

子育てにおける「抱える」ということ －不登校児の保護者の面接から

山口大学教育学部

田 邊 敏 明

Holding in Child Rearing : From Interviews with Parents of School Refusal Children

Faculty of Education, Yamaguchi University

TANABE Toshiaki

(Received December 2,2002)

キーワード：子育て、「抱える」、不登校児、「支え」、「引き上げ」

Parents should have the holding mind in child rearing. Holding mind is mainly consisted of standing for children, having determined mind and reconsidering the standard to estimate children. The standing point of child rearing should be not on parent's convenience but on children. The having determined mind means to make up their mind to help children any time, and only seek to satisfy their basic needs and holding them as they are. The reconsidering the standard is to set the least standard for children to achieve, not noticing the relative position of them among peers. It would be desirable for every member in family to have the holding mind. In the due course, paradoxical principle would be also applicable to the child rearing. If parents would abandon their extra expectations for children, in return children would come up to their expectations. In conclusion, it would be needed for us to hold children, watching them affectionately and standing closely for them.

Key words : child rearing, holding, school refusal children

I はじめに

保護者対象に子育ての講演をしていると、そのあり方についてまとめたものはないかと問われることがある。その子育ての講演といえば、不登校児に対する親の態度について語られることが多い。それは、不登校児を本当の意味で「抱え」ることができる親にこそ、子育てのあるべき姿を見て取ることができるからである。その姿を集約すれば、「抱える」という比喩がぴったりあてはまる。

「抱え」(holding)とは、そもそもWinnicott (1958) が唱えた概念である。それは「子どもにとって居場所を得て存在するための基盤を提供する環境」のことである。本来は赤ん坊を抱っこする親の腕に当たるが、本稿では比喩的な意味で「抱える」という言葉を用いたい。たとえば病態の重いクライアントは、セラピストに対してしばしば「抱える」ことを要求してくる。そして、セラピスト側も次第に「抱える」ことに限界を感じ、適当な距離を取ることになる。しかし、相手が自分の子どもである親の場合は、基本的には逃げるわけにはいかないし、文字通り「抱え」ざるを得ない。子どもは自立するまで、機会を見つけては親を試してくるものである。それゆえに親の方にも、それを「支え」、「抱える」覚悟が求められる。

他にも「抱え」については、成田 (1989) が語っており、それを要約すれば、「精神内界に保持できず外界に行動化している行動を、次第に治療構造内の行動化に変え、さらに面接室内の行動化に変えて、最後は体験を内界に保持できるようになる。それを抱えていくのが面接室である」ということになる。また青年期を「るつぼのなかで燃えたぎる」ことにたとえる例も多く、青年を外から「抱える」必要性が唱えている。

親は子どもに期待してしまうのが常である。中には子どもの成長のみを生き甲斐にされる方もおられる。しかし、そもそも親にとっての「子育て」とは、期待した数々のうちの一つ一つを裏切られ、しかしその都度、めげることなく「抱えて」いくことに他ならない。いや、そもそも「裏切られる」という表現自体が、期待している証拠であり、ふさわしくないだろう。しかも、子どものことを先取りして手を出すこともなく、失敗したときにだけ手をさしのべるのが親の役割である。さらに、子どもがどうしようもなくなったときには、「生きていだけでよい」というレベルまで要求水準を下げているのも親しかいない。つまり、子育てとは、無償の愛を貫き通すことと言っておこう。これらすべてが親による「抱え」である。

このような「抱え」について今回はまとめてみる。特に不登校の子どもを「抱える」親との面接から得た知見を中心にしながら、足りないところは文献で補っていきたい。著者の場合、今までに書いてきた論文が、どちらかと言えば、心理学の基本概念をすでに身につけている人を対象としており、しかも今までにない考えを打ち出そうとしたものが多い。それゆえに、心理学の基礎知識のない方にとっては理解しづらかったかもしれない。それで、本稿では心理学を知らない保護者でもわかりやすいような一般的な考えをまとめることを目的とした。

II 子どもの視点に立って

1. 世間体をなくす

「抱える」には、子どもの視点に立つことが必要である。その手始めとしては、まず世間体をなくすることである。恥をかくのが親の役目と思えるくらいになると、子どもの気持ち

は随分と楽になる。楽になれば、子どもは自らを改善し始める。

子どもが小さいときには、決まって親が一番してほしくないときに、一番してほしくないことをしでかして手を焼かせてくれる。これはなぜだろうか。それは、たとえば仕事のように親が大切にしているものと、自分とでは果たしてどちらが大切かを試すからである。そこで親が好きなことを我慢してでも自分につき合ってくれれば、親が自分を根本から支えてくれていると子どもは感じる。たとえ何が起きても、この抱いている腕を解くことはないと確信できるのである。「仕事を休んでまでつき合っただけなのに」という意識が親に残っている間は、子どもは親に感謝しない。親がそのことを意識せず、我が子が純粹に好きだからという思いが勝るときに、子どもははじめて感謝する。親がその苦勞を苦勞と思わないこと自体で子どもは救われるかもしれない。

問題を起こすとすぐに施設に入れることを思い描く親もいる。一方で、とことんつき合ってみて、それでも施設の方がいいと判断を下す親もいる。前者のように安易に預けた場合には恨みを買ってしまう。一方後者のように、今はむしろ施設に預けた方がいいと、断腸の思いで決断した場合には、たとえ施設に預けた後も、こちらの気持ちに支えられるため、そこで安心して暮らせるものである。

不登校の場合に、「あなたが学校に行かないから近所の人と顔を合わせられない、買い物にも行けない」と、親が子どもに攻撃を向ける場合がある。また今度兄弟が同じ学校に入ってくる場合、「あなたが学校に行っていないから下の子の肩身が狭い」、とか言って矛先を不登校の子に向けることがある。このように言われて、再び学校に行き始めた例を知らない。

2. その子だけの視点で

「あんたみたいな子は他にいない」と子どもに向かっているのしる親がいる。しかし、よく考えてみると、子どもはそもそも一人ひとりが違っている。みんなと違うことをすることこそ勇気で、それを認めるのも親の勇気ではないか。そこで、のしるのを止めるのも勇気である。よく教育委員会主催のキャンプとかあって、その関係者に尋ねてみるが、「途中で止める子はいない」とか言われる。しかし親も教育者も、いったんやりはじめればやり通せると思いこむのは危険である。無理して続けたゆえに、後に尾を引くこともあるからである。「みんながしてるんだから、あなたも勇気を出してしなさい」というのは、勇気とは思えない。むしろ、途中で止めて帰ることの方が勇気ではないか。今まで止めた人がいないなら、あえてひとりくらい途中で止めた例を作るといふくらいの気概を親や教育者がもってもよいのではないか。その場合、「もう少しいける、いやここまでが限界」という見極めが難しい。そこは子どもの顔色を見て判断する必要がある。それこそ、日頃から細かく観察しているかどうかは親や教育者に問われる。

3. 子どもの笑顔が浮かぶという視点

ある不登校のケースである。子どもが保健室登校になった。親としては、なんとか教室に復帰してほしいと願う。仕事の合間を縫っては子どもの様子を保健室に見に行く。ある時、子どもは保健室にいなかった。それなら教室に戻ったに違いないと、親は嬉しく思って教室に駆けつけた。でもそこには子どもの姿はなかった。その時は、養護の先生が、他のルートをたどって連れ戻していたのである。親は正直言って落胆した。養護の先生から

後で聞いたところによれば、今日は調子がよさそうなので、試しにクラスに返してみたが、ものの2、3分で顔が青ざめたので、連れ帰ったということである。帰ってくると、また笑顔が戻ってきた。その後、親にお弁当箱を作ると言っただけは、折り紙で幾重にもなる箱を作っている。その顔には笑顔がこぼれている。クラスに帰って来たときの青ざめた顔と、保健室のこの笑顔のどちらを親は選びたいだろうか。当然笑顔の方を見たいだろう。こういう視点の変換が大切である。そして、その子は重箱を家に持って帰り、親にプレゼントする。親としては「そんなものが作れるのなら図画工作の時間でも出席してみたら」と、つい思ってしまう。でもそう言わずに、「上手にできたね。嬉しいよ。ありがとう。」と素直に喜んで受け取ればよい。すると、子どもに地盤が出る。これを続けていくと、ある機会を狙って再びクラスに返してもそこにとどまれるようになる。その時に、たとえばハンカチや腕輪を「苦しいときにはこれをお母さんと思って」と言って渡せばよい。支えてくれる存在がそばにいると思うだけで、心強いものである。

また登校渋りの子の母親で、「その子が学校に行ったとしても、ご褒美に物を買うとかは絶対にしない」と断言される母親がいた。この母親には、逆に「ご褒美というより、さりげないお祝いをされたらどうですか」と勧めてみた。そのような頑なな姿勢の場合は、少しやわらげた方が逆に「抱え」になると思う。

Ⅲ 覚悟を決める

1. 覚悟を決める

小学低学年の時に、教室でおしっこを漏らす子どもがいる。そのとき親は、まず世間体が悪いとか、このまま続けては子どもが友達からいじめられてしまう、と心配する。そこで、親が立てる対策といえば、催すやいなやトイレに行かせるとか、水分を控えるとかである。でもこのようなときに親に一番必要なのは覚悟を決めることである。おしっこしてもいいではないか。そのときには、親が学校に謝りに、そして掃除にも行こうと決意する。あえて言えばうんこでもよい。振り返ってみれば、この前までは糞尿垂れ流しの赤ちゃんだったのではないか。幼児の延長と思えばいいのではないかと。そう思うだけでも親の気持ちも穏やかになる。

子どもが運動会のリレーの選手に選ばれたものの、ビリになるのが落ちと嫌がる親がいる。でもその子にとっては、生まれてはじめて選手というものに選ばれたわけである。その子にとってはビリだろうがなんだろうが、どうでもいいことである。選ばれたということ自体が嬉しいのである。その嬉しさを親の側も共有したい。

2. 基本の欲求を満たす大切さ

欲求の階層説というマズロー (Maslow, 1954) の説がある。これは生理、安全、愛と所属、自己尊重の欲求が満たされてこそ、自己実現の欲求が生まれるという説である。その自己実現の欲求とは、たとえ苦痛であっても自分が成し遂げたいことにチャレンジする欲求のことである。この説は、親の「抱え」のあり方をうまく伝えてくれる。親が子どもに願うことに「勉強してほしい」ことがあるが、この「勉強をする」とは、認知欲求であり、この説の中でいえば最高位の自己実現の欲求に近い。つまり、その下の欲求が満たされてはじめて起こる欲求である。それなのに親は、同級生と比べて叱咤激励するとか、下位の欲求を奪うぞとばかりほめかして、奮起させようとする。それでも最初ほうまくい

くことがある。しかし後が続かない。特に自己尊重の欲求を満たしてやることは、何よりも大切である。虐待にいたるなどはもってのほかで、それは安全と愛情と所属の欲求はあろうか、自己尊重の欲求まで奪い取ってしまう。その点では、夫婦仲良く暮らすことは、生理と安全という子どもにとって最も基本となる欲求を満たすことになるだろう。それが揃うと子どもは安心して探索できるようになる。結局、「どうしたら勉強にやる気を出してくれるか」という親の願いに対しては、「勉強にいたるまでの欲求を満たしてあげることは親にはできない」としか答えようがない。

またその場合に親にありがちなのは、下の欠乏欲求を満たせば、必ず上の探索欲求が生まれるだろうと考えがちなことである。しかし、下位の欲求を上位の欲求の手段として見ているとはいけない。下位の欲求を満たすこと、それだけを思えばいいのである。孫がかわいくてしかたのない祖父母がいる。親たちは、子どもが自分たち言うことを何も聞かないのに、なぜ祖父母の言うことだけは素直に聞くのかと嘆くが、それは祖父母が孫のことを、その存在だけで認めているからである。小柳（2002）も家庭の意義をただ憩える場所だけに限定している。それを考えれば、親はその子を他の兄弟と、あるいは同級生と比較してはならないし、いままでできないところができたことだけを喜ぶ姿勢あってほしい。

3. 現状をしっかり抱えることの大切さ

不登校児は兄弟から、よく「ずる」とか「怠け」とか言って責められてることが多い。しかし何か足りないからそうなのであって、それを満たすまでは外へ挑戦していかない。筆者は、子どもは心が十分に満たされると必ずや次のステップにチャレンジするものだと思っている。つまり「怠け」「甘え」「わがまま」などの言葉はひとまずそばに置いておく。愛情を底なしに求めてくる重いケースならいざ知らず、不登校くらいの軽いケースなら、何か足りないからそれを補ってもらうために親を困らせるくらいのものである。教師は「甘えやわがままが次から次へと際限なく出てきて、収集がつかなくなる」と心配される。しかし、よく情報を仕入れてみると、子どもが目の前で取っている行動が「なるほど」とうなずけることが多い。そんな状況なら、不登校に陥るのが自然なのではないかとさえ思えるケースもある。さらに学校に行けている方がむしろおかしいとさえ思える子もいる。一方で、たとえ登校している場合でも、家に居場所がなく学校の方が相対的に居場所になっているだけだったりすることもある。

IV. 子どもを見る基準を設定し直す

1. 最低の要求水準を設定

たとえば、学校ぎりぎりにしか行かない子がいるとする。親にとってはなるべく早く行ってほしいところだが、ぎりぎりだけ遅刻せず行っている点を重視したい。また家でまったく勉強しないが、学校にだけは行っている子がいるすると、学校だけは行っていることを重視したい。また授業には出ていないが、クラブだけは参加する子がいれば、クラブだけでもと思いたい。また保健室登校をしている子がいれば、保健室で休んではエネルギーを貯めて教室に向かっているんだと理解したい。時々休む子がいれば、この子は計算しながら学校に行っているんだ、自分のペースを守っているんだ、と考えたい。欲張って上を狙うと逆効果な場合がある。これらの姿勢を支えているのは、「この子が生きていだけでよい」という視点である。

2. 客観的基準を知らない方がいい -賢い親ばかのススメ

親ばかになるのも時にはよい。その子の客観的な位置を知らない方がむしろよい場合がある。その子の集団内の位置を知っていると、表で誉めているようなつもりでも顔のどこかに本音がつい漏れてしまうからである。他の兄弟や同級生との比較もしない方がよい。そうでなくとも、子どもは次第に自分の相対的な位置がわかってくる。その時も、親は基準の設定を変えてあげたらよい。たとえば「前にできなかったのに、今度はできただけすごいじゃない。」とかである。親も自分の若い時分を振り返ってみてもよいだろう。自分できなかったことを子どもに要求するのが、どだい無理な話である。よい意味での諦念を持ちたい。

3. カウンセラーの視点

親の望むいわゆるいい学校に入っても、子どもがどうもなじめなくて退学に至るケースがある。親はなんとか復帰させる手だてがほしくて、カウンセラーに頼って来る。

面接の最初の頃の親は、表に現れる改善だけにこだわりがちである。たとえば、「いくら良いことを言ったとしても、結局学校に行けてない。」とか言われることもある。しかし、カウンセラーの見方はそれとはやや異なっている。カウンセラーは、表に現れていない裏の部分で着々と進行していることに注目する。親の覚悟が決まれば、回復の芽は表に出なくとも水面下では着実にできてくるものである。後はそれが表に現れてくるのをひらすら待つだけである。

また、カウンセラーは子どもを復帰させることだけに焦点を当てるわけではない。カウンセラーは、たとえ点が上がらなくても、たとえいい学校に行けなくても、親子関係がよくなる方を求める。「お陰様で子どもが学校に復帰できるようになりました。」となればそれはそれでよい。しかし、カウンセラーの本当の喜びは、たとえ復帰ができなくとも、お陰様で「子どもを理解できるようになりました。」、あるいは「子どもといい関係が持てるようになりました。」と言われて感謝されることである。その方が将来に向けても安心できるからである。

面接を続けているといつしか、それまで学校復帰にこだわっていた親が、ふと「覚悟ができました。」と言って、それっきり来なくなることがある。こちらからは、「その子の選択を尊重するように」と遠回しに伝えてきたが、それを親が自分の姿勢としてしっかり獲得したような印象を受ける。それでカウンセリングは終了である。

V. 子育てに成立する逆説

1. 姿勢が決まると好転

子どもが思春期に入って問題を起こすと、子育てを間違ってしまったと後悔する親が多い。しかし、どんな親にもそんなに完璧な子育てはできないし、そもそもそんなものは存在しない。親が悪い育て方をしたと悟った時点で、それならそれと同じ時間をかけてやり直してみようとするくらいの開き直りがほしい。その取り組みの姿勢が生まれた時点で、子どもは好転する。子どもは親の作品ではない。

子育ては苦痛なものであろうか。以前には子育てくらいしか楽しみがなかった時代もあった。しかし、今や自動販売機でいつでもなんでも買える時代である。そんな時代に、いつどんな要求をしてくるかわからない子どもは、親にとって最もやっかいな存在である。

しかし、よく考えてみると、子どもは18才くらいになると自然に家から出ていくものである。今が中学生なら、あと何年も残されていない。しかし不幸にも、その時期には親も仕事の上で最も充実した時期を迎えていることが多い。だからけしてたやすすくないのはわかるが、もう3年くらいしか一緒に暮らせないのかと思うと、逆に子どもがいとおしくなるはずである。またこちらが育ててやっているのではなく、勉強させてもらっていると考え直したらどうだろう。「子育て」という実習を通してはじめて大人にならせてもらえるとか思えば、「子育て」も苦痛ではなくなる。まさに生涯学習の一環と思えばよい。また「子育て」をさせてもらっていると感じると、不思議なことに子どもも親を敬ってくれる。その手始めに、子どもの話を口を挟まないで聞き通してみたい。そして、歩み寄りの姿勢を見せるみる。その効果はすぐには現れないものであるが、ずっと後に必ず現れてくる。

2. 子育てに成立する逆説

子育てには逆説が成立することが多い。逆説とは、真理と反対なことを言いながら結果としては真理を強調するような言い方のことである。不登校では、親が「学校に行かなくてもよい」と覚悟を決める時点で好転することがある。つまり、親が子どもへの期待を抑えると、子どもがその期待に沿ってくれるのである。というより、親の見方、次元が変わるので、同じ行動でも違って見えるだけのことかもしれない。たとえば、坂本・和田・東(2001)の例をあげてみよう。たとえば、おねしょをすることに困り果てた親がいるとする。その際に、水を飲ませないとか、おねしょをしないことにあらゆる神経を注ぐことになりやすい。それを逆に「おねしょをしろ」と認めてみる。あえておねしょの日を決めてみたりする。するとその回数が減少するそうである。腹を決めると子どもは足場がしっかりしてくる。そこから改善のエネルギーが湧いてくるのだろう。

ひきこもりの事例であるが、ここにいつまでも居てもいいと親が認めた時点で子どもはその場から出る試みを始めるという。比喩的に述べれば、足場がしっかりと、そこから歩みが始まる。それは、羽毛の母親に育てられた小猿が針金の母親に育てられた小猿に比べてよく探索する、というHarlow(1959)の実験にも象徴されている。

親がいらないことを言って子どもを傷つけることは多い。でもその中には思わず言ってしまう言葉も多く、言った方がむしろすっきりする言葉もある。それも仕方のないところと言いたい、すっきりするということ自体が自分本位であることに気づきたい。教育でも、教師が同じことをしつこく言って指導するほど、子どもは耳を貸さないとされるし、カウンセリングでもカウンセラー側が長く話すほど効果は少ないと言われる。本当の愛情とは、その子にさせなければいけない時には、親は手を出したくとも我慢することである。何でもしてあげるのは、逆に親の方が楽だからであり、それでは子どもを思う気持ちは足りない。そこには、余計なことを言わない勇気、しない勇気が求められる。もやもやしたままの勇気も求められる。しかし、そのもやもやを解消しまいままにしているのもストレスが溜まる。その時には、信頼のおけるカウンセラーなんかはその思いをぶつけてみればよい。

あるお母さんは、二人の子どもが不登校となり困り果てていた。父親は理解がなく、また姑からも「あなたの育て方が悪いからそうなる」と責められる。そこでその母親にできるのは、「それもそうですよね」と笑って答えるだけだったという。低学年の子どもがそばにいて欲しいというので、パートにも出られない。あげくには、せっかく貯めた貯金も下

ろさねばならなかった。他のやり方もあるだろうと思われるだろうが、その時にはその選択しかなかったようである。そのときカウンセラーにできたことと言えば、お母さんのつらい気持ちをしっかり聞いてあげることだけであった。

VI 「抱える」こと

1. できればみんなで「抱える」

小玉(2001)によれば、わが子が難病であると告知された親は、最初にショックを受け、否認するが、現実を認めざるを得なくなり、悲嘆して感情をあらわにしていくうちに、次第に受容できるようになるという。そして最終的には、みんなが覚悟を決め、いい意味の諦観をもって前に進めるようになる。不登校の場合も、まず「うちの子は不登校なんかじゃない。」と否認し、次に「なぜみんなは行っているのに、よりによってこの子だけ行かないの。」と言って途方に暮れる。しかし、最終的にはその子の現状を認め、みんなが支え合って「抱える」しかない。

その途中では、母親だけでなく、父親も、もし祖父母が同居しているなら、祖父母も、みんなで医者頼み、神頼み、整体頼み、とかいろいろ試してみるのもよい。誰を悪者にしても解決にはいたらない。いろいろと役割を分担して、あわてふためきながらやっていくのも大切である。特に不登校の際には、途中で父親がリードするのが大切なように思える。そしてみんなの力が結集したときに、だれかの言葉かあるいは行動がきっかけとなって、子どもは学校復帰を果たす。しかし、それは誰の手柄でもなく、みんなが無心で支えた集大成である。その途中には、たとえ子どもが学校に行けてなくとも着実に成長していることを認める目が必要である。その点、母親は自分の勘に自信をもつべきであろう。自分の腹を痛めた子のことなら、その状態がなんとなくつかめるはずである。

2. 「温かい目」をもつために

子どもを抱えるには終始「温かい目」を持つ必要がある。その「温かい目」が生まれるためには、子どもの裏事情を知らなければいけない。それと「温かい目」をもつには、子どもからいったん離れることも必要である。趣味によってストレスを晴らすのもいいし、そしてうつぶんは面接で晴らしてもよい。その中で、「優しく見る目」を作り上げて欲しい。自分がリフレッシュされると、再びその子に向き合う元気が出る。また、距離を取ると、今まで気づかなかった点にも気づけるようになる。

子どもは苦しい気持ちを何らかの形で発信するものである。たとえば字が小さくなるか、今まで言わなかったことを言うようになるとかである。絵なんかにもその気持ちがしばしば現れる。子どもが嫌がるならやめておいた方がいいが、木を描かせる心理テストのバウムテストなんかも、子どものつらい気持ちを知るための貴重な情報源となる。親がその絵をいつも心にとどめておくと、子どもに優しく向かうことができる。

3. 「支えて」前に出してみる

子どもに多少とも元気が出てきたら、横並びで歩むか、あるいは時には突き出してみる。「横並びで支える」イメージは、子どもが平均台を進むのに並行して、いつでも手をもてるように歩むイメージである。ある保健室登校をしている子がいて、その子にも次第にエネルギーが湧いてきた。その頃、恒例のマラソン大会が迫ってきた。マラソン大会に出るか

どうか聞かれたその子は、「途中で倒れたらいけないから出ない。」と言った。そのときに、親は「出てみたら？」とあえて言ってみた。そして「倒れたらいつでも迎えに来てあげる。中継点で見ているから大丈夫。」と後押しもした。その場合、実際に走ってみると、手助けを必要とせず、完走できたりするものである。

また、親がどうしてもサポートできない用事があるときには、その決意を子どもに話してみればよい。たとえば不登校の子に寄り添っていた母親がたとえば社会的に責任のある仕事が多忙を来すときには、「責任ある仕事だから今日は休めない。今日はあなただけで学校に行ってほしい。」と伝えてみる。すると子どもには不思議と通じるものである。しかし、それまでに「抱えるだけ抱える」という下準備が必要である。横並びあるいはしっかり抱えていく中で、子どもを突きだしてみると、意外にもいけるものである。しかし当面いつでも帰ってこられる受け皿を用意しておかねばならない。それらのすべてが抱える姿勢である。

あくまで子どもの視点に立ち、決して自分の道具にしないという覚悟を親が貫けば、子どもは知らぬ間に親の期待したようなものになるであろう。しかし、その時の親の期待というのも、「生きているだけでよい」という内容へとすでに変化しているかもしれない。

<引用文献>

- Harlow, H.F. 1959 Love in infant monkeys. *Scientific American*, 200, 68-74.
- 金盛浦子 1994 子どもを追いつめるお母さんの口癖 青樹社
- 小玉正博 2001 登校しぶり・不登校から見なおす親子関係 児童心理 No.757
特集1「学校に行きたがらない子」 金子書房 Pp. 24-29
- Maslow, A.H. 1954 *Motivation and personarity*. Harper & Row, Publisher.
- 成田善弘 1989 青年期境界例 金剛出版
- 小柳晴生 2002 ひきこもる小さな哲学者たちへ NHK出版
- 坂本真佐哉・和田憲明・東豊 2001 心理療法テクニックのススメ 金子書房
- Winnicott, D.W. 1958 *Collected papers : Through paediatrics to psychoanalysis*.
London : Tavistock.