

第5回マツダ財団サロン

# 母親たちの叫び

子育てに孤立感を感じる母親たちの短期集中グループから

2022/8/22

KIPP渋谷心理オフィス 揖斐衣海



# 母親たちの孤立・孤独

「核家族化した社会のなかで、先行世代からの学びの場が少なく、孤立しがちな現代の母親たちが出産を経て突然ほうり出される。このカオスな名付け得ぬ状況に、いつか適切な名前が付けられる日がくるのではないか・・・その体験の総量を言葉にしないまま、これまで女性たちは黙って子育てをこなして来たのかもしれない。記録されていない言葉がある。」（中村, p.7）

「『母なる場所』は、疲れた大人の安息の地として、または自分を守護してくれるあたたかな場所として、都合の良いドリーミーな理想像でしか、これまで語られてこなかったように思う」（中村, p.35）

「ホームが暗に示唆するような、中心に『母』がいる風景は、実は**日常に孤独を孕んでいる**のではないか。一見、あたたかに見える部屋は、女性たちの**叫びと涙**を隠している。」（中村, p.42）



## 背景：母親たちの孤立

- 子どもの特性や、子育ての難しさに対する**共感的な関わり**を十分に得られず
  - 学校や周囲の人間関係に対する**安全感の喪失**
  - 所属する環境に対する不信から孤立した状態→**認識的信頼の途絶**
    - 社会的な環境から学ぶことができない
    - 育てにくいと言われる子どもを抱える場合
- 青年期の精神発達の未熟性
  - 青年期課題：建設的な**怒りの取り扱い**
    - 十分にできない→不適切な養育行動
    - **怒りを表現**→**主体性や自尊心を取り戻す助け**



## 孤立しがちな母親を対象とした短期集中ミニ・グループ

**概要：** 集団精神療法（ミニ・グループ / 2日間で6セッション〔各90分〕）

リーダー：男女ペアの心理士（2名）

参加者：特別支援対象の子どもを持つ母親3名（A,B,C）

募集方法ほか：特別支援対象の子どもが通うアフタースクールなどに案内を配布。  
集まった参加希望者に対して事前の個別面接を行い検討の上、グループを編成。

**目的：** 心理士が個々の安全を保障する場で、人の話に耳を傾け、思い切って本音を語り、自己発見や孤立感からの脱却を促すこと



© CanStockPhoto.com - csp61067609

## 参加の動機

### A (41歳)



「子どもたちと接するために、自分がどう変化しなければならないか、イライラしてしまう自分を変えることによって子どもたちの変化につなげていきたい」

→夫に自分の性格が悪いと指摘される。

「悲しい、疲れちゃう」

「本当は家族で仲良くしたい。そのために自分が変わらなきゃいけないところがあるんじゃないかと思う」

### B (42歳)

「長男が中1で不登校、次男の育てにくさから、自分で勉強して、色々な方に相談してきたけれど、自分の関わり方が適切なのか自身が持てない」

→学校の先生の不満(必死さが理解されず)

「私、結局主人しか頼る人がいないから。二人で何とかかかするしかない」



## グループの実際：1セッションから（1）

①A、Bともに医者、カウンセラー、SC、教師たちに理解されないこと、ちゃんと関わってもらえない→不信感・分かってもらえなさを訴える

②Cと男性リーダーとのやりとり

**男性リーダー**：楽ってというのは？

**C**：自分にストレスがかからないことですね。日本語も通じるじゃないですか。

自分が心から、はらわたから煮え返るっていうことはないじゃないですか。働いていて、ありますか？

**男性リーダー**：ありますよ

**C**：一日に何回ぐらい？



Cの仕事の方がスムーズ、A仕事には報酬がある、B子育てには頑張っただけの評価もない：

**子育ての大変さの吐露**

## グループの実際 (2)

③男性リーダーがさらにCの心的状態を描こうと試みる

**男性リーダー**：分かった。でもどんな風にはらわたが煮えくりかえるのか、ここでしゃべってないから僕分からない、聞きたいです。

**C**：エレベーターにね、各階止まって開けて閉じてってずっと繰り返すんですよ。まったく意味が分からなくて。でもね、1年生ぐらいにようやく、それぞれの階で匂いが違うんだってことが分かったんですよ。そんな息子にはらわたは煮えくり返ってもしょろがないじゃないですか。言葉が通じないから、止めても聞かないし、怒鳴ってもダメなら、もう叩くしかないじゃないですか。はらわた煮えくりかえるのを乗り越えて分からなくなりました。

**男性リーダー**：すごく・・すごく手がかかったんだね。

**C**：朝から大声でマンションも端から端まで走ってました。本当に耐えられなくて、もう前泊して、車で寝たらどうかとか、車のトランクに入れてしまいたいとか、色々考えましたよ、でもそれはダメだってもちろん分かってるは分かっているんですけど・・分かりますか？それでマイホームを買おうって思ったんです。でも、この時期のことはあまり思い出せなくて・・でも今はもう成長して、指示も少しづつ入るし、仏みみたいな悪意がない子なんです。

**男性リーダー**：もちろん上の子はいっぺんには分からないだろうけど、さっきぶつって言ってなかった？

**C**：ぶちましたよ。止まんないです

**男性リーダー**：それほどに気持ちが揺れに揺れて、その繰り返しの錯乱した状態が目には浮かぶようで、僕も苦しいなと思いました。そのすさまじい泣き叫びに耐え続けて我慢をして、周りも気にしてっていう状況が相当苦しいだろうことは伝わってきました。



共感的承認

## グループの実際 (3)

④その後、AもBも子どもの声の大きさに対する困難を語り、相談しても助けが得られなかったことにも触れた。

その中で、Aは息子から「俺から逃げんな」と言われたことも語った。



⑤1セッション目の終わり、

**男性リーダー：「このグループには《叫び》がある。」**

その叫びには自分だけではなく、子どもの叫びも混じっているが誰も分かってくれない。

「そういう騒音がずっと伝わってくる感じがある。」

叫びは騒音でもあって、本当に求めていることを受け取り損ねることもあるから、理解していただけたらいいことを伝える。

**女性リーダー：夫や支援者に労いや助けを求めて話すと「叫び」や「騒音」として聞こえてしまい、時には夫にさえも「嫌だったらやめれば？」と嫌味さえ言われてしまう。**

子どもを受け止めたいと思っているにもかかわらず、**本心が伝わらないことこそが辛いことではないか**、とこれまでの文脈を踏まえて彼女達に共通した心的状態を共感的に承認。

グループの共通のテーマとしての「叫び」



## グループの実際 (4) それぞれの展開

「叫び」を通して、その奥にある気持ち、考えや意図に少しずつ触れていくプロセスが展開

### A

- 自分の怒りが夫に届かない  
→夫自身が傷ついた自己を抱え、  
Aの怒りを敬遠
- 周囲から見ると子育てがとても丁寧  
で、自然に映る。このことはAに  
とって自信になりえるもの。
- 何か達成感を感じないままに母親に  
なってしまった (→青年期課題の積  
み残しを示唆)



### B

- 援助者への不信感を語る→孤立
- 話を聞いてもらい、「安心」する→母  
を亡くしたこと、子どもたちのことで  
ケアされていないことへの憤り、傷つ  
きを「悲しみ」として体験していたこ  
との言語化
- リーダー「わがままに生きたことある  
の？」→「好き」 中途半端に思っ  
ていた資格、保育士資格を取得 (青年期  
課題との出会い直し) →夫が必死さを  
理解せず軽く扱うことへ怒り
- 安全感の体験



# 母親たちの孤立・叫び

社会、家庭内での孤立感：グループ開始時の「叫び」

経験を説明する言葉を見つけ出す過程

グループの中での安全感

共感的に承認される体験

誠実な自己

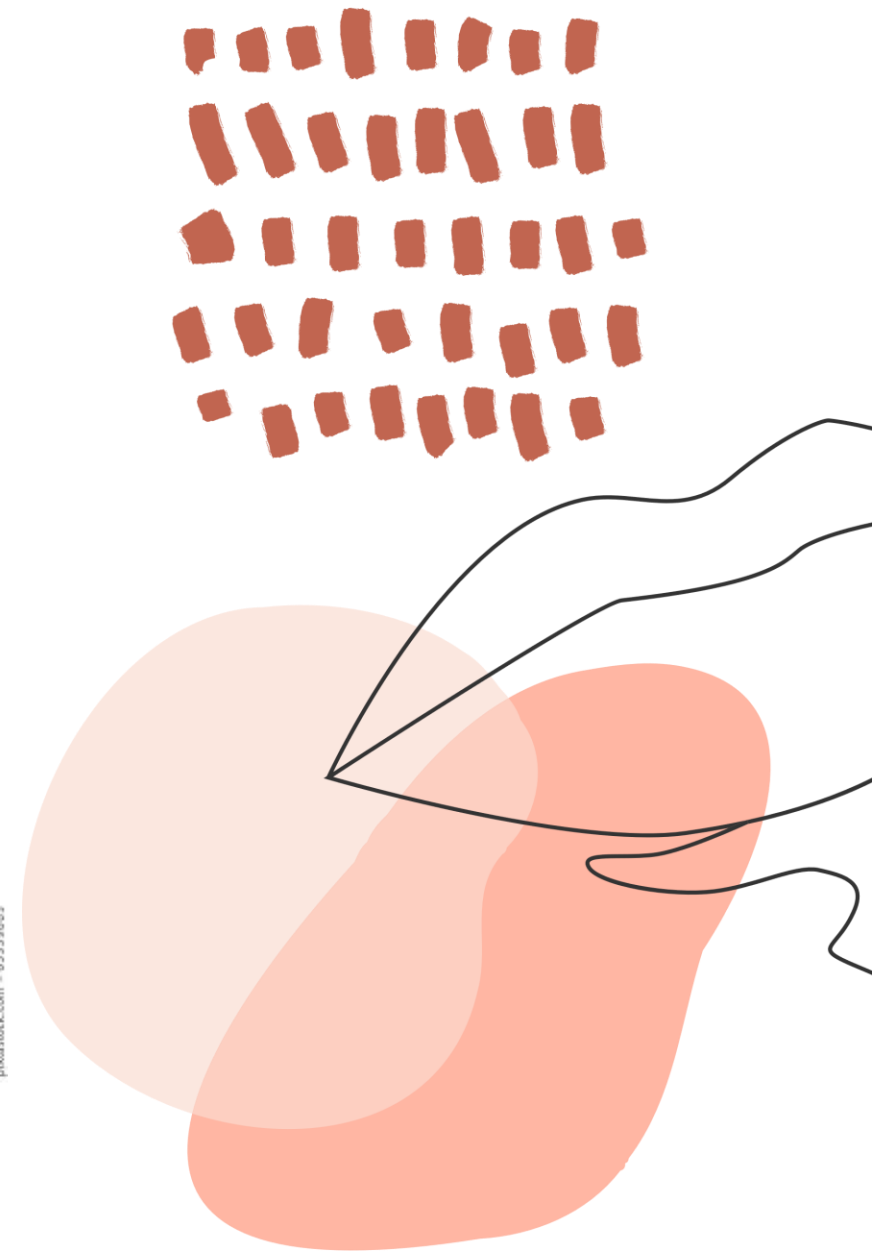
「母親」を越えた個人的な歴史に支えられたアイデンティティ

「私たちモードWe-mode」

B「すごくいい機会でした。安全な状態でしゃべれるっていうのは、  
すごい本当に」



pixastock.com - 63339655



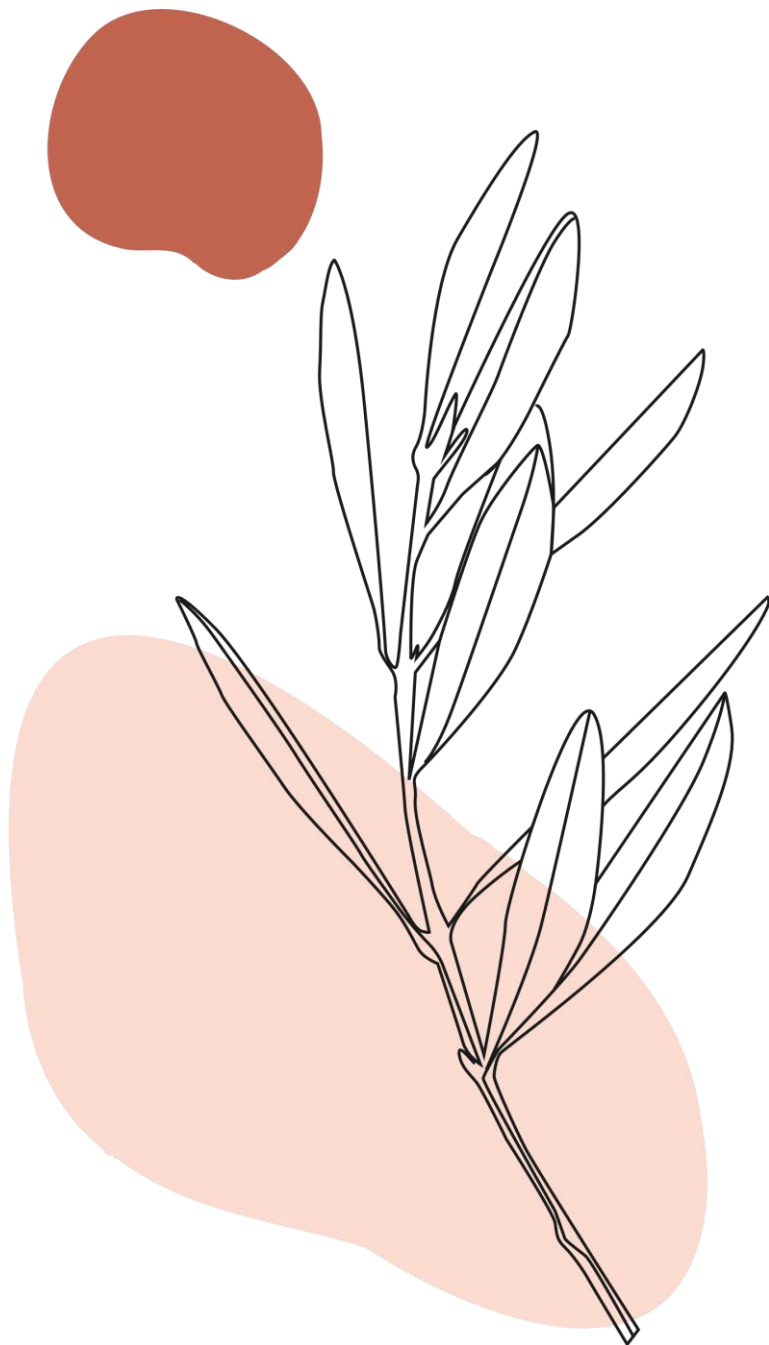
# 母親の叫び...

語られていないものを、語れるものに・・・

「『思想』の発端として、『マイ・ホーム』というものをとらえるならば、そこが安全安心を強要してくる場所であるとして、急いで逃げて脱出すべきものとしてとらえるのではなく、「マイ・ホーム」の中に隠された不安や狂気や叫びや涙の存在をしかとその目に焼き付けることからしか始まらないと思うのだ。」

(中村,p.42, 2020)

母親たちの主観的、主体的な体験に言葉を見つけていくこと



ご清聴ありがとうございました

