《2》家族の変容と子育て

③思春期・青年期における若者と青少年相談センター

清水　孝教
福祉局青少年相談センター副所長

はじめに

「人は誰もが生きにくい」これは筆者の知人である、岩田充功氏（ユースサポートネット・リロード事務局長）がよく使うフレーズである（注1）。

世の中には物があふれ人々は一見「豊かさ」を享受しているかのように見えるが、はたしてそれはどうであろうか。本当の豊かさと言えるものなのだろうか。物の豊かさを享受する代わりに「こころの豊かさ」を失い、翻弄されている世界がみえる。

そうした生きにくさを抱えているのは若者たちも同様である。

青少年相談センターは思春期・青年期の問題を抱える青少年の相談を中心に行う相談機関である。不登校・ひきこもりの相談と青少年相談センターの活動を通して、現代の若者の状況について考えてみたい。

1　青少年は今

❶思春期・青年期の課題

青少年相談センターへ相談に訪れるのは高校生・大学生年代の若者である。この時期は「社会的な自分をどう位置づけるか」ということが大きなテーマとなる。

高校や大学に入学してきた学生はライフステージが変わり、ウキウキしている一方で「自分たちは何をやりたいか分からない」という状況を同時にもっている。受験勉強などで圧迫されていて自分では意識していなかった部分が、突然解放されたことで頭をもちあげてくる。この時期はアイデンティティの確立の時と言われており「独自の自分」をもつことを意味し、それはまた社会的な帰属性をもっている。

思春期・青年期に社会性を確立することは大きな課題ではあるが、これがまた難しい。高校生にとっての社会的帰属性は、その後のステージの一つに「大学に入学する」というテーマが設定され、この場合は「勉強」ということになる。大学生の場合は入った社会は非常に自由度が高く、逆に「何をするか」ということで試行錯誤を繰り返す場となるが、いずれにしても、こうした期間と場はアイデンティティを確立する上で非常に重要だといわれている。

❷最近の青少年の特徴

しかし、最近の青少年の状況は少し変化してきているようだ。青少年が社会から一定の距離を置くことは、自身のアイデンティティを確立する上で、社会に参加するための猶予期間をもつという概念から、もう少し問題が深いのではないかと考えられるようになってきた。色々な問題や社会要因が積み重なり無気力が慢性化してきている所謂「無気力青年」の存在である。ちなみに大学生などが抱える状況をさす場合「スチューデント・アパシー」と呼んでいる。

このような青年は元来、几帳面で完全主義、頑張りやであること。争いを好まず、優劣をつけられる場は避けてしまう。学業などの生業は回避するが部活やアルバイトは一生懸命に行うなどのタイプと全般的に無気力なタイプがあるが、いずれの場合も「自分とは何か」を考え悩んでいるなどの特徴がある。大学生位だと問題はそう顕在化しないが、中学生や高校生年代であると学校を退学し、どこにも帰属しない状態となると顕在化する。

この年代で言えば、「不登校・ひきこもり」というカテゴリーでくくられる人達がこういった感覚を多くもっているように感じる（注2）。

（注1）
ユースサポートネット・リロードは「かながわボランタリー活動推進基金21」を活用したNPO法人楠の木学園と神奈川県の共同事業体で2002年1月にスタートした、不登校・ひきこもりの当事者や家族を支援する団体。
「リロード」は「自分のたどって来た道を振りかえる」また「（弾丸などの）つめなおし」という意味があり「一人ひとりのそれまでの歩みを振り返りながらエネルギーをもう一度つめなおし出発してほしい」ということから名付けられた。
カウンセリング相談室や夜食会（若者の会）、リロードカムカム（親の会）などの活動を行っている。

（注2）
青少年相談センターのスーパーバイザーである永井撤氏（東京都立大学文学部教授）の「父母会講演会」記録を参考にした。
青少年相談センター事業概要「あゆみ」第32号

2 思春期・青年期の困難から回復までの道程

❶不登校からひきこもりに至るまで

青少年相談センターに相談に訪れる不登校・ひきこもりの相談を例に取り、思春期家族勉強会の資料を参考にたどってみたい（図）。

不登校・ひきこもりは誰にでも起こりうる問題である。そこに至る要因は当の本人でも分からないことが多く、それを特定することは難しい。一般的には「いじめ」「過度の頑張り」「孤独感」「家族や周囲からの過度の期待」など本人を取り巻く様々なストレスとなる体験が要因と言われている。ストレスが増大すると昼夜逆転する状況が続いたり、無気力・イライラなどが現れ、所謂、不定愁訴の状態を呈する。本人はストレスを家族には話さず、ひたすら自分で解決しようとする傾向がみられる。

中期から後期の状態では、「ひきこもり」が進むと本人のエネルギーが低くなり長期傾向化していくが、これは「自信や安心感を失い、ひきこもることで仮の安定を図っている状態」といえる。この時期は当事者によっても状況は異なるが、不登校から退学となったり、ひきこもりが数年にも及ぶ事例もある。

❷回復から社会参加までの道程

回復への契機は、家族が「本人が迷い、悩むのも一つの道」と状況を理解し、本人を支え味方になることから始まる。本人は少しずつだが回復していき家族と共に楽しい体験をするなどして生活に変化がみられるようになる。家族とのコミュニケーションも取れるようになり、回復のエネルギーが蓄積されていく。

「何かを始めたい」「何かができるようになる」など小さな目標を設定し、それを達成することによる「小さな成功体験」の積み重ねが本人に自信を与えていくことになる。

この時期は焦らずじっくりと本人と家族が向き合うことが重要であり、本人が少しずつ達成できるような「社会参加への現実的な目標」を設定するなどし、社会への窓を開け「居場所の確保」や「仲間の再発見」をすることにより本人の社会環境に変化も見られるようになる。こうした道筋をたどり、エネルギーの補充がなされると「回復・社会参加」となるが、年齢や本人の状況、考え方などにより「回復・社会参加」の形態は異なり、ある人は学校への復帰、ある人はアルバイトや就労の場への参加など、「本人なりの社会参加」を目指すことになる。青少年相談センターの活動を通してその支援を考えてみたい。

3 青少年相談センターの概要

❶青少年相談センターについて

青少年相談センターは、昭和38年8月に青少年の総合的な相談及び継続的な支援を青少年関係機関と協力して行うことを目的として、条例により設置された相談機関である。

職員は所長（横浜市中央児童相談所副所長が兼務）、副所長、庶務担当、相談員（ケースワーカー）5人が配置されている。その他に、精神科嘱託医、臨床心理士、グループ補助員が相談・支援に応じている。

対象者は市内に在住する概ね6歳から20歳未満の青少年となっているが、ひきこもりの相談に関しては試行的に20歳代までの相談を受けている。

開設以来、時代や地域のニーズに応じ、「非行」「教育」「子育てや養育に関すること」「いじめ」などの相談を中心に受けてきたが、現在では「不登校・ひきこもり」など思春期・青年期の問題を中心に行う相談機関としての役割が大きくなっている。

❷青少年相談センターの支援内容

青少年相談センターのプログラムは次のとおりである。

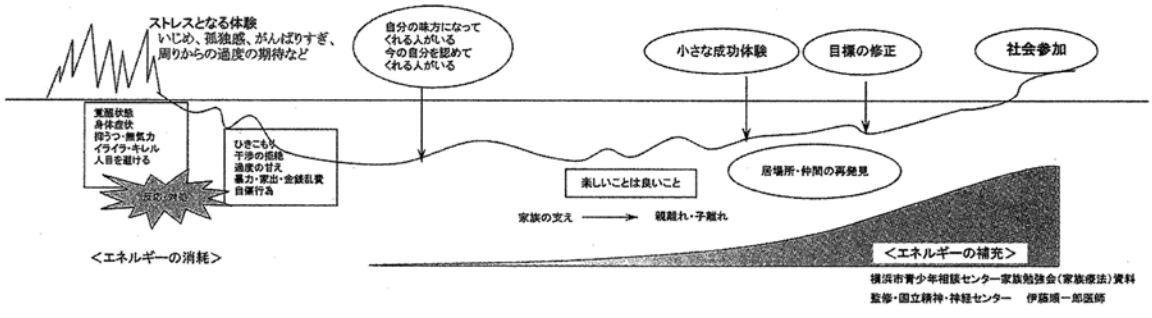
相談はケースワーカーが担当し、電話相談から始まり継続的な来所相談へと繋がる。継続的な支援は個別相談・支援と集団活動に大別されるが、個別相談・支援は本人及びその家族を対象とし、来所相談や相談員による家庭訪問、嘱託医による医療相談、心理判定などとなっている。

集団活動は本人を対象とした「定期グループ活動」や「サークル活動」があり、保護者を対象とした「父母会」「グループ保護者会」「思春期家族勉強会」も実施している。

特別活動は「夏期キャンプ」を始め、親と子のコミュニケーションの場となる「親子・宿泊」や自宅を離れた場で疑似家族的な雰囲気の中で行われる「宿泊訓練」もある。

フリースペース「みんなの部屋」では定期グループ活動を卒業したり、20歳代になり来所相談に至った当事者を対象に自主運営による「居場所」

図　思春期・青年期の困難からの回復の道すじ



横浜市青少年相談センター家族勉強会（家族療法）資料
監修・国立精神・神経センター　伊藤順一郎医師

を提供している。

また、関係団体と協働で期間限定の「ひきこもり相談電話」や「市民講座」を開催している他、今年度からは就労支援のためのモデル事業（注3）にも取り組み始めている。

4 青少年相談センターの中心的支援

❶家族を支える電話相談

青少年相談センターへの相談は電話から始まる。相談の8割近くが保護者からのもので、その内容も不登校・ひきこもりなど本人の問題はもとより、親自身の生き方や家族関係など多岐にわたっている。

初めての電話相談は「相談の内容を軽易に語る」という傾向がある。相談に入る前の言葉の多くは「たいした相談ではないのですが」「こんなことでも相談していいですか」などで始まるが、実際、相談の中身を聴いていくとかなり深刻である場合が多い。問題を顕在化したくないという気持ちと、家族や本人の状況から早々に問題解決しなければという焦りの気持ちが相互に混ざり合い、親自身が不安に陥るためではないかと推測できる。

こうした電話相談の中から、相談内容が深刻であり相談者が継続的な相談と支援を希望する場合には来所相談につながる。

❷家族の来所相談

来所相談に訪れるのは大方、家族であり特に母親が中心である。本人が早々に来所することはあまりない。本人の顔が見えない中、相談は続くが、基本はまず「当事者の家族を支える」ことであり、問題を抱えた本人に直接関わるのではなく、家族を通じて本人を支援するという視点を持って相談を行うことが必要といえる。

来所した家族の多くは「問題に至った原因の追求」「即効性のある解決方法の提供」「家族以外の第三者（相談員）の家庭訪問」を面接相談の中に求めてくることが一般的である。

また、同時に「不登校にある本人に対する再登校への期待」「母親自身の子育てに対する不安」「父親不在の子育てに対する不満」が焦燥感をおびて語られる。

「不（負）」の三角形とでも呼ぼうか、そうした課題を家族はずっと抱えてきている。

実際問題として母親の過去の子育てや父親不在の子育てについて問題化しても、当然に過去に遡ることは不可能であり、本人の今は変えられない。

その際、本人に対する保護者の感情は、不登校やひきこもり状態をとらえて「ダメな奴」「どうしようもない奴」というマイナス評価で向けられ、本人の現状と一体化し、「どうしようもない苛立ちと困惑」として表出している。

❸家族を支える

こうした状況の中で「家族がこれから元気になっていく」ということが支援をすすめる上での大きなテーマとなる。継続相談の中で保護者の気持が楽になり、元気になることで自らの周囲が新鮮なものとして映り、今まで見えなかったものが見えてくるようになる。家族の価値観や気持ち、本人に対する関わりが変化することにより、本人の気持ちにも変化が現れ、こじれた家族関係から良好な家族関係へとゆっくりと移行していくのである。

来所相談はもっぱら母親中心で行われることが多いが、相談が継続し本人との関係が安定してくると、今まで全く登場しなかった父親が相談の場に現れることがある。この場合「アンバランスな状態にある家庭」の中で確実に変化が起きていると見ることができる。

このような動きは家族という一つの有機体が、子どもの問題をきっかけとして大きく変化を求めている状態であり、それは本人の現在の姿を受容するという意味をもつと同時に、家族一人ひとりの在り方について直面化する機会でもあり「家族機能の再構築」というその家族のもつ大きなテーマにも同時に直面化する機会でもある。

青少年相談センターではこうした「家族」を支えるべく、心理教育アプローチを基本にした「思春期家族勉強会」（注4）を行っている。

❹子どもの登場

相談の初期の段階では当事者である本人は直接登場することは少ない。

登場するのは、家族との相談がある程度の期間（状況により異なるがおよそ4カ月から半年位か）継続し、家族の姿勢が「見守り」に変化したころである。子どもたちは親の変化に微妙に気づき、今までなかった会話が段々と成立してくる。その状況は相談員との面接の中で語られ、本人も家族に変化をもたらした相

（注3）
高年齢化するひきこもりの青少年の自立を視野に入れ、回復期における本人の社会参加や就労に向けた支援を社会福祉法人「たすけあい　ゆい」と協働ですすめている。
メニューは当事者の状況に応じ「人と接することについて、一定程度なれてきた上で何かやりたいと考えている当事者を対象に、活動支援者による相談、参加者懇談・情報交換、課外活動を、社会への参加意欲は向上したが、実際の就労には至らない当事者を対象にボランティアや職業体験を、社会参加・就労への意欲が高まった当事者を対象に就労のための情報交換、職親による技術習得、グループ就労の機会を確保するなどの活動を想定している。
（対象者は18歳以上で20歳代の青少年）
平成16年度から3カ年をかけ、モデル事業の実施や有効なプログラムの開発に着手していく。

（注4）
平成9年度から実施している「心理教育的なアプローチ」に基づいたグループの取り組みである。（クローズグループ）
参加者の条件は青少年相談センターで個別の相談を6カ月以上継続中で、個別面接と併行し月1回の勉強会に参加が可能な保護者としている。
この勉強会の構成は前半でウォーミングアップで日常生活の中の「小さな良いこと」を発表することで、肯定的なコミュニケーションを体験する機会としている。
また、情報提供では資料を使い「不登校・ひきこもり・家庭内暴力などの現象を、思春期の変化のメカニズムを通して理解する」「子どもの心と行動が回復していくプロセスを学ぶことで、子どもの現状を客観的に把握する」「それらのことを通して関わる家族の認識に変化が生じ、子どもとのコミュニケーションが楽になることを目的に実施している。後半は話題を決め「ど

談員との接触を希望するようになる。

本人と相談員が直接関わりを持つための試みとして「家庭訪問」がある。

家庭訪問は入るタイミングが非常に難しい。ひきこもっている本人にとって家は自らを守る最後の砦でもあり、家庭訪問は「その砦に踏み込んでいく」という意味をもつからだ。保護者は「本人の状況を速く改善したい」との気持ちの焦りから、「性急な家庭訪問」を要求してくるが、その要求に応じ家庭訪問を行っても成功するケースは少ない。

子どもたちは、家庭訪問に訪れた相談員を親の意向を受けた者や専門家の名のもとに、現在の「自分の居場所」を脅かす存在として位置づけ、決して相談員に会おうとはしない。

家庭訪問は数カ月程続き、ようやくコミュニケーションが取れるようになるが、本人が青少年相談センターに来所するまでの道程は長く、その後、数カ月の家庭訪問を要する場合もある。

❺子どもたちの成長を見守る

来所面談の際に、彼らが博識であることに驚かされる時がある。日頃から新聞や雑誌に目を通しているのだろうか、社会や経済問題に詳しく論評も鋭い。外部との接触はほとんどないのだが、インターネットでチャット仲間をつくりパソコン上で互いにやり取りをしていることもあるようだ。しかし、相手の顔も見えず、パソコンの文字からでは相手の感情も読みとることはできない「乾いた関係」の中でのコミュニケーションである。その会話はぎこちない。

面接の場面で本人から相談員に「課題」がでることがある。

「この映画についてどう思うか」「このゲームはどの様にクリアするか」など様々だ。

本人から提示された課題の中身に応えることは、本人とのコミュニケーションを円滑にするという意味よりも、普段から家族以外の人との交流がない本人が「家族以外の第三者と時間や物事を一緒に共有する」ところに、より大きな意味がある。相談員を通して社会の窓を開け、乾いたコミュニケーションから生のコミュニケーションを体験し、社会性の幅を広げていく。ある意味では相談員は親や家族の代役となり、社会に参加するためのスキルを通し「子どもたちを育てていく」機会をもつことになる。

❻集団活動を通し社会性を養う

青少年相談センターのグループ活動は、月曜日に行われている「コミュニケーショングループ」、水曜日の「スポーツグループ」、金曜日の「創作・調理グループ」に別れている。

スポーツグループ、創作・調理グループとサークル活動（注5）はプログラムが明確化され構造化されたグループワークの色彩が強く、一方、コミュニケーショングループや20歳以降の当事者を中心としたフリースペース「みんなの部屋」は「本人の居場所」を確保する意味を色濃くもっている。しかし、双方とも「ピアグループ的」に機能している側面もある。

「グループ活動」や「サークル活動」は相談員と本人の二者の関係から社会性の拡大（三者）関係へと繋げる意味をもっている。実際、青少年相談センターに来所している当事者が家族や相談員との個別の関係から、それ以外の社会的関係を作ることは非常に難しい。人とつながることの不安、学校をはじめとする実社会へ参加することの不安、社会経験の不足が関係づくりの阻害要因となるからだ。そうした意味ではグループやサークル活動は実社会へ参加するための架け橋として大きな役割をもっているといえる。

おわりに

ひきこもりとニートは、「人間関係にしんどさを感じることや自己評価が低く、自分に対する自信が欠如している点で類似した傾向がある」という。ひきこもりの状態にある人は、人と接したくとも出ていけない。ニートの人は働きたいと心の中では思っていても働けない。こうした状況を考えるとき、筆者は文頭の「人は誰もが生きにくい」という言葉を思い出す。今の時代は社会の中で自己決定がしにくくなっている。何が自分にとって価値あるものなのか、自分を生かせるものは何なのか。今の世の中で見極めるのは難しい。

青少年の「自分探しの旅」は続いている。行政は今こそ次世代を担う青少年の育成に積極的に力を注ぐべきであろう。

のようにしたらよいか」という問題解決に向けての話し合いを行っている。

この勉強会は国立精神・神経センター精神保健研究所社会復帰部長の伊藤順一郎氏（精神科医師）にスーパーバイザーとしての役割を担っていただいている。

（注5）

平成9年度から通常のグループの他に「生活の中での趣味や興味の対象を広げる」「サークル講師を通して相談員以外の大人と接することで社会への窓を開ける」「色々な体験を通し、自分つくり、友だちつくり、自分の生き方探し」「定期グループへの橋渡し」をすることを目的としている。

今までに、スポーツ系では「アーチェリー」「合気道」「山歩き散策」など、創作系では「七宝焼き・陶芸」「ガラス工芸」「革細工」、音楽系では「アカペラ」「ハンドベル」「リコーダー・オカリナ」、文化系では「演劇」「手話」「大道芸」などのサークルを実施してきている。

サークルは1種目7回から10回程度で行われ、講師はその分野の専門家を招いており、内容も本格的なものとなっている。