

実践レポート

対人援助技術 心のケアの視点

阿部^{あべ} 優美^{ゆみ}

八王子平和の家 心のケア担当 言語聴覚士

第2回

困らせる行動への対応

〈基本的な考え方〉

第1回では、困らせる行動の裏側にはなんらかの気持ちがあると
いうことをお伝えした。今回と第3回は、行動への対応についてお
伝えしたい。行動の裏側の気持ちがかかっていても、「どう対応す

ればいいのか?」「悪いことをしているのに放っておいていいのか
?」という職員の疑問にお答えできればと思う。今回は、対応の基
本的な考え方を中心に説明する。

イライラをぶつけざるをえない

母親の気持ちへの対応

(マンガの結末)

前回で困らせる行動の具体例として、紫門
ふみさんのマンガ(「家族の食卓1」小学館)
を題材に説明した。まずは、前回のマンガの
結末を見ていただく。

食後、お母さんは食器を洗っています。幼
い弟は、父の足にまとわりつき、久しぶりの
父に甘え、だっこをせがみ、高い高いをして
もらっています。一方、お母さんは台所でガ
チャガチャと食器を乱暴に洗っています。母

の気持ちを知っている小学生の兄は、泣いて
いる母に気づくと、母の側に近づき、「ママ
……」と声をかけます。声をかけられ、はっ
とした母は、気を取り直し、母としての自分
を取り戻します。父と楽しそうに遊ぶ弟を見
ている兄の気持ちを思いやり、兄の気持ちを
代弁するつもりで、マンガ①のように「パパ
! だっこして!」といいます。

次の瞬間、父親に抱かれていたのはお母さ
んでした(マンガ②)。啞然としている子ど
もたちの前で、「だっこ」されたお母さんは
夫への怒りを爆発させます。二人は激しいや
りとりした後、につきり見つめ合うのです。

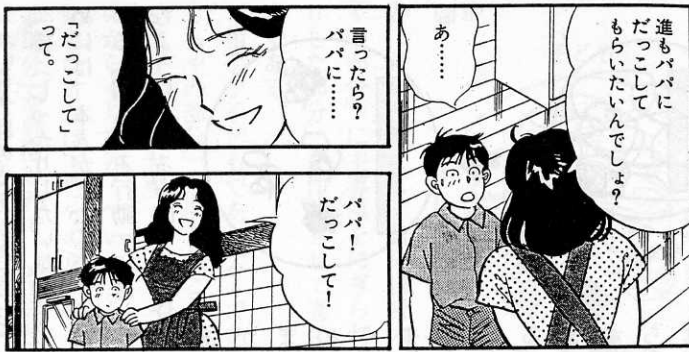
夫の「だっこ」をするという接近戦で、こ
の妻はとうとう自分の本音、つまり怒り・悲
しみ・淋しさ・不安などを夫に直接ぶつける
ことになる。「ぐちゃぐちゃの部分」を受け
とめてもらえるチャンスができたのである。
そして、「いい関係」が復活する。

お母さんの心の中

〔「棒」と「ぐちゃぐちゃ」の図〕

今回の結末の二つの場面について、もう一
度、前回の図を使って説明したい。

1 子どもを気づかい、「しっかりした大人」
〔「棒」〕を取り戻したお母さん



①



②

紫門ふみ作「家族の食卓1」より

お母さんの心の中に「ぐちゃぐちゃの部分」が充満してしまうと、図1のように、「棒」が見えない状態となり、「棒」、つまり本来の大人としてのしっかりとった部分が働かなくなる。そのために子どもに八つ当たりしていた母だが、兄から「ママ……」と声をかけられ自分の気持ちを立て直す。自分のなかにある「ぐちゃぐちゃの部分」をぎゅっと横において、大人として兄の気持ちを汲み取ってや

れる母親となり、一時的に「棒」は復活する。「ぐちゃぐちゃの部分」が減ったわけではないが、圧縮して抱えていられる状態となる。

2 本音をぶつけ、にっこりするお母さん
夫の「だっこ」という接近戦は、妻の気持ちを聴こうという夫の覚悟でもある。その覚悟に助けられ、お母さんのなかの「ぐちゃぐちゃの部分」が一気に爆発する。もともと夫

図1

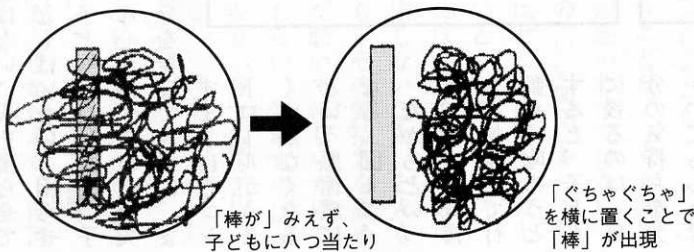
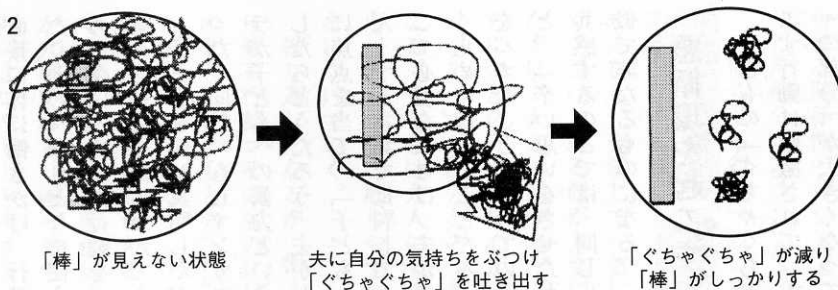


図2



を大事に思っている気持ちがあるのだから、「ぐちゃぐちゃの部分」にちゃんとつき合ってもらえれば、「しっかりとった部分（棒）」が作動できる（図2）。

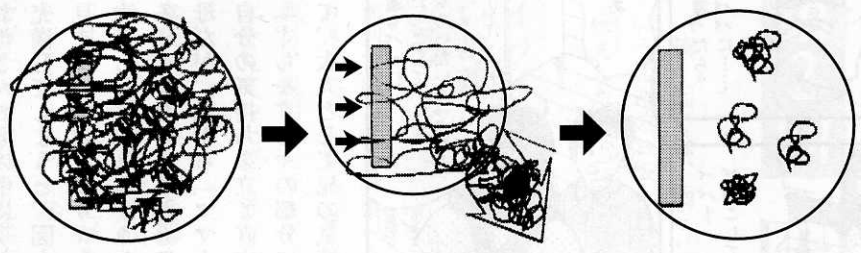
子どもの困らせる行動のからくりと対応

ただし、前回で弟をかむ兄の例を紹介したように、人への暴力などの実害が生じるときは、ただ「ぐちゃぐちゃの部分」を聴いてあげるだけでは助けがたらない。「しっかりとった部分」への応援が必要になる。

いままでの図と違うのは、

「棒」に矢印の支えがあること(図3-B)。「棒(しっかりしたい気持ち)」を支えるためには、本人がしたくないのにしてしまっている「困らせる行動」に対してやらなくてすむように止める方向で手を貸してやること、

図3



あるいは、本人がしたいのになく、まけて引いてしまいう行動に対してやらせる方向で手を貸してやる必要がある。主体はあくまで本人のしっかりしたい気持ちなので、応援は強すぎず弱すぎず、「棒」を支えてやるのが大切になる。そのうえで、「ぐちゃぐちゃ」の気持ちには共感する。気持ちを受けとめることは、

図4

<p>〈棒の気持ち〉</p> <p>僕はもう3歳のお兄さんなんだ！ こんなことしちゃいけない！ ママの言うことをきかなくちゃ！ 僕にはちゃんとできるんだ(自信)</p>	<p>〈ぐちゃぐちゃの気持ち〉</p> <p>まだ赤ちゃんみたいに甘えていたい 自分の思い通りにしたいよ！ どうせ僕は悪い子だ！ 僕になんかできないよ！(不安)</p>
--	--

行動を容認することではない。人を困らせてほんとうにうれしい子どもはいない。困らせる行動を繰り返すと、子どもは自分を悪い子だと思い、子どもの自尊心が傷つき自信を失う。自信を失うと、自分を発揮できず、ますます自己コントロールがうまくいかなくなるという悪循環になる(図4)。

だからといって、本人の気持ちを見無視して行動だけ叱ろうとすると、子どもに残るのは「自分の気持ちを分かかってもらえない」という挫折感と不信感だろう。「ぐちゃぐちゃ」が充満すれば、大人でも大人げない行動をする。ましてや子どもはいまま

さにコントロールを学んでいる最中である。直接に体に働きかけ、行動を止めたり、誘ったりというやりとりを使えば、子どもの気持ちを受けとめつつ行動をコントロールする練習をさせることができる。

子どもを例に説明したが、これは大人もまったく同じ。もしマンガのお母さんのイライラが子どもへの暴力というかたちをとったとしたらどうだろう。夫がお母さんの行動だけに焦点を当て、「子どもへの暴力は悪いことだ！」と言葉で批判しても役に立たない。ここで必要なことは、夫が身体を使ってとにかく止めにはいることだろう。そのとき、「何をバカなことをやっているのか」という非難と、「辛い思いをさせたね」と妻の気持ちに共感するのでは、同じ止め方でもまったく似て非なるものになる。

悪循環を起すからくり

子どもの「ぐちゃぐちゃの部分」が引き起こす行動に刺激されて、大人も「ぐちゃぐちゃの部分」が大きくなってしまおうということがよくある。お互いが「ぐちゃぐちゃの部分」でやりとりすると、それはたんなるけんかとなる。図5は、子どもと大人の気持ちのやりとりを表した図である。

先のマンガの夫婦が和解できたのは、夫は

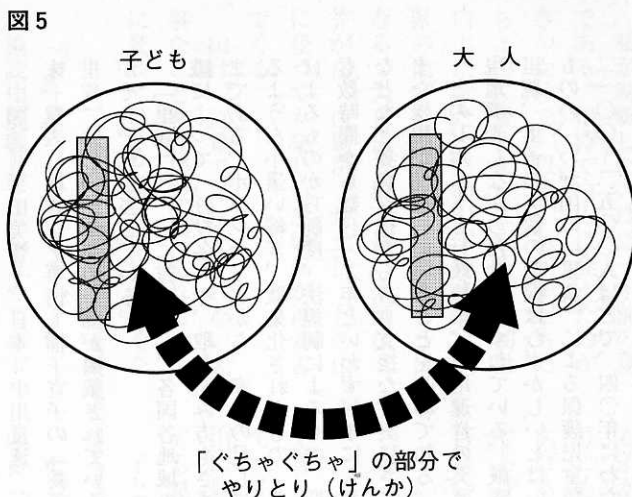


図5

妻に責められても、自分自身の「ぐちゃぐちゃの部分」に主導権をにぎられず、「しっかりした部分」を作動させて妻につき合えたからである。

相手が子どもであれ大人であれ、「ぐちゃぐちゃの部分」が引き起こす行動につき合うのはけっこう大変である。「困らせる行動」のからくりを知っていたとしても（ましてや知らなければ）自分のなかの「ぐちゃぐちゃの部分」が刺激されて、巻き込まれてしまう。とくに親子、毎日を共に暮らす子どもと施設

職員など、相手への思いが強い場合はより巻き込まれやすい。

子どもとのやりとりに行き詰まったら、また、子どもとの「いい関係」がギクシヤクしたら、まずこの図5を思い出していたきたい。一番にやることは、大人の側が自分の気持ち「ぐちゃぐちゃ」でいっぱいということに気づき、子どもをどうするかの前に自分を立て直すこと。それには、大人も助けがいる。

大人の側の自分自身の「ぐちゃぐちゃの部分」をだれかに聴いてもらうことだ。「ぐちゃぐちゃ」が充満することが悪いわけではない。ただ、それでは相手との「いい関係」をつくれなくなる。大事なことはどんな感情も、たとえば、大嫌い・憎らしいといったネガティブなものであっても、それは自分にとって大切なものという見方で否定しないこと。どんな「ぐちゃぐちゃな部分」も、その気持ちを認めてもらい、言い分をただ聴いてほしいだけなのである。十分聴いてもらい、気がすめば、その部分は必ず小さくなり、「棒」が働き出す。

ささいに

「困らせる行動」そのものをなんとかするために、教える・しつける・悪いことは叱る、ということを試していると思われるが、前回の三歳の喃む兄のように、「叱る」ことがな

んの役にも立たなかったり、状況によってどういうやり方がいいかは違ってくる。

大事なことは、どんなやり方であれ、そのやり方が有効であるとすれば、それは子どもが自分の気持ちを分かってもらえていると感じられる関係性のなかで、そのやり方が「しっかりした部分」の支えになっているときである。

「困らせる行動」は「困っているー」という子どもの側からの表現、もしくはサインである。「ぐちゃぐちゃ」な部分を我慢してため込むと、充満して一気に吹き出してくるので、受けとめる側が大変になる。そこまで待たずに、大人の側がふだんから子どもの気持ちにつき合うことを心がけていると、「ぐちゃぐちゃ」の部分とのつき合いもやりやすくなる。子どもは大人につき合ってもらいながら、大人が受け取りやすい上手な表現方法を身につけていく。

繰り返しになるが、何より大事なものは、「困らせる行動」そのものに目を奪われずに、どのように子どもとの「いい関係」をつくるか、ということである。「困らせる行動」への対応は、子どもとかわる一つのよいチャンスではあるが、信頼関係は、日ごろのつき合いが大事である。困らせていないときに、気持ちのよいやりとりをすることが一番の基本である。