カウンセリング演習Ⅰ

大西真美（杏林大学）

家族療法・家族システム論

家族を理解し、どのような支援が必要かを考えてみる

① 家族の発達

② 家族の置かれている状況

③ 多世代からの家族への影響

IPという呼び方・考え方

- 家族療法家は、「**I**dentified **P**atient」:**IP**と呼ぶ。
- 意味は:「**患者とみなされた者**」。
- 家族システムの中でたまたま問題や症状を呈した人。

- IPの問題行動・心理的症状

  家族システムの構造上の問題
  発達の過程で生じる変化や移行への反応
  家族内コミュニケーションの悪循環
  } 問題や症状を呈した人

  問題や症状＝IPのSOS
  あるいは問題や症状を抱えることで、家族システムを支えていることも

家族の発達

ステージ		家族システムの発達課題
1．親元からの独立（独身の若い成人期）	家族の形成期	・親からの心理的経済的自立 ・親密な仲間関係の発達 ・職業における自己確立
2．新婚の夫婦の時期		・夫婦システムの形成 ・親との関係の再編成 ・友人との関係を再編成すること ・子どもを持つ決心
3．乳幼児期の子どもを育てる時期	家族の発展期	・子どもの誕生に伴い夫婦システムの調整 ・親役割の取得と適応 ・実家である親（祖父母）との関係の再編成
4．学童期の子どもを育てる時期		・親役割の変化への適応 ・子どもを含めたシステムの再編成 ・家族メンバーの個性化
5．思春期・青年期の子どもがいる時期		・子どもの自立を促すため、柔軟な家族の境界 ・中年期の夫婦関係、職業上の達成 ・親（祖父母）世代の世話
6．子どもが独立し、それに続く時期	家族の収束期	・夫婦システムの再編成 ・成人した子どもとの関係 ・親（祖父母）の世話・死への対応
7．老年期を過ごす時期		・人生の統合 ・子ども世代に中心的な役割を譲る ・配偶者や友人の喪失 ・自分の死への準備

個人にふりかかるストレス

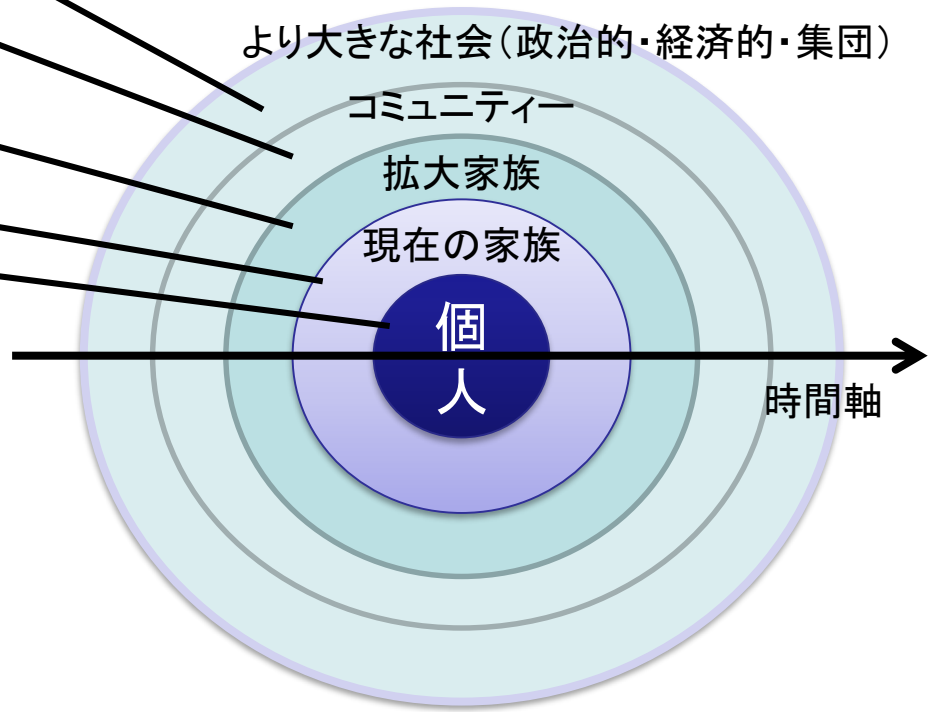
Carter＆McGoldrick(1999)

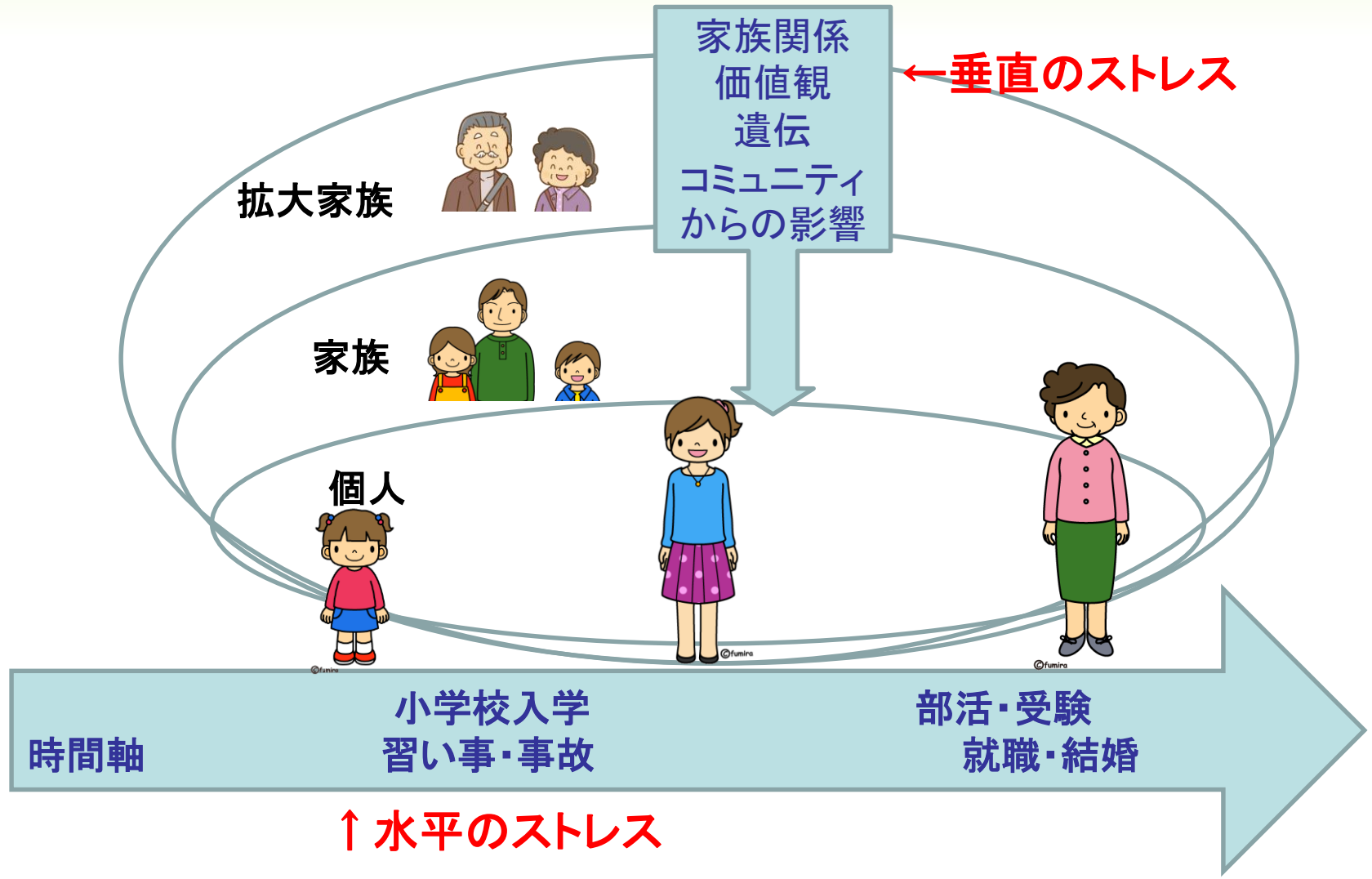
- 垂直的ストレッサー

  人種・性・階層意識・社会的偏見・貧困
  共同体の消滅・過重労働・余暇の消失
  家族情緒的パターン・家族神話・
  三角関係・秘密・遺産・喪失体験
  家庭内の暴力や依存
  遺伝的欠陥・生得的能力

- 水平的ストレッサー

  a.発達的変化（予測できる変化）
  b.予測できない変化




家族関係
価値観
遺伝
コミュニティ
からの影響
←垂直のストレス
拡大家族
家族
個人
時間軸
小学校入学
習い事・事故
部活・受験
就職・結婚
↑水平のストレス

ジェノグラム　genogram

- 3世代以上の家族メンバーを描いた家族図。

- 家族療法の多世代派が用いたアセスメント（査定）の道具であり、治療技法。
  - 情報整理
  - 家族の適合性・ノーマルさのアセスメント
  - 家族の成り立ち・歴史・パターンを知る
  - IPの問題を、多世代の枠組みの中で理解していく

ジェノグラムの基本的な記号

- 男性は□、女性は○
- 左側に男性・右側に女性を配置

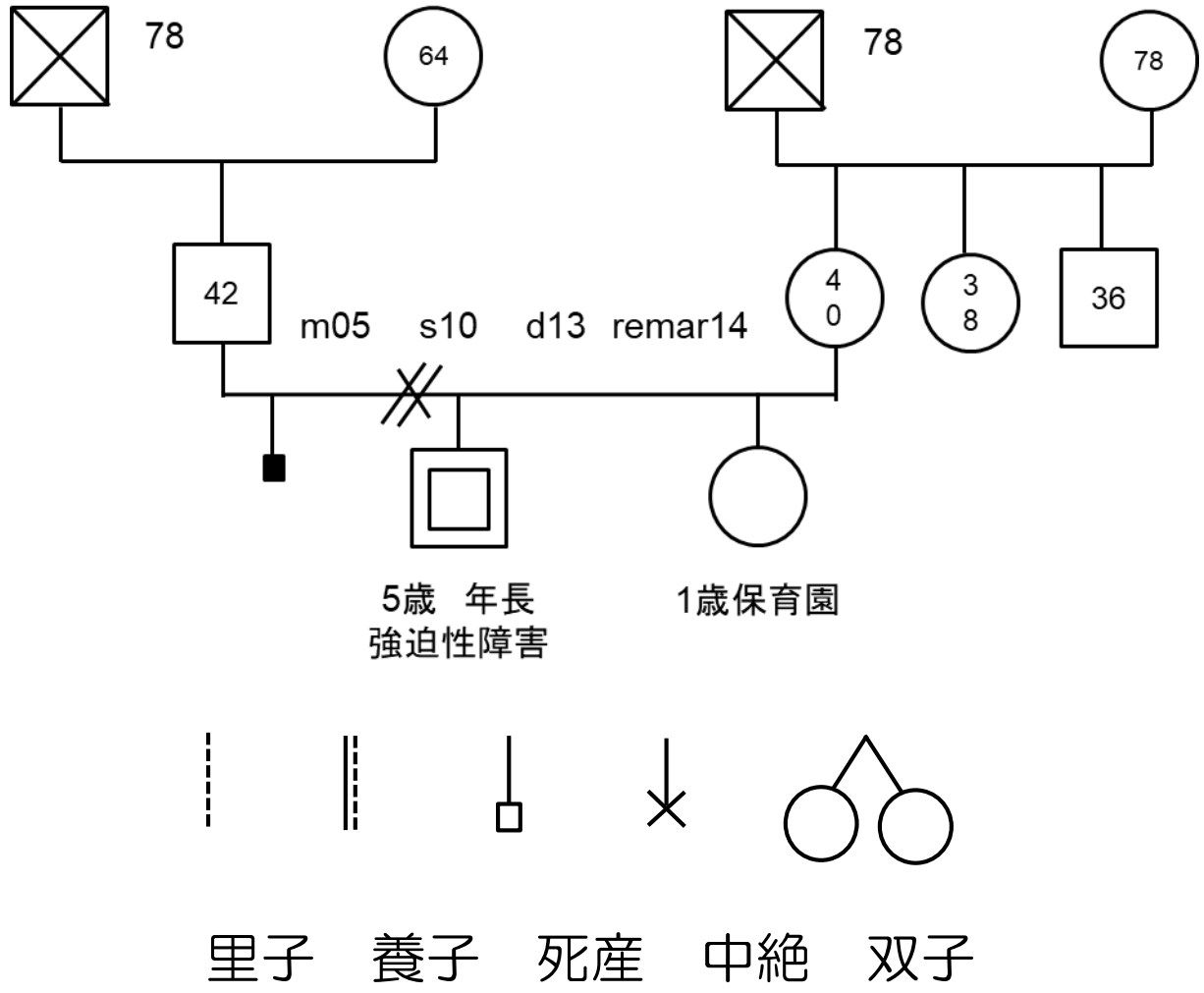
- 子どもは左から出生順

  m…marriage　結婚年

  s…separate　別居開始年

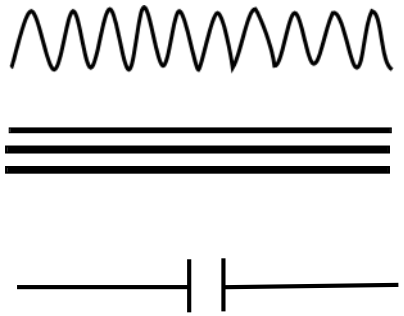
  d…divorce　　離婚年

- IPは二重で囲う



ジェノグラムの関係図

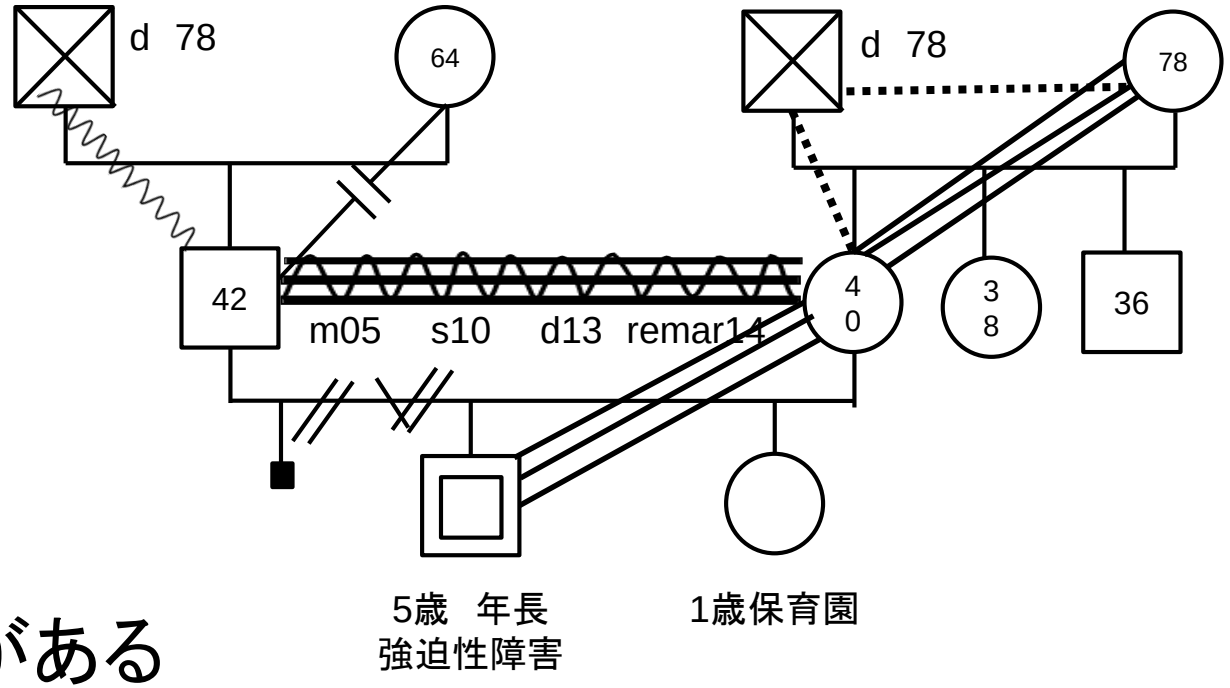
- 関係・交流を書き入れる



葛藤

融合

遮断



ジェノグラムが教えてくれること

当事者家族もあらためて気づくことがある

子育て支援における地域連携

- 関係機関との連携

  児童相談所・子ども家庭支援センター

  療育施設・発達障害支援センター

  医療機関

  教育センター・教育相談所

- 関係機関と連携をする前に

  保護者と良好な関係を築き、十分に話し合う

  連携が必要な理由を明確にしておく（目的・支援計画）

  ただし、虐待の可能性がある場合を除く

＜離婚の段階別の課題＞

段階	発達課題
1.　離婚を決心する段階	夫婦関係の問題を解決できないことや、結婚生活がうまくいかなかったことを受け入れる。
2. 別れる計画を立てる段階	子どもの世話や養育、面会や経済的な問題などに、協力して取り組む。 祖父母などを含む拡大家族、親族への対応を考える。
3. 別居の段階	これまでの家族を失うことを悲しんだり嘆いたりする。 経済面での立て直しや、配偶者との関係・親子関係の仕切り直しを図る。　離れて暮らすことに慣れていく。 配偶者の実家との関係を保ち続ける。
4. 離婚の段階	これまでの家族を失うことを悲しんだり嘆いたりする。 関係を修復して再び一緒になる、という幻想を捨てる。 結婚に対する希望、夢、期待を取り戻す。 祖父母などを含む拡大家族との関係を保ち続ける。
5. 離婚後の段階	元配偶者と新しい関係を築き、協力的なかかわりができるように少しずつ慣れていく。 経済的にも責任をもち、親としての役割を果たしていく。

Carter, B., & McGoldrick, M.(1999)

＜離婚に対する発達段階別の子どもの反応と親の対応＞

親の離婚に際して子どもが示す反応は、子どもの発達段階に即した理解と対応が大切である。

幼児前半	しがみつき、おねしょや赤ちゃん返り・・・
幼児後半	頭痛や腹痛で登園を渋ったり・・・
児童期	両親のなかを元に戻そうとする・・・
思春期	一方の親と連合し、もう一方の親に反抗する・・・
青年期	経済的な不安や将来の男女交際についての心配・・・

12

＜離婚のときに子どもが心配しやすいこと＞

- 見捨てられることへの不安
  一方がいなくなったら、もう一人の親もいなくなるのでは

- 両親の間で引き裂かれる（忠誠心の葛藤）
  お父さんの味方をするとお母さんが傷つくかも、という思い

- 「離婚は自分のせい」「いい子にしていれば仲直りできる」と思う
  自分がいい子にしていれば、お父さんが戻ってきてくれるかもしれない、といった思い込みなど

13

＜離婚のときに子どもが心配しやすいこと＞

- 怒り

  なんでお父さんは自分たちをおいて出て行ったの？
  なんでお母さんは、お父さんのことを追い出したの…
- 将来に対する不安

  これからどこに住むの？　生活していくお金は大丈夫？
- 一方の親と組む

  （一緒に住んでる）お母さんの味方をしなくちゃ
  お父さんは全然私たちのこと考えてくれない。
  そんなお父さんには、もう会いたくない…
  などの混乱や葛藤

14

＜子どもの気持ちに応えるために＞

☆子どもに伝えておきたい大切なこと

- 離婚に関して疑問に思うことは何でも聞いていい。
- 離婚は、お母さんとお父さんの夫婦の問題であってあなた（子どもたち）のせいで離婚するのではない。
- お母さんとお父さんはもう一緒に住むことはないとしても、（親として）あなたのことをずっと愛している 。
- それぞれの親がどこに住み、どれくらいの間隔で会いに来るのか。

＜子どもの気持ちに応えるために＞

☆子どもに伝えておきたい大切なこと

- 離婚にまつわるさまざまな気持ちは表現してもいいこと、特に怒りなどの感情も大切である 。
- 離婚について、友達や、話してもいいと思える信頼できる大人と話してもいい。

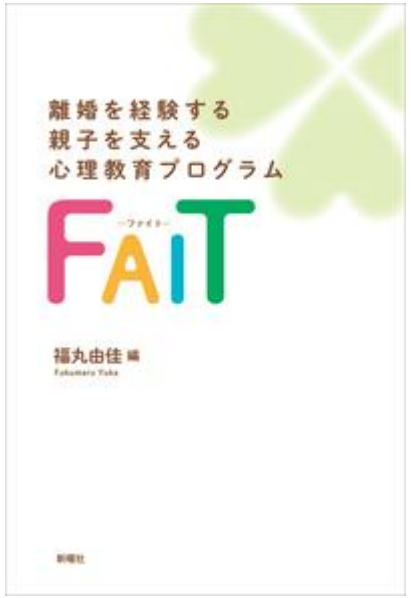
FAIT-Japan研究会

FAIT-Japan研究会では、FAITプログラムの実践、
支援者向けの研修、プログラムの効果研究などを行っています。

ぜひHP

fait-japan.com

もご覧ください。



離婚を経験する親子を支える心理教育プログラムFAIT―ファイト―
福丸由佳編　2023　新曜社



[Stepfamily Association of Japan – ステップファミリー・アソシエーション・オブ・ジャパン]

ステップファミリーをいかに生き,育むか-うまくいくこと,いかないこと
パトリシア ペーパーナウ (著), Patricia L. Papernow (原名), 中村 伸一 (翻訳), 大西 真美 (翻訳),

https://www.amazon.co.jp/dp/4772414517/

家族について学びたい方は

中釜 洋子，野末 武義，布柴 靖枝，無藤 清子（2019）
『家族心理学　第2版』 有斐閣

家族心理士・家族相談士資格認定機構

https://kazokushinrishi.jp/