

褒(ほ)めてもらえなかった私

【あらし】

ちょっとしたことがきっかけになり、いじめは始まる。そのようないじめに対して、思春期の女性は影響を受けやすい。筆者もそのことが原因で、「うつ病」になってしまった。その病気を自覚し、メンタルクリニックに行こうとしたら、母親は反対した。そして、思った。母親は自分のことを愛していないのではないか。いままで、無視されて続けてきたことについて、母親に怒りをぶつけた。そのことが母親と娘の関係を変えていった。現代的な親子のコミュニケーションのあり方を考えるヒントがあるかもしれない。

●小見出し

「精神科」に行く決意
原因は若々しい美容師の母
些細なことから始まった「いじめ」
「自立神経失調症」と診断されて
初めて母と向かい合う
褒めてもらったことがなかったから
重要なのは「自分の考え」だと気づく

「人生の転機はいつですか？」と問われたら、今の私なら、迷わず「中学三年生の夏です」と答えられる。

私は、中学三年生から高校三年生までいじめにあっていた。一年前の私なら、この内容は書かないと思う。そのため、ライフストーリーを書くこうとしている自分の変化が信じられないくらいである。同時に、この内容を書くことでどう思われてしまうのかという怖さがあるけれど、そのまま書いてみようと思う。

「精神科」に行く決意

「精神科なんて受診すると、後で調べたら分かるんだからね！」とにかく気にしすぎてただけなんだから、気にしななければいいのよ」

「あんたは、自分の娘が辛いのに世間体のほうが重要なのか！」

これは私が高校三年生になる春に、母親と実際にかわした言葉である。

その日、限界を感じた私は、思い切って母に精神科を受診したいと言った。母は、精神科というものに偏見を持っていて、体調を崩した私のことよりも、精神科に通うという体裁の悪さを気にしていた。結局、母が探してきた病院に通うことになったが、その先生は特に私の話を聞くこともなく、

「軽うつ病なので薬を出します」と診断を下した。

この先生は駄目だと思い、自分で病院を探すことにした。次に行った病院は、運がいいことにとってもいい所だった。先生は、志村けんに似ていて、いつもニコニコしている。病院も、メンタルクリニックという看板で、重いイメージはない。院内は明るくてきれいだった。先生は、どうでもいいことをいつまでも聞いてくれて、四年間友人の前でも自分を抑えていた私は、せきを切ったように話し続けた。そして、その時に気づいたのは、いじめによる男性恐怖だけでなく、心のどこかにあった母親への不満だった。

原因は若々しい美容師の母

私の家族は、父・母・祖父・祖母・私・弟の六人家族で、私と弟以外はみんな働いていた。父はサラリーマンで、祖父はもう引退したが大工をしていた。母と祖母は美容師で、自宅の一部を美容院にして働いている。

私の父は、本当にやさしい人で、どんなに疲れていても日曜日は遊んでくれた。反抗期になった時も父に対してはいやな感情を全く持たなかった。祖父と祖母もやさしかった。両親からは学べないことを教えてくれて、子供の私にとって恵まれた環境だったと思うが、いつも疑問にあったのは母のことだった。働いているので、忙しいことはわかる。しかし、一度も母親らしいことをしてもらった記憶がなかった。抱っこをしてもらったり、恋愛の話をしたり、服を一緒に買いに行ったりするのは母親とするはずなのに、それをしてもらった

記憶がなかったのである。抱っこをしてくれるのは祖母、恋愛の話をするのは父、服と一緒に買いに行くのは友人だった。

私は、三歳の時に口を切る大けがをしたことがある。その時も母はお客さんを優先して、私の治療は後回しだった。そのため、私は母親が嫌いになり、いじめについての責任転嫁を全てそこに持っていくようにしていたのかもしれない。

些細なことで始まった「いじめ」

中学三年生の夏、私は迫っている高校受験のために地元で有名な塾に通うことになった。友人も一緒に通うことになっていたので、少しわくわくしていた。しかし、そこで本当に忘れられない言葉を聞くことになったのである。クラスは、大人数で様々な中学から生徒が集まってきた。カツコい男子がいると友人が言うので、授業前にその子を探した。

その男子は、私の左斜め前に座っていて、ちょうど黒板を見るときに視界に入る位置にいた。全く見ていなかったといえは嘘になるかもしれないが、私は本当に黒板の字を写そうとしていただけだった。授業後、その男子が友人とグループを作りながら、何かこちらを見ながら話しているのが聞こえてきた。

「何かジロジロ見られてキモいんだけど」

耳を疑った。自分ではないと言いつ聞かせたが、どう考えて

も自分の方を向いて、くすくす笑っている。冷や汗が出てくる。「私が言われているんだ！」と気付いた。今まで男子とも冗談を言い合い、悪口を言うクラスメートなんかいないし、まして自分は悪口を言われる人間じゃないと思いつ込んでいた。しかし、何か自分が自分の中で崩れていくような感覚があった。

この日をきっかけに、私は変わってしまった。今まで友人だと思っていた男子にも、実は嫌われているのではないかと疑うようになり、少しずつ距離を置くようになった。集団で何かを言っている男子を見ると落ち着かず、前より積極的に話すことができなくなった。今思えば、それも新たな陰口や悪口を引き起こす理由になっていたのだろう。本当に些細なことで、「何でこんなことから？」と思われるかもしれないが、私にとっては本当に大きな衝撃を受けた出来事だった。

こんな些細なことがきっかけだったが、状況はどんどん悪くなった。一部の男子だけだったのが男子全体になり、女子までも何か言われているのではないかと疑うようになった。

誰かが「キモい」と言っている声が頭の中でぐるぐる流れていて、自宅でお風呂に入っているも落ち着くことができなかつた。確かに母親の言うとおりに、自分が思うほど周りは何も言っていないかったのかもしれない。しかし、明らかに私は体調を崩して、いじめがある、ないの事実よりも、私の体調を気にかけてくれる人を必要としていた。

「自律神経失調症」と診断されて

病院の先生からは、「自律神経失調症」と告げられ、薬を飲むことを勧められた。薬には、頭をぼーっとさせて考えつめないようにさせるために、眠気を強く引き起こす作用がある。私は、受験生にもかかわらず授業中に居眠りをするようになり、先生から注意されることが多くなった。完璧主義だった私は、中学時代から良い成績をとるために努力して、高校も進学校に問題なく入れていた。だからこそ、授業中の居眠りで注意されたことはショックだったし、大学受験に集中できずにいる自分も許せなかった。

というよりも、悪口を言っている同級生が勉強にいそしんで国立大を目指している姿を見ると、「自分はなぜこうなってしまったのか」と不安だったのだ。ストレスから逃れるために過食が増え、太ることの恐怖から、食べたものを吐いてしまうようになった。肌はボロボロで、女子高生なのに老人のように見えた。人への恐怖から近くの本屋さんにも行けなくなり、自宅にいても部屋の窓から人影が見えると、「あの人は私を嫌っているんじゃないか」とまで考えるようになった。

高校三年生の時の私は、同級生に何か言われている自分や、鏡に映った笑顔のない自分を誰か別の人間と考え、「本当の自分は違うんだ」と思うようになっていた。家に帰ると、四十歳をこえているはずなのに、お客さんに好かれている

若々しい母親がいる。

初めて母と向かい合う

私ができないのになんで母は出来るんだろう？なぜ母は私のことをいつも後回しにするのかしら。

「なんで？」その思いが抑えられなくなり、些細なケンカから、母親に向かつて椅子を投げ付けてしまった。本当に馬鹿みたいに泣きながら、

「何でいつもお母さんはそうなの！」

「何で褒めたり、抱っこしてくれないの?！」

「私が辛いつて言ってるのに、何で気のせいだって勝手に決め付けるの?!」

「私のことなんて可愛くないんでしょ?!」

その時の母の顔は今でも覚えている。びつくりした顔をしながら、私が落ち着くまで抱きしめてくれていた。本当は椅子を投げるつもりも、怒鳴るつもりもなかった。でも、母がその時はじめて抱きしめてくれたことが素直にうれしかった。そして、「本当は母親が一番好きだったんだ」とその時思った。

褒めてもらったことがなかったから

朝、目が覚めると学校に行かなければと思うのに体が動かない。高校を卒業したいと思うのにそうになってしまう。悔しかった。

その頃、本当に恥ずかしいことだが自殺についても考えてしまった。「自分が死んだら、いじめた人たちが本当に後悔するだろうな」という考えを持ったからだ。「手首を切るのは痛い。睡眠薬なら気付かないうちに死ねるから一番いい……、でも」。そんな風に考えていたのにそうしなかったのは、父が何度も「おまえが生まれてきてくれて、本当に嬉しかったんだよ」と話してくれていたからだと思う。

父と母が話し合うことが多くなった。きつと私にどう接するかについて必死に考えてくれたんだと思う。うつ病は、「頑張れ」と言われると辛くなり、だからといって、それとしてもらい過ぎてても、自分は必要ないのではと不安にかられる面倒なものだ。特に両親は、私への接し方に気を遣っていた。ちょうどその時、病気に関係ないからと話していなかったのに、病院の先生に母のことを話してみた。先生は真剣に聞いてくれて、私が立ち直るきっかけとなった言葉をかけてくれた。

「親子なんだから、遠慮せずに甘えなさい。母親に抱っこしてもらいたいって思うのは、子供として当たり前ですよ。それが幾つだからって気にすることはない。今は、あなたが大変な時期なんだから、親に頼りなさい」

私は、この言葉を聞いた時、本当に救われた。「世間からすれば十八歳はもう大人だから親に甘えたらいけないんだ」という固定観念をもっていたからだと思う。「甘えてもいいんだ」という許可をもらった気がしてうれしかった。

そして、母も私と同じようにカウセンシングを受けるようになり、先生から言われたのか、「すごいわね」とか「こんなこともできるのね」と、ぎこちなく私のことを褒めてくれることが多くなった。「親に褒めてもらったことがほとんどない」と私が言ったことを、先生が間接的に母に伝えてくれたのだと最近になって父が教えてくれた。私のために、一生懸命に頑張ってくれる母を見るところがうれしかった。でも、どちらかと言えば、母から悪いところばかり指摘されてきた私にとって、どう対応していいのか分からないこともあった。

重要なのは「自分の考え」だと気づく

これは私の一方的な考えだけれど、母は子供への愛情表現が苦手な人だと思う。うれしいと感じても、照れかくしで、憎まれ口をたたいてしまうような人なのである。でも、一度たりともお弁当を作らなかつた日はないし、授業参観も忙しいのに観に来てくれていた母のことを考えると、母なりに頑張ってくれていたんだと思えるようになってきた。

母のことを許せるようになってくると、不思議と母に対してだんだんと遠慮せずにスキンシップが取れるようになってきた。本当に勇気がいったけれど、私から母に買い物に行こうと誘い、母の腕をつかみながら、買い物した時はとても緊張したのを覚えている。そして、いつも口げんかばかりしていた私たちが、

「これ着てみたらどう？」

「お母さん……その服は落ち着きすぎだよ。絶対にお母さん世代の趣味でしょ」

「何言ってるのよ。知らないと思うけど、私は今二十八歳よ。若い子と変わらないわよ」

「はあ？ 今、二十八歳なら私を九歳で産んだってこと？ 嘘つくならもつとましなこ言つてよ」

「本当はね……あなたがやかんに入つて川を流れてきて、育ててくださいついていうから今まで育ててあげたのよ」

「どこの川だよ。しかも、やかんつて」

こんな馬鹿々々しい会話をして、二人で笑いあうことができるようになった。とても楽しかった。今では、本当に奇跡だと思うが、母と恋愛話で盛り上がることもできるのだ。

母との関係が良くなるにしたがつて、私の精神状態も安定する日が長く続くようになった。きつと、家族がいてくれるという安心感から、誰からも必要とされないという恐怖感が弱くなったからだと思う。

まだ、私の体調は完全に良くなったとは言いきれないかもしれない。制服の男子学生を見ると、体が緊張してしまつたり、人の顔をうかがつてしまうこともある。足の骨を折つた場合、その骨がくつついて歩けるようになれば完治だけれど、うつ病には完治という状況がよくわからない。でも、「この病気があつたおかげで失くした^なものも多ければ、得たものの方が多かった」と今なら言うことができる。

女子高生らしく、彼氏と制服デートは出来なかつたけれど、かわりに長い間冷戦状態だつた母と、いろいろ話せるようになった。そして、世の中は自分が思っている程やさしい人ばかりではないし、友達に合わせてグループ行動をとることだけではなく、自分の考えを持つことも重要だと知ることができた。悪口や陰口は生きている間なくなることはないし、そこで重要になつてくるのは人の意見だけではなく、自分の考えだと改めて思つたからだ。

今回ライフヒストリーを書くにあつて、私はもう一度自分と向き合うことができたと思う。

頭の中で考えていたことを文章にしてみると、自分が怖いと思つていた思い出が、そこまで恐ろしく感じなかつた。本当に不思議なことだけれど、当時の自分をかわいそうと思うよりも、「あの時は頑張つてたな」と思う方が強くなつた。そして、「中学三年生から高校三年生までの出来事は、私が成長するために必要なことだつた」と改めて実感した。

この出来事を忘れないためにも、ライフヒストリーはとも役に立つたと思う。