

# 精神科医の思うこと⑧

## 家庭教師

松村 奈奈子

長期の不登校のケースなどで、家族が家庭教師をつけているのを時々目にします。そんな時、ついつい“どんな感じの先生ですか？”なんて聞いちゃいます。

実は私、小学校の終わり頃から中学生の間、家庭教師の先生にお世話になった事があります。いろんな意味で、私の人生に大きな影響を与えてもらったと思っています。いい経験だったので、自分も大学時代に数人の子ども達の家庭教師をしました。そんな感じで、家庭教師については思うことがあるので、今回のテーマは家庭教師。

父親は経済的な理由からか、母親は保守的な家族に育ったからか、二人とも大学には進学しない人生でした。そのこともあってか、子どもには大学に行かせたいという思いがあり、40年ほど前に、当時としてはまだ珍しかった家庭教師をつけてくれていました。

どこから探してきたのか、今では覚えていないのですが、教育学部1年生の女子大生さんでした。

今から思うと、18歳の彼女は非常に聡明な女性だったと思います。いろんなタイプの“家庭教師”がいるとは思いますが。でもガツガツ勉強を教えるってイメージではなくて、何のために勉強をするのかを教えてくれた人でした。

勉強の時間の事はよく覚えてなくて、先生とのお話の時間が楽しかったのを覚えています。中学生の私は丁度反抗期、保守的な両親の考え方に疑問を持ち始めたころで、そんな不満を彼女に話すと、彼女は自分の考えを話しながら、いろんな物事のとらえ方を説明し、時には議論したりしました。先生との話の中で、物事の多様性を教えてもらったんだと思います。

たまには休日に一緒に映画を見にいったりランチしながら、先生の恋人の話を知ったり、大学の学園祭に誘ってもらったりと、なんだか“お姉さん”のような存在でもありました。

先生はオーケストラ部でフルート奏者をしていたので、毎年大学オーケストラ部のコン

サートに誘ってもらいました。「人生、ひとつくらい楽器ができると楽しいわよ」と言われて、私も大学ではオーケストラ部でフルートを選びました。家庭教師の先生にあこがれて楽器を始めた私は、音楽の才能はなくクラブのみんなには大変迷惑をかけましたが、先生のマネができて満足な私でした。「大学では講義ノートが売られてるのよ、好きな勉強だけを楽しくしたらいいのよ」「人数の多いクラブに入っているとテスト情報がよく入るのよ」・・・なんて悪知恵も教えてもらって、後の大学生活では役立ちました。また、先生は夏休みには必ず旅行にでかけて、お土産をくれました。沖縄土産のかわいい小瓶に入った星の砂をもらった時、見た事のない太陽と青い海を想像したのを忘れられません。私もきっとバイトして旅に出かけたいと思いました。

大学生生活をイキイキと楽しむ姿を見せてもらいながら、私の中で“大学”がイメージでき、とりあえず勉強しなくちゃなーと思わせてくれる、上手な教育方法だったと思います。

また、両親はあまり本を読む習慣がなく自宅にあまり本がなかったのも、先生はいくつか本も貸してくれました。なかでも「大地」（パール・S・バック著）は1番記憶に残っています。中学生の私には“難しい”本で、読み進める事だけでアップアップでした。当時はノーベル賞をとった作家だなんて意識もしていなかったと思います。ただ、今も忘れない1冊です。

今、考えると「大地」には先生からのメッセージが込められていたのかなって思います。

また、家庭教師の先生は、いつも私の勉強が終わると、何やら母親とよく話していました。よく母親に反発していたので、母親もまた先生に相談していたところがあったんだと思います。

後にヤンチャな弟も同じ先生にお世話になりました。我家は、聡明な女子大生の彼女に大きく助けられていたのかもしれませんが。

そんな家庭教師にいいイメージを持っている私は、大学生の時には中学や高校生の子ども達の家庭教師をしました。私がしてもらったように、一緒にプラネタリウムや映画をみたり、マクドナルドでランチしたりしました。お金持ちの令嬢の時は、夏休みに高原の別荘で令嬢の友達と3人で10日程過ごしたこともあります。全く料理ができない子ども達に料理を教えたり、夜な夜な長話をしたり、なんだかドラマみたいな体験もしました。成績をあげるというよりは、子どもたちには楽しんで、夢を持てる子になってほしいな・・・と思って関わってきました。私の先生のように、憧れの存在になれたかどうかは自信がないのですが、家庭教師は楽しかったです。

家庭教師にいいイメージの私は、治療の中でも金銭的に余裕のある不登校のケースなどには、勧めてみる人が多いです。

その時には、超有名国立大の学生というよりは、ぼちぼちの大学で、ゆるゆる人生を楽しんでいる学生をいつもおススメしています。

ある不登校の中学生が来た時に、家族も家庭教師の提案にのって来て、近くの大学に家庭教師をお願いしました。男の子は「家庭教師は僕が問題を解く間、僕のマンガを読んで笑ってる」「このあいだはギター持ってきて弾いてた」「へらへらしてて、たよんないわあ」と診察で話しているうちに、ほどなく登校出来るようになりました。そう、そんなもんなんです。

イキイキしている家庭教師にあたった子供ほど、よくなっていく気がします。

金銭的余裕のない家族の子ども達には、私が病院で診察の中で家庭教師役をしたこともありました。

病院は通常、5時には受付は閉まってしまうので、これまでの病院ではできませんでしたが、最後に10年程勤務していた総合病院は、救急をされていて24時間窓口が開いていたので、学校帰りに診察に来れたのです。当時の院長は理解があり、精神科医も私1人だったので自由にできたからかもしれません。精神科担当の看護師さんも子どもが大好きで、協力的でした。

「お帰り」と診察室で看護師さんと迎えて、しばし子ども達の話聞きます。

中学を3年間不登校した子ども達が高校に進学するときの不安は、勉強もそうですが人との関係でつまづいた時のちょっとした声掛けで大きく軽減します。勉強に関しては先生がみてあげるから！と保証し、対人関係の不安は診察で話したらいいし・・・と送り出してみます。「初めて教室に入る時、背中から汗がわいてきた・・・」と初登校の後、診察室にやってきた男の子は話します。「どうやって話しかけたらいいんだろ」「不登校だったこと聞かれたらどうしよう」などなど、それにはロールプレイング的に具体的にサンプルを伝えると、なんとなく乗り越えられるように。やっと話せる友達ができ、ちょっとしたトラブルなんかも診察でヒントをもらって乗り切れたら、それはとってもいい感じ。診察は終わりに近づきます。継続した友達ができるまでが私の仕事です。友達ができると、勉強に関しては「友達のレポート写して提出したわ」と笑って言えばOK。ずる賢さを身に付ければいいんです。

逆に教えてもらった事も多くありました。

中学で不登校の子供たちが行く高校の教科書を見た時、すごく驚きました。それはこれまで見た事のない教科書でした。

英語の教科書の最初のページはA B Cのアルファベットが並び、子ども達は「今日は筆記体を書く練習をした」と楽しそうに話します。数学も分数の説明が丁寧に書かれていました。ああ、そうか、中学3年間不登校の子どもは高校の教科書は、ここからスタートするのか、

なるほど・・・と、びっくりしながらも納得したのを覚えています。

不登校だった子ども達が進学し、どんな勉強をしているのかを知った事は、その後の長期不登校の子ども達に“勉強の事は心配しなくて大丈夫”と言ってあげられる根拠となりました。医師になって診察の中で、久しぶりに家庭教師役をして気づかされた事はたくさんありました。

人は「夢」や「あこがれ」を持って初めて、ちょっぴり努力ができる気がします。あの“家庭教師”に出会わなかったら、精神科医としての今日の私はなかったのかなって、思う事もあります。多感な青春時代に、両親とは違う“大人”のモデルをとおして、いろんな夢を抱けたことは、大切な体験でした。

「夢」や「あこがれ」を一緒に作れることが、子ども達との関わりの中で、私にとって大切な事と思っていますし、私自身がいくつになっても「夢」や「あこがれ」を抱いている大人でありたいと思っています。