

実践レポート 対人援助技術 心のケアの視点

阿部 優美

八王子平和の家 心のケア担当 言語聴覚士

第1回 困らせる行動のからくり

四回の連続講座で、対人援助技術とはいかに相手との「いい関係」をつくるか、そしてそのためには、「心のケア」という考え方が必要であるということをお伝えしたいと思う。

子どもであれ、大人であれ、私たちは日々「いい関係」なくしては暮らせない。自分が生き生きと実力を発揮できているときは、本人が意識しているかどうかにかかわらず、「いい関係」に支えられていると考えていい。皆がそういう状態であれば、対人援助技術などということ意識する必要はない。反対に、「いい関係」がつかれない、もしくは「いい関係」が崩れたときは、対人援助技術とい

うことを意識して、援助する側が相手の「心」に近づく必要が出てくる。そして、そのためには、支援する側の「心」のありようも、とても大事になるのである。人との関係は一方通行ではないからである。「いい関係」がつかれていないときは、お互いの間をスムーズに行き交う心地良さが感じられない。それは、双方にとって気持ちよくないことである。職員はその状態を「困った!」と感じ、なんとかしたいと思う。そこからすべては始まる。「困った!」と感じてくれる大人の存在があるから、「いい関係」をつくるため、もしくは取り戻すために、何らかの対応策が見つかるのである。

直接処遇にかかわる職員が困るとき、もしくは苦しくなるときには三つの段階があるように思う。連載の第1回はその第一段階として、「なぜ? どうして!? そんなことするの!」「どうして何回言っても分かってくれないの!」「どうして何回言っても分かってくれないの!」と、子どもの気持ちがあみえない・分からないという行き詰まった状態から抜け

出すために、子どもの気持ちに目を向けるといふ視点をお伝えしたい。

ある男の子の例で説明しよう。三歳の男の子(兄)が弟を噛むという相談があった。その母は弟が生まれるまではほとんど兄を叱ったこともなく楽しくやっていたということである。母と兄は「いい関係」だったわけであ

る。弟の出現で、大きな変化が起きた。兄が小さく無抵抗な赤ちゃん(弟)を噛むという、母が怒らざるをえないことをするようになったのである。母は何度も言い聞かせ、そのたびに叱り、とうとう「どうして何度言っても分かってくれないの!」と、兄に手を上げるようになったという。ある日、公園に兄を連

れて遊びに行った。すると兄は他の友だちを叩くということを繰り返したという。母は驚き、それは自分が兄を叩くせいだと理解して、すぐ叩くのをやめたという。そのかわり母は怒鳴る声がどんどんエスカレートしていった。そしてまた公園へ……。今度は兄は他の子どもたちを大声で怒鳴るようになっていった。母は「もうどうしたらいいか分からない！」と私のところに相談に来たのである。母と子の「いい関係」の危機である。

どうしてこんなことになるのだろうか？

親子であれ、職員と子どもであれ、大人同士であれ、お互いに相手との「いい関係」を望んでいるはずなのに、いったい何が起きているのか？

行動の裏側にある気持ち

私たちが何らかの行動をするとき、そこには、必ずそれを動かしているものがある。「心」といってもいいし、「意志、動機づけ、情動」などと呼んでもいいのだが、それは身体の内側にある力で、自分の体を使って外界に働きかけ行動を引き起こす力となるものである。私たちの身体はどんな小さな動きでも、必ずどこかの筋肉を使っている。話すという行為

にしても喉の声を動かす、口や舌の筋肉を動かさなければ声も言葉も出てこない。だから、話したいという気持ちがあれば、話す能力はあっても、無口で、何も話さないということも起こる。

行動の裏側にはなんらかの気持ちがあるということが分かれれば、対応に幅を持たせることができる。もし、ある行動をやめてもらいたいと思ったら、その行動を起しているその裏側にどんな気持ちがあるのか？ が分かれば対応しやすいということである。

さて、では先の兄の噛むという行動を起すもとにはどんな気持ちがあるのだろうか？ いったい彼の行動は、私たちに何を訴えているのだろうか？

〈具体例1〉

弟を噛まずにはいられない兄の気持ち

面接の続きに戻ろう。私は、母に対して多くの説明をするよりもまず子どもの気持ちを実感してもらおうのがよいと思いい、遊んでいた子どもを母に抱いてもらった。私のほうを向いている兄に向かって私は、「弟を噛んでいるんだって？」と聞いてみた。兄はその話題に触れたとたん、シヨボンと身体を小さくし、

小さくうなずき、首をうなだれた。「困っているでしょう!？」と聞くと、ちよつと驚いたように顔をあげ（そうなんだ）と言うように「うん」とうなずく。「弟が生まれて、お母さんが僕のことなんかもうどうでもいいのかって心配なんだよね。心配になったときにどうしたらいいか、おばさんがいい方法を教えてあげるから、練習して帰ろうね」と話し、「心配になったら母に『僕のこと嫌い!』って聞くんだよ」と伝授。避難訓練ではないけれど、練習しなければいざというときには使えない。そこで、実際にやってみるよう兄を誘った。すると兄は「僕のこと嫌い!？」と言いながら振り返って自分を抱えている母の顔を見上げた。一部始終を見ていた母は息子の言葉に声を詰まらせ、「嫌いなわけじゃないやない! 大好きだよ!」と子どもを抱きしめていた。「いい関係」の復活である。

この兄の噛むという行動の裏には、弟の誕生で自分の存在が脅かされ不安という気持ちがあった。母を困らせたかたてやっているわけではないが、自分ではもう行動を止められない。母が噛むという行動にはかり目がいくと、つい止めさせたくて叩いたり、大声で叱ったりということになり、その結果、兄は、（やっぱり僕のことかわいくないんだ）とますます不安になるといふ悪循環に陥る。

