

フィリアルセラピーの可能性

－「子育て支援プログラム」の試みから－

星 野 真由美

1. はじめに

フィリアルセラピー (Filial Therapy)¹⁾は、セラピストが親を支援し、親がプレイセラピーの基本的な原理を理解しそのスキルを使用して治療的に子どもに働きかけることによって、子どもに肯定的な変容をもたらす心理療法の技法である。その前提には、子どもにとって親は最良の支援者になれるという考えがある。フィリアルセラピーの緒段階には、①親がプレイセラピーの基本的なスキルを学ぶこと、②親がセラピストの観察下で子どもにプレイセッションを試行すること、③親による家でのプレイセッションの実施、④親によるプレイセッションの移行と般化、⑤評価および終了への計画の5つの段階があり (ガーニー、2011)、親がわが子に治療的に働きかけられるようにする。フィリアルセラピーは、「不安、抑うつ、トラウマに対する対処、臆病、きょうだいや仲間とうまくいかない、攻撃的な行動、登校拒否、遺尿」といった問題により反応をもたらすが (ヴァンフリート、2004)、行動面あるいは情緒面に問題をもつ子どもだけでなく、離婚した家庭の子ども、慢性疾患を抱えた子どもに対してなど予防としての適用も広がってきている (ランドレス、2007)。近年、こうした親への支援を通して子どもや親子関係にアプローチする取り組みが、治療的な目的だけでなく、子育て支援の新しいプログラムとしても注目されている (串崎、2004)。

フィリアルセラピー (以後FT) は、1960年代にGuernsey, BとGuernsey, L.夫妻によって理論化され、両親と子どもの関係を強めるための治療プログラムとして広く受け入れられ、いくつ

かの修正モデルも実施されてきている。ひとつはVanFleet (1994) によるもので、FTを個別の家族に実施するモデルである。もうひとつは、Landrethによって、FTを数名のグループで実施する10週間のプログラムに発展させたChild Parent Relationship Therapy (CPRT) というモデルであり、実施のためのマニュアルも出版されている (2002, 2006)。このモデルには、教師と保育者を支援の対象とするChild Teacher Relationship Therapy (CTRT) という応用モデルもある。こうした様々なFTの実践や研究が、米国を中心として、ヨーロッパ、中国、韓国などにおいても蓄積され、その臨床的な効果が認められてきた (ランドレス、2007; ガーニー、2010)。日本でも串崎、山中、ファリス小川らによってFTの論文や著書の翻訳が近年行われてきている。管見する限り日本におけるFTの事例研究はまだ行われていない。

本論はFTの理論と方法をベースにした公民館における「子育て支援講座」のプログラム (「子育て支援プログラム」) の実践事例の検討を行うものである。FTの理論と方法をベースにしたプログラムが、子育てに悩みを抱えている親にとってどのように作用するのか、経過の記述を通じて考察したい。

2. 事例の概要

【事例】Aさんは、夫と、3歳5ヶ月の長男、1歳6ヶ月の次男の4人家族。長男は幼稚園に通い、次男は自宅でAさんが保育している。長男の育て方に悩みプログラムに参加した。長男は小さい頃からじっとしているのが苦手で、1、2歳の頃も抱っこを嫌がって逃げるようなことが多かった。X年4月

から幼稚園に入園したが、園では家と違って臆病で慎重なタイプと担任から言われている。また、園では先生の指示通りに行動できている様子なのに、家では行動の制止がなかなか効かない。育て方に問題があるのではないかと義母から指摘されることもあり、長男の育て方に悩んでいる。また、発達の問題なのではないかとの不安もある。転居してきたばかりで、地域の子育て支援に関する資源には詳しくない。市の広報を見て、本講座に申込みをした。

【倫理】個人が特定されないよう配慮した記録を取る事について講座開始前に承諾を得た。講座終了後に書面で事例発表についての依頼を行い承諾を得た。

【講座】Aさんが参加した「子育て支援講座」は、公民館による子育て支援家庭教育充実事業のひとつとして、3～5歳の子どもを持つ市民を対象とした2時間、3回（3週）の講座として、X年10月にY市公民館で実施したものである。数名を上限として募集をしたが、日程が平日で託児を行なわなかったことも影響し、参加申込者は3名だった。全日参加を条件としていたが、全日参加はAさん1名、他2名はそれぞれ1回目、3回目の欠席が申し込み段階で伝えられた。

【プログラム】「子育て支援プログラム」の作成は著者が行い、実施も著者が行った。プログラムの目的については、ランドレス（2002）がFTの目標として、次の7つを提案していることを参照してそれと同様とした。①わが子を理解し、受容すること、②わが子の感覚に対する感受性を強化し、高めること、③わが子の自己志向性・自己責任・自分自身への信頼を促進する方法を学ぶこと、④わが子との関係における親自身の洞察を得ること、⑤わが子への見方を変えること、⑥子ども中心プレイセラピー（Child Centered Play Therapy：CCPT）の原則とスキルを学ぶことである。これらの目的を達成するため、ガーニーにおいては、FTに5つの段階を設けていることは先述した通りである。ただし今回は時間と回数に限

られており、親が子どもを伴わずに1人で参加することをふまえ、親がプレイセラピーの基本的なスキルを学ぶことと（段階①CCPTの原則、共感、トラッキング、感情を理解して応答すること、制限の設定、構造化）、親による家でのプレイセッションの実施（段階③）を中心としたプログラムとした。できるだけ冗長な講義を避け、デモンストレーションやロールプレイを多様し、家でのプレイセッションに備えてもらうことにした。

内容の作成に際しては、著者がこれまでに学生や親など一般の人々を対象にしてプレイセラピーの講義や演習を行ってきたことをふまえ、とくに次の4つを考慮した。①参加者の個別の課題に焦点を当てながらプログラム内容との相互性を図る。②CCPTの基本的スキルを学び、子どもとの関係性の変化を体験してもらう。③デモンストレーション、ロールプレイを多様する。④グループでの力動の効果を考慮する構造にすることである。講座の具体的な内容を表1に示しておく。内容の作成に際しては「フィリアルセラピー」（VanFleet,R. 1994）、「子どもと親の関係性トレーニング」（Landreth,G. 2002,2007）も参照した（表1）。

3. 事例の経過（実践記録1～3回）

「子育て支援プログラム」の経過は、Aさんと著者（Th）の発言を中心に記載し、その他、プログラム内容、他の参加者の反応、資料の情報などの要約や補足内容を記した。（ ）には、Aさん・他の参加者・著者の非言語的な反応、講座中の著者の印象を記した。

<第1回> 参加：2名

安心感に繋がる導入・相互性のある展開

会場には中央にロールプレイ用のマットを敷き、それを囲むように椅子を配置、マット横にFTで用いられるおもちゃを準備した。挨拶・ウォームアップの後、自己紹介を行う。

表1 「子育て支援プログラム」の内容

	内 容	グループ演習	ホームワーク (HW)
第1回	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション ・フィリアルセラピーの紹介 ・家庭でのセッション準備 おもちゃ・構造化について ・スキルの説明とデモンストレーション 子どものリードで遊ぶ 遊びに表れる感情をつかむ 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己紹介 ・スキルの説明・デモンストレーション後、 Thが子ども役を演じ、参加者がスキルを 使ってロールプレイ ・ロールプレイへの肯定的フィードバック ・感想と質問 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもとプレイセッション を実施 ・感想シート記入 ・P S Iの実施
第2回	<ul style="list-style-type: none"> ・HWの報告とスーパービジョン(SV) ・スキルの復習 遊びに表れる子どもの感情を言葉にして伝 えてみる ・家庭でのセッションに備えた基本的スキル の紹介 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもとのプレイセッションの感想を報告 ・報告に対し肯定的なフィードバック、SV ・Thが子ども役を演じ、参加者がスキルを 使ってロールプレイ ・ロールプレイへの肯定的なフィードバック 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもとプレイセッション を実施 ・感想シート記入
第3回	<ul style="list-style-type: none"> ・HWの報告とSV ・スキルの説明とデモンストレーション 治療的な制限設定 ・3回の振り返り ・まとめ 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもとプレイセッションの感想を報告 ・報告に対し肯定的なフィードバック、SV ・Thが子ども役を演じ、参加者がスキルを 使ってロールプレイ ・ロールプレイへの肯定的フィードバック ・3回の講座を通しての感想 	

Aさん：3歳の息子が走るのが大好きで、道路でも走ります。散歩に行くときなど、毎日飛び出してしまいます。1歳6カ月の弟がいて、その子を抱っこしているからなかなか追いつかず、怒ってもヘラヘラしていてどう言ったら聞くのかと思っている。先日、決定的なことが起こってしまって、その日も子どもが道路に飛び出そうとしたので、慌てて追いかけたのですが、弟を抱っこしたまま私は転んでしまって、子どもは道路を渡ってしまいました。たまたま道路は車が通っていなかったのので何事もなかったのですが、もし車が来ていたら考えると本当に怖くて。でもその後も怒ったんですが、ダメでした。幼稚園の先生は「本人は母親の気を引きたくてやっている。幼稚園では、園庭に出るときもお友達と手をつないでいきます」と。私の対応の仕方の問題なのか、しつけの仕方がわからなくて今回参加しました。引っ越してきたばかりで地域の情報はよく知りません。

他の参加者の自己紹介を聞き、2人とも転居してきたばかりなどの共通点がわかる。幼稚園や地域の子育て支援機関の話題となる。Thからも、2人の共通点を取り上げ、利用できそうな地域資源の紹介を短く行ない、対象となる子どもの紹介を促す。

Aさん：長男は、私といるときと、園にいるときは違うようです。弟の出産があったので、2歳から預け保育をしていたのですが、始めは泣いていたけれど、すぐに慣れて遊ぶようになった。4月から入った幼稚園では、家とは逆で「臆病で慎重なタイプ」。外に出るときも、隣の子と手を繋いで飛び出さない。義母は「あなたがなめられている」と言い、でも厳しく叱っても逆効果なんです。ヘラヘラしたり、反抗したり。私と離れているのが好きみたいで、先日の連休も実家に長男だけ泊まりに行き、4泊した。「帰りたくない」と。弟は

逆に私にベッタリです。長男は私と離れているのは平気だけれど、弟が持っているものは取り上げたりする。ときどきは、私と2人で遊びたがったりすることもあるけれども、弟を1人にはなかなかできないので。長男は、1、2歳の頃も抱っこを嫌がって、ハイハイして逃げていきました。小さい頃も私は抱っこをもっとしたかったんですけど、抱っこできない子でした。普段の遊びはミニカーを走らせていることが多い。家ではできないことは、「やって」と言ってくる。トイレは幼稚園ではできているけれど、家ではできなくて甘えている。ADHDとか、そういうのではないかと思って実は心配していたのですが、園では違うみたいだし…。

子どもの紹介の中で、参加者それぞれ心配する子どもの状態には違いもあるが、懸命に子育てしていること、しかし、子育てに関しての不安感や孤立感をお互いに抱いての参加であることを共有する。Thより、参加者が「がんばっていること」をフィードバックし、子どもの心配点についてのThが気付いたことを改めて伝え、それに関連した内容を講座のどこで扱うつもりかについて触れる。Aさんには、3回目の制限設定の内容が、「子どもを制止できない」という心配に関連することを紹介する。

自己紹介が済んだところでFTの意義と効果を紹介し、今回のプログラムの概略を説明する。FTの特色のひとつである、親が子どもの変化の主体となることの大切さや子どもにとっての意味を伝え、参加者は納得したように頷く。FTの特色として、①遊ぶ時間と空間を保障すること（構造化）、②子どもの気持ちに寄り添った応答をする（共感的傾聴）、③子どもが遊びをリードする（イメージを共有しながら遊ぶ）、④制限を伝える（制限の設定）という4つがあり、プログラムを通してそのコツを練習していくことを伝える。①は、「1週間に30分」時間

と空間の枠を設定しFTのプレイセッションを実施することで、まずはその間だけ子どもの遊びに集中する練習を促すものである。Aさんにはまず長男と2人になれる時間を見つけて取り組むことを薦めると、次男とは2人になることはあるが長男と2人で遊ぶ時間はなかなかないと、長男との日常生活を振り返る発言がある。続いて、②、③について、Thがマットの上で移動し、子どもの様子を実演しながら説明する。次に、おもちゃの選択について、ランドレスの「おもちゃリスト」を資料として提示し、おもちゃの分類（創造的表現や感情開放のためのおもちゃ、行動を通して攻撃性を開放するおもちゃ、現実生活のおもちゃ）とおもちゃの選択の重要性について、Thの持参したおもちゃを実際に手に取りながら解説する。子どもの多様なイメージや感情表出に役立つおもちゃの重要性や、おもちゃの使い方は子どもに任せ、子どもの気持ちを想像することの大切さなどを遊びの例を入れながら伝える。

次に、Thはマットに座り用意したおもちゃを用いて子ども役をして遊び、CCPTのスキル「トラッキング」「感情の反映」のデモンストレーションを行う。「トラッキング」は、子どもの反応を追い、見たこと、観察したことを言葉にする。この応答によって子どもの世界に関心を持ち受容していることを伝えるスキルである。「感情の反映」は、子どもの表現する感情を言葉で伝え返すことである。これは子どもの中で起こっている感情に言葉を与え、子ども自身の感情の気づきを援助する。それによって、親による子どもの感情の適切な受容と、子どもによる自由な感情の表現を導くスキルである。デモンストレーションの後、参加者をロールプレイに誘導するが少し躊躇をしたので、Aさんの子どもの遊びを取り入れて再度デモンストレーションした後、ロールプレイを実施する。

Th：もう1度、私がやってみますね。じゃあ、Aさんのお子さんはここにあるおもちゃだとどんなふう
に遊びそうですか？

Aさん：車です。車で「ブーブー」とか、そればかり
です。

Th：そうですか（Th、ミニカーを持ち、動かす）。
どんなミニカーを選ぶのでしょうか？乗用車、パ
トカー、消防車、救急車。どんなふう
に動かすのでしょうかね。真っ直ぐ？速く？クネクネ？危険な
道？車で遊ぶだけでもいろんなことが想像できま
すね。気づいたことを言葉にしてみます。（Th、
子ども役と親役一人二役のデモンストレーション
を行う）

Th：では練習をしてみましょう。Aさんからどうぞ。

Aさん：（マットの中に入る。Th、子ども役でミニカ
ーを持ち動かす）速いね（Thの動きに合わせて
言葉かけ）。クネクネしてるね（言葉かけしなが
ら、車の移動する方についていく）。タイヤをじ
っと見ているね（Thが、ミニカーの動くタイヤ
に顔を近づけて見入っていると）。

Th：いいですね。私が動かす車の動きをよく見てく
れていて、それを言葉にしてくれました。それか
ら、私がタイヤの動きを何回もジッと見ていた
ことも「タイヤをじっと見ているね」って言う
てくれましたね。見ていてくれるなあという感
じがしました。では今度は、私の表情も一緒
に見てもらって、感情がわかったら言葉に
してもらっていいですか？（Th、ミニカー
で遊びながら、嬉しそうな顔、うまくいか
ずイライラした顔などしてみる。Aさんは
トラッキングだけでなく、Thの表情も見て
なんとか言葉にしようとするが、うまく
言葉にならない）

Aさん：あ～、難しいですね。

Th：そうですね、なかなかいっぺんには
難しいですね。でも、私の顔を見て
くれていましたね。

Aさんは、子ども役のThの遊びの邪魔になら
ないよう姿勢を変えながら、Thの動きを
よく見て

やっていることを言葉にしていった。感情を
言葉にすることは難しかったというもの
の、遊んでいるThの表情がわかるよう
に動き、感情を読み取る姿勢が伝わっ
てきた。終了時間となり、質疑応答。
プレイセッションを家で練習したとき
の感想シートを配布して終了。希望者
にPSI配布²⁾（2回目に回収し、3回
目の終了後結果を伝えた）。

<第2回> 参加：3名

スキルの実践と子どもの行動の変化の報告・主体的内省

時間前にAさんは到着し、家庭でのプレイセ
ッションの感想シートを見せ結果をThに報告する。
前回の感想と1週間の報告からプログラムを
始める。

Aさん：弟がいるので、お兄ちゃんと2人になる
ってのは難しくても、2人での遊びに誘
うとすごいお兄ちゃんが笑って、「嬉し
そうだね」って言ったら、「ウン」って
すごい嬉しそうに。そのときに弟に邪
魔をされて作っていた線路を壊され
ちゃって、いつもだったら泣いて喧嘩
になって終わっちゃうんですけど、私
が「線路壊されちゃって、悲し
そうだね」って言ったら、わかっ
てくれたと思ったのか、「うん、
でも使っていないから壊しても
いいよ」って言って、喧嘩になら
なかった。いつもと違ったなって
感じました。

Th：お子さんのその時の気持ちをよく捉えて「感情
の反映」をされてますね。すると喧嘩
にならず、「使っていないから壊
してもいいよ」という反応が返
ってきて、お兄ちゃんの変化を
実感されたんですね。弟君が
いるとなかなか2人で遊ぶ機
会を見つけるのは難しいけれど
も、そんな中でも気持ちに沿
った言葉かけを取り入れてみる
と、普段見えない子どもの感情
や言葉が出てきたり、そうい
ったことに気づかれたのですね。

Aさん：いつも子どもが遊んで
いる間に家事とかして

しまおうと、今まで全然一緒に遊んでなかったな
と思いました。言葉とかも遅い方でそんなに話せ
ないかなと思っていたんですけど、一緒に遊んで
みて言葉のキャッチボールができるんだなと。さ
っきも言ったように、子どもに「悲しそうだね」
と言ったら、「でも今使っていないから壊してもい
いよ」と返ってきた。そういう発見したのと、あ
とは、いつもは1日中車を走らせて遊んでいて何
が楽しいのかなと思っていたんですけど、一緒に
遊んでみたら、例えば低いソファの下のギリギ
リのところを走らせようとしていたりとか、線路
のギリギリの幅に沿って走らせようとしたりと、
あ～そういうことをしていたんだと発見しました。

Th：お子さんとの遊びの中で言葉や気持ちのキャッ
チボールができるというのは大切なことだと思
います。遊びに参加してみると実は子どもの遊び
の中にはいろんなことが豊かに表現されていて、そ
の遊びに沿った言葉かけをすると、子どもがさら
に遊びに集中していき、そこにキャッチボールも
生まれる。子どものことがわからないなと思っ
ていたことが、少し見えてきたという変化をお話
くださったと思います。

Aさんの報告からは、Aさん自身の日常の子ど
もとの関わりの内省、子どもの遊びの観察からの
発見が語られ、子どもの見方の変化が始まってい
る。実際に練習してみても抱いた疑問点やかなか
上手いかないという他の参加者からの感想も共
有しつつ、参加者がそれぞれの子どものじっくり
観察している点などを具体的にフィードバックす
る。

次に、Thは親子間の情緒的交流によって子ど
もの自己感、感情の統制、共感能力が育まれるこ
となど、子どもの情緒的な発達に親子関係が与え
る影響について解説する。そうした情緒的交流に
役立つ遊びの大切さ、親が遊びを受け入れ理解す
ることの大切さについて事例を出して説明し、資
料³⁾を用いて子どもの感情をとらえそれをどう

伝えるかの練習を行う。Aさんを含む参加者から
も「感情の反映」の応答案が出される。練習問題
に取り組む中で、資料の事例の状況と似た現実で
の葛藤場面について参加者からコメントが出され、
グループ内で日頃の子育ての大変さを共感しつつ
講座の内容と関連させて考える場面もあった。

残りの時間で前回と同様のロールプレイを行う。
まず参加者に子ども役で遊んでもらいThが親役
をデモンストレーションし、その後、役割を交代
しThが子ども役で遊び、参加者に親役をしても
らい、子どもの感情を感じ、言葉で伝える練習を
実施した。Aさんはロールプレイを実施する時間
が取れず観察していた。

＜第3回＞参加：2名

子どもとの関係性の洞察・あたらしい子ども像の 確立・育児の自信感へ

前回の感想と1週間の報告をしてもらい、3回
目の講座を開始。

Aさん：講座を受けて、子どもの遊びを見るようにな
って感じるのですが、うちの子は手を繋ぐのが嫌
なのではなく、手を繋ぐと行動が制限されて嫌な
のかなと。私に抱っこされたがらない、手を繋ぎ
たがらないと思っていたのですが、そういえば園
バスから降りる時などは、抱っこでないと降りた
がらない時もある。おんぶされたがることある
のにも気が付いた。すごく動きたがる子だから、
私が手を繋ぐのはそれをやめさせる時。赤ちゃん
の時もおとなしくして欲しいときに私が抱っこす
るとそれを嫌がっていた。パパは遊んでくれるか
ら私よりも子どもは大好きで、パパが抱っこした
り、肩車したりすると嬉しそうにしている。だか
ら抱っこという感覚が嫌なのではなく、私に抱っ
こされたり手を繋ぐのは、好きに動けないから嫌
がっていたのかと。

Th：このことは、Aさんの大きな心配のひとつでは
ね。改めてお子さんの感情に沿って考えてみると、

心配していた行動の意味が少し変わって感じられるようになったのですね。感覚が敏感であるからとか、Aさんが嫌がられているからということではなく、Aさんがお子さんと触れ合うタイミングの問題なのではないかと、お子さんの気持ちになって考えてみると思えてくるのですね。

Aさん：これまで私に抱っこされるのが嫌なのかしらと思うのは辛かった。私と遊ぶよりは、1人で遊ぶ方がいいのかなと感じていた。でも、子どもの表情を見てなかったなど。毎日毎日手一杯で、一緒に遊ぶ余裕はなかった。この2週間で、子どもの遊びが変わったなど感じます。でも、一緒に遊ぶ時間を区切らないと、やっぱりきりが無い。長男はずっと集中して遊んでもらえると期待するようになってきていて、長男と2人だけで遊ぼうと言ったときとても喜んだけれど、実際は弟が入ってきて難しいです。

Th：この間でいろんな発見があったのですね。「1週間30分」の構造化の話をしました。そう設定しておくことで、親も子も期待や罪悪感から守られます。お子さんの様子を見て、自分の余裕もあるときに、時間を区切ってやることからよいですよ。

Aさん：遊びも、車だけでなくいろいろ変わってきていて、最近は布団の上から飛び降りたり、布団でトンネルを作ってそこから話しかけてきたり、いろいろすることが多くなった気がします。

Th：お子さんの遊びにも変化がみられたのですね。Aさんが気にかけてらっしゃるからこそですね。

Aさんが子どもの行動を今までとは違った角度から検討し、子どもの行動が異なって見えてきたことを報告。他の参加者からも1週間の報告をもらい、3回目のプログラム「制限設定」のスキルの紹介を行う。

Th：今日の制限についての内容は、皆さん日々困っていたり、迷っている内容かと思えます。紹介する制限の与え方はただ行動を禁止するためだけに

行うのではなく、制限を伝えることを通じて子どもの自己統制力と責任感を育む機会として捉えていく方法です。内容について説明しつつ、普段の生活場面でお困りのことをお話いただきながら、どのように制限を伝えていったらいいか一緒に考えていきたいと思います。Aさんからは、お子さんが道路に飛び出してしまって困っているというお話がありました。その他に、普段の生活の中で制限が難しいと感じることは？

Aさん：けっこうあります。兄弟喧嘩が毎日のようにあるのですが、やっぱり、どうしてもおもちゃを無理やり取ってしまうんですね。「取らないで、ちゃんと貸してって言って、待つんだよ」と、そういうのは日常茶飯事。あと長い棒を持って、振り回すのが大好きで、最後はコツンコツンって周りの人を叩いたりすることもあって、「怪我しちゃうから、人はぶたないでね。床ならいいよ」とか言うと、少しはいいんですが。危ない時は、取り上げて上の方に置いてしまって、また「欲しい、欲しい」と言ってきたら「約束守れる？」と聞いてから渡すんですけど、やっぱり時々忘れてコツンって弟とか叩いちゃって。けっこう泣かしているの、泣かすまでやるのは止めたいなど。

Th：ん～、どうしてそうやりたくなってしまうんですかね。

Aさん：兄弟同士意識していて、ご飯を食べながらでも、2人で視線がパチパチと。相手を意識していて、食べたくない物でも相手が食べていると自分も食べるというように。普段は興味のないものでも弟が持っていると取りたくなっちゃう。それで泣かして、「俺は強いんだ」じゃないですけどそれで喜んでるんです。それはやっぱりよくないと思って、「貸してくれるまで待ちなさい」って言うんですけど、それを何回も何回も繰り返す。

Th：「俺は強いんだ」という感覚を、お兄ちゃんは弟君を泣かすことで味わっている感じですかね。

(Aさん：「あ～、そうですね」)それを、もし今回のテーマでいうと「何かに我慢できて、僕は

すごいな」という機会に（Aさん：「あ〜」と頷く）、「俺は強いんだ」という感覚を他のことで感じられるように、言葉かけや関わり方のポイントを変えていけたら、その場面も成長のチャンスとなるのかなと思います。

Aさん：子どもは1回言っても聞かないから、何回も何回も言っているんですけど、そういうふうに変えていけばいいかもしれないですね。

Th：そうですね。生活の中でのテーマが見えてきたところで、今回の制限設定のステップ①というのを説明していきます。ステップ①は「子どもの感情や願い、欲求に気づき、それを子どもに伝える」です。先週までの内容でお子さんの感情に気づき、それを伝えるということやってきました。これは制限の場面でも重要です。先ほどのおもちゃを取ったり取られたりの中でくやしくなって喧嘩になりそうな場面であれば、「取られてくやしんだね」とか、「このおもちゃがすごく使いたんだね」とか、状況の中で感じられるお子さんの気持ちを言葉に出してあげることです。

他の参加者から、制限の場面でも気持ちを言葉にしてあげると子どもは落ち着くという報告。また、制限の一貫性というテーマについて、ひとつの行動の制限に対しての一貫性という側面だけでなく、きょうだいへの関わり方で一貫性を保つ、あるいは夫婦間や祖父母世代との一貫性を保つ難しさについて参加者2人から自発的に語られる。そうした話題の中でAさんは普段の自分の行動を内省する。

Aさん：（Thと参加者を見ながら発言）私はこれ（感情・動機の反映）やってなかったんですね。いざ喧嘩が始まると、「あ〜また始まった」と思ってしまった。なんでこうなったのか探ろうと聞いたりはするけれど、その時の感情については「こうだったんだね」とか口に出して言っていなかった。それをすればいいのかとわかりました。

この自己開示的な発言に引き続き、Aさんともう1名の参加者との間では、参加者同士互いの工夫を紹介しあったり、発見を共有したり、自由な雰囲気での会話が増える。次に、ステップ②何が制限されているのかを具体的に伝えることの注意点や、緊急時での制限設定の対応を話す。ここでも、家では許されることが外では制限しなければならないこともあるという参加者からの話題を受けて、Aさんは「うちのはまだ公園と道路の違いがわかってないのかもしれないかな」と、悩んでいた子どもの「問題行動」について別の見方で捉えようとする発言があった。

行動を制限させたままでなく、もともと行動で表していた感情を子どもが表現できるように、代わりとなる行動を提示し、子どもに自己統制を働かせる機会がもたらされるステップ③について事例の紹介をしながら説明する。その際には子どもがとった行動の結果として選んだ選択肢を経験し、責任感、自己統制感を助長するという作用が大事にされていることを説明した後で、参加者それぞれの子どもに対しての制限の伝え方を一緒に考えていく。ここでもAさんは積極的に自分の理解を言葉にしていく。最後に3回の講座全体のまとめとしての質問や感想を参加者に述べてもらう。

Aさん：今までこういう具体的に遊び方を教えてくれる講座というのは出たことがなくて、子育ての勉強もしてなくて育児法もあまり見たこともなく、なんとなく毎日してきたという感じだったので、ほんとにこういうふう遊ぶと子どもとの絆が深められるんだと思いました。自分がしてたことと全然違うなと思って、考えさせられることが多くて。今までは1人で遊んでてくれてラッキーというふうに思っていたんですけど、一緒に遊ぶようになったら、こんな楽しい遊びをしていたんだとわかりました。すごい良いきっかけになりました。

Th：お子さんを見る視点が変わられましたね。最初は子どもが道路に飛び出してしまって怖い思いを

されて、でも注意しても全然きかないということ
で困ってらしたけれど、先ほどのAさんのコメン
トで「もしかしたら道路と公園の違いがわかって
いなかったのかもしれない」とありました。お子
さんからはどのように世界が見えているのか、ど
ういう気持ちで行動しているのかをすごく考えて
いらっしゃるのだなと思いました（Aさん：
「はい、ずいぶん考えさせられて」）。最初の頃
は道路に飛び出すことをどう止めたらいいかと悩
まれてましたけれど、今も前と同じような不安で
らっしゃいますか？

Aさん：前は、不安で不安でどうしよう、外にも連れ
ていけないと思ってばかりいたんですけど、今は、
例えば道路と公園の違いもわからないのかもしれ
ないとか、子どもの気持ちがちょっとでもわか
れば、ああこうだったからわかんなかったんだと
わかれば、道路はこういうところって説明でき
ると思います。

Th：「だめでしょ」でなくて、落ち着いて対応でき
そうなのですね。

Aさん：はい、ステップを教えてもらったので、だんだ
んこれを活用していきたいなと思いました。

4. 考 察

1) 経過の考察

Aさんは、当初、「長男は自分との接触を嫌がり、指示にも従わない」と、子どもの行動に自分
だけがうまく対応できないと感じ、子どもとの接
し方に自信を失っていた。また、行動が制御でき
ないことから、長男に発達の問題があるかもしれ
ないと心配していた。FTの理論と方法をベース
にした3回のプログラムを通じて、Aさんが子ど
もの感情表出への感受性を増し行動を共感的に受
けとめられるようになると、子どもの反応も変わ
り、子どもとの関わり方にも変化がみられた。A
さん自らが子どもの気持ちを想像することにより、
問題と感じていた子どもの行動の意味を多角的に
捉え返すことができるようになった。さらに自身

のこれまでの子どもとの関わり方の洞察が行われ、
子育てに対しての自信を回復し親子の関係性の変
化に繋がっていった。本来のFTに比べると家庭
でのセッションに向けての準備や各スキルの練習
も短かったが、今回のプログラムにおいても一定
の効果が得られた。

プログラムの実施において、第1回ではまず、
共感的な雰囲気の中での導入と、家庭でのプレイ
セッションを安心して実践してもらえることを心
掛けた。Thが親に対して共感的に関わる姿勢は、
家庭でのセッションにおいて、親が子どもに対し
て表出する受容、共感、許容と同じ行動をThが
それとなく親に示すことにつながる。スキルの説
明をする際には、例として積極的に参加者の子ど
もの様子を取り入れ、相互性のある展開を心掛け
た。こうした進め方は参加者の興味を引き、限ら
れた練習時間の中で、スキルを家庭での子育てに
応用していくことに役立ったと思われる。Aさん
は、Thが子ども役を演じるロールプレイに参加
し、子どものリードで遊ぶことや、子どもの表情
をみながら感情を想像し伝えることなどに取り組
んだ。本来のFTでは、家庭でのセッションを実
践するのは、観察や実演の段階を経て、親が自信
をもって実践できると思えるまでサポートをして
からであるが、今回は、やれると思った人だけに
無理のない範囲（構造）で、家庭でのプレイセッ
ションに挑戦してもらった（3人とも実施）。親
が子どもにじっくり向き合い楽しく遊ぶ経験は、
それだけでも親子関係にとって意味あることであ
る（ガーニー、2011）。細かなスキルの実践とい
うよりも、まずは楽しい親子の時間を作ってもら
うことを目標とした。

第2回では、Aさんは、家庭でのセッションを
通じて感じた自分の気持ちの変化、子どもの行動
の変化について驚きを交えながら報告し、Thは
それに対し許容的な雰囲気でのスーパーヴィジョ
ンを試みた。参加者の肯定的な変化を具体的に
フィードバックし、親としての効力感につなげて

もらうよう心がけた。こうしたスーパーヴィジョンによって、FTには力動的なプロセスが備わり、これは多くのトレーニングプログラムが教育的であることとは一線を画している（ランドレス、2007）。Aさんは家庭で練習をする際の構造化の難しさについての感想を述べ、次いで、「2人で遊ぼう」と伝えた際の長男の嬉しそうな表情に気付き言葉で伝え返すと、長男が嬉しそうに反応するという体験を語った。長男が自分と遊ぶことを望んでいると感じられた最初のこの反応は、プレイセッションの挑戦を後押ししただろう。別のエピソードとしては、次男に線路を壊された長男に「壊れて悲しかったね」と伝えると、「もう使っていないから大丈夫」と、いつもの喧嘩に繋がらなかったことへの驚きが報告された。子どもの感情の動きをとらえようとまず母親の意識の変化があり、瞬間を逃さず「感情の反映」をしてみると、子どもからも肯定的な行動の変化があった。自分の新しい対応が、子どもに影響を与えた実感を得ている。さらに、Thは参加者の抱える共通の困難も具体的に指摘しながら参加者間をつなぎ、グループ内での共有・共感が深まるように働きかけた。

第3回では、プレイセッションの中だけでなく、日常生活内での長男の行動についても別の見方ができるようになってきたことをAさんは報告している。これは、FTの移行と般化の段階への一歩とも捉えられる。長男が自分との接触を嫌がるように感じることにAさんは傷つき、自信をなくしていた。しかし、Aさんが抱っこをしたり、手を繋ごうとするときは、長男からみると自分の行動が制限される時である。そのために接触を嫌がっているようにみえるのではないか。タイミングの問題なのであって、長男はAさんとの接触を求めていたと気がつくことにつながっている。FTの構造での長男との楽しい遊びの時間は、Aさんに子育ての自信を取り戻させ、今まで心配だった長男の行動を多角的に捉えることにつながる。Aさ

んはこれまでの子どもとの関係性について自ら洞察し、新しい子ども像を発見し始めたといえよう。

また、Aさんが一番困っていた制限の場面の心配も変化していった。子どもが制止を守れない、衝動的であるという漠然とした不安感は、子どもがどんな理由で制止を守れないのかという子どもの視点に立った場面理解や、自分の関わり方は子どもにとってのわかりやすい制限設定になっているのかという問いに変わることによって、具体的な対策を自分で考えられるようになっていった。ただ「ダメ」と禁止するだけではなく、子どもの行動の動機を考え伝えることの大切さも、日頃の自分の反応の反省を含めてコメントしている。当初、不安で仕方なかった長男の道路への飛び出しも、Aさんの中では対応可能な行動に変容してきた。こうしたAさんの変化は、参加者間の共感的な雰囲気にも支えられて引き起こされており、Thが促さなくとも参加者間でテーマに沿った主体的な意見交換も生まれ、その中でAさんも自らの子どもとの関係性を捉え返しているようであった。最後に、「今まで1人で遊んでいてくれてラッキー」と思っていたのが、「一緒に遊ぶようになったら、こんな楽しい遊びをしていたんだとわかりました」と子どもとの相互作用のある関係性が楽しいものだとの認識が変化したことが報告された。FTをベースにした今回のプログラムを通して、Aさんと子どもとの関係性は修復されていった。

2) 子育て支援の新しいプログラムとして

近年、子育て支援活動には大きな関心が集まっており、行政、教育・福祉機関などにおいて様々な取り組みが、多様なニーズに対応して実施されている。子育て支援活動におけるFTの位置づけについて、串崎（2004）は児童虐待防止の観点から以下のように論じている。まず図1のように、子育て支援ネットワークを1次予防以前、1次予防、2次予防（早期発見）、3次予防（再発防止）に区分すると、そのそれぞれに親たちの置か

れている状況に対応させて整理することができる。

「育児に負担感、育児に自信がない」、「育児に否定感、育児に不安感」、「軽い虐待」、「深刻な虐待」という4つの段階である。子育て支援事業は、多くの親が日常生活において感じている子育ての負担感や不安感への支援から、深刻な虐待の再発防止まで、そのニーズの幅は広く、対応する支援活動も異なっている。これまで、心理臨床的な支援活動としては、2次予防、3次予防の領域において、個人カウンセリングや集団家族遊戯療法、親のための回復プログラムなどが各機関で実施されてきており、地域に密着した長期的な支援となってきた。こうした取り組みに対して、FTは1次予防以前や1次予防という新しい領域に適したプログラムであると位置付けている。

Aさんは、育児に自信のなさや不安感、親子関係のしっくりいかなさを感じていた。こうした思いは多くの親が感じながらも、わざわざ専門機関に向かうことには躊躇するであろう。また、Aさんを含め、今回の参加者は3名とも転居してきたばかりで、地域の資源をどのように利用したら自分のニーズに合う支援が得られるのかわからず困っていた。市民に開かれた社会教育の講座の一つとして実施された本プログラムも、「育児に負担感、育児に自信がない」、あるいは「育児に否定感、育児に不安感」がある親たちのニーズに合致したものだった。

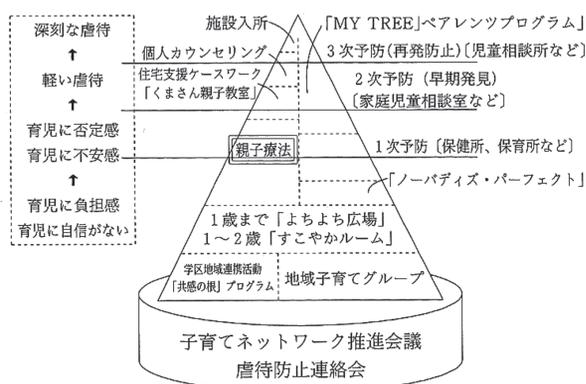


図1 子育て支援ネットワークにおける親子療法の位置づけ(串崎2004より抜粋)

*この図の「親子療法」はフィリアルセラピーのことである。

3) プレイセラピーの現場から

プレイセラピーに携わってきた著者の経験からも、FTには注目すべき点が多い。子どもの臨床現場では、子どもとセラピストとの治療関係がうまくいっても、そのことで親が自信を失ったり、自責を感じたり、時にセラピストをライバルであると認識してしまうことがある。親は自分よりも専門家が子どもにうまく対応することに関して敏感であり、子どもの問題をセラピストにゆだねることにしてしばしば防衛的である。子どもの心理臨床に携わる専門家は、親の防衛や抵抗という問題に配慮し克服することが重要である。プレイセラピーがより効果的であるのは、親たちが支持的なときである。FTは、親が子どもの変容について不可欠の役割を担っていく。そのことは、セラピストと子どもの関係によって親が受ける脅威と、そこから生じる抵抗の多くを排除する(ガーニー、2011)。親に効力感をもたらしながら、子どもの問題の解消、親子関係の修復にアプローチすることができる。

子どもの心理療法をセラピストと子どもと親の相互的な関係に着目して進めることに関しては、FTを手がかりのひとつにしながら、引き続き心理臨床の場における研究を行っていきたい。

謝 辞

ファリス小川裕美子先生には、米国でのFTの実践について教示を得るとともに、今回の実践に関しても貴重な助言をいただいた。心から謝意を表したい。

注

1) 米国で始まったフィリアルセラピーには今のところ定訳はなく、Filial Therapyかカタカナ表記で紹介されているものが多い。親子療法、親子遊戯療法、親子あそびなどと訳されている場合もある。米国では、フィリアルセラピーという名称がセラピーの内容を必ずしも正確に反映していないとして、より適

切な名称への変更を試みる動きもあった。「フィリアル・ファミリーセラピー」「子ども関係促進家族療法」などと呼ばれた時期があったが、すでにフィリアルセラピーという名称が広く使用され、多くの文献が発表されていたことなどから結果としてフィリアルセラピーという名称が現在でも多く使われている（ガーニー、2011）。

- 2) PSI育児ストレスインデックス (PSI : Parenting Stress Index) は、親の育児ストレスを測定する心理検査である。PSIは、親の育児ストレス、親子や家族の問題などをアセスメントし、問題への援助やプログラムの効果を知ること役立つ検査である。今回は希望者に実施してもらい、3回目の講座終了後に結果をお伝えした。
- 3) CPRT : Treatment Manual (Bratton, S. C. & Landreth,G. & Kellam, T. & Blackard, S.R 2006 p.8-9) より、セッション1のワークシートを翻訳して用いた。

文 献

Guernsey,L. (2003) Filial Play Therapy. edited by Schaefer,C,E Foundations of play therapy John Wiley & Sons, Inc. (ガーニー,R. 2011 フィリアル・プレイ

セラピー ファリス小川裕美子訳 シェーファー, C.E. 編著 プレイセラピー14の基本アプローチ - おさえおくべき理論から臨床の実践まで- 串崎真志監訳 創元社)

Landreth,G. (2002) Play Therapy: The art of the relationship. Taylor & Francis Book,Inc. (ランドレス,G. 2007 プレイセラピー -関係性の営み- 山中康裕監訳 日本評論社)

Landreth,G. & Bratton, S. C. (2006) Child Parent Relationship Therapy : A 10-session filial therapy model. New York: Routledge

Bratton, S. C. & Landreth,G. & Kellam, T. & Blackard, S.R (2006) Child Parent Relationship Therapy : Treatment Manual. New York: Routledge

VanFleet, R. (1994) Filial Therapy: Strengthening Parent-Child Relationships Through Play. Professional Resource Exchange,Inc. (ヴァンフリート,R. 2004 絆を深める親子遊び-子育て支援のための新しいプログラム- 串崎真志訳 風間書房)

ヴァンフリート,R. 2004 慢性疾患を抱えた家族-短期親子遊戯療法- カドウソン,H.G.&シェーファー, C.E.編著 (倉光修監修 串崎真志・串崎幸代訳) 短期遊戯療法の実際 創元社