

いま求められる ひきこもり支援



第3回

ひきこもりの長期化による 家庭内暴力と支援のあり方

山口大学大学院医学系研究科 教授 山根 俊恵

「ひきこもり」は、長期化とともに精神症状、あるいは家庭内暴力などの問題行動が表れやすい。きっかけはさまざまであるが、退職せざるを得ない状態となり、社会と距離を置き、自宅での生活が始まる。その状態は一時的なもので、エネルギーがたまったら動き出そうと思っていたに違いない。しかし、ひきこもりが長期化するにつれてなぜか体が重くなり動けなくなる。このままで良いはずはないという気持ちと何をやってもうまくいかないという気持ちの葛藤、過去の傷つき体験から自己否定や自己効力感の低下によって心が壊れそうな感覚となる。

そのような心の中は親には見えない。親からは「子どもが言ってくれないから理解できない」という言葉をよく聞くが、「聞く耳を持たなければ話せない」というのが子の声である。親は「生きていくために働くのは当たり前」「怠けているだけ」「言って聞かせなければ」と焦り、子どもの気持ちを理解しようとすることなく、一般論や正論を並べ立てて「叱咤」する。親として一生懸命なだけであるが、頑張れば頑張るほど子どもの心は遠ざかっていく。家にも責められ理解されない、安全だったはずの家にも自分の居場所がない。次第に怒りのコントロールができなくなり、その矛先が身近な親に向かう。このようにして親子のコミュニケーションは希薄化し、「言語」ではなく「暴力」によって心の苦しみを表現するようになるのである。暴力を暴力で抑えつけようとすると、さらにエスカレートし、暴力によって親が支配され、コントロールされると「地獄」から

抜け出せなくなってしまう。

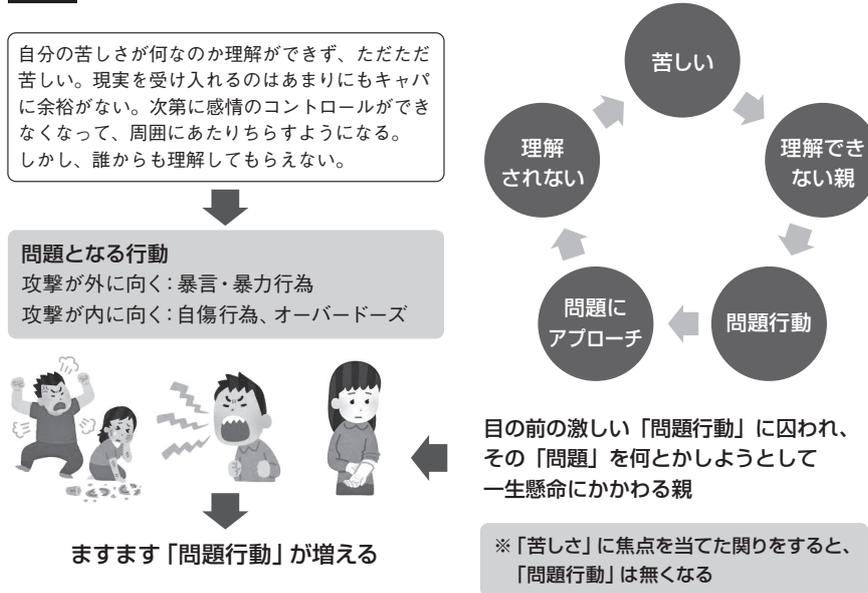
図に示すような暴力の悪循環から抜け出すには、「問題行動」に囚われて問題を解決しようとするのではなく「問題を起こさずにはいられない苦しさ」に焦点をあてなければ解決しないのである。「働け」は、10段ある階段でいうと10段目の話である。本人の生きづらさを理解し、家が安全な居場所にならなければ心を開くことはない。家の中で普通に過ごせ、他愛のない会話ができるようにならなければ、自身の苦しみに向き合い、言語化することは難しいと思われる。

「ぶっ殺す」が口癖の人の怒りスイッチ

Aさんは、針治療の予約をして治療院に行ったところ、前の人の施術が終わってなかった時のことを説明してくれた。「外で待つのは寒いし、『ここで待っていいですか』と先生に声をかけた。返事はなかったけど、ダメとは言われなかったので、玄関口に立って、前の人が終わるのを待った。施術が終わって支払いをしようとした前の人が、いきなり自分に向かって『外で待っておかんか』と怒鳴ってきた。怒りを抑えながら『あなたに言われる覚えはない』と言り返した。多分、顔色は変わっていた。それを見た先生が『高齢者だから』と止めてくれた。もし、先生の一言がなかったら、次の言葉は『ぶっ殺してやる』で、手が出ていたと思う。そのあと、すぐに部屋を飛び出し、車でコンビニまで行って、親に電話をして聞いてもらったら、ようやく落ち着いた」ということだった。

対話を広げて過去と今の「怒りスイッチ」の入

図 「暴力」の悪循環



出所：筆者作成

り方を聞いたところ、「自尊心」が傷つくことによって、胸のところにあったフィルターのようなものが無くなる。ストレスが胸に直接突き刺さる感覚になり、衝動的な言動になることを話してくれた。今は、両親の対応の仕方の変化によって自尊心が回復しつつあり、薄いフィルターができてきたので我慢できたのだと話してくれた。彼いわく、「人格否定」「言動否定」「周囲の人と比較」「悪いところばかり指摘」「失敗を責められる」「誰からも理解されない」ことで自尊心が傷つき、動けなくなったのだという。Aさんは多くの人との出会いによって自分を取り戻し、長いトンネルから抜け出し、就労に向けて動き出している。

自尊感情の低下に薬は効かず

多くの支援者は、暴力があれば精神科受診を勧める。それは「暴力＝病気」「病気＝薬」で問題解決を図ろうとするものである。しかし、自尊感情の低下に「薬」は効かない。いきなり「病気」とレッテルを張り「問題」と決めつける対処そのものが生きる力を奪っていくのである。そして、さらに家族をも追い込んでしまい、共依存関係を強化してしまう。「親が問題」と責めるのではなく、傷ついた親の心の手当てと同時に、どうしたら良いかを学ぶ場、支え合う場を作っていかなければ

ならない。

以下は、初回相談時に「子どもが荒れて手が付けられない」と話した両親が、家族心理教育によって1年後に変化したコミュニケーションである。親が変わることは簡単ではない。変わらなければならない根拠を示し、そのパターンを可視化し、どうすれば好循環になるのかを学びあう。その苦しさを共有し、支え合う。そんな環境を作っている。

Bさんは30代女性で、些細なことを被害的にとらえやすい傾向があった。ある日、些細なできごとを「私だけ嫌がらせをされているのではないかと両親に話し始めた。

①相談前のコミュニケーションパターン

父親が、「お前の思い過ごしだろう。大体いつもお前は……」と頭ごなしに否定的な会話をしていった。するとBさんは大声で泣きわめき、物を投げ、暴れ始める。親を眠らせず、何時間も説教をすることもあった。エスカレートすると、包丁を手にし、「死んでやる」と家を飛び出すこともある。何度も警察を呼び、手が付けられない。

②家族心理教育後のコミュニケーションパターン

父親が、否定せずに娘の話を聴くようになった。次第に怒る回数が減ってきた。攻撃的になっても時間が短縮してきた。親が受け止めてくれることで、自分は何をやっているのだろうと振り返ることができるようになった。問題行動をしなくても苦しさが話せるようになった。

Bさんは、親が変化することで、その向こうにいる支援者に支えられている感覚があったという。今はさまざまな困難を乗り越え、親に支えられながら就労している。支援者は、親を否定するのではなく、もともと持っている親の力が発揮できるようにエンパワーする支援が望まれている。 G