

カウンセリングのお作法 第38回

CON

Counseling Office Nakajima

カウンセリングオフィス中島 中島(水鳥)弘美

～二回目の家族面接～

全体像把握と課題の結果

前は、家族面接初回の課題について話しました。

今回は、全体像の把握と課題の結果に注目しながら、どのように二回目の面接を進めるのかについて話します。

二回目の面接の流れを説明

まず、二回目の面接の開始時に、この90分間はどのような流れなのかについて、家族に説明します。それは、着席をする前に「こんなことがありました」と近況を次々に話し出す人もいます。当日のスケジュールを示すことによって、有効な時間の使い方に協力をお願いします。もちろん、面接に参加している家族それぞれから、話したいと思っていることを語っていただくようにします。しかし、限られている時間ですので、話す人がかたよらないようにまた、最終のまとめの時間を確保するためでもあります。

わかった気にならず話を聴き全体像を把握する

二回目の面接をはじめる前のカウンセラーの心構えは、「まだまだ家族全体の理解はできていないというつもりで話を聴かせていただく」です。

初回は社交段階の部分が多く、話して大丈夫とご家族に感じていただけるように配慮し、信頼関係を徐々に作り上げていきました。もちろん一回目の面接ですべてを語ることはおぼつかしいと考えられます。もしかしたら、家族全員の前でははなしづらいことがあるかもしれないなど、想像しつつ、まだ理解していないこともあるだろうという姿勢を忘れないことです。

面接では、つねに仮説、検証の繰り返しです。カウンセラーの頭の中で、家族の過去から現在の経過、それぞれの思いや行動の特徴、関係性などを描くことができるようにしていきます。

本題に入ると、例えば、

「前回、お越しいただいてから今日までの様子をどなたからでもよいのできかせていただけますか？」

とたずねて、経過を把握していきます。内容を確認しながら、より深く取り上げるべき話題や出来事があればさらにきかせていただきます。

カウンセラーから家族へ報告

初回面接後のカウンセラーと関係機関との連絡や、学校訪問について、家族へ報告をします。一例として、クライアントさんが通っている高校の先生からの紹介でご相談にこられた場合は、学校訪問等で、担任、学年主任、保健室の先生など学校の関係者とコンタクトをとった様子の報告をします。

(学校訪問の詳細については改めてお話する予定です)

家族に示した課題の結果

次に、初回面接で示した課題の結果を家族にうかがいます。たとえば、

「前回、〇〇について△△してくださいとお願いをしましたが、それがどのようなようになったのかを教えてくださいませんか」

などと問いかけ、話し出した内容を詳しくきき、まとめます。

「◇◇だったのですね、～～のようなことがあったのですね」

課題の結果を確認することがとても重要であるため、前後関係も含めて、正確に事実を把握します。

そのなかで、少しでも良いきざしが話された場合は、さらに大きな変化につながる可能性を秘めているため、その機会を逃さないようにします。重要なポイントです。

たとえば、不登校状態のご相談の場合、子どもさんが担任の先生に会ってみようかなというように話が出てきたとします。

その場合「それは良いですね」などと、即座に、その話に飛びつかずに、慎重に、慎重に前後関係を把握します。どのような流れでそのような話がでてきたのか、家族それぞれはどう感じているのか「お父さん、このお話をきかれて、どのように思われましたか？」など、家族の思いを言語化してもらいます。家族の歩調あわせです。ここはゆっくり時間をかけて進めます。

そして、それらは、何がきっかけだったのか、何がよかったのか、どのような家族の心かけによるものなのかを丁寧にうかがいます。家族の行動良いところ点検です。

良いところを確認したあとは、次の行動に結びつけるための話し合いです。

「学校の先生に会いに行くということについて、もしも実行に移すとしたら、どのような準備があるのか、みなさんで、話し合っていきましようか」

と、提案します。何を決めていくのか、気を付けることがあるとしたら何か、家族でどのような協力ができるのか、などを家族主体で考えていきます。

成功体験を広げる問いかけと関係性の質問

「少しずつ、様子がわかってきました。そのほかに、ここしばらくの間で、子どもさんの行動でこれまでと異なる様子、より努力しているなぁと感じることがあれば教えていただけますか？」

と、親御さんにさらにたずねます。

それは、成功体験のかけらに注目しているからです。家族がカウンセリングに来ているということは、今の状況から何とか脱出したい変化したいという願いをもっているからこそであって、あらゆる変化の可能性を逃さないようにします。

そして、この問いかけにはもうひとつ目的があります。子どもさんの行動について、本人に直接きくのではなく、親御さんにときいてこたえてもらいます。これは家族カウンセリングならではの効果が期待される問いです。親が良いと感じていることを子どもがきいている前であえて話してもらいます。少し自信を無くしかけている子どもさんにとって、親から褒められる安心材料となる面接場面でもあります。