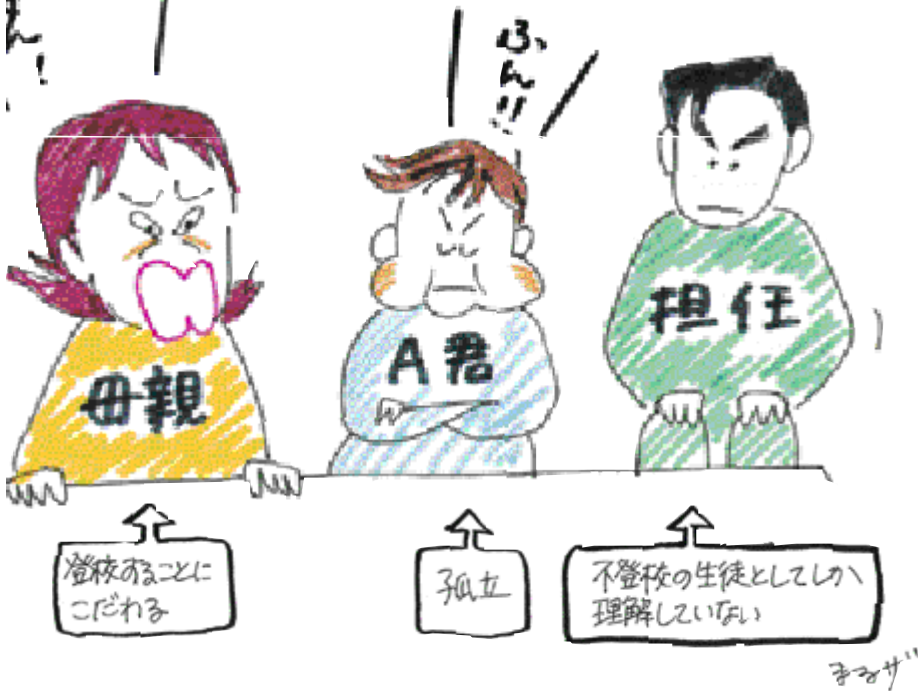


カウンセリングのなぜ 家族療法の場合

福島 淳 イラスト 福島マユグリータ

来談者の力関係



カウンセリングや心理療法には実際に経験した人でないとなかなかわかりにくいところがあるように思う。正確にはカウンセリングとは心理学的知識を基に相談を受けることで心理療法とは相談だけではなく具体的に治療を進めることを指す。しかし近頃はカウンセリングという言葉が氾濫しているのでカウンセリングがどうも踏み込んだ対応を意味しているのがわかりにくい。そこでカウンセリング心理療法も含めるがどんなものかわかりやすく理解してもらうためにまず簡単にその流れを説明するにしよう。

カウンセラーが来談者クライアントとどうたすむかというところから始めよう。クライアントは主訴を述べるところになる。場合によっては付き添い(親族友人などがまず話し始める)というところもあるだろう。

しかしまず大切なのはクライアント及びその関係者がどう問題を捉えているかである。事実関係はその後。とにかくカウンセラーは訴えに聞き入り何に苦しんでいるかを適度に距離をおきつつ受け入れることから始める。クライアントが個人で来ている場合、それが彼個人の問題を理解することになる。

次にクライアントが付き添いとともに来院した場合を考える。この際重要なのは誰が話し始めるかまたその時同伴者がどういう表情、行動を示すかである。次のようなケースを挙げてみよう。

中学生のA君は最近家に閉じこもりがちで両親が心配してクリニックを訪れることになった。担任の先生も同伴している。母親が経

過を述べると本人は何でこんなところに来てしまったのか納得がいかないようである。

母親が話を切り出した。父親は妻の話を聴きながらも落ち着かない様子。担任はうにかしてくださいといった感じでカウンセラーを見ていく。

母親から見た問題は「部屋に閉じこもってゲームばかりしている。学校に行こうとしない」。担任から見れば「不登校の生徒」。父親からは何を考えているのかわからない。カウンセラーはそれぞれの立場から見た問題を整理した上で本人と向き合う。

学校なんて行って面白くないよね。僕も学校行くの好きじゃなかったよ大切なのは、学校行かなくちゃダメだよと説教をしないことだ。それは今まで母親のせいだとの繰り返しに過ぎない。

「学校行きなさい」という命令口調の話し掛けを母親にやめてもらう。当然、カウンセラーも学校行かなくちゃねーといった話し掛けは厳禁である。クライアントの問題に巻き込まれることになり、適度に距離をもち受け入れることにならないのだ。

さらにカウンセラーは続けていく。「家で何をしているの?」とビデオゲームが好きなのかゲーム上のどんななキャラクターをパワソルを使ってイラストにしているのを知りたい。つまりだってもパソコン初心者のカウンセラーはA君の能力を認めて評価し、彼の長所としての位置付けをする。

ここで担任の登場だ。カウンセラーは保健室でゲームの話をしたイラストを書いたりするところから始めてはと提案する。本人に



も授業には出なくていい保健室で好きなことをするだけでいいなら学校行かない？ともちかける。乗ってきてくれたら大きな前進である。

たいてい保健室には授業には出られないので保健室登校ならとつ子供たちが集まっている。それぞれが得意分野をもっており、だんだん話題が広がる。それなりの友達関係が出来上がっていく。保健室登校に慣れてきたところで、美術や体育の授業あたりからちよとみんなど一緒に参加してみないかと誘う。

今まで、仕事人間だった父親も、休日には子供と一緒に「共通点」を探して、釣りに行くことになった。ゲームの中の魚釣りを実地で行こう、というわけである。こうして、家族の中の関係性がスムーズになっていく。それにつれて、徐々に授業にも出席できるようになっていったのである。

このケースの問題点は、ただ学校に行く

ことにはたわる母親、かわれない父親、不登校としてしか理解してこなかった担任の先生の中で孤立していたA君と周りの関係であった。

今までの連載を通じて精神発達から見た心の病という捉え方をすることが多かった。しかし、個人の精神発達を取り上げて追及するよりも、家族関係の病として治療を進める方が有効な場合もある。精神発達の面から見ると完璧な人間なぞいないし、その歪みを前面に出し、問題点として分析しても、治療に行き詰まりを示すことがあるからだ。

ここであげたケースは家族療法システムアプローチと言われている。もちろん古典的な精神分析ではそのアプローチ方法はかなり異なり思いますが、これを全くとっては言わないでおこう。この場合は「厳禁」カウンセラーに言っていく自由連想法をとる。しかし、家族療法では逆に、個人の分析は棚に上げておき、家族

の関係性に焦点を当てるのだ。

こうして家族関係の歪みをその家庭のメンバー自身が把握するのは難しい。信頼の置ける友人に事情を話して相談に乗ってもらっただけでも、問題の解決向かうことがあるかもしれない。それでも問題点が見えない時は、カウンセラーの出番だろう。

