

# 家族と私(1)

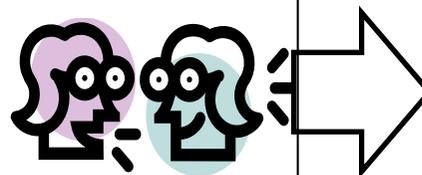
## 家族って、とくに必要でない

家族って、とくに必要でない、と思う



家族がいなくても、  
食べたいから、食べる  
話したいから話す  
寝たいから寝る  
起きたいときに起きる、

自分自身は、家族に依存していない。  
ひとり暮らしだから  
自立しているから



## 家族は人類の生存戦略

今が心地良く、外部からのストレスをコントロールされているようですね。一生続けることができますか？

### ●家族は人類の発明

人類の生活:一人ひとり ⇔ 家族生活 ⇔ 集団生活

人類の祖先は、捕食者(肉食獣)が徘徊するサバンナに進出し、その後に家族を発明して捕食圧に対抗し、今の私達に引き継がれています。

現代の人工環境は、肉食獣より恐ろしい捕食者となることがあります。人工環境に対抗するためにも家族は引き続き必要と考えます。

### ●家族生活の特徴(戦略)

私達が日々営んでいる家族間相互作用は、他の動物にはみられない人類の特徴(戦略)。

お互いに向き合って食事(共食)

顔を見ながら会話(共会話)

共に寝る(共寝)

共に起きる(共起床)

家族間相互作用:高度な脳神経系や身体のメンテナンスのための外部環境(刺激)。常に毎日必要。