

ひまわりからの メッセージ

168号

2025.12.8.

NPO ひまわりの花内
西濃園域

発達障がい支援センター

発行人：中野にみ子

心さわがーき、 年の瀬を迎えて



十一月の三連休の一日、思いきって三重県の菰野町まで車を走らせました。目的地は湯の山温泉のほとりにあるパタミラミュージアムです。十一月三十日まで横山大観と、早逝の日本画家夢田春草の作品が展示されているので、第一の目的は、大観の「無我」を観るためでした。

上石津を抜けて員弁に入ると、かつて山村留学の子ども達が通っていた立田小学校があります。かれこれ十五年も経つでしょうか、大垣からこの学校へ通うために転居したMさんのことで、ここへは幾度となく往復したものです。そのMさんも今は社会人となり、遠い昔の日々を思い出しながら車を走らせていると、306号と365号線の分岐点です。何度か通った道ですから、迷わず右折をして、そのまま

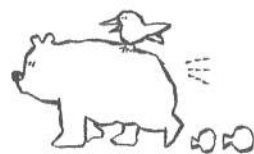
直進すれば菰野です。さあ、念願の無我に会えると期待に心踊らせてミュージアムに到着。でも、残念なことに展示作品の入れ替えがあつて、無我の展示は十一月三日で終わってしまっていました。残念がる私を気の毒に思われたのでしょうか。館員の方が等身大の無我の看板の写真を「撮っていかれたら……」と、勧めて下さったのは、せめてもの慰めでした。

実は先日、留守家庭学級の先生方にお話させていた、だいた折に、「先生のストレス解消法は？」と問われ、余りストレスをため込まない私は答に窮してしまいました。けれども思い立て衝動的にどこかへ出かけるというのも、昔からの私の心の安定につながっているのでしょう。四十四歳になり運転免許を取った時、娘が主人に「お父さん大変だね。お母さんはどこへでも行ってちょうよ。」と心配していましたが、半ばは当たっていたと言ふべきでしょう。でも、この年齢になると、さすがに目も弱くなって、昔のようにはいきません……。

皆さんは毎日どんな生活を送っているのでしょう。私は五時には起床し、NHKのBSでクラシック音楽を聴きつつ少し書きものをするが、一仕事をし、六時三十五分からは「みんなの体操」で十分程度の運動です。年々衰えていく体力は自然のなりゆきですが、自分のやれることを精一杯やるのが、来年に向けての抱負とも言えるでしょうか。庭の石路がきれいです。

人生の心の危機

～エリクソンに触れて～



皆さんは、エリクソンという名をご存知でしょうか。ドイツのフランクフルトに生まれたアメリカの発達心理学者であり、精神分析学者でもあります。アイデンティティということばを聞いたことがあると思いますが、彼はパーソナリティの発達について、人生の八つのクライシス（心の危機）があると提唱した人です。この理論は発達段階論のように見えますが、実は発達の因果関係を示しています。私も老年期になったので今回は、エリクソンの理論について書いてみようと思います。

①乳児期（0歳代）信頼VS不信

乳児期は、当然親との一体感が重要です。誕生しても人間はまだ人として未熟な状態です。生命維持のために原始反射として吸啜反射（おっぱいを吸う）や探索反射（おっぱいを探すがあり、お母さんに抱かれて生命維持のための哺乳が満たされることで信頼が形づくられていきます。いわゆる愛着関係（アタッチメント）です。この時期に、ただおっぱいを与えておけば良いかと言うと、そうではありません。身体接触ということが、実は

この時期のとても大切なことなのです。もちろん虐待などとはんでもないことですが、スマホをいじりながらの哺乳なども、親子の信頼よりも、むしろ不信につながっているのかもしれない。愛着に関する過去の実験においても情緒の発達にとってもスキンシップ（身体接触）の大切さは証明されていて、この時期に、いかに不信の要素を減らして次のステージに進めていくことができるかが問われます。

②幼児期（1～2歳頃）自律性VS恥・疑惑

子どもは生まれ育った社会の中で「しつけ」られていきます。大人からの指示に対して自分を合わせる事が要求されます。でもどうしても失敗はあるし、できないことがあります。けれども乳児期に育った信頼がある限り、社会的秩序の要素に対して立ち向かっていくことができるでしょう。例えば「いただきます」としてから食べるなど、その国、その時代の文化を身につけていくのです。が、自尊心が傷つけられると、この時期の危機として恥や疑惑が生じると考えられています。

③幼児期（中頃～後半）自主性VS罪悪感

この時期は自己主張がけしくなります。「ボクのもの」「ジーンズする」と、自分を主張し、手伝おうとすると怒ります。イヤイヤ期とも第一次反抗期とも呼ばれます。自分が自分の

行為の主体になることが、この時期の中心課題です。この遊びが盛んになります。できない自分に対する罪悪感や、悪いことをしてしまったのではないかという思いも危機としてあるということです。

④ 学齢期… 勤勉性 vs 劣等感

自主性が育ち主体性が芽生えてきた学齢期の子どもたちですが、一・二年生の頃には、まだ幼児性をひきずりつつ自己有能感、自己肯定感に基づく様々な課題へチャレンジしていきます。うまくできなくても再度チャレンジしていきます。そして、他人との比較ではなく、自分(私)には「私」としての価値があるという自己価値の形成が高学年になるにつれてできていきます。

しかし、幼児期に主体性をもたず他力本願で育ってきた子どもたちは、どうでしょうか。自分自身を相对比较し、かできなければ、危機として当然劣等感が芽生えてポジティブな情緒は育たないでしょう。この時期の勤勉性を育てるには、ポジティブなとらえ方が必要であると言えると思います。

⑤ 思春期… 自我同一性 vs 同一性拡散

思春期は不安定で多感な時期であり、第二次反抗期

とも言われ、親の価値観への疑いを持つ時期です。この時期の自我同一性とは、「自分が自分であることを確信するための心的過程であると言われます。自分は一体何者なのだろうか、今まで何をしてきたのだろうか、存在としての主体性の問いかけや、行為に対する主体的な問いかけをしていく中で仲間集団での関係や自分の人生を考え、自我を形成していくわけです。しかし、それまで、ただ親の言うままにさせられて来た場合、何がしたいのか問われても問われていることさえ分かりにくいことにもなるでしょう。自我形成ができず混乱におちいつていくことになります。

⑥ 青年期… 親密性 vs 孤独

この時期は自己を確立していく時期になります。異性との出会いもあり、相手と向かい合うと同時に相手の中に自分を埋没させようとしています。人との関わりの中で喜怒哀楽が芽生え、友にうら切られても深く関わろうとします。そして自分自身のあり方がより明確に求められるので仕事や学問に打ち込んでいきます。しかし、以前の段階で積み残しがあると、人にも打ち込まず、コミュニケーションが希薄なまま仕事にも打ち込まず、人の中に居ても孤独という状態になっていきます。最近では人と親密になることにちゅうなをする若者が増えたと聞きますが、何故なのでしょう。人との親密さを作らなくても楽しめ

る物があるからかもしれませんが、情緒の発達、パーソナリティの確立という視点から見ても、大きな危機をはらんでいると言えらるでしょう。

⑦ 壮年期・生産性・世代性 vs 自己陶醉・停滞

この時期は、次の世代を生み育てるとか、商品やサービスを生産していき、今まで自分とかかわってきた周りの人々や社会への貢献を果たしていく時期です。自分がやってきたことを次世代に伝えていく、言い残していくということを考える時期とも言えます。けれども何もしたくない、遊びにさえ行きたくないという人々も増えてきています。この時期の危機である自己陶醉や停滞感とは、何も生み出さないのです。

⑧ 老年期・統合性 vs 絶望

いよいよ老年期になると、自分の人生の充実、幸福、後悔、怨念など、色々あった悲喜こもごもを受け入れる自我の統合性とも言わべき時期になります。人生には色々なことがあつて、それが人生です。けれども、私の人生はこんなはずではなかったと悔恨し、絶望に至る人もあるかもしれません。

今、現在の自分の姿から、今までの過去のどこで積み残しがあつたのだろうか……と考えてみたところで、ひき返せるわけでもありません。けれども、自分の人生、まあ、これで良かったと思えたら、自我の統合性を為し得たと言えるのではない

でしょうか。

エリクソンは、この様に人生を八つに分けて考え、それぞれの時期の心の危機を示しました。乳児期の親子関係から始まり、主体性をもって自己を確立していくことは、私たち周りの大人の関わり方によって大きく変わっていくことでもあります。

思春期の自我同一性（アイデンティティ）がうまく形成されなかった場合、壮年期になってもつを発症することもあると、聞いたこともあります。エリクソンの時代とは異なり、人間が生まれ育っていく環境の変化は、果たしてどのような危機を生んでいくのでしょうか。今の子どもたちが壮年期を迎え、老年期になった時に孤独や絶望といった危機状態に陥ってほしくないなあと私は願っているのです。自分は何のために生まれ、どんな役割を果たしていくのか……重い課題なのかもしれません。

1月の予定

- 7日(水) ヒアサポート
19日(月) センター 親の会
5歳医療
成人相談: 養老
池田
安ハ
22日(木) ケース検討会
30日(金) 大野小学校
入学説明会
会議: 毎井、輪之内、大垣
西濃療育システム
スマイルブックス引き継ぎ会

皆様

佳いお年を
お迎え下さい。

