

2015年2月1日



0歳からの教育

楽で楽しい子育てのために

第五話

共感 人とつながること

昨年秋の或る日、私は眩いばかりの紅葉の中、鎌倉の古刹を散策していました。前方は乳母車に幼児を乗せた欧米人の父親と日本人の母親の組み合わせ家族でした。父親は日本文化に興味があるらしく、時々奥の方に寄り道をする。乳母車が入れず母親たちが待っている間、母親は常に子どもに微笑み、話しかけ、子どもは嬉しそうにそれに応える。参拝をしたとき、私は父親と交代になり、その時に軽く笑顔で挨拶をすると、少し打ち解けた感じになり、父親に仏像の由来や、丁度庭先に咲いていた十月桜の説明などをしました。

乳母車に戻ったときに私が子どもに微笑みかけると、幼子は微笑みを返してきました。そして、両手を私に向けてぐいっと突き出し、手袋をした手首を曲げて、手の甲を私に「ほらっ！」と示しているのです。「この幼子は何を私に伝えたいのだろう」と一瞬思いましたが、手袋にはカエルの絵柄があり、膨らんでいるので、私は「ははん」と思い、カエルの絵柄を押してみました。「キュッ！キュッ！」と音が出て、私が驚いた様を見て、幼子は嬉しそうに声を立てて笑いました。私と幼子の間に、カエルの鳴き声を通して、共感的な感情が一瞬芽生えたのです。幼子が欲したことに応えることができた。こんな幼子にでも、人とのコミュニケーションを企み、感情を共有することが出来るのです。聞くところによると、このお子さんは1歳6ヶ月だそうです。私は思わずその両親に「このお子さんはとても健全に発達しています」と申し上げてしまいました。父親は「何故その様に思うのか」と熱心に聞いて来られました。「先程から拝見していますと、お母様が常に、お子様と過ごすのが楽しい、という気分で **interactive** (双方向) な関わりを持たれています。それがお子様のコミュニケーション能力や共感性の発達を助け、人生の良いスタートが切れていると思います」と答えました。帰り道、私は、児童精神科医の佐々木正美先生のお話やアンリワロンの研究について思い起こしました。同時に、コラムの第三話で紹介した「**still face**」の事例も思い起こしました。その話をもう一度紹介します。6ヶ月の赤ちゃんの話です。

「先日フィンランドでセラプレイ（別の機会に説明します）の学会がありました。出席した人から資料を見せてもらいましたが、発表の中に、**still face**（静止した顔）という

実験がありました。赤ちゃんをあやしていた母親が突然無表情になるのです。赤ちゃんは何とかコミュニケーションを取ろうとして、母親に笑ってみたり、何かを指さしてみたり試みますが、それが駄目だと分かると激しく泣き始めます。赤ちゃんにとって、母親との相互作用はとても大切なことなのです」(コラム第三話 より)

6ヶ月の赤ちゃんでも、コミュニケーション能力があり、共感的な感情の相互交流を強く求めているのです。共感コミュニケーションの重要な要素です。

今回の話は、「共感的な感情・人とつながること」についてです。
先ず、アンリ ワロンの発見について紹介をさせていただきます。

アンリ ワロン (フランス) 共感的な感情と人とのつながり

ワロンは、「生まれてから成長するプロセスの中で、どのように私自身を作り上げて行くかが、人間のテーマである」と言っています。

ワロンは「共感的な感情」を人間は生まれながらにして持っている、それがどのようにして育成されていくかを研究しました。長い年月を費やした入念な観察による研究で、以下のことを明らかにしました。

生後 1～2ヶ月	おっぱいを飲みながら、母親の目を見ている。母親が微笑むと微笑み返す(微笑みの交換)
2～3ヶ月	赤ちゃんは、母親がそばにいて欲しいと望む
3～4ヶ月	赤ちゃんは、「母親に自分が喜ぶことをして欲しい」と望む
4～6ヶ月	赤ちゃんは、「母親が自分の喜ぶことを、喜びを持ってして欲しい」と望む

この事実はワロンの最大の発見です。自分も嬉しい、ママも嬉しいという感情は、他者との感情の共有、共感、コミュニケーションの萌芽です。情緒の発達萌芽でもあります。

- 今まで自己と他者が未分化であったものが、「自分が嬉しい」という気持ちと「ママも嬉しい」という気持ちが同期することにより、同期した他者の存在をより認識することになり、他者との分離が、自我の目覚めと共感意識を育てる第一歩となるのです。母と子はそれぞれ独立した個体であることを、共感することにより、知り始めるのです。
- 母が自分とは別の個体であるという自覚は、母との分離でもありながら、共感することによって、心がつながっているという認識を産みます。これが、人とつながっている

くこと、人が社会的存在になる入口なのです。分離しながら連帯する。人は、人と人の間に育って、人間となるのです。

- 同時に、「母親が自分の喜ぶことを、**喜びを持って**して欲しい」と望むということは、赤ちゃんは、「自分が居ることを、お母さんが仕合せに感じている」ことに喜びを感じるのです。赤ちゃんは自分が、**母親に与えている「価値」に満足する**のです。これは**自己肯定感の始まり**、自尊心の始まりでもあります。自分の存在が母親に喜びを与えているという感覚。他者と喜びを分かち合うことの悦びに目覚めるのです。人の本質的美質は、他者に喜びを与えることに喜びを感じることです。この感覚はここから始まります。本来、人の生き甲斐は、自分が努力して、大切に思う他者を仕合せにすることにあるのです。その本質の健全な発達を親は助けるべきです。しかし健全な発達を阻害する育て方が多いのです。
- 健全な親子関係からくる自己肯定感は同時に母親をはじめとして、人間という存在全体や、生まれてきた世界に対する肯定感にもつながります。健全に発達した人は、その意味において、自分を大切にするだけでなく、他者も大切にし、**つらい時、困難なときにも明るく頑張れる良い意味の根拠のない自信**が持てるのです。エリクソンはそれを、基本的信頼（basic trust）と呼びました。
- 日本では、「育児ノイローゼ」、とか「育児不安」とか、「子育てが大変である」、「親の自由を奪う」等と、子育てのネガティブな面を強調する社会の風潮が高いのです。大変だと思いながら、子どもの世話をしても、子どもは真に仕合せと感じられないのです。基本的信頼関係は築けないのです。女性が「子育ては楽しい」と思えるようになるためには、社会システムや人々の考え方が、例えば、フィンランドのモデルの様に変わらなくてははいけません。自分達で今できること、各家庭で改善しなくてはならないことは、父親の家庭・子育てへの参加です。全てを母親が背負い込むのではなく、父親が家庭の中でしっかりと父親の役割を果たし、母親任せにしないで、子育ての中に実際父親が入ってくる必要があります。**精神的に母親を支える**ことが大切です。そのためにはご夫婦のコミュニケーションを良くすることが必要条件です。幼小の受験面接でも、父親に「どの様にお母様を支えていらっしゃいますか」等と聞かれることがあります。子育てをシェアしなくてははいけないのです。某有名私立幼稚園の元受験担当教諭も「幼稚園受験ではお父様が決め手です」と明言していました。お父様が日頃どの様に子育てに関わっているのか見られます。
- 脳科学者の澤口俊之博士はこのように言います。「ヒトの場合、『心の痛み』と体の痛みは密接に関係している。『痛み神経回路』が前頭連合野の内側面（前帯状回皮質）にある。この神経回路は体の痛みのみならず、心の疎外感に深く関与している。（中略）その痛みを『心の痛み』までに進化させてきたのがヒトの特徴の一つだと言って

よい。そして、相手を攻撃したり、相手から疎外されたりする際に心の痛みを感じるのは、『互いに助け合う』という共恵戦略をヒトが採用してきたからこそ、である。さらに、痛み神経回路は『心の理論』、つまり、相手の立場に立ったり、相手の心を推測・予測したりする脳機能と深く関係している。同情や共感と関係するのはもちろんである。」(『学力と社会力を伸ばす脳教育』澤口俊之 講談社)

- 大きな地震や津波等の災害があったとき、「何かをしてあげたい」「自分にできることはないか」という思いに突き動かされ、たくさんのボランティアが駆けつけるのも、ホームに落ちた人を助けるためのとっさのアクションも、こうした人間の本来持っている「互いに助けあう」という人間の美質です。共感する心を通して、他者のためも自己のためもなく、一体感をもったつながりが生じるのです。そしてその時、人は心地よい気持ちで満たされるのです。
- 母親との基本的信頼関係が出来て、やがて、母親の周辺の父親とか、兄弟、その周辺の人と喜びの感情を共有（共感）出来るようになります。他者と喜びの感情を充分分かち合う経験を持って、初めて、他者と悲しみ、苦しみ、痛みの感情等を分かち合うことが出来るようになります。
- 先ず、具体的に必要な育児や養育の方策は、子どもの喜ぶことを喜びをもってしてあげることです。たとえば、子どもの喜ぶような食事の献立に喜びをもって取り組み出来ているか、子どもが喜びや幸せを感じられるような話題や活動に喜びを持って参加出来ているか等です。私も嬉しい、お母さんも、お父さんも嬉しい。これが共感です。そのためには、母親が子育て、赤ちゃんと居ることが仕合せだと感じていることが必要です。そして、父親が家庭の中で父親の役割を果たすことで、母親は家庭の中で、より母性的になれるのです。今は、母親が父親の役割までこなし、余裕もなく、子どもを寛容に受け入れる愛の発露の場が少なくなってしまうのです。母親が、いつも子どもに指示を与え、きつく、怖く、厳しく、叱咤し、支配してしまうことにもなってしまうのです。本来母性は、包容力や愛に満ちていて、寛容な存在なのです。
- 例えば、家族揃って食事をすることは、本来日常の普通の風景ですが、最近大切にされない風潮があります。追跡調査をすると、家族団らんの食事の機会が多い子どもの方が、社会性の発達や言語の発達の優位が見られるのです。テーブルを囲んで、食事をしたり、ゲームをしたりすることを、ICE では「丸いテーブルの時間」と言って、皆様にお勧めしています。あるご家庭では、日曜日の夕食はお父様も参加して料理を作るそうです。小学校受験のお子様のかかりはミニ野菜を栽培して、その時の食材として提供することで、家族の皆が参加する食事は格段と楽しく、美味しいそうです。小学校受験日も迫ったころ、あるお父様からお手紙をいただきました。内容は、受験の成否に関係なく、受験を前にして、家族が一体になれたこと、子どもの将来や子育て、教育について考えることができたことを感謝します」との主旨でした。その中で次の様にも言われています。「9月になると疲れが出てか、子どもがスランプになり、

幼稚園での悩みもあった様で、こどもは泣き、妻は叫ぶ毎日。私は何が出来るか悩みましたが、家族で楽しい時間を共有しようと思いました。アウトドアは苦手でしたが、日曜には多摩川でバーベキューをしたり、家では皆でゲームをしたりして、笑い声にあふれる時間を過ごせる様にしました」。このご家庭は、第一志望校に合格なさいました。乳幼児期を超えても、楽しい時間を共有することは大切なことです。

- アメリカでも共感力が急速に低下しています。電子メディアによるコミュニケーションが最大の原因ではないかと言われています。相手の気持ちに生で触れ合う機会が無いからです。実際の触れ合いでは、声のトーン、表情、息遣い、生身の共感を分かち合うことが出来ます。共感力の低下は日本でも同様です。共感力は、幼小期からの豊かな家庭生活や生活体験の中で、自然と訓練されて育つものです。実体験の中で人と共に関わる必要があります。
- 子どもは「淋しい」「哀しい」「空しい」「嬉しい」「楽しい」など、感情を表現する言葉を、人と関わり合いながら、子ども時代からの体験によって内実を伴いながら覚えるのです。「思いやり」も「思いやり」を受けてみないと分かりませんし、ペットであれ最愛のものを失って悲しんだ体験が無くては、「喪失の悲しみ」についての実感がわかないでしょう。私立幼稚園の両親面接でも「命の大切さをどの様に教えていますか」という問いがあります。命があるものに囲まれて、命と関わりながら育たなければ、実感としてわからないものです。「ヒトを殺してみたかった」と言って人を殺す女学生には、共感的な感情が育っていませんでした。このような人達はまさに「異邦人」であり、私たちの文明が生み出した「あだ花」、犠牲者なのです。
- この共感力は社会性の根源であり、人が社会的存在で、人間であることの由縁です。母と子の愛着形成の中で、兄弟やお友達と遊びで関わる中で、仲間とスポーツやクラブ活動で関わる中等で育まれます。
- 稽古事は一つ一つのスキルを向上させることには役立ちますが、人との関わりがあることもさせないと、社会性や共感感情は育ちません。稽古事漬けは危険を含みます。日本では戦前までは、地域のコミュニティーがありました。例えば、韓国では、若い人が教会のアクティビティーに積極的に参加して社会性を育んでいます。
- 最近たまたまある私立（小中高一貫校）で学んだ大学生達と知り合う機会がありました。皆好青年で、人間力があり、今、名門大学で学問も含め、充実した学生生活を送っています。共通する項目が一つ。小学校からスポーツのサークルに入って、人と関わること、ルールの中で自分を磨き競い合うこと、協力をすること。そして、勝ったり負けたりして、喜びも悔しさも仲間と共有・共感することを重ねてきた青年たちです。また、ある女性は、ミッション系私立女子校で、英語会のサークルに参加し、先輩、後輩、同級生達との関わりの中、目標のために皆で協力したり、頑張ったり、本

来、人間として、人が経験すべき場を与えられて、成長していきました。私立で学ぶということは、勉強だけでなく、同時にその様な過ごし方が出来るということなのです。幼稚園から高校まで、一貫した教育方針の中で、ぶれない価値観のもとで人間教育も行われるのです。

- ICE の小学校受験に、「行動観察」というジャンルがあります。集団の中でどの様に仲間と関わって行くかという体験をさせるのですが、経験を重ねるうちに、子どもはみるみる変わってきます。相手への配慮や、自分の考えを伝えたり、相手の話を聞くこと、調整力、問題解決力、創造力も目立って変化・改善してきます。実際、担当教師も子ども達の進歩に驚いています。つまり、子ども達の経験値が低かったのです。ICE の行動観察は、特別にプログラムされたものです。
- 最後に、「共感力」を子育てに役立てる方法について考えましょう。プロのカウンセラーが使う技術です。子どもが何か大きな悩みを抱えているようでしたら、普段のアプローチを変えてみてはいかがでしょうか。先ず、自分の意見や価値観を押し付けずに相手の話を聞く態度が、共感において非常に重要なのです。親は、ついつい相手の本音を聞かずに、機関銃の様に自分の意見を言ってしまいがちです。相手ができるだけ自由に、安心して、のびのびと話せる様に、相手の思いをありのままに受けとめていくことに努めてはいかがでしょうか。「受容」とは、「非審判的」にありのまま受け入れることです。そうすると、いつの間にか相手に共感できる自分に気づくかもしれません。あなたの「意見」が相手にとって重要になるのは、そこからです。共感が成立した、その後からなのです。一方的に親の意見を押し付けられるのではなく、人は一人で解決出来ないことを、一緒に考えてくれる人が必要なのです。
- 企業が学生に求める一番の能力は「コミュニケーション能力」です。「共感」の無いコミュニケーションは相手の心に響きません。人を感動させることも出来ないでしょう。
- 乳幼児期からの教育目標に、子どもの「共感力」を育むことを掲げるべきです。自然との関係、人との関係、知的世界との関係等、劣化した子育て環境に目を向ける必要があります。ICE 教室は、単なる受験教室ではありません。発達段階に合わせて、どの様にお子様と関わるべきかお伝えします。

次回は「ICE のモンテッソーリ教育」についてお話したいと思います。

ICE 内部生の保護者様とは「躰について」お話ができる様にしたいと思います。

以上