

## 同席面接のすすめ

—— 児童・思春期精神科医の立場から ——

森野 百合子✉

わが国では、子どもの精神的問題を主訴に、親子が病院やクリニックを受診する際に、親子別々の面接が行われる習慣が存在する。このような別々の面接は、より多くの時間や人的資源を要することから、どのようなときに別々の面接がよいのかを考えて実施する必要がある。親子の同席面接は、親子の関係性を目の前で観察して、そこに直接介入できるチャンスを見出しやすい利点がある。特に、児童・思春期精神科臨床においては、同席面接を行うことにより、治療の袋小路から抜け出せる場合や、治療が大きく前進する場合も少なくない。一方、親と子どもの意見が180度異なる場合も多く、それが同席面接を躊躇う理由ともなってしまうかもしれない。家族療法はこの同席面接を行ううえでの理論や技術を提供してくれる。本稿では、同席面接を上手に活用するために有用な家族療法の理論や技術、考え方を解説し、同席面接の利点と欠点、分離面接の利点と欠点について考えたい。

### 索引用語

親子同席面接, 家族療法, 円環的因果律, 外在化

### はじめに

児童・思春期精神科の臨床では、子ども本人（患者本人）のみでなく、親や、学校など子どもを取り巻く人々、子どもを取り巻く環境へのアプローチが必須であることが多い。この状況に対応すべく、これまで日本の児童・思春期精神科臨床では親子にそれぞれ別の治療者がついて話を聞く並行面接や、一人の治療者が親と子どもと別々に話す交代面接がよく行われてきている。また、兄弟姉妹例の場合、それぞれの利益を代弁できる治療者がいたほうがよい

からと、各々別の治療者がつくことも多い。しかし、これは本当に必要・有用なことなのだろうか？ 一人の治療者が親子別々に会うことで2倍の時間が、別々の治療者がつくことで2倍の資源がかかる。何よりも、親子別々、兄弟姉妹別々の面接となることで、「貴重な変化へのチャンス」や「家族を理解する情報」を逃す可能性も高い。

同席面接を基本とする家族療法は、そもそもが、個人面接のみでは時間がかかりすぎる/なかなか治らない、または治っても元の環境に戻ると再発してしまう患者の問題を解決するための方法として生まれてきた側面がある<sup>1)</sup>。

著者は家族療法のトレーニングを受けた後、児童・思春

著者所属：成増厚生病院なります子どものこころケアセンター

編注：本特集は第119回日本精神神経学会学術総会オンデマンド配信限定セッションをもとに布施泰子（茨城大学保健管理センター）を代表として企画された。

✉ E mail：yurikomorino@icloud.com

受付日：2024年1月31日

受理日：2024年5月1日

doi：10.57369/pnj.25-040

期精神科臨床を長年続けているが、日々の臨床で困難な事例ほど家族療法理論が役に立つこと、家族療法理論を頭において同席面接を行うことで、治療の行き詰まりが解決すること、患者の回復具合が上がることをたびたび経験している。同席面接は、治療者に多くの情報や、変化へのチャンス、介入のチャンスを与えてくれる。また、そこに参加する家族にとっても、新たなかわり方を実体験として学ぶ、他では得られない機会となりうる。

一方で、全く意見の異なる親と子どもと同時に話をし、それを変化に結びつけるためには、それなりの方法論や知識が必要である。本稿では、著者がどのようなことを念頭において同席面接を行っているかを示したい。これにより同席面接を試みる臨床家が増えることを期待している。

## I. 同席面接の定義

本論に入る前に、本稿での同席面接の定義を示したい。まず同席面接とは「援助者と患者本人、家族が同席」すること、並行面接とは「2人の援助者がそれぞれ本人と家族の面接を同じ時間帯に実施」すること、交代面接とは「援助者が本人と家族の面接を個別に交代して実施」するもの、分離面接とは「援助者が本人と家族を個別に、別の日時に面接」するものとする<sup>2)</sup>。また、本稿では親子の同席面接について述べたい。

## II. 同席面接の際に役立つ家族療法の理論

### 1. 多方向への肩入れ

同席面接が難しい最大の理由の1つが、意見がまったく異なる複数名と同時に面接をする際に、その複数の相手のいずれとも良い治療関係を築くことへの困難感であろう。家族療法では、これを「真実に関する認識論」と「多方向への肩入れ」という考え方<sup>3)</sup>で乗り越えようとする。家族療法は社会構成主義の影響を受けており「真実は1つではない」との考え方をとる。言い換えると、真実とは各人の物の見方、各人の属す社会のあり方や他人と交わす会話などに影響を受けて構成されるとの考え方である<sup>1)</sup>。したがって、親の意見と子どもの意見が180度異なっても「親の立場としてはそれが真実」であり「子どもの立場としてはそれが真実」であると扱うことで「治療者は一体どちらの味方なのか」という難問を解決することができる。

それぞれの人が積み重ねてきた人生体験や物事のとらえ

方/受け止め方にに基づき、同じ出来事に異なった意味づけがされている場合、そのとらえ方のズレに介入できるのが同席面接の強みともいえる。

### 2. 円環的因果律

家族療法は「問題」を個人の病理ではなく、その個人が周囲ともつ関係性の問題ととらえる点が他の精神療法と異なる。問題が生じている原因と結果について、医学では一般に「原因から結果が生じる」という直線的因果律を前提としている。例えば、細菌感染により病気の症状が生じ、抗菌薬により原因を取り除くと、症状が改善するという考え方である。一方、家族療法では、円環的因果律をとる。1つの出来事から次の出来事が生じ、それが元の出来事に影響して悪循環を生じる、つまりどこが原因か結果かはわからないとの立場である(図)。子どもに問題があるわけでもなく、親に問題があるわけでもない、親子の関係のあり方が問題であって、親も子どもも双方が困っているという認識である。家族療法ではこのように、親だけ、子どもだけでなく、立場や意見の異なるすべてのメンバーと良い治療関係を結び、それぞれの立場を尊重する対応を「多方向への肩入れ」と呼ぶ<sup>3)</sup>。

### 3. 家族内の力関係や暴力の問題に際して注意すること

ただし、注意が必要な点が1つある。それは、親子間や夫婦間での、力関係と暴力の問題である。親子間には力関係の差が歴然と存在する。また、夫婦間でも経済的に相手に頼らざるを得ないなどの理由による力関係の差が存在することが多い。多方向への肩入れをする際にも、この力関係の差や、家庭内での決定権を誰がどの程度もっているかということに気配りが必要である。また、いかに同情すべき理由があつたとしても暴力は容認されるべきではない。暴力は家庭内のコミュニケーションを破壊する。暴力を受けている人にとって、安心できない、安全でない環境で心理的な治療は成立しない。同席面接が、その後の家庭内の暴力につながる可能性がある場合は、同席面接を行わないことも、家庭内で弱い立場にある家族員を守るために必要となる。

### 4. 外在化の概念

同席面接を行ううえでもう1つ有用な考え方として、家族療法一派であるナラティブ・セラピーの「外在化」の考え方がある<sup>4)</sup>。これは問題と本人を分ける考え方であり、

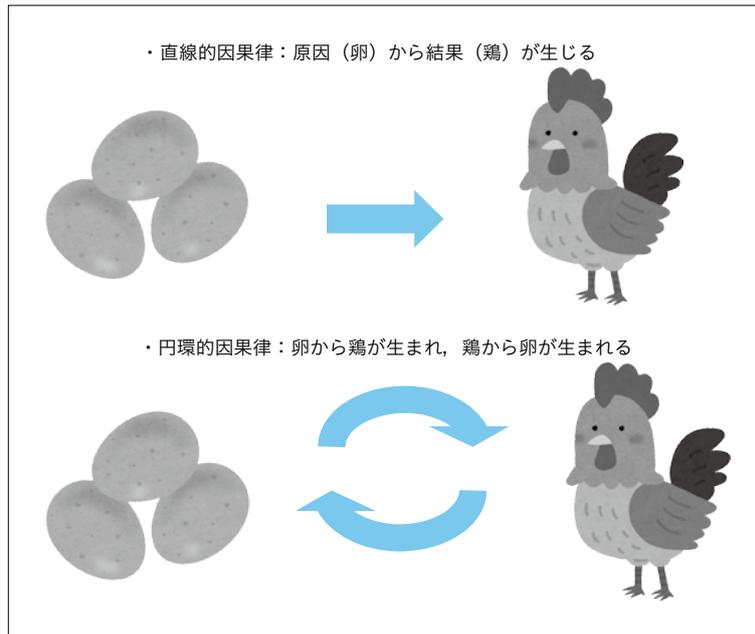


図 直線的因果律と円環的因果律

問題の解決について問題を抱えた当事者と家族が協力できる利点がある。子どもの抱える問題、例えば「すぐにキレて暴れる」という問題を本人と切り分けて外在化することにより、子どもについては「暴れることで、家族に叱られ、友達が減って自分も困っている。しかし、イライラを抑えるのが難しい」と理解し、親も「子どもが学校ですぐにキレて暴れたりするため、学校からの頻回な電話があり困っている」という認識となれば、本人も親もその問題により困っているとの共通認識が得られる。それに基づき「なんとか解決方法を見つけよう」という共通の目的を設定することが可能となる。

例えば、小学生であれば「君のおこりんぼの虫はどんなときに出てきちゃうの？」「おこりんぼの虫を抑えるのに、何かいい方法がありそう？」などと、本人と「怒りやイライラ」を区別する表現をとることにより、治療者が本人を責めていないこと、本人が困っているというスタンスで、対応していることを伝えることができるかもしれない。この外在化の考え方は、神経性やせ症など、治療への協力を得にくい疾患でも用いることができる。

### Ⅲ. 同席面接の利点

では、ここから同席面接の利点について述べてみたい。人と人とのコミュニケーションの構成要素について考えて

みると、以下の要素が挙げられる。

- 1) 話の内容
- 2) 声のトーン・表情・ジェスチャーなどの非言語的表出
- 3) 行動
- 4) 話し手と聞き手の関係性
- 5) コミュニケーションが起こった文脈
- 6) 聞き手の受け止め方のレンズ

この4～6)は、話された内容を解釈する際に影響する因子ともいえる。このようなコミュニケーションにおいて、分離/交代面接を行った場合と同席面接を行う場合を比較してみると、分離/交代面接では明らかになりにくい各人の「受け止め方のレンズ」のズレが同席面接では明らかになりやすい。その結果、「聞き手の受け止め方のレンズ」からくる子どもと親の間の誤解に気づき修正しやすい。このような、話し手の意図と聞き手の受け止め方のズレが、家族のトラブルの原因であることも多々あり、そのズレによるトラブルが治療者の眼前で繰り返されることで、そこへの介入のチャンスが生まれる。また治療者が、家族のコミュニケーションに関して、伝聞ではない、よりリアルな情報を得ることができる。

話し手と聞き手の関係性も、同席面接によってより明確になることが多い。さらにこの関係性が影響して、同席面

接で話されることと、分離/交代面接で話されることの内容が変化しうる。同席の場に治療者がいるということは、コミュニケーションの文脈の変化となり、同席面接が、家庭での日常の会話とは異なる会話を生むチャンスともなる。治療者がその場にいることで、家族員それぞれにとっても相手の言動に関する異なる解釈が可能となり、また、治療の場での家族員の異なる行動を通じて、異なる関係性の構築が可能となるチャンスを産む。

近藤<sup>2)</sup>は同席面接のメリットとして、「家族関係の情報を得やすい」「家族関係と子どもの病状・状態との関連を把握しやすい」「家族関係に働きかけやすい」「余計な疑念や秘密が生じにくい」「親の退行や依存を防ぐ」「援助者が子どもの話を傾聴・理解するモデルとなり得る」の6つを挙げている。

#### IV. 同席面接の欠点

では、親子同席面接のデメリットにはどのようなものが考えられるであろうか。第1に「子どもや親に話しにくいことが生じる場合がある」ということが挙げられる。しかし、実は話しにくいことを乗り越えて話すこと自体が、治療的である場合も多い。また、親から子どもへの激しい批判のコメントを治療者が心配して分離面接にすることも多いが、このような批判は、分離面接にすることで治療の場では語られなくなっても、家庭ではその数倍の激しさで日常茶飯に生じていることが多い。この場合、治療者はそれを知るチャンスを失ったこととなる。注意しなければならないのは、前述の「力関係と暴力」の問題である。親子間の力の差や、同席面接の場で、家庭内の暴力が暴露された場合、暴力を受けている家族メンバーをどう守るかをその場で考え、直ちに対応する必要がある。さらなる暴力が生じる可能性がある場合には、前述したように、同席面接を行うかどうかの慎重な判断が求められる。

また、デメリットの2番目として、子どもには不適切な話題について話せないことが挙げられる。例えば、夫婦間の不和の問題などである。しかしこれも、治療の場で話されなくても、家庭ではあからさまに語られていることも多く、子どもがそれに巻き込まれている場合も少なくないため、そのあたりの判断が必要となる。いずれにしても、子どもには不適切な話題については、親のみから話を聞くことが必要となるかもしれない。そのことにより、夫婦の問題は、子どものいる前では話さないというモデルを治療者

が示すこともできる。

#### V. 分離/交代面接のメリットとデメリット

ここで分離/交代面接のメリットとデメリットについて考えてみたい。

近藤<sup>2)</sup>は分離/交代面接の利点として、(1) 世代間境界の明確化と (2) こじれた親子関係の交通整理を挙げている。親子の間に語られるべきこととそうでないことを治療者が明確に示せるということ、そしてあまりに親子の関係がこじれて、コミュニケーションが成立しない場合には、まず、そこに手当てをしてから親子の同席面接へと移行したほうがよいと考えられるからである。

一般的に、分離/交代面接を行う理由やメリットとして挙げられるのは、一対一で話をするにより個人心理療法的な場面を設定できることや、親/子どもに聞かれない内容も話せること、親子が対立している場合に、それぞれと話することで治療者がどちらの味方でもあることを示せること、子どもを親の激しく批判的なコメントによる傷つきから守れることなどであるが、これらが本当にメリットであるかについては疑念がある。

例えば、一対一で話をしなくても、複数名で話をしていても、一対一の会話のなかで個人心理療法的かかわりは設定できる。また、親/子どもに聞かれない内容を話せるということは、一方で「自分のいないところで子どもは何を話しているのか?」「自分のいないところでお母さんは自分の悪口を言っているに違いない」「先生は、親である私より子どもの話を大事にしているのではないか」などの、疑念や被害感、嫉妬の感情が助長される結果となることもしばしばある。さらに「子どもには内緒で」「親には言わないで」と言われた情報は、親子間で話し合うこともできない「死んだ」「秘密」の情報となり、治療者がそれにがんじがらめになって動けなくなってしまうことも多い。また、親子の間の激しいやりとりは、治療の場で別々に話を聞くことで止めることができたとしても、前述したように、家庭では継続していると考えられ、子どもを守ることにはなっていないともいえる。むしろ同席によりそのやりとりの場に治療者がいて、交通整理を行い、異なるやりとりの方法を経験してもらうことができれば、それが家庭でのやりとりに反映されるチャンスもあるかもしれない。したがってこれらの分離/交代面接の利点と考えられているものは、むしろデメリットとってよい。

## おわりに

デメリットとしてもう1つ挙げられるのは、分離/交代面接では親にとって、「治療者がよくわからないところで子どもと話をし、治してくれた」という結果になりやすいことである。親が問題の解決に貢献したという認識がなければ、今後問題が生じるたびに「問題を他の人（治療者）に解決してもらおう」必要が生じてしまい、家族は治療者に依存的になってしまう。また、分離/交代面接はその分2倍の時間や人的資源を要する点もデメリットとしてよいであろう。

著者は、親子別々の面接を強く求めてきた親に、最初は分離面接を行うが、その際に「この話をご本人の前でできませんか」と尋ねることにしている。そうするとかなり多くの親が同席面接に同意してくれる。最初は同意できなくても「この情報を一緒に話し合うことにより治療が進むと考える。同席面接でないこのことについて話し合えない」と伝えることにより、同席面接が可能となり、治療の行き詰まりが解決されることも多い。

児童・思春期精神科診療に携わる者にとって、患者である子ども・若者のみでなくその親や親族、学校の先生などとのかわりかは必須であるが、その際に同席面接が非常に有用な治療のツールとなりうる。治療のセッションのなかで、複数の人を相手にすることの困難感から同席面接を敬遠する治療者もいるかもしれない。これを解決するためには家族療法のいくつかの理論やアイデアが非常に有用であり、練習を行うことで、これらの困難感は乗り越えられると考える。同席面接は治療者に多くの情報や治療のチャンスを与えてくれるツールである。本稿が同席面接を試みる治療者の一助になれば幸いである。

なお、本論文に関連して開示すべき利益相反はない。

## 文献

- 1) Carr, A. : Family Therapy : Concepts, Process and Practice, 2nd ed. John Wiley and Sons, Hoboken, 2006
- 2) 近藤直司：ひきこもり問題を講義する一専門職の相談支援技術を高めるために一。岩崎学術出版社、東京、2019
- 3) 中釜洋子：中釜洋子選集 家族支援の一步—システムミックアプローチと統合的心理療法—。遠見書房、東京、2021
- 4) White, M., Epston, D. : Narrative Means to Therapeutic Ends. W W Norton & Co, New York, 1990

# Invitations to family interview : Children and Young People's Mental Health Issues

Yuriko MORINO

Narimasu Kousei Hospital Narimasu Centre for Child and Adolescent Mental Health

In the field of child and adolescent mental health, it is a common practice in Japan that the child and the parent are seen by different therapists or seen separately by the same therapist. Individual therapy sessions require more time and resources ; thus, the pros and cons of performing such therapy should be considered before deciding to see the parent and the child separately. It is also necessary to consider whether individual sessions are adequate. On the other hand, conjoint family sessions often provide chances for the therapist to observe the family relationships and directly intervene if necessary. However, such sessions often pose a challenge for the therapist as the parent and the child's opinions may differ significantly. Family therapy can provide theories and techniques that help clinicians navigate the conjoint sessions. Herein, I explain these theories and techniques and consider the pros and cons of conjoint family sessions and individual sessions.

## Author's abstract

**Keywords** parent-child conjoint session, family therapy, circular causality, externalizing the problem