

子どもとよい関係を築くために

岸 見 一 郎

はじめに

もしも私たちの子どもが理想的に従順であれば、子育てはたやすいものになるだろうが、実際には、子どもは親のことを少しも聞かず、例えば、朝なかなか起きてこない、勉強をしない、ゲームばかりしている、いつまでも寝ようとしなない。そんな子どもと関わることは大変であり、日タイライラがつりの、大きな声で叱ってしまう。

しかし、子どもとの関係がよくなければ、子どもに何をしてもいっても行動を改善することはできない。たとえ感情的にならなくても、親と子どもとの関係がよくなければ、親がいつていることが正論であっても、あるいは、正論であるからこそ、子どもは親のことを聞き入れようとはしない。子どもとの関係をよくするためには、どうすればいいか。

本稿においては、まず、なぜ叱ってはいけないのか、ほめてはいけないかを明らかにする。次に、叱ること、ほめることに代わって、子どもが自分の課題（勉強、交友関係など）に勇気を持って取り組む援助をするためにどうすればいいかを、できるだけ具体的な事例をあげることで明らかにする。

一 子育ての目標

子どもの援助

親は子どもを援助しなければならない。子どもは、経験も足りず、いろいろな意味で知識もつけていかなければいけない。そのためには、子どもとの関係がよくなければならないが、やがて見るように、伝統的な

教育では子どもとの関係をよくすることはできない。

子育ての目標は自立

子育ての目標は何か。それは、多くの場合、意識されていないか、または意識されていても、その目標を実現するための方法を誤っている。

子育ての目標は「自立」であると私は考えている。子どもは幼い頃は親に援助されなければ片時も生きていけないが、いつか子どもは親から自立し、親からの援助がなくても生きていかなければならない。はたして従前の子育ては子どもの自立を支援するのか考えなければならぬ。

愛情不足の子どもはいない

子どもが問題を起こすと親の愛情不足だといわれることがある。しかし、今日、愛情不足の子どもはいない。親についていえば、愛情過多、子どもについていえば愛情飢餓でしかない。親は過保護であり、子どもは十分愛されているのにもっと愛されたいと思う。

親は子どもを甘やかし、子どもは甘やかされることを当然と思い、自分の人生に責任を取れない子どもになってしまう。

従前の教育は自分に価値があると思えなくさせる

従前の叱る、ほめる教育は、子どもに自分に価値があるとは思えなくする。そのような教育を受けるとなぜ自分に価値があると思えなくなるかは後に考えるが、自分に価値があると思えなくなるのがなぜ問題なのかを指摘しておきたい。

自分に価値があると思えない子どもは、自分を好きになれない。しかし、私は私でしかなく、どれほど癖があったとしても自分と付き合っていかなければならないのに、他の道具とは違って、他のものと交換できないからである。

対人関係の中でしか幸福になれない

自分に価値があると思えない子どもは大人になってからも対人関係の中に入っていこうとしなくなる。

アドラーは次のようにいっている。

「自分に価値があると思える時にだけ、勇気を持てる」

ここでいわれる勇気とは、対人関係に入る勇気である。なぜ勇気がいるかといえば、人から嫌われたり憎まれたり、総じていえば、傷つけられるような経験をするのを避けることができないからである。傷つけられることがないように対人関係を避けようとする人がいてもおかしくはない。傷つけられたくないと思う子どもは、自分に価値がないことを対人関係に入っていけないことの理由にする。

しかし、生きる喜びや幸福もまた対人関係の中でしか得ることはできない。長く付き合ってきた彼や彼女と結婚する決心をしたのは、この人とだったら幸福になれると思ったからである。たとえその決心が後になって誤りであることがわかったとしてもである。

幸福になるためには、自分に価値があると思えなければならないが、従前の教育は価値があると思えなくさせてきたのである。

新しい教育へ

そこで、幸福になるために対人関係に入っていかなければならないが、その勇気を持てるためには、自分に価値があると思えなければならない。ところが、従前の教育は自分に価値があるとは思えなくさせる。なぜ価値があるとは思えなくさせるのか。

なぜ叱ってはいけないか

まず、叱ることの問題を考えてみたい。子どもは叱って育てよというようなことをいう人は少ないと思うが、今も躰のためには子どもを叱ることも必要だと思っている人は多い。

自分に価値がないと思う

叱ることの一番の問題は、叱られると、自分には価値がないと思うことである。叱ると子どもが奮起すると思っている親や教師がいるが、反対である。失敗することは誰にでもある。その失敗したことについて大人から指摘されるだけならまだしも、「なぜいつも失敗ばかりするのだ」とか、「なぜこんなこともできないのだ」というような言い方をされた子どもは自分に価値があるとは思えなくなる。

関係が遠くなる

叱ると対人関係の心理的な距離は必ず遠くなる。大人が犯してしまう間違いは、叱ることで対人関係の心理的距離を遠くしておいてから、子どもを援助しようとするものである。知識も経験もまだ十分ではない子どもは親からの援助が必要だが、距離が遠ければ、大人が知っていることが正しくても、あるいは正しければ余計に、子どもは親のいうことを受け入れようとはしない。

即効性はあるが有効性はない

叱られた子どもは問題行動を直ちにやめるだろう。しかし、それは怖いからにすぎない。すぐに行動をやめるという意味では即効性はある。しかし、同じことが何度も繰り返される。もしも叱ることが有効であれば、一度叱れば子どもは問題行動をやめるはずだが、そうでないとすれば、叱ることには即効性はあるが有効性がないということである。

そのことに気づいていても、もう少しきつく叱れば子どもは改心するのではないかという希望を大人は捨てることができない。かくて、毎日同じことが繰り返されることになる。それにもかかわらず、叱ること以外の方法を知らない大人は子どもを叱り続けることになる。

注目されたいと思って叱られる

なぜ子どもが叱られてもまた同じことを繰り返すかといえば、本当は叱られたくはないが、無視されるくらいなら叱られてでも注目されたいと思うからである。子どもの立場に身を置いて考えたらわかる。

例えば、家に帰った時、誰も自分の存在に気づかず、「ただいま」といっても無視されたとしたらどうだろう。そんな時は、大きな声を出して自分が帰ってきたことをアピールするだろう。

これと同じように、子どもが適切な行動をしていても大人はそのことに気づかないか、そのことを当たり前と思うので、格別の注目をすることはない。子どもが注目されたいと思うとすれば、それはそれで問題であることについては後に考えたい。

ともあれ、子どもは大人に注目されようと思って、あえて叱られることをするのである。そのために、大人が困ることを一番困るタイミング

で仕掛けてくる。もちろん、叱られたいと思っているはずはない。しかし、無視されるくらいなら叱られた方がいいと思う。もちろん、この場合、子どもは自分が叱られることを知った上で親にとって問題と思える行動をするのである。

そのような子どもを叱ってみても何ともならないことは明らかである。

顔を伺う

子どもを叱ると、大人の顔を伺うようになる。怖い先生の前では子どもはおとなしく話を聞く。しかし、その先生がある日休むと何が起こるか。叱らない先生が代わりに教壇に立つと収拾がつかなくなる。怖い先生の前ではおとなしくするが、叱られないとわかったら羽目を外すような子どもにはなってほしくない。

自分で判断できなくなる

叱られて育った子どもは自分の行動の善悪を判断できなくなる。叱られないようにすることだけが子どもが自分の行動の善悪を判断する基準になる。しかし、叱る大人がいなければどうしていいかわからない。とにかく叱られないようにと考えて、いい子にはなるかもしれないが、積極的に何かをしようとは思わなくなる。

スケールの小さな子どもになる

叱られることを恐れる子どもは「いい子」である。注目されたいと思ってあえて叱られることをする子どももいるが、叱られることを恐れて、叱られないようにする子どももいるのである。

そのような子どもは確かにいい子なのだが、スケールが小さい。たとえば、失敗することがあっても、大人から指示されなくても自分の判断で動く子どもになってほしい。後に見るが、このためにも子どもが失敗した時、叱ってはいけないのである。

対等の関係ではない

大人が子どもを叱る時、大人と子どもの関係は対等ではない。子どもは自分より下だと思うから叱れるのである。大人同士であれば通常叱っ

たりはしない。大人同士でも叱ることがあるとすれば、相手を対等には見ていない。職場で上司が部下を叱りつける時は、上司は部下を下に見ているのである。

アドラーは対等の横の関係を対人関係の理想だと見ている。対等の関係であれば、叱ることは必要ではない。行動改善の必要があれば言葉で説明すればいいからである。してほしいこと、あるいは、してほしくないことがあれば、叱らなくても、言葉で説明すればいいのである。

二 失敗の責任の取り方

可能な限りの原状回復

叱らないという放任だと批判されることがあるが、そうではない。

息子が二歳の時にミルクをカップに入れて歩きながら飲んでた。二歳なのでまだ足取りもおぼつかなかったのに、ミルクをカップに入れて歩き始めた。当然次に何が起こるかを予想できるが、まだ何も起こっていないのに、叱る必要はないし、そもそも叱る必要はない。もっとも例えばガラスのコップを持って歩き始めたとか、熱いミルクが入っていれば話は別である。そのような時は止めなければならない。

叱る親は子どもが歩き始めた時点で、歩くのをやめるようにというだろうが、私は何もいわなかった。そうすると、予想どおり、子どもはミルクをこぼしてしまった。さて、こんな時どうすればいいだろう。

叱る親は文句をいいながら、子どもがこぼしたミルクを拭くだろう。しかし、親が子どもがこぼしたミルクを拭いてしまうと、子どもは自分が何をしても親が尻拭いしてくれることを学ぶことになる。私は子どもにたずねた。

「どうしたらいいか、わかる？」

もしも「わからない」といったら教えようと思っていたが、子どもは、「ぞうきんで拭く」といった。ミルクをこぼしたのは悪意からではない。失敗したのである。子どもにしてみれば、こぼれると思っていた。こんな時に叱ってしまったら、この場面で学ばなければならない肝心のことを子どもは学ぶことはできない。

こぼしたミルクを拭くことは失敗の責任の取り方の一つの方法であ

る。可能な限りの原状回復である。可能な限りというのは、こぼれたミルクを元に戻すことはできないからである。

もしも失敗によって傷ついた人がいれば謝罪することが、失敗の責任の取り方の二つ目の方法である。今のケースでは私は傷ついたわけではないので、謝罪を子どもに求めなかった。謝罪が必要であるのは、例えば、子どもがきょうだい喧嘩をして、怪我をしたような時である。その時には怪我をさせた子どもは、怪我をさせられた子どもに謝罪しなければならない。

失敗の責任の取り方にはもう一つある。人は成功した時よりも失敗した時にこそ学べるというのは本当である。しかし、同じ失敗を二度、三度と繰り返すのは望ましくない。そこで、私は息子に「これから、ミルクをこぼさないで飲むためにはどうすればいいと思う？」とたずねた。

この問いに「わからない」という答えが返ってくれば教えようと思っていたが、息子は、しばらく考えていった。「これからはすわって飲む」と。同じ失敗をしないために話し合いをすることが、失敗の責任の取り方の三つ目の方法である。

以上のプロセスで、全く叱っていないことがわかるだろう。叱る必要はないのである。

毅然とした態度・威圧的な態度

叱らないというと多くの大人は放任だというのが、今見たように本来叱らなくてもいいが、目の前で何か問題行動を始めたらどうすればいいか。

子どもがこのような態度に出た時は手遅れとはいわないが、実際にはあまりできることはない。多くの行動は確信犯的であり、子どもは自分がしている行動の意味を知っているからである。せめてできることは威圧的な態度ではなく、毅然とした態度で必要なことを伝えることである。

毅然とした態度は、ただ今していることが問題行動であることを言葉でしっかりと伝えることであり、一切、感情を伴わない。

他方、威圧的な態度は、怒りの感情を伴い、当事者だけでなく、近くにいる人にもその怒りの矛先が向けられていると感じ、恐怖を感じる。

言葉でお願いすることを教える

大人が叱るなど感情を使っていたら、子どもも大人と同じように感情を使うようになる。親がモデルにならなければならない。

保育園の帰りに息子とスーパーに立ち寄ることがよくあった。子どもと二人でスーパーに行くというようなことはできれば避けたいのだが、子どもを家で待たせて買い物に行くわけにいなかった。

多くの人が経験したことではないかと思うが、買い物に行くとおもちゃ売り場やお菓子売り場で息子が泣き出すことがあった。私はそのような時こういった。

「そんなに泣かなくてもいいから、言葉でお願いしてくれませんか」。

息子はいった。

「あのお菓子買ってくれたらとっても嬉しいんだけど」

親は子どもの要求内容が嫌なのではなく、要求の仕方が嫌なのである。

子どもが言葉を使ってお願いできるようになれば、もはや感情的になることはなくなるはずである。

課題を分離しよう

そもそも子どもを叱る必要がないのは、子どもの中性の行動についてである。

多くの親は子どもが勉強しないと叱るが、勉強については叱る必要がないのである。勉強は子どもの「課題」だからである。

あることの最終的な結末が誰にふりかかるか、あるいは、あることの最終的な責任を誰が引き受けなくてはならないのか考えた時に、そのあることが誰の課題であるかがわかる。

一体、勉強する、しないは、誰の課題なのか。もしも子どもが勉強しなければ、その結末は子どもにのみふりかかり、大人にはふりかからない。あるいは、勉強しないことの責任は子ども自身が引き受けなくてはいけないのであって、大人が代わりに引き受けることはできない。

およそあらゆる対人関係のトラブルは、人の課題に土足で踏み込むこと、あるいは踏み込まれることから起こる。勉強していない子どもは自分でも何とかしなければいけないと思っているはずである。親が自分の

勉強を代われないことも当然知っている。そんな子どもに「勉強しなさい」といえば、反発されるのは必至である。

そうであれば、一番簡単なことは、子どもの課題である勉強に対しては一切口を挟まないことである。親が子どもの勉強に口を挟まなければどうなるか。それまで親から勉強しなさいといわれ続けてきた子どもであれば、親が何もいわなくなれば勉強しようとしなくなり、成績も下がるだろう。しかし、そうなっても子どもが自分で解決するしかないのである。

現状では、親は子どもの顔を見るたびに勉強の話をしている。しかし、勉強は子どもの課題なのだから、子どもに全てを任せ、「勉強しなさい」というようなことを一切いわなければ子育ては本当に楽になる。実際、多くの親はそれまで子どもの課題である勉強のことばかりについて話してきたことに気づき、子どもに勉強の話をしないでおうと決めたら子どもとのコミュニケーションがゼロになったという。それでもいいではないか。他愛もない話に興じればいいのであって、子どもとの関係を悪くするに違いないことを話題にする必要は全くないのである。

共同の課題にする

基本的には勉強についてはこれで話は終わりである。しかし、本来子どもの課題であることを子どもと親の共同の課題にすることができないわけではない。ただし、これについてはカウンセリングにくる人にはあまり話さない。何でもかんでも共同の課題にできると思い、結局は前と同じように子どもの課題に踏み込むことになるからである。

共同の課題にするためには手続きを踏まなければならない。勉強をしていない子どもには次のようにいうことができる。

「最近のあなたの勉強の様子をみてみると、あまり勉強されているようには見えませんが、一度そのことについて話し合いをさせていただきたいのですがいいでしょうか？」

なぜ、このようないい方を子どもにしないといけないのかとたずねる人は多いが、子どもと大人は対等だからである。子どもは大人ほど知識も経験もないかもしれないが、人間としては対等である。大人と子どもは対等なのだから、いきなり頭ごなしに叱りつけてはいけないし、子ど

もの課題に大人が土足で踏み込むこともできない。

子どもは私の大切な友だちだと思えば子どもの課題に土足で踏み込むことはしなくなるだろう。知らない人ではないのだから、全く無関心でいることはない。友だちであれば、親子と違って適度な距離があるので、「何かできることある？」とたずね、「ない」といわれたら距離を置くだらう。

子どもが困っている時も、親が援助の手をさしのべてもいいと思う。子どもに対して無関心でいいとは思わないし、できれば援助したい。友達であれば力になりたいと思うだろうから。しかし、子どもだからといって、子どもの課題に踏み込めば親子関係は悪くなる。関係が悪くなれば、子どもを援助することもできない。

親が子どもに先に見たような言い方をして共同の課題にする提案をした時に、子どもが、「最近少し困っている」というようなことをいえば、可能な範囲で援助することができる。しかし、大抵はそんなことをいっても、「放っておいてくれ」といわれるだろう。

その時は、「事態はあなたが思っているほど楽観できる状況とは思わないけれど、また、いつでも力になるから、その時はいつでもいってくださいね」といって引き下がるしかない。「何かできることがあったら言ってね」というような言葉をかけておけば十分である。基本的に自分で自分の課題を解決できるはずだからである。それにもかかわらず、なぜ子どもの課題に口出ししたくなるかについては後で見たい。

中性の行動

勉強しないことは適切な行動ではない。しかし、勉強しないことの結末は本人にだけ降りかかり、他者には降りかからないし、実質な迷惑を他者に及ぼすことはない。このような適切ではないが、さりとて実質的な迷惑を及ぼすという意味での不適切な行動ではない行動を「中性の行動」という。中性の行動であれば、叱る必要はないのである。

中性の行動であれば親が何もしなくても、結末を体験することで自分の判断で行動を変えるであろう。

事柄によっては、結末を体験する前に話し合いによって結末を予測する手伝いをすることは可能である。ただし、例えば勉強についていえば、

「今のままだったらどうなると思う」という問うことが、親子の関係がよくなければ、皮肉や威嚇や挑戦に聞こえてしまう。

なぜほめてはいけないか

叱ってはいけなくてもほめるのはいいという人は多い。しかし、多くの人が何の問題も感じずにしてきたこのほめるということにも多くの問題がある。大きな問題は二つある。

一つは、ほめられた子どもが自分に価値があるとは思えないということである。これがいちばんの問題である。最初に見たように、自分に価値がないと思う子どもは対人関係に入っていこうとはしないからである。

ほめるというのは、能力がある人が能力のない人に下す評価である。

一つ例をあげると、いつもは一人でカウンセリングにきていていた女性が、ある日、三歳の娘と一緒にやってきた。その日は、子どもを預かってくれる人がいなかったというのである。そこで、私はもう一つ椅子を用意し、娘は、その椅子にすわった。

カウンセリングの一時間の間、おとなしくしていることができるかできないか。普通、静かに待てないと親は思う。しかし、子どもは三歳ともなれば、自分が置かれている状況の意味、何をすることが自分に求められているかを理解する力がある。大人がこの子どもは何もわかっていないと思えば、子どもは何もわかっていないふりをする。

この親は子どもが一時間も待てないと思っていたので、子どものリュックサックの中におもちゃやお菓子、お気に入りのぬいぐるみを入れてきた。もしも子どもがぐずぐずいたりすれば、それで何とかしようと思っていたのはすぐにわかった。

最初は母親は子どもが気になって仕方ない様子だったが、やがて、母親は話の中に入り込んでしまい、子どもがいることをすっかり忘れてしまった。結果的にはその子どもは一時間おとなしくしていた。カウンセリングが終わった時に、親は、その子どもに「えらかったね。よく待たね」と声をかけた。子どもをほめたのである。この場面だけを見れば問題はなく、それどころか、子どもがおとなしく待てた時こそ子どもをほめてあげなければいけないという人は多い。

ある日、三十代の男性がいかにも弱々しい感じでカウンセリングに

やってきた。カウンセリングが終わった時に、どうやってきたかとたずねたところ、「今日は妻が車で送ってくれました。下の駐車場に車を止め、その中で待っています」といった。「そんなことだったら次回からカウンセリングに同席してください」。彼は家に帰ってからどんなカウンセリングだったか話さなくても、リアルタイムで伝わるので、それはいい話だということになって、次回は、妻が部屋に入ってきた。

私と彼との間で一時間話をした。その間、奥様は隣でじっと話を聞いていた。一時間のカウンセリングが終わった時に、はたして夫は妻に「よく待てたね。すごいね」というのだろうか。普通の言語感覚を持っている人であれば、夫に「えらいね」といわれても、嬉しくはないはずであり、自分に価値があるとは思えなくなるのである。

ほめることのもう一つの問題は、子どもをほめる時、大人と子どもの対人関係は上下関係を前提としており、決して対等ではないということである。誰かをほめられるというのは、対人関係の構えが上下関係であり、相手を下に見ているということである。

対人関係の下に置かれた人は自分に価値があるとは思えない。ほめられた子どもは嬉しそうにしているのではないかという人もいるが、パートナーのカウンセリングに同行したときに、「よく待てたね」といわれた嬉しいか、よく考えてほしい。

ほめることの問題は以上のことの他にもある。ほめる人がいないと適切な行動をしなくなるようになる。ゴミが落ちて入ればただそれを拾ってゴミ箱に捨てればいいだけだが、ほめられて育った子どもは一瞬、無意識に周りを見る。もしもゴミをゴミ箱に捨てるところを誰かが見ていればゴミを拾い、ゴミ箱に捨ててるが、誰も見ていなければ通り過ぎる。このような子どもになってほしいとは思わない。

ほめられて育った子どもは叱られて育つ子どもと同じように、自分の行動の是非を判断できなくなる。ほめられるためには、間違ったことでもする。大人がこのような子どもを自分の子分や家来にするのは容易である。

勇気づけ

先にも見たように、自分には価値がないということを理由に対人関係

の中に入っていこうとしない子どもがいる。そのような子どもに何とかして対人関係の中に入っていけるように、自分に価値があると思ってほしい。対人関係の中でしか幸福にはなれないからである。

ところが、従前の叱ったり、ほめたりする教育では子どもは自分に価値があるとは思えないということを見た。そのような教育とは違う方法はないか考えなければならない。

自分に価値があると思えるためには二つの方法がある。

一つは、自分の短所や欠点を長所に置き換えることである。自分に価値があると思え、自分を好きにならなければ幸福になれない。他の道具であれば、買い換えることはできないわけではないが、この自分とはたとえどんなに癖があっても、死ぬまで付き合っていかなければならない。他の自分に変えることができないのであれば、自分についての見方を変えるしかない。

そこで、私は自分には集中力がないという人には、集中力がないのではなく、散漫力があるといい、飽きっぽいという人には決断力があるという。

よく自分のことを暗いという人に会う。そのような人に私はいう。

「あなたは自分の言動を意識できる人で、こういえば、あるいは、こんなことをしたらそれを相手がどう受け止めるかを意識してきた人だと思う。あなたは自分は『暗い』というけれども、本当は暗いのではなく『優しい』のだ」

優しい自分なら受け入れることができるだろう。

自分に価値があると思えるためのもう一つの方法は、貢献感を持つことである。

アドラーは次のようにいっている。

「私の行動が共同体にとって有益な時に価値があると思える」

自分の行動が有益であり、そのことで貢献感を持てる時に自分に価値があると思えるのである。

カウンセリングの間、一時間待っていた子どもにはどんな言葉をかけることができただろう。それは大人にもいえる言葉でなければならない。「ありがとう」といえばいいのである。「ありがとう」といわれたら、自分に価値があると思える。自分に価値があると思えたら、対人関係の

中に入っていく勇気を持てる。アドラーは、このような勇気を持てる援助をすることを「勇気づけ」と呼んでいる。

「ありがとう」という言葉をかけるのは、自分に価値があると思えるためである。先ほど、三歳の子どもがカウンセリングの間おとなしく待っていた話をした。「えらいね」とほめるのではなく、「ありがとう」といいたい。三歳の子どもであれば、説明してもいいだろう。

「おとなしく横にいてくれたので、ゆっくり先生と話ができて、すごく助かった。どうもありがとう」

この言葉はその場で完結しているので、次のことは考えなくていい。次の機会も適切な行動をしてほしいというようなことは考えなくていいということである。「ありがとう」であれば、夫が妻にもいえる。「今日は、ありがとう。車で送ってくれてすごく助かった。ありがとう」といえばいいのである。

ところが、「ありがとう」といおうというと、たちまち私の子どもは一日中私の神経を逆なでするようなことしかないし、いわない、と反論される。

子どもが一日中、親の神経を逆なでするようなことしかないはずはない。適切な行動をしていても、親が気づいていないだけである。どんな子どもに対しても「ありがとう」といえるためには、行動ではなく、存在に注目しなければならない。

このように考えた時、アドラーが「私の行動が共同体にとって有益な時に価値があると思える」といっているのは十分ではない。なぜなら、行動によってしか貢献できないとすれば、生まれて間もない病者、高齢者らは貢献できないことになる。しかし、貢献できない人はいない。誰についても貢献を認められるためには、行動ではなく、存在に目を向ければいい。

私は十年前に心筋梗塞で倒れたが、仕事を失い、家族には迷惑ばかりかけていると思わないわけにはいかなかった。しかし、その時、病気で倒れたのが家族や親しい友人であれば、取るものも取り敢えず病院に駆けつけるだろう。その時、病状がどんなに重くても、その人が生きることが喜びであり、その意味で生きていることで家族や友人に貢献できるのである。

当時高校生だった娘は私が入院している間、夕食を毎日作った。その時、娘は貢献感を持てたであろう。とすれば、病者だった私は、娘が貢献感を持てる援助をしたといえる。

普段、いろいろと腹立たしいことを子どもがすることがあっても、子どもが生きていることがありがたいと思ったことはあるだろう。昨今、大きな事故や災害がしばしばあるので、いつ何が起こるかわからない。だから、子どもがとにもかくにも生きていてくれたら、それはとてもありがたいことなのである。

もうずいぶん昔のことだが、息子が小学生の時、校長先生から電話がかかってきた。学校の焼却炉に子どもがうっかり転落してしまったというのである。高学年の子どもであれば、そこから這い上がれるのだが、転落した子どもは身体が小さかったので、自力で這い上がれなかった。そのことに職員が気づかず火をつけてしまい亡くなったのである。

校長先生は、隣の校区の小学校なので、うちの学校の子どもではないと思うが、保育園時代の子どもたち同士の交流がなかったとは限らないから安否を確認するようにと電話をかけてきた。そこで、PTAの役員だった私は学級の保護者に電話をしたが、変な電話だと思われただろう。まず自己紹介して、実はこういう出来事があったのだが、子どもさんは帰宅しているかとたずねたのだが、このようなことは普通は電話ではたずねない質問である。

そこで、近くに子どもさんがいればいいのだが、そうでなければ子どもを探し「帰ってます。でも、それがどうしたんですか」といわれるので、「実は」と話を切り出さなければならなかった。亡くなられた子どもさんには本当に申し訳ないのだが、「うちの子どもでなくて、よかった」と多くの親は思っただろう。日頃は、宿題もしないし、学校にもさっさと行かないし、歯も磨かないし、風呂にも入らない。それでも、そんなことは亡くなったこの子どものことを思えば、どうでもいい、生きてることだけでありがたいと思えただろう。

とにかく生きていることがありがたいという思いを言葉で子どもに伝えればいい。朝九時に起きてきた子どもに「何時だと思っているのだ」といわないでほしい。「生きていてよかった」という気持ちを「ありがとう」という言葉で表すのである。

「ありがとう」ということについては、次のような問題もある。今まで見てきたように、他の人には努めて「ありがとう」といいたいが、他の人から「ありがとう」といわれることを期待してはいけない。もしも、期待する人がいるとすれば、幼い頃からほめて育てられたために、承認欲求に囚われているのである。

ある先生が子どもがゴミを拾ってゴミ箱に捨てるところをたまたま見てしまった。このような時、不用意にほめると、ほめられないと適切な行動をしない子どもになってしまうことは先に見た。この先生は、放課後、学級会でその日のできごとについて話した。

「今日先生が廊下を歩いていたら、あるお友達（名前をいわないのがポイントである）が廊下に落ちているゴミをゴミ箱に捨ててくれるのを見ました。私は思わず『ありがとう』といおうと思ったのですが、よく考えたら誰も見ていない所でもいつもゴミを拾って捨ててくれるお友達は、そのお友達だけではないことに気がきました。だから今日は、誰もいないところでもいつもゴミを拾ってくれる皆にありがとうといいたいです。どうも、ありがとう」

ここまでいわないと、子どもたちはほめられるためにゴミを拾うようになる。

「ありがとう」と最後にいったのは、そういうことで子どもたちに適切な行動をさせようと思ったからではない。貢献感を持つことで、自分に価値があると思い、対人関係に入っていく勇氣を持ってほしいと思ったからである。

食事をした後、食器を洗わなければならないが、家族がそんなことなど考えもしないで、ソファでくつろぎテレビを見ているような時、なぜ私だけが食器を洗わないといけないかと思って、食器を洗っている人は、食器を洗っていることに家族が目し、そのことを認めてほしいのである。

その時、嫌だ嫌だというオーラを漂わせて食器を洗っていると、家族は誰も手伝ってくれない。食器洗いは苦行であり、犠牲的な行為であると家族の目には映るからである。

食器洗いについての考えを変えなければならない。つまり、この行為は家族に貢献する行為なので、貢献感を持てれば自分に価値があると思

える。価値があると思えたら勇気を持てる。こんなことを他の家族はしないのだ、私だけがしてもいいのだ。そう思って、楽しそうに鼻歌交じりで食器を洗い始めたら、その様子を見た他の家族が、「そんなに楽しいことなら私も手伝おうか」といつてくれるかもしれないし、いつてくれないかもしれないし、たぶんいつてくれないだろう。それでも、貢献感があれば承認欲求はなくなるのである。

三 よい対人関係

さて、本稿ではどうすれば子どもとよい対人関係を築くことができるかを考えてきたが、以上のことを踏まえて、関係がよいといえる時の「よさ」とはどんな条件が成立している時なのかを考える。

相互尊敬

「相互」という言葉を使っているが、大人が先に子どもを尊敬することである。大人が子どもを尊敬するのであって、子どもが大人を尊敬するかどうかは問題にならない。

尊敬はありのままを受け入れるということである。これは先に見たように存在を受け入れるということであり、存在を受け入れられたら後はどんなことも受け入れることができる。

通常は理想を頭に描いているので、そこからの減点法でしか子どもを見ていないので、適切な行動をしていても、それに対しては声をかけられず、失敗した時、成績が上がらない時にだけ注意したり説教したりする。その逆をすればいいのである。目の前にいる子どもしかいないのである。

相互信頼

相互という言葉を使っているが、まず、大人が先に子どもを信頼するのである。

ここでいう信頼は、信用と区別したい。信用は条件付きである。信じられる根拠がある時にだけ信じることだが、対人関係にあっては、無条件に信じるが必要である。条件をつけないで信じる、あるいは、あ

えて信じる根拠がない時に信じるということである。

長く学校に行っていない子どもが明日から学校に行くといっても親にはわかには信じられない。また、しばらくいって行かなくなるかもしれないと思うからである。実際、どうなるかはわからないが、子どもが明日から学校に行くといえば、その言葉を信じるしかないのである。

何を信頼するかといえば二つある。

一つは、課題を自分で解決する力があると信じることである。大人は子どもが自分の課題をやり遂げられるとは信じられない。実際、幼い頃は多くのことを自力ではできなかったし、自分でするといったことでも子どもに任せたら、大変なことになったという経験をした人も多いだろう。

そこで、大人は子どものすることの一々に手出し口出しをしてしまうが、うるさくいわれた子どもは自発的に何かに取り組むことがなくなってしまう。失敗するかもしれないが、できないと思われるのと知った子どもは仕事をする気が起きない。当然、子どもの仕事を取り上げてはいけない。貢献する機会を奪ってはいけないのである。

子どもは親が思っているよりも早くいろいろなことをできるようになっている。それなのに親が援助しなければ子どもでは自力では何もできないと思うので、子どもの課題に手出し、口出しをしてしまう。朝早く起きない子どもは親が起こさないと起きられないと親は思ってしまうが、実際には起きられないわけではない。必要があれば親が起こさなくても起きられるのである。

もう一つは、よい意図があると信じることである。

表面的な言動には悪意があるように見えても、実はよい意図があると信じることで対人関係はよくなる。確かに悪意でいっているのではないかと思えるようなことはよくある。しかし、善意、よい意図でいっているかもしれないと思って、立ち止まることが必要である。

私の母は、四十九歳で亡くなった。その後、しばらく父と二人暮らしをすることになった。私はその時、二十五歳だったが、それまで料理をしたことがなかった。そこで、料理の本をたくさん買い込んで、料理をし始めた。料理をすることで貢献感を持てるということをその時まで私は知らなかった。

ある日、カレーを作った。小麦粉を炒めて、ルーから作った。私が買った料理の本には確かにそのようなレシピが載っていたのである。そこには、三時間弱火で、決してこがしていけないって書いてあった。夕方、帰ってきた父は、私が三時間かけて作ったカレーを一口、口にしていって。「もう、作るなよ」と。

ところが、父のいったことは決して悪意からではなかったことに十年してから気づいた。父がこの言葉をいったのは私が大学院生だった時のことだったが、父は私に「おまえは、学生だろう。学生だったら、勉強しないとイケない。だったら、私のためにこんな手の込んだ料理はもう作るなよ」といいたかったのではないかと思ひ当たった。

そういうふうに見えるようになった頃から、どちらが先かわからないが、父との関係がよくなっていった。同じ空間にいただけで苦痛だったが、それほど苦痛ではなくなった。

こんなこともあった。息子が四歳の時に娘が生まれた。夜中に息子と母親が一階にあるトイレに一緒に降りて行つた。突然、母親がいなくなったことに気づいた妹が大泣きをした。しばらくしたら、息子が大きな音を立てて、階段を上がってきた。夜の十時ぐらいだったのだが、一階にある部屋で父が寝ていた。大きな音を立てて上がったので、注意しようとしたら、息子が私の発言を制してこういった。

「もし僕が、大きな音を立てて階段を上がってきたら、さやちゃんは、お母さんが上がったかと思ひて、泣き止むと思ひた」

そういうことを聞かないで、いきなり叱ってしまったら、子どもとの関係は悪くなったに違ひない。きっと何か理由があるのだろうと思ひて、冷静になってよい意図を探して見なければならぬ。

協力作業

大人は知識も経験も子どもよりはあつた（はずだ）が、子どもに一方的に指示するのではなく協力関係に立つてもいいということである。時には、大人がどうしていいかわからないこともあるはずである。その時に子どもに意見を求めてもいい。子どもの提案した考えが適切なものであれば採用したいし、自分の考えが採用された子どもは自信を持って、仕事に取り組む勇気を持てるだろう。

子どもが困っているように見えても、自力で解決できる。どうしても力になりたいと思えば、先に見たように共同の課題にする手続きを踏んで、協力を申し出ることはできる。しかし、協力を必要としないといわれたら引き下がるしかない。

目標の一致

他の三つがうまくいっていてもこの四番目がクリアできていなければよい関係とはいえない。

大人と子どもの人生目標が一致しないことがある。もしも子どもが中学校を卒業したら就職するといったら大人は反対するだろうが、子どもの人生なのだから子どもの人生目標に合わせるしかない。

この目標は一度決めても後から変えることはできる。一度決めたら最後までやり遂げなければならないと思う必要はない。大人は子どもが自分の目標を達成する援助はできるが、それを撤回させることはできない。

最後に

子どもを叱らない、ほめないという甘いといわれることがあるが、課題の分離の話はかなり厳しいことがわかるだろう。

誰の課題なのかしっかり意識し、子どもの課題であれば踏み込まず、子どもが自分の課題を自力で達成できると信頼して見守ることが子どもの自立につながる。このように考えて子どもと関わっていけば、子どもとの関係は必ず変わる。子どもの方もこの頃の親はおかしいなと思いながら、変わらざるを得なくなるだろう。

人間は対人関係の中で生きている。子どもは大人や他の子どもとの関係なしに問題行動を起こさない。子どもを変えるために大人が変わるといのは間違いだが、大人が変われば、それに伴って、子どもも変わらざるをえないことはよくある。

本稿で私はたくさんのことを提言したが、まずはできるところから始めてほしい。

(哲学者)