

## 個人的子育て体験から考える男性援助

---

松本健輔 坊隆史

この連載を区切りのよい第20回で終了することを決めた。必然的に私、松本健輔は今回が最終になる。これまで私の回は夫婦カウンセリングをする立場で男性援助を論じて来た。最後は私個人の体験を通して思いつくまま男性の子育て、そして支援を考察してみたい。私自身父親として決して誉められる父親ではないと思う。保育園で他のお父さん達に接すると、本当に子ども中心の生活をしている。それが出来ない父親だからこそ考えたこと、経験したことが少しでも何かの役に立てればと思う。

### 「仕事頑張らないと！！」

このフレーズは第一子、第二子妊娠の報告のどちらも自動的に頭をよぎったものである。夫婦カウンセリングをしていると、出産を契機に夫婦関係が悪くなった話を多く聴いてきた。子は鎗ではないようだ。カウンセリングの場で一番大きく出る違いは、男性は子どもの誕生に際して仕事を頑張るという責任を感じることである。逆に妻は、夫に仕事以上に精神的支えを期待する。かくして、夫が頑張ろうと思うことと、妻が夫に頑張ってもらいたいとおもうことがズレていく。プロとして日々それを実感している私ですら、無意識にそうになってしまうというのが恐ろしいことだ。

### 男にとっての仕事

そもそも、男は外で仕事をして、女は家庭を守ってというのは、富国強兵制度の中…といった説明は他の専門書に譲る。ここで考えたいのは、援助という視点でとらえると、仕事への頑張りがあるという点である。専業主婦に限らず、共働きであったとしても、妻は時短勤務などの育児制度を用いることで家計の男性の稼ぎの割合が増える。このような状況になれば多くの男性が家庭を支えているという自負と責任感を持つ環境が整う。一方で、女性の

子育てのストレスは相当なものがある。核家族化が進んだ今、地域や家族の支援が当たり前を受けられる環境にある人は以前よりも少ない。必然的に母親の心理的ストレスは増えていくことが安易に想像できる。子どもと24時間向き合い、へとへとになっている妻のところに、仕事が疲れて帰ってくる夫が会う。そこで妻は労いの言葉を夫にかければ上手くいくのかもしれないが、そんな余裕はない。夫も妻に子育ての労いをかければ上手く行くが、そもそも労う大変さは子どもと接する時間が多くなければなかなか実感できない。そこでも夫婦の間に大きな溝が生まれる。

私の話に戻ろう。私は、私設で夫婦のカウンセリングを行っている。夫婦で来る方が多いので、必然的に二人で来れる土日、平日の夜間が多くなる。それ以外空いている時間は、専門学校で講師をしたり、他機関でのカウンセリングも行っている。そうすると朝早く家を出て、帰りは夜遅くなる。当たり前だが、子どもとゆっくり過ごす時間はあまりもてない。ただ、私の中で多少の自信があった。朝は子どもを保育園に送り、出来る限り迎えに行き公園で遊び、仕事を終わった妻に子どもを引き継ぐ。限られた時間の中で子どもに関わっているという自負である。しかるあるとき妻からこんな一言をもらった。

### 「子どもに愛情あるの？」

カウンセリング場面で、耳にタコができるほど聞いてきた言葉だ。仕事にのめり込む夫を見て、妻は夫が子どもに愛情がないのではと疑う。そこから亀裂が発生することは多い。でも、まさか自分にも同じ状況が起こるとは夢にも思わなかった。でも、今思うと当たり前だと思う。それを実感したのは子どもとの時間を長期間共有した体験と、子どもの躰を考えた時である。

### 子どもと二人きりで過ごす時間

子どもと二人っきりという逃げ場のない中で、子どもの過ごす貴重な体験をいったい何人の男性が経験するのだろうか。子どもは母親がいないとだめ。泣き止まずのも、寝かしつけるのも父親にはできないと思っている父親は沢山いると思う（恐らくそれと同等数の母親も父親ではできないと思っているが）。実は私も同じまでとは言わないが、苦手意識はあった。ただ、ラッキーだったのは共働きという環境だ。つまり、妻が仕事で遅くなったり、飲み

会にいくからと子どもを寝かしつけないといけない場面があったからだ。また、妻に休養をとってもらうために、意図的に新幹線で2時間以上かかる実家に泊まりに、まだ二歳になっていない息子と小旅行したという経験も大きな意味を持った。その時間は苦痛と嬉しい驚きの連続だった。

子どもと長時間二人きりになると、まず大きな変化だったのが、母親に甘えるように自分に甘えてくることだ。それは、父親には絶対に見せない顔だと思っていたので驚きだった。ただ、もちろん夜になると母親が恋しくて泣いたり、夜に突然泣き出してなかなか泣き止まなかったりなど慣れないことの連続だった。それでもすごいのは子どもが母親がいないという環境に順応してその代わりに父親で我慢するということだ。（今二歳半をすぎ、言語化できるようになった今は母親がいなくなるとひとしきり泣いた後、「お父さんでいい」と呪文のように言うようになったが）。一方、私はその大変な変化と苦労の中で恥ずかしい話、初めて愛着が形成された気がする。冒頭で述べたように、保育園で他のお父さん達と接すると、「産まれた時から目に入れても痛くない」といった感じで接している人たちが多く、どうしても共感しにくい部分があった。それが、子どもと二人きりで甘えさせて上げる時間と、苦労する時間を共有することで子育ての自信と子どもへの愛情、そして子どもとの間の愛着すべてがあがった実感がもてた。

カウンセリングをしていると、夫の子育てが心配で夫には預けられないという母親によく出会う。その度にとってももったないと感じる。心配には根拠があるのかもしれないが、預けないと能力は伸びない。大変さも実感できない。なにより、母親が一人になる貴重な時間が失われる。夫にも妻にも大きな損失だといえる。

### 子育てへの無力感

父親の子育てを考えると、大学で習った学習性無力感の話を思い出す。セリングマンは犬を用い、回避できない状況で電気ショックを与え続けると、回避できる状態になっても回避しようとしなくなることを見出した有名な心理学実験の考察である。つまり、無力を学習するのだ。父親の子育てはその危険性が常につきまとう。仕事で多くの時間を使い、少ない時間で子どもに関わろうとすると子どもは「お母さんがいい」と拒否する。時折機会をみて父親がご飯をあげたり、寝かしつけようとしたりしても、子どもは普段から面倒をみている母親からのそれを求める。時には、いつも子どもと長

い時間を共にして子どもをよく熟知している母親に、ダメ出しをうけたりする。どこで見たかは記憶にないが、ある記事に専業主婦達の嘆きが紹介されていた。毎日朝から晩まで育児をして家事をして頑張っているのに、お母さんが帰ってくると全部お母さんにとられてしまうと。子育てにおいて、子育ての研究領域では母親の育児に関する優位性はまったくないという主張もあるが、現実には母親と比較された形になることで無力感を感じている男性は多いように思う。

### 子どもの躰

子どもとの距離があり、疎外感を感じた時、ふと母親の躰が甘いように目に映った。この話も夫婦カウンセリングの場で話される定番である。片方の親ははは子どもに将来的な自立を促すために厳しく躰けるように言い、もう片方の親は時期がきたらできるからと激しくもめる。そこには、同じ子どもの成長を望む親であるにも関わらず、育児の考え方で相容れない夫婦の姿がある。ただ、体験的に私個人のことで言うとそこには、母子の繋がりへの嫉妬も大なり小なり入っていた気がする。恐らくだが、もっと子どもと距離があつたら、一般論を振りかざして厳しい躰を促してしまう自分がいるのかも知れないと考えると少し怖くなる。関係が希薄で甘えてこない、厳しくする選択肢を取りやすくなる。その悪循環が母親からすると愛情がないように見えたりもする。ちなみに、逆のケースもよく目にする。父親が寛大で、母親が細かく躰をする。母親からすると、父親は子どものことを考えていないから甘やかすと見えてしまう。結果、子どものことを考えていないという喧嘩になる。

### 父親になるということ

子どもが産まれた時に感じたことを一言で表現すると責任感という言葉が一番ぴったりくる。私にとって、子どもの誕生は父親として家計を支えるという自覚を促す経験であった。逆に考えると、子どもが可愛いとか、子どもに関わりたいたいという経験ではなかった。父親になりきれていなかったと思う。もちろんまだ父親と胸を張って言える状態ではないかもしれない。ただ、誰の助けも借りず子どもと二人で長時間過ごすという経験は、父親になる環境を提供し、確実に父親に近づけてくれた。すべての父親にとってこの体験が必要なのかと言われると恐らく違うだろう。産まれた瞬間から父親

になれる人もいるのだと思う。ただ、そうではない場合、こういった体験をいかに作って行くか、その支援を各領域で援助者がどう促し、環境調整をしていくのか。それが父親になった男親への一つの支援の形になるのではと、自分自身の体験から感じた。

## おわりに

ある女性に、一日子どもと過ごして母親の大変さがわかったと誇らしく話したことがある。「一日過ごしたからって分かったなんて言ってもらっちゃ困るわ」と返されてしまった。当然の話である。専業主婦で24時間子どもをみている母親には本当に頭が下がる。ただ、私がこう思っているのは、毎日夫婦のカウンセリングをする中で、子育ての大変さを聞かせて頂いていることと、たまたま子どもと長時間いる経験ができる環境で生活しているからだ。一步間違えたら、子育ての大変さを分からない父親となっていたという自覚があるだけに、母親の大変さを共感できない男性が悪いと一言で非難する気にはなれない。でも、だからこそ、対人援助職者として、そういう環境を作るお手伝いができればと思う。

## 原稿を書き終えて思ったことと謝辞

この原稿を書く中でいろいろ本当に考える機会を頂きました。原稿を書く中で嫌というほど感じた思い。それは、男性支援を考えれば考えるほど、その奥にある妻の顔がでてきてしまうということです。恐らく、妻の支援で考えたら夫がでてくるだろう。さらに、もう一つ奥には家族が見えてくる。どこまでいっても、家族をシステムとして見るという視点が染み付いてしまっている自分がある。私にとって男性支援とは、家族支援、夫婦支援の一形態なんだろうと思う。その気付きは自分の今の立ち位置を再確認するとてもいい機会になりました。この環境に導き、支援してくれた中村正先生、団士郎先生、そして一緒に一緒に連載し常にアドバイスをくれた坊隆史先生にはこの場を借りて感謝申し上げます。