カウンセリングのお作法　第45回

CON

Counseling Office Nakajima

カウンセリングオフィス中島　中島(水鳥)弘美

～　支援の記録について(3)　～

初回面接　問題確認段階

支援を順調に効果的にすすめるために、何について記録を残すかの三回目です。

今回は、家族面接初回の問題確認段階を中心に話します。

問題確認での情報を記録

初回面接では、あいさつなどの社交段階を経て、本題である問題確認に入っていきます。どのような事情で相談に来られたのかの内容を確認します。この段階では、主に、ご家族が何を語るのかに注目し、記録をします。

ポイントは二つ。

参加者の家族それぞれが語る内容そのものと、そのことをどう受け止めているのかです。

たとえば、父は何を語り、母は何に注目をしているのか、子ども自身はどうか、そして、どのように感じているのか、それぞれの思いを語ってもらい、事実と感情を区別して聴きとり、記録します。

今回はどういったことで？

「今日はどういったことでこちらに来られましたか、どなたからでも、どんなことでも結構です、いろいろとお話をきかせてください」

と、ややゆっくり、はっきりとカウンセラーが問いを投げかけます。

ご家族が考えている枠組みで自由に話をすることができるように、あえて、オープンな問いです。それは、家族なりの普段のやり方で話してもらうことを促進するという考えに基づいているからです。

申し込みの時点で、親御さんのどちらかから、「子どもが学校を休んでいる」などの相談内容の話が事前に判明している場合でも、改めて、直接うかがい、ここからが全員そろってのスタートであるということを感じ取ってもらい、その場面で出てきた話や、ことばを記録します。

「どなたからでも、どんなことでも」というカウンセラーの依頼に対して、ご家族は、どうする？だれが話す？と、顔を見合わせたり、どうぞと合図を送ったりして、打ち合わせをします。

その場面も貴重なデータです。どんなふうに家族がやりとりをして、物事が決まっていくのか(＝誰が話すのかが決まる)に注目し、そのときに、子どもさんはどのような様子なのか、家族の行動パターンやかじとりの様子を観察します。

その流れを経て、来所した事情が面接室で語られます。

家族の誰かが話すところを別の家族メンバーもその場でストレートにきくという体験をします。中には、「子どもの前で話していいのですか」と、言われることもあります。それは、親が事情を話すことについて、子どもが不快な思いをするのではないかと、子どもの気持ちに配慮する思いからくる発言と考えられます。子どもも、親が他者であるカウンセラーに自分のことを話している内容をじかに聞いて、さまざまな思いが生まれるという作用がおこります。

何かが明確になる場面でもあり、誰かにとって、シビアな体験になる可能性もあり、それぞれがさまざまな感情に向き合うことにもなります。

家族全員が同じような思いで来所事情を受けとめている場合は、次の段階に移りやすいのですが、必ずしも一致しないことも多くあります。そのような場合は、家族それぞれに「〇〇さんはどうお考えですか？」と、ひとりひとりに言葉をかけ、家族の受け止めについても家族それぞれの思い感情を確かめます。誰かが話しているときの、別の誰かの様子にも注目をします。

今後の希望方向

例えば、学校を休んでいる状況について、どう受け止めているのかが語られます。

塾には通うことができているので勉強面は心配していない　放課後は同級生と遊んでいていろいろ誘ってくれるのがうれしい　学校が合わない様子なので転校を考えているなど、これまでの事情説明とともに、あらたな話題も出てきます。塾、友人、転校など、家族の生活環境や関係者に関する情報も追加されて、さらに本人家族理解が進みます。

要注意　原因探しの話題

状況に対する受けとめや感情の話の中で、どうしても起こりがちなのが、悪者さがし、原因探しです。何が良くなかったのが、なんでこうなったのか、〇〇に問題がある、もっとこうしていればよかったとか、ときに怒りの感情が現れたりして、家族なりの考えや感情が表面化します。

「なんで△△できないのか」と、話題が集中してしまうこともあります。カウンセラーはなんでという質問をご家族にしませんが、家族の話し合いのなかでは、「なんで、どうして」という原因探しになります。

このような中で、子ども自身が話しづらそうな様子であれば、

「〇〇さんは、これからどうしたい？どうなったらいいと思いますか？」

と、今後に焦点をあてた問いかけを行い、これからに家族の視点が向くようにしていきます。子ども自身は、その問いにすぐに応じるわけではありませんが、時間をかけながら、これからの希望方向の意思確認をし、本人の意思を尊重します。

話せないことも

家族の思いに触れるなかで、とくに子ども自身が、スムーズに話すことができている様子だとしても、すべてをわかった気にならないように、要注意です。話せないことがあるかもしれないと想定しつつ、表情、しぐさを見守りながら、気持ちや感情の理解に努めることになります。