

ソリューション・フォーカスト・アプローチ：褒められたかったお母さん

中西公一郎 教育科学講座

I はじめに

ソリューション・フォーカスト・アプローチ（解決志向アプローチ）では、クライアントの持っている力を活性化することから短期間に大きな変化が起こることが多い。また問題解決ではなく、解決構築の視点でクライアントと関わるということが他のカウンセリングとソリューション・フォーカスト・アプローチの最も大きな違いである（ソリューション・フォーカスト・アプローチでは、クライアントの主訴を知らないままでもカウンセリングを進めることが可能である）。ソリューション・フォーカスト・アプローチの理論的な側面については、中西（2000b）が取り上げている。事例としては、中西（1998, 2002）、中西ら（2000a, 2000b, 2000c）等がある。本論文ではカウンセリング・アプローチの解決構築の視点という特徴が分かり易く観察できる面接事例を取り上げ、ソリューション・フォーカスト・アプローチについて考察したい。筆者は以下の面接時、長野県のスクールカウンセラーとして勤務していたので、クライアントは面接料を支払っていない。

II 事例

1. 事例の概要

【事例】Y子のお母さん（以下CIと記す）

【主訴】Y子（一人っ子、中学2年生、女子）の不登校

CIは、暗い表情で来室した。初回には様々な問題が語られたが、面接によりお母さんは大きく変化していった。それと共に問題にも変化が現れていった。全8回の面接で終結となり、終結後しばらくして1度だけ追加面接を行った。

通常の面接は、1回約50分であった。以下で〈〉内はカウンセラーの発言を示す。CIのプライバシー保護の為に、1部の内容は脚色してある。各回の面接の最後には、その日に聴いた内容の内、CIのリソースを示すものをまとめてコメント（コンプリメント・シャワー：強力なコンプリメントとなる）をしている。また「次回の面接までの良い変化を観察し教えて欲しい」という観察課題も出しているが、毎回の事なので面接描写においては省略している。

2. 面接経過

初回面接

〈今日はどういった事で？〉 私は話があまりうまくなくて、ちゃんと説明できるかどうか分からないんですが、娘が不登校になったんです。少し前から登校しなくなり、最近はずっと家にいます（その後しばらく家での娘の様子を話す）。あと先生、アルコール中毒というのは、どんなものなんでしょうか？〈どうしてアルコール中毒について、お聞きになりたいんですか？〉 お父さん（ご主人）がアルコール中毒なんじゃないかと思うんです。Y子の不登校をあまり良く思っていないで、飲むとY子に暴力を振るうんです。Y子が倒れていても殴る蹴るが止まらないんです〈そうなんですか（その後、アルコール依存症について若干話をした）〉 お父さんの方の祖母が入院しているので世話もしなければいけませんし、私自身も共働きをしているので余裕がありません。他のお母さん方のように明るい表情が出来れば良いな、とは思って

いるんですが <お母さんの話す多くの問題に圧倒されつつ> 明るい表情ですか？ Y 子ちゃんは不登校になっていて、お父さんはアルコール中毒の疑いがあるって Y 子ちゃんに飲んで暴力を振るう事があるようですし、義理の祖母は入院して世話をしなければならぬし、お母さん自身も仕事を持っていらっしゃるんですよ。そして今日は Y 子ちゃんの不登校の事で、この相談室に相談にいらっしやって。僕だったらこんな苦しい状況にあったら、何とかやっつけていけるかどうかとも全く自信がありません。そんな中で明るい表情なんて僕には作る事はとても出来ないでしょう。こうやって相談する時間を作って相談に来られているだけでも、もの凄い事だと思いますよ。どうしてそんな苦しい状況の中で何とか毎日を過ごしていけるのでしょうか (コーピング・クエスチョン) ? 全く驚きです>

第 2 回面接以降

不思議なんです、お父さんの暴力がなくなったんです。Y 子が学校に行きたいのに行けない様子を自分自身で見ても「こんなに苦しんでいるのか」と理解をしたようです。それ以来、暴力はなくなって Y 子との関係は良くなっています <そうなんですか。不思議ですね> (このお母さんの発言は第 2 回面接での発言である。第 3 回面接以降でも、お父さんが引き続き協力的であり、家族 3 人で旅行をした話やお父さんと Y 子との良い関係の具体例について何度か語られた)

その後の面接では、Y 子の小さな良い変化に焦点を当てて、お母さんに報告してもらっていった。またお母さんの関わりへの COMPLIMENT (賞賛: ソリューション・フォーカスト・アプローチの基本である) も続けていった。Y 子に色々な変化が現れて中間学級への登校が始まり、原級にも時々出席するようになっていった。

終結時の面接

<初めてお会いした時には、本当に大変な状況で、話を聞いてだけで圧倒されてしまいました。でも、その後色々な変化が起こってきましたね。今振り返ってみて、どんな事が役に立ったか教えてくださいませんか？>
> 私本当は褒められたかったんだと思います。初めに来た時に、先生にうんと褒めてもらって、それが良かったんだと思います。まだ Y 子は完全にクラスに戻った訳ではありませんが、元気にやっていますし、お父さんも協力してくれます。これからは母の世話などで忙しくなるし、自分達で様子を見ながらやっていきたいと思っています <本当にお母さんは大きく変化していらっしやいましたし、Y 子ちゃんの良い変化も色々観察できるようになりましたね。僕も「もうお母さんにお任せしておけば大丈夫だ」と思っています。またいつでも必要な時には声を掛けて下さい>

終結後の追加面接

(その後暫くして、Y 子が再び不登校になり、お母さんが相談室に再び来る事を相談室担当の養護教諭から知らされた。カウンセラーは「残念だったな。今日はどんな話が出るのかな」と思いながら、お母さんの来室を待っていた) <また休み始めたようですね> ええ。でも Y 子は以前とは随分違っています。最初に不登校になった時には、どうなるんだろうと心配しましたが、今は心配していません。また暫くすれば立ち直れると思っていますし、以前とは比べ物にならないくらいあの子は変わってきているので今のままでも構わないと思っています <そうなんですか。今回また不登校になったって聞いて、今日はどんな話になるのかなとちょっとドキドキしていたんですが、お母さんは本当にどっしりと構えていらっしやいますね。これではどちらがカウンセラーなのか分かりませんね (2 人で笑う)。また不登校が始まったのにそんな風にどっしり構えていられるのは、どうしてなんですか (コーピング・クエスチョン) ?> こ

れまで先生が何度も Y 子の変化について質問してくれました。ですから初めに不登校になって休み始めた時と、今とがどんな風に違っているのか良く分かります。だから今回は安心していただけるんだと思います。

III 考察

解決構築は、問題解決とは異なる。初回面接では様々な問題が語られた。問題解決の視点では、父親の飲酒の上での暴力や、やるべき事を複数抱えている状況など解決が困難な問題も多くあった。このような場合、問題に圧倒されてしまう事もあるだろう。しかしながら解決構築の視点で考えるなら、必要なのは母親のリソースを活性化させる事だけである。母親の変化による問題の変化は珍しい事ではない。母親の持っているリソースが活性化され、問題に様々な変化が起こってくるのだ。バーグら (1992) は、アルコール依存症のクライアントにたいする「どうしてそんな厳しい状況で、あなたは今まで生きてくる事が出来たの？」というコーピング・クエスチョンを紹介している。最悪の環境の下では、死なずに生きながらえている事だけでもリソースなのである。この面接においても、困難な状況の中で毎日を何とか過ごしている事が CI のリソースとして取り上げられている。

中西 (2002) は、「基本的には心理面接は 1 回で、その後はフォローアップだと感じる事が多い。それは初回面接でクライアントがその後に体験するであろう変化への手応えを感じるし、実際に第 2 回面接までにクライアントが様々な変化を起こし報告する事が多いからである」(143~144 ページ) と述べている。今回の面接も終結までには 8 回の面接を行ったが、初回面接がその後の全ての変化の原動力となった事を母親自身が語っている。その後 Y 子は再び不登校になったが、母親はどっしり構えており全く心配がなかった (逆にカウンセラーの方がアドバイスされたようであった)。

IV おわりに

カウンセリングに訪れるクライアントは、短期間で大きな変化を望んでいる事が多い。また多くの現場において、治療期間等に様々な制約が存在する。心理療法には 400 種類以上のアプローチが存在する (Garfield, 1995) と言われるが、どのようなアプローチを中心にしてゆくにせよ、短期療法について学ぶ事には大きな意義がある (中西, 2000a) と考える。

ソリューション・フォーカスト・アプローチは、短期療法の一つで、学校・医療・老人介護等の現場で困っている人々 (潜在的なクライアント) に様々な変化をもたらす実践的なアプローチである。それ以上にソリューション・フォーカスト・アプローチは、カウンセリングにおいてクライアントの変化に役立つ要素である、クライアントが既に持っているリソースを活性化させるという事を直接の目的としている。この事から、ソリューション・フォーカスト・アプローチは、全てのカウンセリングの基礎となるアプローチではないかと考える。

*本稿は、平成 14 年度松高科学研究助成金を部分的に活用した論文である。寄付者である西村秀美氏に感謝する。

参考文献

- Berg, I.K. & Miller, S.D. (1992): Working with the problem drinker: A solution-focused approach. New York: Norton. 斎藤学監訳 (1995): 飲酒問題とその解決. 金剛出版.
- Garfield, S. L. (1995): Psychotherapy: an eclectic-integrative approach. Second Edition. New York: Wiley.
- 中西公一郎 1998 高等学校における学校カウンセリング—特徴, 方法, 事例研究— 学校カウンセリング研究, 1, 9-16.
- 中西公一郎 2000a カウンセリングの習得についての考察 信州大学教育学部紀要, 100, 181-186.

- 中西公一郎 2000b ソリューション・フォーカスト・アプローチについて：異なる視点からの考察 ブリーフサイコセラピー研究, 9, 75-92.
- 中西公一郎 2002 ソリューション・フォーカスト・アプローチについて：一回面接の2事例 信州大学教育学部紀要, 105, 141-144.
- 中西公一郎・野口宗雄・天岩静子・川島一夫・守一雄・小松伸一・高橋知音 2000a 息子の登校渋りを主訴とした母親へのソリューション・フォーカスト・アプローチ 信州大学教育学部紀要, 100, 175-180.
- 中西公一郎・野口宗雄・天岩静子・川島一夫・守一雄・小松伸一・高橋知音 2000b 視線恐怖を主訴とした高校生へのソリューション・フォーカスト・アプローチ 信州大学教育学部紀要, 100, 167-173.
- 中西公一郎・野口宗雄・天岩静子・川島一夫・守一雄・小松伸一・高橋知音 2000c ソリューション・フォーカスト・アプローチの一事例：視線恐怖を主訴とした高校2年生へのカウンセリング 信州大学教育学部紀要, 100, 159-165.

(2002年12月16日 受理)