

演題名： 「甘え」からみる臨床、教育、子育て

発表者氏名・所属機関： 土江正司・心身教育研究所

Keyword： 甘え、洞察、つながり、受容

<はじめに>

「甘え」については土居（1971）がその概念のもつ精神分析的意義を発表して以来長く論議され、その定義が複雑で定まらないところなどから研究はやや下火になっている感があるが、甘えを考察することの意義が失われたわけではない。甘えは子どもだけに見られるものではなく、おそらく私たちが一生涯持ち続ける対人・対社会欲求の発現方法であるだろう。対人・対社会欲求の満たされ具合は私たちの心身の安定度を大きく左右すると考えられる。その意味で甘えの本質をつかむことの意義は真に大きいといえる。甘えの研究は学校、社会などのあらゆる現場で見られる人間模様を的確に分析し、有効策を打ち出す手段となるだろう（土江 2008）。

<甘えの積極的受身性>

甘え論議の複雑さ（小此木 1999）は、甘えを欲求と見たり態度と見たりすることによる混乱から生じているように思われる。甘えそのものは欲求ではなく、対人・対社会的欲求を満たすための態度である。私たちが他者や社会から切り離れて生きていくことができない以上、対人・対社会的欲求は消えることがない。その欲求がうまく満たされそうにないときに甘え（という態度）を見せなければならないのである。

理想的には、自分を取り巻く人々が非常に洞察的に自分にかかわってくれれば甘える必要はない。しかしそのような幸せは希であるので、満たされないところについては「満たされてない！」というサインをしきりに送る。それが甘えである。その態度は幼少期に醸成され、以来その態度が人とつきあうときの基本態度として定着する。

対人・対社会的欲求という性格上、相手からの呼応抜きにこの欲求は満たされようがない。つまり受身的にしか満たされない欲求というところが特殊である。積極的に欲求を満たそうとしてもうまくいかず、かといって受身一辺倒でも本当に満たしたいところを満たせない。積極性と受身性の境目の微妙なバランスに甘えという態度はある。子どもにこのような難しい態度を取らせなくて済むように、周囲の大人は洞察的にかかわる必要があるだろう。

実際、洞察的なケアを受けて育った子どもは対人・対社会的欲求の飢餓感が少なく、そのことが周囲から受け入れられやすい雰囲気を作り、欲求が容易に満たされるのである。洞察的ケアをあまり受けずに育った子どもは激しく周囲に甘えるため、逆に避けられてしまい、欲求を満たし得ない。その結果ますます激しく甘えるという悪循環に陥る。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。

対人・対社会的欲求がうまく満たされると私たちは心的エネルギーと対人・対社会的に適切な態度や表現を獲得して自立へと向かうことができる。だから私たちには甘えを見せる人の奥底で飢えている欲求を的確に見だし満たしてあげる義務があると私は考える。それは世の中の平和に寄与する小さいが確実な一歩であろう。

#### <つながりと受容>

対人・対社会欲求とは具体的にはつながり欲求と受容欲求である。まず乳幼児の場合は養育者とのしっかりした「つながり」を求めないわけにはいかない。発達心理学ではつながりを「愛着」と表現し、バリントは愛着に欠けることを「基底欠損」と呼んだ。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。つながりがしっかりしているということは拠って立つ大地があるという感覚なのだろうと思う。

つながり欲求が満たされると受容欲求が台頭する。一対一をつなかりを基盤に、家族など集団の中で受容されたいと願うようになるのである。そのためには集団におけるマナーも守らなければならない。しかしマナーを守らなければ受容できないという迫り方をされると受容欲求は満たされ得ない。まず周囲からの受容的働きかけがあるときに、マナーを守らないという甘え（それは受容して欲しいというサイン）が影を潜めるのであろう。

受容には理解が伴わなければならない。それは受容すべき相手が見せる甘えに対する理解である。甘えは無自覚な態度なので、本人にはその態度を説明することができない。つまり「なぜそんなことをするのか」と問い詰める行為は「おまえを受容しない」というメッセージにしか相手に伝わらないのである。逆に洞察的に理解しようとするとき、その行為自体が受容の雰囲気醸成し、相手の中に自己理解も生じる。理解とは卒啄同時なる性質を持つ。相手を理解しようとする行為そのものが受容である。

受容欲求に飢えている人は、周囲に対し主に3タイプの甘えを見せると考えられる。一つは強引に自分の存在を認めさせようとアピールする「わがままタイプ」。二つ目は周囲の顔色を窺いながらその期待に添おうとする「いい子タイプ」で、不定愁訴も多い。三つ目は自己満足世界を築くことで受容欲求を自己完結させてしまう「自己愛タイプ」である。

#### <つながり・受容欲求を一人で満たす手段>

つながりや受容に対する飢えは人間の根本テーマともいえる。ストレスの多い世の中では洞察的ケアや理解を得られないことの方が多く、甘えはひどくなる一方である。肉親に対する殺傷が多いのもうなずける。

宗教が神仏や絶対者とのつながりを提唱してきたのはそのような背景があったのだろうと推測できる。絶対的つながり、絶対的受容に私たちはすがりたいのである。法然や親鸞が提唱した、阿弥陀仏の力にすがる（他力本願）という信仰様式は非常に私たちのつながり・受容欲求を満たすものである。

また禅は主客未分な、すべてが一体として存在している状態に止まることでこのテーマ

に答えたのではないだろうか。その状態では「つながる」といってもつながっていないものが無く、「受容」といっても受容されていないものがないのである。この一体感は途方もない安心感でもある。そこに至るには瞑想によって自己の内側につながりと受容を施す側となる安定な存在「プレゼンス」を作ることで、満たされていない部分を満たしていくのである。

#### <まとめ>

人や社会と交わりながら生きている私たちはつながり欲求と受容欲求を持っている。それらは受身的にしか満たされ得ないという特殊性を持つため、きちんと満たされるためには周囲から洞察的に働きかけられることが不可欠である。この働きかけが不足しているときに、私たちは「甘え」という態度を取ることでつながりや受容に飢えていることを示す。つながり・受容欲求がきちんと満たされると甘えという態度は影を潜める。心身の症状の多くに甘えが関与している可能性があることを考えると、つながり・受容欲求の満たし方の研究は臨床、教育、子育てに大きな影響を与えるだろう。

#### <文献>

土居健郎（1971）『「甘え」の構造』弘文堂

小此木啓吾（1999）『甘え理論 ―その歴史的背景と発展』（『「甘え」について考える』星和書店 p3～）

土江正司（2008）『こころの天気を感じてごらん ―子どもと親と先生に贈るフォーカシングと甘えの本』コスモス・ライブラリー