

精神障害者の社会復帰一人間としての権利の回復、復権一（その 2）

榎場 雅子（顧問 臨床心理士・精神保健福祉士）

先般（12 月号）上記の標題で、千葉県精神科医療センターの主治医、千葉県精神保健センターの指導員と共に、院外心理カウンセリングの担当者として、三者による支援ネットワークに参加した記録（いわば出張報告）を、問題意識を共有するために、広く提供しました。

ところが、改めて読みかえてみると、言い知れない虚しさに襲われました。何故なのか？

それは、このレポートの主役であるはずの N さんの家族と、2 か月の間に 6 回実施された面談を、個人情報保護、守秘義務のためと理由づけて、舞台の脇に追いやっていたためだと気付きました。思えば、8 月 3 日に主治医の O 先生から「N さん母子の院外カウンセリングを担当して欲しい」と真摯な依頼を頂き、僭越な身も顧みず、10 日後には初回のカウンセリングを行いました。それは、カウンセリングというより、互いの意思を確認し合う対談でした。その際に N さん本人から真剣に「相談とカウンセリングは違うのですか？」と質問されました。私にとっては大きな喜びでした。自分自身への確認もこめて、長い説明（意見）になってしまいましたが、この一連の動きは互いの心をしっかりと結び付け、正式にカウンセリング契約が成立しました（前回記述）。

それから 16 日後、おふたりの希望で第 2 回の面談を実施しました。あえてカウンセリングとは言わず「面談」と表現したのは、N さんの話は初回面談後の家庭での話に終始して、これといった訴えもないまま、引きつけるものがあり、なんの慮るところなく聞かせてもらいました。ふたりは約束の時間にそろって来所すると、挨拶もそこそこに自分たちでテーブルを鉤の手に並べ替えて、息子の H さんが自然に語り始めました。「先日、ここからの帰りに、疲れたわけではなく、相談するわけでもなく、真直ぐに家に帰りました。言葉では表せない満たされたものを感じたからでした。家では、自然にダイニングに入り、何とはなく“よかったね”と言い、“うん”と頷き合いました。何がどう良かったのか、説明するわけではなく、“なんとなく”という感じでした。こんな経験は初めてです。まるで魔法にかけられたような思いでした」と一気に語りました。

魔法にかけられたような思いは当方で、くり返し使われた“なんとなく”という言葉の奥にある、家族ならではの心の通じ合いを感じました。この間、母親はひたすら語り続ける息子に顔を向けて静かに聴き入り、時おり頷いていました。その姿に家族ならではの思いを一段と深くしました。

それから僅か 1 週間後、母 K 子さんのたつての希望で 3 回目の面談を行いました。「実は前回、息子の話に続いて、私が主役として聞いて頂きたかったのですが、息子の話に聞き惚れてしまい、言い出し損ねてしまいました。私の訴えは、私が前々から悩まされ、重荷ともなっていたもので、息子の話は、それを和らげ、いわば柔軟剤にもなるはずでした。家を出る時も打ち合わせをして、机を勝手に並べ替えたのも、話しやすくするためにふたりで相談したうえでの作為でした。

ところが、息子の話が始めると、同じ体験を共有している事なのに引き入れられてしまいました。それにも増して、息子が人前で何のためらいもなく喋っている姿が驚きでした。そんな雰囲気の中、私の悩みを語るのは、話に水を差すようで遠慮しましたが、私の悩みが消えたわけではありません。そこで今日は、改めてお時間を頂きました、とこれからの話の重さを予感させるものでした。

果せるかな、K子さんは口調を改め、「私がお聞きしたいのは家族療法ということです。実は、O先生から、息子さんと共に、榎場先生のカウンセリングを受けてください、と言われたときは、息子ばかりでなく、私も患者とみられていたのか、という思いに襲われました。更に先生は言葉を続け、榎場先生は家族療法にも精通しているから、私も期待しています、と言われて、聞き返すこともできず、私の上に重くのしかかっています」と切々と訴えられました。

それは心理カウンセラーとして、天誅の思いでした。4年来の交流から、家族療法については、自ずから分かり合っていると思いついて、私の愚かさや奢りを厳しく指摘された思いでした。そのことをまずお詫びして、改めて机を鉤の手に並べ替え、気持ちをほぐして説明を始めました。

近年、「家族の危機」「家庭の崩壊」などの言葉をマスコミで見聞きすることが増え、家庭や家族をめぐる問題が一段と注目を集めています。特に、若者の「ひきこもり」「非行」「暴力」などの社会問題が目立つにつれ、「家族の養育機能」「家族の責任」を問う議論が活発になっています。改めて、「家族とは何か」が問われる時代といえるのではないのでしょうか。そんな状態の中で、家族療法は静かなブームを呼んでいます。ところで家族療法というと、「家族背景・家族力動に問題がある。まず家族を治療しなければならない」と考えられている傾向が散見されるのではないのでしょうか。しかし、それは正しい見方ではありません。

● 家族療法とは「家族を治療する」のではなく、「家族と治療する」という考え（理念）です。換言すれば、家族自身の力で問題を解決する力を援助する方法です。考えれば当然のことですが、病気を含め、家族の問題を解決する上で、最も力を発揮できるのは家族であることは、ゆるぎない真実であると私は信じています、と話を進めてきたとき、K子さんは突然立ち上がり、涙をこぼし、「先生、ご自分のことを愚かだとか、奢りだとか言わないでください。お話を聞いているうちに、先生が長いあいだ執筆されていた、「新しいふれあい社会」で事あるたびに、家族について触れながら、優しく意見を述べておられたことを今さらのように思い至りました。それらのことはすべて、家族療法の理念が根底にあったのです。私の悩みなどは、まさに愚かで自己本位のものでした。家族と治療するという言葉をしっかり心に収めておきます」と言いました。

驚いたのは、このとき並んで座っていた息子も立ち上がって、母親に向かって拍手をしました。そして、ふたりは何も言わずに交々に両手を差し伸べて、握手を求めてきました。私も何も言えず、その手を握り返しました。それを以って、当日のカウンセリングは終了しました。

ところが、それから2時間ほどして、K子さんから突然の電話がありました。「先ほどのお話を聞いて、家族の力ということを知られました。先生と握手してルンルン気分でした。ところが落ち着いて考えると、実際に息子に対してどう接してよいのか具体的に分かりません。もう一度お会いして、助言して頂きたいのです。是非お願いします」と訴えられました。

実は私としても、K子さんの余りの物分かりの良さに、一抹の不安を覚えていたところでした。そこで、家族療法2時限目としてお会いしましょう、と気持ちを和らげ、再面談を約束しました。

部屋使用許可の都合もあり、実際の面談は2日後になりました。使用時間も2時間と限られていて、互いに約束の時間を厳守、前置きの挨拶などはなく、小さな机の周りに椅子を三つ置いただけの、内々の打ち合わせ会でもあるような円卓面談方式で、「家族療法実際論」を展開しました。

家族療法の方法は多様ですが、現状ではシステム論的方式が広く用いられています。その方式の大切なところを三つ説明します。

その1は、関係性の中で問題を考えるということです。

精神症状や問題行動を、「個人の内面の精神的な病因（精神病理）からくる」と考えるのではなく、個人を取りまく人間関係の中で起きてくる現象として捉えようとしています。それは問題行動あるいは症状の原因を、過去の出来事や行為の結果として考えようとする、直線的因果律ではなく、相互に関係しあうと考えるものの見方、円環的認識に基づいています。

その2は、「原因探し」や「犯人探し」をしないことです。

子どもの病気や問題行動は、母親の過保護あるいは愛情不足による、というような決め付け方は、良い結果は期待できません。このような一面的なものの見方は、母親の反省を促すどころか、母親が本来持っているはずの力までも失わせてしまい、問題解決を長引かせてしまいかねません。原因の究明に目を向けすぎると、問題解決とは程遠い、「犯人探し」に陥ってしまいます。

● **家族療法では、過去を探ることより、これからのことに目を注ぎます。**

その3は、問題解決に焦点を合わせて考えることです。

問題が長引いて膠着状態にあるときなど、解決への努力を続けている家族は、自信を失い無力感に苛まれてしまいます。そんなときには気持ちを一転させ、現在や未来に目を向けて「問題解決のために、どのように力を合わせていくか」に焦点を当てた話し合いが有効です。「問題解決指向」という、結果を重視する実践方法が、家族療法の特徴の一つになっています。

Nさん母子との円卓様での面談が終わると、ふたりは交々に話しかけてきました。K子さんは、「私は家族療法について、思い描くことが二転三転しました。最初にO先生から家族療法という言葉聞いたとき、私の母親としての在り方を責められているように思いました。それが切なくて、先生に家族療法について説明を求めました。親切な説明で重荷を下ろされた思いで帰宅しました。ところが落ち着いて考えると、実際に家族に対してどのように接してよいのか見当がつかずません。泣きたいような思いで電話をしました。今日の話聞いて、家族療法が大好きになりました」と、言ってくれました。それを受け、Hさんは「家族療法はまるで我が家のためにあるようですね」と言いました。私も、安堵の気持から「ご理解ありがとうございます」と応えました。

それから2週間後に、K子さんから重ねての電話がありました。「家族療法は家族と治療するという言葉に魅せられて、二人で話し合いました。その話を聞いてください」という訴えでした。一見、甘えとも思えることながら、一概に断り切れないものを覚えて、部屋を用意しました。

約束の日、ふたりは私より早く来所、玄関に立って待っていてくれました。「我が儘ばかり言って申し訳ありません」と言いつつも、固い複雑な表情が気に懸かる場所でした。

入室早々、K子さんが口火を切り、「家族療法の実際論で原因探しや犯人探しをしない」と言われ、救われた思いでした。けれど間もなく罪の意識に煽られるようになりました。それというのも、私は夫と些細なことで諍いばかりして、挙句の果てに、子どもに向かって『お父さんとお母さんが別れたら、どっちの子になる？』と聞いて、『お母さんの子になる』と言われると、それだけで満足していました。別に離婚を考えるほどの重いものではなく、いわばゲームのようなものでした。ところが息子が発症して以来、父と子の間が険悪になると、最悪の状態を回避すると理由づけて、息子とともに別居しました。そして、1か月のうち3週間は息子と、1週間は夫と生活しています。この割合は無意識のうちに息子と夫への愛の天秤分けとすることがあります」と語りました。

この間に、Hさんは一言も発せず、うつむき加減で聞き入っていました。母親が話し終わると、すかさず、「僕の話も聞いてください」と断り、「母の話は子ども時代の記憶として残っています。けれど母を恨みがましく思ったり、父を憎いと思いません。僕が考えさせられたのは、家族療法では関係性の中で問題を考えるということです。43年の僕の人生で、初めて人間関係が意識されたのは、妹が誕生した3歳の頃からでした。オーバーと思われそうですが、僕の中では、確信に近いものがあります。妹は生まれつき人懐っこくて、誰からも可愛がられていました。そんな妹を、僕はうらやましく思っていました。幼稚園や小学校の頃は友だちがいっぱいでした。先生からも明るく友人からも信頼されていると評価されていました。僕は、嫉妬に似たものを覚えて、ひそかに通知表を盗み見て、学業評価では5の数が僕の方がずっと多い、と満足していました。こうした学業成績本位の独善的な性格は社会人になってからも変わらず、先輩や上役の助言に反発し入社拒否、果ては自己退社し、家庭にひきこもってしまいました。心配した親の助言に激怒して家庭内暴力に及び、精神疾患と診断されて今日に至っています。妹は私立付属高から親大学に進み、卒業後は地元の弁護士事務所に事務職員として就職し、人当たりの良さを買われて若手弁護士と結婚、今や弁護士夫人です。義弟は僕の状態から、『いよいよ際には、私が後見人になります』と言っているのを漏れ聞いて、僕をイラつかせたことがありました。『家族療法はN家のためにあるようですね』と言ったのは、こんな裏話があったからです」と語りました。

ふたりの話は、前回の家族療法の説明に対しての質疑ではなく、ましてや反発ではありません。むしろ、長いこと自身の胸の奥深くに巣くっていた、わだかまりを吐き出したような印象でした。それは、話し終えたふたりの固い表情が和らいだことで実感できました。「おふたりが家族療法を、家族システムの中で、わが身に重ねて考え話し合ったことに感心しました。思い起こしてください。家族療法は、過去を探ることより、これからのことに目を注ぐということ。今日のお話をもとに、これから後、私たち三人の共通の宿題にしましょう」と伝えました。

これらのことは、その都度O先生に連絡、感動を分かち合いました。その感動の分かち合いが、主治医・社会福祉・院外カウンセラー三者による支援ネットワークの誕生になったのです。

改めて感じることは、曼荼羅療法ということです。障害者を支える最強のシステムは家族です。その家族と支援者との心の交流こそがポイントです。その支援者の背を押してくれるのが支援者が属するグループです。この幾何学的体系図を曼荼羅療法と呼ぶ識者がいます。Hさんを中心にした家族⇔支援担当者⇔担当者の背中を支える東葛市民後見人の会の体系こそ、まさに曼荼羅体系ではないでしょうか。この曼荼羅体系を信頼し、Hさんの社会復帰をかたく信じています。