

〔第19回日本家族看護学会学術集会特別講演〕

家族レジリアンス (Family Resilience) を強める

中村心理療法研究室

中村 伸一

皆様、本日はこのような場をいただき光栄に存じます。講演のタイトルは「家族レジリアンスを強める」です。さっそくですが、1980年のアメリカ映画「普通の人々 (Ordinary People)」を紹介したいと思います。

映画の断片をお見せする前に私の解釈も含めたあらすじをお話しておきます。登場家族は父親 (カルビン, 弁護士) 母親 (ベス, 専業主婦), 長男 (バグ, 18歳) そして、次男 (コンラッド, 17歳) の4人家族です。長男は次男に比べていろいろな面 (勉強, 競泳など) で優れていたんです。そういうわけで母親も次男に競泳を勧めたんです。長男にあこがれていた次男ですから水泳部に入って一生懸命頑張っていた。ところが、そうしたある日、長男の溺死という突然の悲劇がこの家族を襲います。

それ以前の家族関係についての私の仮説ですが、父親は弁護士という仕事柄もあって感情を表に出さない方で、非常に多忙にしていたと思います。夫に取り残されて孤独にさいなまれていた母親は長男の誕生し、その関係を密に持つことで安定を得ます。と同時に、夫との距離が開いていったように思います。この長男も母親の孤独を癒すべく期待通りに成長します。家族療法ではこうした夫代理のような過剰適応的な子どもを、「夫」化した子ども (mate-like child) と呼ぶことがあります。

長男の溺死の経緯ですが、兄弟でヨットに乗っていて嵐に巻き込まれます。長男が次男を指示して難局を打開しようと試みますが、あえなく長男が溺死。次男は生き残りましたが、非常に強い後悔と罪責感を持ちます。しかし、いわゆるPTSD状態で錯乱する

ばかりで、リストカットなどして、精神科にしばらく入院することになります。しかし、母親は精神科に偏見もあって一度も見舞に来てくれませんでした。

退院後、父親は心理療法を専門とする精神科医 (バーガー) を紹介してもらい次男に訪問してみるように促しますが、次男は二の足を踏んで、この医者のところへいかない状態が続きます。次男は兄にならって競泳の練習を一生懸命やるけれども、なかなか身が入らず結局後に退部してしまいます。ある日、部員とのいざこざから、ふっとせっかく父親が紹介してくれたのだから、バーガー医師のところへ行ってみようかということになります。しかし通院を開始しますが、面接の内容としては深まりもなく、自分でも動機づけがあまりはっきりせず、混乱状態が続いています。

学校からの連絡で次男が水泳部を退部したことを知り、母親は猛然と怒りをあらわにします。2人は大喧嘩になって、その間に立つ父親は取りなすすべもない状態になります。さらにその入院中に親しくなった、ちょっと恋心もあるようですが、カレンという同じくらいの年代の女性患者が自殺したということを知ります。次男はこのことにも非常に強い自責感と混乱を示します。カレンの自殺を機に突如、兄の事故死の場面が連続的に想起されます。このカレンの自殺と兄の事故の時のフラッシュバックが激しくおこり、バーガー医師を緊急で訪ねます。バーガー医師はこの時はコンラッドに非常にしっかりと共感してサポートします。

そして間もなくし、父親も家族関係に悩みに悩んだ挙句、このバーガー医師を訪ねて自分の心境や苦

境を語ります。その後父親は母親にも受診を勧めますが、母親はかたくなに世間体を気にし、とんでもない鼻であしらってしまい、父親は失意と無力感に襲われます。父親は母親への思いの伝わらなさに半ば絶望していきます。

最後のシーンですけれども、母親の方も気持ちの通じない夫婦関係に絶望し、父親と息子をおいて去って行き、それを知った息子が失意の父親を抱擁して幕になります。そういう映画です。最初はですね、次男のコンラッドが退院してきて、なにもなかったかのような朝の日常の風景がうつされます。

映像<朝の食卓風景>6:48-9:15

(この場面の出てくるおおよその時間です)

これは朝方コンラッドにフラッシュバックがおきて、悪夢で目が覚めて、汗をかいて飛び起きるシーン。そういうことも知らずに両親は、あたかもなにもなかったようないつもの食卓に着こうとします。コンラッドは疲労と抑うつで食欲がない。そのコンラッドにお母さんが、せっかく彼の好物であるフレンチトーストをつくったのに食べないので強い怒りをぶつけます。精神分析的な解釈ですが、お母さんの中にある疲労感、抑うつ感、それから悲嘆の気持ちですね、そういったものをコンラッドの朝の態度に見て、投影してしまっ、それに対して怒りをぶつける。いわゆる投影性同一視という現象がこういう風にでてくるのがよくわかります。お母さんをいさめる父親ですが、父親のその力のなさですね、これはたぶん事故の前からのお父さんの家族に対するコミットメントの薄さがよくでていかなという風に思います。

映像<バーガー医師との初回面接>

16:43-20:23

コンラッドが初めてバーガー医師のところに行きます。面接で全然埒があかないという様子がよく出

ています。コンラッド自身はフラッシュバックで苦しんでいるのですが、このセラピーをどうにかしたらいいのかわからない。セラピストの方もどう援助していいかわからない。そういう場面です。父親は次男にバーガー医師を紹介したわけですがけれども、お父さんは弁護士なんで、専門家に紹介すればことたれりという考えがあるみたいで、これは父親の次男に対する情緒的交流の回避現象のひとつの現われというふうに見ることもできます。そのことが結果的に次男の初回面接での動機づけのあいまいさとながっていると思います。

映像<長男の部屋>26:05-27:30

このシーンは、母親が亡くなった長男の部屋で思い出に浸っているところへ、たまたま次男が帰ってきて覗き、母親が驚き次男を非難するところです。はじめ長男の取ったトロフィーなどが写し出されますが、このように亡くなった方の部屋をそのままにしておくというのはよくあることです。これは喪の作業の初期に起こる否認です。現実の否認という現象です。あまりにも長くこの否認が続くのは問題です。こういう母親のたたずまいを垣間見て次男は母親が自分よりも長男の方を愛していたのだという確信めいたものが生まれてきたのだと思います。もし、母親があまり驚くことなく、次男も長男の寝室に招き入れてともに思い出に触れ、悲しめたら良かったのですが。

映像<近隣の人たちとのパーティー>

31:15-32:46

これは近隣でのホーム・パーティーのシーンです。たぶんこの近隣の方たちは、この一家の不幸を知っているはずなんですね。お葬式なんかにもたぶん出ていると思うんですが、でもまあそういった湿っぽい話はしないで、紳士淑女のばか騒ぎと言いますか、いかにもアメリカのパーティーなんです。行く前に

も母親は父親に、あまり暗い顔をしないようにと忠告します。もちろん突然の不幸を抱えた家族に対して近隣もどういう風に扱ったらいいかわからない、そういう中でのパーティーです。

パーティーの中でお友達の奥様から父親に「息子さん元気？」と聞かれて、精神科医のところに通っていると父親が答えているのを耳にした母親がすぐさま寄ってきて、その話をやめるように間接的なサインを出すんですが、このパーティーの帰りの車の中で夫婦は大喧嘩します。家族の秘め事なのに「なんであなたはそれを他の人にしゃべったの」と母親は父親を非難します。それに父親も反論したりして、かなり危険なドライブです。

母親としては最愛の長男が溺死したことにも触れられたくないし、そのことで次男が精神的変調をきたし入院し、現在も精神科医にかかっているということは家族の恥にあたり、世間への秘め事として家族なら口外するべきではないという堅い信念があるようです。

このような頑なな近隣への姿勢は、外界という援助資源を強く拒むことになります。いわゆる家族システムの「外的境界 (external boundary)」が厚く硬くコミュニティから隔絶した家族システムになるわけです。こうなるとWalshも指摘しているように家族レジリエンスは低下し回復が遅れてしまいます。不登校や家庭内暴力、さらに「ひきこもり」のこどものいる家族システムでもよく見られる現象です。

映像<クリスマスの準備・母子の激しい喧嘩>

1 : 05 : 25 - 1 : 07 : 21

これはクリスマスの準備で、父親と次男が協力してツリーに飾りつけをしているシーンです。そこへ次男がすでに水泳部をやめていたという情報を得て母親が帰宅します。猛然と次男を非難する母親。かなり母親と次男の関係が、修復困難なぐらいの怒りに満ちてしまいます。このあと父親が次男に母親に

お母さんに謝ってといてくれというようなことは言うんですけれども謝る気はしないと次男は泣きじゃくります。

映像<父親の混乱・父母の喧嘩>

1 : 19 : 03 - 1 : 21 : 10

父親は混乱と無力感にさいなまれ、次男のころの中になにが起きているかを知りたくなりバーガー医師を訪ねて行くんですけども、医師の守秘によって情報開示は断られてしまいます。その帰りですね。ちょっと酔っぱらった感じで帰宅し、そこから母親との激しい喧嘩が始まります。弁護士で感情を表に出さない父親が、初めて母親の前で酒の勢いも借りて感情をあらわにします。父親は、母親と次男が長男の葬儀の際に涙を見せなかったことを指摘し、二人共冷淡な点で共通していると非難します。それどころか母親が父親の葬儀の時のシャツの色について悶着をつけたことに怒りをぶつけます。悲しむこともせずそのよう些細なことにこだわった母親への怒りです。

なぜこの長男の葬式の時に、母親が泣かなかったのか。これは皆さんどう思われますかね。予期せぬ突然の死の場合の喪の作業の最初のステージは、茫然自失の状態になります。とりわけ親密な関係にある人はそのように反応します。ですから母親の反応は、感情麻痺と言いますか、そういう失感情状態に近かったのだらうと思いますけれども、そういう反応が起きるといことは、父親は知る由もありません。そういうわけでこのことで、父親は母親を責めます。母親はこうした父親に失望したことでしょう。

ここで治療者がバーガー医師ではなく私だったらというお話をさせてください。バーガー医師は個人療法の原則にのっとりクライアント（次男）の話の守秘を堅持することで次男との信頼関係を維持しようとした。

しかし、私だったら次男にこのことだけは両親に伝えてほしいということがあるかどうか聞いて、あ

ればそのことを伝えたいからと言って両親との面接を積極的に持ち、家での彼の様子や両親としての対応の難しさや疑問に答えるような面接を早めにしていたと思います。よしんば面接ができなくとも電話での両親との対話は最低限したいと思います。そういうふうに、次男の許可を得て、たとえば彼の苦しみ、苦境をご両親に伝えて、そして相互理解、少なくとも父親と息子の間での相互理解を促す手はあったらというふうに想像します。

そうでなくともバーガー医師が個人療法の原則をなんとか維持したいというのであれば、やはり家族全体の非常にレジリエンスが低くなった状態に対して、別の治療者ですね、家族でいろいろ今混乱しているようだからこの先生のところに行ってごらんなさいというふうに家族療法家を紹介する方法を選択しても良かったなというふうに思います。まずは父親と息子で行ってごらんと、さらに母親もそれに加わることができるとなおさらいという、そういうような介入がありえたのではないかというふうに感じています。

映像<カレンの自殺・バーガー医師との緊急面接>

1 : 36 : 58 - 1 : 44 : 51

これは精神病院で知り合い親しくなったカレンが自殺をしたと彼女の父親から電話で聞いてコンラッドがショックを受けてからの様子です。コンラッドはバーガー医師に緊急の面接を依頼します。そして、急速に兄とのヨットでのシーンがはっきりとフラッシュバックされてきます。ここは映画なので演出ですね。本当にフラッシュバックを映像化しているようですよと思います。

駆け込んできたコンラッドに対するバーガー医師のこの時の対処は非常に素晴らしいというふうに思います。やっぱり彼の自責感の取り扱い方ですね。近い誰かが自殺したときは、非常にモーニングワークが難しい。それは周りにいる人、特に家族が自責の念で非常に苦しむ。自分（たち）のせいで死んだ

んだ、そういう気持ちになってしまう。それに対して、Walshも言っていますけども、現実を直視するということですね。それは歪んだ認知であるということ指摘し、温かくサポートするという、そういう介入をしてとてもいいと思いますし、それからコンラッドから、そんなことどうしてわかると噛みつかれた時に、それは「わたしは君の友達だから」というのは、あれも非常にいい回答だと思うんですね。「君の気持ちはよくわかるよ」程度でね。でも「君の苦しい思いをととても共感することはできません。」、ある意味では共感できないことを伝えるという技術ですかね、それがこの同性としての友人だからというふう表現されているところがとてもいいと思います。

このセッションはいいと思うんですが、やっぱりこの内容を何らかの形で次男の許可を得てご両親に伝えた方が良かったと思うんですね。そして再度ですね、同席面接を強く進めるべきだったという思いが残ります。映画は現実ではありませんので、このワンセッションでコンラッドはかなり回復するんですけども、実際の臨床においてはこう簡単にはいかないというのがみなさんもおわかりかと思います。

<母親が家を出ていくまで>

1 : 52 : 45 - 2 : 01 : 00

時間がだいぶ迫っていますが、これが最後のシーンです。父親が1階の暗がりではしみと失意に打ちひしがれて泣いているところへ、母親が2階から心配して降りてきます。そこで父親は自分のことをわかってくれないというふうに母親にぶつけます。母親もその言葉に絶望し、どうして家族がこれほど変わり果ててしまったのかという、そういうご両親が同じ思いを胸に、そして最後お母さんが家を出ていくというシーンです。打ちひしがれた父親を今度はコンラッドが抱擁して支えると、そういうところで映画が終わっています。

これで離れ離れになってこの家族はおしまいなの

かなってというふうに思う方もいらっしゃるかもしれませんが、私は最後のシーンをみていて、またお母さん戻ってきてですね、また家族がやりなおせる、ちょっとまあカーツとしたからちょっと小休止というか、そういうことではないかというふうに、ある意味楽観的にこの家族の結末をを予測しています。

Walshも言っていますけども、こういう治療者の楽観性ですね、それから当事者といいますか、その人たちの楽観性とかユーモアとか小休止ですね。そんなにガツガツ、ギスギスとお互いの傷をいたぶるようなそういう関係はやめて「ちょっと小休止しようよ」とか、「お互いどうかしてるよね。」っていうような、そういう余裕がすごく大事だって思います。まさにこの家族でもそういうことが必要なだろうと、そういう風に思います。

再三紹介してきたFroma Walshの家族レジリアンスを強めるために注目すべき3つの視点を最後に大まかに紹介しましょう。

1. 信念システム (Belief Systems)

危機を正面から見据え、家族がこれを共有することがまずは重要なプロセスである。危機をひとつの「挑戦」とみなし、忠誠心に基づいた家族の力を信じ、勇気と希望を持ち続けながら乗り越えようとする。

2. 構造的/組織的なパターン

(Structural/Organizational Patterns)

危機に応じて、家族の関係を柔軟に変化させることが重要 (Crisis Shock Absorbers)。元の安定した状態に戻すことを目標とせず、新たな関係へ“Bounce Forward”すること。同時に家族の持続性、

恒常性、相互依存性は維持する。誰かが強いリーダーシップを発揮する。夫婦がお互いを対等に尊重する。コミュニティーや親類などのサポート、信頼できる専門家を見つける。

3. コミュニケーション/問題解決

(Communication/Problem Solving)

適応に向けて持続して存在する問題点と、あいまいな情報や期待について再度明確にすることを通して今の現実をできるだけ正しく認識する。さまざまな感情(怒り、責め、悲しみ、恐怖、希望、期待など)を表現し、家族で共有する。相互に共感的な関係を維持しつつ、個を尊重する。スケープゴートをつくったり、だれかを責めたりせずに、自分の感情を自分のものとして引き受け、行動に責任を持つ。問題の解決に向けて協働的に行動する。小さくても具体的な解決ゴールを協議して設定する。小休止やユーモアを忘れない。危機から学んだことについて話し合ってみる。

以上の観点から「普通の人々」だったジャレット一家の家族レジリアンスを強めるにはどのような介入が必要とされるかについて思いつくところを述べてみました。

何か映画をお見せしておしまいみたいな話でした。淀川長治さんみたいですけど、ちょっと淀川さんよりも切り口が家族療法家らしくみなさんに聞こえればありがたいなというふうに思います。「さよなら、さよなら、さよなら」。

参考文献

Froma Walsh(2006): Strengthening Family Resilience. 2nd. ed. Guilford Press.