

インナーマザーからの解放は、カミングアウトから

偶然目にした番組「母と私 連鎖“インナーマザー”」で、「インナーマザー（内なる母）」という言葉に初めて接したので、ついでにネット検索してみた。

実母の期待に応えようと過ごした子ども時代の思い出が、自分の子育てに大きく影響を与え、悩み苦しんでいる40代の女性が多いとか。

つまり、自分の心の中の自分に対する批判者としての実母「インナーマザー」の存在ということのよう。

実母は我が娘の将来の幸せのために良かれと思い、つい無意識に我が子に「こうしなさい!」、「こんなこともできないの!」と云ったようなつい批判的な言葉をいつも口に出ての子育て。

一方、実母からの批判がトラウマになっていて、娘を育てる時にトラウマが呼び起こされて実母に批判されないようにと努め、母親のその必死さに娘は負担を感じ続けて精神的変調（拒食症等）を来す事例もあるとか。

それだけに「インナーマザー」は世代連鎖することもあり、「インナーマザー」問題を抱える母娘が増えてきており、母娘は同姓であることから、「仲良し母娘」と云われるようにその距離は近いだけに、拗れると複雑なことになることもあるよう。

母娘に限らず家族間の「つかず、離れず」の距離感は、本当に難しい問題。

さて、番組を見終わって、数年前に出会った学生たちを思い出した。

「母親からのダメ出しの多い中で育ったので、友人と付き合ってもいつダメ出しされるかと不安になる」という学生、「小さい頃から母親に好かれようと振る舞ったためか、今も人付き合いが苦手で拒食症気味」という学生、「首都圏に就職内定したが、母親が離れられるのはイヤというので内定を断ろうかと迷っている」という学生。

こうした学生は、今思えば「インナーマザー」に悩む予備軍だったのかな??

「インナーマザー」から解放されるには何よりも「カミングアウト」が必要らしいから、話してくれた学生たちは自らの力で解放に踏み出したということだったかもね。

それにしても、いわゆる精神病とは云えないまでも、「アダルトチルドレン」、「インナーマザー」、「境界性人格障害」、等々、実母からの育児体験が今の生き難さの要因と分かったとしても、「人と過去は変えられない」だけに、やはり「自分と未来は変えられる」を信じて、まずはカミングアウトする勇気が必要な気がする。