

「私の中の母」

公益社団法人家庭問題情報センター 渡邊 浩子

則子さん（四十歳）は美術館の学芸員。原稿を書く機会が多いのが辛く、先日はパニックを起こしそうになったと言います。その原因が小さい時に文章を母に直させられたトラウマにあるのではないかと考え、気持ちを整理するために相談室にみえました。

則（則子） たった三枚の美術館紹介の原稿なのに、何度も書き直して徹夜してしまいました。些細な表現にこだわっているだけと分かりながら妥協できず書き直し続けたのです。

カ（カウンセラー） 誰でも原稿は推敲しますが、貴方は推敲中にパニックを起こした感じになったのですね。何か思い当たることがあったのでしょうか。

則 原稿を推敲しているのか、単に枝葉末節にこだわっているだけなのか、分からなくなりました。穴に落ちて抜けられなくなつた感じ……。

カ 貴方の中の母が原稿に納得してくれないので、私はどうすることもできないような感じになったのです。貴方の中のお母さんというのは、どんな感じのですか。

そのような感じはこれまでもずっとあったのですか。

則 小学校の頃、学校に提出する作文や感想文はいつも母にチェックされ、何度も書き直しをさせられました。いつ母が「よろしい」と言ってくれるか分からないまま、手が痛くなっても我慢してひたすら書き直しました。

何度も書き直していると頭の中は真っ白になり、何も考えられなくなります。自分の文章ではなく母の文章を書き写しているような感じに襲われるのが常でした。今でも文章を書くときには、程度の差はありますが、当時の気持ちが蘇ってきます。

特に自分の文章に自信が持てない時は、緊張で頭が真っ白になり、何度も書き直す羽目に陥ってしまうのです。仕事上の事務的なレポートなのに勤務時間内に書き終えることができず、自宅で徹夜することもしばしばありました。

このような時に私の中に母を感じてしまいい、そこから抜け出せない自分が情けなくなるのです。

カ 文章を書く機会の多い貴方にとっては、苦しいことですね。貴方をこのようにしてしまったお母さんを恨みましたか。

則 母は、離婚して教師をしながら、女手一つで私を育ててくれました。私は母の自慢

の子で、二人の結びつきは強かったのです。「先生のお子さんは作文が上手ねと職員室では評判だった」と母から聞いたことがあります。

教師仲間への見栄と持ち前の完璧主義から、母は私が下手な作文を書くことに我慢できず、徹底的に書き直しをさせたのでしよう。

就職してから、あれは心理的な虐待だ、その後遺症で私は苦しんでいるのだと考へ始めました。

でも母を責める気にはなりませんでした。女手一つで必死に生きてきた母の、ささやかな誇りが私だったかと思うと、哀れに思えてならなかったのです。母は定年後まもなく癌で死亡しました。今更恨んでも仕方ありません。

母に文章を書き直しさせられた時の、穴に落ちたような気持ちだけは蘇ってしまいますが……。

力 穴に落ちない工夫をして、貴方の中のお母さんをなだめておくことはできないでしょうか。

これまではどうでしたか。

則 就職後まもなくパソコンが職場に配置され、パソコンでレポート作成をするようになりました。

パソコンの画面上で文章を作り直すこと

は容易ですし、肉体的な負担もほとんどありません。それだけでも随分助かりました。

パソコンがなければ、私は消耗して仕事を辞めてしまっただろうと思います。

力 確かにパソコンは校正や推敲には向いていますね。上手に使えば、穴に落ちずに済むかもしれませんね。

則 些細な表現にこだわって文章をいじくり回す傾向は、相変わらずです。仕事の能率は上がらず、自分の文章に自信がないことも変わりませんが、書き直しは何回でもできるから大丈夫と、自己暗示をかけています。

最近はパニックもかなり減ってきていたのです。

力 貴方の中のお母さんをなだめられるようになった感じですか。

則 そうかもしれません。

今まで母の話をしたことはありませんでした。変な言い訳をする人と見られて、傷つくだけだと思っていましたし、私自身こんなことにこだわる自分を恥じていませんから。

でも今回のパニックをきっかけにして、こだわりから抜け出すために、母を自分の中で整理し直そうと考え始めたのです。

今回のパニックは、専門誌に載せるのだ

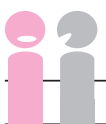
から完璧な原稿を書かなくてはという意識が強かったことと、上司に原稿のチェックを受けるという状況が、母の記憶と重なったことが原因で起きたのだと気づいたからです。

上司からは良く書けたと褒められました。美術館の特徴を的確に表現するために必要な推敲だったのだという思いが生まれてきています。

力 それを伺って安心しました。

子どもの頃から身についたパターンは、簡単には変わらないかもしれませんが、パソコンを上手に使って少しでも楽に仕事ができるよう工夫されることを願っています。

則子さんは、母への思いを整理することで、パニックに向き合えるようになってきているとカウンセラーは感じました。いわゆる困りごとについての相談だけでなく、心を整理するための相談もあるのです。



家庭問題カウンセリングルーム