


臨床場面における適応的な「ふつう」の捉え方 —発達障害児の保護者との面接過程の検討を通じて—¹

The Adaptive Perception of “Futsu” in Clinical Counseling Situations: A Single Case Study of the Mother of Child with Pervasive Developmental Disorder

生井 裕子 IKUI, Yuko

● 桐朋学園女子部門
Toho Gakuen Joshi Bumon

 **Keywords** 「ふつう」、適応、内的感覚、自己客観視、自尊感情
"Futsu", adaptation, inner sensibility, self-monitoring, self-esteem

ABSTRACT

日本人にとって、「ふつう」という言葉は、文脈により多義的な意味を内包している。また「ふつう」の捉え方は、適応と深く関わりを持つことが指摘されている。しかしながら、個々の「ふつう」の捉え方の違いのあり方や要因については、これまでの研究において十分明らかにされてこなかった。そこで本研究では事例検討を通じて、適応的な「ふつう」概念について、いくつかの視点を提示することを目的とした。面接過程の検討より、適応的な「ふつう」概念について、以下の視点を提示した。1) 自己を客観視する視点を持っている。それは、「ふつう」を適応的な「仮面」として用いることを可能にする。2) 自己の内的感覚を明瞭に捉え、健全な自尊心を持っている。また自己の否定的感情を抱えられるため、仮面としての「ふつう」を防衛的に使用する必要がない。3) 「周囲と調和している」といった、安定した主観的感情と共に「ふつう」が体験されている。

The word “Futsu” involves equivocal meanings depending on contexts. It has been suggested that the recognition of “Futsu” is associated with adaptation. However, previous studies did not sufficiently demonstrate how differences among the recognition of “Futsu” had developed. The purpose of this study is to present several

perspectives concerning the adaptive recognition of “Futsu” through a single case. This study demonstrates that there are three points in terms of the adaptive recognition of “Futsu”: 1) that he/she has a perspective of self-monitoring to use “Futsu” as an adaptive “mask”. 2) that he/she catches inner sensibility of self clearly, and has healthy self-esteem. Moreover, he/she is able to confront his/her negative emotions so that he/she needs not perform “Futsu” as a mask. 3) that “Futsu” is a condition associated with stable state of subjective emotions such as “harmony with people around him/her”.

1. はじめに

日本人は、周囲と調和していること、一致していることに価値を置く国民であるといわれている。それは、東洋において相互協調的自己感 (Kitayama & Markus, 1991) が優勢であることや、平準化志向、他者から突出しない「人並み」であることへの志向 (元橋, 1993) が強いとされていることから伺える。「ふつう」であることは、低い積極性、周囲から逸脱する不安、失敗する不安と強く関連しているとも指摘され (元橋, 1993), 「没個性」「とりえがない」「めだたない」といった、どちらかというネガティブな文脈で使われてきた。一方、日本人にとって「ふつう」であることは、対人関係上の望ましい特性でもあり、精神的な安定感にもつながることが明らかにされている。大橋・山口 (2005) は、「ふつう」の人とは、多くの人にとって「利他的であり、自己主張する能力にやや欠ける」という特徴を持つ人物として捉えられていることを示し、その特性を持つことは、周囲の人との良好な関係作りに役立つことを指摘している。また、「ふつう」であることは、高い安静状態と低い否定的感情と関連があることが指摘されており (佐野・黒石, 2009; 黒石・佐野, 2009), 「ふつう」であることが主観的な感情状態に影響を及ぼすことが着目されている。

また、臨床場面において「ふつう」概念は、これまでも適応との関連で論じられてきた。田中 (2006) は、過去のトラウマの存在が、自分自身から目を背けさせ、周囲との過剰な同一化を起こしやすくなる傾向について述べている。そのような状況で、「ふつう」の仮面を必要とすること

が、自分自身を内的な動揺から守ってくれる一方で、過剰な同一化が自分自身との距離を作りすぎてしまう現象について指摘している。また、春日 (2006) は、「ふつう」のあり方によって、社会性や狡猾さの基盤として「ふつう」を演じているもの、「ふつうじゃない」ことをアイデンティティにしているもの、「ふつう」と「ふつうじゃない」という状態のダブルバインドに陥り、不適応状態を呈しているものの3つの状態像を描いた。「ふつう」は、適応を助け、守ってくれる場合もあれば、過剰適応や非行、引きこもりといった不適応との関連も深い。

このように、「ふつう」という言葉は、その使われる文脈や指し示す内容により、ポジティブなものとネガティブなものを内包しており、適応と深く関わりを持つ概念であるといえよう。だが、このような「ふつう」の捉え方の違いがどのように生じるのかについては、これまでの研究において十分明らかにされてこなかった。

生井・佐野・黒石 (2012) では、教育相談場面で語られる「ふつう」の捉え方についての質的分析を行った。その結果、「ふつう」の言葉の捉え方によって、人並みの「ふつう」にこだわる、他者からの「ふつう」評価に囚われる、「ふつう」を軽視するという3つの場合には、不適応的行動との関連が見られた。一方、「ふつう」を肯定的に捉えなおしている場合は、子供を尊重して関わっている等の適応的な行動との関連が示された。しかしながら、この研究では、「ふつう」の捉え方の質的分類に留まり、「ふつう」の捉え方の変化過程に対する検討までは行われていなかった。そこで、本研究では、臨床場面における事例の検討から「ふつう」の捉え方の変化過程を示し、

適応的な「ふつう」の捉え方についての新たな視点を提示することを目的とする。

2. 事例

2. 1 事例概要

●クライアント：母親（M, 37歳）と子ども（C, 9歳, 小4男児）。広汎性発達障害（Pervasive Developmental Disorder; PDD）および登校渋りの主訴で来談した。来談当初, Mは髪を一つにまとめ, 全体的に地味な雰囲気であった。Cは視線があわず, 教育相談センターの待合室でもソファに寝そべったり, その場でくるくる回ったりと, PDDの特性が比較的是っきりとみられる子供であった。

●面接構造と期間：隔週の母子並行面接を行った。セラピストとして筆者（Th）が母親を担当し, 別のセラピストが子どもを担当した。来談期間は2年3か月, 面談回数は全54回である。

●家族構成

父親（F, 40歳）：広告会社勤務。X-2年に無職となり, 1年後に再就職する。

母親（M, 37歳）：専業主婦。X年よりパート勤務を始める。

子ども（C, 9歳男児）：小学校4年生。小学校2年時にPDDの診断を受ける。

弟（D, 6歳男児）：小学校2年生。A小学校に通っている。

2. 2 生育歴と来談経緯

Mは, 会社員の父, 専業主婦の母との間に, 2人姉妹の長女として生まれる。勉強や絵を描くことが得意で, 母親からの期待に応える自慢の娘であったとのこと。一方で, 容姿のことでは常に妹と比較されてきて, 自分は女性らしくなかったと語っている。家族の中では母親と妹に気を遣ってきたというMであり, 中学校からは, 同性の集団への苦手意識が増し, 常に遠慮していたという。また, 男性に対する苦手意識もあったと語る。

大学では美術系の学校に進学する。在学中は優秀であり, 卒業制作で賞を取って首席で卒業した

とのこと。大学院に残らないかと声をかけられるも, 就職のことを考えて断念し, 大学卒業後に社会人となる。その後, 会社の同僚であったFと結婚し, Mは仕事をやめ専業主婦となった。

Mが28歳の時にCが出生。Cは幼少のころから育てる上での違和感があり, コミュニケーションがうまく取れない子だったとのこと。Mは, 子育てにも幼稚園のママ友関係でも苦労したようで, 世間体を意識してCを厳しく叱ることも多かったとのこと。Cが2年生の終わりに医療機関を受診し, PDDの診断を受ける。公的な療育機関でソーシャルスキルトレーニングのグループに参加していたが, Cは2, 3回参加して行けなくなり, そちらから教育相談センターに紹介されてきた。

2. 3 経過

●第1期：X-2年5月～9月（インターク～#9）

初回面接（インターク）では, Cの自己表現の力を伸ばして欲しいとの要望が伝えられた。#1ではCについて, 「気持ちを言葉に出来ず, 友達との対話が出来ない」子であるという。続く#2では, Cが1週間のあいだ, センターに来るのを楽しみにしていたことが語られ, 「珍しい」とMの喜びが語られる。同年代の子と関わりづらいCのことを語りながら, Mは「Cに無理して欲しくない。安心して関われる人を見つけない」「Cを曲げたくない」と, 何度も語る。＜M自身は無理させられたという思いがある？＞と尋ねると, 「私は, 周りに合わせられたから。けれど, 自分の考えよりも, 親の期待。みんながやっているから, と言われるのが苦痛だった」と語った。発達障害の診断を受けた時のことについても, 「周囲の目が気になった。A小学校はエリート意識が強い。ほとんどの子が中学受験をするし, 成果主義。親同士も話しにくいし, 厳しい人が多い」と, 葛藤があったことを話す。

#3では, コミュニケーションの教室（週1日の通級）に申し込んだことが語られる。しかし, #4では, Cが「学校を休みたい」としばしば訴えてくるのが伝えられる。その後, #5までの2週間は登校しづりが激しく, Mが学校に行くよ

う厳しく言ったところ、Cが暴れ、泣きながら家を出るのが嫌だと訴えたとのこと。また、病院で医師から、「成長してもこの子はふつうになりません」と言われ、心身ともに疲れました、ともらした。#6では、Cは全く学校に行かなくなる。また、通級への申請が通り、2学期から通えるようになったとのことだった。#7では、MがCへのハードルを下げたら、Cが甘えるようになった、との報告。幼稚園のころは、ぐずったりすることもなく、子どもらしさがなかった、と振り返る。

#8で、新学期が始まり、通級も開始した。通級の先生からは、Cの自己肯定感が低くなっていると伝えられた。また、8月末にFが仕事を退職し、在宅で仕事をするようになったことが伝えられる。#9では、通級に対しても、行く前に渋っている。慣れも必要なのかな？と言いつつも、一方で「通級ではなく、特別支援級に在籍したほうがいいのか？」と揺れているMであった。発達障害児の親の会にも、去年の冬から入会しており、そちらでも時々アドバイスをもらっているとのことであった。

- ・Mは療育グループ、教育センター、病院、通級、特別支援級、発達障害児の親の会と、さまざまな援助機関に目を向け、つながり、援助希求に動いている。一方で、自分自身の生育歴にもふれつつ、周囲との関係や世間体を意識した「ふつう」についての発言が見られる。また、医師の「この子は成長してもふつうになりません」との言葉に、情緒的にも大きく揺れ動いている様子が伺えた。

●第2期：X-2年10月～X-1年4月（#10～#22）

#10では、現在のCの状況に対して焦りがあること、社会的に恥ずかしいと思う気持ちについて口にした。また、遠慮がちに、「学校にどこまで要求していいのか・・・」と話すので、<なにか不満がある？>と尋ねると、「学校では、その子はどうしてそうなるのか？を理解してくれない。学校のやり方は軍隊式」と言い、学校内のことをイライラした口調で非難した。<Mの話し方は、怒

りを感じているけれど、それを抑えないと、と思っているよう>と、Thから見たMの印象を伝え、ここは気持ちを話す場所であることを伝えた。#11では、これまでの地味な雰囲気から、髪型が変わり全体的に女性らしい雰囲気となって来談。Mは、これまでに怒りを意識していなかったが、自分の中に怒りがあることに気付いたと語る。そして、幼稚園時代のママ友達Aさんとの間の関係を振り返り、怒りを出さないことで利益を得ていたこと、Aさんに自分も依存していたことを振り返った。

#12からは、夫婦関係の話題が中心となる。Fはそれまで仕事人間だったが、「希望が見えない」「やりたいことがある」と言って退職した。Fは手伝いはしてくれるが、在宅が負担となっている。そのことでFと大喧嘩をした、と言い、Fがきちんとしてくれないと、Cが社会に出られない、とFへの不満を話し続ける。#13では、Fとの距離がすごく空いており、これからどうなっていくのか…と不安を語る。#14でも、Fへの怒りが収まらない。今までMが主導権をとってきたが、死ぬほど怒りが溜まっている、と話し続ける。また、ユングの著作に傾倒しており、家でかなり読書をしていることが語られた。#15では、Fとの関係が大きく変わった、と語り、Fは仕事仲間を見つけて外に行くようになり、Fと家族との接点がなくなったよう。#16では、Dも登校渋りが始まった。また、「ママと一緒にいたい」と、Mの面談にもDがついてきた。Dと一緒に部屋にいて、MはCのちょっとしたしぐさ全てに意味があるように感じる、と、宇宙の因果律に絡めてやや妄想的に語り、Th危機感を持つ。#17では、家族のことが本当に大変になってしまった、とMは語り、Fとは断絶状態になってしまっ、ほとんど会話もない。Dが、「もううちの家族は崩壊してる！」と言ったのがすごく心に残った、と語る。その後、Mの話は、どんどん過去のエピソードに戻り、「今思うと、あの時Dがこう言ったのは…」等、熱に浮かれたように話し続けたので、「心を開きすぎると、心がそのペースについてこないこともある。一旦この場でも心を閉じて、ゆっくり話してみま

せんか」とMに対して促した。#18でも、Dの登校渋りが激しく、夜になるとパパとママ嫌い！と言って暴れるが、朝になると治り、友達と一緒に登校しているとのことであった。

#19では引き続き、Mが大変だと訴えるのにFは見てくれない、と不満が語られた。一方、Mは最近観たという映画（「東京島」）の話をしながら、「女は最高の武器。究極の状況の時に、子どもを守る選択をするためには、ずるさも必要。楽なところに流されないで、生き抜いていく、ということ考えた」と感想を述べる。#20では、前回に見た映画の原作を買ったとのこと。食、性、感情は、卑しいものと思っていたが、たくましさを感じ、元気が出るような気がした、とポジティブに語る。これまでの、女性らしさがなかった自分を振り返り、また母から「やせこけてみっともない」と言われたことを思い出し、悔しがる。これからは自分を大事に扱いたい、と語られた。#21でMは、とても疲れた様子で面談にやってきた。子供二人が学校に行き渋っているのを、M一人で聞くことの大変さ、Fが家庭のことを見てくれなくなったことで、Mの中に自分も拒絶されているのではないかという気持ちとなり、怒りや悲しさの話になる。今までは、母親役も父親役も全部Mがやっていけたけれど、Fにはちゃんと父親役をやってほしい、と語るMに、＜Fに対する期待が大きくなっているみたい。Fも、Mの気持ちに向き合うつもりがない、という訳ではないと思うが、今のFは、その話を受け止められるかどうか…＞とThからコメントする。Mは「もう、本当に大変で…」とため息をつく。#22では、とうとうFが別居を言い出したとのことだが、Mはお茶をかけてどなったそう。Fは涙ぐみ、見守って欲しいとMに伝えたとのこと。Mも、本音でぶつからないと…と腹をくくったようだ。

- 怒りの表現がテーマとなる。これまで抑えていた怒りが家族に向けて直接的に向けられたことで、Fとの関係が不安定となり、子ども二人の登校渋りも激しくなる。Thは、Mの感情の大きさに圧倒されながらも、感情の表現の方法につい

て一緒に考えたり、感情に没入しすぎず、現実との接点を失わないでいられるよう、橋渡しをする役を意識的に担った。この時期は、M自身の自分のあり方を問い直す発話が多く見られた。

●第3期：X-1年4月～X-1年8月（#23～#32）

#23では、最近、CはMとべったり過ごしているので、通級では「Mと離れる時間を作ろう」ということで、あえてMは別室で過ごした、との報告。#23の後、校長からの紹介により、不登校児のための適応指導教室を見学に行くが、Cが入級条件に該当しなかったため、入級できないことになった。#24では、Mは制度で駄目と言われたのに腹がたつたと語り、教育委員会に抗議をし、うちの子に行き場がないと強く訴えたところ、通級を2日にしてもらえることになったとの報告があった。Thは、Mの行動にハラハラしつつも、怒りを正当に表現したことで変化につながったことを肯定的に捉えた。しかし、Mにとっては大変な2週間だった、としみじみと語っていた。また、このことを契機に、人に左右される自分に気づき、そういう自分を乗り越えていきたい、自分の直感を信じたいと語る。

続く#26では、「ふつう」についてMが語った。「ふつう」だと幸せなのか？幼稚園の頃はつらかった。周囲と同じようなステイタスで、マッチしている安心感はあったけれど、仮面をかぶっているようだったという。しかし、こういうものだと言い聞かせて、気づかないようにしていた。子供と世間体を秤にかけて、Cがやられっぱなしだった、と語った。その後、#27では、特別支援学校を見学に行ってきたそうだが、そこはもっと障害の程度が重い子が行くところだと感じたとのこと。最近のCの様子は、Mにべったりで、同じ部屋にいないと気が済まない。これまで家族が機能不全で、境界を守れていなかったかもしれない、との自覚が語られた。今改めて世間の自分について考えており、自分はどのような自分でいたらいいいのか…との迷いをMが語る。＜みられる自分だけでなく、自分が人を見て、選んでいける＞とコメントした。#28では、保護者としての自分を見

失っていた、と語り、人との付き合い方について、切羽詰まった時にべたっと行ってしまわないためには、健全な自尊心を持っていないとできない、と語る。#29では、Mの母親の話になる。Mは母親の価値観をどこかで取り込んできたかもしれない、と語り、知らず知らずのうちに、自分よりも周りを大事にして、世間体を気にして身内を落としてきた、と語った。この回では、Mは、自分が自分であるために必要なこと、と言って、りんごのたとえを話した。これまでは、自分がりんごを2つ持っていたら、2つともあげていた。あげないと落ち着かなかったし、相手が1つ返してくれることを期待していた。でも、今は1つを自分で食べよう、1つはあげる、と考えられる。#30では、友人へのメールで、子供が発達障害で、夫が失業中で大変、ということ初めて伝えられたこと、また、通級でCと話すことが多い6年生の男の子の保護者と親しくなり、自分からお茶に誘った、と報告があった。

#31では、Fが無職になって1年たった。家のことをやってくれるし、Cのことも受け入れている。Mも力が出てきて、Fとしっかり話をしなければ、という思いと、働きたい気持ちが出てきた。また、Fの弱さも受け入れていかなければ…との話もある一方で、「Fとして出来ることを考えてほしい」と、Fに対する期待も語られた。続く#32では、Fと話し、Fが今後の仕事についてどう考えているかを語ってくれたとのこと。また、Mの原家族の中で、期待されることから、自分が心配される立場になって家族関係が逆転し、気が楽になった、居心地が良くなったと語る。

・Mにとって、今までの自分にとって「ふつう」であったことに疑問を持ったと共に、「ふつう」を問い直す発話が見られた。この時期に、強い怒りと共に自己を揺り動かされる体験が起こったことにより、自己を客観視する視点が生じたことが伺える。また、自己の対人関係を見つめなおす上で、健全な自尊心が必要、との自覚と関心が生まれている。夫婦関係も徐々に改善に向かってきた。

●第4期:X-1年9月～X-1年12月(#33～#39)

#33では、通級の先生と、Cが中学、高校になってからのことについて話し合った。また、Mが現在本をたくさん読んでいることを話すと、先生から「Mはまじめすぎる、馬鹿になりましよう」と言われたことを話し、それが新鮮だったと喜ぶ。#34でも、通級に行って良かった、としみじみと語り、Cが生まれたのを贈り物と思えたのも、通級の先生に巡り合って、お手本を見せてもらえたからだと言った。#35では、CからMに、「ママはCに、どんな大人になってもらいたい?」と聞かれたとのこと。Mは少し考えて、自分のことを自分で出来る子になってほしいな、と伝え、「幸せになればいいの?」と返事が返ってきた。それを聞いて、Cが今あるものの延長に未来を感じられていればいいな、と思ったと穏やかに語られる。通級の先生は特別なことをしなくても、持っているものをそのままに、という考えで関わってくれている。本来の自分に対する自信や、内側からの人間性というものを感ずる、と語る。#36では、Mが風邪をひいて、初めて通級の送り迎えをFに頼んだそう。今までの自分は、人にゆだねられず、たえず警戒していて無心になれなかった。自分のことを自分で全部やろうとしていたが、今は自分の声に耳を傾けるようにしている、とのこと。#37では、通級の学校公開に、家族全員で行ってきたことの報告。その中で、子どもに対して率直に怒りを表現していた通級の先生を見て、うらやましかったと話す。#38では、相手のありのままを見るには、まず自分のことが見えていないと、という。自分はこれまで、ほめられたい、認められたい気持ちがとても強く、それが感情を表すのに強烈なブレーキになっていた、との自覚を語る。#39は、面談が始まって以来、初めてのキャンセルだった。几帳面な性格のMであるが、この日は面談があることをすっかり忘れていた、と慌てた様子で電話があった。何か変化が始まったという感覚がThに伝わってきた。

・M自身が通級の先生とつながりながら、「ありのままの自分」を受け入れられる体験を通じて、

「ありのままのC」の姿を徐々に受け入れるようになった様子が伺える。また、感情表現のモデルを見出しつつ、自分にとっての表現を探っているようにも見えた。

●第5期：X-1年12月～X年4月（#40～#47）

#40では、CがMにくっついていてMも息苦しく、Cと離れたほうがいい、という思いから、働きに出ようと決意したことが語られた。通級で良くしてもらったことが、働く土台になったとのこと。突然のことだったので、Thは驚く。また、Fも仕事を始めたとの報告があった。Mは余裕も出てきて、Fとの会話も増えた。Cについては、登校のパターンを崩さないようにすること、一人で出来ることを増やすことを目標に置き、一人でも家族以外の人と過ごせるようになることが、徐々に出来るといいな、と希望が語られた。しかし、#41では、Cが通級に行けなくなり、どうしよう…と悩みが語られる。続く#42では、結果的に3週間通級に行かなかったが、その間に校長より、別室登校という形で小学校に通ってはどうかとの提案があり、そうすることになった、と思わぬ道が開けたことを語った。#43では、Mが仕事をするようになり、Cに「Mがいらないから手伝ってね」と伝え、Cの家での態度が、前よりは協力的になってきた、とのこと。Fとの関係も変化してきており、Fは週末に子供二人を連れて出かけてくれるので助かる、とMは笑顔だった。#44では、学校で、Cへの関わり方について話し合い、#45では通級の先生が、家庭訪問をしてくれたとのこと。また、Mは仕事を始めて怒鳴られることがあったが、相手を見られるようになり、それほどショックを受けずにすんだ、との報告があった。

#46では、家庭の雰囲気がよくなってきたこと、Dがしっかりしだしたことが語られる。またM自身も、対人関係が自然に出来るようになり、お互いに与え合う関係が作れるようになって、自分に自信が持てるようになった、とのこと。#47でも、M自身、通級で球技をやった時に本気で楽しめた、エネルギーを外に出せるようになってきたと、Mや家族の変化が語られた。

・Mが新たに仕事を始めたり、Fも仕事を始めたり、Cが再び在籍校に通うようになったりと、新たな社会関係が生まれ、家族にも変化が起こった時期。M自身のことや、家族同士の関わりについても、ポジティブな体験が多く語られるようになってきた。

●第6期：#48～#56（X年5月～8月）

#48では、急ぎよ引越しが決まり、Mの実家のあるE県に行くことになった、との報告があった。これからのCのことを考えた時に、今の場所に居続ける必要があるのかを考え、Mの両親と相談した結果、決めたとのこと。M自身の変化として、自分にとって大切だと思える人間関係が作れるようになったこと、世間に身をおけるようになった、と語る。#49では、自分には劣等感があったために、人よりも上の立場でいたかった。でも、劣等感があるのも当たり前、と思ったら、周りとの関係楽になった。自分にとって許しがたいことが重なったからこそ、自分を変えていけた、と語る。昔は芸術家気質で、自分と他者が曖昧だったが、自分がしっかりしてきて、今の方が楽だと感じる。今は自分の声が聞けるし、それをねじまげなくていい。あと、外に出てみて、みんな大変な思いをして生きているのだと実感した。余裕ができて、人のことが見えてきた、とのこと。#50では、Mの実家の近くに画廊をひらいている人がおり、そこでMにいずれ働いて欲しいという話があると報告。このことを語るMの表情は生き生きしており、「ずっと探していた、自分のやりたいことを見つけた。絵を描いて生きていこう」と決意が語られた。#51でも、辛いことが多かったけれど、今は地面を歩いている感覚とのこと。人の見え方も変わって来て、ありのままの成長を見ていけそう。土日は男3人で出かけるようになったので、Mも楽になったと語る。また、自分の嫌なこともはっきりしてきた、と内的な感覚について語られた。

#52では、Cのことで気が引けるのは薄らぎ、これはこれでいいのだと思えるようになったこと。相手が返してくれなくても、それを流せるようになったこと。前は不愉快な感情に気付かない

ほうがよかったけれど、今はネガティブな感情も自分の中に入れておける感覚があること、を語った。また、Cがこのところ落ち着かないとの報告。#53でもCが落ち着かず、薬の量を増やしたとのこと。#54では、病院のデイサービスに通い始めた。発達障害児の親は、視野が狭くなりがちなので、オープンであることが大事だと思う、と語った。また、世の中きれいごとじゃない。それを見据えた上での信念を持ちたい、と謙虚に語っていた。最終回の#55では、デイサービス3回目で順調と報告。医師にも、Cに副作用が出ているようなので、なるべく薬を減らして欲しい、と言えたとのこと。また、友人たちに引越し報告をした折に、久しぶりにママ友Aさんと関わった時に、表面的にはそつなく振る舞いながらも、嫌な感じを受けたことを自分に偽らず、もらったものを捨てた、というエピソードが語られた。そして、自分のあり方として「態度と本心が違っても、それでいいじゃないか、そういうことも大事、と思えるようになった」と報告。これからも、特別なことは出来ないけれど、基準として自分で自分を尊敬できるようでありたい、と語られ、終了となった。

- これまでの面接を振り返りつつ、自己の変化について語られた時期。特に、過去の自分と対比させながら、語られていたのが特徴的であった。全体的にポジティブな発言が増えていた。また、「ふつう」にまつわる語りについても、等身大のかざらない言葉で語られていた。

● 予後の経過

その後、Mと半年にわたり、何通かメールのやり取りをした。そこでは、Cが特別支援級に在籍しながら通常級との交流もある学校に入学し、毎日学校に通えていること、修学旅行にも参加できたことが報告された。中学校も特別支援学級に進学し、登校渋りは継続しているものの、得意な数学の授業にも出るようになって、テストでもほぼ満点に近い成績を取ったことなどが報告された。

Mも、新しい環境での人間関係作りに苦勞し、

「都会と田舎の違いを実感した」と、山あり谷ありの状況ではあるようだが、学校との協力・相談関係が良好に築けたようで、「逆境が人を鍛えるというのは本当ですね。これからも明るく生きていきたい」と綴っていた。

3. 考察

考察では、まず面接の中で、Mが心理社会的に変化してきたと思われる点について取り上げて述べる。次に、Mの「ふつう」の捉え方の揺らぎから、どのような「ふつう」の捉え方に変化したのかを示し、適応的な「ふつう」概念についての考察を行った上で、適応的な「ふつう」概念を捉える上でのいくつかの視点を示す。

3. 1 Mの心理社会的な変化

(1) 情緒体験の表現

面接が進む中で、Mは自分がこれまで怒りを抑えてきたことに気付いた。怒りに触れはじめてからは、その強い怒りのエネルギーの予先が直接的に家族に向けたことで、Fや家族との関係が不安定になり、Cに続いてDも登校しぶりを始めてしまう。この時期は、家族の不安定さをCやDが家族のIdentified Patient (IP: 問題を表している人)として担っていた側面も考えられる。この時期、Mはともすると情緒体験に没入し、現実感覚が薄れるような場面もあり、Thとして最も危機感を強く体験した時期であった。子供たちの分離不安が出現したのも、Mの内的な不安定さに呼応していたものと考えられる。また同時期に、Mは読書や映画に傾倒し、多くの作品に触れていた。このことで、Mの言葉にならない、内的な体験に形を与えようとしていたと考えられる。また、そのことを積極的に面接場面で話題にすることで、内的感覚にぴったりの表現を模索するという、心の作業も進んでいたと推察される。

(2) 「ありのまま」の尊重と「育ちなおし」の体験

「通級の先生は特別なことをしなくても、持っているものをそのままに、という考えで関わって

くれている。本来の自分に対する自信や、内側からの人間性というものをを感じる」との言葉のように、あるべき方向に導こうとせず、その人の「ありのまま」の姿を尊重する姿に、Mは大きな影響を受けている。通級で体験した人との関わり方は、その人の存在自体を喜び、存在を承認するという意味で、Mがどこかで求め続けた体験であり、Cを通じてMも「育ち直し」をした体験ともなったようである。通級でMも「自分自身が甘えさせてもらっている」という体験を得て、そのことが次のステップにつながったようである。

(3) 新たな社会関係の形成による視野の広がり

面接の後期ではMが仕事を始め、そこでの体験を通じて、人の中で自信が持てるようになったこと、「今までは自分のことでいっぱいだったけれど、人のことが見えるようになった」と、自分が「見る」視点を持てたことも語られた。このころから、Mの方から友達を誘って相互依存関係を結べるようになり、友達に弱みを見せて安心する体験を持つなど、対人関係も安定してきた。

また、「外に出てみて、周りの人が見えた。みんなも苦労しているのだなと思った」と、自己を相対化し、周囲と同じく苦労しつつ、支えあう人間関係の中に参入した実感が語られた。

3. 2 Mの「ふつう」の捉え方の変化

(1) これまでの「ふつう」の捉え方が揺らぐ

Mにとって、CがPDDの診断を受けたこと、その後「この子は成長しても「ふつう」になりません」と伝えられたことは、これまでの「ふつう」の捉え方が揺らぐような、非常に大きな体験であったと思われる。M自身は、生育歴の中で親の期待を重荷に感じつつも、「まわりに合わせられた」のであり、また優秀であったことから、エリート意識、成果主義の価値観の中で成功者として生きてきた人であった。それゆえに、Cの幼稚園時代は、周りの子と違うCに対してイライラし、厳しく接していた。また、Cが不登校になり、Mの中には「社会的に恥ずかしい」という思いや、焦りが強くなっていた。そのことが学校や家族へ

の怒りとなり、この後Mは情緒的に揺れ動くこととなる。

(2) 「ふつう」の問い直し

面接の中盤では、「ふつう」であることは幸せか？という、「ふつう」について問い直す語りが現れた。Mにとって、かつての「ふつう」は、周囲と一致している安心感を持ちつつも、「ふつう」の仮面をかぶったような感覚と共に、こういうものだと自分に言い聞かせていたことが語られた。ここで述べられた、かつての「ふつう」の捉え方は、田中（2006）が述べたような、「ふつう」への過剰な同一化により、自己の内面との距離が空いている状況であったと思われる。ここでは、Mが自己客観視（セルフ・モニタリング）の視点を持つようになったゆえに、「ふつう」の仮面に同一化していた時のことを、客観的に語ることが可能になったものと考えられる。

(3) 適応的な「ふつう」の捉え方への変化

終結が近づいた頃のMの語りは「世間に身を置けるようになった」「自分にとって大切な人間関係を作れるようになった」といったものに変化し、周囲との調和した感覚が語られるようになった。また、内的な変化としても、「地に足がついた感覚」「劣等感があるのも当たり前と思ったら、周りとの関係が楽になった」「自分の感情がはっきりしてきた」ことを述べ、自己感覚が明瞭に捉えられるようになった変化が語られている。

「ふつう」についても、「特別なことは出来ないけれど、基準として自分で自分を尊敬できるようでありたい」といった、健全な自尊心に由来する適応的な「ふつう」についての語りが見られた。また、もう一つの適応的な「ふつう」の側面として、表面的にそつなく振る舞えたこと、「本音と建前が違って当たり前。それでいいのだ」という発言に見られるように、オモテとウラ（北山、2013）、本音と建て前（春日、2006）を使い分けられる感覚についても触れられている。これについては、田中（2006）も「ふつう」の仮面という言葉を用いていることから示唆されるが、適応

的な「ふつう」概念を検討する上で、この二面性を使い分けることの出来る能力が大きく関わってくるものと考えられる。

3. 3 適応的な「ふつう」概念についての検討

以上の考察を踏まえ、適応的な「ふつう」概念を考えるために、以下の視点を提示したい。

- 1) 「ふつう」であることが適応的である場合、自己を客観視する視点を持っている。自己客観視は、オモテとウラ、本音と建前を分ける能力にも関係し、「ふつう」を適応的な「仮面」として、演じたり用いたりすることを可能にする。
- 2) 「ふつう」であることが適応的である場合、自己の内的感覚が明瞭に捉えられており、健全な自尊心を持っている。恥、怒り、劣等感、焦燥感といったネガティブな感情に気づき、自分の中に抱えられるために、仮面としての「ふつう」を防衛的に使用する必要がない。
- 3) 適応的な「ふつう」という状態は、「地に足がついている」「周囲と調和している」「世間に身を置ける」というような、安定した主観的感情と共に体験されている。

3. 4 今後の課題と展望

本研究では、適応的な「ふつう」概念について、事例研究を通じていくつかの視点を提示した。しかしながら、本研究は事例研究という手法を用いた以上、そこで得られた知見についても、限定的なものであると考えられる。よって、臨床実践における他事例への応用を通じて、また健常群や臨床群を対象とした定量的研究によって、適応的な「ふつう」概念の妥当性について引き続き検討を続けていく必要があると考えられる。今後も適応的な「ふつう」概念についてより一層明瞭にすることを目指し、臨床実践におけるクライアントの変化・適応指標として妥当なものにしていくことが課題である。

引用文献

- 生井裕子・佐野予理子・黒石憲洋 (2012). 教育相談場面で語られる「ふつう」の意味 国際基督教大学学報 1-A, 教育研究, 55, 99-104.
- 春日武彦 (2006). 何がふつうで何がふつうでないのか 児童心理, 60 (1), 37-42.
- 北山 修 (2013). 評価の分かれるところに「私」の精神的分析的精神療法 誠信書房
- 黒石憲洋・佐野予理子 (2009). 「ふつう」であることの安心感 (2): 集団規範からの逸脱という観点から 国際基督教大学学報 1-A, 教育研究, 51, 43-54.
- Markus, H.R. & Kitayama, S. (1991). Culture and self; implication for cognition, emotion and motivation. *Psychological Review*, 98 (2), 224-253.
- 元橋豊秀 (1993). 人並み志向と平準化志向 社会心理学研究, 9 (1), 1-12.
- 大橋 恵・山口 勤 (2005). 「ふつうさ」の固有文化心理学研究: 人を形容する語としての「ふつう」の望ましさについて 実験社会心理学研究, 44 (1), 71-81.
- 佐野予理子・黒石憲洋 (2009). 「ふつう」であることの安心感 (1): 集団内における関係性の観点から 国際基督教大学学報 1-A, 教育研究, 51, 35-42.
- 田中信市 (2006). 「ふつう」にしたい子の心理 児童心理, 60 (1), 24-29.

謝辞

本論文の執筆にあたり、面接内容の発表について承諾をくださったクライアントのMさんに、心からの感謝を述べさせていただきます。ありがとうございました。

註

- 1 本論文の内容の一部は、第77回日本心理学会大会シンポジウムにおいて発表されました。コメントをいただいた先生方に、この場を借りて御礼申し上げます。ありがとうございました。