

事例で考える心と人生の問題②

子どもの問題と解決

家族というものは時代の流れによって少しずつながらも確実に変化していきます。その代表的な例として挙げられるのが女性の社会進出でしょう。以前の日本に比べて完全ではないとしても女性の社会的な地位は向上し、自由に仕事ができる世の中になったのではないのでしょうか。これは素晴らしいことです。しかしながら、物事には何か新しく変化すれば、それに伴い新しい問題が生まれてしまうということも当然ありうることです。残念ながらも女性の社会進出が一要因として新た

な社会問題が深刻化しつつあります。その一つが皆様ご存じの「少子化問題」です。筆者は以前、大学生と仕事を持つ社会人の男女を対象として少子化問題に関する調査を行いました。その結果、全体的に子供を持つ男性は子供を持たない男性よりも子供に対するリスクや好意などを肯定的に捉えているということが示唆された一方で、仕事を持つ女性に関しては子供を持つ人の方が持たない人よりも子供に対するリスクや好意などを否定的に捉えているという

ことが示唆されました。つまり、仕事と育児の両方を抱えた女性は、その忙しさの余り子どものことを否定的に捉えかねないという状況が考えられるのです。これはとても悲しいことです。この問題の解決の鍵としてよく挙げられるのが父親の育児参加です。母親は父親が育児に協力してくれていると感じるだけでも育児に対するストレスが低減することが明らかにされています。最近では男性の育児休暇制度も少しずつ整備されてきました。とは言いつつも、実質は仕事が忙しすぎて育



野口 修司

MCR 家族支援センター

【のぐち しゅうじ】立正大学大学院修士課程終了（心理学修士）、現在、MCR 家族支援センター家族コンサルタント、東北外国語専門学校専任講師、仙台医療福祉専門学校非常勤講師、仙台市教育委員会スクールカウンセラーなど。



若島 孔文

東北大学大学院教育学研究科准教授

【わかしま こうぶん】東北大学大学院博士課程修了（教育学博士）、立正大学心理学部准教授を経て、現在、東北大学大学院准教授。慶応義塾大学非常勤講師、財団法人ふくしま自治研修センター客員教授、MCR 家族支援センター理事長など。

児休暇を取る余裕がなかったり、職場の雰囲気的に男性が育児休暇を申請しづらいといった現状が、まだまだあるのではないのでしょうか。ここに少子化問題がなかなか好転しない理由があると筆者は考えます。つまり、女性の社会進出という新しい変化に対して、周囲の環境が適応的に変化できていないのです。

何かが変化をするときには、その周辺も合わせて変化をしないと歪みが生まれます。それは言うなれば形の合わないパズルのピースを無理やりねじ込もうとするようなものです。これは少子化問題に限ったことではありません。例えば思春期の子どもはそれ以前に比べて親の保護下から自立しようとするために親に対して反発をするという変化を始めます。その変化に合わせてられないまま親が相変わらずに子どもを保護下に押し付けようとしたならば、それは関係性の悪化という形で歪みとなっていくのです。

以上のように、社会にしろ、家族にしろ、新しい変化が生まれる際には周囲がどれだけバランスをとって対応できるかが重要な鍵となるのです。これが上手くいかないとき、歪みが大きくなり続けるか、新しい変化が元の形に押し戻されるかのどちらかになっていくでしょう。

さて、問題を持つ家族に対する家族療法の支援でもこのバランスを取るということが非常に重要となってきました。家族療法では家族のシステムという視点から家族間のコミュニケーションを改善したり、家族関係のバランスを調整できるように支援をしていきます。ここからは子どもに関する問題を抱えた両親に対して家族療法アプローチを行い、全七回のセッションで終結した事例を紹介し、家族療法においてどう家族のバランスを調節していくのか、そして問題を解決するとは一体どういうことなのかについて、解説していきます。

事例：子どもの対人恐怖、外出恐怖を問題とした家族に対する家族療法

クライアントは三人の子ども（長男…二〇代後半、次男…二〇代前半、三男…一〇代後半）を持つ両親でした。長男は遠くで別居中であり次男は近所で別居中とのことでした。そして、今回は三男に関する問題についての相談でした。

家族療法では、クライアントが問題において患者であると見なした人物を I P (Identified Patient) と呼んでいます。ですので、今後はこの三男のことを I P と記述したいと思います。

相談の主訴は I P の人に会うのが怖

い、外に出るのが怖いと言うものでした。これに対し、筆者らはクライアントの許可を得た上でチームによるアプローチを行いました。通常の心理療法では一人あるいは二人のセラピストでクライアントとの面接を行います。一方、チーム・アプローチとはその名の通り、別室で待機している複数のセラピストがカメラやマイクを通して面接をライブで観察し、全員でクライアントの問題解決を援助していくというものです。セラピスト一人に一つの見立を持ってたとして、通常の心理面接では一つか二つの見立てしか持つことはできません。しかし、チーム・アプローチでは一度の面接で七つや八つといった多くの視点による見立てを得ることができ、その中で最も適切だと思われるものを採用することができるのです。まさに三人寄れば文殊の知恵であると言えるでしょう。

また、もう一つ家族療法において特徴的であると言えるのが、I P が面接に来なくても援助ができるということ。筆者の過去の経験では、例えば不登校の子どもに悩む両親との面接で「他のカウンセラーに相談に行ったら、まず子ども本人を連れてこなければカウンセリングできないと言われた。」というケースが多々あります。しかし、両親にとつて子どもを面接に連れてく

ることは非常にハードルの高いことで
す。多くの場合、IPは心理面接に
は来たがりません。なぜならIPにと
つて心理面接に来るということは、自
分自身が問題であるということをも認
めかねない行為であるからです。そし
てIPにとってセラピストとは自分を問
題だと見なしている両親に味方をして
いる人間ということになります。そん
な敵陣に単身乗り込むランボーのよう
な真似はなかなかできることではあり
ません。

このような状況に対して、家族療法
ではIPが面接に来ないことを問題と
しません。場合によってはIPが来な
い方が上手いきやすい場合すらあり
ます。なぜならば、そもそも問題に一
番困っているのはIPではなく相談に
来ているクライアントであり、問題解
決に最も意欲的なのもクライアントで
あるはずだからです。そんな中、セラ
ピストに敵対するようなIPが面接に
加わることはときとして妨げになりか
ねません。もちろん、IPも巻き込ん
で全員で問題解決へのタグを組みこ
とができそうであれば、それほど心強
いこともありませぬ。このように、家
族療法ではクライアントの状況に合わ
せて、最も効果的であると思われる
面接形態を選択することが可能なの
です。

さて、事例に戻りまして、初回面接
から順を追って内容を説明していき
たいと思います。

〈初回面接〉 まず始めに「この面接に
来て何が起これば良かったと思うか？」
という質問に対して、母親は「IPが
自分自身を見つめることができれば」
と答え、父親は「IPの不安定な状
態に対して何をやったらいいか分か
らない」と答えました。母親曰く、IP
の様子は他者に対する怒りや憎悪、殺
してやりたいという気持ちになる「ふ
くらんだ状態」と子どものように泣い
たり、死にたいという気持ちになる「し
ぼんだ状態」を繰り返しているとのこ
と。さらに「これまで両親それぞれは
全体的にIPとどういう関わり方をし
てきたか？」という質問に対しては、
母親は「自殺したい、殺したいとい
う気持ちは誰にでもあるのでそれを認め
てあげなければと考えている」と答え、
父親は「言いたいことは結構あるが、
何と言ったらいいのかわからないので
母親にまかせている状況」と答えまし
た。父親の対応については母親の方か
ら何も言わないで欲しいと言っていた
とのこと。この時点で母親とIPの強
い関わりが窺え、逆に父親とIPの関
わりが希薄であることが考えられまし
た。

ここで参考になるのがMinuchin
(一九七四)の提唱した構造的家族療
法という家族の構造に関する考え方で
す。Minuchinは家族成員のそれぞれ
の結びつきが強すぎず、弱すぎずの適
度な程度が最も良いと考えました。そ
して家族の間、特に両親と子どもの間
に適度な境界線があることが最も健康
的な家族であるとしたのです。人と人
との間に壁があるといった表現はよく
否定的に使われるものだと思いますが、
Minuchinは適度な壁があつてこそ過
剰なストレスから避けられるというこ
とを述べています。この考えに基づい
たとき、私たちは母親と子どもの関わ
りが強く、父親と子どもの関わりが弱
いと見立てた場合に、母親と子ども
の関わりを弱め、父親と子ども
の関わりを強めることで家族のバランスを調整
することを目指します。そしてそれは
多くの場合に効果的であることをこれ
までの経験で実感しているのです。

さて、事例に戻りますが父親とIP
の関わりが希薄である一方で、父親は
次男とは外に酒を呑みに行く関係であ
り、次男は家族の潤滑油であるとい
うことが語られました。以上を踏まえ、
父親とIPの関わりを強くすることを
目的に次のような介入を提案しました。
①父親、次男、IPの三人で外に呑
みに行く。②父親に日常からIPと他

愛のない会話をしてもらう。そしてこれまで頑張ってきた母親には、今回は是非父親に活躍させてあげて欲しいので、そのためのサポートをして欲しいというお願いを伝えました。

〈第二回〜第三回面接〉初回の課題であった「父親、次男、I Pの三人で呑みに行く」という介入は実行されました。父親は楽しかったと述べ、母親からみたI Pの様子も楽しんでいそうだったとのこと。また、母親の後押しによりI Pが予備校に通い始めたことが語られました。ここで、現在の状況を最悪を〇点、最高を一〇〇点として点数化してもらうスケールリング・クエスチョンと呼ばれる質問をクライアントに行いました。その結果、第二回面接では両親共に五〇点程度、第三回面接では六五〜七〇点程度であると答えました。五点アップの際の変化とし



ては、I Pが夜に眠れるようになることや朝に起きられるようになることといった、生活リズムについての変化が述べられました。

第二回〜第三回の面接においては、I Pとの関わりを持つ努力を始めた父親と、I Pを後押しして予備校に通わせた母親の努力をそれぞれ称賛し、それらを継続してもらうような介入を主に提案しました。

〈第四回〉面接開始後、まず母親からI Pの状態が落ち込んだということが話されました。具体的には夜中に家の壁をドンドン叩いたり、家を飛び出して走り回っているということ。母親曰く、I Pは溜まっているものを発散したく、本当は泣きたいが大声は出せないから代わりに走っていると述べた。I Pが壁を叩き出すといつも母親がI Pの部屋に行つて話をしている、母親

が家にいないときはI Pは壁を叩いたことがない、I Pが壁を叩いたときに父親が様子を見に行つたことがない、といったことが語られました。また、前回に語られた予備校に関して、今年を受験をあきらめると話したようでした。一方で、I Pが父親を誘つて銭湯に行つたという良い変化も述べられました。

以上を踏まえ、介入として①断られることを気にせずに父親がI Pを遊びに誘う。②I Pが壁を叩いたときに、父親が様子を見に行つてみる。③父親とI Pの関係がここまで改善してきた裏側には母親の何らかのサポートがあったに違いないので、それを継続してもらうということを提案しました。

余談ですが、第四回の面接中、セラピストが「でもそんな関係ねえ」という流行していたギャグを使うと、母親がジェスチャーで答えてくれるという面白い出来事がありました。筆者は面接中でも最後に提案する介入でもよくユーモアを用います。ユーモアはセラピストとクライアントの信頼関係を強くしてくれると同時に、目の前が問題で一杯一杯になっている状況から一歩下がらせ、冷静に問題を見られるようにしてくれるのです。

〈第五回〉前回面接の課題であった「I



Pが壁を叩いたときに父親が様子を見に行ってみる」という介入が二回ほど実行されたとのこと。それに伴いIP本人がカウンセリングを受けたいと言いつ出したこと、IPと次男がスポーツチャンバラをするようになった事などが報告されました。

「今、一番困っていることはどんなことか？」という質問には朝起きないことぐらいと答え、それ以外には無いということでした。この時点でのスケーリング・クエスチョンは両親共に八五点であり、IPが朝起きられるようになったら一〇〇点に近いと答えました。

これまで五回の面接の中で、クライアントの問題は急激な改善が見られて

きたと言えます。そこで、これまでの急激な変化に対する様子見も込めて次のような介入を提案しました。①IPが比較的早く寝たときや早く起きたときの様子を観察する。②両親ではなく次男にIPを起こしてもらおう。

〈第六回〜第七回〉面接開始後、父親から「前よりは良い」という言葉が話されました。根拠としては壁は叩かなくなつたこと、昼間に起きていたことなどからであるようです。さらに最近のIPは夕方の四時以降に外出し、コンビニにアルバイト情報誌を取りに行くこと、古本屋に行くこと、お使いにも頼めば行ってくれることなどが話されました。四時以降に出かける理由としては人に会いたくないからということだが、出かけた後のIPの様子は明るいとのことでした。

安定している今の状態の中、「今後また落ち込んだときにはどうするか？」という質問に対して、母親は「以前はすぐに飛んで行つたが、様子を見て行かない様にする。どうしようもない時は向こうから来るので。」と答え、父親は「今までは離れていたけど近づいた。もう少し積極的に行ってみる」といったことが語られました。今の両親の様子に余裕を感じるといふことを伝えると二人とも納得した様子でした。

以上を踏まえて、セラピストとクライアントの合意の上で全七回をもって終結としました。

以上が事例の内容です。この事例ではIPの対人恐怖や外出恐怖を直接取り扱うというようではなく、家族関係のバランスを調整することが結果としてIPの問題改善にもつながつたということが言えるでしょう。また、この事例ではIPの問題を解消すると同時にもう一つ大事なことが扱われています。それは「クライアントである両親自身が問題に対してどう対処していけばいいのを知つたこと」です。

以前、このような事例を聞きました。「クライアントの期待通り、子どもの不登校という問題は解消されたものの、子どもがいつ不登校に戻るかという不安をクライアントが抱え続け、なかなか終結に至らない。」これは子ども問題は解決したもの、もし問題が再発した時にクライアントがどう対処していくかという自信を持っていないためにカウンセリングが終わらないというものです。このように、子どもの問題を解決するということはセラピストでなくクライアントが問題を解決できるようにすることとも言えるのです。