

家庭のメンタルヘルス

戸田病院 齋藤 慶子

1. はじめに

いまだかつて青少年による凶悪な犯罪がまったくなかった時代はないが、それにしても、想像をはるかに越えた種類の事件がつぎつぎと起こっている。これらの現象が、現代社会に提起している問題は多岐にわたっているが、事件が起こるたびに新聞、テレビ、週刊雑誌などが視聴率・購読率を高めるために、物見高くあれこれと無責任な論陣を張る。結局のところ、大なり小なり家庭が悪いことにひとつの落ちがつく。それならば、どういう解決があるかを問われると、政府高官及び中央官庁は「心の教育」の整備が急務だ、と、もっともらしく述べるのだが、本当に本質がわかっての発想なのであろうか、はなはだ疑わしい。

そもそも「心」は「教育」の営みの対象となりうるのであろうか。「教育」を最大限に広義のとらえ方で考えたとしても、「心」そのものをどう定義するとしても、実体が漠然としたものについて、しかも、多様な心の実態の実感が乏しい教師にゆだねて解決を図ろうとする安易な発想はなじまない。案の定、しばらくすると、「学校教育には荷が重すぎるから多方面の関係機関の連携で…」と論理の筋を変えてくる。根が深い背景を丁寧に掘り起こして共有していく営みが前提条件にあって、その関係性の中で当事者自らが健全化を見出だしていく場を提供することが本来の打開策であろう。しかし、貧困な政治かけひきのやりとりに流されて、余りにも短絡的な操作で結局は「家庭が子育てに適切な機能を果たしていない場合が多い」という一方的な指摘で、政治が無神経に家庭に傷を負わせてしまう。少し前までは、こどもが「どうしてお勉強をしなければいけないの？」と聞いてくると、大抵の親は、「試験でいい成績を取れば、いい高校にすすめ、いい大学を出て、いい会社に就職ができて、たくさんのお金が得られるから、いい生活ができる近道」と答えていた。しかし、大手の銀行や企業が倒産し、キャリア官僚も常識を逸脱した人種に過ぎぬことが明白になり、今や学歴神話は崩壊した。形だけの生き方は幸福とは無縁であった。このような事実が仮想ユートピアでしかなかったことについて、多くの人が無自覚に過ごしてきたこの国の不幸は、まさに家庭のメンタルヘルスの目指すべき課題を象徴的に浮き彫りにしているように思われる。

一方、高齢者の孤独死も少なくない。高齢人口の増加によって、すでに家庭で抱えきれない実態が顕著になっている。「なじみの関係」の有無によって高齢者のメンタルヘルスが左右されるという指摘にうなずける反面、もっともその役割を担う家族をどのように支えるのか、課題は二重三重の構造を含んでいる。丁寧に筋道を通した実践をするためには、援助者自身のメンタルヘルスの安定も必要条件であろう。

2. 家庭環境のメンタルヘルス

家庭のメンタルヘルスは、①戦後史の中での変動(表1)と、②ライフステージとの関係において家庭内に起こりやすいメンタルヘルス上の混乱(表2)との関連を抜きにしては展望できない。

市民一般の生活に、どのような変化が起こっているのだろうか、およその想像をしてみ

たい。前述のように、思いがけない事件が起こると、学校が悪い、家庭が悪い、という小さな水掛け論に終始してきたのが大概の傾向であろう。たしかに家庭の様子も変わってきている。そして、明日を担うこどもひとりひとりが発達を果たすという基本的人権の保障は、家庭を抜きにしては語れない。家族は社会の出発点という基本的な単位であることは間違いのない原点だからである。

しかし、家族を構成する両親もまた、「個の実現」について、きわめて不自由な暮らしを強いられている事実を無自覚に過ごしてきている現実があるが、どこまでもそのままではいられないという保障はない。ある日突然、人生の危機に遭遇したとき、このような仮面をかぶった構造に亀裂が入り、不確かな自分の本質に向き合う驚きは、たちまち極度の不安となって苦しみへ転じる。言うなれば、家庭は社会の歪みをいち早く写し出す鏡という位置にある。一方では、健全な人間性を保ち、幸せな人生の完結をもたらす土壌もまた、家庭である。さらに、これらの事実は同時に、心身障害のある人々が安心して暮らせる条件が希薄な実態を意味している。発症しなくてもすんだかもしれない潜在的な精神病理学的歪みを持っている人が、簡単に活発な精神症状を顕在化しやすい時代なのである。

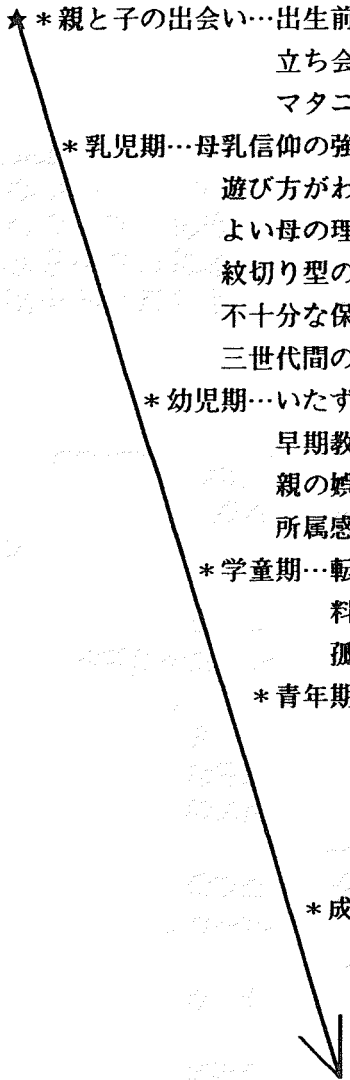
古くから人の暮らしに馴染んできた家庭機能は、《巣ごもり・やすらぎ・さまよい・羽ばたき・巣立ち》である。基本的人権を《身体権・自由権・名誉権・財産権・発達権》の統合と捉えるならば、とりわけ発達権が人生を通じて限りなく深められていくために、これらの家庭機能は不可欠の条件と言えるであろう。そして、家族との暮らしを基本に継承されていく文化、とりわけ《手の文化、ことばの文化、食の文化、まなざしの文化》が豊かであるほど、人権全体は安全に守られているのであるが、実態は歪み、きしみを響かせている。そのような構造が拍車をかけて、人権の感覚の麻痺とも思われる切ない事件が続出する時代となってしまった。家庭が悪いのではなく、家庭機能を麻痺させる社会構造にメスを入れなければならないし、ひとつでも打開につながる策を講じることが緊急の課題である。なにが悪いという水掛け論をしている悠長な余裕はない。

他方、『家』をめぐる、多様なライフスタイルが登場していることも承知しておかなければならない。その例として、人生の終末の儀式についての考え方がひとつの象徴として取り上げられよう。墓を作り家を守る儀式から、限らない個の発展をテーマに、自らの魂を自然に返す撒骨に関心を持つ人が少なくない。人生の多くの時間を会社人間として己を殺して暮らしてきた人々が、定年後のライフスタイルを模索していく過程で、今までにない選択に自己の可能性を託すのであろう。

3. 家庭が直面している困惑を脱却するために

家庭支援の体制は、メニューの種類としてはいろいろと行われてきた。しかし質の深まりの点では不十分であったという指摘も盛んであり、エンゼルプラン、新ゴールドプランなどを始めとした新たなガイドラインに対する点検整備が必要である。これらの施策や、1998年3月公表の中央教育審議会中間報告の批判的検討と同時に、最重要課題は、メンタルヘルスのための人材養成である。一口に医師といっても発達過程を熟知している人は少ないし、その他の専門スタッフでも礼節をもって粘り強く取り組む体制にはなっていない場合が少なくない。人材の定数も大切であるが、それよりもはるかに大切なのが、養成の内容と質であることを強調したい。

表2. ライフステージとメンタルヘルス

- 
- ★ * 親と子の出会い…出生前診断・生殖機能の低下（環境ホルモン物質？）
 - 立ち会い分娩の是非
 - マタニティーブルー
 - * 乳児期…母乳信仰の強要
 - 遊び方がわからない親
 - よい母の理想と現実のずれ→虐待
 - 紋切り型の育児相談
 - 不十分な保育施設
 - 三世代間の支援の欠如、もしくは支配
 - * 幼児期…いたずら時代の抑圧
 - 早期教育・お受験
 - 親の娯楽優先による子の置き去り
 - 所属感の薄い地域社会
 - * 学童期…転勤・転居・いじめ
 - 料理の手抜き（既成の惣菜依存）
 - 孤独な食事
 - * 青年期…父親の単身赴任
 - 思春期の無視・攻撃などを見守れない
 - 金銭感覚の逸脱
 - 妻の再就労
 - 置き去り主婦のうつ状態・キッチンドリンク
 - * 成年期…高齢者の世話によるストレス
 - 健康上の不安材料の顕在化
 - 子供の自立と親の孤立感
 - 夫婦間の不一致が顕在化
 - * 老年期…身体機能の低下
 - 高次精神機能の低下
 - 家族や友人との死別
 - 生きる目的の喪失