

自分と未来は、自らの力で変えられる

うつ症状について知りたい機会があり、あれこれネット検索した。

ヒットしたものに目を通す中で、統合失調症から脱却した女性の HP の次のような文章に目が留まった（注は、私の補足）。

「私なりに考えた生物学的、医学的な方法ではなく、環境や生活の中からみえるこの病気について書きたいと思います。……。

原因は、家族の育て方のためであるという説は違うように思いますが、しかし、大きくいって、育て方というようなことの意味に関連して、その人の育ってきた環境とは関連があるように思っています。……。

私が関わってきた（注：同じ病気の人）全員が、楽しい家族での体験の思い出が少ないように思われるからです。自分の居場所がなく、いつ自分が跳ね除けられるのかという恐怖（注：不安かな？）が付きまどっていました。……。そうですから、一番必要になってくる治療は、温かい家族があることです。……。」

この記述を目にして、以前当 HP に掲載した読後感想記事「『弱さも我の一部なり』と云える勇気を持ちたい！（「雑学 BN」の書籍等読後感関係（I）P、2003. 9.20.：参照）」を思い出した。その書籍の中では、精神障害の方々は、「人間関係というあらゆる組織の生命線ともいえる部分に最も深刻な『もろさ』抱えた人達」であり、それ故に「人間関係において回復し、人間関係の中で自信を取り戻していくしかなく」と記載されていた。

生まれて最初の人間関係って、家族ですよ。

また、女性が記述している「一番必要になってくる治療は、温かい家族があることです。」を目にすると、自己肯定、自己確立の最基層期である「幼児期の空洞化」問題（「雑学 BN」の覚え書関係（II）P、2005.06.21.「乳幼児期の『自己－他者』形成の最基層について」：参照）と重ね合わせて考えてしまう。

「過去と他人は変えられない。自分と未来は、自らの力で変えられる。」という言葉がある。

要は、人と係わり合い続けることからの「自己－他者」形成過程で、自らの行動様式を自らが変え、自らの未来を自らが切り拓いて行くことが大事ということかなあ。

一方、保育士を目指す学生に授業する身の自分としては、乳幼児期の「自己－他者」形成が如何に大切で重要か、また、大人が子どもとどう係わり合うかをどう学生に伝えるか、痛感させられた。

授業でどう伝えるか、早速、自分自身にチャレンジしたい！

（2006年8月4日記）