



●職場のメンタルヘルス⑬

# 家族と向き合っていますか？

## 「家族」というキーワードから 問題行動を読む

### 1 家族関係から 個人の問題を考える意義

心の問題を考える時に、我々は通常、「なぜその人はそういうことをしたのか？」「その人の何が原因？」と個人を中心にその問題を考えがちである。だが、個人の問題だけでなく、家族やまわりの人間関係を含めて考えることが問題解決に有効であることは多い。ただしそれは問題行動の責任を家族に転嫁しようとするものではなく、子どもの問題を親のせいにするものでもない。例えば、社会的に容認でき

ない犯罪行為を行った人の問題を考える時、その行為をとった本人に当然ながら厳しい対応が求められるの言うまでもない。

だが、問題行動が意味するものを考えるとき、家族との関わりは決して無視できない。なぜなら、こういった問題や症状がきっかけとなつて家族関係は変化するが、また、その意味がうまく理解された場合、その人の問題が家族とのかかわりの中で改善されていくこともまた事実だからである。家族を視野に入れて、ひとつ事例を見てみることにしよう。

### 2 家庭内に生じる 悪循環のパターン

Aは16歳、高校1年生の男子である。家族は父、母、本人、妹の4人家族。Aは高校に入学した際の頃に恐喝事件を起こした。相当のワルかと思いきや、体格はよいものの、Aはむしろ気弱そうな少年だった。Aによれば、母親は口うるさく、父親は家庭で存在感が薄い、妹は生意気で母親そっくりとのこと。「女どもは俺を子ども扱いする」「家の中は女の考えで動いている」というのが彼の言い分であった。両親はというと、母親が一方的に雄弁に



●神戸女学院大学人間科学部  
教授 心理相談室室長(臨床心理  
士)

### 國吉 知子

くによし・ともこ

京都大学大学院教育学研究科博士  
後期課程修了後、長岡京市教育セ  
ンター相談員、佛教大学学生相談  
室相談員、京都大学留学生相談員、  
京都ノートルダム女子大学教授を  
経て現職。京都大学教育学部嘱託  
講師、精神科クリニック非常勤心  
理士を兼任。

#### 【主な著書】

「心理・福祉のファミリーサポー  
ト」(共著) 金子書房、「ファンタ  
ジーグループ入門」(共著) 創元社  
「箱庭療法 イギリス・ユング派の  
事例と解釈」(共訳) 金剛出版、「心  
理臨床における個と集団」(京大心  
理臨床シリーズ)(共著) 創元社  
他

話すのに対し、父親は寡黙であった。母親の言い分「この年齢の男の子には父親の対応が必要なのに、夫は全く頼りにならない」に対し、父親は「家に居場所がない。家内は私を頼りないと言いが、私がAに注意しようとするとな家内はAをかばって私には入る余地がない」と語った。両者の言い分は完全に食い違っていた。

Aの母親は一旦、支配的で強い女性と思われたが、実はそうではなかった。父母ともにボタンのちよつとした掛け違いからすれ違いが始まった。父親が仕事を口実に家庭の問題にコミットしなかつたため、「夫は頼りにならない」と失望した母親は、もうこれからは自分が頑張らねばと家庭内の問題を一人で抱えるようになってしまった。父親が単身赴任で物理的に不在だったことも重なり、ますます母親は家庭で支配的にならざるをえなくなつた。だが、それは母親を心理的な支えのない不安定な状態に追いやった。「頼りない」と父親を拒絶することは、これ以上裏切られたくない思いからであったが、

母親の孤立はいっそう深まった。そのため、母親はますます心配性になり、息子に対して過干渉な態度を強めることになった(父親に頼れない母親は、一般的に子どもに接近、支配することで心理的安定を求めようとするものである)。子どもは母親を拒否して問題行動(Aの場合非行)に走る。子どもが非行に走るため、母親はますます不安定になり、父を非難する……という悪循環が繰り返されていった。家族という視点から問題を見ていく心理療法では、こういった家族内の関係の連鎖や同じ行動パターンの繰り返しに着目し、これらの連鎖の中で問題行動がどのような役割や意味をもっているのかを探っていく。

### 3 家族関係改善のきっかけとしての問題行動

「子ども扱い」や「過度な女の考え」に嫌悪感を抱いていたAは、逆に過度に男性的な力行使してバランスをとろうとしたのかもしいない。だが、男らしさについて、Aは適切なモデルを家庭内に見

出すことができなかった。父親は穏やかすぎて波風が立つことを嫌い、家庭内で毅然とした態度をとることもなかった。Aは「男らしさ」と「乱暴」を勘違いしてしまつた可能性がある。大事なことは、父親が悪い、母親が悪いというのではなく、Aを含め、家族それぞれが傷つき、家族それぞれの行動が悪循環を生み出していたことである。だが同時に、Aの問題は、この悪循環に気づき、冷え切つた夫婦関係を改善するためのきっかけを提供してくれたということもできる。Aの事件を契機として、カウンセリングを通して家族内の悪循環に気づき、それぞれの本音や家族への思いを再認識することで、家族関係は修復され、Aの非行も自然におさまっていった。

### 4 家族と向き合っていますか？

家族とは、誰もが初めて出会う最も身近な「社会」である。だが、実は家族とは、完全には定義できない複雑な集団でもある。単なる血縁関係でも、愛情関係でも、居住形態でも家族は定義しき

れない。筆者は、臨床事例を通じて、家族に対して現代人は多く期待しすぎているのではないかと感じる人が多い。期待しすぎるがゆえに期待に依りてもらえないと恨みに感じたり、失望感を抱いて相手を拒絶、無視、虐待したりする。過剰な期待にプレッシャーを感じ、家族でありながら自由にふるまえないこともある。また、子どもによかれと思いついて、モニターペアレントに変身する親もいれば、親の前では礼儀正しい良い子なのに、外では傍若無人にふるまう子どももいる。密着するのでも突き放すのでもなく、家族ときちんと向き合えること……実は現代において、相当難しいことかもしれない。家族との関わりは確実に次世代の家族・人間関係に影響を及ぼす。成熟した社会を形成するうえで、家族としっかり向き合うことは、実は最も重要なことと言えるのではないだろうか。

