

地域支援心理研究センター講演会（第11回）2015年12月5日(土)

## 親子に笑顔が戻るコミュニケーション

ー子どもとのコミュニケーション：

子育てのバッドサイクルからグッドサイクルへー

講師：社会福祉法人 神戸少年の町野口ホーム  
野口 啓示

皆さん、こんにちわ。神戸少年の町の野口です。本日はお招きいただき、ありがとうございました。ほんとにいい天気なんで、こんなところで講演を聞いているよりも、外に行っただろうがええかもしれへんとか思ったりしますが、まあそういうふうにも思ってもらわないように、がんばってお話ししたいと思います。よろしくお祈りします。私は、今紹介していただきましたように、神戸少年の町分園の野口ホームというところで働いております。神戸少年の町といいますのは、神戸の須磨の隣の塩屋っていうところにありましてね、すごくいい町なんです、落ち着いた。ぜひお越しください。2メートル商店街っていう、道幅が2メートルぐらいしかない商店街がちょろっとありましてね、そこには、名物の豆腐屋さんとかね、もうようしょっちゅうあの人に来はるんです、となりの人間国宝さんの番組が。それで、やたらめったらいっぱい人間国宝、国宝がいるという地域になっています。なんか昭和の感じがするっていうて、若い、ちょっとアーティスト的な人が結構流入して来てるんですよ。そういった町で、児童養護施設としてもう70年の歴史があります。

その児童養護施設といいますのは、現在だいたい600ぐらい、全国にありまして、この大阪には50あるんですよ。多い。で、近畿圏に100あるんで、やっぱり大阪が多いんやなあっていうふうに思いますが、まあそのうちの1つです。

児童養護施設の多くは、戦後の混乱期のための収容保護を目的として立てられています。でも、今は時代が変わりまして、もうほぼ孤児という子はいなくなった。それで、今、多いのは虐待で入ってくる子ということになっています。ほんとに虐待がいちばん多いので、傷ついた子どもが多いですし、養育は難しくなったと言わざるを得ません。

僕が虐待を受けた子どもたちと接するなかで、難しいなあと思うのは、子どもたちに人を信じる力が育ってないということです。虐待のいちばんのダメージは、人を信じる力が育たないってことだと思います。人を信じる力のことを基本的信頼感といいます。

基本的信頼感っていうのは、エリクソンという精神科医がいるんですけども、彼がいちばん初めの発達で身につけるべきだと言った概念です。そして、その概念は、快と不快。不快は、嫌なもの。快は心地よいもの。快と不快の日常生活における往復だと。これはどういうことかといいますと、赤ちゃんは、ウンチやおしっこをしたあと、自分で換えることはできません。だから、お母さんや養育者、一般的にはお母さんだろうけれども、まあ僕は、お母さんお母さん言ったら、ね、自分の仕事があればなんで、養育者って言いますね。養育者がいて、換えてくれる。そのことによって、不快から快になる。この往復で注目すべきは、不快から快に行くときに、養育者が介在する、あいだに入るっていうんが、

非常に重要なんです。だから、この日常生活の往復のなかで、ああ、人は信じていいんだなあっていうことを学ぶことができます。けど、児童虐待ではどういうことが起るのかっていうと、そうじゃない、ほったらかされる。そうなると、快と不快がうまく往復できないんで、人間不信につながっていくと。まさにそれらの事例を見るなかで、やっぱり人間を信じる力っていうのを身につけるっていうのは、ほんとに必要なことだなあっていうことを学びました。

そうしたところで児童養護施設、私たち、いろいろがんばってきましたが、今までは大きな施設が多かったんですよ。で、まあそれなりに僕らもがんばってきたつもりやけれども、やっぱり大きすぎて、もう何十人も相手にいわば養育してても、なんか人間関係いろいろと忘れてるんじゃないかなと思ひまして、12年前に、うちの妻と2人で、一念発起しまして、夫婦でやろうと。

その当時から、段々と分園なんていうのがね、ちょこちょこできだしたんですよ。また、全国的に見ると、夫婦でされてるところもあったり、それと、あとは自立支援施設っていう、昔は教護院といいましたけれども、非行少年なんかが入る施設があります。そこは、夫婦でやってるんですよ。夫婦住み込みで。まあそういったのを僕らも見ても、ああ、いい効果があるんだなあ。夫婦の力っていうのがあるんじゃないかと思ひまして、始めました。

何年続くのかなんて、周りの方からは言われたりしましたが、あまり何も考えんと、始めました。始めたときは30代前半でした。30代前半に始めて、もう今12年経ちました。

12年たちますと、何が起ったのかというと、うちで育った子が大人になりまして、娘みたいなもんですね。その娘に赤ちゃんが生まれて、僕は、この若さでおじいちゃんになったんです。孫ができたという、これはうれしいですね。なんでかっていいますと、僕はたま

たまですが、実子がないんですよ。だから、こういうことをしなかったら、僕に孫なんてのが来るなんてことはなかったんやろなあと思います。

今、全国的にも、里親を進めていこうっていうふうに、政策が転換されてましてね、施設養護じゃなくて、段々と里親に。僕も、それはいい、正しい方向だっていうふうに思っています。けど、ただ、問題なのは、今から話しますけれども、様々な不適切な養育が行われる可能性がある。

じゃ、不適切な養育ってなんですか？て、はっきり言ってくださいって言われれば、虐待ですね。元々は施設内虐待が多い時代があって、で、施設内虐待防止法を作りたかったんですけども、それやったら、里親が抜けてまうからと、施設内虐待防止法やなくて、被措置児童等虐待の防止っていうのが、児童福祉法のなかにできました。

で、毎年、どんだけの数が被措置児童等虐待の事件として挙がってるのかっていうと、厚生労働省がカウントしてて、出すんですけども、件数的には里親とかは少ないんですよ。けど、発生率を見たら、児童養護施設が0.15ぐらい。で、里親は、0.29ぐらいで、ほぼ倍なのです、発生率では。つまりリスクは高いんやなあっていうのが、ほんとに今の子育て事情です。そして、やっぱり入ってる子どもが難しいから、難しくなってきたんだろうっていうことが言えると思います。

今現在、子育てが難しくなってきたっていうのを端的に示すデータとしましては、ちょっと待ってくださいね。この児童虐待のですね、上昇率っていうのが挙げられると思いますが、これが平成10年なんですよ。これが平成25年になって、ちょっと見にくいですけども、平成10年のときは6,900件なんです。で、今どうなんかないかと、7万件を突破してるんですよ。ということは、もう10倍以上伸びてきたっていうことで、やっぱり虐

待が増えるっていうことは、そんだけ子育てが難しいっていうことなんやろうというのが1つ。

またもう1つ言えるのが、実は、その平成12年からビュンてうなぎ登りで上がっていくんですけども、この平成12年っていうのはどういう年かっていうと、児童虐待防止法ができた年なんで、このあたりから、虐待のキャンペーンが進んで、通報が上がったっていうことも言えます。

ただ、僕ら専門家のあいだのなかでは、いや、ほんとに虐待は増えたのか、それとも、通報のセンサーがよくなったのか、いまいわからんのですよ。だけど、保護率がアップしてるんですよ。少子化で子どもの人数は減ってるんですけども、30年前と比べて同じ人数が保護されてるんです。まあ極端にいったら、1970年代、僕らが子どもやったときは第2次ベビーブームで、だいたい200万人生まれました。で、その当時、4万人ぐらいが保護されてて、今はだいたい100万人ぐらい生まれるんですよ。まあ100万人ぐらいしか生まれない時代が変わって、半分減ってるんですけども、保護される子どもは4万人なんで、ほぼ倍の数字で入ってくる率は上がってるっていうことを考えると、センサーだけの問題ではないんやろうな、というふうには考えています。

けど、この2000年の、平成12年の児童虐待防止法っていうのは、すごく重大な価値があります。それは、何かというと、僕たちの常識が変わったっていうことなんです。まあ法律が変わったから常識が変わるんですけども、どういうことかっていうと、実は児童虐待防止法のいちばんの特徴は民事不介入の原則を破ったっていうことと言えるのです。だから、虐待、児童虐待防止法ができるまでは、「これは俺のしつけやねんから、家のことやからほっといて」と言われたら「ああ、ほっときます」となってたんですよ。「まあ家のこと

は、お父さん、あんじょうやっといってくださいよ」で言ってたのです。もちろん傷害事件まで起こしたらいけませんよ。どついで、頭蓋骨が折れたとかってうのは「俺の民事のことやからほっといて」とはならないんですよ。これ、傷害事件で、ちゃんと立件いたします。けど、昔は甘かったんです。傷害事件を起こしたとしても、家庭内のものは、罪がドーンと低かったんです。けど、今はそんなことありません。かなり高い刑が下ります。

つまり2000年で、いわばその民事不介入の原則が変わったんですよ。これがいちばん大きなことです。価値転換が起ったんです。だから全ての家族が虐待のことを認識しているのかっていと、かなり難しい。だから、まだまだ、「これはしつけやからほっといて」と言われる人はたくさんいます。特に男性で虐待を起こした人によく見られるのは、「俺がやってんのが虐待やったら、俺がされたのは虐待ちゃうんかって」と言われる人がたくさんいます。じゃあ、そういうときに、僕ら専門家はどうか答えるんかっていうと、「お父さんごめんねって。実は2000年から法律が変わったんよって。だから、お父さんがされてたことは虐待かもしれへんけど、当時は虐待じゃなかったのよ。けど、お父さん、2000年に法律ができたから、これは虐待に変わったの」と言うしかないんです。

けど、この法律ができた意味って何かというと、やっぱり虐待で苦しむ子どもたちがたくさんいるっていうことと、もう1つは、虐待のダメージが大人になってからも続くっていうこと。この2つの理由が重要視されているということです。

そしてこの児童虐待防止法が出発点となったお陰で、何ができたのかっていうと、女性を守るDV（Domestic Violence）の法律できましたね。そしてそのあと、高齢者の虐待防止法できましたね。そして、いちばん最後に障害の虐待防止法ができた。

さて発見のセンサーということですが、たしかに、センサーもよくなったっていうのは、はっきりわかって、これは、もう7万件超えた時点でそうになりました。何がわかったのかというと、内訳が変わってしまって、児童虐待は4つなんです。身体的虐待っていうぶったり殴ったりするっていうのと、それから、ネグレクト、ほっとくっていうもので、3つ目が心理的虐待っていうって、どつきはせんけれども、なんか嫌なこと言ったり、いじめたりって、言葉による暴力ね。それともう1つが、性的虐待なんです。

それで、心理的虐待のなかに、実はね、いろんな項目が入っちゃって、1つは何かって、先ほど言ったDVです。DVを見るのは、子どもの心にダメージを残す。これ、事実なんです。せやから、これを心理的虐待といましようとなつて、DVの法律ができたあとに、面前DV、人の前で奥さん殴ったりとかする、これ、警察捕まえますからね、今は。だから、それで警察捕まって、子どもがおったら、子どもの身柄引き取って、児童相談所に行くんです。面前DVが警察で保護するようになってから、ビューッと心理的虐待の件数が上がった。それともう1つは、泣き声通報も心理的虐待に入れてしまうんですよ。

そして、この件数なんですけれども、これ、実は、虐待を受けた児童の増加って書いてますが、けど、正確に言うと違って、これ、児童相談所の対応件数なんです。で、対応件数ってどんなのかっていうと、電話かけるやないですか。「隣の家で虐待してるみたいなんです」「見に行ってください」と言う。それで、児童相談所の先生が、「深刻ですか？」て言う。そして「ああ、いいえ」と言ったら虐待じゃないんですよ。でも、「深刻ですか？」ときかれたら「ああ、深刻なんです、見に来てください」と言う。そして、その見相の先生が、「通告ですか？」ときかれて、「通告です」と言ったら、虐待に

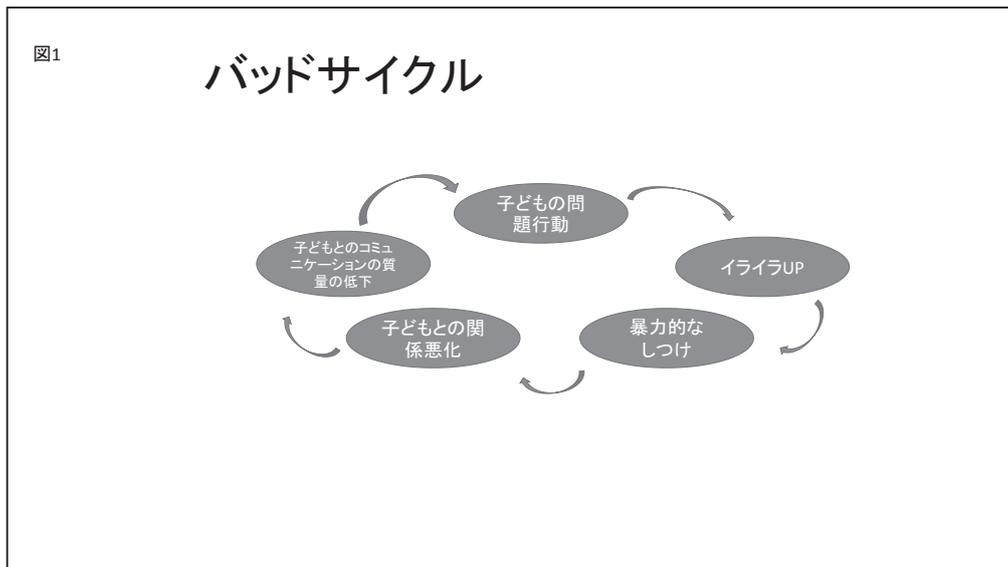
なるっていう仕組みです。

これはね。ある種意味があつて、何かっていうと、児童相談所が動いた数やから、予算獲得とかね、そういったところで意味があるんです。けど、実態から離れてきたんちゃうかなっていうのが僕の見方です。

今は心理的虐待がトップに上がったんですよ。6万件までは、身体的虐待がトップだったんですが、7万件になったときに、心理的虐待が抜いちゃったんです。で、今年、なんと8万件までいきました。8万件を超えて、そうなったときに、僕が目にしたのは、去年度の身体的虐待の数と、今年度の身体的虐待の数。ほぼ一緒ですね。で、何が増えたかといったら、心理的虐待だけが上がってるんです。だから要因は完全に面前DVと泣き声通報やなって。で、全国の統計まで僕は触れないんで、神戸市は委員をしてるんで、いくつかな。それで、神戸市では、「軽微な虐待と重篤な虐待があるんちゃうかって。そのデータを出して」と言ったら、出して下さって、それを見ると、重篤な虐待は、あんまり変化ないですね。

まあちょっとごちゃごちゃ言っちゃってしまいましたけれども、僕が言いたいのは、そういったセンサーの問題で児童虐待っていうのはいろいろあるかもしれませんが、子育て事情がしんどくなってるっていうのは、事実やっていうふうに思います。

で、そのしんどくなる理由なんです。僕は、バッドサイクルからグッドサイクルへというふうなことを考えてまして、子どもの問題行動が起きます、はい。ね、ほんなら、いらいらがアップします。いらいらアップ。これ、なんでいらいらアップすると思います？まあそんな当たり前やんて感じなんですけれども、僕は、その子どもの問題行動がストレスだから、いらいらがアップするって。まあそれも、当たり前やんて、そういう感じかもしれませ



んが、けど、これに非常に大きな意味がある。

それ、何かというと、人類が、大げさなことと言いますよ、人類が今まで生き延びてこれたのは、実は、ストレスへの対処をうまくできてきたから、生き残れてきたんです。だから、アメーバーにも本能というのがあって、ストレスをかけられたら、そっから脱出しようとしています。それはなんでかっていうと、我々生命体は、ストレスがかかりすぎると死んでしまうからです。だから、本能をつかさどるところが、強烈な信号を出します。それは、今は脳幹というところから出されてるといふうに言われていますけれども、脳幹から強烈な信号が出ます。「ストレスやで。だから、速やかに出なさい」。これがいらいます。そして、これは、自動的に起こるっていうことね。だから、僕は、虐待行為っていうか、怒ったりするっていうものは、ストレス反応とちゃうかと思ってるんですよ。

自動的に出てくるストレス反応。それで、そうなると、どうしても暴力的なしつけになってしまいます。で、なんで、暴力的なしつけになるのかということ、実は、効果があるからなんです。どういうことかっていうと、小さい子が泣いたとします。泣きやませようとして泣きやみません。これ、ストレスですね。0歳児がいちばん死亡事故が多いん

ですよ。虐待における死亡事故。そのほとんどすべての理由が何かというと、泣き声にいらいらしたというものです。「子は泣くのに決まってるやんけ」、と思うじゃないですか。僕なんて、先ほど言った孫ね。孫なんかもう絶対叩きませんよ。もう、絶対叩かない。心に誓ったんです、なんでかっていうと、僕は彼女におじいさんは優しくだったというのを植えつけたいのですよ。なんでそうしたいかっていうと、僕はおじいさんが優しくだったというイメージがあるんですよ。僕にはおじいさんによくしてもらったな、おばあさんによくしてもらったなっていうイメージがあるから、僕は孫にはよくやってやりたいんです。これ、いい意味の連鎖でしょ。このいい連鎖を作りたいんです。だから僕は孫は怒らんって心に決めたんです。

だから別に孫が泣いてたってね、簡単ですよ。どうしたらいいのかって、おじいさん、おばあさん、おられると思いますけどね。簡単ですよ。泣きだしたらどうしたらいいんですか？「ああ、お母さんが呼んでるねって返しゃあいいんですね。」俺らは悪くない。まあそれは半分冗談。

けどね、やっぱりいらいらするわけですよ。泣き声って、やっぱりいらいらさせるスイッチを押す。でもこのスイッチが大事なところ

もあって養育行動が起こるでしょう。養育行動が、あ、泣いてますよと思って、どうしたんかなって養育行動が起こるから、それはいいんやけれども、それがもっとストレスになると怖いわけ。それでこのストレスによって、本能はどういうふうな指令を出すのかというと、速やかにこのストレスを消しなさいという、これがいちばんのポイントです。速やかにっていうのがあるから、言って聞かせたりなんかっていうよりは、叩いたり怒鳴ったりっていう行動が生まれやすくなって、多くの親は「叩いたりするのはしつけのため、この子のためなんです」と言いますが、僕はストレス反応じゃないかなと思ってます。だから親のストレス反応による対処方法が、叩くということになる。そして恐ろしいことに、僕はやったことないですけども、たぶんですけれども、子どもはパシッと叩いたら泣きやみます。0歳の子でもパシッと叩いたら泣きやみます。これ、なんで言いきれるのかというと、叩きはせんけど驚かせたりすると一瞬泣きやむでしょう、子どもって。だから叩くっていう、パンって驚いて一瞬泣きやむんですよ。そして怖いのがこの一瞬で脳は「叩くことは効果がある」と学習する。赤ちゃんはまた泣きだすんですよ。けど、その一瞬泣きやんだ瞬間に、ストレスから解放されるでしょう。これも非常に大きな褒美になるっていうのが脳科学でもわかってて、その瞬間に脳内でドーパミンが出るんですよ。そうするとドーパミンが出る直前の行動が脳に刻み込まれます。というふうなメカニズムがあるっていうのがだいぶわかってきてて、これは負の強化と言えるものです。負の強化、取り去られる、取り去る、ストレスを取り去ることによる負の強化が起こってるって捉えたほうがわかりやすい。だから治療する焦点はここにあります。

で、暴力的なしつけっていうのが、どうしてもそういったメカニズムで創られるという

ことに注目し、治療の焦点をさがします。僕はね。いわば、ソーシャルワークから捉えているから、子どもとの関係悪化という自分たちが触れる概念に持っていきます。

たいたたりすると、子どもとの関係がどうしても悪化していきます。けどね。よく虐待の臨床ではね、質問が出てね。文句が出ます。「いや、俺は、親父からどつかれたからよかったんや」と言う人多いんですよ。お父さんに多いんですけど。「俺はどつかれて育ったんや、どつかれたから今がある」。まあ、そうかもしれないけどねって感じなんですけれども、けど、そういった人にどうしたらいいのかっていうと否定したらだめです。「お父さん、そんなことない、あなたはどつかれていなかったら、もっとすばらしい人間になれた」、なんてことは言わなくていい訳ですよ。そして暴力がいいのか悪いのかの議論もよくないです。この支援を必要とする人と支援者のあいだにおいて、バッドサイクル起こしてしまうんでドロップアウトしてしまうことにもなりかねません。

私は対立はしません。だからどうしたらいいのかっていうと、僕がいつもしてるのは、「お父さん、そうなんですか」と。そしてききます。「なんでお父さんはどつかれてよかったんやと思えるんでしょうか?」と、一緒に考えていったら、たいがい答は何かっていうと、親父からの愛情を感じることができたかということなんですよ。

けど、児童虐待ってのはどうなのかっていうと毎日どつかれてんですよ。そんな状況では、親父からの愛情を感じれるわけじゃないですか。だからその関係の個別性に注目しないといけないのですよ。お父さんと、おじいさんのあいだでよかったかもしれませんが、お父さんと子どもさんのあいだの関係性を見ると、今、叩くのは効果が薄いように感じられる。だからやり方を変えていきましょうということなのです。

僕は気づいたんですけども、女性で、私は親からどつかれてよかったって言ってる人、聞いたことないね。厳しくしつけてもらってよかったって言いやる女性はいます。けど、どつかれてよかったっていう人はいないね。やっぱりこうちょっと、男女で差があるんやろねと僕は思います。

子どもとの関係が悪化しますと、どうしてもコミュニケーションが落ちるんですよ。これ、何かっていうと、避けてしまうっていう感じになるんです。うっとうしい存在の人とはやっぱり避けるでしょう。大人の間関係のなかで、職場とかでうっとうしい人がおいたら、あまり近寄ろうとしないでしょ。できるだけ避けるでしょう、無意識のうちに。それとおんなじことが起きるんです。兄弟なんかでも、正直ね。兄弟育てられたらわかると思うんですけど、全員とうまく馬が合うかっていうと、それはそうじゃないのよ。やっぱり人間関係で、お姉ちゃんはいいいけど、妹はね、とか、妹はええけどお姉ちゃんもねとか、言っちゃだめなんですけど、心のなかであって、僕はそういうものを背負って生きていかなあかんのが親の役割やと思うんです。心のなかの機微はね。けど、どうしてもそういうのがあると、やっぱりその苦手意識のある子を、避けてしまう。避けるのよ。なんでかっていったら、言うこと聞いてくれへんとかね。ほんまにいうこと聞いてくれへん子に頼もうと思います？これね。勇気いりますよ、結構。言うてもすぐ文句言うやつとかにね、頼むの。ここで注意しないとイケないのは、親はしんどくて避けるんやけれども、子は親を求めるっていう事実ね。だからどうしても問題行動を起こしやすいんですよ。だから親の関心を引くためには、問題行動を起こすのがいちばんなのです。なんでかっていうたら、ストレス反応で簡単に反応してくれるでしょう。だから悪さをして親の関心を引く。そしたら親はしんどいからますます避け

る。ネグレクトってあるでしょう。ほっとくっていう。ネグレクトの家庭の多くがネグレクトをする前に、本格的なネグレクトをする前には、身体的虐待が起こってる家庭が多いって言われてます。それを見てみると、僕はそういうふうなバッドサイクルから育児放棄につながっているんじゃないか。だからネグレクトで保護される児童で、小さいときに乳幼児健診なんか引っかけてる子が多くて、それは何かっていうと、発達も実は問題があって、親が思うような発達の曲線を描いてくれない。ていうのもあるんじゃないかと。

ネグレクトの家庭でわかっているのは、ネグレクトの家庭での暴力性っていうのがあって、親はネグレクトの家庭でも、ずっとほったらかしてるんじゃないくて問題行動を起こしたときには怒ってるっていうんですね。だから肯定的なやり取りっていうのはほんとになくなって、怒るときだけ親が登場してくるってパターンになるのがネグレクトの典型になってきます。これ、結構しんどいですよ。だから、暴力がずっと続きましたら、大きくなったときに家庭内暴力なんかで出てくる場合もかなりあります。だから親からの相談で、「私は全然暴力振ったこともないんですけど、子どもが暴力を私に向かって振るってくるんです」っていうふうなケースがあったとしたら、まず、どっからそれを学習したのかっていうのを手掛かりにして聞き取りをします。僕は二方向を疑って、アセスメントします。1つの方向は母親から子どもへの暴力があったんじゃないかっていうのと、もう1つはDVですね。元夫とか、彼氏なんかでどつかれて学習したんじゃないか。うまく聞きとることによってそこを手がかりに、援助していきます。

全くほんとに叩いたこともないところから暴力なんか、ぽっと出てくることはない。どこかで学習してる。どこで学習したのかっていうのがポイントになってきます。

ここでほんとに覚えてほしいのは、ストレス反応、この3つのこの動きが非常に重要なことやということです。負の評価によって維持されていて子どもの関係悪化っていうのを招いてしまうことです。

じゃあ、どうしたらいいの？ていうのが僕が提唱するグッドサイクルで、僕はペアレントトレーニングっていうのをずっとやってきたんですが、ペアレントトレーニングでは何をするのかというと、この褒める教えるしつけっていうのを強めていきます。

でね、ここから始めたのがポイントなんですよ。さっきのバッドサイクルは、子どもの問題行動から始めるでしょ。だからストレス反応なんですよ。けど、グッドサイクルっていうのは、何もない中から浮かび上がらさないといけない。だから「子どものいい行動を待ってても、褒められませんよ」ということね。がんばってほめて下さいということですよ。でも、これ言うと、たいがい多くの疲れてる親はがっかりするんですよ。なんでかっていったら、「褒めるところがないです」と言うんです。「褒めるところがありません」「先生、褒めるところがあったら褒めてます」と。けど、僕ら専門家はなんて言うかということ、「いやいや、お母さん、何々ちゃん、こんなええところあるよ」と言うんです。そしたら、お母さんはなんて言うかっていうと、「あ、それは先生の前ではね」と返してくるんです。「私の前ではいいことしません」と言うて。これはバッドサイクルです。

それともう1つは、悪い行動には親は反応するっていうことを覚えておかないといけません。よい行動に反応しないっていう原則です。

だから朝から、その子はいい行動もしてるんですよ。けど、それは反応してないから、見えてないんですよ。脳に響いてないの。目の前ではやってるかもしれんけども、脳まで達してないんですよ。けど、問題行動には反応するから脳には達してるんです。だから、

ええ行動もしてるんやけれど、そんなことは全部なかったことになって、反応した問題行動だけが頭ん中で残るから、子どもはずっと悪いことをしてるっていうふうな感じで脳に刻まれるっていう。だからお母さんがなんか変わってるとか、お母さんが意地悪やっていうんじゃないで、どうしてもそういうふうになりますよって、それが脳の構造やと思ったほうがいい。脳の構造やと。だからそうなるから難しいのよ。

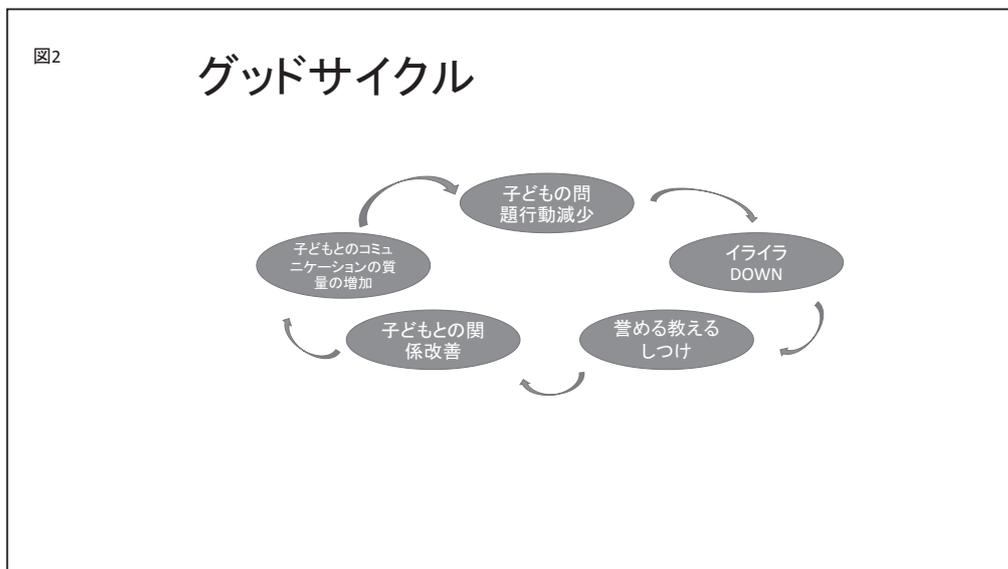
だから僕のペアレントトレーニングでは、お母さんに宿題を出します。ほめることを決めてもらうんですよ。「お母さん、宿題やったらできるでしょ」と。「宿題、褒めるのが宿題よ」と。「宿題はお母さんのためにあるもんやから子どものためじゃないよ」と。「だから褒めることによって子どもの行動変えたらとかそういうことは思わないでね」と。褒める、純粋に褒める練習をしてきてください。褒めてきてください、だから子どもができてることを取り上げてほめましょうと。「子どものできてることだったら褒められるでしょ」と。子どもができてへんこと、こっちがしてほしいことを褒めようと思ったら、子どもはしないから怒ってるわけやねんから、バッドサイクルを起こしてしまいます。しないっていうのでかまってもらってるっていうサイクルが家族であります。そしてそこを変えようとする、ほんとにもう親が先回りして褒めるっていうことが大事です。

だからできるところを褒めましょう。お母さん、どういったところ、褒めたいと思います？と聞くんですよ。そしたら、たいがいの親が、ほぼ百発百中、こういう感じですよ。「お母さん、褒めるところですよ。できてるところを褒めるんですよ。できてるところでいいところ、どんなところですか？」て聞いたら、「ううん、そうですね、うちの子は宿題をしないんで、したら褒めたいと思

います」と。「思わずお母さん、俺の話聞いてった？」ほんとにこれですよ。もうほんと。だからそんだけやっぱりやってほしいって気持ち母にはあるし、そんなことを褒めるのかっていうハードルが高い。

でも褒めたらいいんです。だから宿題にする。「お母さん、褒める努力をしてくださいね」というだけでは、難しいやん。だから宿題にして与えてしまう。「やってきてね」と。でも、やってないって親に怒りませんよ。ちょっとでもやろうとしたとかいうところをぱっと拾って、「お母さん、その気持ちだけでもグッドね。1つ1つやからね」とほめま

す。私たちは怒ったらあきません。悪いモデルをこっちが提示することになりますからね。褒めて教えたりするとね。そしたらね、なんか、かわいいと思ったりするんですよ、実際に。それがチャンスやね。ほめるのが難しいことをきちんと知った上で親をほめることから支援を行うことにより、親のやる気をサポートします。でもほめることね、子どもとの関係が改善します。トラウマの影響が、お母さん自身が虐待されたとかさ、いろんなそういう背負ってるものが大きかったりすると難しいですよ。ここのステップも。にこって笑うのが憎たらしいとあって、またややこし



い話になってたりするから。

そういうこともありますけども、たいがいはやっぱり褒めたりすると、にこってするんで、子どもが。そしたら、かわいい、このことによって、コミュニケーションが増えるきっかけとなります。そしてコミュニケーションの質・量が増加しますと、子どもの問題行動は減っていく。注意引きをせんでいいからね。問題行動で親の関心を引かんでいいんで。

子どもの問題行動が減少すると、いらいらが減りますから、褒める教えるしつけのパターンが生まれやすくなります。というのが

ポイントですね。

今、親支援なんかしてるなかで、僕がいちばん思うのは現代の子育てってというのは、ちょっと僕よりも年配の方はがっかりされるかもしれませんが、僕らは弱い。僕らの先輩はなんか強いですよ、やっぱり。大変なところを生きてこられたと思うんです。だから僕らがある。そして僕らは戦後の教育のなかで徹底して何を教えられたのかっていうと、「自分を大切にしてください。自分を大切にしてください」って教えられた。それと男女同権ですよ。男女共同参画、けど多くの女性がびっくりするんです。何かって、子どもを生んだ瞬

間から男女同権なんて言葉はどっかに行ってしまう。ね。共同参画なんて言葉はなくなってしまう。そんなこと教科書に1行も書いてなかったです。1行も書いてへん。男女共同参画だと、ずっと習ってきたのに、子どもを生んだ瞬間から、女性に一方的に子育てを押しつけられる社会が急に現実となって。ちょっとずれました。元に戻します。

また、僕らは物がたくさんあるなかで育ってきて、こらえ性がないんですよ。踏ん張る力が弱くなったんじゃないかなと思います。僕ら上の世代は、うちの母親の世代なんかは子どものためにがんばるとか、そういうので生きてこれた。けど、今の子育て世代、僕らぐらい、下の子らに、子どものためにがんばりなさいというのはもう通じへんやろなと。僕が子育て支援のなかでやってるのは何かって言うと、「お母さん、自分を大切にしてください。自分を大切にすることによって、人にやれることも出てくるでしょ」で。自分がしんどい思いして歯を食いしばって子育てして自分ばかりしんどい思いをしていると感じてたら、なかなか子どもにしてあげようというやる力が湧いてこないんじゃないかな。だからお母さんらに言うのは、「そら3歳児神話とかいろいろ気になるかもしれんけれども、怒ってばかりしてるんやったら、お母さん、子どもを預けて外に出たほうがええよって。たまには、男女共同参画やって旦那に押しつけてお母さんは友達と外に飲みに行ったらええんやって」そういうふうにながらじゃないと、もう、親がもたへんような時代になってきてるんじゃないかな？という感じがします。

ここでちょっと話題を変えまして、野口ホームのDVDを見てもらおうかなと思います。

(ビデオ上映 ビデオ音声)

(ビデオ 終了 ビデオ音声終了)

はい、ありがとうございます。こういっ

た感じで、野口ホームっていうのをやってみて。これ見ていただいたら、よく言っていたのが、家庭的に見えますってことです。まあ、それはうれしいことだなというふうに思います。

最年長のマリさんと言われてた子が結婚して、子ども産んだんですよ。大学行きましたね。福祉の関係で、僕の後輩になったんですけども。そのあと、福祉の仕事してたんですけど、早くにね、結婚して。それで、子どもはまだまだ作らへんって言ってたらすぐできてね。来年の4月からは、何か一緒に仕事しようかって、娘が子育てしながらできる仕事を一緒にしようかな、と思っているんです。

今、思ってるのが、児童養護施設を出た子のアフターケアとかね、全然できてない範囲なんで、彼女自分は出身者やから、意外に強いんですよ。姉御っていう感じで。で、彼女の言うことは結構みんな聞くんっていうような感じの子やったんで、わりとそういった仕事、実際に娘は豊中でやってたんですけどもね、通うのが大変やから、ということでそこを辞めてね。けど、ちゃんと社会保険がかけてもらえるところで仕事をしてたから、育児休暇中もね、ハローワークからお金もらえるから、たいしたもんやなって思ってね。ほんと、児童養護施設を出た子は、そういった社会保険をね、かけてもらえるような企業に入ることは難しいっていうこともあるんでね。

最後にちょっと漫画教材を使いながら、ペアレントトレーニングの話をしたと思います。

僕のプログラムのなかでいちばん初めに取りますのが、具体的にわかりやすく伝えるというところで、ここにありますように、ちゃんとしなさいっていうんじゃなくて、「お客さん来てるときは、こんにちわって挨拶してからお部屋に行ってね」っていうように、「ちゃんと」や、「いい子」といった、あいまいな表現を使わずに、具体的に言ってくださいねっていうのをまずやっていきます。

図3



具体的にわかりやすく伝える

これをやるだけで、だいぶ変わります。今までなら、怒ってきたパターンを変えるっていうことだけで、変わります。

もっとずばり言っちゃうと、「おまえ何してんねん、あほか」というふうに言ったのを変える。ネガティブな言葉を投げちゃうっていうパターンが多いんで。これも、アメリカの80年代になされたリサーチではっきり出てて、身体的虐待の家族とネグレクトの家族と、虐待通報がない家族を対象に、夕方の忙しい時間にビデオテープもって行って、記録して、どんな行動をしてるのか?ていうのを分析したりリサーチがあるんです。それを見ますと、どういう結果だったかという、確かに身体的虐待、ネグレクト、通報がない家族っていう順番で暴力は減っていくんですよ。けど、有意じゃなかったんです。統計的な有意差は見られなかった。つまりは、どんな家族でも、ある程度、暴力はあるやろう。ということが示されたのです。けど、圧倒的に違ったところがありました。それは肯定的なやりとり。褒めたりっていうのは、ほとんど虐待家族には見られない。特にネグレクトはない。でも、怒るのは怒ってる。で、健康

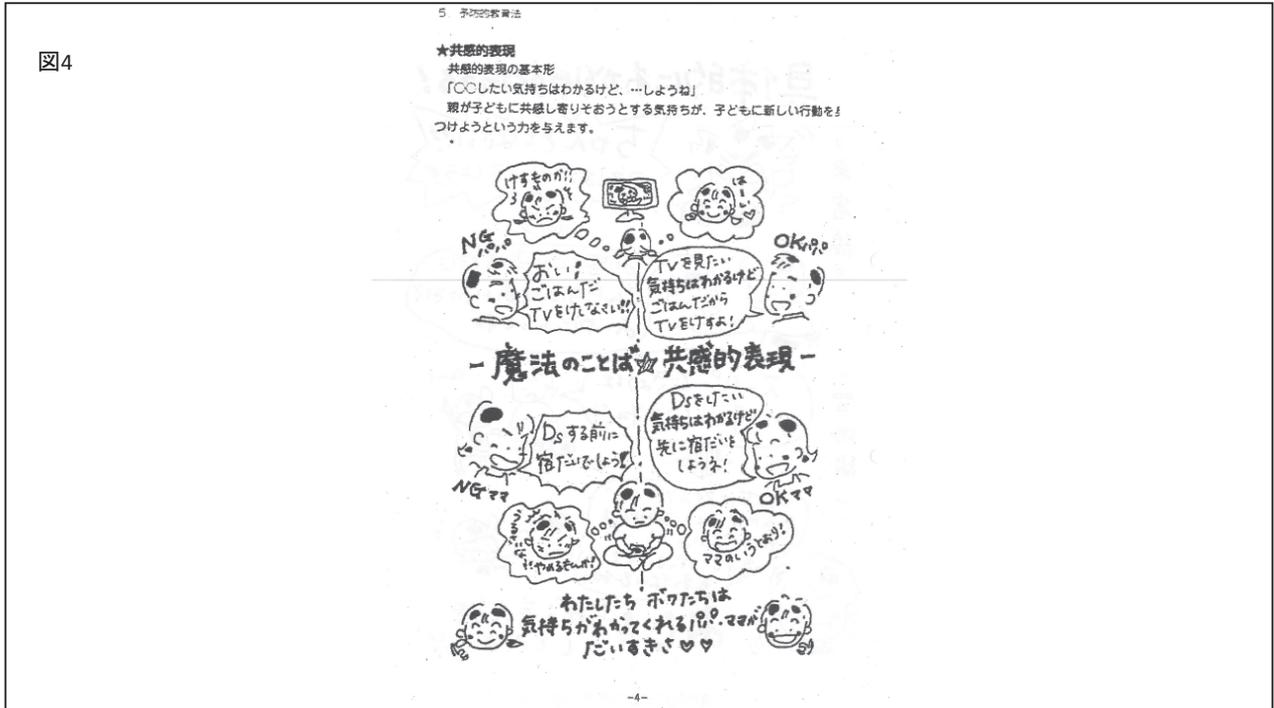
な家族、虐待通報がない家族では、どうかというと、怒ったりもしてるんやけど、そのぶん、褒めたりとか普通にお話したりとかはやってるとい。だから、僕は、虐待家族への支援を考えると、肯定的なやりとりが少しでも増えるだけで、変化はあるんじゃないか、というふうに考えています。というところが、ばっちりリサーチでも出てきてる。

そして、そのリサーチのなかに書いてあったんですけども、ネグレクトの家庭ってどういう感じかっていうと、専ら子どもを無視していて、問題行動の大きいのが起ると怒る。身体的虐待の家族はどんなかっていうと、子どもを挑発するような攻撃的な言葉が多い。だから、アホとかボケとか死ねとか、そういった言葉が多いってことが示されたのです。別にそんな言わんでもええのに、わざわざ使う。家族のなかでね。だからそういうふうなコミュニケーション、なくすだけでもね、変わります。

けどそれをね、親にね、ネガティブな言葉は言わないほうがいいですよっていうと、よう言われるのです。何かって?そういう人は「文化や」と言うんですよ。私の地域でこう

いうしゃべりかたせえへんかったら、「なんや?」と思われる。周りで浮いてまうからいややって。まあ、文化という意味もわかりますが、それで、言い訳したらあかんです

よ。そういうふうなところを少しでも意識して、そういった曖昧な表現を削っていくことによって、コミュニケーションが変わる糸口になるのですね。



2つ目が共感的表現っていうものです。

これね、いい表現でね。基本形が、「何々したい気持ちはわかるけど何々しようね」っていうことなんです。たとえば「おい、ご飯のときテレビ消しなさい」とかね。「DSする前に宿題でしよう」とかって言うんじゃないで、 「テレビ見たい気持ちはわかるけど、ご飯だからテレビ消そうね」とかね、「DSしたい気持ちはわかるけど、先に宿題しようね」と言ったらいいですよっていうんですけれども、多くの親はね、共感的表現、「ええな」と思っても、なんかできへんです。照れくさかったり、プライドがじゃまする。なんで俺がこんなふうになあかんねん。親として威厳を持ってやってるのに。「何々したい気持ちはわかるけど」なんて何か子どもに媚びるようで嫌やとかね。確かにそうなんです。だから僕が覚えておいてほしいのは、もちろんこういう言い方できるのはベストね。

ベストです。なんでベストと言えるのかと言えば、たとえば、保育所とか幼稚園とかに預けたとしましょう、自分の子どもとか自分の孫に先生が、「あんた何してんの。テレビ消しよ。何でわからんの」と言う保育所に預けたいか、「何々ちゃん、テレビ見たい気持ちはわかるけど、ご飯のときは消そうね」と言ってる保育所に預けたいか。僕は、「何々ちゃんの気持ちわかるけど」と言うてる保育所に預けたいなと思います。だからそういうふうになると、プロフェッショナル、僕らみたいだね。金もらってやってんのやったらそうして下さいって感じですけど、親やたらなかなかできひんところもわかります。

僕らだってお金もらって保育士とかやってるのに、感情的に怒ったりして、あかんなって思ったりするんです。でもこれは覚えていて欲しいのです。それはどういうときに使うのかっていうと、実は流れを変えるために

使うのです。どんなんかっていうと、たとえばこの場面で、「おい、ご飯やで。テレビ消しよ」て言った場合、たいがい子どもは消します。けど、子どももいろいろ事情があって消したくないときもあるんですよ。そんなときにトラブルの。たとえば、「もう何時やと思ってるの。早よテレビ消しよ」て言ったら、子どもはなんて答えるかという、「知ってる」て言うんですね。そしたら思わず、こっちは、「あんた何言ってるの。知ってるんやったら消し」てけんかになります。「知ってる」とか「無理」とか子どもが言って、こっちがキレてしまうとき、そのときに思い出してほしい。こんなふうに「あほみたいなけんか」してるなんてあかんって。そして、「宿題したくない気持ちはわかる」とか、「テレビ見たい気持ちはわかるよ。けどまずは、テレビ消そう」て言った瞬間に、子どもが本当に指示に従うかどうかはその子ども次第なんですけど、けんかはストップします。

たいがいこういうけんかって、子どもが勝つんですよ。どういうふうに勝つかっていったら、子どもから「は？無理、」て言われ

た瞬間、もうこっちがあきれ返って、「何が無理なん？もう勝手にしたら」て言うてしまうんですよ、思わず。そしたら、子どもは勝手にしちゃうわけですよ。そして、関係性は悪くなります。

けど、僕らが1歩下がってね、「何々したい気持ちはわかるけども」と言った瞬間に、その無用なけんかをこちら側で止めることができます。これは結構、大きいんですよ。

児童養護施設とか施設で暴力事件が起こるとき、勝手にしろと言われたから勝手にしたという事例が多いんです。そういうふうなところでは、やっぱり感情的になってけんかしてもいいことはありません。

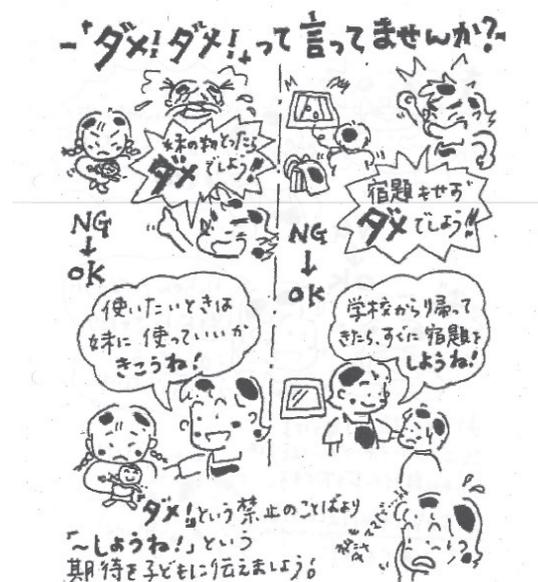
僕らは子どものためと思って言ってんねんけど、いつの間にか俺の言うことをきけって勝負とかになってしまう。そうすると本来しないといけないことと、したくないことが結局わからなくなる。

次のスライドに行きます。

だめだめって言ってませんか？大阪の人は、「だめ」じゃないですね。「あかん」やんね。だから「妹のもんかったらあかんでしょう」て、僕は、「あかんあかん」言う

図5

1. わがしやすいコミュニケーション



てますね。でもそうじゃなくて、「何々しようね」っていうのがいいのですよ。「使っているときは、妹に使っていいか聞こうね」と。「学校から帰ってきたら、すぐに宿題をしようね」みたいな。これね、何がいいのかわかっていたら、何々してくださいっていうのを提示してるんですよ。だから、わかりやすい。「妹のものを取ったらあかん」って言われても、「じゃあ何したらええの？」っていうのがわかってないかもしれない。

「子どもの問題行動が起こる時っていつか」っていうと、もうほとんど100%暇なときです。何もやることがないときに、子どもは問題を起こします。だからほぼ、ノーアイデアでアイデアがないんやから、「何々したら？」とやることを言ってあげた方が早い。「何々しようね」って言ったほうが早いです。

それとあと、廊下を走ったりするやつはいませんか？廊下走ったりとか、家のなか走ったりしたら、何て僕ら注意します？たぶん「走ったらあかん」て言うでしょう。これね、あんまり注意としてはよくないんです。なんでかという、走ったら、までは、走ったら、じゃないですか。その瞬間にやや加速す

るというデータがあって。走れって脳が捉えてしまう。それで、「あかん」で、「あかんのかい」ってなるから止まらへんって。だから、歩きなさい、のほうがあえらしいですよ。そういうふうに注意してるやつ、見たことないけどね。これは、流行させたほうがええんちゃうかなって。「歩きなさい」ってね。「走るな」って言いますやん。でも、「走」までは走ってますから、「な」でも止まらへんのです。だから、「歩け」っていうの、「歩きなさい」とかのほうがあえらしいです。肯定的表現ですね。

次のスライドは、これは言うまでもないっていう感じやけれど、まあ気持ちはわかるけどねっていう。「いつまでも赤ちゃんみたいにして、ばかじゃないの」って言っちゃうかもしれないませんが、「りっちゃん、足をどんだんしたって相手にはわからないよ」と。悪い言葉っていうものは、自己イメージを下げてしまいますから、いいことは何もありません。具体的にやってほしい行動を言いましょ。

これも具体的に言いましょ、肯定的に言いましょってやつです。



図7



次のスライドのがんばり表っていうのはいいですね。そしてこのがんばり表も、親が褒めるための道具みたいな感じで使ったほうがええんちゃうかなっていうのがあります。それは幼児を育てるときなんかは、親が問題をつくり出していることも多くあります。どうということかというそれは、期待値なんですよ。期待ね。expectation。何を期待するのかっていうものです。親の期待が高すぎたら、子どもは期待に応えられないからね。

あるお母さんの本当の話なんですけれども、このお母さん、こう言いはってん。「うちの子はピアノの練習をしないんです。だからピアノの練習させたいんです」て。「いつさせたいの?」と私、そしたら「朝にさせたいんです」って。僕は、朝なんかピアノなんか練習するやつおらんかって思うんですよ。無理やろうと。うちの子、女の子ばかりで、ピアノを習わせましたけど、練習せえへん子が多いもん。もちろんする子はする。ほっといても、楽しいから。そして、しない子はしない。3才からうちにて、今、高1になる子も練習しませんでした。いつも「練習しなさい、しなさい」て言ったら関係悪なるから

ほっといたんですよ。そしたらレッスンの先生から、「野口さん、レッスンは練習やないんで、家で練習させてくださいって。習うところですよ」とか言われてね。「ああしまった」みたいな感じやって。それで僕、それを子どもに言ったんですよ。「おまえ、先生がもっと練習しなさいって言ったで」って。それを聞いてうちの子なんて言ったと思います。「大丈夫」て言ったんですよ。大丈夫やないから言われとんのに。でも明るいええ子に育ててね。それで、まがりなりにやってたからね、楽譜読めるし耳もええねん。そして、中学校で吹奏楽部に入って、そして、フルート吹いて全国大会行ったんですよ。たいしたもんやね。またずれました。

そのお母さんは、「朝にさせたいねん」て。「いや、難しいでしょう」とかって言ったら、そのお母さん「うちの子は、漢字の練習は朝にやれてますし」と。それ聞いた瞬間、もう漢字の練習やってんやったらもうそれで十分やないですか。それ以上求めるかと思いました。だけど、お母さんは頑なにさせたいって言うからね。それで僕、「あ、しまった」て言ったんですよ。そういや、子どもの

年齢聞いてへんかったなと思って。それで、「お母さん、お子さん何年生？」て聞いたら、「え。うちの子？年中です」って。年中で漢字書くの？俺、思わずこう言ったんです、そのお母さんに。「お母さん、ごめん。俺の言うことは聞かんでええわ。お母さんの思うとおりやって。俺の言うこと聞いたら普通の子になる」って。

そのあともお母さんはぐじゅぐじゅ言っってはったんやけど。それでもう来ないのところがうかなと思ってたんですけど、そのお母さんは翌週来はって、それでそのお母さん、翌週に何て言ったかって。「先生の話聞いてたら、ばからしくなったって」大成功です。計算してた訳やないんですが。笑かそうと思って

言うただけなんですけれども、うまく行きました。

けど、そういうふうに関の高い期待によって、バッドサイクルを起こしてしまうというのはよくあります。

けど、この期待値を下げさせるっていうのは、ほんま難しいねん、今の話じゃないけど。やっぱり親の思いもあるし、子どもはがんばれば、本当にできるかもしれへんしね。というところでは、親に何かちょっと冷静になってもらいたいと思うから。がんばり表なんかも使います。

又、このスライドの褒めるしぐさなんかも、使ったりします。

親もなかなかね、煮詰まってくると褒め



るっていうのを忘れてしまいますから。でね、前にね、冷蔵庫に貼ってるっていうお母さんがいましたわ。「これ見たら、なんか子どもを褒めたいと思えるようになったんです」とか言って。ああ、うれしいなと思いました。

次の、落ち着くヒント、ていうのもね、これもなんかいいですね。

けどこれはいつもお母さんに言うのですけ

ど、「これは付け刃ですよ」と。これをして根本的なあなたのストレスは取ってくれへんからねって言うてます。

だからさっきも言いましたように、自分を大切にすることが重要です。自分のやりたいことをやる。

統計では、専業主婦で幼稚園に通わしている親よりも、保育所に通わしてる親のほうが、

