

# 明日へ

2007

第36号

あ し た へ ● ●

東京  
人権企業連  
広 報 誌

■特集

「虐待の連鎖」そして「感動の連鎖」へ

今食い止めたい虐待死

■視点

働く人のメンタルヘルス

ストレス一日決算主義のすすめ





# 特集

## 「虐待の連鎖」そして「感動の連鎖」へ 今食い止めたい虐待死

ジャズシンガー・カウンセラー 岡田 ユキ

四年前、息子が高校を卒業した時に、母子家庭だった私を支えていただいた地域の皆さんに少しでもお返しがしたいと思い「虐待死をまぬがれて」という冊子を出版し無料配布しました。

当時は現在ほどイジメによる自殺や親殺し、子殺しが多くなかったのですが、今日では連日ニュースやさまざまな報道番組で頻繁に「虐待死」という言葉を聞くようになっていきます。

特に実の親による幼児や児童の虐待死事件が多発するようになっていて、私は何度も繰り返し起こる事件の報道に、いつも何かしらの違和感とストレスを感じていました。

そこには報道する側の「虐待」に対する認識の違いを感じたからです。

虐待する親が全面的に悪く、まるで悪魔のように非難される社会、果たして本当にそうなのだろうか？と私は強い疑問を感じたからです。

なぜならば私こそが被害者であり、息子に対しては母子家庭という苛酷な現実の中で加害者でもあったからです。

では虐待死事件を起こす親と、私との違いはな

んだったのでしょうか？それは「気づき」と、実の親に対する「反発」、「私はあなたたちとは違う」という強い連鎖拒否でした。

### 虐待から自殺へ

私は幼い頃に実の家族から虐待を受けて育ち、小学生のときに実兄から性的虐待を受けました。

中学時代にソフトボールと出会い、家族関係においては苦しんだものの、スポーツマンシップを学んだおかげで心身ともに大きな成長を遂げる事ができました。

高校では引き続きソフトボールに費やす日々を送っていましたが、度重なる怪我や体の故障から一年で退部を余儀なくされました。

その後、一般の高校生と変わらぬ学生生活を送っていたものの、いじめられている生徒を見るたびに幼少期のトラウマが飛び出して、人一倍強い「正義感」に



### プロフィール

岡田 ユキ (おかだ ゆき)

- 1992年 NHKオーディション合格
- 1998年 CDアルバム「脱オキバリ育児宣言」総合プロデュース
- 1999年 CDアルバム「FAMILY」リリース
- 2000年 著書「みにくいあひるの子供たち」出版
- 2002年 CDアルバム「光の癒し」リリース
- 2004年 CDシングル「遙かなる時を越えて」リリース  
冊子「虐待死をまぬがれて」執筆
- 2006年 「みにくいあひるの子供たち」改訂復刻版出版

### 経歴

- ・特定非営利団体日本教育カウンセラー協会認定 NO1043026「サークルダルメシアン」
- ・幼少期からクラシックに親しみ、歌うことを自己主張の手立てとして音楽の世界に入る
- ・99年独自のジャンル「ポピュラーミュージックセラピー」を立ち上げ、「楽しく心を癒しましょう」とさまざまな活動を展開
- ・プロのジャズシンガーの他、音楽療法家・カウンセラーとしても現在活躍中





▲新宿区立天神小学校家庭教育学級での講演

より友人たちを救いました。

この事が学校側には理解されず、「不良」のレッテルを貼られて退学となりました。

それから家庭での地獄の日々が始まったのです。毎日必要以上に家族から罵られ、「恥知らず」との罵声を浴びせられました。

挙句の果てには実母から「昨日、お父ちゃんとあんたの寝顔を見て、よっぱどタオルで首絞めて殺そうかってゆうてたんや」と言われました。「なあ、お母ちゃんやらがあんた殺したら殺人になるけど、あんた一人で死んだらみんなが幸せになのと違う？」との言葉がきっかけで自殺を決断し、実行しました。

しかし、自殺は未遂に終わりました。内心は「よかった」と思いました。なぜならば、私は本当は死にたくなってなかつ

たからです。

## マヌカン業へそして敗北

その後、実家を出て一人で新しい人生を始める事を決意しました。

当時洋服に興味があった私は、行きつけのブティックの店員からマヌカン業（洋服販売）を紹介してもらいました。その会社は寮も完備されていて私にとってはうってつけの職場となりました。この仕事により私は意外な事実を知ることができました。

長年家族に自分の人格を否定され、同時に苛酷な要求をされる中で、愛されたい一心で努力してきましたが、社会に出て働いたことにより、本当の自分の能力を知る事ができたのです。

つまり、実家での苛酷な日々のおかげで、社会の仕事をいとも簡単にこなす事ができ、即結果が出せたのでした。

マヌカン業半年にて十六歳の私が多くの先輩を差し置き、店長として一軒の店舗をまかされることになりました。

その後私は自分を信じて八年後に自らオーナーとして、ブティックを開業することが出来ました。

しかし、わずか一年で倒産し、二三歳で四〇〇万円という多額の借金を持つ事になりました。

私に高校中退のレッテルを貼る両親は、社会に出てからもたびたび私に兄達の学歴自慢をする電話をしてきては私の自信を潰しにかかりました。

だからこそ私自身も必死でもがき、必要以上に高い目標を掲げては、「親の呪縛」と戦っていたのです。

その結果が女性実業家への道でしたが、現実にはそんなに甘くなかったのです。同時にお金が人の心をも変える事を学びました。

勿論、多額の借金があっても助けてくれる親ではなく、より突き落とそうとする親には頼れるはずありませんでした。そんな中、「貯金はないけれど一緒に借金を返そう」と言ってくれたある男性の優しさに惹かれ、出来ちゃった結婚をしました。

しかし息子の出産後、温かな家庭を夢見た現実とはDV家庭へと変化していき、そこには心の傷が作り出す病として、「夫婦間の負の連鎖」が起こってしまったのです。

## 虐待の連鎖

つまり幼少期、両親の過度の暴力や虐待を目撃して育った子どもは、「虐待の連鎖」を引き起こし、両親同様に無意識のうちに夫や妻、恋人に虐待行為をして





▲いいたい放題ライブにて

しまう傾向があるのです。

また被虐待体験者も同様にパートナーを虐待してしまう傾向があります。その結果、男性は比較的自分の受けた暴力や虐待を自分以外の外に向けて加害者となる傾向がありますが、反対に女性の場合は自分の中に向けて被害者になり、うつ病や心身症になることが多々あります。

私たち夫婦も例外ではなく、やはりその法則にピッタリと当てはまってしまったのです。ですが、そんな中でも私を支えてくれたのは息子の存在でした。

母としての母性本能が目覚め、この窮地をどうにか打破しなければいけないと考えるようになりました。

そんな思いのなか友人の勧めもあり、幼い子どもを抱えながら借金を返すための手段として人材派遣業の会社を興しました。

その仕事は意外にも大成功を収めて多額の借金を完済し、おまけに一軒家まで手に入れる事が出来たのです。

しかし、夫は職人の狭い世界しか見る事が出来ず、私は人材派遣業という職業柄広い世界を見ていましたので、夫婦間の価値観が少しずつずれ始めていきました。

夫は私より九歳年上。長年料理界で仕事をしており、本来ならば出会うことがなかった二人でしたが「音楽好き」という共通の趣味が結婚へと後押ししたのでした。

その頃の私と音楽との関係は趣味の世界だけでしたが、そもそも私が音楽と出会ったきっかけは幼少期に遡ります。

### 潰された夢、そして家庭内暴力へ

私は京都の西陣で生まれ、両親は西陣織の職人でした。当時ご近所には大物演歌歌手のMさんの実家がありました。

私が生まれた年Mさんはデビュー前で、毎日一生懸命歌の勉強をしながら私のベビーシッターをしてくれたそうです。

私の実家は父親がクラシック好きだった

たために、ことあるごとにクラシック音楽が家の中で流れていました。

しかし、クラシック音楽が嫌いな私には、Mさんが時たま東京から持ち帰ってくる流行歌のレコードを聞くことが何よりの楽しみでした。

当時は今と違いテレビ放送には音楽番組も数多くあり、それらに影響されて「私も歌手になりたい」と強く思うようになりました。

ある時両親に内緒でオーディション番組に応募しましたが、結果はいつも落選でした。今振り返ると私は、家族の虐待による後遺症で子どもらしい綺麗な声を失っていたためにハスキーボイスとなり、声質もマイナスだったように思います。その後も歌手への憧れは大きく膨らんでゆきました。

夢を実現する第一歩として「Mさんに、私の歌を聞いて欲しい」と書いた手紙を添えて、初めて作ったデモテープをMさんの実家のポストに投函しました。数日経ってMさんのお父さんが私の家に尋ねて来られ、歌手になる気持ちがあるのなら、Mさんが東京で面倒を見てくれるということでした。

私は天にも昇る気持ちでした。その話を私の傍で聞いていた両親は驚きながら、「娘の冗談ですさかい、真に受けんといてえな」と父親の一言でいとも簡単に私





▲A.P.F.S (Asian People's Friendship Society)

の夢は潰されたのです。

現実の苦しさ乗り越えるには、趣味の世界だけでも「歌うこと」がなければ私は生きていけなかったのです。そこには無意識のうちに「音楽セラピー」を自分に施して、心の傷を癒していたのです。

私にとってこのように大切な音楽でしたが、そのことが夫の趣味と合致して結

婚し、夫の理解のもと、真剣に音楽の勉強を始める事ができました。

はじめは私の歌の上達を自分のことのように喜んでいた夫も、私が有名な音楽家にスカウトされジャズシンガーとしてデビューしてからは日々お酒の量が増えるようになりました。

私の父親と同じだったのか、もともとアルコール依存症だった夫はDVもエスカレートして、とうとう息子にまで手上げるようになっていきました。

ジャズシンガーの仕事が忙しくなった私は、夫に人材派遣業をまかせることにしました。

しかし従業員が夫には付いていかず顧客も離れ、その結果廃業することになってしまいました。またしても経済的にも追い込まれ、一時的に温かくなりかけた家庭も再びDV家庭化してしまいました。

## 里離と悟り

「お母さん！お父さんと離れて暮らそうよ」との息子の言葉がきっかけで、私は離婚を決意し上京しました。

上京してからは音楽の仕事をベースに環境の違う東京で、小学二年生の息子と共に必死で生きてきました。

その後も両親からは「おまえのためだ」という勝手な理由で、さまざま嫌がら

せを受け続けました。が、ある日「耐えること」をやめて「断ち切ること」を実行したのです。

その結果、一番恐れていた「孤独」という恐怖は意外にもなく、母子家庭となつて初めて「真の親子関係」や「自分自身」を冷静に見つめ直せることが出来たのです。

そしてそこから私の本当の人生の始まりでした。

## そしてカウンセラーへ

その後自分探しの過程で、市民活動団体「サークルドルメシアン」を立ち上げました。

その活動とは私独自のポピュラーミュージックセラピーを立ち上げて、音楽を使って多くの人を救うことでした。その時に出来たCDアルバムが「FAMILY」です。

その中の収録曲の「カケ算ラップ」は、親子の絆を取り戻し、授業で落ちこぼれた息子を助けることができました。そして今でも多くの子どもたちや親を救っています。

二〇〇〇年にはライティングセラピーとして自分自身を救った「みにくいあひるの子供たち」を出版しました。

出版後、本を読まれた方や思いがけな





▲APFS一緒に歌を歌う観客



▲ミュージックセラピー

## 虐待が無くない理由は

い方から人生をカミングアウトされ、同時に助けを求められるようになりました。それがきっかけとなり少しずつ心理学の勉強をすることになりました。

現在私が、カウンセラーとして多くの方々に早急に知って頂きたい事は、「虐待に関する認識の間違い」です。そしてその大きな間違いが、現在多発する事件を生み出し、犯罪の連鎖を作り出してしまっているのです。もともと「虐待」と

は、そんなに深刻な問題ではないのです。

多種多様な人びとが共存している世界には、必ず虐待の原因となる「嫉妬」があります。それは家族間においても、相手がいる限り必ず嫉妬は起こるのです。

その嫉妬心がストレスとなり、解消の手段としてストレスを与えられた「本人にぶつけ返せるのか？」もしくは「弱い相手に転嫁してぶつけるのか？」の違いから、それらの行為が積み重なり、事件へと発展してしまうのです。

ではそんな虐待を食い止められるのか？ということですが、食い止める方法があります。

加虐や被虐によ

り苦しんでいる人びとを立ち直らせることが出来るのは、私のような被虐待経験があり、なおかつ自分自身の苦しい体験を乗り越えられた強い人が間に入れば殆どの問題は解決できます。

私は「虐待死をまぬがれて」を書いた後、それを持参して多くの心の

相談窓口を訪ね歩きました。

そこで目や耳にしたことは、私から見ると「立ち直らせる」というよりも「心の病に陥れる」真逆の世界でした。私は大変驚きました。

なぜならば、心理関係のプロフェッショナルと呼ばれている人の中には、重い心の病を抱えている人がいたからです。そして同時に、その心のプロフェッショナルたちによって正常な人を、心の病人として作り変えてしまっている事もあったからです。

そんな現場を見た時、私は怒りを感じ、早く多くの被虐待者を立ち直らせなければいけないと強く思いました。

そしてもう一つ大きな問題がありました。メディアの存在です。虐待のシーンをエンターテイメントとして強烈に作り変え、それを見せつけるのです。その大きな間違いこそが今のいじめ自殺の問題や虐待死を起こさせるように誘導しているのです。

## 責任感とは

ではなぜこれらの人達はそうのようにしてしまうのか？それは自分からしか人や物が見えていないからそうなるのです。そこには狭い世界での目先の利益しか彼らには見えないからです。



## ●岡田式AC判別法簡易チャート

目標達成度	満足度	親から与えられた愛情	親との関係	依存関係	責任感
50%	・50%で満足の人 ・自分で自分を凄く出来る人間と思い込んでいる	・甘やかされて育った	・親を信じられる ・親の人生を背負わされている	・親に依存している ・大人になっても自立できない	・自己中心的な考え方をするタイプ ・失敗は他人のせいにする
100%	・100%で満足の人 ・人間なんだから100%完璧な事は出来ないと思っている	・甘えと厳しさをバランス良く受けている	・親を信じられる ・自分一人の人生を生きている	・親に依存している ・大人になれば自立する	・自分自身で責任を取る
200% (AC)	・200%でもまだ不満足な人 ・普通の人以上に達成出来ているにも関わらず、自分は他人より劣っていると思込んでいる	・虐待行為を愛情表現と受け止めている	・親を信じられない ・親からいつも裏切られている ・親の人生を背負わされている	・親に共依存して生きている ・一人で孤独 ・他人に共依存しやすい	・自分自身で責任を取る ・他人の失敗まで自分で責任をとる

では私のカウンセリングの理念はどのようになっているのか？ということですが、私の場合、相手があっても自分なのです。

これは今までの人生経験から得たもので、音楽の世界や心の世界、音楽の基本でもあり、スポーツ他においても「相手を喜ばせる」ということが成功の秘訣だと考えています。なぜならばその行為は、「喜びの連鎖」を生むからです。心理学においては「他人に依存して生きる」とか「共依存」という言葉があります。本来人間は一人では生きてゆけないのです。そして相手进行うことが、同時に責任感を養えるのです。

### そして喜びの連鎖へ

この四年間私はそのことに気づき、カウンセリング事例や音楽療法を基に研究

してきました。

その結果、「岡田式AC判別法」(別表)にたどり着いたのです。私があみだした岡田式判別法ではまず現代の日本人を大きく三つに分類します。五〇%、一〇〇%、二〇〇%というグループに分けるのです。この数字は何なのか？といいますが、人それぞれが持つ達成度の度合いです。

仮に「人は、一〇〇%達成できるほど完璧ではない」というような言葉を耳にしますが、私のような被虐待体験者の場合はAC(アダルトチルドレン)として幼少期にすでに目標に対して一〇〇%の達成が出来ているのです。

しかし加虐する親は、そのように達成してしまう子どもにも嫉妬をして、憎むためにより苛酷な試練を与えます。その試練を与えられた子どもは、親の愛情が欲しいために必死に頑張ろうとするのです。そして自覚がないままに二〇〇%を達成できる大人へと成長していくのです。

しかし親はそれが許せないために、その子の自信をへし折るための手段として「人格の否定」を繰り返して、「お前はだめな人間だ」と洗脳してしまうのです。私が社会に出て想像以上に仕事がこなせたのも、まさにこの二〇〇%のタイプだったからです。

そしてこのタイプは私がカウンセリン

グすることにより半年でしつかりと立ち直ることが出来ます。

私が今後めざすことは、多くの二〇〇%の人びとを立ち直らせることです。このタイプの人びとが立ち直ることにより、さまざまな社会で貢献することでしょう。

彼らは人として生まれながらも、育てられていく過程で「妖怪人間ベム」化されてしまったのです。だから人の世界で生きることが苦しくても、「早く人間になりたい」と心の中で強く願っているのです。

私は彼らが受けた「虐待」による後遺症や、現在虐待を受けている人の心の傷は必ず良い形で解決でき、「喜びの連鎖」に変えることが出来るという方法を見つけたのです。

そして、メディアに対しても、「他人の不幸は蜜の味」ではなく、被虐待体験を乗り越え自分らしく生きている人間の姿を映し出すことこそが「幸せの連鎖」となり、事件の防止に繋がることを知って頂きたいと思います。

まさに「虐待転じて福となす」生き方を、多くの方に私は望みたいからです。

※「妖怪人間ベム」 ベム、ベラ、ベロの三体の妖怪たちが人間になろうと努力し、人間のため、社会の平和を守るために妖怪の能力を発揮して悪と戦うアニメ。



## Q4 どんな組織で運営されているのですか？

**A** 議決機関としての総会・理事会をはじめ、活動の主体としてはグループ会（9グループ編成）があります。また、それらの活動の円滑な運営と内容の充実のために、常任理事会、各専門委員会（啓発・事業・広報の3部門）、人権啓発資料センターおよび、事務局などで運営されています。



## Q5 外部との連携はあるのですか？

**A** 各地に結成されている仲間と「同和問題に取り組む全国企業連絡会」をつくり、全国集会の開催などを行っています。その他にも、同和問題・人権問題の解決に取り組んでいる行政機関や運動団体とも連携・交流をもって幅広い活動を進めています。

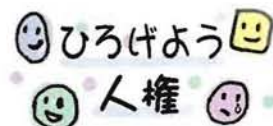


## 東京人権企業連・加盟会社

(50音順)

あいおい損害保険	コメビレッジカンパニー	電通	富士通
あおぞら銀行	佐川急便	東海カーボン	富士電機ホールディングス
朝日生命保険	佐藤工業	東京海上日動火災保険	不動テトラ
味の素	三愛	東京ガス	丸の内ホテル
石川島播磨重工業	産業振興	東京電力	マールハ
イトーヨーカ堂	資生堂	東芝	丸紅
I M A G I C A	清水建設	トビー工業	みずほインベスターズ証券
エクソンモービル	筑の目シン工業	飛島建設	みずほ信託銀行
エーザイ	J F E スチール	ドン・キホーテ	みずほフィナンシャルグループ
N E C	商工組合中央金庫	仲間建設	三井住友海上火災保険
NECシステムテクノロジー	商船三井	日新火災海上保険	三井住友銀行
エヌ・ティ・ティ・コミュニケーションズ	城北信用金庫	日新製糖	三井造船
エヌ・ティ・ティ・ドコモ	昭和興産	日清製粉グループ本社	三菱
荏原製作所	昭和大学	日清紡	三菱化学
大内新興化学工業	信越化学工業	日本興亜損害保険	三菱地所
大林組	新生銀行	日本電信電話	三菱自動車工業
小野田化学工業	新日本石油	日本たばこ産業	三菱製紙販売
オリエントコーポレーション	住友信託銀行	日本電気協会	三菱倉庫
学習研究社	ソニー	日本山村硝子	三菱東京UFJ銀行
関西ペイント	ソフトバンクテレコム	ニューオータニ	三菱UFJニコス
関西電力	損害保険ジャパン	ノザワ	三菱マテリアル
共栄火災海上保険	ダイア建設	野村證券	三菱UFJ信託銀行
キリンビール	第一生命保険	ハザマ	明治安田生命保険
近畿日本ツーリスト	大京	パレスホテル	持田製薬
栗田工業	大成建設	東日本電信電話	山崎製パン
京成電鉄	太平洋セメント	東日本旅客鉄道	雪印乳業
京浜急行電鉄	太平洋興業	日立製作所	ラサ商事
コスモ石油	大和証券グループ本社	日立電線	りそな銀行
小林製薬	中外製薬	富士火災海上保険	
五洋建設	帝国ホテル	富士ゼロックス	

(以上118社)



## 東京人権啓発企業連絡会

The Industrial Federation for Human Rights, Tokyo

略称: 東京人権企業連

〒103-0027 東京都中央区日本橋2-16-13  
TEL.03-3272-6271 FAX.03-3272-6315

「ひろげよう人権」ホームページアドレス

<http://www.jinken-net.com>



●東京人権啓発企業連絡会●