

魔がさす瞬間。それは、まさに秩序立って進行していた日常生活に突如として裂け目が生じ、これまでの秩序が崩れてしまう不安を指すものと言える。長年カウンセラーをしてきた経験から思うのは、**適当に遊んだりふざけたりしている人物の方が安心して見ていられる**が、生真面目で型を崩すことのできない人物ほど心の闇への対処がうまくいかないということである。

さらに攻撃的な親の場合は、

「こっちは授業料を払ってるんですよ。それなのにどうして単位が取れないんですか。能力が基準に達してないなんて、そんなのは教える側の怠慢でしょ」

と、わが子の不出来を棚に上げて教師を攻撃する。

そうした要求が通らないと、まさにモンスターに変身し、キレまくる。

そんな親たちが多くなっているせいで、自己中心的な視点が子どもたちの心にも注入され、授業中に態度の悪さを何度注意しても改めないため、教師が厳しく注意すると、休み時間に早速教務課に行き、

「先生からきついことを言われて傷つきました。あんな先生の授業に出る気しないから、**先生を替えてください**」

と要求する学生まで出てくる始末だ。

40代までは他人の要求に応える形で仕事をしてきたが、50代になって、「他人の要求に応えて「やらなきゃいけないこと」だけをやったら、人生終わっちゃうなと気づいた」という。そして、「自分の人生の主人公は自分だ」と気づくのが50代なのだという

だが、いまの中高年が就職した頃は、そんな発想はあまりなかった。**働くのは生活のため、生きていくための経済力を得るため**であり、どこでもいいから就職する、潰れそうもない会社に入れればいいという感じだった。

そんな中高年たちは、いまの風潮に対して反発を感じる。「仕事で自己実現しようなどと世の中では言うが、ほとんどの人は働かざるを得ないから必死に働いているだけだ。好きなことをして生きたいなどと若い世代は言ってるが、仕事なんてそんなもんじゃない。好きなことをして生きてる人が、世の中にどれだけいると思ってるんだ。生きていくために、とにかく何でもいいから仕事をしないとイケない」。それが実態だ。自分だって、こんな仕事、べつに好きでやってるわけじゃない。そんな思いがある。

「職場でお荷物扱いされ、家庭では軽んじられて居場所がない中高年男性は増えている。彼らは自信がないから他人の視線が気になって被害者意識が強まり、ちょっとしたことでも自分がバカにされたと思いきなり激高する。唯一、自分が尊重される場が客という立場。最後のよりどころである客の立場を軽く見られると、怒りが爆発して衝動を抑えられなくなるのだろう」（「日本経済新聞」2011年11月30日付夕刊）

結局、会社勤めにしても家庭生活にしても、それらを平穏無事に維持していくために抑圧しているものがある。現実に対応するためには抑圧は必須の心理メカニズムなわけだが、何か縛られている感じがある。自由を奪われている感じがある。そこに解放されたいという衝動が込み上げてくるのである。

職業生活に適応するために、これまで感情を極力抑え、何ごとも理詰めで考えて生きてきた人にとっては、感情の赴くままに生きる自由奔放な性質が影を形成しており、中年期以降は、その影を取り込んでいくことが課題となる。

つまり、自分の感情面にもしっかりと目を向け、理屈だけでなく気持ちも大切にするように心がけることになる。

結局、そのような女性に狂うことによって、自分も家族も苦しむことになり、地道に築いてきたキャリアを失ったり、家庭を失ったりして、人生の坂道を転げ落ちていくこともある。

娼婦的な女性でなくても、いつも冷静沈着なタイプである本人とは正反対の性格で、感情豊かな女性に夢中になったりする。感情というものに慣れ親しんでいないため、その女性が何を思っているのかがわからず振り回される。

アニマというのは、男性の無意識のなかの女性像のことである。現実を生き抜くために意識面を理詰めで固め、感情的なものを抑圧していると、無意識のなかには感情豊かなアニマが形成されていく。そのアニマは、意識面の偏りに対して補償的に作用する。

~~~~~

男性の中の女性像。(アニマ Anima)

女性の中の男性像。(アニムス Animus)

男性における女らしさ、女性における男らしさである。

アニマとは本来ラテン語で「魂」を意味する語。スイスの精神医学者ユングが分析心理学の用語として用い、現在ではその意味で使用されることが多い。

~~~~~

仕事生活に追い立てられているうちに、家族ともいつの間にか疎遠になってしまった。考えてみれば、夫婦の会話というものがろくにないことに改めて気づく。日常の必要な要件の伝達くらいで、気持ちの交流が果たしてあるのだろうかとさえ思ってしまう。

中年期になると、そうしたアイデンティティをめぐる問いが再び活性化してくる。

「自分の人生はこのままでよいのだろうか」

「自分はいまの人生に納得しているのだろうか」

「自分は人生にいったい何を求めていたのだろうか」

「このまま流されていって後悔しないだろうか」

「若い頃に置き去りにしてきたものはなかつただろうか」

「もし人生を変えるならいまのうちに何とかしないと」

一緒に暮らしているうちに、お互いの価値観や性格の違いを思い知らされ、期待が裏切られる。「こんなはずじゃなかった」と失望し、ときに怒りが生まれる。でも、ぶつかり合ったりすることで理解を深め、相手の虚像でなく実像と向き合えるようになり、新たな成熟した関係へ修復していく。

それが夫婦関係のあるべき理想なのだが、一般的な日本の夫婦は、仕事に追われたり、子育てに追われたりして、**夫婦でしっかり向き合うということがあまりない**。関係性を修復しながら夫婦の絆を深めていくということがないため、いつの間にか夫婦の間に大きな溝ができていく。

家に帰ったときの息苦しさ、居場所のない淋しさ、妻や子どもたちと顔を合わせたときの気まずさ、無視される腹立たしさを思い出すと、帰る気がなくなり、とくに急がない仕事を続けることになる。

夫としても妻から軽んじられ、そんな妻の態度をみている子どもたちからも父親として軽んじられる。妻のあり方をみて、教育上好ましくないと意図しても、まったく聞き入れてもらえない。自分の価値観と合わない部分があり、行動を改めてほしくて意図しても無視される。子どもに教育的指導をしようと思っても意図しても、全然言うことを聞かず、うっとうしがられる。

結婚しない若い世代が増えているのは、正社員になかなかないから経済的に苦しいといった経済的要因や、キャリアを追求するには結婚すると不利になるといったキャリア的要因ばかりがクローズアップされているが、それだけではない。

結婚した男たちが、どんなに報われない立場になるかを目の当たりにしてきたということが大きいのだ。そんな若い世代の男たちにとって、結婚というものがどうしても魅力的には思えない。あんな夫＝父親にはなりたくないと思う。あんな扱いになるくらいなら、ひとりである方がよっぽど気持ちよく暮らせると思う。だから、結婚というものに夢がもてない。当然のことだろう。

中高年男性が仕事で失

敗して困り果てたときに、それにどこまでも連れ添う気持ちが女性のなかで希薄になっているという点である。たとえ離婚しなくても、女性は長年連れ添った配偶者を心理的にやすやすと見捨てていることが多いのではないか。

キレる行動の背後には、「許せない」という思いがある。なぜ許せないのかと言えば、自分の価値観からして「あり得ない」態度だったり、言葉だったりするからだ。

たとえば、遠慮なし年目分の意見を主張する若手にムカつくのは、「若手は上司や先輩に対して遠慮すべきである」という価値観をもっているからである。その若手は、そうした価値観をもたないため、遠慮なく自己主張するのである。でも、べつに悪気があるわけではなく、会議の議題について本気で考えているから、ムキになって意見を言っているのかもしれない。その場合は、「遠慮すべき」という価値観を棚上げして、素直に相手の言動をみることができれば、腹立たしさも消えるだろう。

ネガティブな出来事をしょっちゅう思い出していると、ネガティブな記憶へのアクセスが良くなるため、始終ネガティブな気分で過ごすことになりがちである。イライラしてキレやすい人は、堤防が決壊寸前の川のように、ネガティブ感情の水位が上かっているのである。そのため、相手のちょっとした言動にも、

「もう、我慢できない」

といった感じになり、過剰に反応しやすい。

キレにくくするには、日頃の気分をポジティブに保つことが大切である。そのためには、ネガティブな出来事を反芻しないことだ。