



いまどきの家族模様

信田さよ子さん選書

「母と娘の関係」

2016年2月

	書名	著・編者名	出版社	出版年	分類
1	母が重くてたまらない 墓守娘の嘆き	信田さよ子	春秋社	2008	B34ハ
2	母は娘の人生を支配する なぜ「母殺し」は難しいのか	斎藤環	NHK出版	2008	B34ハ
3	母性愛という制度 子殺しと中絶のポリティクス	田間泰子	勁草書房	2001	A22ポ
4	母性愛神話の罨	大日向雅美	日本評論社	2000	A22ポ
5	愛について アイデンティティと欲望の政治学	竹村和子	岩波書店	2002	C11ア
6	母と娘の物語	マリアンヌ・ハーシュ	紀伊國屋書店	1992	C212ハ
7	棄国子女 転がる石という生き方	片岡恭子	春秋社	2013	D2413キ
8	幸子さんと私 ある母娘の症例	中山千夏	創出版	2009	ナ
9	魂の殺人 親は子どもに何をしたか	アリス・ミラー	新曜社	1983	C212タ
10	解縛 しんどい親から自由になる	小島慶子	新潮社	2014	コ
11	母がしんどい	田房永子	新人物往来社	2012	B34ハ
12	ポイズン・ママ 母・小川真由美との40年戦争	小川雅代	文藝春秋	2012	B34ポ
13	母と娘の物語 母／娘という呪い ユリイカ 詩と批評 12 2008	—	青土社	2008	B34ユ
14	放蕩記	村山由佳	集英社	2011	ム
15	さよなら、お母さん 墓守娘が決断する時	信田さよ子	春秋社	2011	B34サ
16	女ぎらい ニッポンのミソジニー	上野千鶴子	紀伊國屋書店	2010	A22オ
17	封印された叫び 心的外傷と記憶	斎藤学	講談社	1999	C323フ

選者プロフィール

信田 さよ子 (のぶた さよこ)



岐阜県生まれ、原宿カウンセリングセンター所長で臨床心理士。お茶の水女子大学大学院修士課程修了。駒木野病院勤務等を経て 1995 年に原宿カウンセリングセンターを開設。さまざまな依存症や摂食障害の本人や家族のカウンセリングを実施。また DV や虐待、ハラスメント、性暴力の被害者支援や加害者へのアプローチも行っている。著書に『依存症』（文春新書）『アディクションアプローチ』『DV と虐待』（ともに医学書院）『母が重くてたまらない・墓守娘の嘆き』（春秋社）など多数。共訳に『加害者臨床の可能性』、最新著として『依存症臨床論』（青土社）『アディクション臨床入門』（金剛出版）などがある。

信田さよ子さんからの推薦図書メッセージ

母娘問題がこのようにクローズアップされたのは 2008 年からですが、過去をたどれば多くの著作や思想的・社会的ムーブメントの影響があり、それらが結実したものだといえます。特にフェミニズムの影響が原点にあることを忘れてはならないでしょう。親子関係における支配関係を明らかにした 80 年代のアリスミラー、1996 年に始まるアダルト・チルドレンブームなども背景になっていることはぜひとも理解していただきたいと思います。今回の選書にあたっては、コミックから専門書、さらには文学作品や自伝や体験記がまざっていますが、そのいずれもが母娘問題を理解するためには欠かせなかったり、手がかりになったりするはずです。自分が母（父）になってから育児に直面したとき、高齢の親の介護を迫られたとき、人生で新しい選択をしようとしたとき、母との関係は避けがたい問題として浮上してくるでしょう。そんなとき、単にハウツーもの、対応方法を探るだけでは行き詰まりが来てしまいます。じっくりと本を読んで「知り」「考える」ことをしてほしいと思います。母（親）との関係を見つめることは自分を見つめることにほかなりません。

1、母が重くてたまらない

信田さよ子 著

墓守娘の嘆き

(春秋社) 2008年



「私が死んだら墓守は頼んだよ」「就職、どこにするつもり？会社案内はママがプリントアウトしておいたの」「そんな結婚、許さない」—どこまでもべったりと張りついて離れない母。母との名状しがたい関係に苦しみながら、それでも罪悪感にとらわれている娘たちが数多く存在すると言います。なぜ母は娘を縛るのか。カウンセリングの経験に基づいて墓守娘たちの苦しみを具体的に取り上げ、母娘関係を解くヒントを示します。ノーと言えない娘たちに贈る、究極の「傾向と対策」です。

2、母は娘の人生を支配する

斎藤環 著

なぜ「母殺し」は難しいのか

(NHK出版) 2008年



娘を過剰な期待で縛る母、娘の選択に介入する母・・・—卵性母娘、摂食障害・・・母と娘の関係をめぐる間は深く、娘は母を恨みつつ、その呪縛から容易に逃げられません。母は無自覚に価値観や好みを娘に植え付け、影響を与えていますが、娘が母の存在を心から抹殺することは、自己否定につながるの難しいと言います。精神科医の著者が、臨床ケース、事件報道、少女まんがを例に挙げ、母娘の複雑な心の綾を読み解きます。

3、母性愛という制度

田間泰子 著

子殺しと中絶のポリティクス

(勁草書房) 2001年



フェミニズムの立場からすると、母性は社会的歴史的につくられてきたジェンダーにほかならず、多様で可変的なものであると言います。子どもを愛し育てることは自明なことではなく、制度、秩序なのです。戦後の日本社会が子捨て、子殺しをどのように非難したり容認したりしてきたかを分析し、女性に課せられてきた母性という制度がどのように変化したのかを明らかにします。

4、母性愛神話の罠

大日向雅美 著

(日本評論社) 2000年



子育ては母にこそ最も適性が備わっているもので、母性愛は絶対的で崇高なものであると賛美する母性観は、実態とかけ離れた幻想にすぎないと著者は断言しています。なぜ人びとは母性愛神話に魅せられるのか、その心理を分析し、そこにどんな巧妙な操作が働いてきたのを解明していきます。子育てがつらいと感じること、母と息子の癒着とも言える関係など、母性愛神話をもたらす弊害を説き、母性愛からの真の解放を目指します。

5、愛について

竹村和子 著

アイデンティティと欲望の政治学

(岩波書店) 2002年



近代社会ではセクシュアリティは、言葉に出しては「語りえぬもの」として秘匿されてきました。しかし、そのタブーの源を見極めることで、近代の抑圧的な規範を崩すことはできます。第3章「あなたを忘れない—性の制度の脱—再生産」では、母と娘の関係に焦点を当てて語ります。「『母』『娘』という垣根をこえて『わたし』を作りだしていく、困難だが心躍る場所へ出かけられるかもしれない」と著者は言います。

6、母と娘の物語

マリアンヌ・ハーシュ 著 寺沢みずほ訳

(紀伊國屋書店) 1992年



女の子が女および人間としての自我を形成する際に、母親がどのように成長を促し、どのように妨げるのか、またそれはなぜか。ギリシャ悲劇からオースティン、ブロンテ、ウルフ、デュラス、アリス・ウーカーまでの文学作品を通して、娘の自立が母親殺しから母親との共生へとどのように移ってきているのかを研究し、母親の解放のみならず、娘の解放、ひいては人間の解放を志向します。

7、棄国子女

片岡恭子 著

転がる石という生き方

(春秋社) 2013年



母との何年にもわたる確執のすえに心を病み、荒療治のつもりで南米へ一人旅立った著者。強盗、遭難、食中毒、暴動、拘束・・・次々に遭遇する出来事と南米大陸で出会った善い人、悪い人、それらすべてが著者を再生させたと言います。ここではないどこかはあの世だけじゃない。生きづらさを感じる日本人に贈るメッセージです。

8、幸子さんと私

中山千夏 著

ある母娘の症例

(創出版) 2009年



8歳でデビューし名子役として有名になり、俳優、司会者などを経て社会運動家となり、現在は文筆業に専念している著者による手記です。「素直に言う。生まれてこのかた『母に会いたい』と思っただことがない。」という衝撃的な文で始まる、母娘関係に悩んだ娘の自己カウンセリング記録です。長年生活を共にした母親に精神的に縛られてきた日々をエピソードとともに振り返ります。思索に満ちたエッセイであり、母娘関係に悩む人にとってヒントとなる本です。

9、魂の殺人

アリス・ミラー 著 山下公子 訳

親は子どもに何をしたか

(新曜社) 1983年



長年、精神分析家として治療、および教育に携わってきた著者による本です。教育の名のもとに子どもに対して行われていることの分析、批判をします。特に家庭内での幼児と親の関係を大きく取り上げています。「自分ではどうしようもない絶望に駆られて子どもを怒鳴りつけ、傷つけたり、ぶったりしてしまい、子どもの目に浮かぶ涙を見て後悔しながらも、こうせすにはいられない自分に自ら傷つき、苦しんでいる」—この原因を探り、子どもの権利と尊厳を説きます。ヒトラーの子ども時代の描写も圧巻です。

10、解縛

小島慶子 著

しんどい親から自由になる

(新潮社) 2014年



タレントでエッセイストの著者による生い立ちの手記です。家族との間にたくさんの怒りを溜め込んで、15年にも及ぶ摂食障害の果てに不安障害を発症した著者。「誰よりも強く私を求め、私に与え、私を追い込んだ人は、母でした。」—家族から自由になり、つらかった子ども時代から自由になり、もう一度家族と出会い直して前へ進む物語です。

11、母がしんどい

田房永子 著

(新人物往来社) 2012年



まわりから見ると、仲よし親子。だけど「お母さん大好き！」って、思ったことがない。お母さんはいつも「あなたのため」と言ってくれます。だけどそれって、本当に私のためなの？お母さんが重苦しい！そんな著者がお母さんから逃げて失敗して、逃げて失敗して、ついに逃げ切るまでのお話を描いたコミックエッセイです。

12、ポイズン・ママ

小川雅代 著

母・小川真由美との40年戦争

(文藝春秋) 2012年



昭和の大女優・小川真由美の一人娘による、母との40年以上にわたる日々の手記です。娘を餓死寸前まで追い込んだネグレクト、数々の奇行、宗教や占いへの傾倒、事業の失敗……。幼い時の親からの影響はとて大きく、やった方は自覚がなくても、やられた方には決して消えない傷が残ると著者は言います。つらいエピソードがユーモアを交えながら語られています。親子関係に苦しんでいる子どもの、何かしらの参考になることを願って書かれました。

13、母と娘の物語 母／娘という呪い ユリイカ 詩と批評 12 2008

(青土社) 2008年

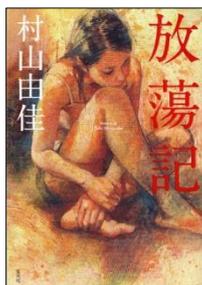


現代日本の母と娘の関係について、造詣の深い方々が語ります。漫画家・萩尾望都さんと精神科医・齊藤環さんの対話「少女まんがと『母殺し』の問題」、信田さよ子さんと上野千鶴子さんの対談「スライム母と墓守娘—道なき道をゆく女たち」、資料として、母と娘の物語ブックガイド・小説篇とマンガ篇も掲載されています。

14、放蕩記

村山由佳 著

(集英社) 2011年



母・美紀子、78歳、主婦。娘・夏帆、38歳、小説家。夏帆は幼い時から、強烈すぎる母に翻弄され、その呪縛からのがれようともがく娘です。「どうして母は、自分にばかり厳しいのだろう。とくに性的なことへの潔癖ぶりときたら異常なほどで・・・」自由奔放に暮らす果てに向き合う母娘の愛憎の歴史と母の真実。著者の半自伝的長編小説です。

15、さよなら、お母さん

信田さよ子 著

墓守娘が決断する時

(春秋社) 2011年



『母が重くてたまらない』の続編です。墓守娘とは、「愛情の押し売りをする過干渉の母を持つ娘」をさす造語です。本書は墓守娘のために書かれた本ですが、彼女らの母親たちの生態、成り立ち、背景、歴史についても深く踏み込んでいます。それは母親たちの人生も変わってほしいという願いからだと言者は語っています。

16、女ぎらい

上野千鶴子 著

ニッポンのミソジニー

(紀伊國屋書店) 2010年



ミソジニーは「女性嫌悪」とも「女ぎらい」とも訳されます。ミソジニーの男性には、女好きが多いと著者は言います。「女ぎらい」なのに「女好き」？それならミソジニーにはもっとわかりやすい訳語があります。「女性蔑視」です。男性にとっては「女性蔑視」、女性にとっては「自己嫌悪」。母と娘のミソジニー、「父の娘」のミソジニーなどから男性の「女ぎらい」と女性の「生きづらさ」について語ります。

17、封印された叫び

斎藤学 著

心的外傷と記憶

(講談社) 1999年



父親などからの性的虐待、家族からの虐待、などで負った心的外傷は、多くの場合が封印され、忘れ去られることもあります。しかし、記憶がないにもかかわらず、心的外傷を負った人は心身の障害に悩まされます。失われた記憶を思い出し、「自分」を受け入れられるまでに回復させたい—治療現場からの強い思いが一般向けの本になりました。



主催：フォーラム(男女共同参画センター横浜)

フォーラム 横浜 検索

おすすめ本フェア推薦本は、貸し出しできます。ご利用方法は次のとおりです。

情報ライブラリ利用案内

男女共同参画センターの情報ライブラリは、横浜市内にあるフォーラム(男女共同参画センター横浜)、フォーラム南太田(男女共同参画センター横浜南)、アートフォーラムあざみ野(男女共同参画センター横浜北)の3館で資料の相互貸借サービスを行っています。3館の資料はどの館からも取り寄せて借りることができます。返却も3館すべて利用できます。

* ライブラリカードのお申し込み

カードを作る人

個人カード 小学生以上で横浜市に住んでいるか、通勤・通学している人

団体カード 担当者(直接借りにくる人)が横浜市に住んでいるか、通勤・通学しているグループ、団体

* 貸出・返却

貸出 本、雑誌、ポスター ひとり10冊(枚)まで、2週間借りられます。
ビデオ フォーラムのみ、館内で視聴できます。
団体カードをお持ちの方なら、館外貸出可のビデオを3本まで、1週間借りられます。

返却 カウンターにお返しください。閉館時は、本と雑誌のみ、ブックポスト(フォーラム)に返すことができます。

テーマ別セット貸出について

おすすめ本フェアでご好評いただいた展示資料(選書リストを含む)を、すべてセットにして貸し出します。公共施設や図書館、学校、病院での展示に、またグループでの勉強会にもぜひ、資料セットをご利用ください。

貸出内容 展示するスペースにあわせて、セット貸出できます。

貸出期間 2ヶ月

貸出料金 無料(送料は、ご負担願います。)

ご希望があれば、展示のアドバイスも承ります。
お気軽にご相談ください。

詳細はお問い合わせください。

男女共同参画センター横浜 情報ライブラリ

TEL 045-862-5056



- フォーラムは、公益財団法人横浜市男女共同参画推進協会が管理運営する横浜市の男女共同参画センター3館のうちの1つです。
- パソコン(スマートフォン)向けにメールマガジンで講座・イベント情報をお届けしています。登録は協会のHPまたはQRコード(右)から

