

ヤングケアラーだった女性との心理療法

— 絵画表現を導入した事例を提示して —

Psychotherapy for a female who has been a “young carer”

With a case report introduced art expression

てらさわ えりこ
寺沢 英理子

<要旨>

20代後半に「生きづらさ」を自覚してサイコセラピーを求めるクライアントの中には、幼少期から安心感のない養育環境に置かれて、親の精神安定に多大なエネルギーを注いできた人々がいる。彼らは広義のヤングケアラーということができ、そのサイコセラピーから得られた知見は、狭義のヤングケアラーのケアを考える上でも重要な示唆を与える。

そのひとつは、スクールカウンセラーの役割の再認識である。広義のヤングケアラーは虐待や経済的困窮の渦中にはいないので、福祉のアプローチでは発見される可能性が極めて低い。しかし、学校で彼らに接する機会が多いスクールカウンセラーなら、「離人」を手がかりに広義のヤングケアラーを発見できる可能性がある。その際、非言語的表現の中に現れた持続的空想を察知することが助けになると考えられる。また、発見したヤングケアラーの母親をスクールカウンセラーがサポートできれば、養育環境の安定化も期待できる。

狭義のヤングケアラーでも、社会的支援に次いで精神的ケアが必須であるが、非言語的表現方法を使いこなすスクールカウンセラーが、この部分を担うことができれば、セーフティネットの強化につながるであろう。

<キーワード>

ヤングケアラー, 絵画療法, スクールカウンセラー, 離人感

I. はじめに

外見的には問題なく過ごしてきたが、20代後半になった頃から自分ではどうしようもない生きづらさを自覚してサイコセラピーに繋がる人たちがいる。彼らの家庭環境を見ると、両親共に高学歴であることが多く、父親はそれなりの仕事に就き、経済的にも恵まれている。暴力的な虐待はなく、食事の世話なども親によってなされ、決してネグレクトされていたわけでもないので、虐待されていたとは言い難い。だが、サイコセラピーを進めると、両親の未熟さやパーソナリティの偏りのために、幼少期から安心感のない養育環境に置かれていたことが見えて

くる。

これらのクライアント（以下、CI.）たちは、母親が不安定な人格特性を持っていたり、両親の関係が不安定だったりする状況の中で、幼いころから母親が不安定にならないようにと心を砕き、子供なりに親の精神安定にエネルギーを注いできたのである。彼らは高等教育も受けていて、知的に高い場合が多い。そのため、外見的には問題ないように見えるのであるが、実は多くが離人症状を活用して生き抜いてきたのである。自分を守ってくれていた離人症状そのものが、次第に生きにくさを助長させる要因ともなるので、20代後半になってからサイコセラピーを求めることになる。もちろん、明確な離人症状を伴っていなくても、社会に出る準備のタイミングでサイコセラピーにやってくるケースもある。

困難な環境に置かれた幼少の子供が親をサポートしているという構図からは、最近よく聞かれるようになった「ヤングケアラー」という言葉も想起される。河本(2020)は、「日本では、ヤングケアラーをイギリスでの先行研究から、家族介護と児童の生活という文脈で紹介し議論した論文（柴崎：2005）から事実上の研究は始まっている」と述べている。柴崎によれば、児童介護者調査におけるケア作業として、「家事援助」「日常活動における移動などの介助」「情緒的サポート」「排泄等の介助」「育児」「その他」の6項目が抽出されている。また、ヤングケアラー発生の要因では、家族（親）の精神障害が高い比率を占めることも報告されている。

上述した CI.たちは、経済的な困難には遭遇していない。彼らの親が未治療の精神病であるケースは稀にあるが、多くは精神障害でもない。従って、社会的な支援を必要とするヤングケアラーには必ずしも該当しないが、家庭における「情緒的サポート」を担わざるを得なかったという意味で、広義のヤングケアラーであったということができよう。

以下では、このような CI.のサイコセラピーを行った事例を提示して、子ども時代に端を発する心の問題を抱えた CI.がどのように問題を解決していったかを振り返ってみたい。そして、ヤングケアラーを誰がどのようにケアすべきかという観点でも考察を加えたい。

II. 臨床素材

1. 事例の概要

20代後半の女性Aは、細身の美人で知性的な雰囲気の人である。「生理痛」という主訴で受診した医師にサイコセラピーを勧められて来室した。体の不調もいろいろあったが、面接室で語られた主訴は「男性との付き合い方がよくわからない」というものであった。面接を重ねる内に、両親の未熟さについて語られるようになった。やがて、Aは、今まで情緒を切り離して思考優位で生きてきたこと、そして、それが対人関係の困難さをもたらしていることをはっきりと自覚した。そこから、少しずつ情緒を自分の行動や感覚に組み込んでゆき、次第に情緒と思考を統合できるようになっていった。「シルバニアファミリーの世界でウサギとして生きてい

る」と語っていたAが、人間社会で人間として生きる自信をつけていった。

2. 主訴

男の人との付き合い方が分からない。男の人に嫌われていると感じる。

3. 家族歴

両親と3人家族だが、現在Aは一人暮らし。

4. 来室経緯

生理痛で受診した医師からの勧め。受診から1年ちょっと経つころに紹介され、すぐにカウンセリングを申し込んできている。

5. 見立て

子供のころから、両親には人を見る目がないと思って不安を抱き、自分がしっかりしなければならぬと感じていたことから、子供らしい感覚で安心して生活した時期が少ないように感じられた。子供としての願望を十分に満たすことができず、そのことが対人関係に影響を与えている可能性があると考えられた。人との関係がうまくいかない体験を重ねてはいたが、それでも対人希求を失っているわけではなく、何よりカウンセリングを希望し連絡してきたことに、A自身の中にある成長への可能性を強く感じた。

6. 面接構造

1週間に1回50分の言語面接を基本としながら、必要に応じて絵画療法も導入した。

7. 面接経過

1)第1期(X年Y月～X+1年Y-8月):心の未分化と向き合う時期

第1期は、最初、男性との付き合い方が分からないと話を始め、男性と仲良くなると自分が子供になってしまうからうまくいかないと説明した。次第に、対象が女性であっても、人との関係性において距離感が極端で、関係性の維持が難しいということが分かってくる。その根底には、どうやら「怒りや悲しみ」という情緒を感じることに苦手であるということが見え隠れしてきた。セラピスト(以下、Th.)との関係性のなかで情緒が活性化してくると、「ロボットになりたい」と言いながら、幼いころの記憶を思い出して語る場面が増えていった。

第2回目のアセスメント面接の終わりに、Th.はAに次のように伝えた。「お父様、お母様がその上の世代との間で負った傷も影響しているのです、そう簡単ではないかもしれない。でも、高い知能を貰ってきたこと、教育と表現手段を身につけてもらったことはラッキーだと思います。今後、付き合う男性が現れたら、ここで考えながら対応していきましょう」と。さらに、「お話しで続けていく予定ですが、最初に一回絵を描いておきましょう。途中で絵画療法の導入が役に立つこともありますので、その時に活用できそうか、体験しておきましょう」と絵画療法導入の可能性を伝えた。今後の方針を伝えた後、「～のような気持ちも出てくる。どうしたらいいでしょう？」と意外な依存性も垣間見られた。

しかし、第3回目、電車を反対に乗ってしまったと大幅な遅刻となり、絵を描くことは次の回へと先送りされた。第4回目は、6分前に来室し、早すぎるとTh.は時間を守るよう再度伝える必要性に迫られた。第1回目の絵画療法として「風景構成法」を実施した（絵1）。「川」の教示時に魚も描かれた。川は両端が繋がっていない。「田」の教示時に田と田の間に道らしきものが表現された。「道」の教示時に、橋が架けられたが、手前の田の間の道とは、繋がるような、繋がらないような表現になっている。「田んぼには沢山ウサギが生息している。上部の犬とウサギも知り合い」と説明を加え、「どうぶつ村」とタイトルをつけた。Th.は、Aの心の奥に沢山いる子供らしいAが通ってくる道はあるような、ないような、という印象を受けた。絵を描いた後で、「ずっと子供の頃の悲しかったことが浮かんでくる。表面の大人とは違う心のあり様…」と語った。

第5回目、「生々しい世界が辛くなると、ウサギのユーチューブを見て、その世界にいる。変ですよ」とAの自分を守る防衛とともに客観的に自分自身を見ている自我の働きが明確に語られた。第6回目以降、自分を分かってもらうことに関して100%を求めていることから、対人関係の不安定さや近づいては突然関係を切るといった話が続いた。第9回目では、だれにも頼れない。他者を信じられないので自立しなくちゃと、それを強迫で支えてきたのだと言う。その後、年末年始で実家に数日間滞在した後の第13回目で、実家は本当に疲れた、母は私を通して自分が満たされようとするので重いと語った。その後、人との関係性において距離感が極端で、関係性の維持が難しいという話が続き、その根底には、どうやら「怒りや悲しみ」という情緒を感じる手が苦手であるということが見え隠れしてきた。

Th.との関係性のなかで情緒が活性化してくると、「ロボットになりたい」と言いながら、幼いころの記憶を思い出して語る場面が増えていった。子供のころから、思考と情緒が同時に発動されない。第19回では、自分は恋愛としてではなく、小さな私を可愛がって守ってくれる人を求めていると気づきながら、小さな自分は中学生くらいまで成長してきたことを実感する。そろそろ言葉では扱えない部分の対応が必要と判断して、絵画療法導入を話し合う。

2)第 2 期 (X+1 年 Y-8 月～X+1 年 Y-2 月) : ウサギの世界から現実へ

第 2 期は、絵画療法も組み込みながら、A の情緒表現を促していった。その中で、A は子どもの頃感じていた不思議な感覚を想起し言語化した。それはまさしく離人症状であったが、当時はこれを説明する言葉がなかったことが Th. と共有された。A は現実感を切り離すことで自分を守ってきた。A は、いわばシルバニアファミリーのジオラマの中で生きていたともいえる。この世界が、A が安心して過ごせる心の拠り所となっていた。このような面接を続ける一方で、現実には体調の悪い時期が続いた。

第 20 回、2 回目の絵画療法として「ワルテッグ誘発線法」を実施した (絵 2)。「ただ規則的に繋げていった」というので Th. が「規則的にやっていると安心？」と尋ねると、「そう」と、仕事でもこのやり方で安定させていると話された。第 21 回、3 回目の絵画療法では前回実施したワルテッグ誘発線法を用いた「再構成法」を実施した (絵 3)。「融合しない世界」とタイトルを付けた。右が好きと言いつつ左の世界にいる。ここには感情が渦巻いていると絵の説明をした後、「ただ今までと違うのは、外にそれが見えないようにコントロールしている、できている」と語った。

第 22 回、4 回目の絵画療法では「並列型誘発線法」を実施した (絵 4)。実施後、実家で飼ってきた歴代のウサギのことを話した。第 23 回目、5 回目の絵画療法では前回実施した並列型誘発線法を用いた「再構成法」を実施した (絵 5)。「別世界」というタイトルを付けた。右の世界は、この子が、盗られたと下の子を責める、でも違うのにと、誤解されるというテーマだと説明。そのことから、幼い頃の話をして、お母さんに分かってもらえなかった気持ちを述懐し、大きな孤独感をずっと持ち続けていることを言葉にした。

第 24 回、絵画療法の 6 回目は「色彩分割法」を実施した (絵 6)。水を得た魚のように、どんどん進めていく。「迷路」というタイトルを付け、万華鏡のようなイメージもあると、これが一番心を表していると言う。描画後、「小学校低学年…いやもっと前から？突然、夢の中にいるようなテレビの中のようなようになる感覚。大人にも伝えられず、音もボワ〜んと、めまいとも違う？でもよく分からず、貧血だと思っていた。中学くらいからは、それはない。いつも現実感がない、それが普通になってしまっていて」と語り、明確な離人感を表現した。第 25 回、絵画療法の 7 回目は「交互色彩分割法」を実施した (絵 7)。「海の魚」というタイトルを付けた。その後、子供の頃の離人感は勝手になったけど、今はそれを意識的にやっていると思うと話した。

第 26 回、絵画療法の 8 回目は 2 回目の「風景構成法」を実施した (絵 8)。「うさぎ村」とタイトルを付け、「うちは一人ひとりがウサギと繋がっていて、ウサギがハブになっている」と語る。描画後、一対一の関係は何とかなるが、3 人以上の関係は大変。だが、社会では必要な

ことだという話をする。第 28 回，9 回目の絵画療法は，「ウサギの家族」というテーマ画を実施（絵 9）。「海水浴」というタイトルがつけられ，家族の楽しいひと時が表現された。描画後，幼いころ，親戚などと遊んで楽しかった思い出が語られた。そして，その頃の両親に関する理解を大人の A が深めていく場面があった。両親から影響を受けた部分で自分はいらなと思う部分を明確にして，「ウサギの家族にはパーソナリティとか考えられてはいないが，そこが進んでいくといいな～」と語った。

第 29 回目からしばらくお話しが続いた。仕事に関して，自己評価がひどく低くなって，辛い日々が続いている。本人としては仕事上の失敗も続き，ほとんど参っている状況が語られた。大人を頼れない，心を開けないと助けの無い状況についても辛さを実感できるようになってきた。随分心を耕す時間が続いたこともあり，また絵画表現を再開することにした。

第 38 回，絵画療法の 10 回目は 2 シリーズ目の再構成法を実施することとした。まず，「ワルテック誘発線法」が選択された（絵 10）。描画後，以前の上司と久しぶりに食事に行ったが，以前のバリバリできる私のイメージを持っている人なので，今の私は柔らかい部分が出てきているので，何となく波長が合わないと感じたと，自分の変化を確認したことが語られた。第 39 回目は残業も多く疲れていたが，絵画療法の 11 回目は前回実施したワルテック誘発線法を用いた「再構成法」を行った（絵 11）。右上の世界は雨が降って川になって，こっちは丘のイメージ，風車があつてと説明し，「夢の世界と現実の世界」とタイトルをつけた。ここでも，「シルバニアファミリーの世界，私にはそれしかない」と語りながらも，ウサギが描かれなかったことやシルバニアファミリーの世界以外のスペースが表現されたことを共有した。タイトルについても，「シルバニアファミリーの世界は現実じゃないので，夢の世界と言語化した」と語られた。シルバニアファミリーの世界しかないと言いつつ，描画後には，修学旅行の話が展開された。

第 40 回目，絵画療法の 12 回は，「並列型誘発線法」を実施した（絵 12）。描画後，「ウサギが死んで天国に行くが，ウサギから人間になるか？」という話が展開し，ウサギ以外には感情が伴わない，特に人間には何の感情もわからないと言う。繋がることへの恐怖に関して，自分の心が乱れるとも表現した。第 41 回，絵画療法の 13 回では，前回実施した並列型誘発線法を用いた「再構成法」を実施した（絵 13）。「穏やかな世界」というタイトルを付けた。絵の説明はほとんどせず，体調が悪いことを話す。

第 42 回目，病院に行ったが特に問題はなかったと報告した。さらに，上司に怒りと不満があることが分かったと語りながら，同時に罪悪感が出てきて瞬時に蓋をするという A の心のメカニズムが表現された。ここでも「男性が気持ち悪い」と言う表現がなされたので，Th. は，<「気持ち悪い」を別の言葉で表現してみて>と伝えた。A はさらなる言語表現を行い，さらに分化した感覚を明確にすることができた。また，プライベートゾーンが侵入されると感じる裏には A 自身にも侵入されたい，つまり他者と繋がりたい気持ちがあるのではないかという Th.

の理解を示すと、Aは「それはあります！」と答えながら、同時に瞬時にその気持ちに蓋をすることとも繋げて理解を深めた。「瞬時に自分の気持ちに蓋をする」と言うことが様々な場で起きていることが共有された。

第 43 回から、しばらくお話しが続く。この回でも、他者に関して「気持ち悪い」という一つの表現で済まされている点を取りあげて、別の言葉で表現してもらうことを促進している。

3)第 3 期 (X+1 年 Y-2 月～X+2 年 Y-5 月) : 人間としての成長

第 3 期は、上司への怒りが爆発したことで、押し込めてあったものがあると実感した体験を語った。「1 年くらいここに来て、やっと人といい距離を保てると感じている。今思うと、自分はかなりおかしい人だった」と自分を客観的に見つめるようになった。また、「自分を守れている。なので、人との関係でも以前のように怯えない。普通にしていられる」と、対人関係における変化も語った。さらに、「自分と外とに境界線ができたことはここでの大きな成果」と表現したあたりから、終結を考えるようになった。

第 44 回、職場で上司に対して怒りが爆発しておなかが痛くなったと報告。そこで怒りを「感じることはいいことだが、蓋の開け閉めに関しては主体を取り戻さないとね」という Th. の言葉に深く共感していた。「いままではいろいろ押し込めていたものがあつた。1 年くらいここに来て、やっと人といい距離を保てると感じている。今思うと、自分はかなりおかしい人間だった」と述懐した。第 48 回、「自分を守れている。なので、他の人との関係でも以前のように怯えない。普通にしていられる。挨拶もしないというようなことはなく、変な人ではなくなった」と話した。

第 51 回、絵画療法 14 回目では、3 回目の「風景構成法」を実施した (絵 14)。「共存」というタイトルをつけた。「ウサギと人間が同じみたい。人間もウサギも大切」と説明する。Th. が「貴女が人間になったみたい」とつぶやくと、「そうですね・・・1 年前はウサギでした」と笑った。今は、仕事でいろいろあっても大丈夫なので、絵を描けると、絵を続ける意欲を見せる。第 52 回、絵画療法 15 回目では、「拡大風景構成法」を実施した (絵 15)。「水と陸の交わり」とタイトルを付けた。なぜここを拡大したのかという Th. の問いに対して、水が好きと答え、趣味の世界の話へと進展した。

結果的には、絵画療法は 15 回で終わっているが、第 55 回には、「ここに来ての成果は、自分と外との境界線ができたこと」と明確に言語化した。第 57 回には終結の相談をし、終結日を決めた。第 59 回には、「ここで少しずつ自分が良くなったのには、誰にも話したことがない

ことを話したことは大きかったと思う。話す中でいろいろ気づく。私にどこまで関心があるかわからない人相手に生い立ちなんか語っても…ちゃんとプロの人に聞いてもらう、自分も話すつもりで来る、この関係が良かった！」と語って終結となった。この日、家に帰ってからメールを送って来て、「振り返れば、あの頃までの自分と今では本当に別人みたいです。やっと普通の人間になれた気がします」と書かれていた。

Ⅲ. 考察

Aは知的で仕事もそれなりにこなし自立していた。医師からサイコセラピーを勧められて入室した時点では、20代後半になり、異性との関係を深められないことへの多少の違和感を言語化したにすぎない。しばらくして、小学校入学ころにはすでに離人症状を体験していたことが語られた。両親の未熟さもあって、Aは子供のころから安心した環境を持てなかったことがベースとなって、対人関係を安定して築くことができなくなっていたのである。離人症状は、奇しくも「色彩分割法」という区切る技法によって想起されたが、終結期に見られた自我境界の構築もまた、次元の異なる区切りとみることができる。区切ることの意味深さを教えられた事例であった。以下にいくつかの視点から考察を加えていく。

1. 絵画療法に見られた治療の転換点

まず、3回実施した「風景構成法」についてみていく。絵1、絵8、絵14を比較してみると、全体の余白部分が徐々に少なくなっていくという変化が見られる。2回目の川は「立つ川」であり、面接経過における転換点を表しているようだ。川寄(2018)は、立つ川に関して「超越する視点（主体）の萌芽」「小学3年の時期に頻出する川の形態であり、小学1年でよくみられる「此岸のない川」から小学5年以降に主にみられるようになる「斜めに流れる川」の間に位置づけられるものである」と述べている。1回目と2回目で川の構図が大きく変化したことは、このような心的発達という観点から理解することも可能である。3回目の風景構成法では描画表現もさらに豊かになり、内容としても人間の世界が表現され始めることになった。

2回目の風景構成法（絵8）の前には、色彩分割法（絵6）と交互色彩分割法（絵7）を実施しており、色彩分割法実施後に離人症状の発生時期の感覚を言語化するということがあり、ここから第2回目の風景構成法での転換点を表す描画表現へと繋がっていったものと考えられる。Aにとって、空間を区切ることが、心の内界を区切り分化させていく契機となった印象が強い。伊集院(2017)が「外界に自らの枠・空間を創造するという事は、人間の人間たる、魂の拠り所につながるのではないだろうか」と述べていることとも関連するであろう。交互色彩分割法（絵7）を実施した後に「子供の頃の離人感は勝手になったけど、今はそれを意識的にやっていると」と話したが、空間を分ける作業と心に分ける作業がパラレルに進み、離人症状を

主体的に利用しているという気づきを言語化したことは印象的である。

そして、15回の絵画療法を終える頃、Aは自分と外との間に境界線ができたと言語化し、離人と言う方法を使わなくても自分を守ることができるようになっていたと考えられる。

2. 離人感の始まりの言語化

絵画療法の視点からの考察でも述べたが、空間を区切る絵画療法技法の実施によって、Aは離人症状の始まりを明確に言語化するに至った。柴山(2017)は、「解離の幼少期体験にはさまざまな体験が含まれる」と述べ、既視感、予知感、離隔、気配過敏、幻覚、持続的空想、イメージナリーコンパニオンを挙げている。Aに明確に当てはまるものとしては離隔である。また、柴山は「解離性障害の患者の多くは、この現実世界にしながら、ふと気づくと、いつの間にか現実の世界から遠ざかり、想像の世界のなかに自分が入り込んでしまっている」と述べているが、これはAが「シルバニアファミリーの世界、私にはそれしかない」と説明したことを鑑みるなら、持続的空想に非常に近いものと捉えられるのではないだろうか。そして、これこそが、Aを守ってきたものであると同時にAを現実の世界で生きにくくさせていく原因ともなっているのである。柴山はさらに不安や恐怖、緊張を離人の症状の中にみているが、Aにも自分の部屋への被侵入感という恐怖があり、現実適応にかなりのエネルギーを必要としていたと言う事実がある。

しかし、離人症状の始まりを言語化したことは、大きな転換点の始まりであったように思う。子供のころには説明不可能であった感覚を言語化したことで、A自身が症状を客観視できたことが大きな要因であると考えられる。Aは両親からの虐待があったわけではないが、両親によって守られないことがあるように感じていたことは語られており、外界への不安や恐怖は一般的な子どもが感じるより大きかったと想像できる。そして、外界から身を守るためには過敏さに磨きをかけなければならず、この防衛が強まるなかで、子どもとしての対応の限界を越え、離人症状へと推移したのであろう。そして、離人症状を初めて体験した時点への固着もあった可能性は強く、この転換点を越えてからはAの柔らかな心が始動し始め、他者への感覚の分化も進んで、Aの言う「普通感覚」を持てるようになったのだと考えられる。

3. ヤングケアラーからの脱却

渋谷(2018)は、日本における「ヤングケアラー」の定義を、「家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18歳未満の子ども」と紹介している。また、河本(2020)は、「子どもが家族介護を行うことが当たり前になってしまうと子どもが年齢相応のキャリアを積めないことが起きる」と述べている。

このように見てくると、Aは本来なら大人が行うべき情緒的サポートを母親に対して行って

おり、その結果として年齢相応の発達の機会を奪われたという点で、彼女もヤングケアラーだったと言ってよいであろう。しかし、ヤングケアラーに関する調査をみていくと、「学校に行けない」、あるいは子どもの貧困問題との関連が前面に出てくるので、典型的な意味では該当しないとも考えられる。経済的に恵まれていることによって、家庭の外からは問題が見えにくいという点では、かえって根は深いかもしれないのだが。

ヤングケアラーの問題や虐待の問題とも重なり合うような状況に置かれていながら、「裕福」「高学歴」などというベールのなかで問題の存在を見落とされ、本人や家族も問題の本質に気づかないまま、本人だけが自分を責め、さらなる努力を重ね、順調なはずの人生が進まないことに疲れ果てて、サイコセラピーへと繋がってきたのであろう。確かに、自らサイコセラピーに繋がれるだけの資質は貰っており、その資質を発達成長させる教育も与えられてはいる。けれども、その点を恵まれていると言ってしまっているのかは分からない。ヤングケアラーと呼ばれている人のなかでも経済的な格差はあると考えるなら、なおさら微妙なところであろう。

Aのように、福祉の観点からはこぼれ落ちてしまう人にとって、サイコセラピーと繋がることは一つの有効な方法である。このように考えるならば、多方面にセーフティネットがあることは重要なことだと改めて実感させられた。Aは、親をケアしていたその時に助けをもらうことはできなかったが、物理的に親から離れて生活を始めるなかで、自分の現実適応への問題点を実感し、ヤングケアラーとして生きるために身に纏った防衛から脱却していったのだとみることができるとあろう。

典型的なヤングケアラーにとっては社会的支援が急務であるが、それが達成できればすべての問題が解決するわけではない。ヤングケアラーとして過ごした数年間において影響を受けた精神面でのケアは必須事項である。その際に、Aのような広義のヤングケアラーたちから学んだ知見が役に立つと考えられる。

4. スクールカウンセラーの可能性

Aにみられるような広義のヤングケアラーの場合、子どもの時に福祉的救済につながる可能性は乏しいと考えられる。しかし、教育はきちんと受けていることが多いので、学校での発見には期待を持てるのではないだろうか。「離人感の始まりの言語化」で記したように、離隔と持続的空想を持ち合わせている場合、離隔に関してピンポイントでキャッチすることはなかなか難しいかもしれないが、持続的空想に関しては、描画表現などを用いると比較的容易に表出されるように思う。とは言え、広義のヤングケアラーの可能性を見つけたとしても、その子どもにとって家族は大切なものであり、自らその役割を放棄することは難しいであろう。

この場合、母親の不安定と言う問題が根底にあったとしても、母親が自分自身の問題という観点を持つことへの抵抗は大きく、そこから支援に繋がる可能性は低い。しかし、これまでのスクールカウンセラー体験から考えると、母親たちは母親機能をサポートされることには抵抗

感が少ないのである。むしろ、子どもの問題に対してスクールカウンセラーと協働で対応するという構造を提示された場合には、協力を惜しまないケースが多いと感じている。スクールカウンセラーが母親機能のサポートという関わり方で母親と繋がっていけると、母親の安定感は格段にあがるのである。

このようなアプローチには、スクールカウンセラーが最も適任であろうし、これまでも行われてきたことであるが、ここに広義のヤングケアラーへの対応という視点を加えることは、スクールカウンセラーの重要な可能性を新たにすることでもあると考えられる。子どもたちが必死に守りたいと思っている母親に対して、母親に問題を直接明確化させることなく、まして母親を責めることもなくサポートできる心理職として、スクールカウンセラーという立ち位置は絶妙なのである。

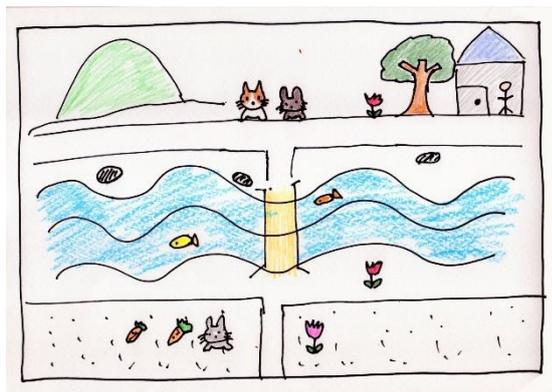
Aは大人になって自らサイコセラピーに繋がることができたが、それでももう少し早く誰かがAの重荷を一緒に背負って上げることはできなかったのかと思わずにはいられない。今回、その視点から、ヤングケアラーという概念を援用して、福祉とサイコセラピーの中間的役割を担うスクールカウンセラーの存在に注目することになった。多角的支援の可能性を考えていくことは、セーフティネットの観点からも重要なことだと思う。

IV. 倫理的配慮

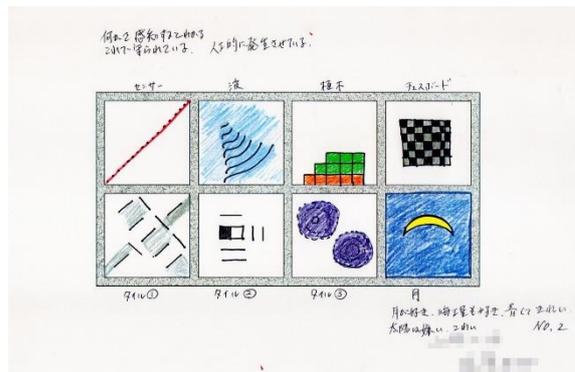
本稿の事例では、セラピー終結時にAさんから学会発表及び論文執筆の許可を得ている。なお、個人が特定されないよう記述上の考慮を加えた。

<引用文献>

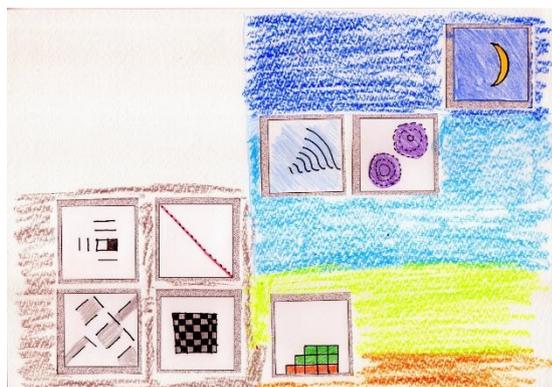
- 伊集院清一：空間と表象の精神病理，岩崎学術出版社，2017，pp.95-96
河本秀樹：日本のヤングケアラー研究の動向と到達点，敬心・研究ジャーナル，4(1)：pp.45-53，2020
川崎克哲：風景構成法の文法と解釈，福村出版，2018，p80
柴崎智恵子：家族ケアを担う児童の生活に関する基礎的研究 —イギリスの“Young Carers”調査報告書を中心に—，人間福祉研究，Vol.8：pp.125-143，2005
柴山雅俊：解離の舞台 —症状構造と治療—，金剛出版，2017，pp.153-154
渋谷智子：ヤングケアラー — 介護を担う子ども・若者の現実，中公新書，2018，p24



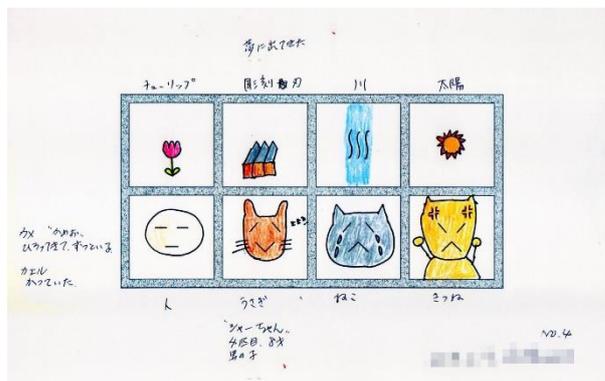
絵 1 「どうぶつ村」



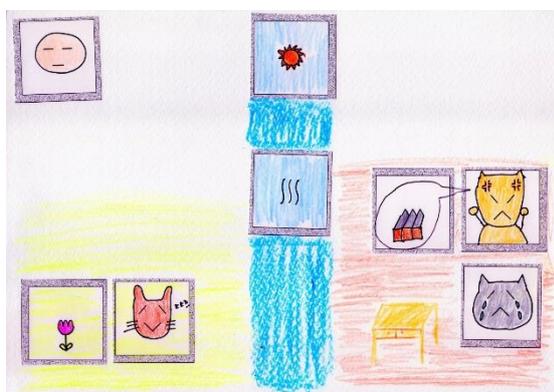
絵 2



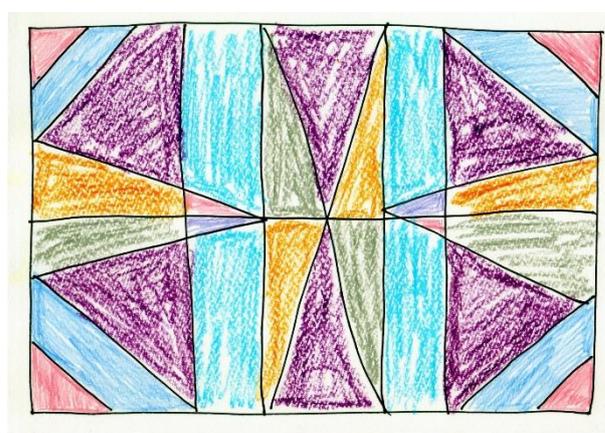
絵 3 「融合しない世界」



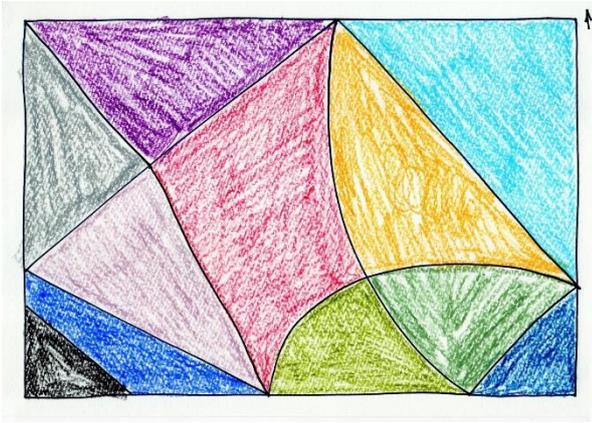
絵 4



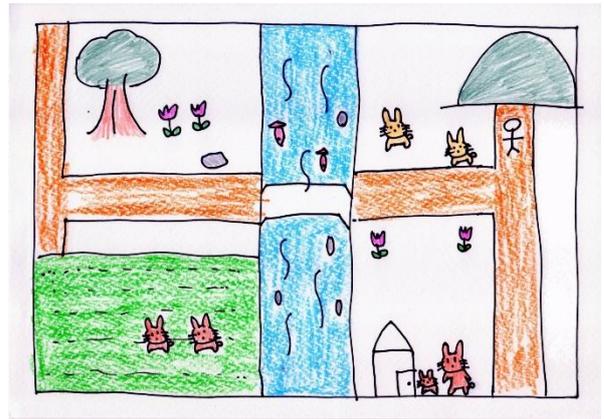
絵 5 「別世界」



絵 6 「迷路」



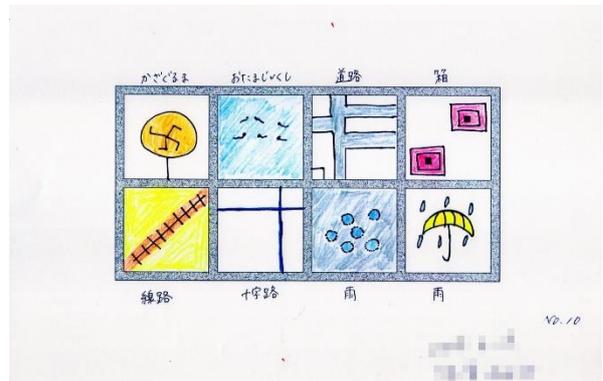
絵 7 「海の魚」



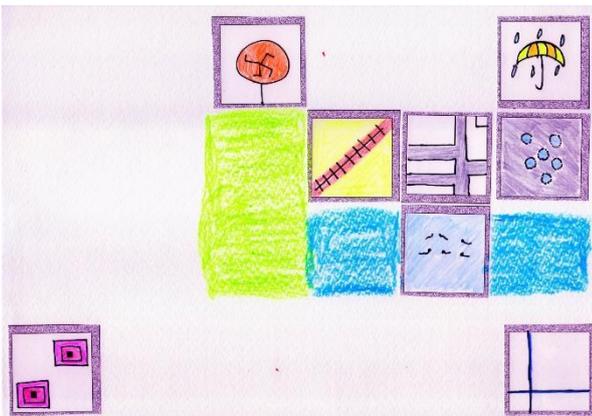
絵 8 「うさぎ村」



絵 9 「海水浴」



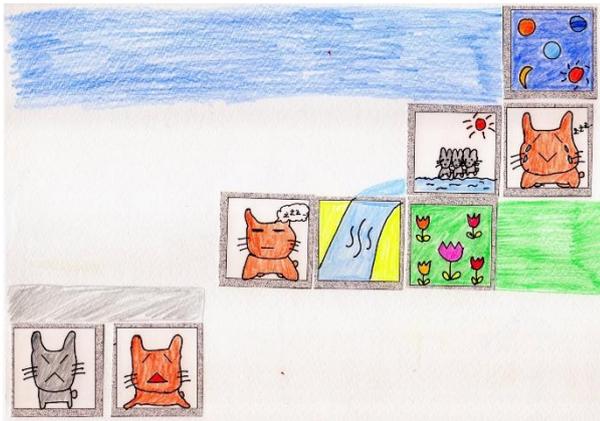
絵 10



絵 11 「夢の世界と現実の世界」



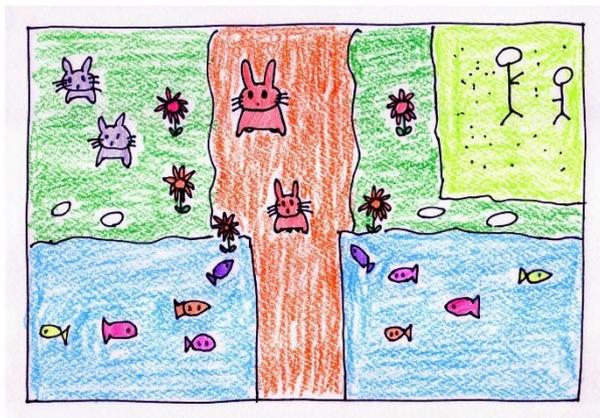
絵 12



絵 13 「穏やかな世界」



絵 14 「共存」



絵 15 「水と陸の交わり」

※本件は、執筆者から絵画部分のカラー印刷希望の申請があったため、紀要執筆要領第 7 条の例外として特段の事情が認められるかについて委員会内で審議した結果、絵画療法という学問的専門性に鑑み、色彩表現に関する一定の必要性及び合理性が認められることから、特段の事情があるものと判断された。