

スーザン・フォワード著、毎日新聞社刊

「毒になる親——生苦しむ子供」

評・服部 雄一 (狭山心理研究所)

私たちの周りには、人が怖かったり、自分に価値がないと落ち込んだり、いつも自分に自信がない人たちがいる。本書は、そうした人たちのほとんどは、親による心の傷の犠牲者であると主張している。

心理学博士であるスーザン・フォワードは、子どもに人生の苦しみを背負わせる親に対して「毒になる親」というレッテルを遠慮なく貼っている。

「毒になる親」は二部で構成され、第一部はどんなタイプの親が子どもを傷つけるかを紹介し、第二部では親から受けた心の傷の解決法を示す。

いつもひどいことばで子どもを傷つけた親、暴力を振るった親、子どもに過剰に干渉してコントロールした親、自分の都合をいつも子どもに押し付けた親に対して、成人した子どもが自分の気持ちをはっきりと伝えて、親と真つ向から対決すべきとアドバイスしている。こうした親との対立は、和の文化をもつ日本人には発想がなく、抵抗を感じる人もいるだろう。

本書では、親子関係の逆転

共依存、境界線の侵略、事実の否定、子どもの独立を恐れるなど、現在の日本ではまだよく理解されていないテーマが読者に分かりやすく説明されている。著者は、「子どもは自分自身の人生を歩くべきで、親を満足させるために生きてはいけなく、明確に主張している。特に、どんな時でも親は子どもの必要性を大切にすべきという指摘は正しいと思う。

しかし、親孝行を重んじる日本人にとつて本書は素直に受け入れがたいところがあり、クリスチャンの場合はもっと抵抗を感じるかもしれない。フォワードは「毒になる親を許す必要はない」とはっきり主張しているからだ。

著者は「許し」は問題の解決にならない、親への怒りを表面的に許しても、心の深い部分は何も変わらないという。「心の奥で消えていない感情を無視して、自分を騙す限り解決はない」と言いきり、「許しに逃げてはいけない」と警告している。

私自身もカウンセリングする立場ゆえに、著者の主張は共感できる。親に傷つけられた人たちが、自分の問題を認めない親を「一方

的に許す」努力をすると、怒りや悲しみが心の奥に内向して、慢性的なうつになったり、妻や子どもなど身近な人に怒りをぶつける結果になりやすい。

日本の患者も親に傷つけられている場合が多い。「親は私に関心がなかった、母は私を嫌っていた、父が怖くて何も言えなかった」等は、アメリカの患者と大きな違いはない。そうした患者に対して私は「親を許さない」とは言わない。なぜなら患者自身が、できることなら許したいと心の奥底で思っているからである。患者の傷ついた気持ちを受け止めて、痛みを理解することは、問題解決に至る最善の方法だと思つ。

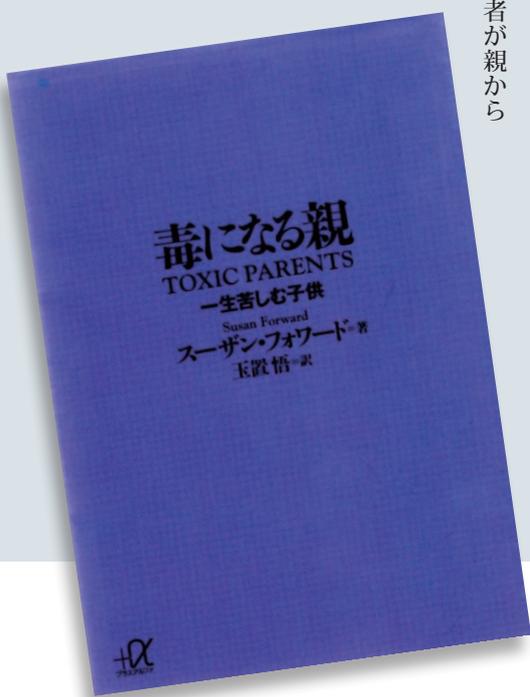
真の許しとは、患者が親から受けた傷に向き合い、隠れた怒りと悲しみに気づき、心が癒された時に生まれる。患者はその時に初めて、親も自分の親に傷つけられた被害者だったことを悟るのである。

フォワード博士の主張は一見、反聖書

的に思えるが、注意深く読むと被害者への深い思いやりがあることが分かる。

「毒になる親」は1989年、私が米国留子中に読んだ本である(当時のベストセラーだった)。米国は親の問題をよく理解していると感じ、日本でも出版されればよいと考えたのを覚えている。あれから22年が過ぎたが、本書が日本で注目されるのは親の問題に目が向けられ始めたからだろう。

「子どもは悪くない、親の被害者である」という考え方に救われた気持ちになる読者はたくさんいると思う。



「毒になる親——生苦しむ子供」

著者 スーザン・フォワード

訳: 玉置悟

いのちのことば社 319ページ 819円(税込み)

*FFJでは、お取り扱いしておりません。