

# 母親にある依存的要素

－母親と娘の関係性－

## The elements of a dependent in a mother

－Relationship between mother and daughter－

平山 妙子

Taeko Hirayama

### 〈摘要〉

少子化が進む中で、親子間の関係性に大きな不変的現象が見られる。特に、母親と娘との繋がりには特別な状態性が見られ、この状態形が現象として問題視されているように思う。

ただ、母親にも婚姻間だけではなく、非婚、未婚であっても子どもを出産すれば母親となる。本稿で述べる母親にある依存的要素とは、特に娘を持つ母親について、“一卵性親子”と表現される問題点であり、研究とする。特に、母親と娘が親しく対等な関係になって来ている姿は、娘が情緒的にも経済的にも互恵的な関係を結びやすく、親密することでお互いに得るものがある、支え合いの関係であることが見られる。

そのため、父親が形の上だけでの存在となることが多く、家族への関わりが薄い場合には、母娘の距離が過剰に近くなることも予測される。母親との心理的距離が近い娘にとっては、父親との信頼関係も重要な要因となることが言えるのではないか。

〈キーワード〉 一卵性母娘 心理的距離 承認 親密性 インナーマザー

### I. 研究の目的についての実践

本研究において、定期的に行われる NPO 法人「With」会員の母親 20～30 名対象者に研究課題を提示し、質問アンケートを使ってデモンストラーションを実践する。

この研究協力法人は、「シングルマザー」のセルフヘルプグループとあるが、女性が集うジェンダー学の集いの会でもある。また、この研究に協力願う対象者には娘を持つ母親が対象とあり、母親の状況については婚姻間、非婚、未婚関係なく研究調査を実施する。

目的としては、娘との心理的距離が近い母親が娘に対するイメージを分析し、母親の

“子離れ”としての項目作成を行う。また、配偶者、パートナーのいる母親に対しては、この課題による夫婦間、パートナーとの関係性、距離間が影響するしがらみや葛藤、亀裂が招く、離別、離婚と、研究から出てくる課題性を分析調査する。本研究に現すパートナーについては次のようにも考えられるため、以下このように解釈する。

(パートナーについては母親との密度、多少の心理的依存度により、課題が不適となり省略もある)

1. 夫・パートナーとの信頼関係を測定する尺度を作成するための質問（親子間、夫婦間、パートナーの信頼感に関する尺度）
2. 娘と仲が良い母親のイメージに関する質問（夫婦関係・パートナー関係、他者への倫愛関係、家での生活状況、職業の有無、関係からくる良い点、悪い点、の6項目について自由記述でデスカッション）
3. フェースシート（母親の年齢、夫婦期間・パートナー期間、居住形態、家族構成）とする。

## II. 研究実践からの考察

### 1. 一卵性母子という表現性

成人期初期において娘と同居している母親が心理的にも精神的にも娘に依存しているという現状も指摘されており、母親と娘の心理的距離の近さはその関係性と娘の特徴次第で、娘の自立を促進する場合もあれば抑制する場合もある。一方、父親・パートナーの家族への関わりが薄い場合に母娘の距離が過剰に近くなることも予測される。

(パートナーについては、母親との密度により多少の心理的依存度が優先されるのではないか)

娘と父親との信頼関係は高校から大学にかけての時期に確立するといわれ、母親との心理的距離が近い成人期初期の娘にとっては父親との信頼関係も重要な要因となってくる。

この一卵性母子という現象には、母親との心理的距離の近さとその関係性及び父親との信頼関係が、娘の自尊感情及び対人依存性とどのように関連するかを明らかにし、母親との心理的距離が近い娘にとっての“自立への課題”に対する対処法の違いを明らかにすることが考えられる。

### 2. 母親の承認ということ

女性が出産して乳児という存在をまるごと認めるのが最初の母親という存在である。こうした乳児に向かう母親の意識と、そこから始まる充足感こそ、人間にとって最も基本的な欲望といえるだろう。こうした「母親から承認される欲望」のことをフランスの精神分析医ジャック・ラカンは「母親の欲望」と呼んだ。

つまり、わかりやすく言えば、「母親が自分の存在を欲望しているという欲望」のことである。

人間は他者との間で、この基本的な承認を求める作業を繰り返す。それを「人生」という。

その出発点で、この基本的な欲望がほぼ満たされている人は、その後の人生が比較的楽とある。「私は人に認められ、受け入れられて当然」と思える人は、特定の状況で特定の他人から拒否されても、無視されても、それほどこたえない。むしろ、「あの人（他者）変だわ」くらいで済んでしまう。まず、母親（他者）に「おねだり」をしなければならない。

しかし、厄介なことに、「おねだり」をして得られた充足は、真の欲望を満たさない。自分の欲求や欲望（欲求＝必要というのは生理的なものである。欲望というのは、生理的な必要が満たされたという「記憶」によって生じるものであり、そこには他者との関係という問題が含まれる）を読み取ってもらえないという「寂しさ」がつきまとうために、「おねだり」そのものが嗜癖化する。結果として、「貰っても、貰っても」満足がないという「貧欲」に陥る。

要するに、「おねだり」は恨みを増す。恨みは他者との関係を破壊する感情であり、これが蓄積するとやがて爆発する。この手の爆発は「自己愛憤怒」と呼ばれるものであり、これが承認を求める当の愛着対象に向けられるのである。もちろん、相手は心身ともに傷つく。たとえで言うならば、思春期になって筋肉の力が増した子どもが親を罵り殴るとき、あるいは男が愛しているはずの妻を侮辱し、暴力で制圧しようとするとき、そこに生じているのはこの種の憤怒である。

そして、「承認」に由来する恨みを抱えながら、「おねだり」もできず、憤怒の爆発も起こさないでいるのが対人恐怖者である。対人恐怖者は他者に承認されることを渴望しながら、そこで生じる「他者からの侵入」、「見知られる不安」におびえている人である。自己と他者との「相互承認」が「相互侵入」という危険を犯してようやく成立するバランスというものがある。

本稿で述べる母娘間においても考えられるように、上記で述べたこうした危険性ある敢えてこの関係に踏み込むことを「親密性」と言うのである。

対人恐怖者というのは、この「危険」を犯したがらず、それでいて自分が承認されることを望み、それが得られないことで世の中に恨みを抱えている人であることは、ここで明確にしておいた方が良く考える。

母親＝娘（親子間）においても母親は自己の中の他者に気づくようになるものであり、ネゲイション（自己否定）に満ちていた自己の内部の声が、自分に優しい友人の声に代わってくると言う。

日本の精神科医によると、日本社会に暮らす人には「親密性を築く能力」に欠けた人が

多いのではないかということに気づかされるとある。

### 3. 親密性とは対等な二人の関係

私たちは母親（ないし母代理）の関心と世話焼きの中で育ってきた。なので、母親との関係こそ親密そのものと言いたいところであるが、そうそう簡単なものではない。私たちは母親にしがみつき、依存してきたわけであり、母親の方も私たちを拘束してきたのであり、この関係は平等ではない。対等であることは二人の人間が親密であることの必須条件である。私たちにとっての「真の欲望」とは、自分以外の（人）のもう一人の人から「承認」してもらふことだとあり、必要なのは条件を付けない「まるごとの承認」である。

「そのままのあなた、そのあなたがいい」と言うのが承認であり、自分が完全無欠で、この世の中心ということになる。しかし、他者からの承認ばかり求める我がままが続くと、相手は奴隷のようになってしまう。

奴隷に承認されてもしょうがないので、自分の方でも相手を承認しなければならない。そうなると、自分の方も譲歩しなければならなくなり、他人が自分に侵入してくる不安に耐えなければならない。

こうして、私たちは「私を承認してという自己主張」と自分を承認してくれる他者に価値を見いだす「他者承認」とのバランスを取って毎日暮らしているのである。親密性というのは、こうして相互に承認し合う二人の人々の間に漂う所感なのである。このバランスが崩れた時の一つのあり方は、自分を卑しめ、承認してもらいたい人の奴隷のように支えて過ごすという屈従の人生とある。そんな人は多くないだろうと考えるのは間違えている。夫に支え、子どもに尽くし、夫の出世と子どもの成長を自分のことのように喜んでいた一昔前の女性たちの人生はこれに近かったと考える。

逆に、自分だけが優れていて強く、周囲の全ては自分の奉仕するモノに過ぎないということになると、これは寂しい世界である。寂しいから大急ぎで承認してくれる「他人」を探そうとする。そして、それらしい人々に出会うたびに、自分の力を確認しようとして相手を征服しようと攻撃する。このもがきある行動は、自分より強いもの優れたものと出会って、自分が奴隷になるまで続くパワーゲームのようである。母娘間の関係性においても根強い関わりが考えられる。

子どもの自己主張に適度な規則を加える気力を持ち、子どもが承認してもらいたい人として溜まる覚悟が要る。子どもを承認しつつ、子どもから承認を求められるものであり続けること、これが親の仕事である。

しかし、これが難しいから成人になった子どもは、親から離れようとするのである。もともと大人になってからもベタベタとまつわりつくような「友だち親子」や「一卵性母娘」ならたくさんいる。この場合は、相互に情緒的に分離した二人になってはいないのである。子どもの方で大人になっていないので、親子の融合が切れていないか、あるいは親自身が

初めから大人になっていないでチャム（仲良し）グループを続けているだけのことではないか。こうした二人の関係は親の方も、子の方も家族以外の人間関係が貧弱である。親密な関係は、あくまでも対等な個人の差異の感覚の上に成り立つものであり、相手は自分とは違うという感覚が育てば育つほど親密な関係の必要性も増し、親密性の感覚に敏感になるのである。

また、他人の奴隷になりたくない、そうかと言って他人を支配しつくす力もないというところで生じるのが対人恐怖症の人の世界であり、孤独で寂しい。それを求めるには自分の境界に他人が侵入してくるのを許さなければならず、その不安と恐怖に耐えられないという状態になる。この対人恐怖症とは、親への過度な依存から脱し、親との相互作用を経験しながら独立した個人として育って行く過程で親密性の感覚は磨かれる。一生を閉じこもって過ごす必要はなく、予防することができる。必要なことは、知識とトレーニングである。まずは、相互に承認し合うバランスが必要であり得ることを知り、体験する必要がある。

#### 4. 親密性とは「拘束されない愛」

親密性とは愛の感情である。しかし、愛そのものが親密性というわけではない。愛は時に相手を侵入し、相手を支配する形を取るが、こうした愛は親密性とは無縁である。愛に飢え、他人の承認を求めればこそ、その他人を愛し、その人の生き生きとした存在を承認する。そのためには、自分の境界に侵入されることも辞さないが、他人の奴隷として屈服するわけではない。つまり、ギリギリのバランスのところで成立するのが親密性である。

### Ⅲ. 研究検証

#### 1. 母親の意識（母親となってからの子どもの存在）

母親にとって子どもというのは「生活や人生を豊かにしてくれる存在」であり、「自分とは独立した人格を持つ存在」である。子どもを「先祖や家を受け継いでくれる存在」とみている母親は少ないと言われる。また、母親にとっての子どもの存在の捉え方は、子どもの年齢や母親が専業主婦であるか、職業を持っているかにもより異なると考える。

そもそも母親にとって、子どもとは一体どのような存在であるのか、子どもの存在自体をどう見るのかは、母親の子育てや教育に対する意識や乳幼児の生活に一定の影響を与えるのではないかとある。

次の評価表で示されている結果を見てみると、子どもを「生活や人生を豊かにしてくれる存在」と考えている母親は86.5%とある。（図1）

この結果からわかるように、この全体数値では「生活や人生を豊かにしてくれる存在（86.5%）」は、他の項目を引き離して第1位である。「自分とは独立した人格を持つ存在」

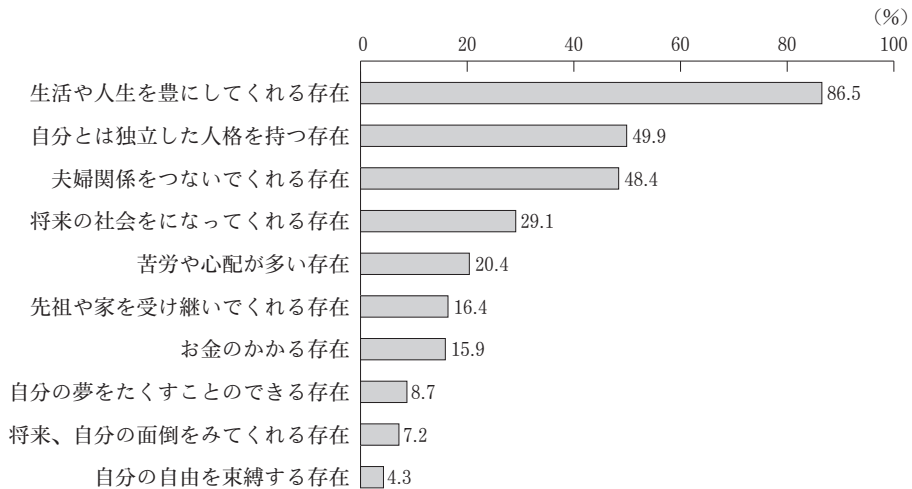


図1 母親にとっての子どもの存在（10年）

注1) 複数回答。

注2) 0歳6か月～6歳11か月の子どもをもつ母親の回答を分析。

注3) サンプル数は3,431人。

注4) 0歳6か月～6歳11か月の年齢層で分析する際のウエイトを用いて集計した。

表1 母親の子育て観（子どもの年齢別、経年比較）

		（%）						
		0歳児	1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児	6歳児
A. 子育ても大事だが、自分の生き方も大切にしたい	05年	57.8	57.6	57.3	60.5	69.0	57.8	65.0
	10年	50.6	55.4	54.4	56.9	53.7	56.0	54.0
B. 子どものためには、自分がかまえるのはしかたない	05年	41.6	41.9	41.9	38.3	30.0	39.7	33.5
	10年	49.1	44.0	45.4	42.6	45.6	42.8	45.6
A. わがママを言ったら、厳しくしかりつけるのがよい	05年	20.1	22.2	24.0	26.0	25.7	27.2	35.4
	10年	25.7	29.6	33.4	35.3	38.4	39.1	43.5
B. わがママを言ったら、分かるまでやさしく言い聞かせるのがよい	05年	78.7	77.2	74.9	71.9	72.0	70.1	62.8
	10年	73.7	68.7	65.8	63.3	60.2	58.0	54.1
A. 文字や数はできるだけ早くから教えるのがよい	05年	32.9	26.3	22.2	17.2	10.8	11.9	14.3
	10年	40.6	33.3	28.7	21.3	20.9	15.1	22.9
B. 文字や数は子どもが関心を持つようになってから教えるのがよい	05年	66.5	73.3	77.3	81.9	88.2	85.6	84.6
	10年	59.1	65.6	70.8	78.0	78.6	84.5	76.7

注1) 0歳6か月～6歳11か月の子どもをもつ母親の回答を分析。

注2) 8対の項目のうち3対の項目を表示。

注3) 無答不明があるため、Aの意見とBの意見の数値を合計しても100%にはならない。

注4) 子どもの年齢別のサンプル数は以下のとおりである。

		（人）						
		0歳児	1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児	6歳児
05年		324	649	730	333	307	322	266
10年		319	538	479	537	561	494	503

注5) 0歳6か月～6歳11か月の年齢層で分析する際のウエイトを用いて集計した。

表2 母親の子育て観（母親の就業状況別、経年比較）

		(%)		
		常勤者	パートタイム	専業主婦
A. 子育ても大事だが、自分の生き方も大切にしたい	05年	68.9	70.8	57.3
	10年	64.4	58.2	50.4
B. 子どものためには、自分ががまんするのはしかたない	05年	31.1	27.5	41.3
	10年	35.0	40.3	49.3
A. 世間で名の通った大学に通ってほしい	05年	25.5	20.9	24.6
	10年	31.5	20.4	27.9
B. 大学進学や学校名にはこだわらない	05年	74.5	77.6	73.9
	10年	67.6	79.0	71.9
A. 文字や数はできるだけ早くから教えるのがよい	05年	16.4	20.1	18.1
	10年	23.0	23.5	25.1
B. 文字や数は子どもが関心を持つようになってから教えるのがよい	05年	83.6	78.4	80.7
	10年	76.4	75.6	74.4

注1) 0歳6か月～6歳11か月の子どもをもつ母親の回答を分析。

注2) 8対の項目のうち3対の項目を表示。

注3) 無答不明があるため、Aの意見とBの意見の数値を合計しても100%にはならない。

注4) 母親の就業状況別のサンプル数は以下のとおりである。

	(人)		
	常勤者	パートタイム	専業主婦
05年	248	290	2,072
10年	464	491	1,966

注5) 0歳6か月～6歳11か月の年齢層で分析する際のウェイトを用いて集計した。

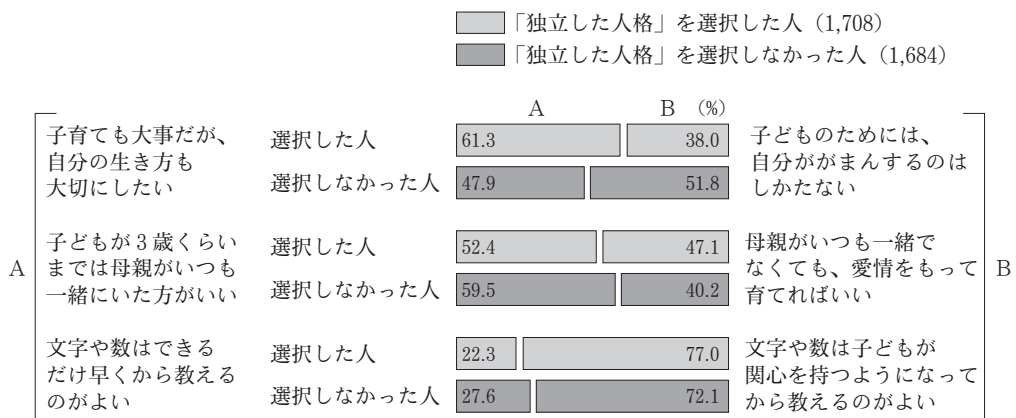


図2 母親の子育て観（「自分とは独立した人格を持つ存在」の回答別 10年）

注1) 0歳6か月～6歳11か月の子どもをもつ母親の回答を分析。

注2) 8対の項目のうち3対の項目を図示。

注3) 無答不明があるため、Aの意見とBの意見の数値を合計しても100%にはならない。

注4) ( )内はサンプル数。

注5) 0歳6か月～6歳11か月の年齢層で分析する際のウェイトを用いて集計した。

(49.9%)は2位、「夫婦関係をつないでくれる存在」(48.4%)は第3位とある。

しかし一方、社会全体が豊かになってきたこともあってか、子どもを「苦労や心配が多い存在」(20.4%)、「お金のかかる存在」(15.9%)と考えている母親は1~2割にとどまっている。また、「先祖や家を受け継いでくれる存在」は(16.4%)であり、現在、子どもを跡継ぎの存在としてみている母親は都会(特に首都圏)においては少数派であることがわかる。では、これらの数値は何を意味しているのであろうか。

子どもを、家の跡継ぎや労働力としてみている時代から近代化、都市化が進み、少子化の時代となった現在、社会、家庭、母親それぞれにとって、子どもの存在の捉え方が大きく変わったのではないかと考える。

この調査の10年では、結果として、子どもは親の人生を豊かにしてくれる存在であり、母親は基本的には、子どもを産み育てることを楽しんでいると解釈してもよいのではないか。また、子どもが将来、親の面倒をみてくれることを期待するのではなく、少子高齢化社会を支える社会的な存在としてみている部分もあると考えられる。「将来の社会を繋いでになってくれる存在」(29.1%)。

また一方では、昔から言われるように、子どもは互いに血の繋がりのない夫婦関係を繋いでくれる存在、家族の絆を強くしてくれる存在であるという考えは今も変わっていないことが理解できる。

ただ、これからも時代の変化とともに、母親にとっての子どもの存在の捉え方もさらに移り変わっていくのではないか。このデータはさまざまなことを考えさせられる興味深いものである。

## 2. 子どもを「自分とは独立した人格を持つ存在」とみる

子どもを就学時前、段階別に調査したデータには、子どもが成長するにつれ、「自分とは独立した人格を持つ存在」と考えている母親が増加している。ここで表す子どもの存在の捉え方は、子どもの年齢や母親の年齢によって異なるのではと考える。ただし、子どもの年齢が上がるにつれて母親の平均年齢も上がるため、次の評価表では、子どもの年齢を取り上げる。

## 3. 母親からの依存

母と娘、という関係性の中で出てくる問題は多い。大人になって離れて暮らすようになってからも、母親のことで気が重くなるようなことは多いという。

特に、母親と自分との間に精神的に癒着しているような部分がある場合、その母親から精神的な依存をされることから色々な問題が出てくることがある。例えば、母親から色々ネガティブなことを言われたり、母親がらみのことで何か犠牲的なことをしなければならないような状態になったり、ということ。



つまり、母親がすごく自分のことに干渉してきて、自分もその母親の意見がどうしても無視できなくて、なんだか気持ちがモヤモヤするということが出てしまうこと。

また、私たちは、自分が感じる感情にある意味では責任があり、物事をどう解釈するかで感じる感情を解釈の仕方が偏っていて、ちょっとしたことで過剰にネガティブに捉えるような物の見方や感情をととても感じやすくなる。ただし、ネガティブな感情を感じているとき、私たちはその時の強い感情を感じさせるきっかけを作った相手のことを責めたくなる。

また、母親が感じたネガティブな感情は母親のもので、その時に母親から言われた言葉で娘が精神的に癒着しているような部分があると、この辺りの境界線が曖昧になってしまう。精神的に依存している人は、相手に自分と同じ立ち位置に落ちてきて欲しいと思いやすい。それは、相手にもそれを感じてもらいたい、という気持ちが心なしか顔を覗かせている感じがするからである。自分がひどい気分であるのに、相手が楽しそうにしていたら、そのことを責める。

そこで、責められた相手が落ち込んで意気消沈したら安心するであろう。同じところに落ちてきてくれた方が楽しい気分になって、楽しいところで相手と繋がっていたら嬉しいが、自分が変化するのは逆に相手の心の平安を取りたくなくなってしまふ。良いところで繋がるのではなく、底辺で繋がりがたくその気持ちが前面へ出やすくなる。このような母親との間で、この底辺で繋がるようなパターンがあるという感じが理想だと考える。そして、母親との関係の中で何か問題が起きそうなときに、母親のせいで癒着が手放せないかという気持ちになるケースもあり、そのような場合にも、娘自ら主体的に癒着を手放す、ということを選択することも大切になる。

要するに、母親に対して、やってもらって当たり前とと思っている部分や、期待を裏切られていると感じる。

癒着があると時というのは、母親から依存されているだけではなく、娘が母親に対して依存し、自分の中にも、そのような依存的な部分がないかチェックすることも必要になる。

#### 4. 日本人の聖母像「尽くす母親」

母親とは、わが身を捨ててまでも子どもを愛し、命をかけて子どもに尽くすもの。そして、母の愛を一身に受けて育った子どもは、さまざまな困難を乗り越え、「期待の子ども」となる。全エネルギーを注いで疲れ果てた母親は、「立派になった自慢の子」となった子どもに、「私がこうして成功できたのもお母さんのおかげ」と感謝を捧げられ、背負って歩いてもらう。このような母親には、個人的には、この母親は、自分自身の中身がなく、母親の中身は「子ども」一色である。

つまり、この母親は、自分の人生を「自分のために」生きたのではなく、「子どものために」生きている。

母親の方も、成功した子どもが自分の成果と捉え、我が人生も他者からの尊敬、誇りとある偉人の母としてあがめられる。自分の人生を生きていない母親は、自分の子どもについて、大きな期待をかけてしまい、何とか子どもが世間に対して、一発逆転して人生に栄光を与えてくれないかと勝手な夢を抱いてしまいがちである。

#### 5. 世の中にあるバッドマザーと聖なる母

聖なる母もバッドマザーも、一人の女性の中にあるものである。両方あってこそ本当の自分と言える母親ではないか。いつもいつも「良き妻」「良き母」ばかりやっていたのでは、息苦しくてたまったものではない。時には男性を母のように甘えさせたり、自分のやりたいこともやれず、自分の言いたいことも言えなければ、「本当の自分」が窒息してしまう。女性も自ら「お袋」神話に乗り「母性本能」神話の罠に閉じ込められていく。母親は、自分より弱いものに向かって爆発させる現象があり、その犠牲となるのが子どもたちなのである。

#### 6. 程よくいい加減な母親の勧めが必要

「聖母」のイメージは、本来、みんなで作り上げた幻想であり、イメージでしかないという。

現実の母親には聖母はない。人それぞれの母親は聖母ではない。だからといってがっかりすることもなく、どこかに聖母を探すこともない。完璧な母親である女性などどこにもいない。聖母でなくて当たり前であり、誰も聖母の母親要素など待ってはいない。

私自身も女性であり、私自身も「聖母」ではなく、なれるものでもないので目指す必要もないのである。

きっと、目指したとたんに、私の中の聖母とバッドマザーは分裂し、いつしかバッドマザーに乗っ取られることになると考える。もちろん、バッドマザーを目指す必要もない。

要するに、ときどきは良き妻・良き母で、ときどきは自分の都合で怒ったり、妻や母の役目をさぼったりと、自分の現実に見合った程度に「いい加減」にやっていたらよく、それで十分に「良い母」になる。

子どもに対しても、子どもの人生に、ものすごい影響力をおよぼそうとしなければ、子どもは子どもで自分の人生が送れる。イギリスの小児科医・精神分析研究者、ドナルド・ウィニコットが言っているように、「程よい母」(グッド・イナフ・マザー)が一番良いという。

## IV. 研究分析と結果

### 1. インナーマザーについて

子どもにとってはインナーマザーからの影響は大きい。

- ① 生きづらさや閉塞感
- ② 説明のつかない抑うつ感
- ③ 多忙な中での退屈感
- ④ 行き詰ったような感覚に囚われる

このように子ども自身の精神状態が周囲の期待に応える言動をしているなら、インナーマザーの影響があるといえる。人と壁を作り孤独を抱えるため、密接な関係を拒むことになり、人間関係に親密さを保てなくなる。嫉妬やひがみ、被害妄想も強くなり、男女間の問題や、仕事上の人間関係の問題を抱えがちにもなる。

私たちの愛情関係や人間関係は、母子との関係から始まり、ほとんどが親との関係の繰り返しである。

また、親との（歪み）や軋轢が大きいほど、歪みも大きくなっていくことが考えられる。それは、自らの行動の制限を自らに課している結果得であることに気づくのが大事である。つまり、母親との関係や、やり取りの中で、創り上げられた自分の信念を正しく知り、そして、理解して不要な観念や信念体系を開放することが必要と考える。

### 2. インナーマザー症状としての特徴（現出）

- ① いつも何となく緊張感がある
- ② 言いたいことを言えない
- ③ 遠慮をしてしまう
- ④ 甘えられない
- ⑤ 恋愛が長続きしない
- ⑥ 子育てに悩みがある
- ⑦ お金に対する不安や悩みがある
- ⑧ 心から楽しめない
- ⑨ 頑張らないといけないと思う
- ⑩ 新しいことに挑戦ができない
- ⑪ 人の目や評判が気になる
- ⑫ 人と親密になれない
- ⑬ 人との距離の取り方が解らない
- ⑭ 自身が持てない
- ⑮ 漠然とした不安がある

- ⑯ 自分の気持ちが解らない
- ⑰ 完璧主義
- ⑱ 決められない・迷う
- ⑲ 被害者のように感じる

これらの症状から分析結果として、インナーマザーとは、批判的であり、否定的でもありと、厳しく管理する支配的な母親のような思考と行動パターンだと考えらえる。

## V. 研究によるまとめと今後の課題

### 1. 母親が持つ支配と依存

自尊感情、対人依存欲求の差については、「母の支配」が高い娘は自尊感情が低く、「母への依存」が高い娘は対人依存欲求が高いことが明らかになっている。「父親への信頼」は娘の自尊感情の高さと関連があることが示されているが、それ以上に「母の支配」が娘の自尊感情と関連することが示唆された。

「自立への課題」に対する対処法の違いについては、「母への依存」が高い娘が母親と対立した場合、「父親への信頼」が高い娘は、職業選択においてより多くの人に相談し、自分の意志を親に伝えることができることが推測される。一方、「父親への信頼」が低い娘は、職業選択、及び、一人暮らしにおいて母親の意見は聞き入れずに勝手に決めるというような面がうかがえた。「母の支配」が高い娘が母親と対立した場合、「父親への信頼」が高い娘は、職業選択、及び恋愛関係において家族に受け入れてもらえることを重視する一方、「父親への信頼」が低い娘は職業選択、及び恋愛関係において家族に反対されても自分の意志を貫くという面がうかがえた。

母親との心理的距離が近い中で、父親への信頼が高い娘は、家族に相談をし、意見も参考にしたうえで意志を伝えることができるということが明らかとなる。

### 2. 母親自身の「生き方」を創ること

母親自身が「私は私で、このままの自分を認めること、このままの私で十分。母親という前に個人として愛される価値がある」という自己肯定感を持つことだと考える。家庭を持ち、親になって、折角もらった立場においても、良い関係を創っても、いつも「こんな自分ではダメなのではないか」と思ってしまい、結局、想像どおりの悪い結果を招いてしまう。まずは、「私はこれで良いのだ、このままの自分が良い」と自分のことを愛し、自分で安らいでいる人は、他人に癒してもらおうという野心でギラギラしていなく、愛情を無駄にしない。要するに、そのように考えられる母親の方が結局、家族からも他人からも周りから愛される。

人は、自分で自分のことを愛している分だけ、他人に愛されるのかもしれない。自分を

愛することができる人は、他人に対する共感性も高いので、他人を愛する能力もたっぷり備えている。

他人を愛する能力とは、世話焼きをする能力とは別のものであり、ましてや、相手を独占したり、縛りつけることではない。必要な時には他人の面倒をみることもできるが、その必要性を見分けることもできる。

良い人間関係が保てることで肯定感がさらに高まり、また他人にも愛されるという、良い循環をしていることである。自分を愛するということは、本当の自分とかけ離れた理想の自分を頭の中で創り上げて、その自分を愛することではない。過去にすばらしかった自分や、未来のありのままの自分を「これで良い」と受け入れることだと考える。

母親であろうと人間であり、人の子である。持って生まれた得意な分野や能力の差はあっても、何の変わりはない。だから、威張ったり、引っ込んだり、また他親と比べることなく孤立することはない。わざと、目立とう目立とうとしなくても、そのままの自分で母親であれば十分、個性的で良いと考えられる。

私たちは、昨日から今日、今日から明日へと進む。「光陰矢の如し」と言われるように、本当は、猛スピードで走っているのかもしれない。私たちは、小学、中学、高校と一般的に進学し、就職したら死ぬほど働く。人生の荒海に投げ込まれた瞬間から、絶えず、泳ぐことが強られる。つまり、母親という役割の中には自分自身の生き方を創り、同様に、「生きてよかった」「母親となって良かった」と他人と比べることなく、過去の自分自身が娘でいた気持ちを思い起こし、時と共に切磋琢磨しながら「人生の目的」として歩けば良いと考える。

注・引用文献

- 1) 齊藤学『インナーマザー』2012年 大和書房
  - 2) 明橋大二・伊藤健太郎 2001年 (株)1万年堂出版
  - 3) ベネッセ教育総合研究所(調査・研究データ)  
タイトル『母親の教育・子育てに関する意識』- pp. 6, 7, 8
- [1] 1回調査 1995年調査  
[2] 2回調査 2000年調査  
[3] 3回調査 2005年調査  
[4] 4回調査 2010年調査