

「甘え」からみる 臨床、教育、子育て

心身教育研究所 土江正司

[Http://www.mable.ne.jp/~tsuchies/](http://www.mable.ne.jp/~tsuchies/)

なぜ「甘え」か

- 鳥類から人までの生態に甘え行動を認めることが出来る
- 甘えの目的は、親とのつながりや、家族や仲間との一体感を持つことと考えられる
- それは生命の安全・安心にかかわる一大事である
- 甘えの研究は、私たちの一番奥深い欲求の研究といえる
- 甘えの研究は人間の行動の動機を正確に把握し有効な手立てを与えることを可能にする。それは子育て、教育、臨床に大きな影響を与えるだろう

土居による「甘え」の定義

- 甘いもの、つまり願わしいものを欲しがることが「甘え」の語源
- 「依存」と「愛着」のどちらも含む
- 人にかわいがられることを期待する態度
- 本来甘えは言語以前の態度として表明され、本人にとって意識化されにくい
- 相手が甘えに応じてくれる必要があるため、甘えは葛藤を生みやすい
- 甘え上手は一つの能力、その人は満足を得やすい

甘え理論の国際的評価

- 土居が到達した甘えの概念は、二者関係の定式化であって、それはフロイトもクラインも捉え損なっていたもの。
- フェアバーンやウィニコットは情緒的・身体的依存について提唱したが、フロイトが定式化した精神分析理論に適切に結びつけることは出来なかった。土居はそれを実現した。

小此木による甘えの補足

- 人間には常に甘やかしたい欲求と甘えたい欲求が相補的に存在する
- それぞれ独立した人格同士がこの欲求を相互に充足し合うとき「相互退行」が生じて、一致感を得る。それが健康な甘え
- 土居は健康な甘えの挫折形態の考察に終始しているようだ

土江のアプローチ

- 「甘え」は日常語として多義的に使用されるため、正確な定義が難しい
- 甘えを対人・対社会的“態度”と見なし、その態度を醸し出す直接原因となる次の2つの欲求を抽出した
- 「つながり欲求」(一対一の欲求)
- 「理解・受容欲求」(一対多の欲求)

つながり欲求

- 乳幼児と母親の関係に始まる、一対一の対人欲求。友人間、男女間にも見られる
- つながり欲求が満たされているとき、非常にリラックスし、両者に退行が生じる(甘え合っている状態)
- 強い信頼関係は相手を思いやる(洞察)心を惹起し、対等なつながりが実現する頃には、つながりは内在化され、自立可能となる

つながりの内在化

- つながりの内在化を引き起こす主要な手段は洞察的ケアである
- 洞察的ケアとは相手の非言語のニーズを読み取ってケアすることである
- 内観はつながりの内在化を促す
- つながりの内在化は宗教の主題でもある
- つながりの内在化は感謝の念、謝罪の念を強くする
- 内在化とはプレゼンスを養うことである

つながり欲求の不満

- つながり欲求が満たされないとき、怒り、恨み、反抗、へつらい、しがみつき、混乱、不安などが生じる
- それらは被つながり対象への歪んだ甘え(態度)として表現される
- 身近な人ではつながり欲求が満たされ難いとき、モノ、ペット、空想上の存在なども被つながり対象となり得る

虚無感の中にいるBさん

父親が暴力的、母親がうつ病で寝たきりであったという幼児期を過ごしてきたBさんは面接の中で「宙に漂っているような虚無感」あるいは「底なしの恐怖感」をよく訴えていた。

理解・受容欲求

- つながり欲求がある程度満たされているとき、理解・受容欲求が生じる
- 理解・受容欲求とは家族、学級、職場などで“場の一員”として受容されることを欲する一対多の対人・対社会欲求である
- 理解と受容は交互に深まる
- あるがままの理解が最も深い

理解・受容欲求の満足

- 場の中でリラックスできる(甘えていられる)
- エネルギーに満ちている
- 場の仲間や場の環境を大事に思うようになり、場や仲間のために役立ちたいと思う
- 場のルール・マナーを率先して守る

理解・受容欲求の不満足

- 場において孤独や緊張を感じる
- 暗に理解や受容を求める言動が認められる。あるいは全く目立たない
- 例えば目立ちたがる、乱暴する、ルール・マナーを守らない、嘘をつく、元気がない
- 家族の誰かから理解・受容されていないとき、他の場でも一部の人から理解・受容されない可能性が高まる

遊びを強要するA君

小学校高学年のA君は友だちに対し非常に高圧的に自分と遊ぶことを迫るため、級友の大半は彼を避けるようになり、そのことで彼は逆上し問題行動をエスカレートさせていた。

甘えることはその人にとって飢えを満たす行為であり、それは善悪判断に優先される。だからA君にも教育的な指導はほとんど意味をなさなかったが、一人の級友が「明日遊ぼう。その代わりに叩かないで」と先手を打ったあたりからA君の甘えは沈静したのである。

甘えは幸せを求める態度

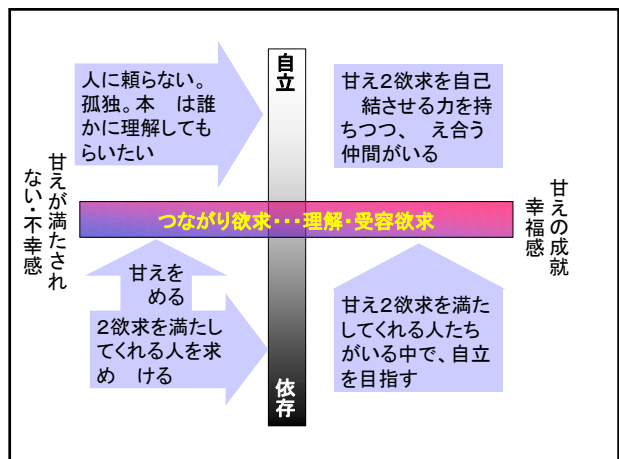
- つながり欲求、理解・受容欲求が満足しているとき、人は幸せを感じる。甘えとは「幸せを求める態度」と言ってよいだろう
- 甘えをルール・マナーに優先させてしまう人を「わがまま」といい、逆の人を「いい子」という。両者とも幸せ感を得にくい

思いやり

- 家族や仲間によって幸せを体験でき、自立が適った人は、積極的に子どもたちや仲間の甘えを成就してあげるのがよい。そうすることで自らの幸せ感ほさらに増すだろう
- 甘えの態度は暗に示されるので、そのサインに敏感に気づき、洞察的にケアしたり、洞察的に相手のあるがままを理解することを「思いやり」という
- 思いやりのある人は必ず慕われる

あるがままの理解ということ

- 相手の今の“感じ”を察し、そのままに声がけすることが「あるがまま」の理解となる
- 「辛い感じだね」、「困ってるようだね」など。そこに批判のトーンがあってはならない
- 「あの人はああいう人」、「自分はこういう人間」という理解は、あるがままの理解とは言えない。また真の受容にも至らない



苦しみに対する反応

- 甘えが適えられない状態は苦しみである
- 苦しみの感じへの洞察があれば理解・受容欲求が満たされる。
- 自己洞察による自己理解、自己受容は他者からの理解・受容を促進するだろう
- 洞察がないとき、人は苦しみの感じと向き合わないで済むように、さらに強い刺激を生み出す逃避のパターンを作る(ゲーム、自傷など)。これが苦しみへの反応である

苦しみの悪循環

- 逃避のパターンは論理や価値観、自己像(学校なんてくだらん、自分はどうせダメ人間だ、etc)を作り出すことで、さらに理解・受容を得にくくなり、それが新たな苦しみを作るといふ悪循環に陥る
- パターンや論理、価値観、自己像の誤りに働きかける教育的介入も有効だが、感じへの洞察は甘えに利くと考えられる

つながり欲求不満への治療的介入

- つながり欲求不満は、それが人生の初期に体験されるほど臨床上重篤な症状を呈しやすいと考えられる
- 自己洞察的に自己のケアが出来るようになるまで“手取り足取り”面倒見ることが洞察的ケアになり得るが、ケアする側はエネルギーを吸い取られ疲労困憊する
- 自閉症スペクトラムはつながり欲求や理解・受容欲求が正常な高まり方をしない病気と考えることが出来る