

虐待の淵を生き抜いて

昨年1年間に、全国の警察が虐待の疑いがあるとして児童相談所に通告した件数は11万件を超え、年々増え続けています。今月は、1月の社会教育部長権教育講演会にお招きした 虐待防止機構オレレンジCAPO理事長、島田妙子さんの「虐待の淵を生き抜いて」人にも自分にも当たらない社会をめざして」を紹介します。



虐待の現実

私は、3人兄妹の末っ子で、4歳の時両親が離婚、7歳の時父親が再婚し、継母の妊娠がきっかけで激しい虐待が始まった。「これはしつけやからな

気に入らないことがある度に継母からプラスチックの靴べらで叩かれた。

私の時代は、虐待という言葉もなく、「これはうちのしつけ」と言われたら、誰もその家に踏み込めなかった。今なら、子どもたちに「早く伝えて」と言えるが、私は虐待を受けた6年間、「いやだ、苦しい、助けてください」を言えない子どもだった。5年生の真冬の寒い日、父親に裸で外に放り出されキンキンに冷えた私を、継母の母が、父が寝ているすきにお風呂に入れてくれた。それに気づいた父が風呂場に来て、おそろしい形相で、私の頭をお湯の中に沈めてきた。意識がなくなっていく中、次兄が父親にとびかかり何とか助かった。父は魂の抜けた無表情な顔で「もうええやろ、これで気が済んだやろ」と、継母に

言い放った。その言葉を聞いた瞬間、「なにそれ、今まで誰に気を遣って毎日私らを殴ってきたんや」と、怒りの感情が込み上げてきた。その日から私は、喜び悲しみ怒り、あふれてくるすべての感情を押し殺して生きると決めた。

虐待の終わり

中2になった時に私のその後の人生を変える出会いがあった。私の担任になった女性教師との出会いだ。シヨートカットの体育教師で、あだ名がマッハ先生。

ある日、帰ろうとしたら、先生に呼び止められた。あざを見つけて「これどないしたん？もしかしたら親にされとんじやない？」「ち、違います」と答えたが、人はストレートに聞かれたとき、言葉ではうそを言えるが、表情に出してしまう。

数日後、学校に父と継母が呼び出された。校長室に入ると恐ろしい顔の父とその横で泣く継母がいた。二人の言い訳を聞いて

ていたマッハ先生が、突然二人の前に行くと、「お父さん、子どもに暴力を振るってますよね。昨日今日じゃないですよね」父は立ち上がって「お前誰やねん」と言うと、先生は「私ですか？私は大切なこの子の担任ですよ」と言ってくれた。私は生まれて初めて腰を抜かした。「大切なこの子の担任ですよ」今までこんなことを言ってくれた先生はいなかった。

その日、先生から「家に帰れる？」と聞かれた。初めて「いやです」と言えた。この日、虐待は終結し、父ともお別れになった。マッハ先生ともお別れになる。その日のうちに児童相談所へ。中2の5月から卒業までほぼ2年間、児童養護施設にお世話になった。養護施設は、私にとってはパラダイスだった。殴られる恐怖を感じることもなく布団で眠れ、お風呂の湯船でぬくもれる。温かい白いご飯が食べられる。そして何より、ここは泣いていい、

自分が大人になり母になり初めて、誰もが加害者になり得る恐ろしさを知った。

怒りと上手に付き合う方法

人間である限り、怒りが生ずるのは当たり前で、怒りを我慢し抑え込むのではなくどう対処するかだ。怒りの感情と上手に付き合うこと。特に子育て時期は思い通りにならないことが多い。「怒りたくないのに怒ってしまう、怒りだしたら止まらない」という悩みを持つお母さんも多い。そんなとき私はこう伝えている。「怒ってしまったのは、皆さんのせいではなくアドレナリンの仕業」

怒っているときに体の中でアドレナリンという怒りのホルモンが大量分泌され脳や体が緊張し興奮状態になる。アドレナリ



ンが分泌されているときに、行動の決断をしないほしい。ほおっておけば6秒くらいで怒りのホルモンは消えていく。怒るか怒らないかを決めるのは、アドレナリンが消えてからにしてほしい。怒ってはいけないのではなく今一度、自身自身を振り返り、自分の感情をチェックしてほしい。

島田さんは、今の自分があるのは、虐待の状況の中で励まし、かばってくれた優しい次兄や、虐待を断ち切ってくれたマッハ先生の存在が大きいと言われます。苦しい中で理解者が一人でもいることがどれだけその人の支えになるか、どれだけ人に影響を与えるか・そんな人の存在が、虐待の加害者や被害者を救うことにつながります。

そして、人にも自分にも当たらない、子どもたちが安心して生きていける社会を築くことは、私たち大人の責任ではないでしょうか。

声出して笑っていい、我がまま、わが想いを伝えていい。「いやだ、つらい、悲しい、無理です」を言っている場所があるということが私にとって感動だった。

怒りの矛先

今、日本の子ども達は、言葉を諦めている。何を言っても、「我がまま言いなさんな」って言われるから、大人が気に入るようなことだけを言うようになってきている。中学生くらいになると言葉のボキャブラリー（語彙）が少なくなり（別に・普通・やばい）なんでもやばい。むかついたら「なんかわからんけどむかつく」「何にむかつくの？」と、聞かれても言えない。そして長年たまってからバーンと爆発させてしまう。自分の気持ちや本音を言えないから、人や物そして自分に当たる行為となってしまう。

私たちが、生きている中で一番使っている感情が「怒りの感情」で、きつい感情ほど癖になりどんどん加速していく。虐待

だけでなくDVもそう。22歳だった継母も最初から虐待していたわけではない。私たちに気に入られたい、父にいい顔したい。でも毎日辛抱してイライラが積もっていく。「この子ら育てられん。もっと手伝ってよ」父に言いたかったことを我慢して怒りの感情がどんどんたまって暴力に：父もそんな継母を見て抑えていた感情がいつぱいになり、父が先に私たちに暴力をふるう。すると継母が少し安心する、この繰り返しだった。父は継母の虐待から私たちを守るように虐待してきた。私自身も、3人の子どもの母となった時、虐待を受けて育ってきた私だから、「絶対優しいお母さんになる」と心に誓ったはずなのに、いつぱいいつぱいになった時、家族にきつく当たってしまったことが何度もあった。私だけが我慢して私だけが頑張っている。その時の情けなさむなしさを忘れることはできない。