

優秀賞

心声を届ける人に私になりたい

福島県福島市立平野中学校

1年 大野 みゆう

人と人は、助け合いながら歩いていくものだ、私は思っています。家族から教わったのは、自分のことだけ考えるのではなく、手をつなぐ心が必要で、そのほうがずっと幸せになるということ。人は、一人ひとり違う存在で、持っている力もそれぞれです。だから、その中の一つだけを取り出して比較するのは意味がないし、全てがその人の姿であって、個性だと思っています。それは、知的障害や発達障害のある人も同じです。私の兄は、知的障害を伴う自閉症です。

気持ちを表現することが、障害のために弱くなっているけれど、幸せな時は笑顔で、不満・不快な時は、声で表してくれます。でも、その声は、言葉にならない心の声です。話せない、何と言葉に表現して良いのかわからないから全てがおとると決めつけてはいけないことを、理解できるようになったのは最近のことです。

2学年上の兄は、2歳の頃に、自閉症と診断されたそうです。両親が、兄にかかりつきりになっていた時期もあって、私は幼心ながらに、さみしさや悲しさの気持ちでいっぱいだったことを覚えています。それでも、写真の中の私はいつだって、兄のとなりで笑っていて、はしゃいでいる姿ばかり、それはきっと両親が、兄妹同じように接してくれていたから。

小学校入学を機に、新しい家でみんなで暮らすようになってから、兄はたびたびパニックを起こすようになりました。言葉で気持ちを表現できない兄に、髪をひっぱられたことから、当時3年生だった私の気持ちは大きくゆらぎます。

「嫌だ！ 何で私だけ、こんなつらい思いをしなくてはならないのだろう！」学校で兄妹の話題になった時も、兄の存在を知られたくありませんでした。「私の将来は、どうなってしまおうのだろう。」自分のことばかり考えていました。つらさや苦しさを家族に心配されたくなかったから、一人で抱えこんでいた時期もありました。

兄が中学に入学し、私も高学年になったある日のことです。私が泣いていると、兄が「大丈夫？」と心配して声をかけてくれました。その声がとても優しく、うれしかったです。このことが、私の心を大きく動かししました。

「兄はどのように思っているのだろう。」そう思うようになって、寄り添っていくうちに、パニックを起こしてしまうのにはちゃんと理由があることがわか

りました。

今まで、自分のことばかり考えていた私が、初めて兄のことを助けてあげなくてはならないんだ、と思うようになりました。両親が忙しい時は、兄の身辺整理を手伝ったり、一緒に鬼ごっこをして遊んだりしていくうちに、兄は言葉で気持ちを表現してくれることが増えてきました。「ありがとう」とお礼を言ってくれた兄は、満面の笑顔でした。お話をしたり、どこか遊びに行ったり、誕生日にはバースデーケーキと一緒に食べる。そんな当たり前だけれど、でもできなかったことが今できているだけで、とても楽しいし、とても幸せなことなんだと実感しています。

誰かの役に立ちたいという思いが芽生え始めた6年生の頃、「公認心理師」という国家資格があることを知りました。現代は、ひきこもりやPTSD、不登校など心に関する問題で苦しむ人々が数多くいることも知りました。当の本人だけでなく、その人を支える家族も、悩みを抱えていることを忘れてはならないのだと痛感しています。

私は、兄の学校行事に、母と一緒に参加させてもらえる機会がたくさんありました。

「みんな違って、みんないい。」「人として尊重する。」という理念を心に抱き、自らの行いが適切な支援となるように、日々努力していることを知りました。人が人によって支えられていることも、兄の学校生活を知ることで理解できるようになりました。

一人ひとりの力は小さくて、自分は何もできていないと思うこともあるけれど、その小さな力が結集されて大きな力となって、誰かの役に立てたら。そう思ってくれる人が増えてほしい、そして私は公認心理師になって話を聞いてあげること、不安を取り除いてあげられるよう寄り添ってあげたい。改めてそう思うことができたのです。

そのために、自分と向き合い、自分を知ろうと思います。自分の経験、性格を十分に振り返る時間を持って、自分の良い所は積極的に伸ばしつつ、自分に足りない部分は努力して補っていこうと思います。

これから先も優しく、あたたかい兄のそばで、自分も変えていく勇気と強い精神力を合わせ持って、笑顔でいたい。そして、両親の悩みや不安を少しでも軽くしてあげられていたら幸せです。