

不登校相談の見立てと親面接の基本

大河原 美 以*

(1999年1月20日受理)

OHKAWARA, M. : Ecological Assessment and Basis of Family Counseling for Non School Attendance. Bulletin of Integrated Research Center for Educational Practice. 23 : 21-32 (1999)

ISSN 0918-4317

The counseling process for non school attendance consists of the first step and the second step. The first step is to construct family relationship that parents support their child who has taken shelter in his / her home from school. The second step is to support the process that child who has got better try to adapt himself / herself to the outside world. This paper presents the outline of the effective family counseling in the first step. 'Problem' is constructed by three strata. Those are trauma and non school attendance or symptoms as its signal, and more serious symptoms or troubles which are amplified by problem-solving efforts of parents and teacher. In the first session, the story which parents talk about the cause of the problem is the story about family history which they are in great anxiety. Parents's anxiety is one of the factor amplifying the problem. For effective family counseling in the first step, it is important for counselor not to be involved in their story about the cause of the problem. This paper is a guideline for an inexperienced counselor.

KEY WORDS : ecological assessment, family counseling, non school attendance

Department of Psychology, Tokyo Gakugei University. Koganei-shi, Tokyo, 184-8501, Japan.

1. はじめに

不登校の相談は、教育相談において大きな比重をしめる相談であり、一日も早く普通に学校に通えるようになってほしいと願う親の気持ちに、どれだけきちんと応えられるかは、教育相談に携わるものに求められる基本的な力量であるともいえる。

不登校の相談は、ほとんどの場合が、保護者で

ある親の相談から始まる。親面接を効果的に行うことができれば、親に支えられた子どもは精神的な健康をとりもどし、おのずと外に出ようと動き始めるものである。その段階になると、子どもは外部の援助機関（適応指導教室やフリースクールなど）や学校からの援助（保健室登校など）を利用しながら、ありのままの自分を受容しつつ適応していく道を模索していくことになる。このように不登校の相談とは、〔第1段階〕不登校という

* 東京学芸大学教育学部教育心理学研究室（184-8501 小金井市貫井北町4-1-1）

形で家に非難した子どもを親が支えることができる関係を構築することと〔第2段階〕その中で元気を取り戻した子どもが適応にむけて動き出すプロセスを支えることからなる。

〔第1段階〕においては、効果的な親面接を行うことが求められる。それがうまくいかない場合、不登校は長期化する。教育相談を受けているにも関わらず、状況が変化せず問題が長期化している時、カウンセラーの関わりそのものが問題を維持している要因となっていることも少なくないという現実がある。効果的な親面接が行われれば、〔第2段階〕に移行することができる。子どもが深い心的外傷を負っていたり精神症状が主症状であるにもかかわらず、本人が治療を受けることを拒否していた場合でもこの段階まで援助できると、子ども本人が治療機関を訪れるようになる。〔第2段階〕では、学校との連携協力が重要な課題であり、学校復帰が可能かどうかは、学校側の受け入れと深く関係してくる。

本稿は〔第1段階〕の「不登校という形で家に非難した子どもを親が支えることができる関係を構築する」ためには、どのような視点で面接を行い、どのような心理教育を行うことが必要なのかを中心に論ずるものである。これは、筆者が、教育相談をはじめばかりの教師や、就職したてのカウンセラーのスーパーバイズを行う中で、最低限知っておいてもらいたいと感じてきた、実践的なコツである。本稿は、不登校相談を受ける初心のカウンセラーが、不登校の原因論に関するさまざまな情報に振り回されて、いっそう問題を増幅させてしまうような失敗に陥らないための指針として利用されることを意図している。従って、通常の事例研究は帰納的な形式（事例を提示してから考察を展開する）で論を進めるが、本稿は演繹的な形式（最初に基本的な考え方と方法を示しそれに基づいて事例を提示する）で論じている。

2. 不登校相談における見立て (Fig. 1)

筆者は、不登校の相談を受けた時に、子どもが学校で不安を感じるという1次的な背景と、不登校が起きた結果起こる親や教師の反応の仕方（原因さがしなど）によって状態が悪化する2次的な背景の2点を、分けて考える必要があると考えている³⁾。

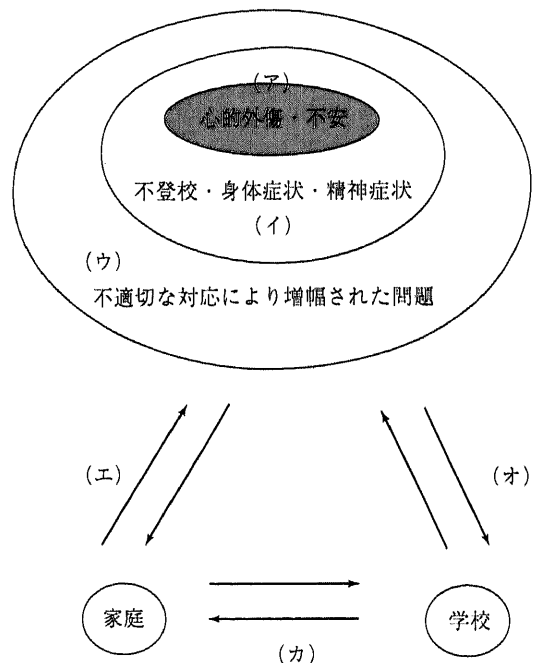


Fig. 1 不登校問題の見立ての枠組み

こじれた「問題」はFig. 1に示すような、増幅された問題であるといえる。子どもが学校であるいは家庭で何らかの心的外傷を経験し、それゆえに大きな不安を感じて学校にいることに苦痛を感じる(ア)と、不登校というサインあるいは身体症状や精神症状(イ)を示す。その際、関わる大人の目に見えているのは、不登校という目に見える行為(イ)であり、子どもが何に傷つきどんな不安におそわれているのか(ア)は見えていないことが多いものである。不登校という現象によって、親は子どもの将来が絶たれる不安におそわれ、何

とか学校に行かせようと奔走し、何が悪かったのか、必死の思いで原因探しを行う（エ）というのが、多くの親の心情である。一般的に原因がわかれば解決するという常識的な思い込みを持っているからである。同時に、担任教師も、自分のクラスから不登校の子どもが出たということに対して、さまざまな思いをいただくものである。教師も同様に、原因探しのストーリーを持って、事に対処しようとする（オ）。家族と担任との間にも原因さがしによる悪循環が生じる（カ）ことも多い。このような原因探しや、あわてふためいている大人の不安、それらは子どもの不安を高める形で問題を増幅してしまう。親に心配をかけて、親の苦しむ姿を見る子どもは、ますます元気を失い、罪悪感に苦しみ、自分はだめな人間だと自己評価を低くし、精神症状や身体症状が悪化する（ウ）。学校がある時間帯には安心感が得られないために昼に寝ることを選択したり、明日のことが心配で不眠になったりするために昼夜逆転となる（ウ）。学校に行くべきだと考えている親に対する暴力が起こったりもする（ウ）。門¹⁾は、不登校が疲労を中心とした生理的な段階から病理的な段階へ移行する理由として、登校義務感・罪責感・劣等感・周囲からの重圧などをあげている¹⁾。病理的な段階とは、(ウ)の問題が増幅された状態であるともいうことができる。このようにして親は、混乱して身動きがとれなくなった状態を「問題」として、カウンセラーの前に救いを求めてやってくるのである。

不登校の親の相談を受けた時に、初回面接で最初に聴く話は、このような構造をもった「ストーリーである」という認識をもつということは、その後の見立てや援助の方針を定める上で、効果的である。なぜならカウンセラーが、混乱している親の話の中からさらなる原因探しをすることで問題を解決しようとする時、治療者であるべき人間もまた、問題を増幅する役割をもち、混乱の渦の中に巻き込まれてしまうからである。

不登校の子どもは、どんな事例であろうと「学校にいる時に不安を感じている（ア）」ものである。なぜ不安を感じるのかについての理由はケースバイケースである。しかしながら、なぜ不登校になったのかという原因さがしに大人の目が向いている時、通常、子どもが感じている「不安」はあとまわしにされている。子どもが感じている不安を理解するためには、状況が客観的に見て不安を喚起するような状況であるかないかという視点を捨てる必要がある。子ども自身の性格や感受性、それまでの生き立ち、家庭環境によって不安の感じ方は異なるので、大人が何でもないと思うことであっても、子どもは深く傷つき、不安にさいなまれているという、子どもの側に立った感受性をカウンセラーはみながく必要がある。

3. 不登校の親面接の要点と、変化の観察の視点

§ 1. [第1段階] 不登校という形で家に非難した子どもを親が支えることができる関係を構築するプロセス

(1) ステップ1—親の「問題に対する認識」を把握し、介入する

Fig. 1 に示した構造をもつこじれた問題をひもといっていくためには、「増幅されている問題」(ウ)を解消していくことが効率的である。それは、「問題を維持している要因(エ)(オ)(カ)」にアプローチすることである。すなわち、親や教師の関わり方の変化を求めるということになる。

「関わり方」というのは相手に対する行為を意味しているが、「関わり方」が変化するためには、その前提としての「問題に対する認識＝原因さがしのストーリー」が変化する必要がある。「問題に対する認識」は、「親が最も不安に思っていることを原因とみなして語るストーリー」であることが多い。この時、親は自分の不安と子どもの不安の区別がつかず混乱した状況にある。従って、「問題

に対する認識」に介入して、できるだけ肯定的な側面に焦点があたるような認識を提供することは、親の不安を軽くしていくことに直接つながる可能性が高いのである。親の不安が軽くなると、子どもに対する「関わり方」は変化する。親の安心した顔こそが、(ウ)の増幅されている問題を解消していく上での第1の処方箋なのである。「問題に対する認識」に対する介入の実際は、次項で事例を提示しながら具体的に示すことにする。

「問題に対する認識」を変化させ、不登校を肯定的に理解するための心理教育の1つの例をあげる。不登校は、親子関係に問題があるから起こるのだという「母原病²⁾」説により、必要以上に苦しんでいる親が多い。子どもが不登校になると、母親のほとんどが「私の育て方が悪かった」と思い込むのである。親が自信を失うと、子どもを支える力がそがれるので、筆者は次のように説明することで、親が子どもを支える元気を保てるよう配慮している。例えば「子どもが、外で困って家に逃げ込むのは、基本的に家が安全な場所だと認識しているからです。学校に行かないことで叱られたり、親に心配かけたりするけれども、それでも基本的な信頼関係は損なわれないという確信があるから、家に閉じこめられるのです。本当に見捨てられるかもしれないという危機感を持っている子どもは、不登校できないのですよ。」と話す。親が子どもに信頼されているのだと自信を持てるようになると、親は、本来持っている子どもを癒す力をどんどん発揮できるようになっていく。

「登校刺激はしない方がよい」という「関わり方」はかなり一般的に知れわたってきている。しかし正確に言うと、「登校刺激をすることで、問題が増幅しているような場合には、登校刺激をしない方がよい」ということになる。ケースによっては「登校刺激をしないことで、問題が増幅しているような場合には、登校刺激をしてみたほうがよい」という場合もあるのである。従って、カウ

セラーの力量とは、親のどのような認識や関わりが問題の維持に貢献しているのかをメタな視点から見抜くことができるということである。そのため、Fig. 1に示した問題の構造をふまえた見立てができることが求められるのである。

(2) ステップ2—子どもの心情(傷つき・不安)に焦点をあてる

増幅されている問題を解消していくということと並行して、親に「お子さんは、何がつらかったのでしょうか？」と問いかけていくことが重要である。(エ)の状況で親が自らの不安にかられて右往左往している時、子どものつらさに目がむくゆとりがなくなっている。カウンセラーにたずねられることによって、親の注意は「子どもの心情」にむいていくのである。最初は「あの子のわがままなんです」「特につらいことなんてないんですよ」といった答えが返ってくることも多い。それでも、折りにふれ、「お子さんはきっと何かつらいことがあったのでしょうか？」と問いかけていくことを続けると、次第に親の目は、子どもの心情に向いていくものである。親が子どもの心情に思いをいたすことができるということは、自分自身の不安と子どもの不安を区別することができるということであり、問題を増幅している関わり方は減少していく。

(3) ステップ3—子どもは元気に休み、親は親としての自信を回復する

親が子どもの心情に目がむくようになったところで、子どもが「元気に休むこと」ができているかどうかということに焦点をあてていく。子どもが元気に休むことができるということは、Fig. 1の(ア)の何らかの傷つきを自ら癒していく力を蓄えるために必要なことである。当然のことながら、問題がこじれて増幅している時には、子どもはますます元気をなくし、自分のために親が悲しい顔

をして苦しんでいる姿をみるにつけ、深い罪悪感にさいなまれ、自己評価を低くしている（ウ）のである。

従って、子どもが元気に休める環境を作ることが、子どもの心の傷を癒すための条件となるのだということを、親に心理教育することが必要である。例えば「怪我をした時には、消毒をして清潔にして、ガーゼをあてて保護しておく、自然に治りますよね。心の傷も同じなのです。清潔にしてガーゼをあてるという仕事が、親ごさんが今なさっているように安心して休める環境を保障してあげるといことです。その中で、傷が癒えているかどうかの目安になるのが、元気に楽しく遊んでいるか、笑えているかということなんです。子どもというのは、安心できると元気に遊べるものなのです。」と説明する。ほとんどの親は、学校を休んでいる時間帯に、のびのびしているわが子の顔を見ると腹が立ったり、いらいらしたりするものである。そういう親の顔を見ると、子どもはまた罪悪感にかられ、問題は維持されていく。家で のびのびと元気に生活できていることこそが、傷を癒すために必要なことだということを理解すると、親のいらいらは解消されやすくなる。

それでも、親は休んでいる子どもを見ていると、「よその子は、少々つらくてもがまんして学校に行っているのに、どうしてこの子はがまんできないのだろう。」「この子はなんて情けないのだろう」というゆううつな気分になるものである。そのような時、筆者は心のカップのメタファーを用いて、次のように説明する。「たくさんたくさんつらい経験をしてきたので、ストレスに耐える忍耐力のカップがもう満杯になっていたのです。カップが満杯だと、ちょっとしたことで水がこぼれてしまいますよね。カップの中がからになれば、多少のストレスがかかっても、水はこぼれませんよね。今、お母さんにつらかったことを受け止めてもらえ、安心して休むことを許してもらっているとい

うことは、このカップの中をからにしていく仕事なのです。感受性の豊かなお子さんというのは、感じる力が強い分、傷つきやすくて、人より早くカップが満杯になってしまうのです。」相談に来ている親の心のカップも満杯になっているのが常である。カウンセラーが、親の心情に受容的に接することで、親の心のカップをからにしていく役割を果たすことができると、親はみずからの体験に学んで、子どもを受容することができるようになる。ここでのカウンセラーの仕事は、親の報告の中から、少しでも親が子どもをうまく支えている様子を拾い上げ、それでいいのですよと承認することである。親が子どもを支えることができているプラスの側面にカウンセラーが焦点をあてていくことによって、親は子どもを支えることができることを実感して、親としての自信を回復していくのである。

（4）ステップ4—親子のコミュニケーションの回復

面接を継続していく上で、チェックしていくポイントは、子どもが親に対して、弱音をはけるようになっているかどうかという点である。Fig. 1の（ウ）の問題が増幅している状況にある時、子どもは常に親の反応を気にしており、いらだち、傷や弱みに触れられるとかみついたり、反対にまったく無反応になっていたりする。親も子どもとどう関わってよいのかわからず混乱しているので、自分の不安が先行して、子どもの思いを受け入れるゆとりがなくなっている。上記のステップ1・2・3のプロセスを通りすぎる中でおちつきを取り戻してくると、親子のコミュニケーションは回復してくる。その目安となるのが、子どもが親に対して弱音をはけるようになるということである。弱音とは、自分の弱い部分、情けない部分をさらけ出しても受け入れてくれるという安心感があってはじめて見せることのできるものである。さら

け出したことで、親がいつそう不安になるような状況では、子どもは決して自分をさらけ出すことをしない。従って「子どもが自分の不安を言葉で表現したり、これまでのいやだったことを回想して話すようになることは、回復のサインなのです。自分の弱さをさらけ出しても、お母さんに受け入れてもらえるという確信がもてるから出せることです。お子さんを支える関係ができてきている証拠ですよ。」と心理教育的な情報として伝えることが必要である。そしてさらに、親の話の中で、子どもが弱音をはいている部分にカウンセラーが注目して「それは良いサインですよ」と焦点をあてるのが、親子のコミュニケーションの回復を促していく上で重要である。カウンセラーから「それは回復のサインである」という承認を得られることで、親は子どもの弱音を受け止めていく元気とエネルギーを補給するのである。

継続している面接における、親の日常生活に関する報告の中から、カウンセラーが「小さな良い変化」をどれだけ拾いだし、承認することができるかということが、まさにカウンセラーの力量であるとも言えることができる。そのようにしてカウンセラーに助けられながら、親子のコミュニケーションは回復していく。

子どもが自分の弱音をはけるようになる経過の中で、実は「いじめられていた」という話がでてくることは非常に多いのである。相談の最初から「いじめられによる不登校」と判断されるケースに比べて、相談が進む中で「いじめられていた」ことがあきらかになるケースは非常に多いと筆者は感じている。「いじめられ」に対する対応については別稿⁵⁾で論じたが、親に対する心理教育として重要なのは次の点である。いじめられの客観性(本当にいじめと言えるのかどうかという視点)は問題とせず、本人のつらさにのみ焦点をあてて、そのつらさを全面的に承認すること、それが親にできる癒しの仕事であることを伝えるということ

である。「いじめられ」という心的外傷は、必然的に対人不安という後遺症を伴い、対人不安はたやすく不登校をみちびくのである。心の傷が癒されていく条件として、自分の経験とそれに伴う感情が正当なものだと承認されることが必要である。つまり、いじめられてつらいと感じ、友達に恐怖を感じるのは当たり前なのだというのを、親によって承認されるということが、傷を癒していく上で何より大切なのだ、ということをもつて親に伝えることが重要である。

そうして、親子の間でいじめられ経験が語り合えるようになると、その傷つきを癒すために、子ども本人がカウンセラーのところへやってくるという展開になることも多い。Fig. 1の(ア)の傷つきそのものへの治療は、子ども本人が相談にやってくることで開始される。そのころには、残されている問題は(ア)が中心となり、治療の焦点も親から子どもへと移行していく。

(ア)の心的外傷が比較的軽い場合には、子ども本人が治療を受けなくとも、何らかの形で外にでたいという動きを見せはじめるようになる。そのサインの1つが「ひまだ」という訴えである。筆者は、面接の初期のうちに親に対して、「『ひまだ』という訴えが良いサインであること」を次のように説明しておく。「子どもが混乱状態にある時には、大人からみてひまそうに見える時でも、決してひまではないのです。ぼーっとテレビゲームばかりしていたり、いつまでも寝ていたりしても、本人はひまだという感じは持っていません。子どもは何もしていないように見えるけれど、回復にむけて脳や体の全部が働いているから、けっこういそがしいのです。でも、そのいそがしさは大人には見えません。安心して休むことができ、元気が回復してくると、今までと同じ生活をしているのに、しきりに『ひまだ』と訴えるようになります。『ひまだ』という感覚は、脳や体が回復してきたサインなのです。『ひまだ』がでてきたら喜ん

てください。でも、十分に『ひま』を味わい、もういやだとなるまで退屈することが必要です。十分に退屈すると、子どもはかならず動きはじめます。」このように説明すると、多くの親は「そういえば、すごくひまそうなのに、ちっともひまだといいませんね。」と反応する。そしてそのうちに、子どもの口から「ひまだ」という訴えがでた時に、親は喜んで報告してくる。この段階になると、子どもの身体症状や精神症状はなくなり、主体的に自分の生活を組み立て、外出に抵抗を示さなくなり、友達を求めようになっている。文字どおり「元気に休んでいる」状態となっているのである。カウンセラーは〔第2段階〕の元気を取り戻した子どもが適応にむけて動き出すプロセスをどのように支えていくかを思案する段階にはいるのである。

§2.〔第2段階〕元気を取り戻した子どもが適応にむけて動き出すプロセスを支える

(5) ステップ5—学校との連携協力にむけて

子どもが「ひまで退屈」をしきりに訴えるようになった段階で、タイミングよく学校側からの働きかけが行われることは、学校復帰を考える上では重要である。この段階にきたら、担任や友達からの働きかけや保健室登校の可能性などを、子ども本人の意志を確認しながら積極的に検討したい。あるいは、適応指導教室やフリースクールへの通級などが可能になる段階でもある。学習の遅れへの対応として、家庭教師や学生ボランティア、児童相談所や教育委員会などで行っている不登校児童生徒への支援事業なども活用できるだろう。親面接においてステップ1～4の段階を通りすぎていると、これらの援助体制を効果的に活用していくことができる。

この先、学校に復帰できるかどうかは学校側の条件と深く関わっており、当然担任との関係が良く、受け入れが柔軟であれば、その可能性は高く

なる。不登校の初期の混乱状況の中で、必死に関わって拒否された担任は、自分の関わりがマイナスなのではないかと危惧して、距離をとるようにしていることも多い。初期の段階でうまく行かなかった試みであっても、子どもの健康度が回復してきたこの段階では、子どもは以前とは異なる受け取り方をするということを知っておく必要がある。

病院のカウンセラーの場合、立場上学校コンサルテーションを行うことが困難であるという問題がある。子どもが学校に復帰したいという思いを持ちながらも、担任や学校側の柔軟な理解が得られないために、転校やクラス替えを待たなければならない場合もある。それに対して、公立の教育相談所等の場合には積極的に学校コンサルテーションを行うことのできる立場にあらう。スクールカウンセラーの場合には、担任や養護教諭との連携により、より柔軟に対応することができる。この際にシステムズ・コンサルテーションの力量を持っていると比較的に連携協力を行うことができる。システムズ・コンサルテーションについては別稿⁶⁾で論じた。

3. 事例による理解

事例1は、Fig.1とステップ1～5に対照させながら、変化のプロセスを述べる。事例2～事例4は、初回面接に親が持ち込んできたストーリーを中心に、ステップ1に焦点をしばって述べる。尚、事例は秘密保持のためと、論点を明確にするために修正を加えている。

§1. 事例1 [小学校5年生 A子]

(1) 初回面接で親が語ったストーリー

5年生の4月から行きしぶるようになり、10月から完全に不登校。11月に来所。家族に対して暴力的に反抗して困っているという。両親ともに仕

事をしており、A子は祖父母に育てられていた。初回面接に訪れた父母は、祖父母が甘やかして育てたことが原因なのだと強く主張し、母は「あの育て方ではいつかこうなると思っていた」と悔しがった。A子は料理をすると言いはって、レシピどおりのものを作ろうとするがうまくいかずかんしゃくをおこし、材料をあたり一面にばらまくという毎日であった。祖母が制止しようとするので殴りかかっていき、妹(小3)が学校から帰ってくると髪をひっぱっていじめていた。

初回面接の約束の時間の直前、祖母から電話が入っていた。祖母は「原因は嫁なのです。」とA子の母親である嫁がどんなに気のきかない嫁であるかを熱心に説明した。祖母の主張は、嫁が祖父母を大切にしないので、A子がそのまねをして、言うことをきかないで学校に行かないのだ、ということであった。

(2) 見立てと介入

上記の初回面接での情報と、祖母からの電話での情報をもとに、Fig. 1に基づいて、筆者の見立てを述べる。この時点で、(ア)はまったく不明である。わかっているのは(イ)の不登校と(ウ)の増幅された問題、すなわちA子の暴力的な反抗である。A子はかなりいらだっており苦しんでいることがわかる。この家族の「問題に対する認識」は、父母による「祖父母の育て方が原因だ」というストーリーと、祖父母による「嫁が原因だ」というストーリーである。父母と祖父母との間に葛藤がある家族なのだろうということは一目瞭然である。そのことがA子の不登校をめぐってますます強まり、問題を維持している要因(エ)になっているのであろう。しかし、ここで大事なことはカウンセラーが「家族の葛藤が原因がある」と早呑み込みしないことである。

前述したように、親が「原因とみなして語るストーリー」は、親がもっとも不安に思っている事柄なのである。「日頃から、嫁姑問題という葛藤を

抱えていたから、子どもが不登校になったのではないか、つまり自分たちの責任なのだ」という不安の表現だと読むことが必要である。父母も祖父母も、互いに相手を責める形をとりながらも、自らを責めているのである。その思いで一杯であるために、A子が学校でどんなふうにつらかったのだろう(ア)ということに目が向いていない。A子のいらだち(ウ増幅された問題)は、自分のつらさ(ア)に目をむけてもらえないこと、不登校により家族の葛藤がますます激しくなってしまったこと(エ)からくるのであろうと、筆者は見立てた。

そこで、筆者は、日中A子とすごしているのは祖父母なので、一緒においでくださいとお願いした。2回目、父母・祖父母がともにやってきた。父母は同席を好んでいなかった。祖父母は呼んでもらったことを喜んでいて、筆者は、意図的に家族の葛藤には焦点をあてず、父母・祖父母がA子の不登校を治したくて相談にきていること、すなわち共通の関心事に焦点をあてた。その上で、「子どもが元気に休むこと」が治っていくためにどんなに大事であるかを説明した(ステップ3)。A子が今、元気に休めているだろうか、ということをお話になると、父母・祖父母ともに、学校に行っていないことに対する罪悪感を持っているから元気ではない(ステップ2)と話がまとまった。こうして、父母と祖父母の「問題に対する認識」は、「A子の学校に行っていないことに対する罪悪感が問題である」と変化した(ステップ1)。

「問題に対する認識」が変化すると、子どもへの関わり方は当然変化する。ほどなく、A子の料理中のパニックはなくなった。妹とも仲良く遊べるようになった(Fig. 1の(ウ)増幅された問題の解消)。A子が料理をするのは、仕事から帰ってから夕食の準備をする母を助けたいとの思いからであったことがわかった。夕食作りは、母と祖母との葛藤の源でもあることをA子が察知していたか

らであった。ちょうど1年前に、祖母が交通事故にあい、その後遺症で、家事を行うことが困難になっていた。それまで夕食は祖母が作ってみんなの帰宅を待っていたのだが、事故にあって以後は、仕事を終えて帰宅した母が夕食作りをするという毎日であった。仕事を終えてから食事の支度をすると疲れた母の顔を見ると、祖母は罪悪感にかられ、役割を果たせなくなった自分に老いを感じるのだった。老いの寂しさは嫁姑の葛藤を助長していた。

日中、A子とすごしている祖父母は、A子が元気でいられることを配慮して、ドライブに連れていったり散歩にいったりして、気分転換をはかるよう配慮した。A子はしだいに元気に休めるようになっていった(ステップ3)。そのことで、日中仕事にでていて子どもに関われない父母は、祖父母に感謝した。こうして、いつのまにか嫁姑の葛藤は影をひそめていった(Fig.1の(エ)の悪循環の解消)。

(3) 親子のコミュニケーションの回復により見えてきたA子の傷つき(ア)

こうして、A子がつらい思いをしているということに焦点があたり、安心して元気に休めるようになる中で、A子は母に学校での出来事をたくさん話すようになった(ステップ4)。約1年たったころ、A子はやっとの思いで、学校に行けない理由を母に話した。ある日、宿題をやっていかずに、先生に反抗し、教室からA子の椅子だけを外にだされた。謝ったら許すと言われたが意地をはって謝らなかった。A子は椅子のないまま、立ち膝の状態で授業を受け、給食を食べるという学校での生活を1か月も送っていたのだった。A子は自分が悪かったのだと罪悪感に苦しんでいたために、打ち明けることができなかった。父母も祖父母もA子の心の痛みにあふれて、共に泣き、思いを受容した。

そうしてすっかり元気をとりもどしたA子は、小学校には戻れなかったが、中学に入学すると保

健室登校をはじめ、少しずつ学校に戻ろうと模索しはじめた(ステップ5)。

§2. 事例2〔中学2年生 B男〕

B男は2年生の2学期から、登校することが困難になった。かろうじて父母に送られて保健室登校をしているが、カーテンで仕切られた狭い空間にこもり、養護教諭以外とは話をしようとしな。生徒の足音などがするとおびえるということであった。

養護教諭から家庭の問題が原因だということ、筆者に依頼されてきた事例である。B男の母は、ここ数年離婚を考えており、1年前から仕事に出始めた。早くお金をためようと思って、夜も働いていた。そのためにB男にはがまんをさせた。こうなってから考えなおし、夫とはやりなおそうと思っている。私が離婚してやるとか、子どもにも言いつづけたことが原因なんです。と泣きじゃくりながら語るのだった。「B男はなぜ生徒の足音におびえるのでしょうか?」と聞いても、わけがわからないという状況であった。

母の動揺が激しいので、問題を整理するために、「母が離婚しようとしていたことが原因である」という母の「問題に対する認識」をはっきりと否定し、「生徒の足音におびえるのは、生徒に恐怖を感じているからです。何か、つらいことが学校であったはずです。」という新たな認識を提供した。母は、きつねにつままれたようにきょとんとして帰っていった。

2回目には父とともに来談し、冷静に状況を話すことができた。父は子どものつらさに注目することのできるゆとりを持ち合わせており、父としての援助のあり方をすぐに把握した。父の関わりにより、小学生のころからどもりがちだったB男は、中学に入ってからいじめられることも多く、かつあげにあってきたことがわかった。生徒指導教諭がいじめていた生徒に指導をしたが、D男の

傷つきは深く対人恐怖は残っていた。無理して保健室登校をすることを一時やめ、自宅でゆっくり休ませることにしたと父は報告した。父にリードされて、母はおちつきとゆとりと夫への信頼をとりもどしていた。

§ 3. 事例3 [小学3年生 C男]

C男は、小学校1年生に入学して1週間登校したのみで、学校に行けなくなった。母は、今では学校に行く必要はないと考えていると話した。学校に行かない生き方を知り、自分はすごく楽になったので、学校には行かせたいとは思っていないが、小学生を見ると、おびえた態度を示すので、それは心配していると語った。

C男は、1年生のころは家に閉じこもりがちだったが、最近は「ひまだ」を連発しており、運動会を見学しにいったりしていた。筆者は、C男の家での様子を聞きながら、C男の子どもとしての元気さ・健康さは回復してきていると判断した。その判断基準は前述したステップ1～4である。にもかかわらず、教育を受ける機会を失いつけているのは、「学校に行かない生き方を選択しているのだから、学校に行かなくてよいのだ」という母の「問題に対する認識」であろうと見立てた。そこで「母が休んでいることを肯定的に受け入れ、これまで支えてきたことで、C男は十分に力を蓄えてきたのですね。」とこれまでの対応がよかったことを伝えた上で、「自我が十分に育った思春期以降の子どもは『学校に行かない生き方』を選択できるが、C男には理解できるのだろうか？」と母に投げかけた。母は絶句した。そして「C男は学校に行きたいんです。行きたいんですけど行けないです・・・」とつぶやき、号泣した。母は保育園のころいじめられていたのを知っていたが、あずけて働きつづけたことを悔やんでおり、そのために友人関係がうまくもてないC男に責任を感じていた。1年生の時になんとか登校させようと試

みる中で、学校側から親に原因があると言われ、深く傷ついていた。「学校に行かない生き方」は、親のその傷つきを保護し、親自身が安定を保つために役立っていた。しかし、子どもは変化するのである。その中で元気を取り戻した子どもは、子どもとしての生活を保障されないと、今度はそのために劣等感をもち、成長発達するチャンスを失ってしまう。筆者は、C男は母のこれまでの支えによって、集団にはいって行く準備ができており、段階的にどう進めていくかがこれからの課題であると伝えた。母がおそろおそろ適応指導教室に連れていくと、ほどなくC男は慣れ、毎日自力で通所するようになり、外で小学生に会っても、堂々としているようになった。

§ 4. 事例4 [小学4年生 D男]

D男も、小学校1年生の2学期からずっと登校していない。母は、最初の相談機関で2年間、次の相談機関で1年間カウンセリングを受けてきた。母自身に問題がある言われ、努力してきたが、行けばいくほど元気がでなくなることに気づいて、ここ半年やめていたという。D男と母との関係は、休みはじめた当初の頃に比べて良くなり、D男は困ったことがあれば母を求めるようになり、乱暴したりかんしゃくをおこしたりということはなくなったという。最近になって、ADHD（注意欠陥多動性障害）を特集したテレビを見て、思いあたることがあり、D男を病院に連れていったところ、やはり学習障害もあり、ADHDだと言われた。母は、自分自身の原家族での不幸な生い立ちのゆえに母性が育たず、そのために子どもをうまく育てられないのだと、カウンセリングを受ける中で思い込んできていた。子ども側の要因としての学習障害・ADHDという診断の中で、どうしたらよいか分からなくなってしまったと言う。学習障害・ADHDという問題は、Fig. 1の(ア)の部分の中心にあてはまる。ハンディがあるのにそれを

周りから理解されないために、子どもは学校で大きな不安を抱え、傷つきながら育ってくるのである。D男の母の3年間にわたる努力は、D男の元気をとりもどす上で大きな役割を果たしてきたのだが、母の「私がうまく育てられないのが原因」という「問題に対する認識」により、その良い変化に注目することができず、あいかわらず自分を責める毎日であった。C男の場合と同様に、今D男に必要なのは子どもとしての生活であることを伝え、適応指導教室を勧めたところ、D男も適応指導教室で楽しく過ごすことができるのだった。学習障害・ADHDへの援助は、ステップ5の段階で小集団への適応を試みる中で、個別に援助される必要がある。

5. まとめ

初回面接に親が語る話を、その親の「問題に対する認識」ととらえる視点と、それに基づく介入の仕方、親面接を継続していく上での基本的視点について論じてきた。最後に家族の問題の扱い方について補足説明しておく。

前述した事例でもわかる通り、子どもの問題というのは、必ず家族の問題にぶつかるものなのである。不登校の場合、最初に親が持ち込んでくるストーリーは、「家族に原因があるのです」というパターンである場合が多く、その認識が問題を維持する要因になっていることが多い。そこで家族の問題に焦点をあてずに、子どものつらさに焦点をあてていくと、学校でのつらい出来事が必ずクローズアップされてくる。しかし「だから学校が原因なのだ」と単純に決めつけているのではない。「問題」とはさまざまな要因が複合的に絡み合い、相互に関係しあって作り上げられているものである。親が「学校が原因だ」と主張することで問題が膠着化している場合には、その認識をゆさぶり家族の問題にシフトしていくこともある⁴⁾。

このような視点は、「問題の外在化」⁷⁾とも言われている。

Fig. 1は(ア)の部分を実質化して示しているが、中心の(ア)の子どもの傷つき・不安の部分を拡大すると、Fig. 2のような構造になっていると考えられる。

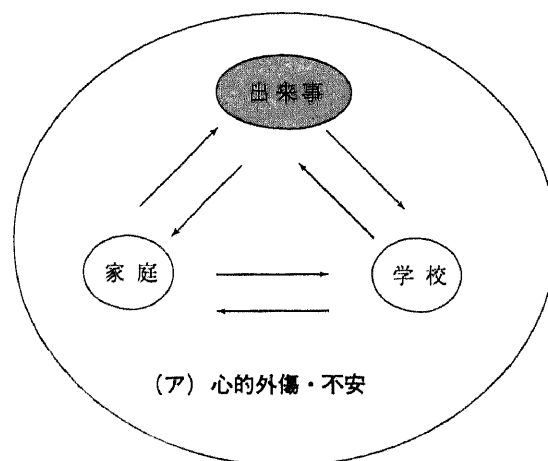


Fig. 2 Fig. 1 (ア) 心的外傷・不安の部分の拡大モデル

子どもの心的外傷は、出来事そのものによるのではなく、その時の自分の体験をまわりの大人がどのように受け取り、解釈するのかという関係性の中で生み出されていくものである (Fig. 2)。

例えば、いじめられに合ったことが、不登校を引き起こすような対人不安として傷を残すかどうかは、いじめられたという自分の経験が、家族や学校との関わりの中でどのように扱われるのかによるところが大きいのである。自分のつらい思いに共感されることなく、自分に非があると思いきまされると深い傷になることは想像に難くない。つまり家族のあり方は、子どもが心的外傷を負う際の文脈としての役割をもつ。

事例1においても、事例2においても、子どもの傷の文脈として、家族の不安定さというものは深く関係しているのである。事例1においては、嫁姑の激しい葛藤の中で、祖母にそだてられてい

るA子は、日常的に不安定な心理状態にあったであろう。そのような文脈において、学校で傷ついたA子は家でその傷を癒すことができなかったのである。同様に、事例2においても、学校でかつあげられて追いつめられても、家族の混乱の中で、誰にも相談することができず、保健室でふるえているしかなかったのである。しかし、いずれのケースも、家族の問題に焦点をあてずに、子どものつらさに焦点をあてていくことで、結果として、家族の問題は解消しているのである。親を反省させることは、親の持っている潜在的な力を発揮させるための役にはたさない。相談に訪れる親の子どもを救いたいと願う気持ちは、なによりも強いものである。その親のエネルギーにあふれた思いを要領良く発揮できるように援助していくこと、それが効果的な親面接である。

事例3、事例4は、長期化していたケースである。親の努力によりある程度の改善がみられているにも関わらず、身動きがとれなくなっていた。カウンセラーは、ステップ1～4の援助を行うことができれば、子どもを集団適応にむけて積極的に動かしていくステップ5の時期を把握することができる。元気になった子どもは、同年令集団の中で成長発達する機会を待っている。そのタイミングを逃さずに、学校や関連教育機関との連携協力をすすめたいものである。

最後に、本稿は、親の話を心から共感して聴け

ること、親の子どもを思う気持ちを承認していきること、こういったカウンセリングにおける基本ができた上での、指針であることを強調しておく。

引用文献

- 1) 門眞一郎：不登校の精神生理学 心の科学62 特別企画子どもの精神障害 pp. 98-102 日本評論社 1995
- 2) 久徳重盛：母原病 母親が原因でふえる子どもの異常 サンマーク出版 1979
- 3) 大河原美以：不登校発症の背景 小児内科第28巻第5号 pp. 636-639 東京医学社 1996
- 4) 大河原美以：動物家族画を活用したソリューション・フォーカスト・アプローチ 東京学芸大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要 第22号 pp. 17-26 1998
- 5) 大河原美以：いじめ・いじめられ 小林正幸編 実践入門教育カウンセリング 川島書店 1999 (出版予定)
- 6) 大河原美以：システムズアプローチの理論と技法 小林正幸編 実践入門教育カウンセリング 川島書店 1999 (出版予定)
- 7) White, M. & Epston, D.: Narrative Means to Therapeutic Ends. New York, W. W. Norton. 1990 (小森康永訳 物語としての家族 金剛出版 1992)