

【特集】子育てにおける男性の役割： 男性心理学者の子育て

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2021-12-22 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 奥田, 亮 メールアドレス: 所属:
URL	https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4754

男性心理学者の子育て

奥田 亮

臨床心理学専攻准教授・カウンセリングセンター相談員

I はじめに

第6回心の相談コロキアムは「子育てにおける男性の役割」というテーマで、今回私は「男性心理学者の子育て」というタイトルを戴いて、お話しする機会を授かりました。男性（主に父親、を想定しています）が子育てに如何に関わるか、ということだけでなく、さらにその男性（父親）が心理学者であったならば、子どもに対する養育は一体どのようなことになるのであろう、と一般の方々に関心を抱かれるかもしれません。例えば、「心の専門家の心理学者であるなら、子育てにおいても子どもの心をよく理解し、専門的な知識を生かして上手な子育てができるのではないか」と考え、子育てのコツという風なものを期待される方もいるでしょう。しかし残念ながら、今回はそのような期待にあまりお応えできないと思います。

なぜかと言えば、第一に、私は現在3歳のひとり娘の子育ての渦中にあります。まだ子育てを終えている訳でもないので、経験を踏まえて「男性の子育てはこのようなすればいいものだ」などと、お話できる段階にあるとは思えません。第二に、子育てというのは子どもの発達に関わることなので、心理学の専門分野で言うと発達心理学の領域に該当すると考えられます。あるいは、教育心理学かもしれません。しかし私の専門分野は人格心理学および臨床心理学で、主に取り組んできた研究テーマとも少々ズレがあります。もちろん臨床心理学でも子育ての問題が扱われることがありますので、全く的外れではないのですが…。第三に、何よりも、仮に子どもの発達に関する学問的な知識を持っていたとしても、それをもって我が子を「こう育てるべきだ」と考えて実行する、という気持ちにはあまりなれないことです。それは専門的知識という名の下に、子供をコントロールしようという感じに思われて、そのような姿勢に強く違和感を覚えるがゆえです。

むしろ専門家としてではなく、まず一人の父親としての経験を基盤に話していこうと思います。ただしそれでは一般の父親が子育てについて語ることと相違なくなってしまう。大学のコロキアムで「男性心理学者の子育て」について述べるのですから、当然何らかの専門性を発揮してお話しすることが求められるはず。そこで私は、臨床心理学を専門とし、心理療法に従事するカウンセラーとして、専門的に用いる「内省」という行為を援用しようと考えました。

II カウンセリングにおける内省

実は心理療法においてカウンセラーに求められる姿勢として、「自分の心を見つめる」ことが挙げられます。相談に来られた方が、ではありません。カウンセラーがカウンセラー自身の心を見つめる、ということです。

カウンセリングでは、来談者が色々な悩みを持って来られます。例えば、対人関係がどうも上手くいかない、人付き合いでトラブルがある、と悩みを持って来られたとします。少しお会いしてすぐに問題が解決すればいいのですが、カウンセリングに来られる場合、なかなかすぐに状況がよくなることも多くあります。そこで困っておられるお話をめぐって対話を続け、何回も繰り返しお会いしていると、来談者とカウンセラーとの間に何らかの関係が成立してきます。そうして形成されてきた関係によって、カウンセラーに何がしかの感情が沸いてくることがあります。例えば「この人と会っていると何か申し訳ない感じになってくるなあ」とか「この人と話していると妙に腹が立つ」とか、「一生懸命話を聞いているのに、どこか放って置かれたような寂しい感じがするなあ」という風な感情です。

実はカウンセラーのそういう感情は、相談に来られたその人を理解する一つの大きな手がかりになると言われています。なぜならば、仮に来談者が持っている悩みが対人関係の問題である場合に、カウンセラーとずっと会っていると、その悩みがカウンセラーとの間で展開されることが多いからです。人付き合いが上手いかわい、という時、上手く付き合えないという問題が、カウンセラーとの間でも実現されてくることがよく起きます。あるいは困っている問題そのものではなくとも、そのヒントとなるような現象が、面接の中で生じるのです。それを察知するセンサーとして、カウンセラーが自分の心・内面を見つめて、自らの微妙な感情に気付くという「内省」力が重要になってきます。面接していて、なぜだか分からないけれど寂しい気持ちがカウンセラーに湧いてきたら、「ひょっとして、この人はどこかで心を本当に開いてないんじゃないだろうか」と考えたり、あるいは話を聞いていて腹立たしい気持ちが起こってきたときは「この人はどこかで他人を見下しているような気持ちがあるのではないか」と仮説を立てたりする訳です。もっとも、そのような来談者が悪いから改善するよう注意するべきだ、と単純には考えません。それらはしばしば来談された方がこれまで生きてくる中で、人から蔑ろにされたり、手酷い仕打ちを受けてきたことから、心の奥底にそっと据え付けた防衛装置であったりします。とはいえ、日常ではそれらが対人関係に何らかの作用を及ぼし、その結果として不都合が生じたりしています。そして、それがカウンセリングの中でも展開するので、その作用をカウンセラーが身をもって自覚することが、その人の悩みの重要な部分を理解していくことに繋がるのです。

少々長くなりました。このように説明してきたカウンセラーの態度を、今回の話にも援用しようというわけです。

子育てにおいても、子どもとの間で色々な関係が展開し、色んな思いが駆け巡ります。実際、3歳の娘と接すると、その娘との間で私にも父親として色んな気持ちが湧いてきます。そのような気持ちを少し丁寧に見つめて、父親の子育てであるとか、娘の思いというものを幾らか推察するのに繋げていきたいと思います。すなわち先程申し上げたように、自分の父親としての（感情）体験をベース・素材にして、臨床心理学の方略を用い、その上で色々な心理学的な知識をそこに加味しつつ話を進めていきたいと思います。

Ⅲ 「出生報告」から

まず、私がある会報に記した、娘の「出生報告」を取り上げたいと思います。実は私は草ソフトボールのチームに参加しており、そのチームでは数ヶ月に一度会報を出しています。私が父親になった時、つまり妻が出産し娘が誕生した時に、私は助産院で出産に立ち会ったのですが、その折のエピソードが色々あったので、それを是非報告してくれと会報の編集者から言われました。エピソードというのは、陣痛が始まってからタクシーで助産院に行き、そこで一晩痛がる妻の背中・腰をぐりぐりさすって一緒に過ごし、いざ出産するため分娩台に上がった時にも手を握って、挙句の果てには二人いた助産師さんの一人が新患の人の対応に行ってしまったため、残った助産師の先生の指示で、出産する奥さんの足を支えることまでした…云々の顛末です。そういう、正に“立ち会った”エピソードがあったので、多少面白おかしく会報に記しました。そしてその報告の最後に、生まれてほぼ数週の時の娘に対する私の気持ちを書きました。公にするには少し恥ずかしいのですが、こんな文章です。

Y（娘の名前）へ。

健やかに育って下さい。

皆が「さぞかし可愛いでしょう」と言います。

ええ。と微笑んで答えるものの、正直戸惑います。

その一言であなたへの気持ちは語れません。

可愛い、ではよそよそしくすら感じます。

愛しさと同時にあなたの生に対する責任を感じずにはいられません。

あなたの人生に触れながら、私があなたとは別の個であることの価値と寂しさ、
そして、だからこそあなたと関係する喜びを思います。
いつか成長したあなたが喜び笑い、些細なことに心悩ませ、涙し、
恋をして胸をときめかせ、時に傷つき、また人という幸せを味わいながら
身の丈で懸命に日々を暮らしていく。
それを思うだけで私は素敵で切ない気持ちになります。
そうして、あなたのおとうちゃんとして、
あなたの生のどこか傍らに居ることを幸せに思います。

この文章を書いたときの思いを振り返り、今も確かに感じるのは、自分が娘に対して色濃く抱く、言わば＜別の人格＞感です。それは、娘と私は基本的に別の存在なのだ、という感じです。だからこそ上記の文章を書いているときに、“あなたの生のどこか傍らに居る”と表現したり、“別の個（存在）であるからこそ関係することに喜びを感じる”という風に記したりしているように思います。一方で、このような私の気持ちと対照的なのが、子どもに対する＜一体＞感や＜分身＞感とでも呼ぶような感覚であると思います。実はこの対照的な二つの感覚は、カウンセリングや臨床心理学の理論でも言及されています。

Ⅳ 子どもに対する＜別人格＞感と子どもへの＜一体＞感

概して言えば次のようにまとめられるでしょう。“子どもと自分は別の人格だ”という感覚には、“最終的にはその子の人生には立ち入れない”、“私があなた（子ども）の生を何とかすることは出来ない”、“あなた自らがなさねばならない”、“あなたはあなたであり、私は私である”といった思いが含まれます。このような感覚は、子どもに対して個としての自由と同時に絶望感、その両方を与えるのではないかと思います。この感覚に関して、思い出す出来事があります。私の娘はアレルギー性の軽度の皮膚炎を患っていたのですが、昨年の夏頃に、就寝してから深夜に体のあちらこちらを非常に痒がる時期がありました。寝ながらも「痒い、痒い」とむずかって身悶えするわけです。私は娘の横で寝ているため、夜中の2時ぐらいにそれが始まって何度も続くと、本人が一番辛いのは百も承知ですが、こちらも眠くてだんだん疲労困憊してきます。ある時に何度も何度も起こされて弱り果て、私はつい娘にこう言ってしまいました。「お父ちゃんは痒いことを、どうすることも出来ないんや」と。すると娘は私の目を見て、一瞬「うん」と頷いたのですが、直後に火がついたようにうわーっと泣き出してしまったのです。「おとうちゃんにはどうすることも出来ないんや」という言葉は、子どもにとっては「そうか、最後の最後には誰かから何とかして貰うことはできないんだ」という絶望感を与えることにもなると思うのです。もちろん父親としてできることを、少しでも本人の苦しみを和らげられることをしようとはします、が、何かの折に自分の中にある＜別人格＞感（観）が顔を覗かせ、子どもに上記の告白してしまうのだと思います。ただし、子どもとの＜別人格＞感は、子どもの独立性・自主性やその子その子自身であることを尊重し育む、子育ての中でもとても大切な姿勢に通じるものでもあります。

一方で、子どもへの＜一体＞感というのは、“その子の人生へ関与し続ける”、“私があなたを何とかする”、“何としてでも守る”、“私とあなたは根底で繋がっている”という感じを内包しているかと思います。それは、子どもに対する絶対的な繋がり感であり、子ども（あるいは両方や関係）に安定を与えると同時に、逆に子供をいわば飲み込んでしまうといった、表裏一体の特徴を有していると考えられます。カウンセリングに従事していると、例えば不登校児のお母さんが来談されて、「子どもが学校へ行かないんです」と相談されたりする時に、「私の対応がまずかったのでしょうか？」「私の育て方が間違っていたのかもしれませんが」と語られることがあります。それは母親にとって認めるのが辛い罪責感や親としての責任感の表明であり、事実母親が原因であるかは別として、カウンセリングの中で大切に受け止めていく思いの一つであると考えられます。しかし、「子どもがこうなったのは私が悪かったんです」という言葉の中には、“自分が子どもの人生において絶対的な

影響を及ぼし続けている”という確信が滲み出ている気がします。それは、子どもをどこまでも保護し続けようとすると同時に支配しようとする感覚に繋がる気がするのです。

二つの対照的な感覚を挙げましたが、結局子どもとの＜別人格＞感にしろ、子どもとの＜一体＞感・＜繋がり＞感にしろ、どちらが善い悪いというのではなく、それぞれにプラスとマイナスの働きがあるのだと思います。両者のバランスの中で、様々な子育てが展開していくと考えられますが、私は個人的に前者の、子どもとの＜別人格＞感が強いと自分で感じます。そしてそれは元来持っている性格の故であるということと同時に、父親という存在であるが故という要因が絡んでいるのではないかと思う節があります。つまり、父親というのは自分に属する個体であるという感覚を子どもに対して出生時から抱くことはやや希薄なのではないだろうか？という気がするのです。もちろん父親であっても一体感が強いという人もいるかもしれません。逆に母親であっても、別人格感を比較的強く持っている人もいるでしょう。当然個人差はあると思います。また、世代的な変化もあって、幾つかの関連する研究を見ると、性別によらずどちらかという別人格であると感じる人々が増えてきているような気がします。それでも、基本的に父親の＜別人格＞感と母親の＜一体＞感は、社会役割的なものか子ども誕生の経緯による経験によるものか生物学的要因によるものか不明ですが、一定程度共通して存在するのではないかと思います。

V 育児への関わりと＜子どもは分身＞感の研究

ここで、10年程前に発表された『「親となる」ことによる人格発達』という研究で、親の育児への関わりと＜子どもへの分身＞感との関連性を調べている興味深い論文（柏木・若松，1994）を見つけたので、紹介したいと思います。子どもへの分身感、とは子どもに対してどれほど自分の分身のように感じるか、です。図1を見てください。これは論文の結果を基に今回の発表用に作成したもので、父親・母親を子育てへの参加度と就労状況によって4つの群に分けて、それぞれの群でどの程度＜子どもは分身＞感が強い・弱いかを比較しています。父親では、育児・家事に積極的に参加している群と、育児にあまり参加していない群に分けたデータを示しました。両群を比較すると、育児に参加していない父親の方が分身感が強いことが分かります。一方、母親では専業主婦の群と、有職者つまり働きつつ子育てされている群に分けたデータを示しました。こちらは専業主婦の方が自分の子どもを分身のように思っているようです。父親と母親で反対の結果ですね。この結果に関して、論文では次のように考察されています。父親は育児に関わるのが少ないと、観念的の分身感が育つので

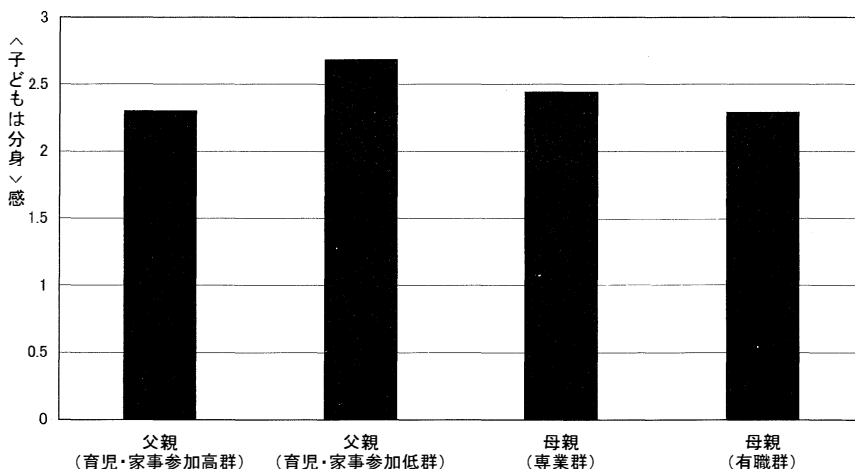


図1 父親の育児・家事参加度の高・低および母親の就業別による＜子どもは分身＞感の違い

*柏木・若松（1994）のデータを基に作成した。

はないか。観念的分身感とは、子どもと実際の具体的に関わらないために、頭の中だけで思い描いている、体験に根付かないつながり感・一体感ということです。逆に子育てに関われば関わるほど、育児は単に楽しいだけでなくしんどさもある、という具体的な感情を抱くようになるのではないかと。おそらく子育てに関わる中で父親は、子どもとは親の思いのままに操作できるような存在ではなく、それゆえ子どもは自分の分身とは違う存在なんだと気づき始めるのではないのでしょうか。裏を返せば、育児に参加しない父親は、日常のリアルな子どもとの関わりからもたらされる個別性の自覚というものがあまり生じていないとも考えられます。

面白いのは、母親の場合これと反対で、専業主婦として子どもに関われば関わるほど、子どもへの分身感が強まるということです。父親が育児に積極的であっても、専業主婦の母親の子育てへの関わりとの程度とは相当異なるので単純には比較できませんが、ひょっとしたら子どもとの関わりは、父親の場合＜個別（別人格）＞感を強め、母親の場合は＜分身（一体）＞感を強めるという、違った作用があるのかもしれない。

Ⅵ 愛着がもたらすもの

ここまでは私が娘に対して、どこか個別の存在であると感じてきたことを基に話を進めてきました。しかし娘が3歳になる現在までの間に、少しずつ娘と繋がっている感覚というか、一体感と近いような、あるいはそれとは少し別種の“かけがえのなさ”のような思いが育ってきたと感じます。

一般にも、生まれたばかりの時には父親であることがあまりピンとこないけれど、子どもが育つうちに父親としての自覚が高まってくる、というお父さんの話を聞くことがあります。子どもを育てるうちに、だんだんと父親としての実感が持てきたという表現。それをもたらす決定的なものの一つに、子どもが自分に向ける絶対的愛着があると強く感じます。これは具体的に言えば、私が仕事から帰宅したときに、玄関で「お父ちゃん！」といって駆けってくる、甘えてくる、その現象のことです。専門的には愛着とは「自分にとって重要な対象（他者）との間の情緒的結びつき」を指しますが、ここで私がわざわざ「絶対的」と誇張するのは、娘が愛着の感情を私に向けてくる時に私の中に生じる何とも言えない感覚を強調して言いたいためです。それは、父親である私が無条件で受け入れられている、という感覚です。私が単に父親であるということ、それだけで娘は私を受け入れてくれます。別に大学教員であるとか有能な研究者であるとか、外見が格好良いとか人付き合いが上手いとか、そんな条件は必要ありません。失職しても研究ができなくても醜男で駄目な社会人でも、それとは全く関係無しに、ただただ愛着を向けてくれます。それは、「自分は自分でいいんだ」という、言わばある種の存在の確信（核心）を与えてくれるように感じられます。これは、子育てにおいてとても大きい作用を及ぼす重大な体験ではないかと思います。

子育て論では、まずは子どもを基本的なところで受容することが述べられていたりしますが、体験的にはむしろ逆で、最初に受容感を与え、ありのままを認めてくれるのは子どもの方からなんじゃないか、とも思えるくらいです。まあ、そのうちに子どもが大きくなってくると「○○買ってくれるパパが好き」とか、条件つきになってくるのかもしれませんが、少なくとも幼い今の段階では、無条件で受け入れて愛着を示し、私に存在意義の基盤と確信をもたらしてくれます。

だからこそ、何かのきっかけや理由で子どもから拒否されると、親としてその傷つきは存外大きい、と自分の体験を省察して感じます。例えば我が家は共働きなのですが、妻の帰りが遅いときに私が娘を寝かせようとして、娘が何かの拍子に酷く気分を損ねて泣き出し、「ママがいい～！ママが良かった～！」とか言ったりします。そのときは結構、本当に傷つくなあと思います。

Ⅶ 「第二の者」である哀しみと防衛

ところで、今挙げた例で娘が「ママが良かった～」と泣いたのは、機嫌を損ねた勢いで発した言いがかりなのでしょうか？否、そこには多少の真実が含まれている気がします。子どもにとって母親がやっぱり一番、父親は第二の者であるという実感を日常生活の中でしばしば味わいます。これはちょっと微妙な発言かもしれませんが

せん。だからといって「子育ては母親がすべき」などと短絡的なことを言うつもりはありませんし、母親が一番といっても何が一番なのか明示しない限り、ほとんど意味も根拠もない主張になります。そうです、私が「子どもにとって母親が一番なのでは？」と述べる意図は、客観的な事実としてそう主張するのではなく、「この子には自分（父親）ではなく、母親が“primary first”、最優先の存在なのではないか」という、主観的な（場合によっては嫉妬じみた）哀しみ・本命ではない悲しみが、子どもと関わる折々にモヤモヤと疑心暗鬼のように父親の胸の内に起こることを言いたいのです。父親にとっての主観的かつ感情的事実とでも申しましょうか。

そしてその疑いと哀しみは、先に述べた子どもからの愛着が与えてくれる喜びの大きさのゆえに、より一層強く父親に何かの反応をもたらします。哀しみへの防衛、言い訳、補償のようなものです。反応のひとつには、子どもにとって母親とは違う役割（例えば遊び相手）で認められ、深く関わり、そこに存在意義を見出すことがありえるでしょう。また別の形としては、子どもと関わるというポジションをいっそう降りてしまうことも考えられます。子育てから撤退する親の心の奥に「どうせ傷つくのなら…」、「自分が一番でないのなら…」という気持ちがある、微かながらでも潜んでいるかもしれません。あるいは哀しみが補填される一つの伝統的な父親のあり方として、母親と子どもを込みにした家族全体をサポートしつつ、子どもが社会生活に入っていく際の決まりや規則を体現する役割を全うする（家族で『お父さんがいいと言ったら（旅行に行って）いい』などの最終的な判断～ほとんど形式的なことも多いですが～の担い手になる等）ことが挙げられるでしょう。つまり父親が、母親と子どもの関係全体を見守り、必要な時に支えたり手助けしたりして、家族全体の柱や器となる、ということです。だから格好良く言えば、概して父親というのは、どこか第二の者であるという哀しみを甘んじて受けつつ、母子関係や家族の器として機能し、時に独自の意義を認められる、そういう立場を引き受けていくことなのだ、とも考えられます。大黒柱・家父長といえど偉そうですけど、その胸に愛着への諦念が抱かれている、そのような側面があるのではないかと思います。仕事ばかりで家庭を顧みないお父さんにも、実は子どもでは自分の存在意義が満たされないという思いがあるのかもしれない。

Ⅷ おわりに

男性心理学者、というより父親である心理学者の子育てに関する内省をお話してきました。ただし、そうは言うものの、基本的に子育てで体験自体は父親と母親で共通する面も多いと思います。はじめに取り上げた＜別人格＞感も＜一体＞感もそうですし、後に述べた愛着を受ける喜び、あるいは子育てでそのものの喜びや苦労は、父親にも母親にも起こるはずです。

それから、今回お話しするにあたって、父親として子育てで子どもに抱く気持ちを考えた時、父子関係だけでなく夫婦関係や性役割への考えとの区分けが難しいように感じました。「父親の子育てというものは～」と考える時に、その裏には母親（配偶者）がどこまで子育てをすべきだ、といったような考え・価値観が強く影響するからです。母親の育児へのネガティブな感情の軽減に、父親の育児への参加が深く関与している、と先の研究（柏木ら、1994）にも報告されていました。父母に限らずやはり子育てへの感情や態度には、夫婦関係やジェンダー観が強く作用するのだと思います。

以上、父親として3歳の娘の子育ての渦中であって、そこからつらつらと考えたことと、研究や臨床心理学の理論で言われていることを重ね合わせてお話させていただきました。ご清聴ありがとうございました。

文献

柏木恵子・若松素子(1994)：「親となる」ことによる人格発達—生涯発達の視点から親を研究する試み—
発達心理学研究, 5(1), 72-83.