

カウンセリングのお作法 第八回

CON こんカウンセリングオフィス中島 中島みずとり弘美



家族理解の手立て 家族ライフサイクルを知る

家族理解の手立て

前回は、家族カウンセリングを進めていくときの基本姿勢について、話しました。

実際に、ご家族とお会いしてカウンセリングをするまでに、学ぶことがいくつかあります。大きく分けると、家族のことを理解する手立てを知ることつまり、どんな家族なのかをどうやって知ることという事です。そしてもうひとつは、家族を支援する具体的な技術スキルを身につけることです。

ここからは、家族理解の手立てについて話していきます。内容は、家族ライフサイクル、家族構成図Ⅱシエノグラムそして、家族評価Ⅱど

んな家族かを知るものさしについてです。

まず、家族ライフサイクルについて説明していきますしよう。

支援を必要としているご家族は年齢もメンバーもまちまちです。それぞれの家族が、現在、家族周期のなかで、どのステージにあるのかについて確認をします。

家族の発達段階

家族療法家のJヘイリーは、婚約期・新婚期・子の出生・育児期・中年夫婦期・子離れ期・老人夫婦期・老年期の痛みに発達段階を分けています。

人は、個人のライフサイクルとともに家族ライフサイクルがあり、それぞれのステージで、発達課題があります。

家族ライフサイクルでは、とくに、ライフステージが移行する前後は、不安定さがともないます。

望んで結婚したもののふたりで波長をあわせてやっていけるのか、子どもの誕生の喜びとともに、子育ての忙しさをどう乗り越えるのか、などの節目で、その変化に適応する必要がある、同居家族だけでなく、年齢に応じて、拡大家族として、新しいつながりをつくっていくことになりまます。

次のページで、それぞれのステージと、ステージに求められる第二次的な変化について、示しました。

どんな家族もライフステージの変化にすぐなじめるものではありません、試行錯誤を繰り返しながら、それぞれの家族のスタイルを築き上げていきます。

家族ライフサイクル

M.マクゴルドリックとB.カーター 1989

家族ライフサイクルの段階	移り変わりの情緒的プロセス	発達をすすめるのに要求される家族状況内での第二次的変化
1 自立した若者	両親・子どもの分離の受容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 出生家族からの分離 ・ 友人との親密な関係作り ・ 仕事面での自己の確立
2 新しく結婚した夫婦	新しいシステムへの献身	<ul style="list-style-type: none"> ・ 夫婦システムの形成 ・ 配偶者を含んでの拡大家族や友人との関係の再編成
3 幼児のいる家族 	新しいメンバーを受け入れる	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子どもを含めた夫婦システムの調整 ・ 子育ての役割をする ・ 親の役割、拡大家族との関係の再調整
4 青年期の子ども のいる家族	子どもの独立を認めていくため家族の世代間境界を柔軟性にする	<ul style="list-style-type: none"> ・ 青年期の子どものシステムからの出入りを受容するため、親子関係をシフトする ・ 中年夫婦や仕事の問題に再焦点化 ・ 老年への関心を持ち始める
5 子どもたちの 門出と移動	家族システムへの出入り口の増大の受容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 二者関係としての夫婦システムの再調整 ・ 親子関係を大人同士の関係に発展させる ・ 配偶者の親・きょうだいや孫を含めての関係の再編成 ・ 両親の老齢化や死に対処すること
6 老年期での家族 	世代的な役割の移行を受け入れる	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分および夫婦の機能を維持し、身体的な衰えに目を向け、新しい家族や社会での役割選択を試みる ・ 中年世代が中心的な役割をとれるよう支援 ・ 配偶者、仲間の死に対処し、自らの死の準備をする ・ 生涯をふりかえり、統合する

★ 家族理解の手立て

家族構成図ジェノグラムから読み解く

家族構成を知る

家族面接は、家族に関するさまざまな情報が
必要です。

まずは、家族構成を知ることです。
父母は？きょうだいは何人か、祖父母やその
ほかに同居人はいるかなど、家族のメンバーを
知ることにあります。

家族の情報は、面接の申し込みのときに、電
話等で確認することが多く

「ご家族を教えてください。何人家族ですか、
どなたがおられますか？」
と、ききながらメモとります。

その記録が、家族構成図ジェノグラムです。
電話の時点では、家族のメンバーについて簡
単にうかがいます。そして、初回に来られた受

付で家族のそれぞれの名前、年齢、学年などを
記入してもらい、初回面接がスタートする時点
で、面接に来ている人だけでなく、来ていない
人も含めて、家族全員の把握ができます。

おじいちゃんやおばあちゃんは？

一緒に住んでいないけれど近くに住んでい
るおじいちゃんとおばあちゃんがいる、という
話のなかで、暮らしている中でどのような登場
人物がおられるのかも把握できます。

二年前に母が亡くなったとか、この間まで父
は、単身赴任をしていたとか、実は長生きして
いるペットがいて、家族も同様だという話など
があり、家族の歴史が見えてきます。

たとえば、子どもさんが問題をかかえている
とき、どのような人がこのことをご存知ですか

とたずねることで、関係者などを確かめること
ができます。

家族構成から推察

また、名前、年齢、家族の人数の情報を得る
ことで、現在抱えている課題内容や、性格や心
理的な話題に触れる前から、家族の特徴がわか
ります。

多人数の家族や、男兄弟の多い家族、ひとり
親家族、名前や年齢差から推察されることがら
など、自然に感じ取れることがあります。

みな同じ文字が使われていたり、お父さんが
全員の名前をつけていることがわかったり、き
ょうだいの年齢が離れていたりすることであ
家族構成から伝わる場合があります。

家族構成を知る はてな子さんの家族構成ジェノグラム



父 冬男 53 歳 会社員



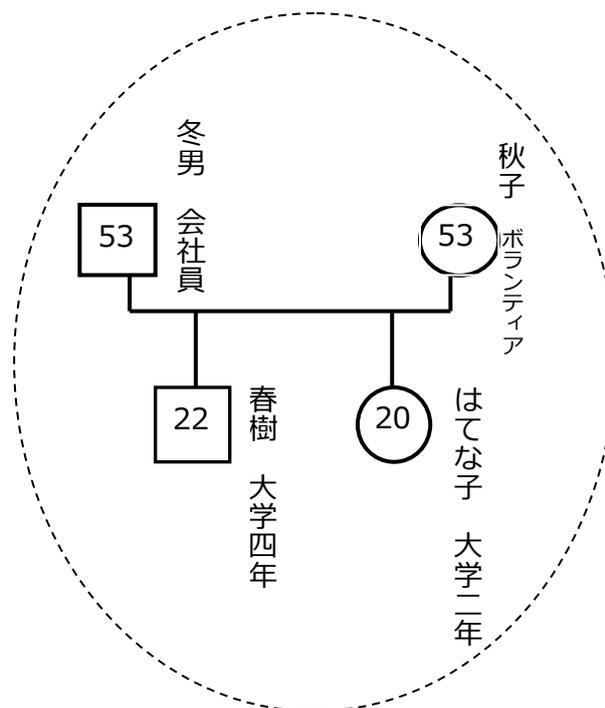
母 秋子 53 歳 ボランティア活動



兄 春樹 22 歳 大学 4 年生



私 はてな子 20 歳 大学 2 年生



ジェノグラム家族構成図の書き方の例

男 = □ 女 = ○

問題を抱えているとみなされる人 回 ◎

死亡 □○に×印 または ■ ●

婚姻関係

離婚

別居

子ども 出生順に左から右へ記入

同居 点線で囲む

氏名 年齢 学年 職業などを記入

ペット = ◇

★ 家族理解の手立て

オルソン円環モデル きずな ・ かじとり

どんな家族？

「あなたのお母さんは、どんなお母さんですか」

とたずねられると、返答しやすいけれど、

「あなたのご家族はどんなご家族ですか」

となると、なかなか答えづらいです。

日頃、家族をひとまとまりにする見方をしていないため、適切な表現はむずかしいです。

以前、家族カウンセリングは、家族の全体を見る必要があるということをお話しました。

今回は、家族全体を視野に入れて、理解するときに、手立てとなる家族評価、「家族をどのようにみるのか」のもののさしの例について、オルソンの円環モデルを最初に紹介します。

家族評価

オルソンは、家族を理解する際に、「きずな」と「かじとり」の二つの尺度から家族を評価しました。

まず、きずなとは、家族がお互いに対して持つ情緒的結合です。その程度に応じて、バラバラ、サラリ、ピツタリ、ベッタリの四分類し、なかの二つをより健康度が高いとしました。

(次頁オレンジの矢印部分)

かじとりとは、状況的、発達のストレスに応じて、家族システムの権力構造や役割関係、関係規範を変化させる能力です。融通なし、キツチリ、柔軟、てんやわんやに四分類して、なかの二つをより健康度が高いとしました。

きずなについては、家族お互いが、離れ過ぎず、ひつつきすぎない、サラリ、ピツタリの中庸がより健康的であるとなりました。

かじとりは、家族の行動するときのパターンが、厳格に固すぎず、かといって、いつも混乱しない、家族内の規範はある程度、キツチリあるいは、柔軟である家族が、より健康度が高いと評価しました。

たとえば、家族のきずなについて、考えてみると、子どもの年齢が小さければ、よりべつたりの方向に向かいやすいです。そして、年齢が上がるとともに適度な距離が必要になると考えられます。また、かじとりについても、同様、子どもの年齢とともに家族の行動や状況に徐々に変化が必要であることは、家族ライフサイクルからも理解ができます。

家族評価



はてな子さん カウンセリング初学者

家族ですか、四人家族で、えー
っと、母は、父は、家族について
何を言ったらいいかわからない

CON子さん 心理カウンセラー



はてなさんの家族のことをうか
がいますが、どんなご家族ですか？
表現がむずかしいですね、それで
は、家族の尺度について紹介します

オルソン円環モデル

きずな	バラバラ	サラリ	ピッタリ	ベッタリ
cohesion	disengagement	separated	connected	enmeshment
かじとり	融通なし	キッチリ	柔軟	てんやわんや
adaptability	rigid	structured	flexible	chaotic

きずな ➡ 家族のお互いに対して持つ情緒的結合

夫婦関係 親子の連合 内的境界(時間・空間・意思決定) 外的境界(友人・趣味・余暇活動)

かじとり ➡ 状況的、発達のストレスに応じて家族システムの権力構造や役割関係、関係規範を変化させる能力

リーダーシップ しつけ 問題解決の相談 役割関係 きまり

「家族システムの理論的・実証的研究 オルソンの円環モデル妥当性の検討」1999年 立木茂雄より