

家族レジリエンスの家族支援の臨床的応用に向けて

得 津 慎 子

Towards the Clinical Application of Family Resilience Approach for Family Empowerment

Shinko Tokutsu

ABSTRACT: I discussed family resilience approach in "Family Resilience Approach on the Context of Narrative Family Therapy and Social Casework" (1999), where I argued the concept of family resilience with introducing two case studies. In this paper, I will explore conceptualization of this family resilience refined recently gradually and the application possibility for family supports. Including the results of a pilot study about "Family recovery on family crisis," I try to clarify the concept of family resilience and accent the concept highly functions when we understand it is not just a risk preventive factor from the viewpoints of linear model, but positive concept for en-courage-ment of family strength and healthy potential.

Key words: レジリエンス resilience 家族レジリエンス・アプローチ family resilience approach
ナラティブ・セラピー narrative therapy 臨床的応用 clinical application 家族支援 family empowerment

はじめに

『関西福祉科学大学紀要』第3号「家族援助における家族レジリエンスという視点—システム論に基づく家族療法の事例を通して」¹⁾において論及した家族レジリエンスという概念は、個人や子どものレジリエンスと共に、近年益々注目されるようになってきた。レジリエンスとは、生活上の困難な出来事から回復する力であるが、個人のレジリエンスを考えるに際して、子どもの発達においてレジリエンスを育む要因についての新たな知見や、家族レジリエンス概念について一層の洗練が見られるようになってきている。

家族レジリエンスについて述べるに際して、家族は個人の集合体でもあり、個人のレジリエンスについて考察することは、まずは、個人の

基本的な資源でもある家族・家庭や社会・環境的要因との相互作用を考察することであり、次に、個人として機能するに至る子どもの発達の過程における、個人の経験を考察することであることは忘れてはならない。本稿では、個人の資質、その資質を育む要因、子どもの発達において重要で、かつ子どものレジリエンスとそれを育むものについて言及する。また、前稿でも触れたように、家族レジリエンスは、アセスメント可能な家族アセスメントの一つの要素というよりも、予防から臨床（援助・治療）にわたる広い文脈で用いられる。つまり、家族は困難を回復する力を持っており、家族レジリエンス・アプローチはそれを促進するための方法であり、エンパワメントアプローチの一環とも考えられる。

本稿ではそれらの論議の紹介を中心に、家族

レジリエンスに着目することの有用性の調査のための予備調査の一環としての個人のレジリエンス、家族レジリエンスが発揮される家族危機について学生が持っているイメージについて調査した結果についても報告する。

1 子どものレジリエンス

子どものレジリエントな要因に注目する研究は、児童虐待を始めとする苛烈な家族や養育環境にあって、成人となって「問題」を起こす子どももいれば、「健康」にサバイバルする子どももいるという点に着目して始められ、多くのレジリエントな子どもの素質が論じられてきた。しかしながら、レジリエンスを一つの肯定的な特質として捉えれば、「レジリエントでない」ということはリスクファクターとして問題視され、直線因果律的な病理モデルに陥る虞れもある。例えばレジリエンスの要素として「気楽で、ユーモアのセンスがあり、楽観的であり、問題解決のための考える力があり、希望と

個人的コントロール感による自己評価や自己有能感が高かったり、経験上事件をコントロールできるという信念があること、人生のできごとに深く関わること、変化を成長へのチャレンジとして期待することができること」²⁾等々をレジリエンスの特徴とすれば、それらが健康度を測るチェック項目となる。そうすると、レジリエンスは単に子どもの持つ一つの資質となり、それらを涵養するような環境を作ることに力点が置かれよう。もちろん、そのように予防モデルとしてレジリエンスを考えることも有用な観点であるが、今日的臨床への応用として有用なレジリエンスの意義は、小森 (2002)³⁾の訳によれば「傷は残ったとしても基本的には無事」であることを自己の資質として意味付けることにある。つまり、すべてのひとはレジリエントなのであり、そのレジリエンスの充分な発揚を促すことが、レジリエンスについて論及するときのポイントなのである。

その点を踏まえた上で、ウォーレン等⁴⁾によ

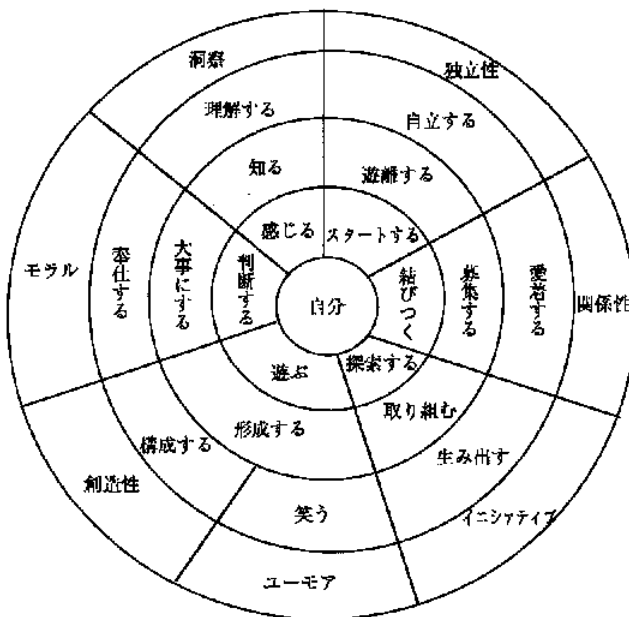


図1 Steven, J. Wolin, Sybil Wolin, (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families rise above Adversity*. Villard, NY. (ステイーヴン・ウォーリン、シビル・ウォーリン著、奥野 光・小森康永訳『サバイバーと心の回復力：逆境を乗り越えるための7つのレジリエンス』2002年、金剛出版)より

って構成されたサバイバーに見られる特質を7つのレジリエンスモデル（図1参照）として紹介する。この7つのレジリエンスは、「洞察」・「独立性」・「関係性」・「イニシアティブ」・「ユーモア」・「創造性」・「モラル」であるが、子どもたちは、養育環境のいかんを問わず、脆弱性とレジリエンスを持ち合わせ、それらの相互作用を明らかにするためのモデルである。ただし、この7つに見られる要素を持たなければリスクが高いとするのではなく、ウォーレン等の言葉によれば「ダメージモデル」から「チャレンジモデル」への変換を図るために呈示されたモデルである。「チャレンジモデル」とは、子どもと子どもを取り巻く家族の問題から、子どもや家族がレジリエンスを働かせて、サバイバルすることに注目する。本書はサバイバーたちへのメッセージとして著されたという体裁になっている。サバイバーたちが気付いていなかった自分たちがサバイバルした要因を7つのレジリエンスとして抽出し、サバイバーたちのサバイバル・ストーリーを語り直すことが目的でもある。つまり、本稿においては論じないが、前稿で論じたようにこのレジリエンスという概念は、ナラティブ・セラピーの文脈で、人生の「語り直し」をするに当たって有用なのである。例えば本書に紹介されている事例の一つに、ネグレクトされた子どもにひとりの「隣人だけが」が友人となり、力を与えてくれたというストーリーを、その子が上記の資質を使って、隣人を巻き込んだストーリーに変容させた事例が挙げられている。子どもにとってその実は不幸で孤独だった隣人を巻き込めんで良き友人とさせた力の確認が、自分の資質を発揮できるレジリエンスを確かめるという作業となっている。つまり、ウォーレンの言う「チャレンジモデル」とは、「傷は残ったとしても基本的には無事」であることを確認するものなのである。当人がおとなになって、子どものころ、青少年のころ、そして、おとなになった現在、これら7つの要素を確認する作業によって、本人

のレジリエンスに働きかけていこうとする。本書は既に翻訳され、本稿で詳細に紹介するのは不適切とも言えるが、手短かに紹介したい。そのひとつの中心的概念は、ひとには自分や親、環境においてリスクが予測されるものであり、そのリスクを克服するために、ひとは自分を中心として、7つのレジリエントな能力を使って、自らのストレングスに目を向ける。それは、物事を適切に理解し、知り、感じる「洞察」力であり、まず自立し、距離を置き、スタートする「独立性」であり、何かや誰かに愛着し、自分から他者との関係を募り、結びつける「関係性」であり、何かをうみ出し、それに取り組み、詳しく探ろうとする「イニシアティブ」であり、笑いの「ユーモア」と何かを構成できる「創造性」が、形作ったり、遊ぶことを可能にするものである。さらに仕え、大事にし、善し悪しを判断する「モラル」の力である。これらの能力が、子どもの頃にどのように働いていたか、思春期において損なわれていなかったか、おとなになっても機能して、過去の自分を振り返ってそれらが機能していたかをチェックすることでレジリエンスを改めて奨励するものである。再度強調すれば、これらの7つのレジリエンスは、子どもの資質を考える上で重要で肯定的なものであるが、あくまでもこれらは誰にでも内在する力であり、それらに気づき、問題解決に向かってのストレングス（strength、強み、長所）として発揚されることが肝要なのである。

2 従来の家族アセスメントによる 家族に期待されるもの

家族療法や家族への注目が高まるにつれ、多くの家族アセスメントがなされてきた。基本的には、病理モデル（家族や個人、あるいは、環境に病理を見るものであり、例えば、本人の病理性、家族の病理、病める社会等、何らかの問題は病理の表れであるとする傾向は、現在も一般的であり、予防、あるいは社会変革のために

必ずしも否定しようとするものではない)を排し、システミックな家族の相互作用、とりわけ「ファミリー・プロセス」と言われる過程をみるものと唱いながらも、それらはどうしても、病理モデルとして機能し、否定的な側面に注目されがちである。その故に、家族アセスメントにおいて、家族機能からの逸脱を見るのではなく、ストレングスを見、個人のレジリエンスと同じ観点に立って初めて家族レジリエンスという概念の特異性が現れる。つまり再び、家族に「傷は残ったとしても基本的には無事」であることが家族レジリエンスであり、必要なのはレジリエンスを招聘するような援助であり、介入方法なのである。

ここで、従来の語られて来た家族機能について列挙するが、テラー²⁾の調査に示されたように、今日の複雑で問題の多い社会環境において家族のレジリエンスを機能させるような介入をするためには、家族の社会的文脈を見ることが重要なポイントとなる。彼は社会的要因として、①家族の経済的要因、②母親の就業の影響性、③親がどれだけ子どもたちの教育上の現代技術を理解できるか、④ひとり親家族の子どもの適応の問題、⑤ソーシャルサポートシステム等を挙げ、それらについて調査、報告しているが、それぞれが単一の項目としてではなく、それぞれの影響性の上で複雑に絡みあっている。家族にとっては、文化、雇用、経済、貧困、社会政策等の問題が、しつけや、子どもの発達や教育、うまく生活できることへの影響性を強調するものであるが、その中で、家族が家族として機能できることが家族レジリエンスと言えよう。

また、ハザーリントン³⁾等は、リスクと脆弱性、あるいは、困難との苦闘やレジリエンスの違いを次ぎのように語っている。リスクは従来の病理モデルによるストレスの累積によるとは考えず、一連の要因が重なって良くない結果になることを指し、脆弱性は生得的なものというよりも、リスクがあるときに生じるもので、

様々な要因の相互作用によるがゆえに、脆弱性とリスクは絡みあっていると述べている。リスクは良くない結果へと導かれがちな傾向であり、脆弱性はそのリスクに際して良くない結果の可能性を増幅する。困難との苦闘にはリスクがあるが、良くない結果に終わる可能性を減じ得るのだ。レジリエンスはリスクに際して、その良くない影響性に免疫を持ち、それを排して処理できる可能性であると考えられる。

ウォーレン等は、家族の機能とは、①安全な環境を確立する、②愛情と支援を与え、肯定する、③コミュニケーション、④ポジティブなアイデンティティの維持、⑤問題の解決機能であるとしている。また、ウイルス⁴⁾はサポートタイプな家族とは、①効果的なコミュニケーション、②子どもの適応のコピーング・スキルやそれに伴う能力を育み、③悪影響を与えるような出来事から遠ざけ、④適切な会話に参加させることによって適度に愛情のある社会的な達成を助け、⑤オープンなコミュニケーションによって、不適切な挑戦にもトライさせるものであるとする。つまり、子どもたちに必要なのは、挑戦、ソーシャルサポート、挑戦を達成するための処理能力、コミュニケーションとその能力、そうして得られるレジリエンスであるとしている。処理能力は、例えば行動・認知・鍛練・怒り・逃避・無力の処理等が考えらるが、子どもの行動は外在化する場合と内在化する場合があり、それらも含めてこれらの処理能力については、まだ研究の余地が多く残されている。

また、家族の環境としては、親が個人として機能しているか、親の婚姻状況、しつけ、家族の機能としては、仕事に満足しているか等も重要とされる。高名な家族療法家の一人であるミニューチンは家族理解のためには家族の人間関係のルールを理解すべきであるとした。これは、システム論に基づく家族療法において、実践の基本であるジョイニング(初回面接でセラピストが家族の仲間入りする段階)において重要とされるが、彼が家族を見る基本的概念は

「境界 (boundary)」・「提携 (alignment)」・「権力 (power)」である⁸⁾。つまり、誰が権力を持っており、誰と誰が仲間であり、例えば親子や性別で明確な境界が引かれているか等について、家族の相互作用を見ながら、アセスメントするものである。同じく家族療法のヴァージニア・サティアは、①自己評価 (人間の基本動機、成熟性・自立性)、②コミュニケーション (メッセージの一致・不一致)、③家族ルール (意見を述べる自由・見たり聞いたりすることを表現したり、反対意見を述べる自由) を挙げた。またオルソン⁹⁾は、家族を見る3つの視点として、①家族機能 (Family Functioning)、②家族コミュニケーション、③家族周期 (Family Life Cycle) を挙げ、その家族機能の評価尺度を、状況的・発達のストレスに応じて家族 (夫婦) システムの権力構造や役割関係・関係規範を変化させる能力と、家族凝集性 (Family Cohesion) とするオルソン円環モデルを作成した。マクスターは、①問題解決、②コミュニケーション、③役割、④情動の応答性、⑤情動の関与、⑥行動のコントロールに着目した。

さらに、家族の重要な側面として家族周期が挙げられる。家族という生体は、その家族の生活周期に応じて、家族システムを持続していく為に絶えず環境との適応を図っていかなければならない。家族の構成部分としての各家族員は、その生活周期の過程において、それぞれが個人の発達課題を持っている。幼児期、思春期など、子どもは子どもで、大人は大人でそれぞれのライフサイクル上の課題を抱えている。そして家族というシステム自体もまた、その生活周期の中で、目標が移行し、発達の課題に直面している。故に、危機やその状況に応じた家族レジリエンスを奨励するためには、家族の発達段階、あるいは、家族周期に注目することは必須である。

家族周期については、多くがその発達の段階について論及しているが、例えばマクゴールドリックの『*The Changing Family Life Cycle*』¹⁰⁾に

において彼女は家族周期を次の6段階に分類している。第1段階：巣立ち、第2段階：結婚による家族形成、第3段階：親役割の所得、第4段階：子どもの成長による家族変容期、第5段階：中年と家族システムからの出入りの増大、第6段階：晩年である。つまり、家族は、家族として成立し、拡張し、やがて拡散し、回帰し、交替する繰り返しのなのである (佐藤悦子、1990)¹¹⁾。この家族の家族周期の変化期は、当然のことながらチャレンジであり、乗り越えることによって成長する苦闘の時期であり、家族は、自然にそのレジリエンスを働かせて変容を遂げるものなのである。

さらに、家族の危機という視点からは、この家族周期の発達段階での変化も含めて、家族システムが変容を迫られる場合として、①突発的な急性の問題の発生、②家族周期上で予測できるが、それに対応できず危機を迎える場合、③家族周期上、前の段階で未解決のままに持ち込まれた慢性的な問題の3類型が一般的に挙げられている。これらが錯綜して問題となる場合、家族は危機を迎え、何らかの問題が発生するとされる。家族システムはシステムの常として絶えず変化と再生をくり返すものであり、こうした家族危機こそが新たな再生のための変化の触媒であり、レジリエンスが機能して家族危機が成長のチャンスとなるのである。

3 家族の危機と回復についての予備調査

①調査目的 家族レジリエンスについての従来、研究は殆どなされておらず、家族モデルや個人のレジリエンスの調査についても、病理モデルによる、心理・精神上の問題の文脈における研究が多く、家族の危機と回復についての一般的な意識調査が必要であると考えられる。従って、今回は家族危機についてのイメージを探り、家族の危機と回復についての意識調査を実施するための予備調査を行った。

②調査方法 大学生を対象として質問紙調査を実施した。調査の主な対象学年は1年生であ

り、調査時期は7月であった。これは、家族周期上は、巣立ちの危機的状況とも言う時期に該当する。

③調査結果 サンプル数は147であり、全員10代、つまり、18歳か19歳で、男女比は半々であった。家族危機については、明確な意識を持たない回答が多く、特に家族危機を3つに類型化した問いに対しては、余り積極的に有意と言う回答は寄せられなかった。

以下に、調査結果の概略を述べる。

まず、家族危機という意識については、「家族周期上の危機」は104名が経験したと回答しているが、「危機として問題視した」ものは少なく、「家族危機として未解決なままである」とするものは16名で、入学に際しての別居や介護の問題等が挙げられていた。また、「突発的な危機」や「慢性的な危機」に関しては、余り経験していないか、経験していても「特に問題とならなかった」、「自然に回復する」という回答が殆どであった(図2参照)。また、それらに際して、「家族の絆が強くなった」、「連帯感が強まった」という肯定的な回答、また、「時間が自然に解決した」と「特に何もしていないがそれでおさまった」という回答が多かった。さらに「専門家に相談した」、「専門家以外のひとに相談した」との問いに対しては、若干名が相談していたが、相談する主体の殆どが母親で、「相談したことが役に立った」という問いに対しては、非専門家の方が専門家より役に立ったという回答が多かった。

家族危機が自分に及ぼす影響としては、「ひどく及ぼす」と「そこそこ及ぼす」で120名であり、家族危機は未成年にとっても影響が少なからずあることが類推された。自由記述によるその影響を類別すれば、家族の「絆」に言及したものが29名、「精神的安定」が45名、「経済的安定」が18名、「自分への否定的な影響」に言及したものが24名、「家族と自分とは関係ない」というものが14名であった(図3参照)。

また、「自分が危機的状況にあるときに家族

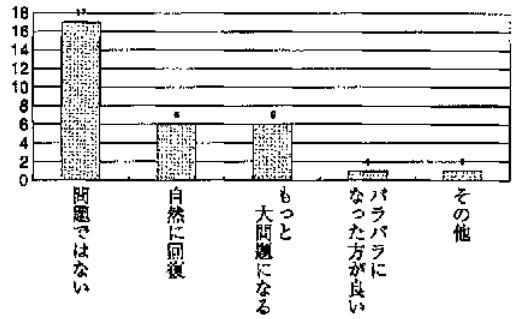


図2 家族危機をどう受け止めているか

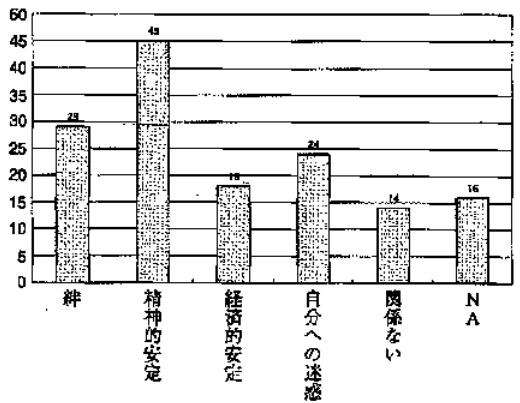


図3 家族危機が自分に及ぼす影響

に期待するもの」という問いに対する自由記述の回答を類別すると、「助言が欲しい」が25名、「見守って欲しい」が13名、「精神的支えとなって理解や励ましが欲しい」が23名、「コミュニケーションをうまくとって欲しい」が15名、「経済的・物理的援助」が7名、「干渉しないで放っておいて欲しい」が48名で、肯定的であれ、否定的であれ、「あからさまに干渉しないで欲しい」が61名と、有効回答131名の47%を占めた。これは世代的に極めて予測される回答率であったが、中には「全面的に助けて欲しい」という者も数名いた(図4-1、4-2参照)。

また、相談するとすれば、その相手は、「同性の友人」が122名、「異性の友人」が63名、「母親」が71名、「父親」が28名、「きょうだい」が44名等であり、5名が「専門家に相談

得津慎子：家族レジリエンスの家族支援の臨床的応用に向けて

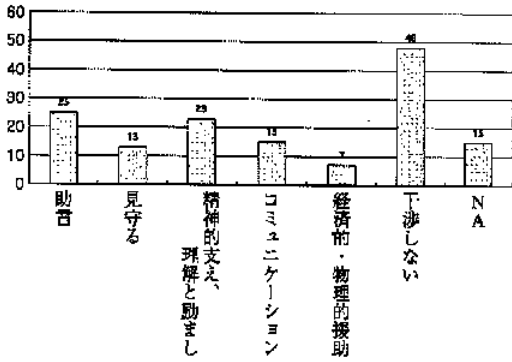


図 4-1 家族への期待

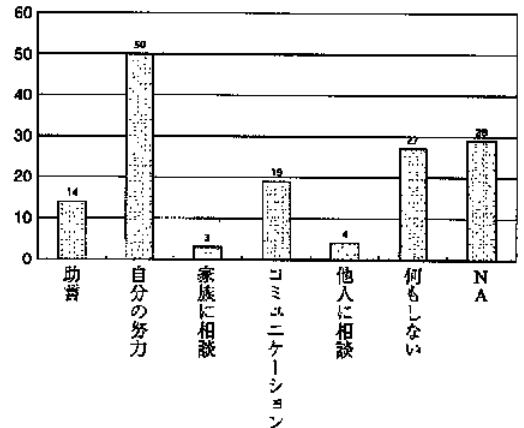


図 5-1 家族危機に自分は？

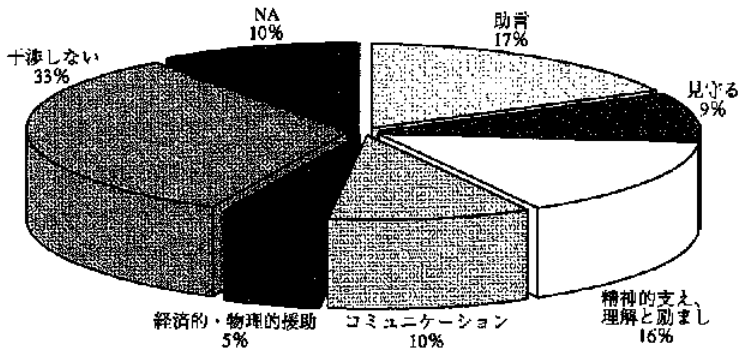


図 4-2 家族への期待

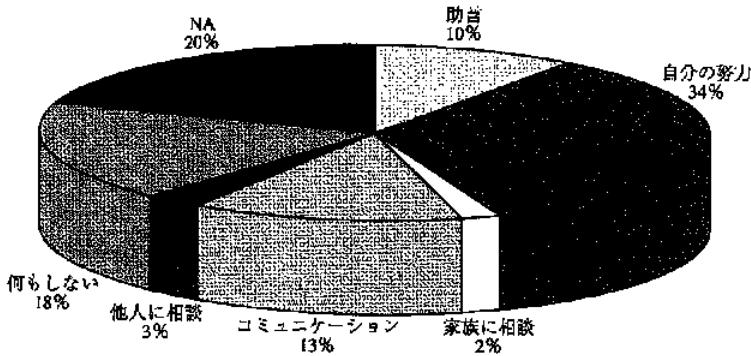


図 5-2 家族危機に自分は？

する」が、その内訳は、1名が「カウンセラー」で4名が「医師」であった。

さらに、「家族が危機にあるときに自分がどのように対処するか」という問いへの自由記述

を類別すると、「助言する」が14名、「家族に相談する」が3名、「相談しないまでもコミュニケーションの疎通性を計る」が19名、「とにかく自分ができることをする」が50名、「他人

に相談する」が4名、「特に何もしない」が27名であった(図5-1、5-2参照)。

家族危機に際して相談するとすれば、「同性の友人」が75名、「異性の友人」が38名、「母親」が42名、「父親」が26名、「きょうだい」が60名等であり、5名が「精神科医やカウンセラー等の専門家」に相談するとなった。

「家族危機を回復するために必要なもの」という自由記述を大別すると、「愛」が17名、「家族の絆」が2名、「家族の協力」が26名、「コミュニケーション」が19名、「相互理解」が10名、「ひとりひとりが自立していること」が3名、「自分が自立していること」が5名、「リーダーシップ」が4名、「休息、冷静さ」が4名、「努力」が2名、「時間」が6名、「適切な処置」が2名、「専門家の助言」が6名、「冷静な見方・助言」が5名、「第三者の冷静な見方・助言」が1名、「ソーシャル・サポート」が2名、「お金」が2名、「不必要」が2名、「わからない」が8名であった。(図6-1、6-2参照)。

4名、「何らかの前向きな努力をすること」が2名、「時間」が6名、「適切な処置」が2名、「専門家の助言」が6名、「第三者の冷静な見方、助言」が5名、「ソーシャル・サポート」が1名、「お金」が2名、「何もいらない」が2名、「わからない」が8名であった。(図6-1、6-2参照)。

この調査はあくまでもどのように家族危機とその回復を意識しているかの予備調査として行ったものであるが、対象が18歳-19歳の学生で、かつ、時期的にも7月という入学後そろそろ落ち着き始めた時期であったためか、自立についてはそれなりの意識が読み取れた。しかしながら、家族危機の実際の体験については余り

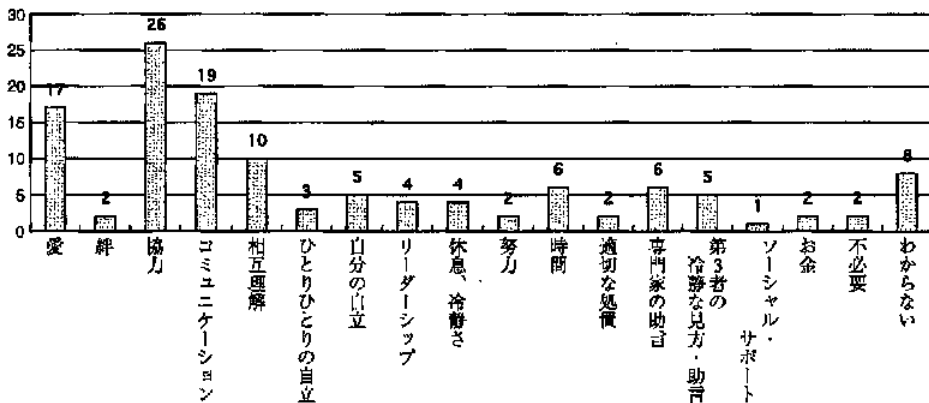


図6-1 家族危機の回復のために

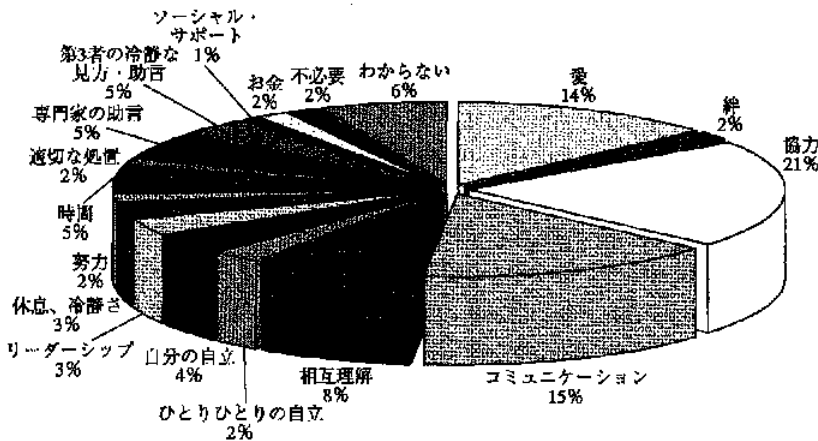


図6-2 家族危機の回復のために

実感がなく、そのゆえにか、殆ど家族危機を回復することに対して具体的なイメージを持っていないこと、ただ、自分の危機に際しては、そっとしておいて欲しいとこや、家族の危機に対して自分ができることに対しては、それなりの明確な意識を持っていることが読み取れ、実際に彼/女等が巣立ちを迎えつつあること、巣立つ立場としては余り危機意識を持っていないことが示唆された。また、危機にあって、殆どが友人以外では、専門家であるや否やを問わず余り相談せずに、何となく解決していくものであるとするという傾向性が、「そっとしておく」という問題解決の方法と共に際立った。話し合い、コミュニケーションの重要性の認知は高いが、中には、「自分が何も言わなくても気付いて、その上でそっとしておいて欲しい」とか、「わからないように支えて欲しい」というような極めて曖昧なコンテキスト重視型の回答も複数見られ、家族内コミュニケーションの複雑な特質を映すものと考えられた。同時に「放っておいて欲しい」という回答には、「暖かく見守って（いざとなったら助けて欲しい）」というむしろ依存的な回答と「干渉しないで欲しい」という自立的な回答の2タイプがあり、このメッセージの複雑性をいかに読み取るかが家族周期上において危機が発生する可能性の一要素であることが類推された。また、経済的な影響性への注目や愛、理解、絆等の回答も多く、いわゆる家族の機能とされるものの比重の大きさもうかがえた。また、家族危機が肯定的に働いたという回答が多かったことも、「家族危機にない」とする回答者が殆どであったことから、今の状態の家族を家族危機を乗り越えた家族と仮定すれば、「雨降って、地固まる」¹²⁾という家族レジリエンスを説明するイメージ通り、家族危機は家族レジリエンスを働かせて、家族がより機能しうる可能性を指し示している。

本調査はいわゆる健全な家族における家族の危機と回復についてのイメージを知るために行ったものであるが、家族が曖昧に何となく問題

解決する過程が示唆され、それが家族のレジリエンスであると考えれば、問題を意識化しない過程、つまり「問題」よりも家族の問題解決能力を信頼するという意味で、家族レジリエンスの有用性を反映するものと言えよう。家族の意識化されない過程や、コミュニケーションの有り様、さらに、規定するのが困難な家族の「絆」や「家族愛」等の曖昧な概念に基づく、甚だ曖昧な概念である「家族」「レジリエンス」の概念化とその臨床的応用、つまり家族支援に役立つより有効なあり方の考察に向けて、今後は親世代への聞き取り調査等を行って行きたい。

4 まとめとして

— 家族レジリエンス概念の臨床的応用に向けて —

家族や家族機能と個人の相互作用の過程を家族の発達段階とともにプロセスとして、またその相互作用として見ることはすぐれて現代的な家族の見方であり、アセスメントの方法である。さらにそこに家族レジリエンスという視点を織り込むことには、臨床的に家族支援上、つまり、個人へのサポートにおいて、臨床的に行われてこそ、その意味を持つ。そこで極めて臨床的な文脈にたった家族レジリエンスについてのワルシュ¹³⁾の近著を紹介したい。第1の前提として家族のプロセスをワルシュは家族の機能的結合として見る。さらに、当然のことながら本アプローチは従来の病理モデルを排するものであり、病理モデルにおいては、家族についての二つの神話、つまり「健全な家族は問題がない」とする信念と、「理想化された伝統的家族が健全な家族の唯一のモデルである」との「ノーマル」な家族についての信念が根強いとされるが、それらが「神話」とであると言及する。多くの健全に機能する家族の要素についての論議を通して、それらの「神話」を排し、肯定的に家族を捉えるモデルが多様に生み出されてきている。例えば、家族の発達の面に注目し、免疫ができる過程が非常に重要な学習過程であると

する「免疫モデル」¹⁴⁾や個人的資源等は、何かを埋め合わせるために機能する場合もあるとする「補償モデル」、ストレスは新たな能力を高めるために有効であるとする「チャレンジモデル」等、多くのモデルが、家族システムを保護するメカニズムを説明する。

ウォルシュは基本的な家族レジリエンスアプローチのためのシステム論的スタンスを次のように説明している。

- ①個人の困難は個人、家族、環境的要因の相互作用として理解されるべきである。
- ②危機的状況やその継続は、家族全体のみならず、個々の家族メンバーに影響する。
- ③家族のプロセスは、家族メンバー全員の相互関係に影響する。保護的なプロセスは、ストレスに打ち勝ち、回復を導き、レジリエンスを養うものであり、不適切な反応や不適応は脆弱性や個人と関係性のリスクを高める。
- ④すべての家族は、レジリエンスが働く可能性を持っているのだから、それは最大限可能に機能しうる。

この文脈に立って、ウォルシュは、家族レジリエンスの鍵を5つ挙げている。一つは、苦難に意味付けすることである。逆境がチャレンジであるように意味付けすることの有用性については前述の通りである。二つ目は、一見積極的な外見を持っていることである。一見積極的であるとは、問題と「良く戦う」ことであり、行動的で勇気があり、勇気を促進し、希望や楽観的な見通しをなし、ストレングスと可能性に焦点化し、変化の可能性を統制できることである。変化は自分が起こすものであると肯定的に考えられたとき、ひとは既に変化したと言えよう。三つ目は、超越性と精神性からなる家族の信念体系 (belief system) である。今日に至るまで、システム論においても、精神性等について、民族性と宗教性を除けば殆ど論及されていないと言っても過言ではないであろう。しかしながら、その一方で精神性への注目や、その意

義への論議、明確化への努力も高まっており (Walsh, 1999¹⁵⁾、Canda, 1999¹⁶⁾、Fruman, 1997¹⁷⁾等)、本書における宗教性も包括しての家族の信念体系についての言及は注目に値する。彼女によれば、家族の信念体系は、こころのレジリエンスの中核をなす。それは、危機をチャレンジとして分かち合いえ、信念の基盤を共有し、家族危機や苦難を家族周期上の普遍的な問題として一般化でき、危機を肯定的に意味付けうる凝集性を招来する。また直線因果律で説明されてしまう信念であっても、信念や将来の希望やユーモアは危機を乗り越えさせうる大きな要因である。信念体系の基盤を共有していれば、援助を求めることも積極的なストレングスの表れとなり、レジリエントな人びとは、必要に応じて専門家のみならず、親戚、社会的、宗教的サポートシステムに援助を求めることを良しとする。ここで、興味深い論述として、西欧的な信念では、失敗は本人の責任と看做されるが、シャーマニズム等においては、家族内で悪とされてきたことを、崇りとすることで外在化が可能であることが示唆されている。それ以外にもこの原始宗教的な信念体系への回帰は、西欧的な直線因果律的な思考においては受け入れ難いがゆえにこそ、その信念体系への転換の可能性は、問題を維持、増幅させている多様な可能性を受け入れさせうる。それによって、問題解決への選択肢が広がり、より現実的な状況把握ができるのである。一方、直線因果律的な思考の家族には問題解決にあたって、一つの原因に集中し、スケープゴート作り、つまり悪者捜しに陥るおそれがある。また、バック等¹⁸⁾も述べているように3つの自己破壊的な認知の歪みの信念は、抑うつ等の症状の最大の源となる。その3つとは、ストレングスを低く見積もること、失敗を大袈裟に考えることと絶対的な破滅を予期することである。家族がそれ自体の信念体系を持つこと、それを知ることが有用であると考えられる。また、超越性と精神性は、より広範な価値や目的を持ち、インスピレーシ

ョンも重んじる。インスピレーションは創造性であり、家族においては、役割モデルやヒーローを必要とする。同時に、危機からは学習し成長できる変容が可能であり、それは、人生の優先順位を変化させ、他者を援助し、社会的責任を果たす一助となる。家族の信念体系は頑強なものであるがゆえに、システム論的アプローチによってその枠組み変えができれば、大きな家族レジリエンスの機能の原動力となろう。

四つ目の家族レジリエンスの鍵は家族が秩序だった組織的パターンを持っていることである。それは、柔軟性、結び付く力、社会・経済的な資源からなる。五つめは、明確でオープンな情緒表現と協働的な問題解決コミュニケーション・プロセスである。これらが個人、家族、その社会的環境やプロセスとの相互作用において重要な要素であることは、既述の通りである。

また、ウォルシュはセラピストのレジリエンスにも言及しているが、このセラピストが自らのレジリエンスに気付くことは、自信を持って、セラピーというクライアントの苦難を共にするという苦難を乗り越えるには何よりの助けとなろう。

こうして、個人や子どものレジリエンスも含めて、いくつかの家族レジリエンスの要因、特徴、手がかりを挙げてきたが、結局のところ家族レジリエンスとは、いかなる困難にあっても、それを乗り越えられ、乗り越えられたことを肯定的に確認できる力であり、その力を encourage-ment するものである。それは「雨降って、地固まる」場合も、「傷は残ったとしても基本的には無事」と言いうる力の招聘であり、その回復力を助け、増幅することが臨床的な家族支援のあり方と言えよう。

尚、本研究は平成13年度から15年度科学研究費補助金萌芽的研究「家族支援における家族レジリエンスに着目することの有用性の立証研究」による。

参考・引用文献

- 1) 得津慎子著「家族援助における家族レジリエンスという視点—システム論に基づく家族療法の事例を通して」『関西福祉科学大学紀要』第3号、1999年。
- 2) 得津、前掲著
- 3) Steven, J. Wolin, Sybil Wolin. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families rise above Adversity*. Villard, NY. (ステイヴン・ウォーリン、シビル・ウォーリン著 奥野光・小森康永訳『サバイバーと心の回復力：逆境を乗り越えるための7つのレジリアンス』金剛出版、2002年)
- 4) Wolin, et al. Ibid.
- 5) Taylor, Ronald D. & Wang, Margaret C. (2000). *Resilience Across Context: Family, Work, Culture, and Community*. Lawrence Erlbaum Associates, Pub., Mahwah, NJ.
- 6) Hetherington, E. Mavis, & Blechman, Elaine A. (eds.) (1996). *Stress, Coping, and Resiliency in Children and Families*. Lawrence Erlbaum Associates, Pub. NJ.
- 7) Wills, Thomas Ashby (1996). in *Stress, Coping, and Resiliency in Children and Families*. Lawrence Erlbaum Associates, Pub. NJ.
- 8) Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Harvard University Press, Cambridge. (ミニューチン著、山根常男監訳『家族と家族療法』誠信書房、1984年。)
- 9) Olson, David H., Russell, Candyce S. & Sprenkle, Douglas H. (eds.) (1988). *Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of Families*. The Haworth Press, Inc., NY
- 10) Carter, Betty, & McGoldrick, Monica, (1989). *The Changing Family Life Cycle*. Allyn & Bacon.
- 11) 佐藤悦子著『家族内コミュニケーション』勁草書房、1990年
- 12) 小森康永著『ナラティブ・セラピーを読む』ヘルスワーク協会、1999年。
- 13) Walsh, Ibid.
- 14) Seligman, M. (1990). *Learned optimism*. NY: Random House.
- 15) Walsh, Froma (ed.). (1999). *Spiritual Resources in Family Therapy*. The Guilford Press, NY.
- 16) Edward R. Canda & Leola Dyrud Furman. (1999). *Spiritual Diversity in Social Work Prac-*

- tice : The Heart of Helping.* The Free Press, NY.
- 17) Furman, L. D. (1997) .*National survey of NASW Members on spirituality in Practice.*
- 18) Beck, A., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1987). *Cognitive therapy of depression.* NY: Guilford Press.