

## コラム第1回 「安全感と対話」



子どもが育つとともに、親も一緒に（親として）育つ。この言葉は、親と子は十分な関わりの中でお互いに成長しあうものだという意味で用いられます。私自身も1人の親として、この言葉を忘れてはいけないなと感じることがあります。

話は少し飛びますが、3月の卒業式の前、卒業生のご家族が3年間のお礼にとご挨拶に来られました。その際「うちの子は小学校も中学校も含めて、未来学園での卒業式が皆と一緒に始めるはじめての卒業式なんです」とのお話を聞きました。私はそのとき、親子で多くの困難を乗り越え、葛藤や苛立ちや失望や苦しみを抱えながら今日まで成長し続けてきた生徒本人とご家族の苦勞が、まさに報われる瞬間に立ち会わせていただけた実感を得ました。

今年度のコラムでは、私も含め、みんなが相互に成長しあうために大切なことはなんだろう？をテーマに、僭越ながら、多少の心理学を学んできた者として筆をとらせていただきました。

私は、未来学園で出会う生徒たちも含め、人はみな「それぞれの人生の流れ」を内にもっていて「成長する力」が備わっていると考えています。その流れが滞り、成長力がうまく発揮できないとき、さまざまな問題・トラブル（だと周囲が感じるものごと）が起こったり、気力が湧かなくなってしまう。

こうした子どもたち1人1人の「人生の流れ」をスムーズにして、「成長する力」が発揮されるために大切なことの1つに「安全感」と「対話」があると考えています。そこで、まずは私の大学院の恩師である村山先生と、若者の精神的危機に向き合ってきた岡田先生お2人の言葉を引用しながら、安全感と対話の意味を感じてみたいと思います。

学校や職場への新入当初は、よりどころが希薄なため、どこで何をやっていいかわからず、不安（初期不安）が高まりやすい時期です。「小1プロブレム」や「中1ギャップ」という、新たな環境に適応しにくい時期についての呼び名もできたほどです。また、小中学生のみならず高校生や大人

でも初期不安が高まりやすい時期があります。そんな時期は集団・一斉行動がいき過ぎるとより不安が高まりやすくなるため、まずは『一人ひとりでいてもらう。そして今の気持ちを味わってもらう』。そして『いろんな気持ちを持っていて大丈夫、そういう気持ちを自分に許すことができる場を体験してもらう』（村山 2010）ことが初期不安の緩和、安全感を育みます。こうした不安なときは、無理に前向きにしようとするより、不安な気持ちや、嫌い・イヤなどネガティブな感情が適度に出せる方が安心できることもあります（ただし、何事も過ぎたるは及ばざるが如しですが）。

また初期不安が高まる時期ほど、対話が大切になってきます。対話が成立するために必要な条件は『「安全感を守る」ということです。（中略）相手がよく話す状態を作っていくことが、親密さや信頼を深めていくのに有効なのです。そして、その第一歩が、聴くという姿勢なのです』（岡田 2011）。つまり「聴く」ということが、安全感を守る対話の基本姿勢になります。

繰り返しになりますが、まだ馴染んでいない場や知らない人が多い状況では、初期不安を緩和して安全感を守るための「対話」、とりわけ相手に関心をもって「聴く」ことが大切なようです。そこに「笑顔」が加わればなおのこと効果を発揮します。松江未来学園でもこうした初期不安が高まりやすい、まさに今の時期は非常に重要だと考えています。ナイーブになりやすい時期だからこそ、ご家庭でも安全感を大切にしたい、受け入れる姿勢での対話、共感して聴く姿勢に心を寄せていただくといいのかもしれませんが。とはいえ思春期の時期はときに対話が難しく、思ったように親心が届きにくい時期でもあります。お互いに様子を感じ合う中で、ほどよいタイミングが訪れるのを気長に「待つ」ことも大切な一歩なのかもしれません。

野中浩一 拝

