

第13回

誌上ひとりワークショップ

シリーズ2

～その3 家族との交流パターンを変える～

岡田 隆介

広島市子ども療育センター精神科

10. 目に見えるところで考える

「Aさんが出してくれ事例にタイトルをつけるとしたら、どんなものが浮かびますか？思いつきで結構です、どんどん言ってみてください」

「(参加者)不登校・怠学の親子関係、昼夜逆転した思春期との家族関係、要保護家庭の母親支援、虐待の影響を抱える母子家庭支援」

「はい、ありがとうございます。こういったケースでは、キーワードとしてまず親子関係・家族関係が思い浮かびますよね。一般的に〇〇関係と〇〇支援をいれておけば、まずハズさない。ただ逆に薄まってしまって、そこからは関係調整みたいな抽象的なアイデアしか浮かばず、結果として腹を割って向き合うとか、腹を据えて待つみたいなレベルで収まってしまいます。家族にしてみれば、おなかのことばかり言われてもね。

学会の演題みたいなのは避けて、具体的に目に見える表現をしてみましょうか。野暮ったいのがいいです、どうですか？」

「(C)しゃべるとトラブルになる母子」

「(F)まともに話ができない親と子」

「(I)煩わしいけど離れられない家族」

「そうそう、それです。いいですね。どうコミュニケーションすればいいのか戸惑っている姿が目に見えます。Fさん、子どもはなんで口をきかないんでしょう？」

「(F)母親から、昔は愚痴、いまは注意ばかり聞かされてきたものだから、子どもはうんざりしているのだと思い

ます」

「そうね、たしかにそういうヒストリーを持っていますよね。じゃあ、母親はどうすればいいでしょうか、Cさん」

「(C) 愚痴と注意を言わないと決める、しかないかなあ・・・」

「なるほど、Iさんは？」

「(I) 子どもは何を言っても無駄だと思い込んでいる、と思います」

「はい。子どもは言い返しても無駄だから黙っている。けど、母親は懲りずに言ってくる、となると？」

「(I) 手が出るでしょう」

「ですよ、暴れます。けど、いくら暴れても言いたいことは伝わらない。だから、いつそう苛立ちます。その態度が母のさらなる怒りを引き出すでしょう。で、母は利子をつけて怒りを返す。そもそもの原因をつくった夫への怒りも、そっくりため込んでるから」

「(I) 自分の両親への怒りも混じっているとします」

「そうでしたね、学校への怒りだって上乘せしてるかもしれません。それをまとめて向けられた子どもは、“なんでやあ〜”で、太刀打ちできるように暴力のレベルをあげる。そのあたりでパトカーが来ます」

「(I) それで、双方とも我に返るのでしょう」

「そう、撤収！の合図になっていたかもしれませんね。飲み屋街のケンカと同じですね。誰かが止めに入ると拳を下ろせます。だとしたら、お母さんに何を言ってあげられるだろう？いまの話のスジを大事にしながら、みんなで話し合ってください」

11. 迷宮の入り口

「どうですか？」

「(H) 先ほどCさんが言われたように愚痴と注意を言わないと決めるのがいちばんだけど、そんなことはできない状況だから、怒りが出やすい場面を避けるしかないのではないか、という話をしました」

「ほう、それはどういう場面ですか？」

「(J) 昼頃、のそっと起きてくる場面です」

「(A) それから、ゲームの夢中になっている場面です」

「(B) 夜に徘徊して帰って来る場面は、寝ているので衝突しないですんでいる、という話をしました」

「それがヒントになったわけですね。問題の場面をひとつくりにしたらどうなりますか？」

「(B) だらしない姿？」

「(F) 怒りをかき立てられる場面」

「(I) 迷惑な状況」

「そう、そうです。見てしまったら叱らざるを得ない場面です。ですが、深夜の帰宅だけは例外になりやすい。どうしてか、眠っていて見ないから。見さえしなければ腹も立たない。つまり、夜更かし、昼起き、パソコンゲーム三昧、だらったとした態度、深夜徘徊、腹の立つ言葉遣い等々、ホットスポットに出くわした瞬間に吸い込まれ、怒りの迷宮をさまようことになります。じゃあ、どうしましょう？」

「(A) ホットスポットですか？それを避けて通ればいいけど、それじゃあ・・・」

「それじゃあ、どうなります？」

「(A) 良くなりませんでしょう、でも、怒ってもよくなりませんね」

「そうそう、むしろこじれます。ホットスポット＝迷宮の入り口ですから、近寄らなければ少なくとも悪くはならないです」

「(D) 確かにそうですね。でも、それだけでは母親は不満でしょう、きっと」

「その通りです。避けるだけではよくなりませんとの不安は拭いがたいでしょうね。それじゃあ、うちら親子はすれ違うだけ？となります」

「(E) 善いところを見つけてほめてあげなさい、と言ってもそんなのはいし」

「お母さんの立場からはそうですね」

「(A) たしかに、昼夜逆転して、学校を休んでフラフラして、手伝いはせず、自分勝手な生活をして文句ばかり言ってるんですから、いいところなんて陰に隠れてしまっています」

「(G) でも探したら、きっとあるはずですよ。善いところがない子はいません」

「ちょっと待ってください。この子の生活には善いと悪いしかなくて、すべてそのどちらかですか？皆さんの一日だって同じです。善いと悪いだけで分けられますか？」

「(F) えっ、どっちつかずですか？」

「そう、どっちでもないってのがあつたでしょ」

「(H) あいまいってことですか？」

「普通です。たとえば、震災復興支援でボランティアをしている人は一日が善いことばかりで埋まっているのでしょうか？違いますよね、普通の時間があるはずですよ。普通に食事して普通に休息をとって、普通にトイレに行くでしょう。普通に着替えて、普通に風呂に入って、普通におしゃべりをするでしょう」

「(A) そういう意味ですか、でも、普通はたくさんあつても話題にするのは難しくないですか？」

「そうですね？みなさん、休憩時間の楽しいおしゃべりを思い出してください。自分の善いところが話題でしたか？不満で盛り上がった部分もあつたかもしれないけど、大部分は取るに足らないと言ったら失礼だけど、普通の話じゃなかったですか？フェイスブックだって、ご存じですよ、まあ99%は普通のネタですよ。まさに取るに足らないネタですよ、だからなんだって話、でも途切れることなく続きます。普通のたわいない話だから書き込みが絶えない。普通の話だから、顔を知らない人にも絡めるのです」

「(A) なるほど、言われてみれば、そのとおりです」

「でしょ？迷宮の入り口を避けた後で、コミュニケーション・スキルを伝授します。伝授は大げさですけど、コミュニケーションって増やせばいいもんじゃないという大原則。増やすコミュニケーションと減らすコミュニケーションがあるのだと」

「(E) 難しいですね。心理面接に詳しくないと理解できないかも」

「大丈夫、慣れです。じゃあ図に描きますね」

12. 交流パターンの整理

「みんなで、この家族の特徴的な交流パターンを書いてみましょう(できあがったのが図1)」

「はい、では次は対応策です。伝授の箇条書きがkろえです((図2)」

「頭が混乱しそうですか？じゃあ休憩をとりましょうか。その間に頭の中を整理しておいてください。このあと、これを取り入れてロールプレイをやります。しっかり普通の話をしてください」。(次号に続く)

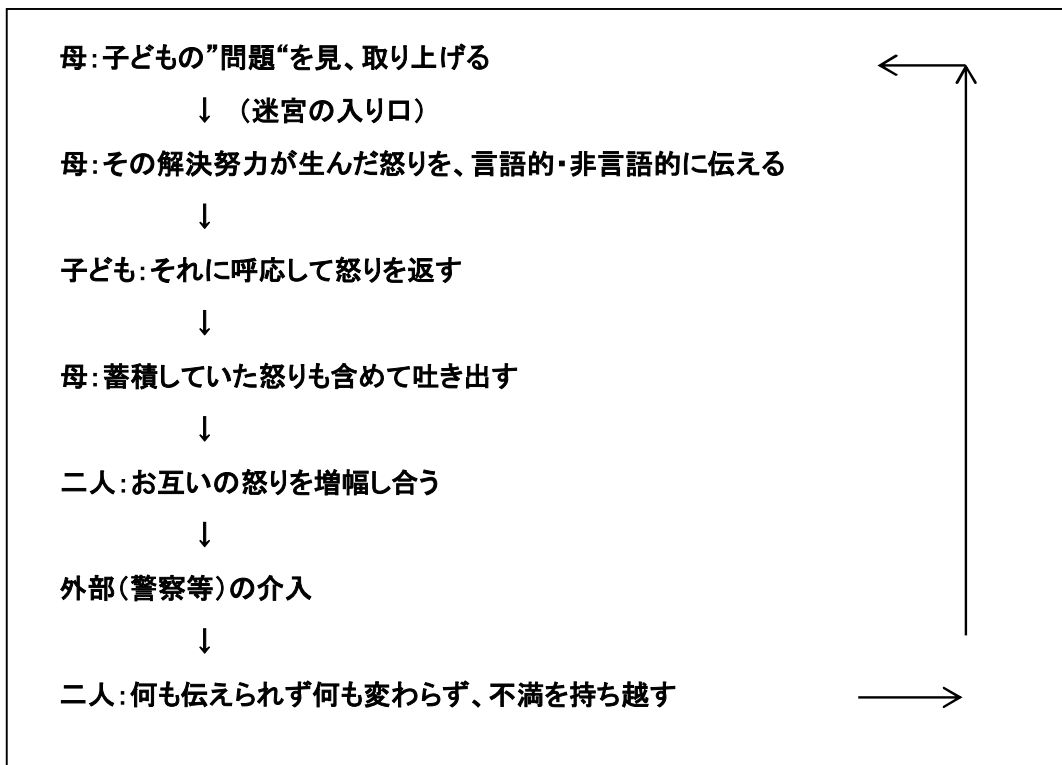


図1 この家族の交流パターン

- 対策
- 1) 迷宮の入り口＝問題の場面を見ない
 - 2) 問題中心のやりとりを減らす
 - 3) 代わりに、“なんでもない普通”に注目し、そこでのやりとりを増やす

図2 交流パターンの変化のために