〈自立〉の心理学

国分康孝

〈自立〉の心理学
昭和五七年一一月二〇日第一刷発行
定価——四二〇円
著者——国分康孝
©Yasutaka Kokubu 1982 Printed in Japan

発行者——加藤勝久　発行所——株式会社講談社
東京都文京区音羽二丁目一二—二一　郵便番号一一二　電話〇三—九四五—一一一一　振替東京八—三九三〇
装幀者——杉浦康平＋海保透
印刷所——凸版印刷株式会社　製本所——株式会社大進堂
ISBN4-06-145674-1(0)
落丁本・乱丁本は、小社書籍製作部宛にお送りください。
送料小社負担にてお取り替えいたします。(学1)

立ちの心理学

国分康孝

講談社現代新書

此为试读，需要完整PDF请访问：www.erton

はじめに

本書のメイン・テーマは「自立」である。英語の Independency（自立）が私の頭にある。「自律」としなかったのは、自律（self regulation）は自立を前提にしているからである。自律は自力で自分の言動をコントロールすることである。そのためには稚心を去らなければならぬ。すなわち、人に頼る気持、人に甘える気持、人がなんとかしてくれるだろうという依存性から脱脚していなければならぬ。つまり、自立していなければならない。

では、どうすれば自立の人間になれるか。着眼点は二つある。一つは、親が子どもをどう育てるかである。もう一つは、各自が自分をどう扱って自立の人間になるかである。いわば自己分析・自己陶冶（とうや）・自己訓練である。本書は基本的には前者に力点をおいて書くつもりである。前者の原理を各自が自分に応用すれば、それが後者になるからである。

問題は、どこに着眼して自立の人間を育てたらよいか、どこに着眼して自立への自己分析をすればよいか、である。カウンセリング・サイコロジストとしての私の見聞からは、その着眼点が八つになる。本書を八章にしたのはそのためである。

ところで私は前著『〈つきあい〉の心理学』では自分と他者とのかかわりあいを中心トピックにした。つまり、目が外に向いていた。一方、本書は自分が自分にどうかかわっていくか、といういわば目を内に向けるトピックである。前著とあわせて、カウンセリング心理学からみた人生学・人間学のいちおうのまとめを思い立ったのである。

●目次

はじめに　3

プロローグ　耳学問のすすめ　7

第1章―ウォンテッド・フィーリング――味方になること……19

第2章―つきあい――義理と人情……45

第3章―現実直視――人生学のツボ……69

第4章―分離――成長のふしめ……93

第5章―グループ体験――六つの効用……115
第6章―人生の一大事――仕事と家庭……133
第7章―おやじ・おふくろの条件――頭のよしあし……153
第8章―ふたつの自由――リバティとフリーダム……177
エピローグ「親」と「子」の対話　197

プロローグ　耳学問のすすめ

今日、私は妻と一緒に娘の進学相談の面接を受けてきた。ふだんは私たち夫婦は職業柄、人の親に「お宅の子どもさんは……」という立場である。しかし今日はそれをいわれる側であった。娘は今、中学三年なのである。

私たち夫婦が娘の参謀役である。いや、今の若い人には参謀役というよりはコーチ役といったほうがぴんとくるかもしれない。娘をめぐって、夫婦でああでもない、こうでもないと論議するのは楽しいものである。娘がぐっと身近に感じられるからである。ついこの間まで、おんぶもさせてくれたし、抱かしてもくれた。今は頭ひとつなでさせてくれない。そんな年頃になってしまった。

しかし、夫婦で娘の将来を考えていると、幼稚園の頃の娘に戻ってしまうのである。親というものは、子どものおかげで、人生を豊かにしてもらっている。ありがたいことである。たぶん、私たちの父母もそうであったと思う。

ここで私の連想は、私自身の少年時代に及ぶ。今の子どもの高校受験の緊張とスリルは、私の場合、旧制中学校の受験に相当する。

私は都立十五中（現、青山高校）を受けた。父が会社を遅刻することにして、試験場まで連れて行ってくれた。父は校門を入れないので、私は父と別れてとぼとぼと教室に向かった。あとできいたのだが、父は私の姿が見えなくなってからも、ずっと校門の外に立っていたそうである。当時の冬は寒かった。

「お前はぼやしかで（鹿児島弁でぼんやり者だからの意）何か忘れものがあって戻ってくるんじゃないかと思って待っていたのさ」。

母がよくいっていたが、父はたしかに子ぼんのうであった。

発表は母と見に行った。名前は出ていなかった。母と二人で黙々と渋谷の宮益坂を下っていった。合格者は入学手続用の紙を筒状に丸めて歩いている。私にはその紙が手中にない。紙を持たない人間は不合格者なのだが、私にすれば紙を持たないのは自分だけだという感じであった。

母は私に調子を合わせて黙っていたが、けっして落ち込んではいなかった。私が結婚してからこのことを話題にしたところ、「お前が落ちることは初めからわかっていた。だからおどろ

此为试读，需要完整PDF请访问：www.erton

かなかった」。

当時の入試は体操と口頭試問だけであった。私は鉄棒の尻上がりもできず、跳び箱も跳べなかった。その上、口頭試問で「ここが今火事になったらどうするか」ときかれて「逃げます！」と答えたのである。これだけの資料があれば不合格まちがいなし、と母は内心思っていたという。

自分でいうのもおかしいが、母は私のことを信頼していたらしい。この子は挫折する子ではない、必ずひとかどの人間になる、と。少しも心配している風がなかった。都立に必ず入れると小学校の先生が評価してくれたし、私自身も勉強ができるほうだと思っていたので、いわゆる「すべり止め」の準備はしていなかった。

さて、都立にすべったからどこに行くか。父は会社を休んで、私を太平洋中学校という当時できたばかりの学校の様子を見に連れて行った。校舎がまだ完成していなかった。「太平洋中学校」。父と私は心のなかでこの校名を唱えてみた。しばらくその雰囲気を吟味して立ちつくしていた。

たぶん、ふたりとも今ひとつ気分がのらなかったのだと思う。駅前まで戻ってきた。当時は戦時中で食糧難だったはずだが、駅前にいわゆる「めし屋」というのがあった。大きなお碗に

味噌汁がなみなみとつがれていた。父と子はこれを食した。何をしゃべったか覚えていないが、当時私は寡黙な少年であった。今考えると、父親の愛情が痛いほどよくわかる。

父と子の様子から母は察したようである。近所の佐々木さんから東京中学校という歴史の古い私学のことをきいてきた。明治の数学者、上野清の創立した上野塾の後身である。私と父は母の音頭で早朝、多摩川に近い東京中学校を見に行った。「見るだけ見なさい」と、母は私たちを説得したのだった。名前からしてなんとなくありきたりのイメージしか湧かなかった。

しかし、行ってみてすぐに気持が定まった。この学校にしよう！　広々とした校庭、多摩川の朝の風景、歴史に耐えた木造校舎。私は鉄棒にぶらさがってみた。

この学校は尻上がりがなかった。懸垂だけだった。口頭試問も「火事になったらどうするか」など社会的知能（social intelligence）を測定するのではなく、視力の検査と称して黒板の字を読ませたり、万葉集の歌を一つ言え、といった具合に学力を測定してくれた。そのおかげで私は合格した。

その年の東京中学校のクラスは、私のような〝落ち武者〟の集まりであった。つまり、みんな学力は高かった。今、同窓会名簿をみてもそのことはよくわかる。私は東京中学校の卒業生であることを最高に感謝している。

私はこのように、親のおかげで今日があるのである。自分のことを考えたら、そんなに大きな顔をして、自分の子どもにああだこうだといえないと思う。とくに私のように夜尿症が永く続いた人間は、わが娘には敬服したくなる。また私のように母が留守だと母を泣いて探した人間は、娘のようにひとりで留守番できる子どもをもつと、えらいもんだなあ、と思ってしまう。

私は自分がこうだから、世の親が子どもにがみがみいうのをみると、「あなたはよほど立派な少年・少女だったんでしょうねえ」といいたくなる。皮肉ではなくてである。

私は育児の基本は、まずわが子への礼讃だと思っている。

私たちが親にしてもらったことを子どもにして返すのである。つまり親への報恩としての育児である。私の子どもはたぶん、私たち夫婦にしてもらったことをその子どもにして返すだろう。私の子どもと私の孫が仲よくしてくれたら、私たち夫婦はもって瞑すべしである。

育児の基本はわが子への礼讃だといわれるけれど、礼讃したくてもできない子どもをもつ親はどうすればよいのか、と問う人がいるかもしれない。私の推論では、たぶんその親が知らぬまにそんな子どもにしてしまったのだと思う。

かつて、大学生の息子が家出したといって、その父母が相談に来たことがある。間もなく息

子は警察に保護され、家に戻ってきた。母がこう私に訴えた。子どもはこんなに迷惑をかけたのに、主人にも私にも「ごめんなさい」ひとついわず、平気でご飯を食べている、と。

私は答えた。

「あやまるのは父母のほうじゃないでしょうか。『家出でもしないことには処理できないほどに心を追いつめてしまってすまんことをした。親にもいえずひとりでずいぶん悩んだことだろう』と、親がまずいうべきだったんじゃないのですか」。

この家出学生も、今では一流企業に勤めている。つい最近、私は彼に会った。君が立ち直る一番のきっかけは何であったかときいてみた。「父が泣いたことです」と、彼はためらわず答えた。子どものように泣く父を見て、はじめて「おれもなんとかせにゃ、いかんなあ」と思いだしたというのである。「おやじの涙が、なぜ、それほど君をゆすぶったのだろうか」と私はさらに教えを乞うた。「父が泣いているのを見て、父がどんなにおれのことを愛していてくれたかがわかったからなんです」。

この父親の涕泣(ていきゅう)は、心理学用語でいえばエンカウンターである。ホンネ丸出しの体当たり攻撃である。感情を殺して冷静ぶって理屈ばかり説いている間は、息子の心を打たなかったのである。

育児の上手な親というのは、自分の本当の気持を子どもに伝えるすべを知っている親である。ここぞと思うときには、自分を開ける親である。親が自分を開くその開き方を「育児法」というのである。

ところが、せっかく開いてみたもののたいした内容ではなかった、ということがあると思う。それは親の心情・生き方が貧困だったからである。たとえば親の葬式にも戻らなかった中年男がいる。大卒の公務員である。子どもの頃、父と公園のベンチで弁当を食べていたところ乞食がやって来た。父は乞食におにぎりをやるどころか、あっちへ行け、と怒鳴った。「私の父はこんな人間なのです」と、彼がどうしても父が好きになれない理由を語った。ところで彼の父は、当時、校長だったという。

親になるということは、人間としてどの程度の〝でき〟かを、たえず問われることなのである。大学教授なら知識さえあればつとまる。大学紛争でもない限り学生から「人間としての評価」を問われる機会は少ない。ところが親はちがう。知識を問われることは少ないかわりに、人間を問われるのである。

ある老人夫婦で息子の嫁と仲よくやっている人の手記を読んだことがある。数年前の「婦人公論」だったと思う。この老夫婦は全財産を息子夫婦にやってしまったそうである。息子夫婦

に自分たちの人生を全部ゆだねるという思い切りのよさ、これが嫁・姑（しゅうとめ）のトラブルをおこさない秘訣だと、著者はしめくくっていた。

私は少しちがう解釈をしたい。息子夫婦を百パーセント信じ込む、その姿勢がポイントである。全財産をやったら老後の面倒をみてくれるだろうという計算があるようでは、このように仲よく暮らせないと思う。世の老父母のなかには、子どもに財産をやるのをためらう人がいる。子どもの配偶者にとられてしまうというのである。そんな気持では全財産をゆずったところで仲よくやっていけないと思う。

こうなってくると、親になるとは人間学を修めるということになる。つまり心の貧しい大学教授になるよりは、心豊かな煙突掃除夫を志せということである。

ではどうすれば心豊かな煙突掃除夫になれるか。心豊かな煙突掃除夫に出会い、これを模倣することである。

本を読む勉強は勉強のなかの序論である。二宮尊徳が自然の書を読めと教えたので、これを真似（まね）していえば、身のまわりの人から耳学問せよということになる。人は夫婦生活のことはよほど親しくなっても他人には語らないが、同じように育児についても人にはあまり語らない。近所づきあいはしていても、自分の子どもがどの高校なり大学を受験するかはおたがいにさぐ

り合うばかりでオープンな話題にしない。ましてや、どんなときにどんなほめ方をしているのか、ご飯のときどんな会話をしているのか、育児についてどんな夫婦げんかをしているのか、兄弟げんかをどうさばいているのか、正直のところさっぱりわからないのである。うちの子はだめなんですよ、とおたがいにいい合うばかりである。

いわば学級王国に似ている。隣のクラスでは仲間の教師がどんな顔をしてどんなことを語っているのか、さっぱりわからない。

そこで親は安心して自分の育児法を語り、人の育児法をきく機会をもつ必要がある。人工的にそういう場をつくるとよいと思う。グループ・エンカウンター方式の話し合いが役に立つと思う。

あるいは日常生活で、育児の成功体験者に教えを乞うとよい。不思議にこれをする人が少ないのである。自分の子どものことばかりしゃべって、人はどうしているかきかないのである。私はよくきくほうである。それでずいぶん得している。

今の4LDKに移るとき、娘に一部屋与えることに夫婦で決めた。娘が小学五年生のときである。私の先輩教授は、息子さんがすでに学校を終えている。そこで「お宅の場合はどうでしたか」と問うた。彼の経験では、一部屋与えるのはよしあしだという。子どもが部屋に閉じこ

此为试读，需要完整PDF请访问：www.erton