

子どもを追いつめる 普通の家族の心理学 ～家族カウンセリングの現場から～

■関東支部会員集会

去る7月30日(日)、東京竹橋で関東支部の会員集会が開催されました。関東支部が新たな体制としてスタートして以来、昨年に引き続き2度目の会員集会で、支部活動一般報告や17年度実績報告、18年度事業計画などが報告されました。

活動報告では関東支部運営委員会の小川正治代表(支部長)から、この1年間の支部再生の取り組みについて、事業活動状況と財政状況という二つの指標を基にその現状の率直な報告がありました。

そして、小川代表は次なる課題として「[支部再生]を実現させたパワーを、次は[新生・関東支部]づくりに結集させます」と力強く宣言。大きな拍手で賛同されました。

18年度の実業計画では、普及推進部会や社会貢献部会、企画広報部会など各部会から具体的な実施事業が示されたほか、最後に30周年記念年次大会を横浜で成功させようとの呼びかけも。

集会の最後では、出席した会員の全員がひと言ずつ発言。それぞれが交流分析への関わりや職場・地域等での活動の様子を話すなど、会場は終始暖かい雰囲気になりました。

■研究集会

午後からは同じ会場で研究集会が開催されました。研究集会は地元を中心とした非会員にも開放され、午後からの出席者も多く集まりました。

講師の中尾英司先生は大手化学会社に入社後、人事・労務・教育等に携わり、さらに大手医薬品会社との合併後は組織横断的プロジェクトのマネジメントや業務改革の分野で活躍。現在は独立され、シニア産業カウンセラー、また、家族の問題を扱う家族相談士として全国で活躍されています。

講演開始前、司会の佐藤寛副代表が出席者全員に起立整列をお願いし、さらに「前の人の肩に手を乗せて。はい、肩を揉んであげましょう」と肩もみ体操を実施。午後の会場も一気にリラックスした雰囲気に変わりました。

そして、講演に立たれた中尾先生は、まずこの肩もみ体操にまつわるご自身の経験から話を始められたのです。

それは、中尾先生が組織風土改革のリーダーとして医薬

開発本部に送り込まれたときのこと。

改善のキックオフ大会が重役の定型的な話で終わってしまいそうになった瞬間、このままではせっかく集まった150名が受身の姿勢のまま帰ってしまうと感じた先生は「ちょっと待ってください」と思わず手を挙げ、「5分だけ時間をいただいてもよいでしょうか」といいながら、すぐ前に出て、全員に肩もみ体操を実施し、リラックスさせた雰囲気の中で改革にかかる自分の思いを訴えられたとのこと。あとで、上司にあたる役員からは「そうそうたるメンバーを前に勇気あるねえ」と感心されたそうです。

中尾先生はまだ40代、若々しくさっそうとした身ごなしで、企業の組織改革を成し遂げられてきたその経歴もあって、恐る恐るお話を聞き始めましたが、ゆっくり落ち着いた話しぶりと、ご自身の体験をベースにした率直で分かりやすいお話しにぐんぐん引き込まれていきました。

■子どもを追いつめる普通の家族の心理学

～家族カウンセリングの現場から～という副題のとおり、中尾先生は家族カウンセラー(家族相談士)として、電話相談、メールカウンセリングのほか、週1,2回全国各地の家庭を実際に訪問し、その家族の問題解決と一緒に取り組んでいられるそうです。

講演はパワーポイントで分かりやすく図示されながら進められ、我々におなじみの「人生脚本」「人生態度」「禁止令」「ストローク」「PAC」などTA用語がふんだんに使われました。

そして子どもの成長や家族の機能のメカニズムから親としての心構えはどうあるべきかと展開され、実際に起こった家族間の痛ましい事件の背景も折り込みながらの説得力あるお話で会場全体が大きくうなずいていました。

(以下、講演要約)

1. 人生脚本 人はどのように育っていくのか?

○生後3ヶ月で決まる「4つの人生」

- ①I'm OK, You're OK / 互いを認める
- ②I'm OK, You're not OK / 人のせいにする
- ③I'm not OK, You're OK / 自分を責める
- ④I'm not OK, You're not OK / 虚無的



講師 中尾 英司 (なかお ひでし)
 作家/シニア産業カウンセラー/家族カウンセラー (家族相談士)
 主な著書 「あきらめの壁をぶち破った人々」(日本経済新聞社)
 「あなたの子どもを加害者にしないために」(生活情報センター)

○自己概念の形成～親が自己概念を強化

条件がついた時点で、本人のあるがままの存在は否定されている

○人生脚本の完成は10歳頃

親からのレッテル貼り → 自分に対するレッテル貼り
 → 自分はこういう人間で、このように生きていく
 3大脚本 ①やればできる ②どうせダメだ
 ③どうしたらいいかわからない

○親の接し方で決まる

- ①無条件の愛情を与えて育てること。
- ②子どもを一人の人間として尊重して育てること。

2. 家族の機能

○親はこの世の安全基地

「気持ちを受け止め」「あるがままの自分に戻れる」安全基地があるからこそ、子どもは活発に外に出ていくことができる。

○問題の「主語」は誰か?

「子どもが」問題なのではなく「親が」問題
 (親のあり方という)条件を変えなければ、(子どもの問題)行動は変わらない。

○肯定的ストロークの大切さ 「安全基地」と「危険基地」

肯定的ストローク (聴く、目を見る、ほめる、信頼する、
 なでる、抱きしめる) → 安全基地
 否定的ストローク (怒る、睨む、相手の目を見ない、無表情、
 制止・強制、叩く) → 危険基地
 (嫌味、けなす、無視、仲間はずれ、
 突き飛ばす、殴る、殺す) → 崩壊基地

○家庭の役割

- ① 安全基地 ② プラスのストローク ③ PACを育む

3. 親としての心構え

○「生まれた時」に切り離す

へその緒を切り離した時に、子どもを一人の人間として切り離せ

○自分が育った「モデル」から切り離す

それぞれが果たすべき課題を抱えて生まれてきている

○自分の「信念」から切り離す

信念は自分だけのもの。人に押し付けるものではない

○自分の「役割」から切り離す

○自分の「理想」から切り離す

○自分の「認知欲求」から切り離す

○自分の「見栄」から切り離す

○親が与えられるもの マズローの欲求5段階説で説明

親が与えられるものは、①生理 ②安全 ③所属(以上→安全基地)と④認知(→ストローク) ⑤自己実現は自力で。また、虐待、支配、ディスカウント等は親が子どもの人生を奪っている。

4. サインに気づこう「少年A」の場合

1997年に神戸市で起こった酒鬼薔薇事件を基に、普通の家庭の「少年A」がディスカウントされ、救いのない孤独のなか、ついにキレて暴走するまでの心理メカニズムとその間無視され続けたサインの実例を挙げられ、あらためて、子どもとの関わり方、早くサインに気づくこと、親の責任の重大さについてお話がありました。

5. ♪あなたも私もオッケー!

そして、講演の最後は、ひとときわかるく「♪あなたも私もオッケー!」と締めくくられました。

参加者の多くはすでに子育ての終わった年代でしたが、終了後には、もう一度親子関係をやり直したいという切実な感想が多く聞かれ、親子関係の大切さ、ストロークの大切さをあらためて認識させていただいたすばらしい講演でした。

中尾先生の提唱する「♪あなたも私もオッケー!」(♪はポッキーのCMのメロディ)これから、私もことあるごとに口ぐせにしていきたいと思いました。



(関東支部・インストラクター)
 白畑 裕史