報は公開するべきだといっても、そんな親のくだらない情報など誰も聞きたいはずがありません。脳は守られていなければいけない。情報にあまり晒されてもいけないのです。

脳にはできるだけ隠されている部分の多い情報がいいのです。情報が多すぎるとどうなるか。ぜんぜん聞いていないか、全部聞くかどちらかです。全部聞いて頭が狂いそうになるか、ぜんぜん聞いてなくて分かってないかです。ちょうどいいくらい聞ける脳を持っている人はだいたい頭のいい人です。

頭がいいか悪いかというのは刺激への反応の仕方で決まります。刺激への反応が強すぎる人は混乱がひどい。刺激されても何にも反応しない人はぜんぜん駄目。ちょうど良いところにいかなければいけません。今まで我々の脳はちょうど良かったのです。今は刺激が胎教のときから多すぎて、非常に過敏な状態で生まれてくるか、とても鈍いかどちらかが多いです。ちょうど良い状態ではなかなか生まれてこない。そこからまた刺激がどんどん入ると、整理整頓がつかない状態になります。いくらタフな脳でもダメになってしまいます。

脳の一番栄養の良い状態は、模索、没頭、ぼやっ。これが良いのですが、こういうことはあまりありません。いろいろな話を聞いていて情報が入ってきて、時間も細切れでどこかへ行かされる。約束にうるさい、急かされる、ゆったりとやれない、そんな状態で疲れきってしまっています。

子供の脳の栄養状態が悪くなるとどうなるかというは無気力になります。何にもしたくなくなります。大人は鬱病になります。今は鬱病全盛です。新聞を読んでも薬を飲めばいいと書いてありますが、それは嘘です。脳を休めないとよくなりません。

模索して没頭してぼやっとなれば脳は非常にいい状態になります。脳はとても贅沢者なのです。この贅沢者を贅沢者として扱ってやれば、子供は教育相談所などに相談しなくてよくなります。私のような者にも用事はなくなります。

子供はいろいろな節目で問題を起こしますから少くくはありますが、きちんと扱っていれば長々と心配する時期など絶対ありません。教育相談所に来る

よりも木にでも登らせておけばいいのです。すごく窮地に陥る前に、もっと早いうちにきちんとやっていけば栄養状態が満点ですから問題にはなりません。しかし、地球環境自体が公害などでそういうことが出来ないようになってしまった。アスペルガーや自閉症など、いろいろな問題は、やはり大気汚染とともに関係あります。

とにかく、今やることとしては、できる限り子供達を好きなこと、合目的なことだけでなく無意味と思われるようなことをやらせるのです。脳は目的を持って使うのも大事だけれど無目的も大事なのです。意味不明、何の足しにもならない趣味、繰り返し行動でも自分の気持ちがよくなるような行動をしていることが大事です。

目的行動だけをずっとしていると鬱状態になります。目的的でいいのですが、その中でほっとした瞬間や、やったと思う瞬間がなければなりません。ずっと走らせっぱなしで、ちっとも嬉しくもなければ脳に悪いのです。脳に悪いことは自我に悪い。自我に悪いのは、自我が弱くなること。それは発達が悪くなるということです。子供っぽくなり、主体性が育っていない人になります。

鬱病の人たちに主体性が育っていないというわけではないのです。主体性はちゃんと育っている。でも、その主体性が「なにになにするべき」「なにになにせねばならない」これに脅かされているのです。「べき」「せねばならない」でやっていくと、褒めてもらえることは多いかもしれない。でも楽しくない。そこに「こうしたい」がないからです。適切な主体性が必要なのです。自我が育っていなければ、主体性自体が育たない、鬱病にさえなれない。

小さい子供がいる方、子供に限らず大人でも、高齢者でも、没頭することはとても脳にいいです。本人が満足することをすることが大事です。

子供も大人も失敗の重なりが経験になります。模索が足りないと駄目です。今の親達は失敗恐怖症で、子供がルールから外れることをすごく恐れているから模索行動をさせません。ですから脳は栄養失調になります。そうすると自我が弱くて主体性がない子が育ちます。

落ちそうになったときに、見ていて止めればよいのですが、そこに行きそうになる遥か手前で止めるから落ちた経験も、落ちそうになる経験さえもできません。先生の問題に関しては、親にも殴られたことない先生が、生まれて初めて生徒に殴られれば、それはカッとくるのが普通です。昔は兄弟同士や親に殴られていたから、我慢の仕方がわかったのです。そういった経験がなくて殴られた先生に、病院では「可哀想に」と言っておきます。それは「殴られて可哀想ね」ではなくて、「今まで殴られなかったことが可哀想ね」というのが本音です。

皆さんは食事など身体の健康には本当に気をつけていらっしゃると思います。しかし本当に大切なのは、生物として、気持ちがいいな、ということを目指すのが大事です。気持ちがいいことが大事です。お風呂でもなんでも一日に一回は気持ちがよくなければいけません。

何でもいいのです、気持ち良ければ、楽しければ自然治癒力が上がります。同じガンの患者でも、すぐに亡くなる人とずっと生きている方がいる。ずっと生きている方達には自然治癒力が大きい人が多いのです。これらの人には主体性を持って楽しく生きている人が多くいます。子供達も同じです。子供達にはまず主体性を育てなければなりません。それには何でもいいから楽しくさせるために、本人の脳を活性化させていかなければならないのですが、今の、何処を見ても息苦しい悪い状況の中で、彼らをどうやったら気持ち良く過ごさせることができるかはとても難しい問題です。

我々はこの子供達をどうしたらいいのか、どうやって自然治癒力を高めていくか考えなければいけません。ケースバイケースですが、一番考えなければいけないのは素質についてです。今日の2番目のテーマへいきます。

なぜ病気になるかということ、素質に合わないことをするからです。歳をとったら素質に合わないことはやめたほうがいいです。鬱病だけではすみません。全ての病気が起こります。素質を知るには自分を知ることです。自分の素質に合わないことを押し曲げて続けると、病気だけでなく不適応行動や犯罪などの悪い結果がでます。自分にとっても他人にとっても困った行動や困ったことに変化していきます。

例えば、欒（けやき）の木は欒で、絶対変わることはありません。人間はおろかですから努力や教育で欒が桜になると思ったりします。では元の種は一体なんだったのかと聞きたくなる。種の通りにしか育たないことをすぐに忘れる。それは絶望的なことです。元々の自分以上になるわけがありません。

相談者に不調が出て来たとき、我々は、その人の親戚のことを聞いてみます。そうやって少し話しているとピンときます。あなたのお爺さんはどんな人か、あなたの顔はその人に似ていないか、あなたの親戚でちょっと変わった人はいないか、と聞くと、だいたいいますと答えます。角がたつから、それはあなたですねとは言わないけれど、似たような人が必ずいます。ですから全て、具合の悪い人は、その人本人のせいではありません。仕方がないとあきらめましょう。あきらめは肝心です。

木でもたまたま植えられた場所によって枯れてしまうこともあります。我々は動物だから、少しだけ動くことができます。しかし素質は変えられません。あきらめることです。あきらめるとはどういうことか、素質を良く見るということことです。

どんな性質でもいけないところといいところを持っています。努力も大事ですが素質にあったことを努力しなければいけません。そうしないと病気になります。自分の素質の見分け方は、周りを見て自分に似ている人を探すことからはじめます。そしてまず顔が似ているかどうかを見ます。顔が似ていると他も似ている可能性が高いです。次に体格が似ているかを見ます。たまに顔も身体も似ているけど脳が違う人もいますが、多くは似ています。脳が似ているとDNAが似ています。子供が3人いたら、だいたいその子たちが大人になったところ、育ちそうな顔や、体格は想像できます。

いいところを伸ばせばあの程度になるなとわかります。このようなことは、親が一番想像できることですから、日頃から親戚の顔を良く見ているといいです。

天蓋孤独な人には私が勝手に親戚を作ってしまいます。あなたはたぶんおばあさんに似ていると勝手に決めてしまいます。その人はこんな人だと決めつけると、なんとなくそんな気になってきて、だんだんあきらめるようになり、それなら仕方ないかと思って落ちついて安心してきます。安心してると自然治癒力が出てくるのです。

どうしていいかわからない、何処へ相談していいかわからないと思うと不安になり自然治癒力は下がりますから、できるだけ、どんな状況にあっても安心してることが一番大事です。悪口でもなんでもいいので一緒になって話をしていると、あの人はそんなに悪い人だと思ふこともなく、まあどうでもいいやと思えてきて安心してくるものです。素質、特徴を知ることがとても大事です。

今、学校で大きな問題になっているのは、動き回ってどうしょうもない、集団で座らせようとしてもぜんぜん座らない子、先生に反抗的で出ていってしまう子などいろいろいます。今は出ていった子供がどこかでいなくなってしまうと、先生が責任を問われるのでそのままというわけにはいきません。そんなとき教師は困ってしまいますが、そのときの素質の見方が大事になってきます。両親が来て、お母さんお父さんは原因ではなさそうだと思います。そのケースはもしかしたらなんとかなるかもしれない、親にはたくさん会っているので大体わかります。それに子供を見れば、だいたい同じような親が来ます。わからない子にわからない親が来たら手間暇3倍、ものわがりのいい子にわがりのいい親なら手間暇半分、そういうように心の準備をしておけばいいのです。

それでもし、いい人が来たらラッキーです。素質は似ているので、わからない子にわからない親が来るとお手上げです。医者も学校もお手上げです。でも、似ていてもDNAは半分ですから必ず何処かは違います。

しかし例外として、お父さんとお母さんがまったく一緒に、二人ともわからない人なら、もうどうしょうもありませんから、親は呼ばないことです。子供だけを何とかすることに、すぐ頭を切り替えます。両親のうち片方でもわかってくれそうなら、そちらを引っ張り込みます。状況をよく見て、頭の切り替えをさっさとする。対処方法の手段にはいろいろなものが有るので、素質をしっかり見ることが大事です。

もうひとつ、問題行動の特徴を見つけるときに、才能という言葉をあてはめるとどこか良いところが見つかります。例えば、悪戯する子は悪戯の才能。多動才能、万引き才能、放火能力、「あなたほんとにすごいね、どこでも火をつけちゃって。」と感心することです。何処でマッチを見つけてくるのかわからないが、今ゴミ箱が焼けていたのに、またこっちで何かやっている。家にまで火をつけてしまう人がいる。そういった相談を受けたときは仕方がないので、本人にやり方を聞いて心から褒めまくる。この場合は手が器用なところを褒め

ます。能力、才能という言葉をつけて見ると、悪いことばかりではないものが見えてきます。特徴が見えてくると解けないパズルが解けてきます。

新聞に脳波の異常の記事が載っていました。前頭葉がゲーム脳になるというように書いてあったのですが、内容が本当かどうか私は確信がありません。ゲームばかりして視覚や聴覚ばかりを使っていると、目や耳の五感の使いすぎでこれらが疲労困憊します。新聞によれば2時間以上見ていると五感が疲弊されて、疲れて脳波の波がきれいに出不くなってきます。新聞に書いてあっただけですからどうかと思うのですが、そういう傾向は確かだと思います。だから五感は大切にしなければなりません。五感は確かに使いますが、緩やかに丁寧に使うものです。鋭角に使わず、ゆっくりのんびりと使うのが五感にいいのです。五感は脳の窓口です。耳もずっと音楽を聴き続けていたらだめになります。同じように、目も嗅覚も触覚もです。五感はとても鋭敏ですから、ずっと同じことをして、あまり使いすぎると駄目です。ゆるやかに普通の状態で使うのがいいのですが、今は過酷に使いすぎています。ですからとても疲れて脳がやられてしまいます。

心の健康は脳の健康です。普通の場合は脳が健康ならば適応しようとして、座っているのが苦手でも座っていようとします。混ざっているのが苦手でも混ざっていようとします。しかし不健康になるとそういうことが出来なくなってきます。

よく、躰をしなければできるようになるわけがないと言いますが、普通は見ていてできるようになるものです。人は集団に入っていきたい生き物なので一生懸命しつけないともできるようになるのです。ところが、できるようにならない子供達が増えているのが問題になっています。

こういった適応ができない広汎性発達障害症が増えています。その中にアスペルガー症候群と自閉症が含まれます。何が主な発達障害かということ、人の考えていることがわからない。人のやっていることがわからない、人と交流することに問題が有るという障害です。だから今いじめられている子や一方的に自分のことを話す子、集団の中に上手く入れない子は広汎性発達障害と呼ばれている子がほとんどなのです。

それが見落とされがち理由は、彼らは、人によっては非常に勉強ができます。私が20年付き合っている人がいますが、昔から変な人だな、変わった認知の人だな、と思っていた人です。どうも広汎性発達障害プラス精神障害のようなのです。広汎性発達障害のほうは、もうどうにもなりません。初めて来たのが20歳頃だったかもしれませんが、それから延々20年付き合っても今更どうにもなりません。3歳、4歳、5歳の頃に対応しなければいけなかったのです。

一番わかりやすいのは幼稚園、小学校に入るときにわかります。ちょっと変わった子だなと思うけれど、何かをやらせてみると上手くやれる。でも教室に入れてみるとぜんぜん上手くいかない。だんだん慣れてきて上手くできるようになってもそのうちに集団からずっと外れていって、勉強はできるけれどいじ

められるようになる。そういう子達はPTSDもプラスされてしまうのです。PTSDというのは心的外傷のことです。相当怖い目にあったときになる病気です。そのような異常発達群の子供たちにきちんと対応がされていないからこういう病気になるのです。

自閉症の子供は知覚が過敏です。食べ物も、とても熱い物か、とても冷たい物しか食べません。ぬるいものは食べないのに、だんだん食べられるようになってきたとか言って周りが無理やり食べさせる。そういうものはみんなPTSDの原因になります。

赤ちゃんも広汎性発達障害の子は、抱っこされたいけれど変な触覚があるから嫌がります。オムツを当てられるのも嫌がります。オムツを当てられず親がバスタオルを巻いて抱いている子もいます。そういう五感の特異な子がいます。そういったことがわからないと、この子達にちゃんとした対応ができません。例えば家が二軒並んでいて、その間の切れ目が分からないから、そこが隣の家だということがわからない、そういう発達障害の子もいます。それは知恵遅れではありません。マイクがマイクの形に見えなかったり、大きな建物の前に行くとパニックになったりします。パニックになることはわかるけれど、なぜかはわかりません。

電車のベルでもパニックになります。きっと他のものに聞こえているのでしょう。そういう障害があるのですが、それは我々には分からないので、ただのいたずら、ただの変な子、ただのイヤな子と評価される。本人は大きな建物の前に行くだけでパニックになっているけれども、少し我慢できるようになると、周りはよくわからないからいつもそこへ連れて行く、そんなことをくり返していくうちに、子供は段々精神障害が加わります。そういった子が成人になって我々のところで受診し、親に虐待されたと言います。親は虐待してないけれど、本人は虐待されたのでこういう状態になったと、言います。

言われてみればそうなのです。この建物の天井が落ちてくると本当に感じたら、誰でもここにいられないでしょう。それを「いなさい」というのは、迫害です。びっくりして外に出て行くと怒られて引き戻される。それは本当にひどいことです。

特別に扱われる必要があったのに、そう扱われなかったことで大きく傷つき、それが原因で精神障害になったわけです。そういう人が多くいます。私はこの二次障害であるPTSDが、広汎性発達障害を理解して頂いて、起こらないようにしてほしいのです。彼らが、我々とどこが違うということが見てわからないからPTSDになってしまうのです。

今、そういう五感がにぶくなったり、するどすぎたりしている子が多くなっています。どうしたらいいかという、この子達に合った環境をどうにかして作って整えてやるしかありません。しかし全部はできるはずがありません。けれどもその子の能力を見て、できないところは支え、なんとかこの子達と共存共栄できるようにしなければいけません。

また、それはアスペルガーや自閉症という特殊な子供達だけではなく他にも

たくさんいます。注意欠陥多動性症候群（ADHD）というのですが最近よく聞かれます。「片付けられない女達」や「待ち合わせにいつも遅れる人」などがそうです。でも、私は、うのみにすることはできませんが、そういった人や子供に、そういう病態がありそうだとすることはわかります。

医者は覚せい剤を使います。医者はわりとばんばん使います。ちよろちよろしていた子に使うと魔法のように効きます。たいへん便利です。医者も親も楽になるからです。しかし、私はそのことを好みません。一瞬使うのはいいでしょう。でも、覚せい剤によって一生症状をコントロールしようというのは間違いです。そんなことをしていたら一生薬を切れません。

あるとき必ず落ち着きが出てくるときが来るのです。「片付けられない女達」程度には、いつかはなれます。そのうち良くなるならちよろちよろしていてもいいと思います。でも、「片付けられない女達」というのが確かにいることは理解しなければいけません。それを薬でぱっと治してしまおうという考えや、それを飲まないといけないという考えが流布されています。テレビでやり過ぎですのでやめて欲しい。

とにかくそういう一連の子供の不調について理解がないためにPTSDが発症しています。このことだけはぜひよく覚えておいてください。我々が心ないことをしたのではなく、わからないからしただけです。

私はよくそういった患者さんに「先生はよくわからないことを言うね。」と言われます。なぜかという、彼らは、まさに「文字通り」理解するのです。英語で「後で会おうね。」と言うとき、『ミート』です。だから、後で肉が食べられるかと思っていたらしいです。誤用障害といえます。同じ言葉がぜんぜん違う意味に使われていて、それが微妙におかしいということに気付かない。そこで大変なコミュニケーションのすれ違いになって乱暴に結びついたり、いじめに繋がることもあります。自由に自分の主張を言える雰囲気を作ることがPTSDを起こすのを防ぎます。

我々はそういういろいろな障害に気付かないでPTSDを起こしてしまいます。ですからできる限りそういうことがあると理解して、覚えておいていただきたいのです。環境を整えて、素質にあった環境で生きていくしかないのです。

ベストな環境なんてあるわけがありません。あるわけがないけれど自分の脳に本当に合わせていこうと努力をすれば、多少は自分にあった環境を得られます。

動物は、木のようにずっと生えていないといけないわけではないので、少し動きを変えればよいのです。そういうふうには子供も大人も生きていくしかないと思います。こういったことが病気を起こさない、ハッピーな生活に繋がっていくのだと、私はずっと思って生活しています。

ひとつ覚えておいていただきたい大きなことに、親子の感じ方の差というのがあります。親子の間の小さな問題はこのことから起こります。人間は生まれながらに体質、素質がパッシブ（受動的）な人と、アクティブ（能動的）な人

がいます。また早口な人、ゆっくりな人のようにパターンがあります。そのパターンを無視して養育するとどうなるでしょうか。早口の人には頭が回転しているから早口なのに、それを無理にゆっくりに押さえるから頭も止まってどもってしまいます。自分のパターンが大事なのです。そのパターンを崩して生きるとおかしなことになってしまう。生まれながらパッシブな子がアクティブになることもあるのです。パッシブなパターンを取る子はパッシブなパターンで生きていくうちに次第にアクティブな子になっていきます。

アクティブな子は問題をおこしてもどんどん行動させなければ仕方ありません。どんどんやらせといたほうが断然いいのです。それを押さえるとただの乱暴者になってしまいます。もしかして、押さえなければ何か良いことをしてまともになっていくかもしれませぬ。その子のパターンに合わせる事が大切です。

例えば親子で買い物に行きます。デパートの既製服のところで親が「あの服がいいね。」と思ったとします。子供もそれを「いいな。」と言い、その親が一步後ろからついていって、「ああいいね。」と言ってやればそれでいいのです。そうすれば悲劇は起こりませぬ。そうではなく、先に親が進んで行って気に入ったものではなくその隣の服をとった。どうしますか。「違うよ、それじゃないこっち。」と子供は言えませぬ。「これいいよね。」という共感が生まれてお互いに気分がいいのに、普通この状況では「違う。」と言えませぬ。「イヤ。」と言うことができませぬから、嫌々買うことになります。

そういうことが随所に起こったらどうなるでしょうか。親はまったく悪気はないのです。ただ感じ方の違いがあるだけです。その2枚の服はまったく違うタイプのものだとします。そういうとき子供は親に合わせます。なぜかという親を愛しているからです。力があるからということもありますが、なによりも親に認めて欲しいのです。認めて欲しいと思っている人に認めてもらえたときに、初めて人は満足します。どうでもいいような人から「いいね。」と言われてもそれで終わりです。しかし、どうしても褒めて欲しい人に褒めてもらおうと、ものすごく気持ち良くなって嬉しいものです。大人でもそうですから子供だったら、もっともっと嬉しくなります。認めて欲しい人に認めてもらえたときに子供は「認められた。」と思うのです。

ノーベル賞をもらった男性で、最近とてもいい男になってきた方がいらっしやいますが、彼はノーベル賞を貰ったからいい男になったわけではありませぬ。認めてほしい人に認めてもらったからです。そのときにはじめて人は変わります。

大人も認められたいと思っていますが、大人の場合は今までも認められた経験がありますから、そこで認められなくても仕方がないと思うことができます。ところが子供はお母さん、お父さん、先生などのとても好きな人に認められたときにやっと成長するのです。認められたいという思いがとても強いので、服の好みが違うことがいえませぬ。合わない教師が担任でいる子供、合わない親の子供はとても不幸です。

我々ができることは彼らの感性を的確に知ることです。DNAが似ているから似ている場合が多いですが、半分ですから違う場合もあります。

私の場合ですが、ある師匠があまり合わない人なのです。私は別にその師匠に特別認めて欲しいとも思っているわけでもありません。でも一所懸命何かをやってあげようと思う気持ちはあります。あるときレストランに行きました。私はそのレストランには二度と来たくないと思ったのですが黙っていました。しばらくしたら電話が掛かってきて「あそこ誰が紹介してくれたの。」と言われました。「あそこ嫌なところでしたよね。」と言おうと思いましたがぐっと我慢しました。「どうしてですか。」と聞くと、「あそこ良いところだったね。」と言うのです。そのとき、私は驚いてしまって絶句しました。「あれは誰々さんに聞きました。」と、適当に会話を終わらせましたが、そのとき、その師匠と感じ方が合わないのだとわかりました。感じ方が違うから合わせようとしてもうまく合わないの、どうするかというと、待っているしかありません。自分と気が合わない子供には、自分の意見をできるだけ言わないようにして、相手が行動するのを待っているしかありません。そうすると、「それいいね。」と言ってあげられる。対応ミスは減ります。合わない子がいるときはぜひそうしてください。感じ方が違うものはもうどうしようもありません。テレビを見ている家族の中で、自分以外の全員が格好いいと言っているのに一人だけ違うとは言にくいものです。言うといやな子になってしまいます。だから、子供は知らないうちに合わせるのです。それで段々と不調になっていくのです。

認められないとどんな子になるか。一番困るのは自己否定してしまうことです。「あなたはユニークな子、すばらしい。」と言ってあげなければいけません。「あの子変だね。」ということは絶対言ってはいけません。子供はそれだけでとても傷ついているのです。そういうことの積み重ねで病気になっていきます。母親が何気なく言っている言葉で、一所懸命育てて愛しているのに子供が不調になることがよく有るのです。そういう小さいことの、ディスコミュニケーションの積み重ねで病気が起こってきます。素質に合わないことをさせられて、病気になると、もう調整は不能です。一からやり直すしかありません。今度は母親が非常にパッシブになって対応をしていくことが必要です。

人は楽天的に生きるというのが大事です。楽天的に生きられるか生きられないかが大切なのです。乳幼児期の頃に虐待を受けたり、とても嫌な目にあっただけでなければみんな楽天的に生きる能力があります。

ここに相談に来る人は、来ることができているのですから、ある程度健康です。なんとかなるさといつも思って、いつも楽しく思える力は有るはずですので、煮詰まったときは是非そう思ってください。問題を解決する連想が生まれるだけの能力が、必ず我々にはあります。行き詰まってしまったときに、そう思うことが大事です。そういうときにする治療は、「連想を生み出す治療」です。そういう能力が必ずあります。

たくさんの人に支えてもらってください。一人で孤軍奮闘してはダメです。ど

んな小さな知恵でもみんなが持っています。この難しい世の中、知恵を少しずつ出し合って対応していくしかありません。精神科医も大変です。いつも解けないパズルを解いているのですから。そういうとき、いつも思います。なんとかなるさ。ネバーギブアップ。難しいけどとにかくそういうふうに思うこと、そう思うことによって解けないパズルが解ける方向に動きます。煮詰まる前に相談することも大事ですが、自分も自信を持ってください。子供の自尊心を毎日の生活の中で傷つけないように、生活に気をつけながらやっていってください。まあどうでもいいです。適当にやってください。ありがとうございました。

司会：山川事務長

ありがとうございました。面白くて、おかしくて、わかりやすい大変楽しいお話でした。感謝の気持ちを込めて、先生に大きな拍手をお願いします。ありがとうございました。皆様お疲れさまでした。今日の成果を今後に活かしていきたいと思います。