

楡の会発達研究センター報告、その30（2014年1月）

学校で先生に暴力を振るってしまったが
“好い事作り心理療法”によって品行方正になった思春期男児

楡の会こどもクリニック
石川 丹

要約

教師への暴行によって逮捕され少年鑑別所送致となった男児に“好い事作り心理療法”を実施し、初診後3ヵ月で問題行動を消失させることができた。

心理療法は医師が母親に子どもへの心理療法的関わり方をお教えする事を通じて成され、母親は医師が説明した心理療法のやり方を良く理解して実行した。

心理療法効果は“自分見つけ”に苦しんですねている児の状態を母が良く理解し、本児の心の中に“お母さんは分かってくれている”感を作れたため、児は自分を外側から見る事ができるようになった結果「僕って何？」という思春期特有の悩みが減り、「僕はこうやって生きて行こう」と思いを作れて“自分見つけ”が進んだ点にあった。

初めに

心理療法の最も大切なキーワードである受容は子どもの場合は“分かってもらえてる感”という語に言い換える事ができる。

だから、受容即ち“分かってもらえてる感”を子どもの心の中に作れれば心理治療効果が生じる。

受容を本人が自覚できるような親の関わり方を親に教示する事を中心とした心理療法、即ち“好い事作り心理療法”によって非行から脱却できた少年の一例を報告する。

本人の様子：

初診時15歳4ヵ月齢の男児、中学3年生、母親の心配は衝動的、かんしゃく、暴言、乱暴であった。

生育歴；独歩10ヵ月、初語1歳4ヵ月頃、5歳の頃に児童相談所で理解力が

1～2年遅れていると言われた。

最近の様子；中2の時、教師に暴力を振るい逮捕された。

14歳7ヵ月、ある病院を受診しWISC知能検査でIQ57（言語性IQ51、動作性IQ73）であった。

15歳0ヵ月、少年鑑別所から転居と転校の指示があり、15歳3ヵ月、北海道の祖母宅に引っ越して来た。本人は畑仕事をしたいと言っているとの事。

家族構成；母、祖母、本人。

診察室での様子；母子で来院、診察室に入るとふんぞり返って椅子に座り、流し目でうさん臭そうに著者を見ていて、大いにふてくされている様子であった。

取り敢えずは本人に「良く来てくれたね」と声掛けしつつ、母親の心配事を質すと、思い通り行かなかつたり気に入らないと直ぐ腹を立て「ぶっ殺す」「死ね」など暴言を吐く、ドアを蹴ったり壁を叩こうとする、唾を吐く、注意するとエスカレートする、であった。

暴れて手が付けられなくなって連れて行った病院では職員に「ぶっ殺す」と言ってしまったとの事であった。

本児の心の中身の説明：

当クリニックのいつもの診察方式の通りに本人同席で母に以下のように説明した。

この子は拗ねてる状態です。思春期の“自分見つけ”に苦しんでいるのです。

“^か斯くすれば斯くなるものと知りながら^や已むに^{やまとだまし}已まれぬ大和魂”という短歌に表されているような気持ちで問題行動を起こさざるを得ない袋小路に入ってしまったのです。ですから“悩み下手”状態です。

問題行動は表面上は好ましくない逸脱行動ですが、その中身は“僕の本当の気持ちを分かってよ行動”です。「お母さんは僕を分かってくれてない」という思いが心の奥底にあるので、お母さんの目を引き付けるために“悪ぶる行動”をしています。

悪振るのは陽動作戦です。好ましい行動より好ましくない行動の方がお母さんの目を自分に向けさせる効果があると学習してしまっているのです。

お母さんが注意しても拗ねてるのでお母さんの注意を聞く耳がほとんど無い状態に成っています。だから、お母さんに注意されても注意の言葉の意味よりお母さんは自分に目を向けてくれたと思って満足してしまっています。

ですから、お母さんの心の中には“何度注意しても通じなくて困ったもんだ”感が作られてしまっているため、また叱りたくなくなってしまい、叱るとこの子は

うるさかって逆ギレしてしまう、という悪循環に陥っています。

本児の心の中には“お母さんは分かってくれてない感”が大きな面積を占めてしまっていて、この不満が反抗的行動の根になっているのです、と母に説明したところ、母は「こういう説明は今まで聞いたことが無いけど成るほどと思います」と言って納得してくれた。

お母さんにできる心理療法の説明：

上に述べたようにこの子の心を理解して頂いた上で、この子の心に“分かってもらえてる感”“分かってくれてるお母さんは僕の味方だ”感を作り出し、お母さんの言葉に耳を傾けようとする気持ち、言わば“ダンボの耳”を作れるように仕向ける関わり方をお教えします。つまり、お母さんがこの子にすることが出来る心理療法です。

まずは“凶星を言う”をやして下さい。

“凶星を言う”とはこの子の気持ちをお母さんが代弁して言い当てる事を言います。この子が思っている事、言いたくても言えないでいる事、やりたそうにしている事をお母さんがズバリ代弁して言ってしまして下さい。

例えば、この子が『ぶっ殺す』と言いたそうな時にお母さんがサッと「ぶっ殺すって言いたいんでしょ」と、机を蹴ったら「蹴りたいんだ」と、うさん臭そうにしてたら「むかついてるんでしょ」等々どしどし言って下さい。

そうすると、この子の心に“お母さんは僕の気持ちを分かってくれているんだ”感が湧き上がり、「お母さんは俺の味方だ、味方の意見は聞こう」という思いが高じます。

そこで、お母さんは透かさず「小声でぶっ殺すって言って」「小声で煩いって言って」「優しく蹴ってね」などと“～したら良いんだよ”とやって良い事を言葉掛けします。「言っちゃダメ」「やっちゃダメ」を頭ごなしに言うとはねてる状態ですから反って力が入って大声に成ったり思いっきり蹴ったりする事に成ります。

“～したら良いんだよ”とやって良い事を言葉掛けすると、この子の心情は今までは「ダメダメばかり言われていた」というネガティブな思いから、「やって良んだって」というポジティブな思いに変化し、頑なな態度が軟化します。

人間誰でも、敵だと思えば警戒し、味方だと思えば受け入れます。

問題行動を起こす子はダメと言われることに敏感に反応して、「またダメって言うのかい、このおっ」と思い込み易い子です。否定された感が湧き上がり易い子ですので“分かってもらえた感”を醸成すると、人一倍安心感が募ります。

その結果、つか掛かって来たり、逆に無視して来る好ましくない行動が減ります。悩み下手状態から悩み上手に成るように仕組む事が心理治療です。

上記の説明の後、母親は“凶星を言う”に意欲を表明した。

経過：

1ヵ月後；

暴言乱暴はまだあり、夜中に目を覚ますことがあるようになったとの事。

母に「どれ位“凶星を言う”を言えていますか」と質すと30%との事で「3割も言えたらオッケーです。引き続きやれば段々に効果が出る筈です」と励ました。

この子にとって暴言乱暴は憂さ晴らしです。だから「するな」「止めて」などの禁止は益々憂さを溜めてしまう事になり逆効果です。暴言に対しては「小声で言ってね」「小声でもお母さんには気持ちは分かるよ」と呟きでも憂さ晴らしした積りを導く方法を再度お教えした。

乱暴に対しては「優しく蹴ろう」「優しく叩こう」の声掛けで“蹴った積りで無害”“叩いたつもりで無害”を促して下さい。初診の際にお母さんはこの子は壁を叩こうとする事があると言っていました。叩こうとするのは“やった積りで無害”の芽生えです。“やった積りで無害”は“顔で笑って心で泣いて”と同じ大人の智慧です。“～したら良いんだよ”の言葉掛けをすれば心理療法効果が出る筈です、と再度説明した。

夜中に起きてしまうのは葛藤が高まっている事を意味します。だから、この子は上手に悩み始めた筈です、と励ました。

初診2ヵ月後；

本人の不貞腐れた態度は明らかに減り、筆者が「元気？」と言葉掛けすると『うん』、「むしゃくしゃまだある？」には『無い』と答えた。また自ら『～～したい』と積極的な意欲を述べた。

母から見ても好ましくない行動は減り、葛藤して自分を諫めているのが分かるとの事であったので、本人を大いに誉めた。

中学を卒業して就労支援センターに行ったとの事で適応行動への意欲が認められた。

3ヵ月後；

さっそうと入室し、筆者の質問には積極的に答えて来た。

壁を叩いたり物を蹴るのは無い。夜中に目覚めるのも無い。いくつかの作業所を見学し、就労への意欲が高まっているとの事であった。

診察終了後の退室時「次、いつ来るの」と質問して来た。これは筆者の心理療法への積極的な受診意欲と解釈され、好印象であった。

母には、“お母さんは分かってくれてる感”が高じ、筆者に対する“先生良い事言うよね感”“僕先生受け入れてあげるよ感”が作られ、ピリピリ感が薄れて心にゆとりが出てきた証拠ですねと解説した。

4ヵ月後；

「どうですか？」に『普通』と答え、「それは良い事？」にも『普通』と答えるので更に質すと、『別に、と言う人もいるけど、俺は普通と言う』と誠実に釈明して来たので、筆者への信頼感が増えたと理解できた。

母の心配はずっと減り、平日は作業所の畑仕事に通い、おばさん方に可愛がられている。作業所でのトラブルは無い。本人はもっと力仕事をしたがっているとの事で大いに誉めた。

5ヵ月後；

母のみ来院。落ち着いている。もっと仕事をしたいと言ってハローワークに行くが仕事が見つからない。就職の悩みを筆者に聞いてもらいたいと言っているとの事であった。治療者である筆者への開かれた心が垣間見られた。

6ヵ月後；

初診時には毎日あったカッカするのが月数回に激減したとの事であった。

7ヵ月後；

本人も来院、「どうです？」と本人に問うと、『仕事に夢中』とにこやかに答えた。“ムカつく”は無いとの事。

仕事場で親友が出来て、一緒に作業しているとおばさん方に「そんなにくっ付くな」と言われると嬉しそう。

責任者の人と合わなくてムカつくけど態度には出していないとの事で“顔で笑って心で泣いて”が出来ていて大人に成って来たね」と多いに褒めた。

母には思春期の“自分見つけ”ができていたので通院を終了しても大丈夫と告げ、「また心配が出てきたら来て下さい。」と提案すると、母子とも和やかに退室した。

初診1年後；

特に問題はないという事であった。

考察

当院受診の1年以上前から続いていた問題行動と不貞腐れ逆ギレ状態が“好

い事作り心理療法”によって3ヵ月で消失し、半年で治療を終了できた。

楡の会法方式の心理療法である“好い事作り療法”の核心は子ども自身が「自分は親に分かってもらえている」と思えるように導く事にある。

“分かってもらえてる感”は心理療法でもっとも大切な概念である“受容”を本人が自覚する事に相当する。

多くの識者は“受容”を“共感”とも言うが、一番大切な事は子ども自身が“共感”を自覚する事にある。大人なら相手の目の色を読んだ上で言葉が無くても共感されているか判断できるが、子どもは相手の目の色を読む事が未熟である。人生経験がまだ浅いからである。

だから、大人は「君の気持ちは分かっているよ」を言語的に表現して子どもに伝え、子どもに理解してもらわなければ共感は成立しない。子どもの場合、共感とは“分かってもらえてる感”である。

さて、“分かってもらえてる感”の醸成のための基本技法は“凶星を言う”である。心理療法が上手く行くかどうかは親が“凶星を言う”を上手く言えるかどうかにかかっている。

“凶星を言う”が有効となるためには“お母さんお父さんは俺（私）の事を知っていてくれているから味方だ、安全基地だ”という心情を生み出す事が大切と成り、こうした心情が子どもの好ましい行動を生む原動力となる。

他者に“分かってもらえてる”という心情は当人にとっては非常に好ましい事に成る。だから、著者はこうした心理療法を“好い事作り療法”と称している。

“凶星を言う”には二つの効能が有る。

第一は聞き分けないと映る子に聴く耳、つまり“ダンボの耳”を作る事ができる点である。聞き分けないと映る子は「ダメダメ」と否定的に言われる機会が多くなっていて、「ダメ」と言われる度に心の中で耳をふさいでしまっている。

凶星を言われて「お母さんは僕（私）の気持ちを分かっている、だから味方だ」と思えば当然「そんじゃあ、どうすれば良いと思う？」っていう気持ちが湧き上がって来て“ダンボの耳”つまり聞く耳が作れて、母親の次の言葉を聞き取ろうとする意欲が高まり、親にとっては聞き分け良く映る事になる。

第二は他者視点と自己の対象化を育てる。表情や行動によって表出した自分の心情を他人がズバリ適格に言語化して言って聞かされたら、「他人から見たら自分はそう見えてるんだ」と思い、自分を外側から見る練習に成るからである。自分を外側から見る事を他者視点、自己の対象化と言う。