

家庭のメンタルヘルス

齋藤慶子

(戸田病院)

1. はじめに

いまだかつて青少年による凶悪な犯罪がまつ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奇怪な事件がつぎつぎと起きている。価値観が多様になったとしても人々の日々の暮らしの原動力である良識はわかりやすく共有しやすいものであろうが、心が働かなくなってしまったのではないかとも思えるほどの事実が目を引くのではないだろうか。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、本当に本質がわかつての発想なのであろうか、はなはだ疑わしい。

そのような時代の偏りについて、付け焼き刃のように「心の教育」という言葉でいかにも歯止めを果たし得るかのような施策が登場する。そもそも「心」は「教育」の営みの対象となりうるのでしょうか。「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。その根底には家庭不信の思想が存在しての判断のあいまいさを、まず指摘したい。確かに義務教育期間は、ほとんどのこどもに関与できる機会である。人格形成過程で最も可塑性の高い時期である点からも、情操教育に大きな関心をもってこどもに接するという営みは意義がある。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。そして教員養成課程で情操の世界についての教育を十分に受けたとは思えない教師たちに、遅ればせながらの関心を喚起する点では大歓迎であろうが、課題提起の仕方に奇妙な万能感が横たわっていることに注目したい。

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。

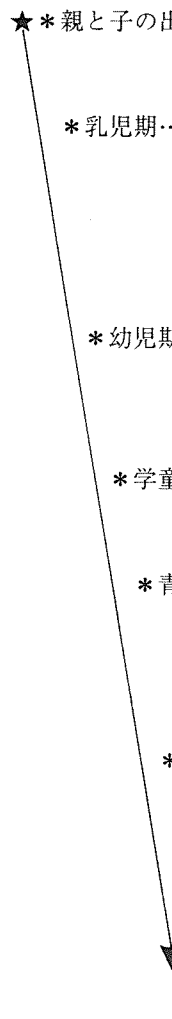
一方、高齢者の孤独死も少なくない。高齢人口の増加によって、すでに家庭で抱えきれない実態が顕著になっている。「なじみの関係」の有無によって高齢者の住みよい暮らしやメンタルヘルスが左右されるという指摘にうなずける反面、もっともその役割を担う家族をどのように支えるのか、課題は二重三重の構造を含んでいる。丁章に筋道を通した実践をするために

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。親子などの家族の関係に経験的核があって、次第に地域・学校などの社会に輪が広がっていくのが自然な実態であろう、しかし、家庭が安心できる場ではなくなっている場合が少なくない時代であり、そのように基本的土壌を期待しにくい面がある。その結果、起こってくる事件を盾に、「家庭が子育てに適切な機能を果たしていない」という定説にも似た見方が幅を利かせ、おそらく深まらないであろう前述のような施策が一人歩きし始めているのである。しかし、問題の本質は、このような悪循環の構造について、広く深い視点で検討すると

表1. 戦後史の中の変動

	両親像	家族構造	社会の趨勢
1950年代 1960年代	父親中心 教育ママ	家父長的家族 急速な核家族化 マイホーム主義	少ない経済的余裕 1962スターラ節の流行 競争学習 学歴偏重傾向
1970年代	父母否定	ニューファミリー	家庭内暴力 単身赴任の増加 第3次産業従事者が 過半数を超える
1980年代	父親の欠落	シングルマザー	「恍惚のひと」が話題 団塊の世代Jr.が青年期 不登校児童生徒の増加 摂食障害の急増
1990年代	父母の欠落 同一化困難な 存在	夫婦別姓 おともだち夫婦 自己愛的女性 ご機嫌伺男性 出産拒否 離婚率の増加 マザコン ⇒妻コン 少子・高齢化 児童虐待・老人虐待	結婚年齢の高齢化 離婚年齢の拡大 女性の総合職 バブル経済の崩壊 企業・行政の失墜 同調で生きる団塊の世代 関心・言葉…若者もどきの 中高年 専門用語の大衆化 生活習慣病の概念の普及

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inker
*	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

ころから明らかにしていけるものではないだろうか。

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。

簡単になにがどのように推移してきたか、家庭のメンタルヘルスにかかわる家族像の実態を戦後史の動向と関連して表1にまとめた。両親像、家族構造が変化し、当然のことながら子どもの人格形成をはじめとして、ひとの存在感に

大きく影を落としている様子を垣間見ることができよう。また、人生のさまざまな段階について、メンタルヘルス上の歪みが多くなっている事実の一部を表2に紹介した。例えば乳児期の虐待、幼児期の置き去りの指摘について、厚生省の調査では1990年代には約1100件であったものが、5年後の1995年には2722件と約2.5倍に増加している実態が報告されており、シルバーハラスメントとともに家庭のメンタルヘルスに危機が生じている警鐘となっている。端的に言えば、家族とともに過ごす時間の魅力を感じなくなった人々の存在が増え、どのように自らの健全な感覚を回復したらよいか困惑している姿がそこにあると言える。

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、明日を担う子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いられるという保障はない。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に転じる。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もいる。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。

人生の初期において、「なぜ、どうなっている」を徹底的に体験してきたか否かが、心豊かな知恵をもって社会参加をしていく原点に問われる。文化の違いにかかわらず、いつの時代においても、「自発性、洞察、工夫、達成」など、主体的自己を支え、他との間に協調的生活を発展していくといった営みの原動力は、学校教育

以前に家庭にあるごく平凡な機能が基本的保証となっていた。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。これは、子どものみならず、人生のどのステージにも繰り返し経験される家庭のもつ暖かな働きではないだろうか。それらは、日々の暮らしの営みの手段である「手の文化、言葉の文化、食の文化、まなざしの文化」などを通じて少しずつ模索されていく。それらの営みが豊かであるほど、人権全体が安全に守られていくのである。しかし、世代交代が進むにつれ、表1のように家庭機能の未成熟が拡大し、不十分な実態が顕在化している。貴重な家庭機能を麻痺させる社会構造に関心を向けて、一つでも打開策を講じることが緊急の課題である。決して家庭が悪いとしてかたづく問題ではない点を強調しておきたい。

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。そこで、《家族の統合》も基本的人権のひとつの側面であるとしたい。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》などを通じて少しずつ模索されていく。それらの営みが豊かであるほど、人権全体は安全に守られているのであるが、世代交代と共に実態は歪み、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ぬし、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。

社会全体の課題として何らかの手立てを講じなければならないが、だからといって性急に政治が家庭に対して短絡的に不作法な介入をしようとする危険は避けなければならない。

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。「障害者プラン」では、障害の有無に拘らず、皆で肩を寄せあって生きていく社会づくりの原動力として、こどもの頃からの情操教育の重要性を指摘している。

「子育て支援対策」として、その一部には大蔵省、自治省も加わり、文部省、厚生省、労働省、建設省の4大臣合意によって策定された「エンゼルプラン」では、次のような指摘を基に「子育て支援対策事業」を進めている。

- * 急速な少子化の流れの中で子どもの自主性や社会性が育ちにくい
- * 社会保障費用を担う現役世代の負担増
- * 社会の活力低下の懸念

しかし、肝腎の子育て支援相談事業については、ごく一部でしか実施されていないし、初歩的な対応で終わっているのが実態である。

地域医療を担う民間病院で40年近く子育て支援活動をしてきた経験を参考までに例示する。出生前から母親教育、継続的な育児相談を実践してきたが、近年は妊婦の教室に加えてプレおばあちゃん教室、両親学級を実施し、建て前の教育論ではなく、「赤ちゃんを抱く、オムツを換える、お湯をつかわせる、赤ちゃんへのプレゼントを作るなど」の実感を通して役割のmotivationを自覚する機会を提供するプログラムも持つようになった。

一方、中央教育審議会「心の教育」中間報告では盛り沢山の課題をあげ、そのうち、わずかに親子手帳・父子手帳についてのみ厚生省との共同事業としている。前述のエンゼルプランに沿った実践との整合性が誠にいびつな実態が生じる懸念も大きい。教育モデルと保健・福祉モデルとのすり合わせなく独走した場合には、たとえ緻密で中身の濃い問題提起を背景にしたとしても、国民の日常生活にはなじまない。今後の経過に積極的な検討を加える必要がある。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、上記のようにその地域、その人々に相応しい知恵が機能しやすくなる具体的方法の実現を目指したい。

ここで、ひとつの事例を通じて、家族・情操・教育・生活の質の関係について考察を試みたい。

Aさんは70歳になる父を引き取って同居を始めた。しばらくして父親に絵を描くことをすすめた。もともと美術、音楽には深い造詣のあったAさんの父は、すすめに応じて油絵を始めた。初期のころは極めて具象的な表現であったが、その後少しずつ痴呆がすすむにつれて、作品は

心象的な表現に変わっていった。そして、65歳で亡くなった妻の顔と二重写しになっている自画像を描いている。妻の死に号泣した祖父の姿を見て、自分を隠さずに生きることの素晴らしさを孫は心に刻み付けたというエピソードが残っている。生まれ育った信州の住まいの隣にあった寄合所の大きな樹も、奥深い美しい色でおおらかに描いている。91歳で他界される4年前まで、制作は続き、米寿の祝いに娘であるAさんや姪と銀座の画廊で三人展をし、古くからの友人知人との親交を新たにされた。そのころもすでにとんちんかんな行動や徘徊が盛んで、しばしば出先から帰れなくなることもあったが、展覧会場では来客にきちんとした対応をしており、どこが痴呆なのかと、会場で会った人々は思ったほどであった。

Aさんにとっては、気の抜けない介護の日々が続いたが、教員生活をしてきた時代の経験と、孫である息子の言葉が大きな支えであったと言う。Aさんは偏差値信仰をもったごく平均的な中学の教師であった。どちらかといえば、できる生徒には関心を向けるが、規則をひどく乱すようなことさえしなければ、生徒の人格にまで関与することはあまりしてこなかった。定年まえの10年間を、病児の教育に携わった。当初はクラス担任をする場合と違って、少しは自分の時間も取れるのがよいと期待していたようだ。ところが、怪我や病気、それもひどい苦痛が伴った日々であっても、生徒たちが自分の世界が広がったり系統的に整理できることを喜びとするひたむきな反応を実感するにつけ、どんなに悪い条件のもとでも、生徒と共存して暮らしていくことの意義がすなわち教育であることに目覚めていった。教壇に立っての画一的教育から脱却して、「今ここにあること」を共有していく関係があって始めて教育が成立することを知

ったのである。生きることの障害をもった生徒の教育から学んだ「どこまでもひたむきに生きる営み」と、同伴者として家族が果たす役割の大きさの実感とが、痴呆化が進み始めた老父を引き取る決意の原動力となった。そして、老父の孫である息子が「どの生活の質を選択するか、という課題だ」と助言してくれたことが支えであったという。

Aさんは定年後も非常勤講師として教育困難な生徒を見捨てないパートナーを続けていたが、福祉のヘルパーに助けられながら、老父が家族と共に人生を全うする道を選んだのである。50歳代にはいつてからのAさんの教師生活は、教員相互はもとより病院内の多職種の緻密な連携が不可欠の要件である経験であり、福祉の理念に裏打ちされた教育の実践であった。老父の絵は痴呆化の過程での残存能力というよりは、痴呆によって無駄な主張が整理されたことで顕在化した潜在能力と捉えたい。Aさんは病児教育の経験がなかったら思い上がりに気付かず、衰えた老父の引取りはしなかったかもしれないと言う。職業の有無に関係なく、どう暮しているかは人格に大きな影響を与え続けることである。Aさんのように、包容力を高める機会がどのように人生に出現するか、家族が家族であり続け、それなりの役割を果たし得る道の模索を絶やさない努力は、家庭のメンタルヘルスの基本的な姿勢として維持していくべきことである。

4. 結語

厚生白書もまた父親の存在が不鮮明であることをはじめとして、散漫に福祉の課題を羅列しているが、前述の中教審中間報告などもふくめて、もはや問題の指摘、羅列にとどまっている段階ではない。地域共同社会の回復に徹する多

角的系統的な具体的方法の提供の段階であることを強調したい。親と子の出会いの歪みを象徴している児童虐待の増加、誰にも訪れる高齢期の問題、国民の半数以上が「心の病」への要因となる過大なストレスを実感していることなど、家庭の実態が象徴的に示しているメンタルヘルスの実態を打開するためには、家庭がごく自然な機能を果たし難くしている社会的要因を排除するリハビリテーション概念の活用にまず着手するべきであろう。建て前だけの指導援助ではなく、時代の実態を素早く取り入れて柔軟な態勢を持つことを公的機関がまず示してほしい。

同一の地域に根差した活動であるべき保健・医療・福祉・教育の実践において、相互の関連性が乏しいことが良い知恵が生乱さない隘路となっているのではないだろうか。せめて保健所、児童相談所、精神保健福祉センターの物理的あるいはシステムの一体化によって、地域での機能的・合理的な援助体制が育っていく基盤となるであろう。地域住民が迷わずに利用できる必要がある。

さらに具体的援助技法の養成が急務である。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。

家庭機能の回復は、同時に障害者にバリアフリーな社会を保障する基本でもある。度重なる精神保健福祉法改正にもかかわらず、第1章第1条に「…国民の精神的健康の保持及び増進に努めることによって、精神障害者等の福祉の増進及び国民の精神的健康の向上を図る…」としている法の目的がどのようにして具体化されていくのか、ほとんど実態がないことを付言しておきたい。

ひたむきに「早く・たくさん・正確に」勤勉な生活を続けてきた流れを脱却する方向が、家庭機能の回復には不可欠である点を考えていきたい。経済力・軍事力などに依存した秩序によって人々の生活の安定を図ろうとした時代の歪みを家庭が一番敏感に反映している。改めて身近なところで、そして異なる文化の共存のか脳性の模索を通じて、《良識》とは何か、を問うことが一つの課題であろう。