

奈良ののちの電話

2017
秋
第370号

特集

家族療法に学ぶ 矢野 かおり 氏

社会福祉法人 奈良いのちの電話協会

事務局/〒631-0816 奈良市西大寺本町8-27



TEL : 0742-35-0500

FAX : 0742-35-0533

e-mail : nid@nara-inochi.jp



作・奈良手作り絵本の会

創作 奈良カルタ

風鐸



子どもの貧困が社会問題になっている。昔のように貧しい家庭が多数派であれば問題にならないが大多数の子どもが携帯を持ち、友達を家に呼んで遊び、習い事をする時代に、少数の買ってもらえない子どもは自然に仲間から外れてしまう。貧困の中で育つことは、子どもの自尊心や仲間作りの機会を奪うことになっている。

大人が二人以上居る世帯に比べて大人が一人の世帯の貧困率は非常に高い。特に母子家

庭で顕著であり、働く母親の賃金が低いことにある。母子世帯の平均所得は、全世帯の平均所得の4割に満たない。生活保護基準以下で暮らす世帯も多いという。

家庭の貧困は単にお金がないという問題にとどまらない。子どもの虐待、非行、自殺念慮、家庭崩壊など様々絡まっていることが多い。

旧憲法下では戸主の同意を必要としたが、戦後の日本国憲法は、「両性の合意のみ」で結婚を可能にした。だから昔は「家」と結婚するようなものであったが、今は個人主義・自由主義が巾を利かせ結婚も離婚も容易である。核家族が多く、三世同居が少なくなった。そして、無縁墓が続出、墓仕舞いなどという言葉が聞こえてくる。

文部科学省は毎年公立の小中学校で学力、体力、規範意識の調査を実施している。都道府県別のランキングを見てみると、毎年上位に居るのが、石川、福井、秋田、新潟など日本海側の県であり、これらの県に共通しているのが、三世同居のお家が多いことである。

しかも、若夫婦共働きが多く経済的に安定しており離婚も少ない。育児や介護は家族みんなで助け合い、子どもの数も多いという。

昔の家の制度が全て良いと思わないし、離婚にもいろんなケースがあり罪悪視するつもりもないが、明日の日本を背負って生きる子どもたちのことを考えると、いまこそ立ち止まって社会のあり方を見直すときではないか。(宏)

インタビュー

家族療法に学ぶ

矢野 かおり 氏

矢野 かおり 氏

臨床心理士 システムズアプローチ研究所コミュニケーション・ケアセンター
 なら新大宮クリニック 非常勤心理士
 上智大学文学部心理学科卒、大阪大学大学院医学研究科修士課程修了
 『家族はこんなふうになる 新日本家族十景』（昭和堂）第9話担当
 『孤独を防ぐ精神科援助職のためのチーム医療読本 臨床サービスのビジネスマナー』（金剛出版）第2章・第12章担当 他
 共訳『アンコモンセラピー ミルトン・エリクソンのひらいた世界』ジェイ・ヘイリー 高石昇・宮田敬一監訳
 翻訳協力『会話・言語・そして可能性 コラボレィティヴとは？セラピーとは？』ハーレーン・アンダーソン著 野村直樹・青木義子・吉川悟訳



私たち「奈良いのちの電話」では、常日頃の相談の中で様々な悩みを抱えた相談者に出会う。そしてその多くの悩みの根底に「家族」の問題があると感じる。DVで苦しむ人、子どもの頃の虐待経験を引きずり自己肯定感を持っていない人等、出口の見えない相談者に対してどう向き合えばよいのか。

今回「家族療法」に携わり、カウンセリングの現場で実践されている矢野かおり先生にお話を伺った。

家族療法はいつ頃からどういう流れで始まったのですか。

矢野 欧米では1950年代から家族を対象とした臨床が始まりました。それまでは精神分裂病（統合失調症）の原因としての家族研究が行われており、その後60—70年代にシステム論を基にする家族療法が生まれたといわれています。家族を病の原因とみなし治療するという考えから、「家族とともに」治療する家族療法へと変化してきました。日本では80年代にシステム論的家族療法が紹介され急速に発展していきました。いのちの電話協会に身近なところでは、自死遺族支援の一環として家族療法的アプローチが取り入れられています。

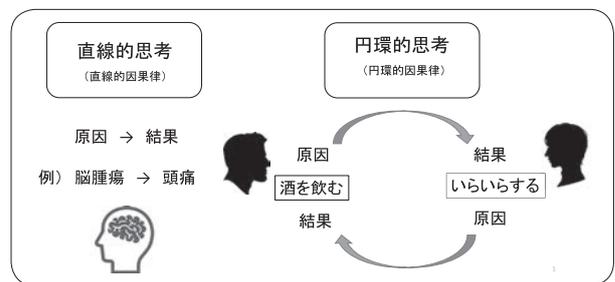
家族療法はどんな考え方に基づいているのですか。

矢野 元々精神科領域では、個人の中に問題の原因があると考える流れがありました。家族療法では、患者をIP（Identified Patient）＝患者とみなされた人、と呼びます。誰が何をどんなふうの問題だと規定し、どんなやり取りをしているのかに注目します。もともとは解決努力だったやりとりがいつのまにか膠着し、家族が持つ本来のチカラがうまく発揮されていない状態だと考えるのです。家族システム全体が変化すればIPにも変化が起こると考えます。そこで、家族がこれまでと違う関わり方をし、家族のチカラが発揮できるよう援助することで問題解決を目指す方法です。

原因を探さない療法と聞いていますが。

矢野 私たちは通常、「妻は夫のお酒のせいでイライラする」というように、原因があって結果があると直線的に考え

ています。しかし、夫からすれば「妻がイライラするから酒を飲むのだ」という捉え方もできるわけです。どちらも間違っていないかもしれませんが、原因だと思われる行動は結果でもあり、結果だと思われる行動は原因でもあるという円環的な見方をすることもできます（図参照）。従って「何が原因か」を探すのではなく、「周囲との間で起こっている、どんなやり取りが問題を維持させているのだろうか」という点を意識して聴きます。



それでは今現在の関わりについて、過去にさかのぼっていくということはないのですか。

矢野 過去を扱うという意味では、家系図をアセスメントに用いるグループもあります。しかし、基本は「いまここで (Here & Now)」問題をとらえることが特徴です。電話相談では虐待やDVの経験を持つ相談者も少なくないと聞きます。過去の経験の影響で生きにくさを抱えていることは想像に難くありませんが、過去の原因を特定してもそれが今の問題解決につながるとは限りません。また他人が「これが原因では？」と指摘すれば状況を悪化させることも想像していただけるでしょう。その方のストーリーや価値観をしっかりと聴き、労うことは基本ですが、その上でいま問題を維持している相互作用やパターンに注目するのです。

実際に全員に来てもらうのですか。

矢野 全員が揃うことにはこだわりません。たとえ本人が来なくても相談者と本人、関係者との相互作用を意識しながら治療をしていきます。一人の変化が全体の、全体の変化が一人の変化をもたらすこととなります。

家族といっても夫・妻それぞれ背景が異なる文化・歴史を持っています。例えばDVをする夫は、自分の父親もそうやって家族に対してきたから当たり前だと主張する人がいます。Here & Nowの関わりで簡単に変わるのでしょうか、もっと根深いものがあると思うのですが。

矢野 その主張は直線的思考に基づいていますね。援助者も同じように直線的思考にはまってしまうと、問題解決が遠くなってしまいます。円環的に見れば、加害被害関係は一方の存在だけでは維持されません。どんなやりとりが今の問題を維持させているのかに焦点を当て、この家族が持っている解決へのチカラを一緒に探していくことができればよいですね。

家族療法においてゴールとは。

矢野 例えば不登校ケースの治療ゴールが登校することとは限りません。ご本人や家族が望む「解決」を一緒に構築していくことが大切です。例えば、不登校状態で相談に来られた母娘は、「娘が元気で生き生きしていただけること」を望まれました。母子家庭でお互いが気遣い合うことですれ違いが多くなっていましたが、各々が言いたいことを言えるやり取りができるようになり、不登校ながらも娘さんに元気が戻りました。その時点で、専門家の手助けが必要でないと判断され、終了となったというケースもあります。家族システムが「何とかやっつけていける」と思えることがゴールだといえるかもしれません。

電話相談の中で、出口の見えない相談者に対して私たちはどうしたらいいでしょうか。

矢野 相談員の方から、傾聴の訓練を重ねてはいるものの、どう声をかけていいのかわからないことがある、または、ただ聴くしかできないことが辛いという声をお聞きすることがあります。「何とかしてあげたい」という思いから、相談者のお話の世界に迷い込んでしまい、同じように出口が見えなくなる感覚を持たれるのかもしれませんが。そんなときは、相手から語られるストーリーを絵本のページと一緒にめくるように、「それからどうなったの?」「そんな大変な中、どうやって、やってこられたの?」と相手の世界を教えてもらう気持ちで聴いてみてください。その人の人生とそれにまつわる不具合についての「専門家」は他でもない本人です。それを「教えてもらう姿勢」で聴き質問することで、会話が促進され、その人を苦しめてきたストーリーに可能性が広がり、変化していきます。相談員は相手の悩みを直接解決することにとらわれるのではなく、相談者からまだ語られていない人生ストーリーの「埋もれた資源」が語れるような会話を目指してほしいと思います。そのためにも相談員の会話力（聴く力・質問力）が大切になります。

最近の電話相談の中でも虐待、DVをはじめ 根っこに家族の問題が大きな要因となっているような気がします。機能不全に陥っている家族が増えていると感じます。矢野先生は家族というものが変わってきていると思われませんか。

矢野 近年は「家族」にもいろいろな形態が増えてきていることは確かです。例えばステップファミリー、養子家族などもそうですが、同性婚も注目され、ちょうど家族観の転換期なのかもしれません。「家族」がどんなかたちであっても、人にとって「家族」の存在は身近で影響が大きいものであるが故に、その人の人生ストーリーを語る際に、自分にとって大きなこととして語られることは当たり前かもしれません。「家族」のかたちが多様化する中、それを支える社会構造にも改善が必要ですし、支援体制も今後の課題になるでしょう。

広報 今日は貴重なお話どうもありがとうございました。今回のインタビューを通して人と人の関わり方、コミュニケーションのありようが、人の生きやすさ・生きにくさを大きく左右していることにあらためて気づかされました。匿名を基本とし一期一会の電話相談と家族療法とはそもそも設定が違いますが、相談者に寄り添うということの一つの具体的な形としてとても示唆に富んだお話だと感じました。(M・A)

情報化社会のなかで考える

生い 10

——「奈良のおとうちゃん」——

元 OSK 歌劇団

長谷川 恵子

暑い夏が終わりを告げ、寝苦しかった夜に秋の気配が忍びより、一気に眠りの海へ落ちてゆきます。

日頃から健康には自信を持っていた私ですが、昨年秋に帯状疱疹（ヘルペス）に罹り、病院通いも百回を越えた頃からようやく全快に近づいて来ました。

昭和33年、奈良はあやめ池近くの重厚な建物の中に「OSK 松竹音楽学校」があり、15才で入学した私は垢抜けた百名の同級生に圧倒されながら皆の背中を見ていました。

しかし、半年もしない内に同級生と打ち解けるようになり、あやめ池にある円型大劇場や大阪劇場の舞台では満員のお客様の拍手に支えられながらひたすら芸に励んでいました。

ある日の帰り、電車の中で数日前に楽屋に来られ、家に生った柿を山のようにゴロゴロ取り出して私達に下さったその方をお見かけし、お礼を申し上げようとしたのですが、お名前が出てこなくて思わず「奈良のおとうちゃん」と呼んでしまいました。

その方は皆さんよくご存知の“今里英三氏”、当時は近畿日本鉄道の佐伯勇社長の元で、腕を振るう今里氏を知らない人は無く、その後、社長の座を引き継がれたお方だったのです。そうとは知らずにいた私に「皆さんは元気でやっとなのか」と気さくな口調で話しかけられ、私はやっと笑顔に戻りました。

歌劇団は、昭和40年から旧ソヴィエトの文化庁からの招聘により、モスクワとレニングラードで、私達 OSK の歌、踊りの公演が決定。

海外での長期公演は私達の親会社の後援があったから……今里氏の強力なバックアップのお陰で大成功、大きな体育館の客席に1万2千人が押し寄せ、私達の歌やダンスを喜んで見て下さいました。

1万人の方達の拍手ほど私達の心を打ったものはありません。それなのにこの成果の恩人とも言うべき親会社のあなたにも、おみやげのひとつも買って帰る事無く、お礼すら伝えてないのです。皆とても感謝しています。

最後に奈良のおとうちゃんの格言。

『食事が出る会であっても、事前にしっかりと食べてから会場に行きなさい。他の人が食べている間に、大勢の人達の話から大事な事をたくさん学べるんだよ』85才までご自宅の井戸水を浴びられ、平成19年8月20日誕生日前日没、百一才。合掌

(協会資金会員)