

第14回公開シンポジウム
「危機にある親子をどう支援するか」

心の発達研究委員会企画

東 洋 東京大学名誉教授 小林 登 国立小児病院名誉院長
原 ひろ子 お茶の水女子大学名誉教授 大野 澄子 日赤医療センター
丹羽 洋子 育児文化研究所長 森 玲子 精神障害共同作業所アリス

開催日時 平成13年6月16日(土) 13:30~16:30
場 所 安田生命ホール(新宿)
司 会 東 洋 (東京大学 名誉教授)
演者からの提言 吾郷 晋浩 (文京女子大学 大学院教授)
 荘司 章也 (足立区教育研究所 心理主査)
 柿沼 美紀 (日本獣医畜産大学 教授)
 近藤 千恵 (親業訓練協会 理事長)

東 洋

子ども達の心理的な問題について議論が盛んです。けれども、「こういう兆候があったら、まずこうしてみる」という具体的な対応策はどうでしょうか。

子どもの問題に係ってきた専門家に、具体的なアドバイスを述べていただきます。

危機にある親子をどう支援するか

吾郷 晋浩先生

文京女子大学大学院人間学研究科教授
国立精神・神経センター国府台病院前院長

今日は心身症について話をすることにする。一般に身体の病気に対しては薬を使うか手術をするのが治療であると理解している人が多いが、最近身体の病気の中で、心理社会的ストレスを受けて、治りにくくなっているもの、重くなっているものが増えてきている。そのような患者（患児）は、薬だけではなかなかコントロールできず心理社会的な問題の影響を軽減する治療をすると、良くなる。それが心身症である。（表参照）

従って、ここに上げられている病気の診断がついたときは、発想の転換をして、心理社会的な問題を考えてみる必要がある。最近厚生労働省でも、ストレス関連疾患の代表的な病名をあげているが、そのほとんどは心身症として考えられている病気である。

ストレス関連疾患は、頑張り屋でストレスをストレスとして認めないタイプの人に多く発病する。私は内科系の病気、特に気管支喘息などアレルギー疾患の心身医療をやってきた。子どもの喘息の相談にもものっているが、最近はいよいよ薬ができて、それを吸入すれば入院するほどのひどい発作は起きなくなっている。そこで今まで喘息患者で満床になっていた病棟が空になり、喘息患者がいない状態になってきた。このように薬でコントロールできるようになったのは良いことであるが、同時に一方では本来薬がいらなくなる人が、ずっと薬を使いつづけるといふ事態も起きている。

喘息には遺伝的な要素もあり、はっきりした抗原抗体反応、アレルギー反応の結果として症状が出るものがあるのは確かであるが、それでも発症力を抑える力を十分発揮させてやると、驚くほど効果があがり、薬の量がへる。昔から子どもの喘息の7、8割はアレルギーの要素が強いが、しかしその6、7割は小学校高学年より思春期にかけて寛解すると言われてきた。現在もその傾向はあるが、近年、思春期になって起こり始めた、あるいはいったんよくなっていた子どもが思春期に再発して、しかも以前より重篤な状態になるものがみられるようになってきている。

受験戦争が激しくなってより子どもに家庭での役割を特に持たせないで、親がしてやるため、子どもは年齢相応の体験をしていないものが多い。また人は刺激

を受けたとき、以前のうまくいかなかった体験に基づいて判断すると、適切な行動がとれなくなることがある。心理社会的な要因が関与して病気が治りにくくなっている人の特徴は、周りを気にしすぎて自分が何をしたいか何を感じているかさえ表現できなくなっていることが多い。そこで起こっている欲求や感情の興奮が、自律神経やホルモンの中枢に影響を及ぼし、そのバランスを崩して内臓疾患などを発症しやすく、また増悪させやすくする。喘息を例に挙げてみる。

以前アメリカで施設入院療法といって、子どもを親から離して入院させ（ペアレンテクトミー）、状態が良ければそこから学校に行かせるという治療が行われていたが、その逆に、子どもの家族に親戚かホテルへ行ってもらい、本人と治療スタッフだけがその子どもの家に泊まる治療を試みた例である。家族のいない期間、子どもの肺機能がよくなり、必要な薬が減ったと報告された。

私どもが経験した母親の愛情をめぐる兄弟葛藤の関与した例を示す。

この子どもの喘息は幼いとき始まり、一時よくなっていた。中学に入り、新しい学校生活でうまくやろうとがんばった。大人でも疲れると甘えたくなるものであるが、疲れて家に帰った子どもは母親に甘えたくなくなったが、二番目の弟が母親を独占していて甘えられなかった。こういう状況で喘息がひどくなってきた。疲れは免疫機能を下げるが、心理的なものもありそうなので、下の二人の弟を親戚に預ける実験を試してみた。両親だけが家にいるとき病院から子どもを返すと、発作は起こらない。ところが弟がいると、外泊した夜発作が起きて病院に引き返してくる。そこでいろいろ聞いてみると、弟の出生後の発症で、幼稚園、小学校に入ったときも中学入学のときと同様ひどくなっていた。この子どもにはアレルギーの要素もある。母親は最初の子だからこの子を特に可愛がったと言う。ところが母親にとって実に意外なことに、本人には弟の方が可愛がられているという思いこみがあった。この場合下の弟に手がかかっているとき、「あなたもこれくらいとき、こんな風にやってやったんだよ」という一言があるか「もうお姉ちゃんなんだから、お母さんの邪魔をしないであっちで遊んでいなさい」という突き離すような一言があるかで、人生が大きく左右される。こういう子に下の子が生まれるまでどんなに可愛がってやったかという話をすると、子どもは納得するまで何回でも聞くが、嫌がらずに繰り返して話してやるのが大切だ。差別されていないことが分かると、あとの親の言葉の受け止め方が違ってくる。基本的に安定した生活が始まると、もともと持っている生体の回復力が十分発揮出来る。その子は急速に健康になり、いま大学に通っている。薬だけで治療しようとするところはいかない。こうした例は多い。

心身症といわれる病気になった場合は、ストレスも関連があるかもしれないと考え、適切にストレスを処理して早く健康になっていただきたい。また学校の先

生の場合も、兄弟の葛藤のある子どもでは、先生がある子に声をかけ、その子に声をかけないというだけで、喧嘩が起きることがあるが、家族と相談してうまく処理していただきたい。100%ではないが、子どもは身体で訴えることがあり、このような配慮により身体の病気自体もよくなることがある、ということでこの話を終わりにしたい。

小児期の主な心身症・周辺疾 とそれに関与する心理的因子

	心身症と周辺疾患	関与する心理的因子
乳 児 期	幽門けいれん、下痢、便秘 全身の発育障害	母親のいらいらした感情、几帳面すぎる育児態度（授乳、離乳、排尿、排便などの訓練）、愛情の欠乏、放任
幼 児 期	嘔吐、下痢、便秘、腹痛、食欲不振、拒食、憤怒けいれん、頻尿夜尿、どもり、気管支喘息、指しゃぶり、性器いじり、反抗	弟妹の出生、嫉妬心、同胞間の玩具の取り扱い、競争心、感情的育児態度、両親の共かせぎ、愛情の欠乏
学 童 期	頭痛、嘔吐、腹痛、間接痛、頻尿夜尿、目まい、気管支喘息、チック症、どもり、爪かみ、不安神経症、脅迫神経症、登校拒否、転換ヒステリー反応	同胞との関係（嫉妬心、競争心）、親子関係（厳しいしつけ、甘やかし）、友人関係、教師との関係、学業、おけいこごと
思 春 期 以 後	起立障害症、気管支喘息、心臓神経症、腸管運動失調症、神経性食欲不振症、どもり、自慰、登校拒否、不安神経症、強迫神経症、転換ヒステリー反応、非行、自殺	個人の能力（学力、体力、体格、運動能力）、身体的欠陥、親子関係、友人関係、教師との関係、異性関係、進学の問題、人生観、社会観

（高木俊一郎 小児精神医学の実際。医学書院1964.）

危機にある親子をどう支援するか

荘司 章也先生

東京都足立区教育研究所教育相談室心理主査

私の職場である東京・足立区の教育相談室には、昨年度、650件の相談が寄せられた。相談は年々増加している。最近多いのは学校教員からの相談であり、昨年は100件を超えた。保護者や子どもの相談に加え、学校に出向き問題解決を図るものも増加しているのが、近年の状況である。

以下、最近顕著な3つのタイプの子どもに関して、相談事例を紹介しながら、問題行動を起こしている子どもとの関わりや予防、改善、対応策について述べる。

①感情・欲求のコントロールができない子ども。

母親と一緒になければ学校に行けない。母親と離れると1時間も大声で泣き続けるという子どもがいる。就学前の様子を聞くと、保育園では彼が大泣きすると園長が個別対応で要求を満たしてくれた。家庭では、大泣きすると近隣に迷惑がかかるという住宅事情もあり、彼が欲するものを与えて沈静させてきた。彼は泣けば欲求が通ることを学習し、そのような行動パターンをとってきた。彼にとって泣くという行為は、自分の要求を勝ち取る最高の行動であったことが明らかである。

小学校1年生だが、発達のには2～3歳の行動である。この情緒的遅れをクリアしなければ次に進めない。そこで、泣いても通らないことを本人が体得するまで、親も教師も根負けしないということを、とりあえず1学期間の目標で始めた。従来 of 行動パターンでは解決しないと子ども観念し、やるしかないというところで必要な行動がとれる人間に育つようにと、現在取り組んでいる。

②完全主義的できっちり癖のある子ども。

几帳面で生真面目で何事もきちんと行おうとの意欲は高いが、それが強すぎるために試験では100点を目指し、それが困難と判断すると学校を休むなど試験を回避する。0か100かで中間がない。不登校にはこのタイプの子がしばしば見られる。失敗を恐れる気持ちが強く、新しいことに挑戦しようとしない。「失敗など恐くない」とのメッセージをだしても、自分はこうあらねばならない、こうありたいという、その子なりの高い理想があり、「自分が思う半分くらいができれば充分ではないか」と言ってもなかなか納得しないのが特徴である。

勉強の成績がよくスポーツ万能という、ある中学3年生の女の子の場合は、こだわりが強くきっちり癖があり、苦しくてたまらない。それでも頑張り続けて中

学校は行き通したが、高校に行つてついに崩れてしまった。この子の場合、きつちり癖をいかに緩和していくかという関わりが必要だ。

母親とこの子どもとの関わりを見ると、「早く」「しっかり」「ちゃんと」「きちんと」などの言葉が非常に多い。幼児期から培われた、しっかり、ちゃんと、きちんと、しなければいけないという意識が、この子には潜在的にあるのであろう。このような子どもの親には、まず、そうした言葉を言わないように話す。また子どもに対して、「失敗しても大丈夫、もし失敗したときには一緒につきあうよ」というメッセージを出すこと、さらに「君が努力していることをお母さんはわかっている。普段から見ているよ」とのメッセージもふんだんに出すことを要望している。そうしたなかで、「等身大の自分でもいいのだな」と子どもに出すことを要望している。そうしたなかで、「等身大の自分でもいいのだな」と子ども自身が感じ取っていけるよう、カウンセリングを行っている。

③家庭の養育基盤が背景にあって問題行動を起こしている子ども。

子どもが健全に育つ家庭環境がないために社会性が欠如し、状況や場に合った振る舞い方を学習していないために年齢不相応の行動をとるというものである。

こうした子どもは元気に相談室を訪れるが、話をしても深まらず、自分の問題として捉えるに至らず、相談員の側のエネルギー消耗感が大きい。彼らにエネルギーを吸い取られる感があるのは、エネルギーッシュに見える彼らの内に、実は心のエネルギーが不足しているからだと感じる。相談は体を張って粘り強く行う。この子どもたちには社会の秩序を教える必要がある。してよいこと・悪いことをカードに書いて渡し「守らなければ、あなたはここに来られなくなるから」と言い、一つ一つ納得してもらおう。

保護者と一緒に相談を進めたくとも、保護者は来なかったり、自身が親から親らしいことをしてもらった経験がないため我が子にどう接するべきかわからないという場合が多い。そこで、子どものことは当方が引き受けるから、時々報告を聞きに来てほしいという程度にとどめる。こうした子どもたちは、家庭ではなく、学校や教育相談室など社会資源で育っていく子どもなのだと考える。

今、多くの保護者に望むのは、子どもの話につきあいよく聞くこと、どのような行動であれ、子どもがその行動を通して何を訴えているのかを理解してみようという気持ちをもつこと。思考を広くするために、社会資源を上手に活用してほしいということである。

危機にある親子をどう支援するか

柿沼 美紀先生

日本獣医畜産大学教授

危機にある親子が今日のテーマなので、先ず1歳6ヶ月児検診、3歳児検診などで見てきた親子について説明し、次に犬と飼主の関係、最後に犬、チンパンジーの、群れの中での子育てについて話をすることにします。

1歳半検診で母子関係がうまくいってない例をみると、共同注意が出来ていないものがある。これは親が「アレ」と言ったとき子どもが一瞬そちらを向く、あるいは子どもが「ホラ」という気持ちを持ったとき母がすぐそれに応じることで、1歳半で成立する。心理の部屋に入るときの子どもの様子を例に挙げれば、母にしがみついたり、母が安心していれば一緒に入るなどが普通である。それを一人で先に入ったり、母がいくらなだめても入れない子どもは、親子が同じ気持ちになれていない可能性があります。こんなとき、子どもと歩いていて面白いものを見つけたら「ホラ」と声をかける、家の中で物音を聞いたら「音がするね」「電話だね」と伝える、子どもがアイスクリームを口に入れたら「冷たいね」などと言う、こうしているうちに、子どもは自分が感じている感覚を外側の人も分かってくれるということを覚えますよ、と母親に言うことにしています。

1歳半検診で視線が合わない、母とのコミュニケーションがうまくいかない、という子どもを経過観察をしながら、いろいろ工夫しました。保健婦が部屋の四隅に立ち、音の出るものを箱に入れて持ちます。順番に鳴らして部屋のどこから音が出たかを子どもに当てさせる。母にも「そうだね」とか「あっちだよ」とそちらを見させる。この訓練をくりかえすと、外で音がするとそれを母に教える子どもが出てきます。相談に来られない母には機会ある毎に子どもと一緒に喜ぶことをすすめます。自分が嬉しいときに誰かが一緒に喜んでくれば、子どもは自分の喜びを分かってくれる人が外にもいることを知る。喜びを共有する経験が子どもを支え、やがて「アー」と赤いボールを指さすようになる。これは「ボールを取って」ではなくて「私の嬉しい気持ちを分かってくれ」であり、「あなたの好きなボールだね」と応じてやれば満足する。気持ちを伝える指さしが出る子どもは言葉もスムーズに出てくるが、これがない子どもは言葉も遅く、ふり遊びがなかなか出来ないことがある。ふり遊びは気持ちが同じでないと成立しない。社会性の遅れている子どもに「はい」とプリンカップを渡すと中をのぞいてほしいとする。プリンが入っていないカップはその子にとって意味がない。ここに秘めて

いるものと相手の胸にあるものが一致すると楽しい遊びとして発展する。ふり遊びは大事な遊びである。男の子にもままごと遊びをさせてやりたい。お母さんたちにはそんな話をしています。

次は犬の話。α（アルファ）という犬、家中で自分が1番偉いというタイプの犬です。普段はいいが、気に入らないことがあると突然飼主を噛む。飼主はとまどいますが、犬は当然の行動をとっているのです。どうしてそうなるのかを説明します。犬の群れにはボス即ちαがいて序列がはっきりしている。家の中で飼われている犬も家族の中αがいて、自分は何番目と分かっているのが1番安定します。ところが飼主がαになれないと自分がそれをしなければならぬと考えます。αは群れを守らなければならぬから飼主が危険なことをすれば噛みついて教えようとする。犬をαにしないためには、飼主は頼りになる、飼主に呼ばれたときすぐ行けば必ずいいことがある、ということをお教えしなければなりません。例えば散歩の終わりに犬を呼んだら、ご褒美を上げるなり、いいことをしてから鎖をつける、まずはいいことがあって、それから嫌なことも、という関係を作ることが大切です。親もある意味でそうではないでしょうか。αのいない家の子どもは、良い添乗員に恵まれない海外旅行をするようなもので、安心できません。親は頼りになるリーダーだということをはっきり分からせる必要があります。

余談ですが、昨日ビーグルにおすわりを教えているところを見ました。たまたま1頭が座ったらご褒美がもらえた。するとあっという間に残りの4頭皆座って指示している人を見つめていました。群れで教える方が有効であることがわかります。犬の場合も兄弟一緒に育った犬は扱いやすいと言われています。

ビーグルの中で1頭が耳をかみ、噛まれた犬はキャンキャンとないていました。なき声がある程度に達すると噛んでいる方が放すと言われていますが、昨日は人が入って止めさせました。この犬は引っ張り過ぎてはいけなさを学習する機会を失った可能性があります。少しの傷を嫌がることで大きなマイナスを作った気がしました。子どもにも通じるものがあるのではないのでしょうか。

最後にチンパンジーの話。とてもいい子で人気者のチンパンジーが思春期になり、寝る部屋を母親から離された。しばらくふてねの日々が続きましたが、やがてそれを乗り越えるととても悪くなり、竹の棒を持ち物凄い力で弱めの女の子をいじめるようになりました。それをとめるのが小母さん。棒をぐっと掴んで放さず遂に取り上げていました。小母さんは噛まれて怪我をしたがひるまない。チンパンジーの群れの中にはある程度まで我慢を許すがそれ以上は許さない、という小母さんがいて、それを抑えている。恐らくこの小母さんは、子どもの時にかわいがった関係があるから、思春期のあばれん坊になった子を抑えることができたのだらうと思う。

人間も親や保育者が子どもの楽しめる環境を作ってやる。子どもはある年齢になると上に挑戦し、そこから離れて社会に入っていく、そこまで見送ればいいのだと思います。

危機にある親子をどう支援するか

近藤 千恵先生

親業訓練協会理事長

「子どもに問題が起こった」という場合は、精神科医や児童相談所など、専門家の介入が必要となる。では問題が顕在化しておらず、専門家が介入するには至っていないが、親が子どものことで悩みを抱えているという状況については、どうすることが必要なのか。

例えば、家庭の中に危機が存在していることを親は認識しながら、それをどう解決したらよいかかわからない。あるいは、危機的状況とは言えないまでも、家庭の中に小さな危機があり、それに親がどう対応するかによっては、小さな危機が大きな危機にも発展しかねないなど。こうした状況は日常生活の中でしばしば経験するところである。

家庭に危機があるとき、最も大きな力を発揮できるのは中にいる人間である。特に母親、父親が子どもを育てる中でできることは多い。その意味で、子育ての現場にいる親が適切な支援を受け、親として現場で力を発揮できるようにすることが必要であると考えます。

私は、そうした親への支援のひとつとして、米国のトマス・ゴートンの「親業（大和書房刊）」を教科書に、親が体験的に学ぶ場として、親業訓練講座というものを実施している。子どもといかに接するかを、コミュニケーションの観点から親が体験的に学ぶ活動である。

親は子どもへの思いを抱いて子どもと関わっているが、親の思いが適切な形で表現されないことで親の思いが子どもに伝わらず、その結果、親の愛情を子どもが信じられなかったり、よい親子関係を望みながらそれが実現できない、ということはいくつもある。

こうした状況の解決のため、親が子どもの話を聞くべきときに聞き、親の思いを語るべきときに語ることを学び、子どもへの適切な接し方を獲得することで、親子が本音と本音で互いに理解しあえるような関係を構築しようというものである。

8歳の三宅君親子の事例を紹介し、小さな危機における親の対応の重要性を考えたい。ある日突然、子どもが「学校、好かん」と言い出した。その言葉に留意しない親も「好かんなんて言わずに行きなさい」と言う親もいるであろうが、この一言には、ある種の危機が背後にあるかもしれない。この母親は「学校、好か

んの？」と対応した。それを受ける形で子どもは「そう、僕のこと三宅島って言う」とその訳を語った。「三宅島って言われるのがいややったんやね」と母親は子どもの気持ちを理解し、この話は終わった。

「それに、他にも嫌なことがある」と子どもは続けて訴えた。「1組の子が、口の中のお茶を僕にかけた」と。さらに「お気に入りの服だったのに…」。母親が「三宅島って言われたり、お気に入りの服を汚されて、学校が好かんようになったんよね」と子どもの気持ちに心を傾けると、子どもは「まだある」と言い、泣き出した。「そんなに悲しいことがあったんだったら、お母さん、知りたいな」と母親は声をかけた。子どもは泣き続けている。母親も一緒に泣いた。しばしあって、子どもがやっと言えたことは「僕の髪が赤いって、たくさんの人が言うんだよ」であった。母親が「髪が赤いのはお母さん似よ。でも君はそう言われるのが悲しいんやね」と彼の気持ちを理解すると、子どもは「うん」とうなずいた。

「お母さんも小さいとき外人って言われて悲しかったから、君の気持ち、わかるよ」と子どもの気持ちに焦点を当てて聞き、「病気で髪がなくなる人もいるんだし、赤くても君の髪なんだから好きになってほしいな」と母親が自分の気持ちを述べると、彼は「うん」と答えた。「黒く染める？」と問いかける母に、子どもは首を横に振った。「そう、染めなくていいんだね。」母親の言葉に、子どもは「うん」とうなずいた。

子どもが一番話したかったのは髪のことであつたらうと、この母親は感じ取っている。聞くべき時に聞く力を持つ親は、子どもの危機に対しても対応する力をもつ。自分の気持ちを話せる家庭がある、自分のことを解ってくれる人がそばにいる。そう感じて育っていくのとそうでないのとでは、子どもの人格も生き方も大きく違う。

親は、親子関係をよりよいものにするための適切な援助を受けることによって、紹介事例のように子育ての現場において力が発揮できるようになる。また、自分の子どもの思いを汲むことができるようになり、子どもと心の架け橋ができると、親はその喜びを他の人にも伝えたいと願う。そのような親が地域で勉強会を始めた例もある。親は単に援助を受けるだけでなく、他の親を援助する立場にも立てるのである。聞くべき時に聞き、語るべき時に語る気持ちのよい人間関係が家庭から社会へと広がっていくことは、生きやすい社会の形成にもつながっていくのではないかと考える。