

第15回

誌上ひとりワークショップ

シリーズ2

～その5 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

14. 交流パターンを変えるロールプレイ（“普通”を中心に）

「こういった“変える面接”は、どうしても提案型になります。提案は、一步間違うと押しつけがましさがにじみ出ます。ですから、これまで以上に受容や共感を大切にしてくださいね。では、対策の二番目、増やすコミュニケーションを念頭においてロールプレイをやりましょう。途中でストップをかけてもいいですから。どなたか？」

「(F) やります。Gさんがお母さんをやってくださるので」

「では、お願いします」

「(T役) 最近は、どんなことにお困りですか？」

「(M役) あいかわらずのダラダラ生活で、こっちはイライラしっぱなしです」

「(T役) なるほど。にもかかわらずパトカーが来る回数が減っているのは、どういうことでしょうか？」

「(M役) 深く接しないようになったからかもしれません」

「(T役) サラッと接しているってことですか？」

「(M役) 諦めですかね、それで衝突は減りました。でも、生活は全く変わってません」

「(T役) 衝突も減ったのなら、それはそれでいいことだと思います」

「(M役) ダラダラ生活が急に変わることはないのはよくわかっていますし、大きな衝突がないこともうれしいです。ただ・・・。スレ違い親子というか、言葉を交わす機会が減っていることが・・・」

「(T役) 本気でぶつかっていた頃が懐かしい？」

「(M役) ええ、正直いって」

「(T役) なるほど。お二人のストレスを減らすという意味で、サラッとした関係をつくったのはいいことだったと思います。その一方で、もう少しコミュニケーションを増やしていきたいというお気持ちもよく分かります。」

「(M役) 無理なことなのかもしれませんが」

「(T役) 今までのコミュニケーションのネタ、どんなことが話題でしたか？」

「(M役) はい。ほとんどは私が注意すると子どもが反発する、というやりとりでした。ほめたほうがいいくらいはわかっています。できるならそうしたいけど、そんなの無いですから」

「(T役) いいところを見つけてほめようなんてことじゃなくて、普通のことをやってるときに一声かけるんです。難しいですか？」

「(M役) 普通ってなんですか？トイレに行くとか (笑)」

「(T役) そうそう、ご飯を食べる、着替える、パソコンの前以外でボーとしている、等々です。つまり、困りごと以外の行為全般です。そのタイミングで声をかけるとしたら、どう言いますか？たとえば、トイレに行こうとしていたら」

「(M役) 無理ですよ、そのタイミングで声をかけたことなんか無いし」

「(T役) “トイレに花をかざってあったのに気付いた？あれ、隣のおばちゃんにもらったの” どうでしょうか？」

「(M役) はっはっはっ、上品でびっくりすると思いますよ」

「(T役) それです、ねらいは」

「(M役) はっ？驚かすってことですか？」

「(T役) きっと小言だろうと身構えていたら、まさかのタイミングでまさかの上品な声かけ、それで怒りがわくことはあり得ないでしょ」

「(M役) トイレには花も花瓶もありませんけど、驚ろかすのはおもしろいですね」

「(T役) ついでに、食事中、おやつでもいいですよ、どうですか？」

「(M役) おやつだったら、“どう、それカルビーの新製品だけど”」

「(T役) 最高です！食事なら？」

「(M役) そうですね、思いっきり自慢してみまじょうか」

「(T役) お母さん、センスがいいです。お子さんは目が点ですよ」

「(M役) 確かにこれだと、しゃべるたびにストレスが増すってことはないでしょうね。ただ、それでこの子がちゃんとした生活を始めるんですか？」

「(T役) いいえ、ねらいはそこではありません。顔を合わせるたびにお互いがストレスをためる生活、まずそこを抜け出そうと。そうなると、腹いせや当てつけみたいにエネルギーが無駄に使われることがなくなり、前に進むために使用されるでしょう。これから育ち盛りという年頃ですから」

(拍手)

「はい、ありがとうございました。おもしろかった、ほんとに。こんなふうに展開していくと、面接が楽しくって仕方が無いでしょうね」

「(F) おっしゃるとおりです。途中から楽しかったです」

「(G) 私もです。息子を驚かすなんて」

「みなさんの感想を聞いてみましょう」

「(J) 私も同じです、とにかく無理がないのがとてもよかったです。理想の面接はその日が楽しみになることですね」

「(C) どうしたらいいでしょうと聞かれたとき、“お母さんは答えを求めておられるんですね”とか、“それをいまから一緒に考え生きましょう”みたいな予想通りの返答をしなかったのがよかったです」

「(E) にもかかわらずパトカーの回数が減っているのはどうしてでしょう？の質問、“深く接しない”を“サラッとした関係”への言い換え、受け答え場がとてもよかったです」

「(H) コミュニケーションのネタみたいな言葉のチョイスがよかったです。全体の雰囲気明るくしていると感じました」

「(I) そうそう、“パソコンの前以外でボーとしてるとき”もそうです。一步間違えたら失礼な単語が、母親との距離を縮めていると感じました」

「(E) 普通の場合という提案を少し揶揄する感じでトイレを持ち出されたのに対し、さらっと“トイレに花をかざってあったのが付いた？あれ、隣のおばちゃんにもらったの”と返したでしょ。あれで完全にまいりましたって感じになりました。どうしてあんなこと、思いつくのですか？」

「(A) そうそう、そのノリだから、“どう、それカルビーの新製品だけど”がでたわけですよ」

「(B) さっきのHさんに追加ですが、“まさかのタイミングにまさかの上品さ。絶対に怒りは帰ってこないでしょ？”も言葉がいいですね。センスですかね」

「どうです？Fさん」

「(F) ほんとにうれしいです。そんなふうに見てくださって。この場の雰囲気のにせられた結果だと思えます。また同じことをって言われても無理です」

「(G) 私もです。面接が楽しかったのは、ここの雰囲気に乗せられたからだと思います」

「この雰囲気では、もうおしまいって言えないですね。もうひとつやってみましょうか、いかがです？」

「(全員、拍手)」

「最後の最後は、解決志向的なものをやってみましょう。どなたか？」

「(D) 解決志向って言葉は知ってますけど、ハイってできるものじゃないから・・・」

「だから、的なものです」

「(D) 的なものならできるかな。Eさん、お母さんをお願いしてもいいですか？」

「(E) はい」

「では、どうぞ」