

「不機嫌や愚痴で人を動かすのは罪です」

愚痴を聞いてくれる子というのがある

不機嫌を身体中で発散する人というのがある。かつて私の周囲にもいた。その人が何かの具合で笑顔でも見せようものなら、ホッとしたものだ。なぜその人のご機嫌をうかがわなくてはいけないのか。怒りにも似た感情を持ったが、不思議と人は不機嫌な人には勝てない。不機嫌は、人を支配するのである。

問題は、人は自分が不機嫌を発散しているということに気づかないという点にある。

中学1年生の男子が、母親と一緒に面談にきた。聞くと、鏡台などの母親の物だけを壊すという。母親の物だけを壊すというのは、怒りは母親に向けられているはずだ。そこで母親に、子に愚痴をこぼすことはないかと聞いた。母親は、意識していなかったが確かにその子に愚痴をこぼすという。双子だったのだが、弟の方には愚痴をこぼさないらしい。彼は学年で一番の優秀な子だった。それゆえ大人の細やかな感情が理解でき、それにふさわしい意見を言える子だった。だから母親はつい愚痴をこぼしたのである。この面談は、過去の面談の中で一番簡単に一件落ち着いたものであった。母親が愚痴を言っているのではないかという予測が正しかったからである。その予測は、私の経験からくるものだった。

どの子も愚痴を聞いてくれるわけではない。同じ兄弟の中でも、親の愚痴を聞いてくれる子というのがある。愚痴を聞かない子というのは「うるさい！」と言って、相手にしないものだ。だから親も愚痴を言わない。

我が家でも、次男が愚痴を聞いてくれる子だった。小学校4年生の時、担任の先生から、「クラスのことだけでなく、私の家の愚痴も聞いてくれるんです」と言われたことがあった。そういえば、彼は我が家でも私の愚痴を聞いてくれていた。だが、私はそのことを意識もしていなかった。

その次男が中学3年生の時です。私が「お兄ちゃん、どうなるのだろう」と、長男の愚痴を言った途端に、「そんなこと聞きたくない。僕はいい子でなんかいたくないんだ！」と爆発しました。(便り2020年10月号)

私は次男にそう言われるまで、自分が愚痴を言っていると意識していなかったもので、びっくりしました。彼が強硬に反発したから気づいたのだが、反発されなければ、いつまでも愚痴を言っていたに違いない。

愚痴を言っている人が被害者とは限らない

不仲であった母は、父親への不満を年中子どもたちにもぶつけていた。直接、子どもに言うだけではなく、台所で食事を作りながら、ぶつぶつと愚痴をいった。私はその愚痴に、つい聞き耳を立て、神経をすり減らすようになった。愚痴は聞くものにとって強いストレスになる。仲が悪い夫婦の場合、母親が夫の悪口を子どもに吹き込んでくる可能性はかなり高い。自分の正当性を主張し、子どもを味方につけたいからです。愚痴は、子どもを自分の思い通りに動かす効果があるのです。なかなか不機嫌や愚痴に人は勝てません。どうしてもその人の機嫌を取るように動くようになります。その結果、いつのまにか、子どもは、自分の意思や感情を見失って、母親の機嫌を取るように動くことになります。

大体、愚痴を言っている人は、自分が被害者だと思っています。佐藤愛子は、「被害者だと思っていた人が一番の加害者であることがある」と書いていました。本当にそうだと思います。いつも苦しい苦しいと文句を言っていた人が、実は一番の元凶だったということがあるのです。不機嫌や愚痴で人を動かすのは罪です。