

家族支援家のためのステップファミリー国際セミナー2014 報告書
The Comprehensive Report on the Stepfamily Seminar 2014

SAJ・野沢慎司【編・監訳】

Edited by SAJ and Shinji Nozawa

ごあいさつ

緒倉 珠巳

SAJ 代表



近頃は、「ステップファミリー」という言葉も、テレビ等のメディアでしばしば使われるようになってまいりました。SAJ が発足して 14 年が経とうとしていますが、私たちの活動もようやく、ひとつのステージを終え、次のステージへ進んだという気がしています。

これまでは、「ステップファミリー」という言葉を使ってメディアで表現されることは少なく、多くは「子連れ再婚家族」という言葉で表現されてきました。「まだ一般的ではない」という理由によって「ステップファミリー」という呼び方をあえて使わないようにと、指示があったこともありました。それには悲しい思いもしましたが、最近では、テレビでも「ステップファミリー」を銘打った特集番組も組まれるようになってまいりました。また、もうひとつ、家族に係わる支援者や専門家の方々より、ステップファミリーに関する情報提供のご依頼も増えつつあり、家族支援の分野においても支援課題の 1 つとして認識されつつあるように感じています。それが、「ステップファミリー」という言葉の社会的認知の拡大を活動のテーマにしたステージを終え、次に一歩進んだと感じる理由です。

2014 年 9 月、国際交流基金・日米センター様より助成を受け、2 日間に渡る国際セミナーを開催し、この度、その報告書を発行する運びとなりました。このセミナーは、日常的に家族(特にステップファミリー)の支援に係わる立場の方々を対象に設定していました。セミナーでは、ステップファミリーに関するアメリカの社会状況や調査研究についての情報を前段に配し、中盤ではステップファミリーのダイナミクスや実際のセラピーでのポイントなど、具体的にレクチャーしていただきました。後半はアメリカでも評価の高い、ステップファミリーの教育プログラム「Smart Steps」の紹介とそれにもとづくワークを体験しています。文字での報告となりますので臨場感まで伝わるか心配ですが、ワークを行った会場の様子は終始、生き活きとして楽しい雰囲気でも盛り上がったことをお伝えしておきたいです。詳しくはこの報告書をご参照ください。

セミナーの対象を支援者にした理由は、先に述べましたように支援の側からのニーズがあったこともありますが、SAJ の当事者スタッフの切なる思いもそのひとつでした。私たち SAJ のサポートグループ「LEAVES ペアレンツ」は全国で 4 つの地域(仙台・東京・名古屋・大阪)にあり、これまでに 120 回開催、のべ 1,000 人のステップファミリーの親／継親当事者が参加しています。しかし、開催地に遠い地域の方や、また様々な事情によってこのようなサポートネットワークに繋がることのできない当事者の方は多く存在しています。そして深刻な状況を抱える方ほど孤立し、藁をもすがる思いで訪れる先は、子育てや女性相談の窓口のほうが多いはずですが、しかし、ステップファミリーの特徴を踏まえた支援は、日本の相談機関では期待できる状況にありません。「相談には行ったのだけ

ど・・・」という当事者からの声を聴くこともしばしばありました。例えば NHK の朝の番組でも取り上げられましたが「継母なんだからもっと頑張らないと」と相談窓口で言われた方もいました。継母という立場が何か劣るというのでしょうか。その方は何を頑張っていないのでしょうか。そして何を頑張れば良いのでしょうか。私たちスタッフは、その相談窓口でも事前にステップファミリーの専門情報が入っていれば、実際の対応はかなり変わったはずではないかと想像しています。しかし、私たちの情報拡散の力は及ばず、その状況に無念さを感じ、その方の心中を察し、胸を痛めるしかありませんでした。家族に係わる支援者の方にこそステップファミリーの情報を持ってほしい。それが、支援者の方を対象にしたセミナーを開催した理由であり、SAJ の活動の次のステージでの課題であると考えています。

この報告書を手にとってください賢明な支援者の方であれば、その対応の問題点についていろいろ考えてくださると期待しております。家族個々に直接向き合い係られる、支援者の皆様の力をお借りせねば、日本のステップファミリーの健全な発達を促進することは難しい状況にあります。SAJ における当事者へのサポートは、これまでと同じく継続してまいります。どうか皆様の厚いご理解とご支援を賜れますよう御願ひ申し上げます。

2015 年はステップファミリーに関する書籍が複数展開される予定です。随時ホームページでもお知らせしてまいりますので、ぜひ参考にしていただき、日本におけるステップファミリー支援の拡充にご協力いただけましたら幸いです。

ご挨拶の最後になりましたが、このセミナー開催にあたりご支援をいただきました国際交流基金・日米センター様をはじめ、遠くアメリカからお越しいただきましたフランチェスカ・アドラー＝ペーダー先生、パトリシア・ペーパーナウ先生、チェルシー・ガーノー先生、そして明治学院大学・社会学部附属研究所と古くから支えてくださってきた野沢慎司先生をはじめとする SAJ の素敵な仲間たちに、深い深い感謝を述べさせていただきます。本当にありがとうございました。

2015 年 3 月

家族支援家のためのステップファミリー国際セミナー2014 報告書

The Comprehensive Report on the Stepfamily Seminar 2014

目次

ごあいさつ	緒倉 珠巳	1
-------	-------	---

講演者紹介		4
-------	--	---

パート I

1. アメリカのステップファミリーについてわかってきたこと 実践に役立つ研究知見	チェルシー・ガーノー (Chelsea Garneau)	6
---	------------------------------	---

2. ステップファミリーを生きる そこにある挑戦を理解し立ち向かう	パトリシア・ペーパーナウ (Patricia Papernow)	25
--------------------------------------	----------------------------------	----

パート II

3. アメリカのステップファミリー向け心理・教育プログラム フランチェスカ・アドラー＝ベーダー (Francesca Adler-Baeder)	チェルシー・ガーノー (Chelsea Garneau)	65
---	------------------------------	----

4. 日本側からの応答とディスカッション		
(1) 日本とアメリカにおける離婚後の親子への支援	小田切 紀子	107
(2) キッズリーブスのトライアル ステッチ達へ大人ができること	桑田 道子	111
(3) 日本のステップファミリー研究からわかってきたこと 日米の共通点と相違点について	菊地 真理	115
(4) ディスカッション		121

ステップファミリーをめぐる日米交流史のさらなる展開 あとがきにかえて	野沢 慎司	127
---------------------------------------	-------	-----

【セミナー講師紹介】

チェルシー・ガーノー (Dr. Chelsea Garneau)

ミズーリ大学、人間発達・家族研究学科助教授。共同養育、親による子の監督、肯定的相互行為、家族凝集性などの家族過程や複雑な家族構造の個人／カップル／家族 Well-Being を研究している。再婚の認知がステップカップルの関係や相互行為に及ぼす効果の測定に使われる再婚観尺度 (RBI) をカップルに適用する妥当性を論証した論文を昨年発表。『ノーマルな家族過程』(第4版)のステップファミリーの章を執筆。『アメリカ家族の社会史』『家族研究百科事典』『離婚の文化社会学』のステップファミリー関連項目を共同執筆。

パトリシア・ペーパーナウ (Dr. Patricia Papernow)

マサチューセッツ州ハドソンで個人開業する臨床心理士であり、ハーバード大学医学部・精神医学科で心理学指導員を務める。米国国内外でステップファミリーの家族ダイナミクスについての研修やコンサルティングを幅広く展開してきた。ステップファミリーの臨床に関する2冊の好著『ステップファミリーをいかに生き、育くむか——うまくいくこと、いかないこと』(2013年)、『ステップファミリーになること』(1993年)を著したほか、多数の論稿を発表している(前者は日本語訳の出版が予定されている)。NSRCにおける研修スタッフであり、エキスパート評議員でもある。

フランチェスカ・アドラー=ベーター (Dr. Francesca Adler-Baeder)

アラバマ州オーバーン大学の人間発達・家族研究学科教授、子ども・青年・家族センター所長。複雑な家族の対人関係能力と回復力の促進、多様な青年・家族向け心理教育の効果測定・向上を目指す応用研究に携わる。研究に裏付けられた情報をステップファミリー当事者や支援専門家向けに提供する機関 NSRC を創設。オンライン教育プログラム「継親の子育て・ツールキット」製作顧問。夫婦と子ども向けの家族生活教育プログラム「ステップファミリーのためのスマート・ステップス (Smart Steps)」を開発し、多数の専門家に実践法を指導してきた(このプログラムの日本語版を SAJ が準備中)。

【協力機関】

全米ステップファミリー・リソース・センター (National Stepfamily Resource Center=NSRC)

1979年より全米規模でステップファミリーの支援活動を展開してきた Stepfamily Association of America (SAA) が2006年に活動を停止した。その資源と活動の拠点をオーバーン大学に移管して新たに設立されたのがこの組織である。創設者および現所長はフランチェスカ・アドラー=ベーター氏(オーバーン大学・人間発達・家族研究学科教授および同大学・子ども・青年・家族センター所長)である。

家族支援家のためのステップファミリー国際セミナー2014

パート I

【開催日】

2014年9月13日（土曜）

午前の部 9時30分～12時

午後の部 13時～17時30分

【場所】

明治学院大学白金キャンパス
2号館 2310教室

1. アメリカのステップファミリーについてわかってきたこと 実践に役立つ研究知見

Stepfamily Life in the United States: Research Findings that Inform Practice

チェルシー・ガーノー

Chelsea Garneau



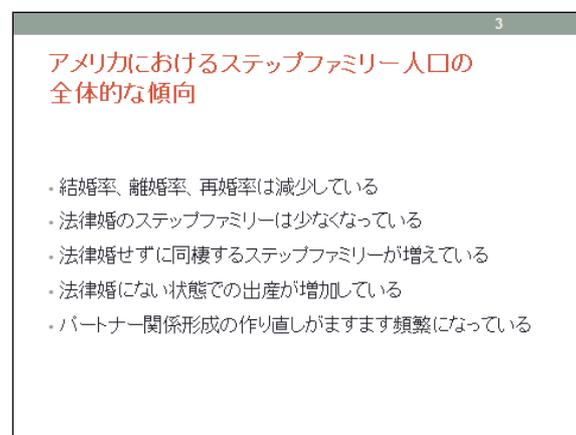
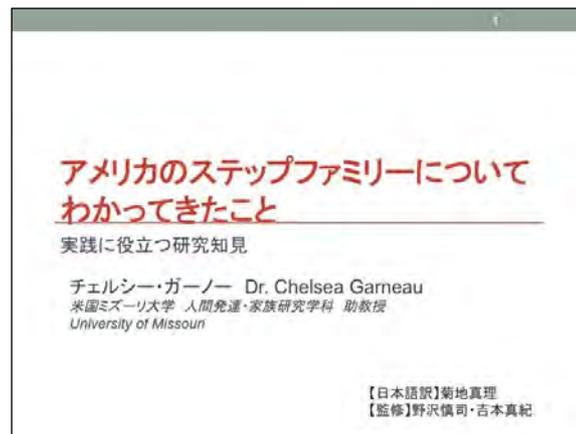
チェルシー：お招きいただき、どうもありがとうございます。30年ほどにわたるアメリカのステップファミリー研究の成果を皆さんに紹介できることを嬉しく思っています。今日お集まりいただいた皆さんは、実際に現場でステップファミリーと関わっている専門の方たちと聞いています。ここでお話しできることを楽しみにしていました。明治学院大学の野沢先生、それから SAJ の皆さま、本当にありがとうございます。

自己紹介をさせていただきますと、私はこの研究を始める前は、結婚や家族に関する臨床をずっとやってきました。その後、ステップファミリーの研究に携わるようになりました。今日、皆さんにアメリカのステップファミリー研究の成果を提示するにあたっては、臨床的な現場の視点をできるだけ交えてお話ししたいと思います。

今日は、まずステップファミリーとはどのような家族なのかについての説明から始めて、アメリカの家族の人口学的な特性、次にステップファミリーで暮らすことがどのような影響をもたらすか、個人・カップル・家族の Well-Being に与える影響を見ていきます。そして 3 番目には家族のプロセスに注目します。特に臨床的な観点も加えて説明したいと思います。4 番目に、理論がどのように展開してきたか、それに関する主導的な研究について説明します。そして最後に、最近の研究潮流についてお話ししたいと思います。

アメリカにおけるステップファミリー人口の全体的な傾向

アメリカのステップファミリー研究も過去 30 年でかなりの変化がありました。この 10 年間で、離婚が減っています。そして、法律的な再婚をしていないカップルが作るステップファミリーが増えてきています。法律婚に基づくステップファミリーは少なくなっていて、結婚せずに同棲するカップルが作るステップファミリーが増えてきています。婚姻



関係にない両親の下に生まれる子どもが増えています。シングルペアレントが新たなパートナーとの関係を何度も作ることもあり、子どもたちが家族構造の変化を何度も経験することも多いです。そのため、ステップファミリーが多様化し、全体像を把握しづらくなっています。しかし、可能な限り研究成果の全体像を何とかうまく要約してお伝えしたいと思います。

そこでまずステップファミリーの定義です。ここでは、ステップファミリーを次のように定義します。「婚姻状態にある場合とない場合の両方を含むカップルにおいて、少なくともどちらかに、以前の別の相手との間に生まれた子どもがいる家族」です。

4

ステップファミリーとは何か？

- ・婚姻状態にある場合とない場合を含むカップルの少なくとも一方に、以前に関係のあった相手との子どもがいるカップル
- ・ステップファミリーの形成
 - ・未婚のまま出産したあとで、別のパートナーと結婚する
 - ・子どものいるカップルが離婚し、そのひとりが新たなパートナー関係を作る／再婚する
 - ・パートナーを亡くした親が新たなパートナー関係を作る／再婚する

5

再婚

- ・離婚や別居してから平均して3.8年で再婚にいたる
- ・ラテン系や黒人よりも白人のほうが、再婚にいたるまでの期間が短く、再婚しやすい
- ・学歴が高いほど再婚する傾向がある
- ・女性よりも男性のほうが再婚しやすい

6

アメリカのステップファミリーの特徴

- ・年齢、人種、学歴
- ・よくあるステップファミリーの形態
 - ・単純型(カップルの一方に子どもがいる)
 - ・複雑型(カップルの双方に子どもがいる)
 - ・「フレンジッド」
- ・家族が壊れる経験をしている
- ・同棲の経験

もっと包括的にステップファミリーを論じるために、ステップファミリー形成に至る多様な道筋を見てみましょう。結婚していない状態で子どもを出産してそのあとに別のパートナーと結婚している場合があります。おそらく日本でももっとも一般的なのは、子どものいるカップルが離婚をして、その後新たなパートナーと再婚する場合ですね。次に、パートナーの1人を亡くして、死別後に新しいパートナーと再婚場合があります。再婚に関する統計学的な調査を見ると、離婚してから再婚に至るまでの年数は平均3.8年です。ただこれには民族性による違いが見られまして、白人のほうがラテン系や黒人よりも再婚に至るまでの期間が短く、再婚に至りやすいという傾向があります。また、学歴が高いほど再婚もしやすく、女性よりも男性のほうが再婚する傾向が高いと言えます。

アメリカのステップファミリーの特徴をみてみましょう。再婚に至る時期は、子どもの年齢が、学齢期8歳～10歳というの多いです。それから、思春期、高校生というの比較的多く、よく見られる家族の形になります。それから白人がやはり再婚しやすいという傾向があります。

日本でもよく見られるのが「単純型」のステップファミリーです。単純型というの

は、カップルのどちらか一方だけに以前の子どもがいる場合です。カップルの1人は実親、もう1人は継親（継母か継父）という組み合わせです。アメリカで多くなっているのは、「複雑型」のステップファミリーです。双方に子どもがいるカップルが再婚する場合です。双方が相手の子どもの（少なくともパートタイムの）継母、継父になります。「ブレンデッド・ステップファミリー」と呼ばれているのは、この単純型や複雑型のいずれの場合でも、新たなカップルに新しく子どもが生まれている場合です。このように多様なタイプを含むステップファミリーが個人にどのような影響をもたらすかを考えるときに重要なのは、多くのステップファミリーが形成される前に、ある種の家族の崩壊状態、家族が機能的に上手くいかない時期を過ごしていることです。また、現在のパートナーとの場合とそうでない場合がありますが、同棲を経験した後に形成されていることも多いです。

ステップファミリーが個人、カップル、家族の Well-Being に与える影響

ステップファミリーに暮らすことが個人の Well-Being、健康にどんな影響を与えるかを見て行きたいのですが、基本的な研究成果によれば、ステップファミリーに暮らすこと自体が Well-Being を低めるリスクファクターになりえます。一般的には、初婚核家族のカップルに比べてステップファミリーのカップルは結婚の安定度が低いです。つまり、カップルが離婚・離別するリスクが相対的に高くなっています。さらに文脈的な影響が、ステップのカップルとそれ以外のカップルの安定性に影響を及ぼしています。

8	9
<p>関係の安定性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全体的に関係の安定性は乏しい ・影響を与える要因 <ul style="list-style-type: none"> ・再婚 vs. 同棲 ・子どもの存在 ・継親子関係の質 ・元配偶者/元パートナーの存在 ・人種、収入、学歴 	<p>関係の質</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コミットメントとアタッチメントのスタイル ・結婚満足度の低さ(とくに学歴が低い場合) ・継子がいる再婚は離婚のリスクが大きくなる ・葛藤をもたらす出来事が多い

同棲のカップルのほうが再婚のカップルよりも離別のリスクが高いと言われていました。一般的には、以前の子どもと一緒に暮らしていることが結婚の不安定性を増すと言われていました。なぜかと言えば、家庭の中に継子がいる場合には、家族関係が複雑になります。継子と継親の関係、子どもと同居親との関係、実親と継親との関係などが存在します。継親子関係の質が新しいカップルの関係にも影響を及ぼします。元パートナーとの関係それ自体が新しいカップルの関係安定性のリスクファクターになるわけではありません。協力して元パートナーと子どもの共同養育ができていれば問題ないのですが、子どもの養育の協力関係がうまくできない場合は、ステップのカップルにストレスがかかるかもしれません。

収入が多く、学歴が高いほうが、カップルの不安定性が減少する傾向があります。大きな仮説としては、ステップのカップルの不安定性が大きいのは、カップルの関係性の質が低いからではないかと考えられています。ステップのカップルについて、愛着（アタッチメント）と関わり合い（コミットメント）のスタイルを調べた研究からは、しっかりした愛着スタイルを築いているカップルは互いの関わり合いの程度も高く、その結果としてカップルの関係の質が高まることがわかっています。次に、一般的に、初婚に比べて再婚・ステップのカップルの方が、結婚満足度が低いという結果が報告されています。このような傾向は特に低学歴層に見られます。それから先ほども述べたように、継子が同居している場合には、再婚したカップルは離婚するリスクが高くなるようです。継子がいると、家族関係が複雑になり、意見の対立や葛藤が生じる機会が増えるためだと考えられます。

10

大人のWell-Being

- ・離婚後に再婚した人は、独身のままでいる人よりも、精神的にも身体的にも健康状態がよい
- ・継親のWell-Beingは低下する
 - ・継親が抱える子育てのストレス vs. 実親であるパートナー
 - ・継母が抱える大きな抑うつ感と子育てのストレス vs. 実母
- ・低収入で、シングルマザーで、継父が出現した（既婚でも未婚でも）場合には、子育てのストレスが大きくなる

大人の **Well-Being** についてみると、離婚後に再婚した人の方が、離婚後独身のままでいる人よりも精神的にも身体的にも健康状態がよいと報告されています。また、ステップファミリーの継親は、同居・別居の実親よりも、子育てのストレスを強く感じる傾向があります。そのために、とくに継母は鬱状態になるリスクが高いです。実親と継親の子育て観のズレからストレスを受ける傾向は、継父よりもはるかに継母が強いという研究結果も出ています。シングルマザーの方が低収入の生活が長く続いたあとに、新しく継父と生活するようになると、経済的には良い状態になりますが、実母の子育てのストレスはむしろ高まるという研究結果があります。やはり家族関係が複雑になるためだと考えられています。

子どものWell-Being

- ・全般的に、劣っている
- ・研究領域と知見の概要
 - ・学業成績
 - ・対他的行動
 - ・対自的行動
 - ・薬物の使用/乱用

次に、子どもの **Well-Being** をみると、両親がそろった核家族の子どもに比べてステップファミリーの子どもは全般的にいろいろな面でよくない結果を示すという報告

がされています。これまでの研究では、子どもたちの学業成績が低く、対他的問題行動（攻撃性や非行など）や対自的問題行動（鬱や不安など）を経験しやすいようです。青年期から若年成人期にかけて、薬物使用経験をもつリスクがより高いという傾向もあります。

しかし、ここで気をつけていただきたい重要な点があります。確かに、ステップファミリーの子どもたちがこうしたよくない結果を示すリスクが相対的に高く、そこには統計的に有意な差がみられるのですが、ステップファミリーに暮らしているかどうかという要因の効果は小さいという点です。大多数のステップファミリーの子どもたちは、うまく育っ

ています。ステップファミリーの子どもだから「この世の終わりだ」と考える必要はまったくありません(笑)。ステップファミリーで育つ子どもたちの大部分は、しっかりやっているし、問題なく成長しているのです。

子どもに悪い影響が出るリスクが増すことがあるとすると、どのような場合にそうなるのかを見ることが大事です。お子さんの年齢が8歳未満の場合は、ステップファミリーに適応しやすいと報告されています。逆に、最も適応しにくいのが、思春期以降だとわかっています。それ以上に継親子の性別の組み合わせによる違いが大きいように思います。継父と継息子の関係がもっとも深まりやすいです。継父にとっては、継娘との関係が一番難しいと考えられています。法律的に結婚しているステップカップルの世帯の方が、子どもたちにより結果が見られるという報告があります。おそらく法律婚のカップルの家庭の方が、継親子関係などにある種の安定性が生じやすいということが影響していると考えられます。

ステップファミリーの家族構造の違いの影響もあります。複雑型より単純型のほうが、やはり適応がしやすいと言われていきます。複雑型は家族関係もより複雑で家族形成のナビゲーションが難しくなり、単純型はそれがしやすいのだと思います。それから新しいステップファミリーのカップルに子どもができた場合、子どもに異父母きょうだい(half siblings)ができるわけですが、それが既存の子どもたちに及ぼす影響に関する研究からは矛盾した複数の知見が導かれています。子どもがいなかった継親は初めて自分の子どもができるので、家族への関わりが増すことが示唆されています。これは、継子にも良い効果をもたらします。しかし、ステップのカップルの新しい子どもができることによって、ステップファミリー内の関係の複雑性がさらに高まることになります。新たな子どもの出現によって上の子ども(継子)が苦しむ場合もあります。

ステップファミリーにおける継親による子育ての違いも非常に重要な要因です。新しく登場した継親があまりに厳しいしつけを最初からしてしまうと、それが子どもに悪い影響を及ぼすことがわかっています。そして、時間のかけ方がとても大事です。ステップファミリーとして過ごす時間が長いほど、そしてステップファミリー特有の複雑性や様々な課題を乗り越えていければいるほど、よい結果が見られます。4~6年、あるいはそれ以上の年数が経って行くうちに、ということです。

家族全体の特性について見てみましょう。一般的な核家族に比べると、ステップファミリーの場合、家族内の葛藤(対立)が多く、家族全体の凝集性(まとまり)が少ない傾向にあります。またステップファミリーでは、家族の境界線と家族それぞれが果たす役割が

12

子どもに影響を与える要因

- ・ 子どもと継親の人種、年齢、性別
- ・ 両親がどのような関係を保っているか
- ・ ステップファミリーの構造
- ・ 異父/異母きょうだいの存在
- ・ 家族変化を経験した回数
- ・ 継親が継子育てにどう関わっているか
- ・ 時間

非常に曖昧になりやすいです。出産前に育児のガイドブックを読むように、再婚する前にステップファミリーのハンドブックはあまりないし、それを見て方針を確認する人は少ないので、具体的にどのように家族を作っていけばよいのかが不明確になります。少なくともアメリカでは、ステップファミリーは、とくにその初期には、家計の問題でも苦労することが多いです。継親が家計をどのように担うのがよいか明確な考え方が存在しないからです。もしかすると、継父が父親と同様に継子たちの費用を負担することは、日本では当たり前だと思われていて、混乱は少ないのかもしれない。

13

家族のWell-Being

- ・ 家族に葛藤が多い
- ・ 家族の凝集性が低い
- ・ 境界と役割の曖昧さ
- ・ 経済的な心配事と苦悶

全体を通してみると、ステップファミリーに暮らしていることは、子どもも大人も、個人として、またカップルとして、家族としての **Well-Being** が下がる傾向があります。それに対してどうしたらいいかということについて、ステップファミリーの家族過程、プロセスについて見ていきます。そうすることで、そのプロセスの中に介入して、よい方向に変化させる方法が見つかるかもしれないからです。

ステップファミリーの家族過程

ステップファミリーが家族形成の舵取りをするのに最も難しい問題は、境界の曖昧さです。誰が身内で誰が身内でないのかというような、ステップファミリーでない家族にとっては比較的明瞭なことが、ステップファミリーにとっては非常に曖昧で難しいのです。日本

14

境界の曖昧さ

- ・ どんなタイプの家族かについて家族メンバー間の意見が分かれる
- ・ 誰が「身内」で、誰が「身内でない」のか
- ・ 役割が明確でない

● 同様カップルのステップファミリーの場合はさらに曖昧になる

● 単純な継母ステップファミリーは、自らをステップファミリーであると名乗ることがもっとも少ない

でよりもアメリカで一般的だと思われるのは、子どもにとっては、ひとり親時代の親子の関係が非常に単純だったのに比べて、継親が登場すると継親は自分の家族なのかどうか、家族の内側にいるのか外側にいるのか悩んでしまいます。

役割の問題でも、一致した見解が得られにくいです。実親と継親が子どもの養育をめぐって意見が対立しやすいです。継親が積極的に子育てに関わるのがよいか、それ

とも継親は継子の友人みたいな関係を作るべきなのか、あるいは子どもにはあまり関わらないのか、という点で曖昧さがあり、意見が分かれやすいです。

この曖昧さの問題は、非法律婚のカップルの場合に大きくなります。また単純型よりも複雑型のステップファミリーの場合に曖昧さが大きくなります。単純型で継母のいるステ

ップファミリーの場合、自らの家族を「ステップファミリー」であるとみなさない傾向がもっとも大きくなります。家族境界の曖昧さという概念がなぜ重要なのかと言えば、アメリカの研究結果では、家族境界について誰が家族なのかが一致しているほど、そして家族の役割についても意見が一致しているほど、ステップファミリーの家族生活への適応がうまくいくという傾向が明らかになってきたからです。

いろいろな困難があるにも関わらずそれをはねのけて柔軟に適応し、回復していく家族というのはどういう家族かということについても研究があります。回復力の最大の要因は、ステップファミリーのメンバーが現実的な期待を持っているかどうかという点です。結婚とはどういうものか、家族はどういう関わりをして、お互いにどんな役割を果たすべきか、ということに関してあまりに過大な期待を抱かないということが重要です。

16

柔軟な適応の要因

- ・結婚や家族についての現実的な期待をもつ
- ・相手に敬意を払い、受け入れるコミュニケーション
- ・家族の団結／凝集性
- ・明確な境界を維持する
- ・時間を一緒に過ごす、活動、習慣、伝統
- ・ソーシャルサポート・システム
- ・専門的なガイダンスを探す

うまく適応している少数のステップファミリーの人たちに対してインタビューを行った研究があります。その人たちは、何が自分のステップファミリーを成功に導いたのか、その要因について記録をつけるように依頼されていました。いくつかのうまくいっているステップファミリーに共通していたのは、コミュニケーションの際に相手に対する敬意があり、家族を受け入れることがわかったのです。家族も団結していて、しっかりと集まっている、凝集性があることもわかりました。おそらくステップファミリーになってすぐにそういうことができたということではなくて、関係が発達する過程でそうなったようです。コミュニケーションを重ねるうちに、家族の境界も次第に明確になったようです。時間を一緒に過ごす、活動を共にするということが、非常に大きな要因のようでした。一方では子どもと実親との関係や活動を維持しながら、もう一方では新たな家族の凝集性や団結を強化するような独自の活動、行事などを設けるのです。です。

この研究で、成功したステップファミリーが報告していることは他にもあります。自分の家族の外側にいる人からの支援、援助を快く受け入れることが家族の **Well-Being** や家族関係を作る能力を増すという点です。日本でいえば **SAJ** のような団体の社会的サポートを利用するという点です。それによって地域の他のステップファミリーとも関係ができるのでそこからサポートが得られます。

そこには専門的なガイドを求めることも含まれます。どうしても解決しない問題にぶつかったときに、ステップファミリーについての知識を持っている支援専門家・臨床家に援助を求めるということです。アメリカの研究からは、ステップファミリーには、初婚家族にはない、特有の家族力学、家族のダイナミクスがあることがわかっています。しかし、

そのことにステップファミリーの当事者が気づいていないことが多いです。ステップファミリーの専門家からそれを教えてもらわないとわからないのです。何かおかしいな、違和感があると思っても、自分自身が何か間違っているのではないかと思ってしまうけれども、それはステップファミリーに共通して起こることであったりします。後でペーパーナウ先生が、臨床的な支援について詳細に述べられると思いますが、ステップファミリーの家族過程について私からも概略をお話します。

このステップファミリー特有の家族ダイナミクスを見て行きますと、やはり先ほどから言っているように家族の境界線の問題やヒエラルキーの面で初婚家族とは大きな違いが見られます。そのために初婚家族とはちょっと違う方策を採る必要があります。初婚家族の親子は最初から両親が上にいて、子どもに対して上下関係があります。それに対して、ステップファミリーの場合は、継親があとから入ってくるわけですが、継親がいきなりヒエラルキーの上位に親と一緒に並んでしまっていて、継子との間に上下関係を作るのはよくないでしょう。ステップファミリーでは、一般的な核家族に比べて、子どもの役割、親の役割に対する合意を形成するのは簡単ではありません。

ステップファミリーでは、初婚家族と同様のことが起こるという非現実的な期待や思い込みを抱く傾向があります。しかし実際には、すごく難しく感じる場合があります。継親が継子との関係を簡単に作れると思っていると、現実には大きな困難を経験することがよくあります。

様々なレベルで忠誠心の葛藤に囚われることもあります。ステップファミリーでは、例えば、継父と親密になると、血縁のあるお父さんを傷つけるのではないかと、子どもが罪悪感を抱いてしまうことがあります。そういった忠誠心の問題を抱えることがあります。

ステップファミリーの場合には、喪失体験を持っています。子どもの側にもありますし、親の側にもありますが、例えば子どもの視点に立つと、離れて暮らす父親になかなか会えなくなっていることが、別居親との関係の喪失をもたらしているかもしれません。

ステップファミリーの中にインサイダー（部内者）とアウトサイダー（部外者）が生み出されるということがあります。生物学的な親子だけがある種の文化を共有していて、継親はそこに入っていけない、部外者として閉め出されてしまうというような状況が生じます。

ステップファミリーでは葛藤が生じる機会が多いわけですが、葛藤が生じたときの感情はなかなか表現しにくい状況が起こります。家族間の関係がまだ充分強くないので、関係が損なわれるのを恐れ、遠慮して感情を表出できないわけです。家族のメンバー間に中間領域が育っていないので、意見の食い違いや対立を表現せずに、内側にのみ込んでしまう傾向が見られます。これらが家族の全体レベルのプロセスに関する議論ですが、さらにカップル関係と共同養育のプロセスの議論へと進んでいきましょう。

ステップファミリーの家族過程——夫婦間の関わり方と共同養育関係

カップル関係を見て行きましょう。ステップファミリーでは感情表出が少ないわけですが、その夫婦間コミュニケーションについての研究は、初婚家族に比べて、会話の中で肯定的なやり取りが少ないことを示しています。さらに、肯定的なコミュニケーションだけでなく否定的なコミュニケーションも少ないということが分かっています。ステップファミリーのカップルは、葛藤がある場合にその問題から引いてしまい、回避するような傾向が強いです。それは、ステップファミリーの複雑さや困難な問題に対処する上ではよくない傾向です。

研究から引き出せる知見は、必ずしも一貫したものではありません。ステップファミリーのカップルは関係調整行動が少ない傾向を示す研究がありました。これは、お互いの関係を維持するために努力する行動が少ないことを意味しています。否定的なコミュニケーションが比較的多いという研究結果もあります。

しかし、ステップのカップルの中でも葛藤や意見の対立にきちんと向き合って肯定的に話し合うカップルは、関係性が強く、安定していることも研究からわかっています。関係から撤退し、関係を避けようとするカップルは別れるリスクが高くなります。

最後に、ステップファミリーの全員ではなく、カップル二人だけの時間を作るということがとても大事だと言われています。そのようにして二人だけの強い絆を築いたカップルは、やはり別れるリスクが小さい、安定した結婚になっていることがわかっています。

ステップのカップルについて私たちが知っていることの中で、夫婦関係に関することと、子育ての問題とをしっかりと分けて認識することがとても重要です。ステップファミリーの中でこの両者は影響を与え合っていますが、それぞれ独立の事象であると理解する必要があります。ある研究では、4つのグループのカップルを比較しています。その4つは、ステップファミリーの法律婚カップルのグループ、もう一つはステップファミリーの非法律婚カップルのグループ、それから初婚の法律婚カップルのグループ、初婚の非法律婚カップルのグループです。子どもの養育、子育てに関する役割をカップルでどれくらい共有しているかなどを比較検討しています。

19

夫婦間の関わり方

- ・ 肯定的な会話も、否定的な会話も、少なくなる
- ・ 撤退したり回避したりしやすい
- ・ 低い「関係調整力」と否定的なコミュニケーション
- ・ 関係の不安定性というリスクにつながる回避
- ・ カップル間の結びつきは関係の安定性にとって重要

20

元夫婦による共同養育

- ・ 協力的な共同養育
 - ・ ステップファミリーであることによる違い
 - ・ 結婚しているかどうかによる違い
- ・ 子どもの育て方は意見がもっとも対立しやすい話題
- ・ 親の役割についての合意
- ・ 子育てスタイルの違い

その結果を見ると、驚いたことに、初婚のカップルに比べて、ステップファミリーのカップルの方が子育てを協力して行っていることがわかりました。しかし、その理由の一端は、おそらくステップのカップルの方が意見の不一致や対立を避ける傾向が強いという点にありました。

ステップファミリーにおいては、実親が子育ての主役となり、継親は補助的な脇役を演じた方が協力的な子育てがうまくいくことを示す証拠がそろっています。しつけのほうは実親がして、それを継親がサポートするのがよいということです。

カップルの葛藤に関しては、初婚のカップルでは葛藤の原因としてお金の問題が第一位なのに対して、ステップファミリーの場合には、子育てをめぐる葛藤がもっとも多いことがわかっています。子育てにおいて実親と継親がどんな役割を担うかという問題で対立することが多いです。ところが、たとえ継親が主要な役割を担わないことを同意していても、実親（パートナー）の子育てのやり方について継親が異論をもって、意見が対立することもあります。



ステップファミリーの家族過程——子育てと親子関係

ステップファミリーのカップル、つまり実親と継親の間での共同養育についての研究はまだアメリカでも十分に行われていなくて、現在進行中です。離婚した元夫婦、つまり子どもと別居している親と同居している親との間の共同養育についての研究関心の方が大きいようです。今後もっとステップファミリーのカップルにおける子育て協力についての研究を進めていかなければならないと考えています。

22

同居している実親

- ・実親は主要な子育て役割をはたし続ける
- ・実親は忠誠心の板挟みになっていると感じる
- ・同棲している継父が加わると、実親子間の親密性が低下する
- ・子どもは実親との特別な絆が失われたと感じてしまう

23

別居している実親

- ・以下のような場合、別居実父はより多く子どもとの関わりをもつ
 - ・養育費を支払っている場合
 - ・再婚している場合
 - ・実母が再婚している場合

野沢：私のほうからちょっとだけ補足説明させてください。元夫婦の共同養育という話が出てきました。このあたりアメリカと日本の現状では違うところがありますので、ちょっとお話しておいたほうがいいのかと思います。アメリカの場合には、離婚した後も両親の共同監護（Joint Custody：日本で言えば「共同親権」）が継続し、さらに両親のどちらかが再婚した後もそれが継続します。生物学的な親が子どもとずっと関わっていくことが期待される制度になっています。ですから、一緒に暮らしていない元夫婦ですけれども、自分たちの子どもについては、再婚なり同棲して新しいパートナーができた後も、その両親がなんらかの協力をしながら子どもを育てていくこととなります。子どもも両親のあいだを行ったり来たりするということが一般的になってきています。日本的な文脈だと、同居親が再婚することによって今まで、たとえばお父さんがいなくなっていた、接触がなくなっていたところに新しいお父さんが来るというイメージがあるのですが、アメリカの場合はそうではない。日本の場合も、この制度をどうするかが非常に重要な問題になっています。その点が今回のこのセミナーのポイントでもあります。継父・継母は、必ずしも「新しいお父さん」や「新しいお母さん」ではないという前提で話を進めていきたいと思いますので、よろしくお願いします。

ステップファミリーの家族過程——継親による継子育てと継親子関係

チェルシー：野沢先生、はっきりさせていただいてありがとうございます。継親と継子の関係の発達についてお話していきたいと思います。ステップファミリーの理解にとって最も中心的な、最も大事な問題です。

先ほども申しましたように継親というのは、どうも自分がどういう役割を果たしたらいいかはっきりしないまま子どもの家庭の中に入ってきます。それから、継親子の関係と実の親子の関係は非常に違ってきます。たとえば継親が家族に入ってきて、自動的に非常に親しい関係や親近感が生じるようなことはなくて、むしろどちらかという対立的な関係になります。

25	26
<p>継親による継子育て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・役割の曖昧さ ・親密性に乏しく、葛藤が高い ・「仲良くなろうとする」 ・継親子関係はステップファミリーの安定にとって重要 	<p>継親のタイプ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・積極的に親として振る舞う ・実親の共同子育てをサポートする ・友だち／悩み相談役として関わる ・無関与 ・敵対者

ステップファミリーにおける継親子関係の質が、ステップファミリーの全体的な適応にとって中心的な位置を占めます。初婚家族において親子関係がカップル関係に重要な影響

を及ぼすのと同様に、ステップファミリーにおいては継親子関係がカップル関係に重要な影響を及ぼします。

継子の生活に登場した継親が、継子との関係形成をする際に採用する「仲よくなる戦略」についての研究があります。継親が初期に「仲よくなる戦略」をどの程度、どのように展開するかは、個人差があります。その違いをもたらす要因には、当初の継子の年齢や別居親との関係性などがあります。結果として、継親の「仲よくなる戦略」はいくつかのタイプに分類されました。

継子の養育により積極的にかかわるタイプの継親は、ステップファミリーになってから年月が経っている場合が多いです。継親が積極的に親としての役割を果たしている場合、継親になったときに継子が幼い場合、また継親になった当初に「仲よくなる戦略」を積極的に行って友だち関係をつくった場合が多いです。その上で次第に親的な役割を担うようになっていきます。継親がなぜ親役割を果たせるかといいますと、子どもが時間をかけて継親を親と認めて、受け入れたからです。

もうひとつの継親タイプは、実親の子育てを支援するというような補助的役割を担うものです。このタイプの継親というのは、継親となってから長い時間を経過しており、子どもが学齢期、6歳から10歳くらいのときに関係が始まる場合が多いです。

次のタイプの継親は、継子のよき友だちになり、相談相手になっていきます。このタイプが一番多いです。ステップファミリーになってからの期間が短く、関係が始まった時点の継子の年齢が高く、青年期に達していることが多いです。

今までお話しました3つのタイプの場合、いずれも家族関係の質も高くなっていますし、全体的にうまくいっています。しかし、注意してほしいのは、積極的に子育てに関わろうとして最初からしつけへの関わりを急いでしまうと、結局は継子と距離ができてしまったり、葛藤的・対立的関係になってしまったりすることがわかっています。

この「積極的に親として振る舞う」「親の子育てをサポートする」「友だち／相談役として関わる」という3つのタイプは比較的良好な関係ですが、それ以外に継子と関わらない「無関与」タイプがありました。最初から関わらないタイプは継子との関係に意味が見いだせず、関係から撤退してしまいます。そして「敵対者」タイプも見出されました。これらは関係形成の初期の段階で「仲よくなる戦略」を採らなかったタイプということになります。

28

別居している継親

- ・別居継親になるのは、継父よりも継母の方が多い
- ・継母
 - ・役割を定義しようと奮闘する／不自然だと感じる
 - ・実子がいると自信が高まる
 - ・継子に何の影響を与えられない。歯がゆさ、無力さを感じる

それからこのような子育てに関するタイプになるにはさまざまな要因があると考えられています。アメリカでは一般的に離婚後に共同監護権ということになりますので、別居の継子がいるステップファミリーも珍しくありません。別居している継親子もあるわけですが、継親子が同居している場合の方が、肯定的な関係を築きやすいです。

先ほども言ったように、継子が幼い場合に継親子関係が発達しやすい傾向があります。継父と継息子の方が継娘よりも関係が深まりやすいと考えられます。再婚カップルに子どもが新しく生まれると継親が子育てに積極的になりやすいと言われています。再婚してからの期間も重要で、そういった家族としての時間の長さによって子育てに関する継親のタイプも異なってくるようです。

21

継親の継子育てに影響を与える要因

- ・同居しているかどうか
- ・子どもの年齢と性別
- ・夫婦間に新たな子どもが誕生したかどうか
- ・両親がどのような関係を保っているか
- ・ステップファミリーとなってからの期間
- ・以前に子育ての経験や知識があるかどうか

継親に子育ての経験がない場合、子育てや子どもと関わる経験が少ない場合もあります。経験がない継親はより子育てにおいて間違いや誤解をしてしまうこともあります。しかし、自分の子どもを育てた経験があるために、ステップファミリーの中の継親役割に自分の親役割の経験を持ち込んでしまうので、逆に困難が生じることも起こりがちです。

野沢：途中で口をはさんでしまって、すみません。先ほどの話に出てきた、同居しているかどうかという点は、ちょっとわかりにくかったかもしれません。先ほど私がお話したように、離婚・再婚後も生物学的両親が子どもに関わっていくのがアメリカでは比較的一般的なスタイルになっています。たとえば両親がそれぞれ再婚して新しいパートナーがいるとすると、一緒に暮らしているわけではない継親もいるわけです。たとえば母親と継父さんのところに住んでいる子どもが時々父親と継母さんが暮らす家にやって来る。例えば夏休みに2週間滞在するとなると、パートタイムの継母さんということになります。同居している継親子は関係が発達しやすいのに対して、別居していて時々やって来る（パートタイムの継親子の）場合はなかなか関係を深めるのが難しいというお話でした。継親と言っても、つねに継子と同居しているわけではない継親もいるということになります。一緒に暮らしている世帯だけがステップファミリーなのではない点も、ちょっと頭に入れていただければと思います。

チェルシー：別居の継親は日本では少ないと思いますので、その話はスキップさせていただきます。

ステップファミリーの家族過程——きょうだい関係

日本では少ないのかもしれませんが、ステップファミリーのきょうだい関係にはいろんなタイプがあるということをお伝えしたいと思います。両親が同じきょうだい、それから異なる両親をもつ継ぎょうだい、異父／異母きょうだいというのがあります。

継ぎょうだいの場合には、両親が同じきょうだいよりも関わりが少ない、親密さが少ないと報告されていて、特にコミュニケーションは否定的なもの、肯定的なもの、どちらも少ないという傾向が見られます。

30	31
<h3 data-bbox="260 701 667 734">ステップファミリーのきょうだい関係</h3> <ul data-bbox="260 792 639 965" style="list-style-type: none">・親密さ・コミュニケーション・きょうだいが親から異なる扱いを受けること、きょうだいがライバル関係になること・成人した後の交流	<h3 data-bbox="836 701 1249 734">きょうだい関係に影響を与える要因</h3> <ul data-bbox="836 779 1249 1032" style="list-style-type: none">・生物学的なつながりの強さ：両親が同じきょうだい、異父／異母きょうだい、異なる両親をもつ継ぎょうだい・年齢・出生順位・ジェンダー・同居・きょうだいが親から異なる扱いを受けること、きょうだいがライバル関係になること

2 人の実親が子どもを連れて再婚している場合、あるいはどちらか子どもがいて新しく継親に子どもができた場合に、2 人の子どもがきょうだいであっても、子育ての方針とか方法に違いがありますので、どんなふうに子育てをされたかに違いがあります。その子育ての違いによって、きょうだいのなかでのライバル関係みたいなものが生じることがあります。また、大人になっていく過程でだんだんと、異父／異母きょうだいや継ぎょうだいが、両親が同じきょうだいのようになっていくこともあります。

このようなきょうだい関係に影響を与える要因について、いろいろな研究があるのですが、ちょっと時間がないので深入りせずに先を急ぎます。年齢や出生順位、ジェンダー、それから同居していたかどうか、どんなふうに親から扱われてきたかなどが関連しています。

33
<h3 data-bbox="818 1404 1077 1438">世帯を超えた関わり合い</h3> <ul data-bbox="818 1500 1216 1664" style="list-style-type: none">・20年前に比べて別居実父の関わりが増えている・別居しているカップル間に生じる緊張感・前パートナー間で解決されていない問題・世帯間にまたがる家族変化・世帯を超えてなされるコミュニケーション

ステップファミリーの家族過程——世帯を超えた関わり合い

世帯を超えた関わり合いですが、日本の場合、親権親と非親権親との関わりが少ないようなので、ここも省略します。

ステップファミリーの家族過程——高齢期のステップファミリー

子育てが終わって、子どもがすでに大きくなってからの再婚というようなステップファミリーもアメリカではよく見られるようになってきました。子育て期にステップファミリーとなった家族が、子どもが成人して家庭を離れた後のステップファミリーの様子というのにも研究されています。

子どもが幼少の時期に再婚している場合と、大人になってから再婚している場合のステップファミリーを比較してみますと、高齢の親を子どもが経済的に支援するかどうか、逆に親が子どもの大学の学費を支援するかなどの点で違いがみられています。成人した継子たちを調査すると、子どものときと大人になってからでは継親に対する関係が大きく変化していることが多いです。

35

高齢期のステップファミリー

- ・子ども期に形成されたステップファミリー
 - ・サポートと資源の交換
 - ・時間を経て家族関係に起こる変化
 - ・継孫との関係
- ・成人期に形成されたステップファミリー
 - ・境界と役割の曖昧さ？
 - ・サポートと資源の交換

先ほど3つの継親タイプを挙げましたが、「積極的に親として振る舞う」「実親の共同子育てをサポートする」「友だち／相談役として関わる」この3つのタイプで、子育て期に継子と関わった継親は、継子の成長後もよい関係が続いていることがよく見られます。小さい頃は葛藤が大きくても、成長にともなって葛藤が少なくなって、親密な関係になる場合もあります。

まだ研究が十分に進んでいないのでよくわかっていないことも多いのですが、継祖父母と継孫との関係が新たな研究テーマとなっています。ステップファミリーが形成される際に継子がすでに成人している場合でも、家族境界や家族役割の曖昧さの問題はあまりないのか、あるのかについてははっきりわかりません。この点も新しい研究テーマになっています。子どもが成人した後に形成されたステップファミリーの場合でも、親が高齢化したときの経済的支援や介護などの問題が生じたときに誰がどの程度サポートするのかと

いう点で、家族の境界や役割の曖昧さの問題が再浮上するのかもしれない。

42

ステップファミリー研究の現在のトレンドと今後の方向性

- ・ステップファミリー自体の多様性に焦点をあてる
- ・うまくいっているステップファミリーの強みを明らかにする調査
- ・質的研究デザイン
- ・高齢期のステップファミリーの探究
- ・多数の世帯にまたがる考察
- ・継母や同居していないステップファミリーにもっと焦点をあてる

ステップファミリーを理解するためのアメリカでの研究には、いくつかの理論が使われおり、その点についても議論したいと思ったのですが、皆さんの多くはすでにご存知かもしれませんし、今回の話題とは関連が薄いかもしれないので、省きたいと思います。

ステップファミリー研究の現在のトレンドと今後の方向性

ステップファミリーの研究は、基本的にステップファミリーをそれ以外の家族と比較するかたちで始まりました。最近のステップファミリー研究は、一般的な核家族と比較してステップファミリーはどのようなプロセスを辿るかという点に焦点をあてるようになってきました。実践家の方々にステップファミリーの研究成果について理解していただきたいもっとも重要なことがあります。ステップファミリーで育つ子どもが、学業成績などの様々な面で他の家族の子どもたちに劣るかもしれないというリスクがある、と申し上げました。けれども、これらのリスクを減らして、**Well-Being** を高めるための方法があるということです。ステップファミリーをよりよく理解できれば、将来、調査研究を含む社会の変化を生み出せると思います。

ステップファミリー研究は、臨床家と同様に、ステップファミリーを理解したり、支援したりする際に長所や強みに注目するアプローチを採るようになってきています。そして、いわゆるグループ内アプローチ (**Within-Group Approach**) を発展させて、ステップファミリーの理解を高めることが必要です。基本的には、ステップファミリーはみな同じではない (多様性がある) という事実を目を向けます。ワン・サイズの洋服を全員に着用させようというようなアプローチではありません。すべてのステップファミリーにあてはまる秘訣があるわけでもありません。子どもたちへの影響にも様々な要因が関わっているということをご理解いただき、支援実践に役立ててほしいと思います。

ステップファミリーの研究においては、質的な研究法が見直されています。というのも、ステップファミリーの当事者の方々から自分たちの経験について教えてもらうことに価値があるとも考えているからです。最近のアメリカで増えつつあるステップファミリーの形態にも注目が集まっています。例えば、高齢期のステップファミリー、子どもたちが複数の世帯とつながっているようなステップファミリー、継子と同居していない (パートタイムの) ステップファミリーなどです。こうした家族がアメリカ社会に増えていることが新しい変化をもたらしています。

アメリカのステップファミリーについての情報を、日本の文化的な文脈に置き換えて、皆さん方の実践のガイドとしていただければと願っています。ありがとうございました。

[拍手]

質疑応答

野沢：最後のスライドについて、再度ちょっとだけ追加説明させてください。まず、最初のほうに出てきましたが、たとえばステップファミリーの子どもたちが、それ以外の子どもたちよりも学業成績が劣るなどの研究結果が紹介されていたと思います。初期の研究では、ステップファミリーとそうでない家族では何が違うのか、この両者を比較して違いを明らかにしてきました。つまり、ステップファミリーに共通する特性のなかに難しさとか問題があるのではないかという問いへの答えを探究してきた。そして、たとえば学業成績

の平均値が低いとか、子どもの問題行動が出やすいという結果を導いたのです。しかし、チェルシーさんも強調していましたが、確かに統計的に有意差が見られるけれども、ステップファミリーのなかで比較してみると、個々のステップファミリーの間にはばらつきが非常に大きいこともわかっています。子どもたちがすごくよい状態、たとえば成績がとてもよい子どももいるわけです。ステップファミリーの子どもたちの大部分はさほど問題がなくて、一部に問題が出やすい傾向がステップファミリーで目立つということです。

そうすると次の段階の研究目標としては、ステップファミリーのなかでうまくいっている家族とそうじゃない家族を比較して、何が違いをもたらす重要な要因なのかを明らかにしていくことが浮上してきました。うまくいくのはどうしてか、うまくいっている家族の強みに着目していくわけです。どうしたら、よいステップファミリー、健全なステップファミリーになっていくかを明らかにしていくことです。それは「Within-Group Approach」と呼ばれていました。ステップファミリーというグループのなかに多様性があるから、グループのなかをみて比較する。これまでのように、ほかのグループと比較して、どちらのグループが上か下かについて微妙な差を追求してみてもあまり有益ではないと、次の段階では言われるようになったのです。その場合にどのように研究するかというと、「質的デザイン」を使うと言っていました。これは少数の家族のなかでどんなことが起こっているかを詳しく観察したり直接インタビューして聞いたりします（「質的データ分析」とも言います）。それぞれのステップファミリーがどう違うかを明らかにしていく質的研究デザインが重要だと最近言われるようになってきました。逆に言うと、今までのグループ間比較の研究は、数量的なデータ、大量の人たちにアンケート用紙（質問紙）を配って、先ほど出てきたような学業成績の平均値を比較したらどうなるかという研究が多かったのです。数量的ではなく質的デザインの研究の強みが最近注目されているというご指摘でした。その点、ちょっとだけ補足させていただきました。

ご質問をいくつかいただきましたが、その中にこの点に関する質問がありました。どのようにデータを集めているのでしょうか、という質問です。

チェルシー：アメリカでは、政府やそれ以外の大規模な学術機関が家族構造に関わる調査データ収集を行っています。ステップファミリーはアメリカではかなり多くの方々が経験する家族として長期間にわたって社会や政府の関心を集めていますので、まだステップファミリーへの関心が広まっていない日本よりも、そのへんは幸運で、研究はしやすいのかなと思っています。が、それでもデータを集め、維持管理することは難しく、大きな努力が注がれています。



野沢：ありがとうございます。私が所属している日本家族社会学会でも全国調査を実施していますが、そのなかに再婚の経験によって世帯内に継親子関係があるのかなのかまで

はっきり尋ねる調査項目がないのです。日本では大規模データでステップファミリーの分析に使えるものがなかなかないのが実情です。その点がアメリカとの違いです。

もうひとつフロアから質問がありました。継母のストレス状況や精神的健康度（Well-Being）が悪いという研究結果が出ているということでしたが、継母はどうして健康度が低くなるのか、という質問です。

チェルシー：いくつか理由があると思います。ひとつは、親役割と継親役割に関して、ジェンダーによって異なるように感じています。継母の場合には、女性としてやはり子どもの養育役割を求められることがあると思うのですが、継母の場合には、子どもをしっかり養育する際に前提となる感情、気持ちの面でのつながりに実母とは違いがあります。

次に、同居しているかどうかという点も関係していると思います。アメリカの場合には、継母の場合には継子と同居していないことが多いですので、やはり子どもとかかわる時間も少なく関係を発展させるのが難しいのでストレスを感じやすいと思います。

最後に、継母の場合、継子の養育以外にも家庭内の家事とかそういった細々した仕事をやる人が多いです。けれども、いろいろな家事や雑務が報われることがすごく少ない。やっても感謝されない、関係が深くない継子のためにやってあげているのに、継子からきちんと受け止めてもらえない、認めてもらえないことに苦しむこともあると思います。自分の子どもではないのにやっているわけですから。

野沢：もうひとつ別の質問が届いています。スライド（No. 10）の低収入のシングルマザーの家庭に継父が出現した場合、子育てのストレスが大きくなるのはなぜか。もう少し詳しく説明してください、という質問です。

チェルシー：収入が少ない親の場合になぜそうなるのか、収入の低さがどう関わっているのかははっきりわかりません。これはひとつの研究結果に過ぎませんし、サンプルの大多数が低収入のシングルマザーということもあり、理由は明確になりません。

もうひとつ、収入には関係ないことですが、シングルマザーとして過ごしてきた期間が長い家族の場合には、親子関係が強力に安定しているのです。そこに新たに継父が入ってくることによって、親子の関係も難しくなってストレスフルになることはわかっています。午後にはこの問題について、ペーパーナウ先生がもっと詳しく、いろんなイラストを使って説明して下さると思いますが、やはりシングルマザーで過ごした時間が長いということがひとつ関係しているかもしれません。

野沢：ありがとうございます。はい、たったいま新たに質問をひとついただきました。よろしかったら直接質問していただけますか。

発言者 A：私は開業している精神科医です。日本では、お母さんが再婚した時に、新しくステップファミリーになって旦那さんの連れ子さんがくると継父よりもとくに継母のほうが、一生懸命、「母親」になることをすごく急ぐというか、そういう文化があると思うんですね。子育ては母親がするべきという考えが日本はものすごく強いので。そうするとよい

母親になるために一生懸命やりすぎちゃって、それが子どもさんとの齟齬に通じてしまって、焦っちゃう。そういうケースがすごく多いと思うんですね。継父のほうはあまりそういうのではないような気がするんですが、そういうジェンダーの差、親のジェンダーの差っていうのは、アメリカではありますか。

チェルシー：周りから求められる期待として、継母には母親役割が求められやすいし、自分自身も期待してしまうと、先ほどの質問の際にも言いました。

しかし、アメリカではこの20年で、子育て役割をしっかりと果たす父親が増えています。そういう意味で、今では継父と継母の間に、よい継親になりたい、継子の子育てをしたいという期待の差が小さくなってきているかもしれません。日本だと、そういうことはないのかもしれません。

野沢：それ以外にも、後半のお話を聞いて質問がありましたらぜひどうぞ。はい。

発言者 B：日本では離婚すると単独親権制度なので、一方の親が必ず親権を失って、片方の親は子どもの人生から切り離されてしまう。その意味で、日本のステップファミリーにおいては、ステップファーザー、ステップマザーの役割は非常に大きくなると思うんです。そういったケースはアメリカにはあまりないのかもしれませんが、それが子どもにとってどのようなインパクトを与えるのか。個人的には、アイデンティティの喪失に繋がるんじゃないのかと思っているんですが、先生のご意見をおうかがいしたいです。

チェルシー：私は、自分の社会の価値観を強く主張したり押しついたりしたくありません。日本で離婚後の単独親権がよいか共同親権がよいかという問題が、今とても重要な社会的論点になっていることにも敏感であるつもりです。その上で言えば、私が知っている研究知見では、子どもと同居していない父親（というのが共同親権制の下でも多いわけですが）と同居している継父の両方と良好な関係にある場合に、その子どもの Well-Being（健康度）がもっともよい状態になることがわかっています。どちらか一方ではなく、生物学的な親と継親の両方と関係がよい場合に、子どもの健康度が最高になるという結果です。

ここからは私の推測あるいは仮説なのですが、たとえ現在の単独親権制の下で継父や継母が唯一の父親、母親になることが期待されるとしても、新しくステップファミリーが作られたときに継親が実親とまったく同じことをするわけにはいかないと思います。継親は実親のように子どもとの長年の生活上の蓄積がないわけですから、同じ行動を取ることは難しいです。その意味では、アメリカの継親の難しさに関する考えはそのまま日本にもかなりあてはまると思います。しかし、実親と継親のどちらとの関わりがより重要かというよりも、それぞれの関係の質がどうなのかがむしろ重要だと思います。

アメリカでも、両親の一方が子どもとの関係が切れてしまっている場合も多くあります。親があえて子どもと関わらないようにしている場合、それは違法ではあるのですが、何らかの理由があります。あとは基本的には子どもとの関係が作れている親が多いと思います。

しかし一般的にわかっていることは、子どもにとっては多くの大人がその子を愛し、協力してその子の養育に関わっていることが子どもにより影響を及ぼすということです。

2. ステップファミリーを生きる そこにある挑戦を理解し立ち向かう

Living in a Stepfamily: Understanding and Meeting the Challenges

パトリア・ペーパーナウ

Patricia Papernow



パトリア：こんにちは。ちょっと日本語で話します。(以下日本語で) 50年前、高校生のとき、日本に来ました。そのときのホストファミリーの3姉妹のうち、マリコとノリコがここに来てくれて感動しました。今日は私にとって特別な日です(拍手)。

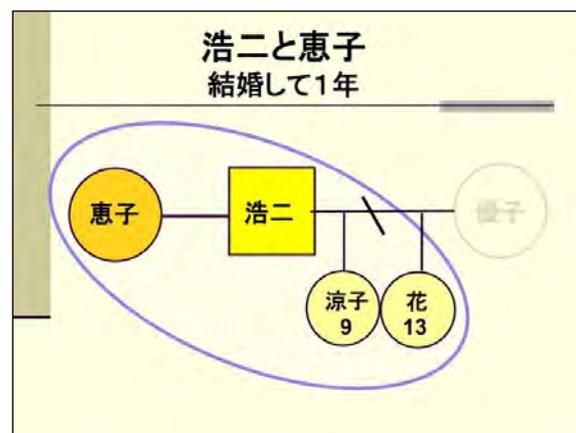
(以下英語で) 皆さんとご一緒できてとても光栄に思っております。午前中は(チェルシー) ガーノー先生が過去数十年にわたるステップファミリーの研究成果を短時間で凝縮して伝えてくれましたが、午後は数十年にわたる臨床実践に基づいた見解をそれにつけ加えたいと思います。そして、いかにして健全な家族関係の形成を支援していけるかについてお話ししたいと思います。



ここ(下の図)には、恵子さんと浩二さんとその家族がいます。普通の一般的な家族のように見えます。親が2人、子どもが2人います。でも実際にはステップファミリーで、少し普通の家族と違います。皆さんの手元に恵子さんと浩二さんのやり取りを記した配布資料があると思います。それを読んでいきます。

(以下配布資料より)

1. 恵子「私、母親失格だわ」
2. 浩二「もう少し仲良くなろうとしろよ」
3. 恵子(しばらく沈黙)「でもそうすると、花は私を家具のように扱うのよ」
4. 浩二「花はまだ子どもなんだ」
5. 恵子(悲しそうな表情でうつむく。口元はこわばっている)
6. 浩二「もう君が母親なんだ。なんとかできるだろ！」
7. 恵子「私に見向きもしないのよ? そんな子どもの母親に、どうやってなれって言うの?」
8. 浩二「どうして君はそう神経質になっているんだ?」



9. 恵子「あなたは私の夫でしょ。夫なら妻の私を守ってよ。」
10. 浩二「なあ恵子、僕は君だけの味方にはなれないんだ」
11. 恵子「でもあなた、あなたの子どもたちは私の言うことをまったく聞いてくれないわ。
なのにあの子たちはあなたのお母さんのとこへ逃げて、かばってもらおうのよ」
12. 浩二「それは君があの子たちにきつく当たるからだろ」
13. 恵子「見てないからそんなことが言えるのよ！何もしてくれないくせに！」
14. 浩二（頬の筋肉が引きつり、肩に力が入っている。不機嫌な様子）
15. 恵子（うつむいて、しばらく黙っている）「もっと頑張ってみるわ」

（配付資料／日本語訳：白川さゆり・監修：野沢慎司）

パトリシア：皆さんにもこういった会話はなじみのあるものでしょうか。カップルと実際に臨床をやっている方はどれくらいいますか。手を挙げてください。ステップファミリーの大人たちと個別に会っている方はどれくらいいますか。個人の場合は、この事例ですと、恵子さん、もしくは浩二さんと個別にお会いしているということですね。子どもと関わっている方はどれくらいいますか。

こういう会話がよく家庭内でなされています。大声でなされている場合もありますし、ひっそりとなされている場合もありますが、こういう会話はよくあると思っています。

この中に家族療法をなさる方はいますか。ステップファミリーの支援を行うためには、家族全体をシステムとして捉えることが大切で、それを頭と心に留めておいて欲しいのですが、実際に実践する時には、カップルのサブシステムや親子のサブシステム、継親子のサブシステムごとに支援していくことが重要です。

是非、皆さんから質問を受けたいと思いますので、講義を聞きながら疑問があれば紙に書いて休憩時間後に出してください。後でご返答したいと思います。

ステップファミリーにおける家族ダイナミクスは、限りなく複雑なのですが、そこには予測可能なパターンも見られます。臨床家の立場から、ステップファミリーが直面する5つのチャレンジ、課題を説明してみたいと思います。そして、3つの異なったレベルにおいて、いかにして支援が可能かをお話しします。ガーノー先生のお話にもありましたが、「時間」はステップファミリーにとって重要な要素です。この講義の最後の方で、ステップファミリーが時間の経過とともに変化していくことにも簡単に触れたいと思います。

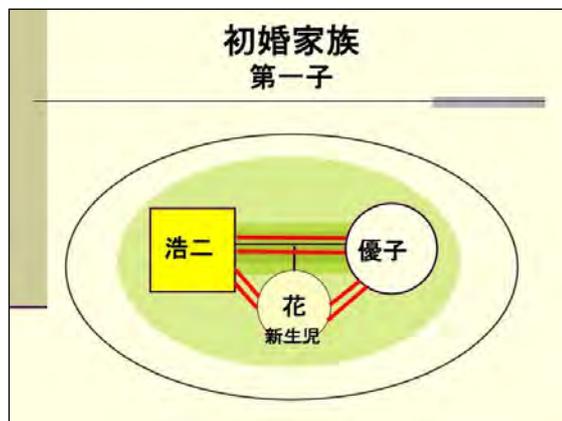
**ステップファミリーを生きる
そこにある挑戦を理解し立ち向かう**

- イントロダクション
- ステップファミリーと他の家族との違い
- 臨床的ワークの3レベル
- “ステップファミリー建築”の
5つの課題に対処する
- “何とかやれている状態”から
“うまくいっている状態”へ

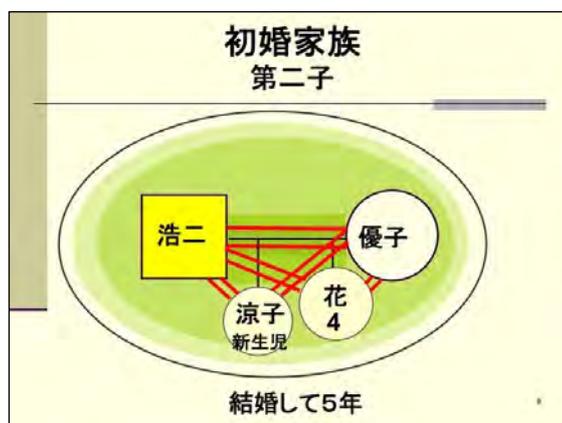
私たちの研究上、臨床上の知識は、ほとんど西洋のステップファミリーについてのものです。しかし、野沢先生とお話する中で、日本のステップファミリーにもかなり共通点があり、また相違点もあることがわかりました。お見せするパワーポイントのスライドがす

べて配付資料に載っているわけではないのですが、そのほとんどは配付資料を見ていただければわかると思います。私のスライドと配付資料を日本語に翻訳してくれた野沢慎司先生、大西未紗さん、白川さゆりさんに大変感謝しています。何度も修正していただきました。（日本語で） どうもありがとうございます。

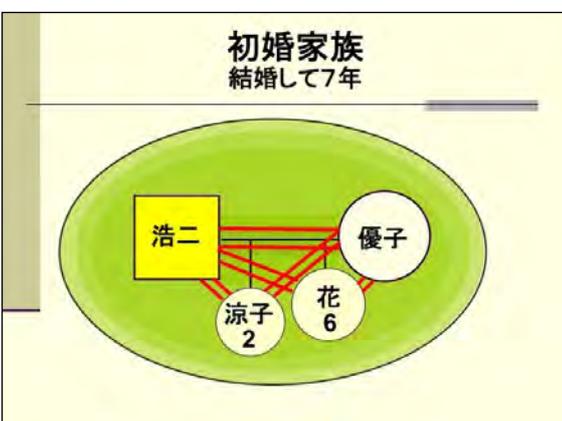
浩二さんと恵子さんを支援するために、なによりも理解してほしいのは、初婚家族とステップファミリーがいかにならっているかということです。これは、チェルシー（ガーノー）さんも話していたことですが、さらに何枚もの図を追加して説明しようと思います。（右の図を示しながら）ここに、浩二さんと、その最初の妻、優子さんがいます。最初の結婚では、子どもができる前にお互いに信頼関係や親密な関係を築くための2人だけの時間が十分にあります。それから、2人が価値観を共有し、2人だけの生活習慣や家族行事を構築する時間も十分にあります。



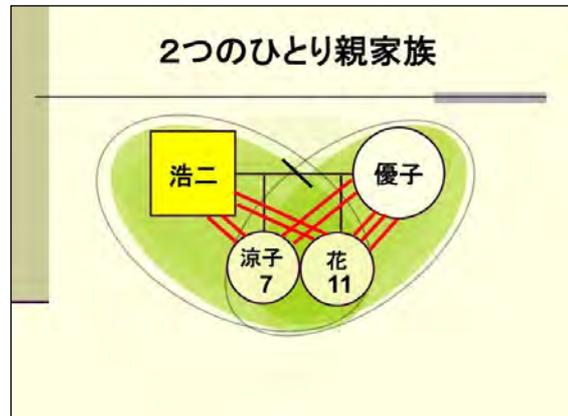
最初の結婚の場合、十分に確立されたカップルの関係の中に子どもが入ってくることになります。子ども自身も親に対して愛着関係を作ることができるし、親も子どもに愛着をもって関わることができます。時間が経つにつれて、家族が共有している価値観や習慣が深まっていきます。初婚家族にもう1人子どもが生まれると、こうしたいくつもの厚みのある関係に組み込まれることになります。家族生活上の共通理解がさらに大きくなっていきます。



そしてこれが浩二さんと優子さんの7年後です（右の図）。家族の皆に対して信頼関係をしっかり築けています。そして、何千とある家族の日々の生活の細々とした雑事をこなすにあたって、互いに話し合う必要はなくなっています。でも、もしこの夫婦の関係が上手くいかなくなって最終的に離婚ということになったら、あるいはどちらかが亡くなってしまったら、一体どうなるでしょうか。

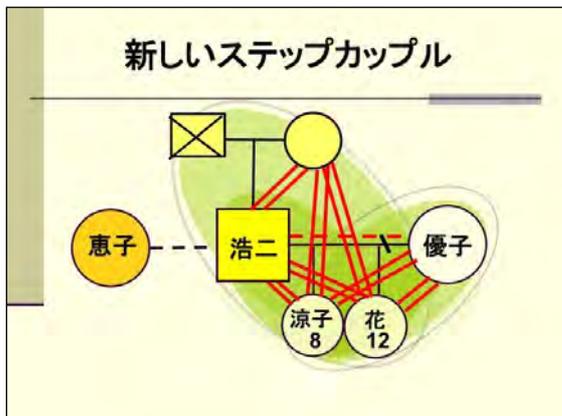


アメリカでは、多くの場合、子どもは2つのひとり親家族に属することになります。そしてこの2つのひとり親家族の中においても、時間の経過とともに、自分たち共通のやり方というものを次第に作り上げていきます。日本では、そして他の国でもそうだと思いますが、祖父母が深くかかわってくることが多いですね。



浩二さんと恵子さんがデートする直前の状態は、下の図のようになると考えられます。継親である恵子さんは、この家族のアウトサイダー（部外者）の位置に置かれています。いかがでしょう。すでにおわかりのように、初婚家族とはスタート地点が全然違いますね。

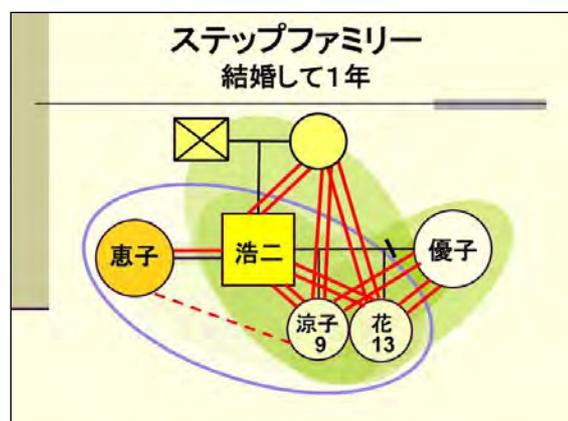
再婚したばかりのカップルは、深い恋愛関係にあることが多いですね。浩二さんと優子さんも例外ではありません。しかし、ステップカプルの場合、1年間一緒に暮らした後（下の図）でも、それよりも歴史が長く深い関係が2つあります。実親と子どもとの関係、



つまり浩二さんとその2人の娘たちとの関係です。そして、おばあちゃんと孫たちとの関係も同様ですね。しかし、恵子さんと2人の継子たちとの関係はそうではありません。

何が正しくて、何が許されるのかについての共通理解ができているのは、この図の中のどの部分なのか。浩二さんと子どもたち、祖母と孫たちの間にはそうした共通理解が成り立っていますが、ステップカップル間や継親子間関係にはまだそうした共通理解はできあがっていません。このような構造を私は「ステップファミリー建築（構造）」と呼んでいます。家族を形成する上で、初婚家族とは根本的に異質な構造を基盤としているのがステップファミリーなのです。

この「ステップファミリー建築」こそが、おもに5つの課題を生み出します。ステップファミリーの支援をしているとこうした課題が見えてきます。第1に、ステップカップルにおける家族のインサイダー（部内者）とアウトサイダー（部外者）へと分裂



が生じ、その緊張が高まって身動きがとれなくなってしまうことがあります。第2に、子どもたちは喪失感や忠誠心の葛藤を経験し、また変化があまりにも速すぎるとつらくなります。第3に、子育てをめぐってステップカップルの間に分裂が起こります。第4に、既存の（少なくとも2つの）家族文化を尊重しつつ、ステップファミリーの新しい家族文化を築かなければなりません。そして、第5に、家族の外にはもう一人別居の親、つまり元配偶者がいることもチャレンジになります。

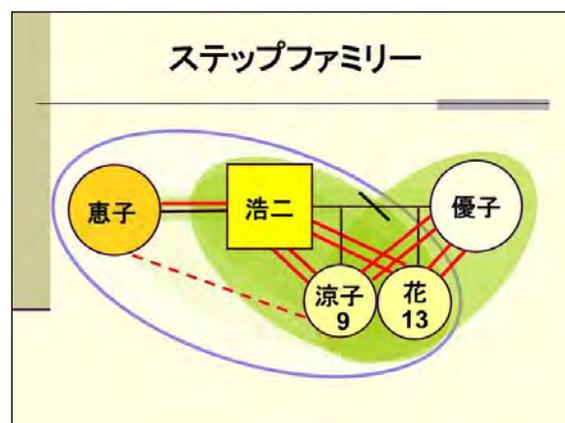
ステップファミリー建築から 生じる、5つの主な課題

1. 部内者／部外者の立場に敏感で、それにこだわりすぎる
2. 子どもたちは、喪失感、忠誠心葛藤、あまりにも速すぎて多すぎる変化に苦しむ
3. 子育てに関して、ステップのカップルは両極端になる
4. 新しい家族の文化は、すでに作られている文化を尊重しつつ、築かれなければならない
5. もう1人の親／元配偶者がいる

ステップファミリーでは、大人たちは新しい幸せな家族を作りたいと望んでいるのに対して、子どもたちは自分の親との安心できる関係を確保したいと感じているのです。この5つの課題（チャレンジ）は、つねに家族内のどの関係をも断絶させ、どのメンバーをも混乱させることとなります。しかし、この5つの課題を事前に予期し、それを迎え撃つ方法について確固たる知識を身につけていれば、これらの課題がもたらす結果を大きく変えることができます。ですから、今日ここにいらっしゃる皆さんにそれを学んでいただき、周囲にも広めていただけたら大変嬉しく思います。

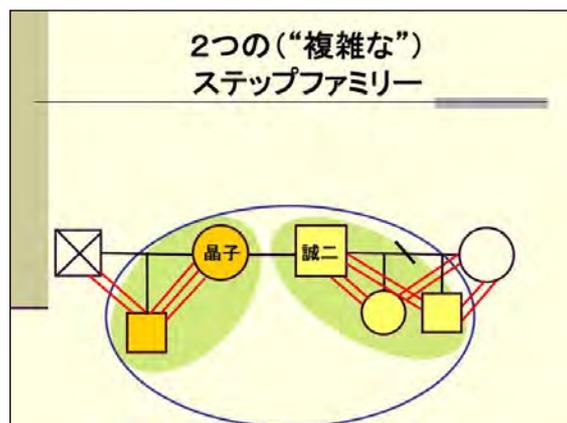
恵子さんと浩二さんは、無理にでも初婚家族のようにならなければと思っているので、大人の側にひどい敗北感、恥辱、混乱をもたらします。そして、子どもたちも疲れ果ててしまいます。そのために、アメリカ同様おそらく日本でも、子どもが問題を起こした後で、カップルが面接に来て支援を求めることが多いのです。いかがでしょう。そうじゃないでしょうか。そのようなカップルが相談に来たとき、まず私が問うことは「あなた方は一見ありふれた普通の家族のように見えますが、生活していて何か違和感はありませんか」ということです。そのような感じがするとしたら、「それはステップファミリーだからです」とお伝えします。

ステップファミリーの方に対して「良いお知らせと悪いお知らせがあるけれど、どっちを先に聞きたいですか」と尋ねることもよくあります（笑）。悪いお知らせは「ステップファミリーでは、普通の家族のようになろうとすればするほど困難がやってくる」ということ。これが悪い知らせです。一方、良いお知らせは、「どうすれば上手く乗り越えられるか、その方法はわかっている」ということ。「普通とは違うやり方だし、時間もかかるけど、効果はある」というのがよい知らせです。



そして私はいつも、「私からこのように説明されてどう思いましたか」と尋ねることにしています。そう訊かれても、日本の文化では思ったことをそのまま口にするようなことは難しいかもしれませんね。その場合は、言葉以外にどんな反応があるかを観察すればよいのです。そんなことは聞きたくないという様子かどうか。もし聞きたくないという顔をしていたら、話を中断して、何を聞きたくないのかを確認してみます。私の話を聞いて、すごく安心したという人たちがいます。「ああ、そういうことが起こっているのか」とわかって安心するのです。しかし、なかにはつらくて聞いていられないという人もいます。もしホッとしているような様子であれば、安心して先に進みます。しかし、私の話を聞いて悲しそうにしているとか、何か問題を抱えている様子であれば、そこで少し時間をかけて何がつらいのかに耳を傾けることにします。

先に進む前に、ステップファミリーには実に様々な形態があることを強調しておきたいと思います。これは午前中にチェルシーさんも話していたことですが、私もこの点に触れておきます。浩二さんと恵子さんの家族のように、大人のカップルのうち一方だけに子どもがいる場合、「単純型ステップファミリー」と呼びます。ステップファミリーについて「単純」という言葉はそぐわないかもしれませんが(笑)。ステップファミリー研究者たちは、大人のカップルの両方に子どもがいる場合、「複雑(複合)型ステップファミリー」と呼んでいます(右の図)。そして、社会の文化によっては、カップルの両方が子どもたちの祖父母とつながっているようなことも多いです。その場合には、さらにずっと複雑になります。普通の家族ではこのような複雑性は見られませんね。

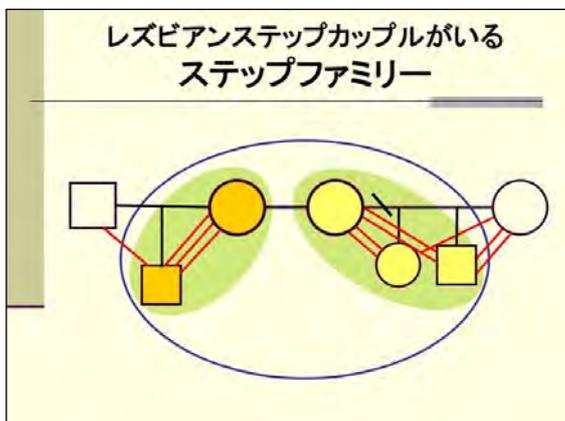
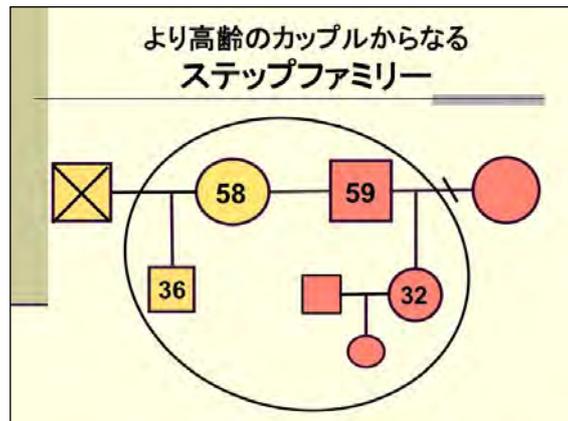


また、ステップファミリーには、以前のカップルの離婚を経て形成される場合と、死別を経て形成される場合とがあります。右図の場合だと離別ケースと、死別ケースの両方が含まれています。新しいカップルが自分たちの子どもを設ける場合と設けない場合があります。

両親の一方が亡くなった、あるいは行方不明になったステップファミリーの方が、(離婚によって作られたステップファミリーよりも) 家族関係が楽に作れるでしょうか。私はそうは思いません。どちらも同じ家族構造ではありますが、緊張状態が生じる部分が違うということです。

(チェルシー) ガーノー先生が話していたように、とくにアメリカのような社会の場合、ステップファミリーのカップルは法律的に結婚している場合と、してしない場合があります。アメリカでは、1980年代以降、基本的には離婚率、再婚率とも下がっているのですが、55歳以上の人口に関しては例外です。この年齢層では、離婚率、再婚率そして再離婚率も急激に上がっています。ですから、再婚した中高年カップルのそれぞれの子どもはもう既

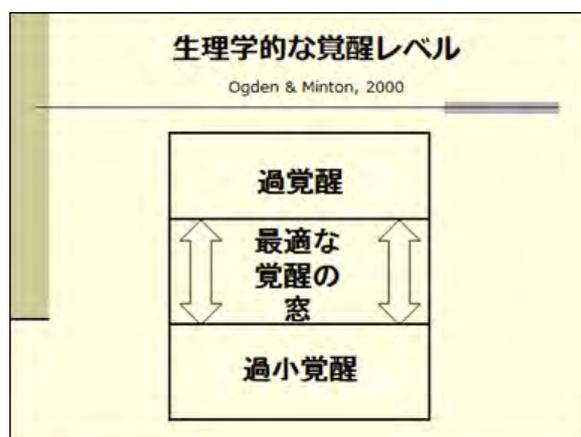
に成人していて、子どもがいるという例も珍しくありません。私の経験に基づけば、中高年カップルのステップファミリーが経験することは、若い子どもがいるステップファミリーが経験することと驚くほどそっくりです。実際それを経験した中高年カップルの方々はすごくびっくりされます。私が最近扱った8ケースは中高年カップルのケースだったのですが、成人している娘さんがお父さんの再婚に対してひどく混乱しているケースでした。



それから、ゲイやレズビアンのカップルによるステップファミリーもあります。他のステップファミリーと同様の家族ダイナミクスが生じますが、独自の強みを持っていたり、独自の課題をさらにいくつか抱えていたりします。それは、主にスティグマ、社会的偏見に関わっています。

午前中の講義でも触れられていたように、これらの様々なタイプのステップファミリーのすべてに共通するのは、少なくとも1つの親子関係ユニットがまず先に存在していて、あとからカップル関係が生じるという点です。この特有の構造こそが、あの5つの課題をもたらしているのです。

ちょっと複雑になりそうなので、単純化する方法を使いたいと思います。私は情報を視覚化するのが大好きで、右の図は私の仕事場にいつも掲げているお気に入りの図です。これは生理学的な覚醒レベルを図示したものです。一方には、「過覚醒」の状態、つまりとても混乱している、とても不安な、とても悲しい状態、過敏な状態があります。一方、「過小覚醒」というのは、エネルギーがとにかく低くて、鬱状態で、ボーっとしている状態を指しています。その中間が、「最適な覚醒」状態です。



アメリカの有名なスープの熱さについてのお話があります。ひとつは熱すぎて飲めない、もうひとつは冷たすぎて飲めない、そしてもうひとつがちょうどよい温度というものです。

「過覚醒」は熱すぎるスープ、「過小覚醒」は冷たすぎて飲めないスープです。「過覚醒」は、考え過ぎて思考が結び目を作れない状態。「過小覚醒」は思考が少なすぎる状態です。「最適な覚醒の窓」というのがちょうどよい状態です。最適な覚醒状態にあると、最良の思考ができ、創造的なことをしたり、人の話を聴いたりする力も最大化します。最適な覚醒状態では、困難な問題を処理する能力も高まります。ステップファミリーのメンバーが5つの課題にぶつかると、「過覚醒」の状態と「過小覚醒」の状態の間を行ったり来たりするような経験をしがちです。そこで私たちの仕事は、彼らを「最適な覚醒の窓」に戻してあげることです。

臨床的ワークの3レベル

- I. 心理教育**
難しい領域をしっかりと進むために必要な、“地図”と、最新の“運転ナビ”を提供する。
- II. 対人スキル**
つながり、思いやり、最適な覚醒、の支えとなる練習を指導する。
- III. 心理的ワーク**
もし先の2つのレベルのワークを行っても問題が続く場合に、重点的に取り組む。

その際、私たちはこれを3つのレベルで行います。「最適な覚醒の窓」へ導く3つの道筋があります。1つは心理教育によるもの、2つ目は対人関係のスキルを高めること、3つめは個人の心理的なワークです。明日、最初の2つのレベルに関わって、おもにクラス/グループ単位での教育法についてたくさん学ぶことになると思います。インターネットを使ったオンライン教育についてもお話がある

と思います。今日、私は個人、カップル、家族、子どもを対象としたカウンセリングについて、この3つのレベルすべてにわたるお話をしたいと思います。

I. 心理教育

心理教育で伝えようとするのは、どのステップファミリーにも共通して起こるという意味で「ノーマル」な事象は何なのか、どのようなやり方をすればうまくいき、どうするとうまくいなくなるのかということです。一般にアメリカの家族療法家・カップル療法家は、プロセス（過程）に注目し、内容には関心を向けません。ステップの家族関係に関してもプロセスが非常に重要であることは、今朝の講義でも触れられていました。ステップファミリーでは何がノーマルなのか、何がうまくいくことで、何がうまくいかないことなのかに関する情報が与えられれば、ステップファミリーの家族は落ち着きを取り戻し、問題に対処できるようになります。この点が決定的に重要であり、それは午前中の講義でも触れられていました。

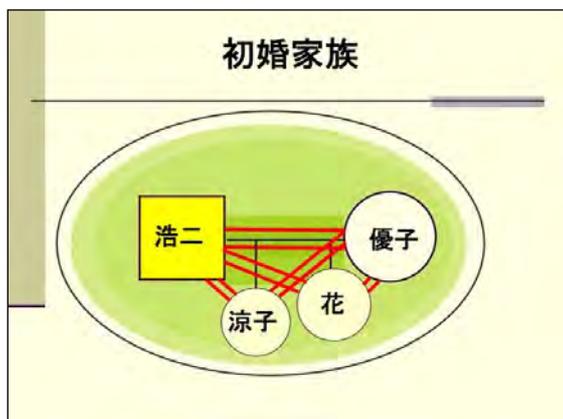
II. 対人スキル

午前中の講義でも紹介があったように、どのステップファミリーも同じように5つのチャレンジに直面するのですが、うまくいっていないステップファミリーは、ステップファミリーの課題に関する会話を避ける傾向があり、会話したとしても口論になってしまうという調査結果があります。うまくいっているステップファミリーは、課題に対してきちんと向き合っており、しかも建設的に、思いやりをもって互いに話しかけます。このようなコミュニケーション法を学ぶには、大きな工具箱一つ分くらいのいろいろなワーク（作業

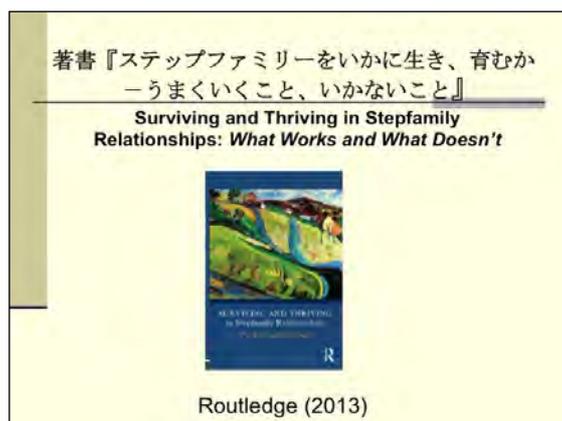
課題) を使って具体的な練習を積むことが必要です。私の著書の中にも様々なワークを紹介していますが、今日はそのうちのごく一部についてだけお話しします。

Ⅲ. 個人の心理的ワーク

最後が、個人の心理内界のレベルです。もし皆さんが個人療法家ならば、このレベルから始めたいと考えるかもしれません。ステップファミリーのメンバーが非常に強い感情に囚われている場合があるからです。私は「ペーパーナウの傷の理論」と呼んでいる持論をもっています(笑)。もし私がまったく傷のない腕をどこかにぶつけたとしたら、当然痛いですよね。でも、もしすでに打撲の傷がある腕を再度打撲したのだとしたら、その痛み方はまったく別ものであり、尋常じゃない痛みですね。その古傷がきわめて深い傷だったら、トラウマ反応が出てきます。戦うか、逃げるか、あるいは固まってしまうかという反応です。個人を対象とした臨床家として訓練を受けた人は、このレベルから始めたいと考えるのですが、そこには個人の面目や恥ずかしさという障害が伴います。ですから、私は常に最初の2つのレベルから始めることが重要だと考えています。まずステップファミリーに関して何がノーマルであり、何がうまくいく方法かの情報を提供して、次に家族システム内の結合状態を改善するためのコミュニケーション法の向上に取り組みます。それでもうまくいかないときに、個人の心理ワークのレベルに取りかかります。どうしても傷が深くて難しい場合には、家族の歴史を振り返り、何がこの人の痛みに関わっているのかを注意深く見ていきます。それにはさらに多くの痛みが伴います。痛みを望む人はいません。つらいことです。時には頭がおかしくなってしまうような感覚に囚われさせします。



では、5つの課題について1つずつ取り上げて、それぞれについて3つのレベルでどのような支援ができるかをお話ししていきます。1週間くらい時間をかけてじっくりお話ししたいところなのですが、そうもいきません(笑)。もし英語がお読みになれるようなら、私の著書(右のスライド参照)を読んでみてください。その中にはさらに詳しい情報が書かれています。3つのレベルについての具体的な記述を含んでいます。ガイドブック、ハンドブックのようなものです。ステップファミリーの支援者と当事者の両方に向けて書きました。

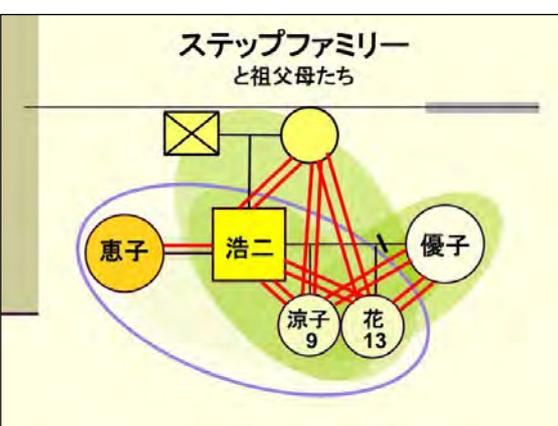


第1の課題は、ステップファミリーの家族構造が成人カップルを部内者と部外者に分離してしまう点にどう対処するかです。このふたつの立場の違いは非常に強烈なので、身動きが取れなくなってしまうのです。この部内者・部外者間の対立は、ステップのカップル

の中核的な課題であり、関係形成の初期に現れ、長期間続き、かなり後になってから現れる場合もあります。初婚家族の場合は、部内者と部外者の立場が入れ替わったりします。たとえば、花ちゃんがお父さんの浩二さんとべったり仲良くしていたかと思うと、次の日あるいは数時間後には、お父さんを無視してお母さんにくっついているようなことが起こります。もちろん初婚の家族でも、子どもに無視されるという経験はつらい経験ですが、初婚の家族の場合は必ず子どもは戻ってきますし、もう一度つながりあうことができます。そして成人カップルも、その関係性が既に確立しているし、生活上の習慣や価値観が共有されています。そのため、初婚家族では、子どもから拒否されても、カップルがうまくいっていればそこから慰めを得ることができます。しかし、ステップファミリーではそうはいきません。実親と子どもの間に強い絆が既にできあがっています。実親と子どもの間に価値観がしっかり共有されているからです。子どもと継親との間にそうした共有はありません。浩二さんの家族では、お祖母ちゃんと孫たちとの間にも安定した絆があります。

ステップファミリー建築の 5つの課題に対処する

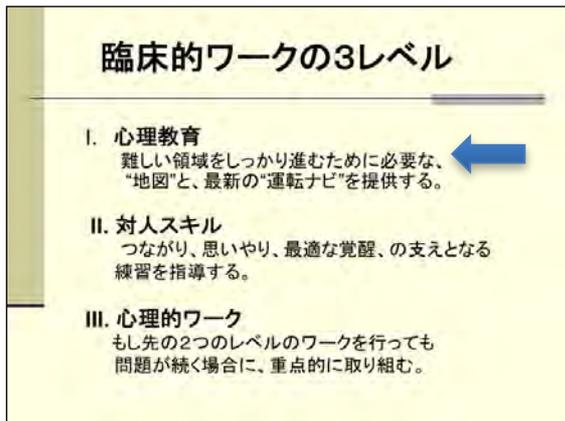
1. 部内者／部外者の立場は極端であり、それにとらわれてしまう。 ←
2. 子どもたち
3. 子育て
4. 家族の文化
5. もう一人の親、元配偶者



浩二さんと恵子さんの結婚から1年経っても、2人は互いに愛し合っているにもかかわらず苦しみ続けています。例えば、花が学校から帰ったら、すごく大事なことをお父さんに話したいと思って家に向かっていたとします。帰宅したとき、お父さんの浩二さんは恵子さんと話していました。さて、花は誰と話すと思いますか。誰と話したいと思うのでしょうか。もちろん、浩二さん、つまりお父さんとですよ。それでお父さんはどうするか。もちろん、娘の方を向きますね。さて、恵子さんはどう思うでしょう。

そういうことが何度も何度も繰り返し起きます。夕食や朝食のテーブルで、電車の中で、休暇で出かけたときに、同じことが起こります。継親は、親子関係から閉め出されてしまいます。浩二さんの家族の場合は、継母である恵子さんは、祖父母と孫の関係からも閉め出されることとなります。閉め出された部外者の感情は周囲には気づかれません。だから孤独感に苛まれます。浩二さんはステップファミリーの部内者の位置にあります。どの場面でも、常に全員とつながっています。恵子さんとも、花ちゃんとも、おばあちゃんともつながっています。ステップの部内者は引き裂かれるような感情に囚われます。娘を喜ばせようとする妻が悲しみ、妻を喜ばせようとする娘が悲しむことになるのです。私の父が私に向かってこう言ったことがありました。「私は焼き肉みたいなものだな。みんなが私の肉を食べたいと言う」と(笑)。そういう状況にも、対処の方法はあります。

最初に確認しておきたいことがあります。のけ者にされ孤独なのに気づかれない恵子さんと、心の中が引き裂かれて不安になっている浩二さんの両方に対する共感を持ち続けられるか、という点です。この2人の物語は両立不能なので、両方を心の中に留めておかなければなりません。



さて、心理教育についての話に進みましょう。私の経験では、ステップファミリーの多くのカップルは、単に「部外者」や「部内者」という言葉を聞いただけですごく救われたように感じます。先ほどからお見せしているような、人物間の関係の有無を線で表した簡単な図を描いてもらうことも多いです。ここで大事なポイントは、ステップファミリーのメンバ

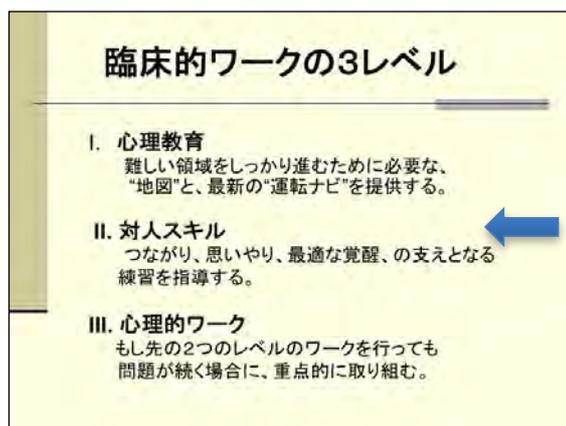
ーと一緒に何かを始める、一緒に家族生活を営むことです。ところが、全員と一緒に集まったときにこそ、先ほど言った挑戦、課題が強烈に現れるのです。ステップファミリーがうまく成長し、発展していくために有効なのは、1対1(2人だけ)で過ごす時間を作ることです。ステップファミリーのメンバー全員がいる場面では、カップルのニーズ、親子のニーズ、継親子間のニーズが競合し、ぶつかり合ってしまう。家族全員で行う活動や行事は重要ですが、同時に1対1で過ごす時間がきわめて重要です。家族内の各ユニットのニーズを満たすために重要なのです。

成人カップルが、子どもがいない空間で過ごす時間は、互いへの愛着を育むために重要です。また、問題に対処したり、話し合ったりする意味でも重要です。それから、慣れ親しんだ実親子関係が存在しない場面で、継親と継子が過ごす時間も関係を発達させる上で必要です。その全員と一緒にいる場面では、実親子関係がどうしても強く出てしまいます。継親は蚊帳の外に置かれがちです。かつて私のところに通っていた継母さんは、「週末を継子たちと過ごして楽しかった」とよく言いました。そんなとき私は、「あなたの旦那さんは留守だったのね」と言います。私は、別に超能力でわかったわけではなく、実親がいない場面でこそ継親子は一緒に何かをやり、関係を育むと知っているからです。

第IIのレベル、対人スキルに行きましょう。冒頭に紹介した浩二さんと恵子さんの対話が非常に悲しいのは、ふたりとも孤独で相手への理解がまったくないことです。以下の点はアメリカ的であって、日本ではちょっと事情が違うかもしれないので、そうだったら是非ご指摘いただきたいのですが、私がカップルを対象にするときには、私は浩二さんのいるところで恵子さんに話しかけます。浩二さんが聞いていることを知りながら、私は「本当につらかったのですね。家族のためにそんなに努力したのに、何度も何度ものけ者にされたことがつらかったのですね」と恵子さんに言います。そして、恵子さんが聞いているのを知りながら、浩二さんに向かって、「自分が愛している人たち同士の関係がうまくいか

ず、互いに苦しい思いをしていると知ることがつらいのですね」と言います。そして、「私の理解は間違っていますか。間違っていたら遠慮なく言ってくださいね。正しく理解したいので」と付け加えるように心がけています。恵子さんが「その通りです」と言って、気持ちが楽になった様子であれば、「では、この気持ちをあなた自身が浩二さんに話すことはできますか」と訊きます。浩二さんには「ご自分で恵子さんにその気持ちを伝えてもらえますか」と言います。そして、二人が理解し合い、つながりあう時間を取るようになります。

相手の表情や態度から気持ちを読みとらなければならない場合もあります。日本ではとくにそうかもしれません。恵子さんの顔を見ながら、私が「楽になったようですか」と言うと、彼女が「私が間違っているのでしょうか。私の頭がおかしいのでしょうか」と言います。「そんな風に感じるのですね」と私が言うと、「悲しいんです」と言って恵子さんが下を向いてしまっていてそれ以上言葉が出てこないこともあります。こちらも「そうなのですね」と言いながら、いろいろと推理を働かせないと前に進めないこともあります。問題の中心が子どもであり、その子がいわば「患者」であるとみなされているようなケースでも、子どもに原因があるという見解を退けて、「その子をよい方向に向けるには、まずはご夫婦 2 人が互いを理解することです」と言います。このようにしてカップルがつながりを強めることを支援します。



ここで、冒頭の 2 人の対話に戻って、恵子さんが「花は私を家具のように扱うのよ」、「(あなたは) 何もしてくれないくせに！」と言っていた点を取り上げましょう。恵子さんが直接そう言わない場合でも推測がつかます。継母や継父には「家具か何かのように扱われていると感じる」と言う人が多いからです。それで恵子さんは非常に孤独を感じているのでしょうか。その気持ちを浩二さんに話しても大丈夫でしょうか。ここで、私が先ほど話した道具箱の中にある道具のうち「ジョイニング」というワークを使ってみましょう。私は浩二さんに対して、「あなたは恵子さんを愛しているのですよね。胸に手をあてて、次の質問に教えてください。恵子さんがどういう気持でこう言ったのかよく考えてみると、恵子さんの言ったことを理解できますか。その通りだと思いますか」と尋ねます。運がよければ、浩二さんは深呼吸して頭の中を整理してから次のように言うかもしれません。「君は家具のように扱われていると感じていた。だからとても孤独だったんだ」と。そして私は恵子さんに「それで間違いないですか」と尋ねます。これはきわめて単純ですし、ささやかな方法です。しかし、つながりを作る上で役立ちます。恵子さんは「はい」と答え、少し気持ちが楽になったように見えます。そこで私は恵子さんにこう言うかもしれません。「これでだいぶ気持ちが楽になったように見えますが、いかがですか。浩二さんが理解してくれたことで、気持ちが楽になったのではないですか。違いますか」と訊きます。私は浩二さんに言います。「驚きじゃないですか。だって、浩二さん、あなたは恵子さんの気持ちを楽にしてあげなければと思っていたのですよね。何とかしたいのですよね」と。理解に至

るシナリオが大きな効果をもたらすことにびっくりすることがよくあります。

今度は浩二さんの番です。浩二さんに向かって、彼を応援します。浩二さんが「僕も孤独なんだ」と言います。そこで私は「実親の立場も孤独であることが多いですよ。家族の中で引き裂かれるような気持ちになるようです。浩二さんの場合もそのような感じでしょうか」と言います。そして、恵子さんに向かって「あなたは浩二さんを愛していますよね。自分の心の中をよく見て答えてほしいのですが、彼の言ったことをどのように理解していますか。どういうふうに理解したかを浩二さんに伝えてもらえますか」と言います。すると恵子さんが「あなたも孤独を感じていたのね」と言います。子どものためにも、カップルが互いに強い絆で結ばれていなければいけないし、お互いに理解し合っていなければなりません。それが家庭内の環境をまったく違うものにします。時間をかけて、



ね。自分の心の中をよく見て答えてほしいのですが、彼の言ったことをどのように理解していますか。どういうふうに理解したかを浩二さんに伝えてもらえますか」と言います。すると恵子さんが「あなたも孤独を感じていたのね」と言います。子どものためにも、カップルが互いに強い絆で結ばれていなければいけないし、お互いに理解し合っていなければなりません。それが家庭内の環境をまったく違うものにします。時間をかけて、

上手くいったり戻ったりということを繰り返しながら、いろいろな会話を行うことになり。というのも、ステップファミリーでは、互いが同じように感じるからつながりができるわけではないからです。互いの理解と共感に向かって語ろうと思っても、深呼吸して、自分を落ち着かせてからでないとできないことがふつうです。私の臨床経験では、「家に帰ったらこんなふうに語り合うことはできない」と言うカップルが多いです。その場合、「確かに家にいるときは難しいかもしれないけれど、つながりは心の中にあるものです。それが見えなくなったら私が一緒に探すのを何度でも手伝うから大丈夫ですよ」と言います。もちろん、最終的には自分たちだけでできるようにスキルを教えるのですが、最初の段階ではこのつながりを生じさせる構造を作ってあげる必要があります。私の相談室では、葛藤の強いカップルの場合、(皆さんはそのようなケースを私ほど多くは扱っていないかもしれませんが) 構造的なジョイニングの手法を繰り返し何度も使います。それによって、落ち着いてゆっくり進めるようになり、互いの言葉にも耳を傾けることができるようになります。

では、3つ目の心理的なレベルについても少しお話ししましょう。誰でも蚊帳の外に置かれるのは嫌ですし、愛している人たちの間に挟まって引き裂かれるような経験もしたくないはず。もし家族から閉め出されるようなことがあれば、苦痛が生じます。また、家族の間で板挟み状態になれば、それも大きな苦痛です。

それまでに部外者の経験がある場合、例えば子どものときに無視される経験をしていたり、

臨床的ワークの3レベル

- I. 心理教育
難しい領域をしっかりと進むために必要な、“地図”と、最新の“運転ナビ”を提供する。
- II. 対人スキル
つながり、思いやり、最適な覚醒、の支えとなる練習を指導する。
- III. 心理的ワーク
もし先の2つのレベルのワークを行っても問題が続く場合に、重点的に取り組む。



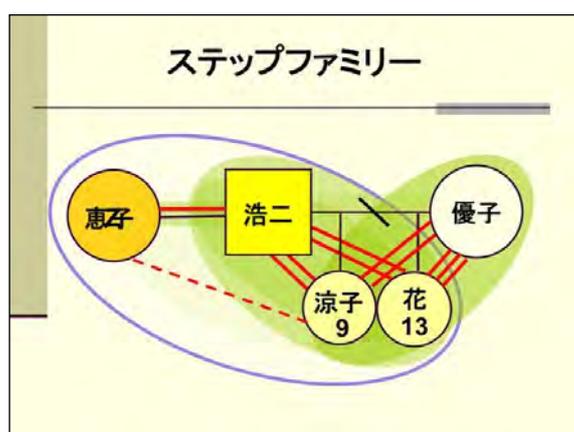
親に特別に甘やかされて可愛がられている兄や姉がいて、親がそのきょうだいの問題行動から自分を守ってくれなかったりしていた場合には、その古傷のためにステップファミリーでの部外者の経験が耐えがたいほどの苦痛をもたらすことになります。

繰り返しになりますが、このようなことを語るには羞恥心などの面で難しさがあります。私は、基本的にはまず心理教育から始めて、何がノーマルなことなのか、どうやればうまくいくのか、いかないのかについての情報提供をします。その上で、カップルのつながりを強めるのを助けます。それでも苦痛が残る場合には、第Ⅲのレベルに踏み込んでいくのですが、そこには痛みが伴います。誰もやりたいとは思わないでしょう。ときに頭がおかしくなりそうになります。部外者や部内者の経験がどこで始まったのかを探るなんて。

もう少しだけ話を進めたら休憩をとります。子どもに関するお話です。これは私が参加している療道家のメーリングリストに、書き込まれた文章からの実際の引用です。

「新しくステップファミリーになろうとしているカップルのためにセラピストを探しています。ステップファミリーの子どもたちを診てくれるセラピストです。一郎さんの方に、思春期を過ぎた2人の子どもがいます。この子たちはとても反抗的で、大人を巧みに翻弄します。このカップルは何とか3ヶ月以内には結婚したいと思っています。」

ステップファミリーの大人たちからは、子どもが反抗的で、問題行動を起こしがちで、言葉巧みだという声を聞くことが多いです。しかし、私たち全員が理解しておかなければいけないことは、子どもにとってもステップファミリーの構造の中にいることは、初婚家族の構造の中にいることとはまったく違うということです。ステップカップルになることは大人にとっては天の恵みです。しばらく独り身だった大人が新しいパートナーを得ることは素晴らしいできごとです。しかし、子どもにとってはステップファミリーになるという



ことは「喪失」を意味します。子どもがステップファミリーに至るまでには、一連の喪失を経験していることを思い起こしてください。親の離婚によってかつての家族を失っています。(離婚後に親の一方だけが親権をもつ) 日本では、一方の親と会えなくなって喪失することが多いですね。(引っ越しによって) 親しかった近所の人たち、仲良しの友人、所属していたスポーツ・チームなどを喪失した体験をしています。あなたがそうしたい

ろいろな喪失を既に経験している子どもだとして、そこで親が誰かと恋に落ちたらどうしますか。親が恋愛したら、子どもには何が起きるのでしょうか。子どもは何か取り残されたように感じたり、恐怖心や不安を感じたりするのではないのでしょうか。継親の中には強い嫉妬を感じる人もいます。既にできあがっている親子の強い絆に対して嫉妬心をもった

としても不思議はありません。また継親がパートナーの関心を独占しようとして継子が取り残された感じになることもあります。

チェルシーさんも触れていましたが、子どもたちには、忠誠心の葛藤という問題も生じます。きょうだいの中でも1人の子どもだけがこれに囚われることが多いです。花が恵子さんを家具のように扱うと言っていたことを思い出してください。このような場合、私は必ず次のような質問をします。この子は別居の親と特別に親密だったのでしょうか、と。花の場合も、やはり別居することになった母親と親密な関係だったのです。花と実母との関係が強かったとすると、涼子に比べて、恵子さん（継母）との関係を育むのが難しいかもしれませぬ。花にとっては、お母さんから継母である恵子さんへと関係を移行させることが葛藤を生みます。そのようなことのない涼子は、恵子さんとの関係を作り始めるのが花よりも早いでしょう。

これはノーマルな現象です。同じ家族のきょうだい関係にある子どもたちでも、子どもによって受け入れの準備が異なることはよくあることです。忠誠心の葛藤というのは、たとえ夫婦が友好的な離婚をした場合でも起こるのがふつう（ノーマル）だということを頭に入れておくことは大変重要です。これから日本も共同親権の方向に変化するとよいと願いますが、そのような制度の下で葛藤の少ない別れ方、友好的な離婚をしたとしても、忠誠心の葛藤が生じるのがふつうです。敵対的な離婚の場合、あるいは親がもう一方の親の悪口を子どもに言うような場合、例えば浩二さんの子どもたちのおばあちゃんが離婚した優子さんの悪口を言うような場合、子どもたちは強く引き裂かれたような気持ちになります。重要なことは、単独親権制なら問題が起きないと考えるのは間違いだということです。一方の親を失うことになると、同様に引き裂かれる経験をしませぬ。

次に、ステップファミリーの子どもたちの経験として、あまりに多くの変化が短期間に起こることを指摘できます。成人カップルは恋愛関係にあります。少しでも早く前に進みたいわけです。西洋の研究では、多くの子どもたちにとって、親の再婚への

適応は親の離婚への適応よりも時間がかかるし、難しいことがわかっています。今朝の講義にも出てきたことですが、年齢やジェンダーによる違いもあります。8歳以上の子どもよりそれ以下の年少の子どもの方が、また女の子よりも男の子の方がステップファミリーに適応しやすいと言われています。思春期の女の子がもっとも難しいようです。年少の子

ステップファミリー建築から 生じる、5つの主な課題

1. 部内者／部外者の立場に敏感で、それにこだわりすぎる
2. 子どもたちは、喪失感、忠誠心葛藤、あまりにも速すぎて多すぎる変化に苦しむ
3. 子育てに関して、ステップのカップルは両極端になる
4. 新しい家族の文化は、すでに作られている文化を尊重しつつ、築かれなければならない
5. もう1人の親／元配偶者がいる

ステップファミリーの適応 離婚に適応するよりも時間がかかる

ステップファミリーへの適応が比較的容易なのは...

- 8歳以下の子ども
- 女の子よりも男の子
- 喪失感が少なく、忠誠心葛藤が少なく、のんびりした性格の子ども

ステップファミリーへの適応が比較的難しいのは...

- 男の子よりも女の子
- 思春期の子どもは特に難しい
- 前思春期の女の子が最も難しい

どもは比較的早くステップファミリーになじむことができる訳ですから、先ほどの事例だと、涼子の方が適応が早いかもしれません。花のような子どもは気持ちをうまく表現できずに適応にもっと時間がかかるかもしれません。しかし、最初はすごく抵抗をして難しい経験をした子どもでも、大人の側がゆっくり時間をかけてあげれば少しずつ適応していくことができます。特に初期に継親が、あまりしつけ役割に関わらないようにすると、当初抵抗の強かった子どもも次第に変化してきます。

私自身の経験では、夫の子どもたちと私の関係は基本的に大丈夫でしたが、私の娘が全然ダメ（笑）。当時娘は12歳でした。その年齢がもっとも難しい年齢であることは研究結果を読んで知っていたのですが、ちょうどその時期に夫を娘に紹介してしまったのです。もうひとつの重要な点は、もう一人の親が姿を消してしまっていると適応しやすいと考えられがちですが、そうではありません。娘は父親と会っていませんでした。それには明確な理由がありました。娘の父親は虐待的だったのです。それで、娘の心の中には空洞が生じていました。しかし、夫を娘が継父として受け入れた後も、父親のための場所を心の中に残していました。たとえひどい虐待のあった父親であっても、です。これを娘が言葉にして言ってくれるまでには長い年月がかかりました。そのことを私に話してくれたことを娘に感謝しています。離れて暮らしている親と子どもたちのことを理解する上で助けになるからです。

再度、悪いお知らせとよいお知らせがあります。悪いお知らせは、私の娘が結婚当初夫に対してひどい態度を示していたことです。よいお知らせは、3年、4年と月日が経つうちに2人は次第に親しくなっていきました、今ではすごく親密な関係を築いているということです。そこで、子どもにとってどのようなことが支援になるかについてお話したいと思います。たとえ長い時間をかけなければならないとしても、辛抱強く子どもたちを支えていけば、私の娘のように強く抵抗を示す子どもも次第に態度が変わってきます。

そこでまず、再度問いたいのですが、大人の物語と子どもの物語の両方を心の中にきちんと留めておけますか。子ども側からの物語は、多くの喪失を経験し、孤独を感じ、様々な変化があまりに次々とやってくると感じるという内容です。一方、成人カップル側からの物語は、早く前進して、新しい家族を作りたいという内容です。

『羅生門』という映画をご存知ですよ。この映画では、木こり、侍とその妻、そして盗賊と4人の登場人物がそれぞれ異なる視点から1つの事件をまったく違った物語のように説明するのでしたね。ステップファミリーでもっとも困った事態は、家族メンバーそれぞれがお互いの物語（視点）を知らないという状況です。それが誰であれ、メンバーひとりだけと面接し、そのひとつの語りを聞いてわかったつもりにならないことです。特に子どもの話だけを聞いてそこに引き込まれると、大人が悪者だという結論になってしまがちです。だから、異なるメンバーの語りをすべて心の中に受けとめることがとても重要です。ステップファミリーのメンバーそれぞれが互いの物語を聞きたくない場合でも、少なくとも私たち（臨床家／支援者）は、誰かの物語が別の誰かの物語より好ましいとか、重

要だとは考えないで、全員の話に耳を傾ける位置に立つことが重要です。

心理教育では、まず大人が子どものことを理解するように情報提供をします。子どもたちは、大人たちが望むよりもはるかにゆっくり進む必要があると知ってもらうことが重要です。より激しい喪失体験や忠誠心葛藤を抱えている子どもたち、より脆弱な子どもたちは、よりゆっくり時間をかける必要があります。同じ世帯の子どもでも、幼い子どもたちは比較的早くなじむ可能性があります。とりわけ重要な情報は、子どもと親との1対1の時間をできるだけ多く作ることがとても大事だということ。親と子どもだけで向き合える時間は実に貴重です。

西洋の療法家たちの中には、カップルの関係さえうまくいけば家族全体がうまくいくという間違っただけの考え方をとる例がよくありました。カップル関係を第一に考えなさい、というようなアドバイスです。このようなアドバイスは継母さんたちには好まれるのですが、これは間違っています。実際には、成人カップルがお互いに親密であればあるほど、子どもの Well-Being (精神的健康度) は低いという研究結果があります。それは子どもが親と話す時間が十分に取れないからだと考えられています。うまくいっているステップファミリーは、どちらかだけではなく、どちらも大事にする実践をしています。成人カップルに焦点をあてる時間、次に子どもと親とに焦点化する時間という具合に両方を大事にします。それから、継親子関係の時間も大事ですね。

もっともっと話したいことがあります。この第Iレベルについてももう少しだけ付け加えます。継親と継子が即座に愛し合ってほしいと願うことがよくありますが、それは大人側の願望ではあっても現実にはめったにそうなりません。私たちの願望通りに継親と継子が愛し合うことは難しいけれども、相互に親切で礼儀正しい関係になることは期待してもよいでしょう。ただし、一方の家族では「親切で礼儀正しい」関係とと思っているものが、もう一方の家族にとってもそうかどうかはまた別話です。私は娘に向かって、「(夫の) スティーブに対して敬意を払ってほしい」と言っていたのですが、夫からは「(君の娘から) 失礼な振る舞いをされてきた」と言われました。私は娘に言いました。「あなたは彼(継父)を愛する必要はないし、好きになる必要さえないけど、せめて彼が部屋に入ってきたら視線を合わせて一言くらい挨拶してほしいの。それもすごく難しいのはわかるけど、同じことを彼にも期待しているから、下を向いてじゃなくて目を見て挨拶してほしいの。私は見ているからね」と。私はその場面をしっかりと見ていました。娘は一生懸命、夫の目を見て挨拶をしようと無理してがんばりました。「すごいね。がんばったね」と私は言いました。そしたら夫のステーブが「(あの娘は) 失礼だな」と言ったので、私は「はあ？」と問い返したのです。ステーブが言うには、自分が帰宅したときに自分の方に向かって来て「お帰りなさい」と言ってくれたから「失礼だ」と言ったとのこと。そんなこと知るか！(笑)。異文化の衝突ですね。

とにかく、子どもたちの感情に言葉を与えてあげることがきわめて重要です。親が再婚した子どもたちは様々な喪失感を抱えています。また、継父を好きになったら、お父さん

への裏切りになると感じたりもします。ここまでが子どもたちの助けになることについてでしたが、次に大人への支援、とくに親への支援についてお話ししたいと思います。ここでちょっと休憩にしましょう。

[休憩]

質疑応答

発言者 C: 離婚が子どもに与える影響について、8 歳くらいが一番傷つきやすいというのは知っていましたが、男の子の方があまり傷つきやすくて、女の子の方が傷つきやすいとおっしゃっていたのでしょうか。

パトリア: 子どもの Well-Being に影響するのは、初婚家族か、ひとり親家族か、ステップファミリーかという家族構造の違いではなく、そのプロセス（過程）です。子どもが両親間の葛藤に繰り返し晒されている場合、子どもはうまくやっていけなくなります。しかし、両親が離婚しても父母が友好的な関係を保って子育てができている場合は、子どもの Well-Being が少し低下するかもしれないけれども、時間が経てば回復します。

発言者 C: でも、僕の文献的な、そして実践的な記憶では、男の子の方が早くアクションが起きて、傷つきによって問題行動とか学校で暴れるということがあるけれど、女の子は（反応が）後で出てくるという性差があったような気がするのですが、いかがですか。

パトリア: この点については、後でチェルシーに確認してほしいのですが、母-息子関係の方が母-娘関係より対立が起きやすいです。母と娘は、非常に親密な関係になることが多く、それによって娘たちは成人後の自尊心が高くなるという側面もあります。しかし、本当に大きな影響を与えるのは両親の衝突です。26 歳から 30 歳くらいの若年成人に関する研究では、両親が離婚していないが激しい葛藤を示していた家庭出身の若年成人たちは適応状態がよくありませんでした。一方、両親が離婚をしたけれど激しい対立のなかった家庭出身の若年成人たちは、うまく生活適応できていました。ただし女性の場合は、両親の離婚による影響を受けやすいです。女性の場合は両親の対立の影響が小さいということになります。質問へのうまい答えになったでしょうか。

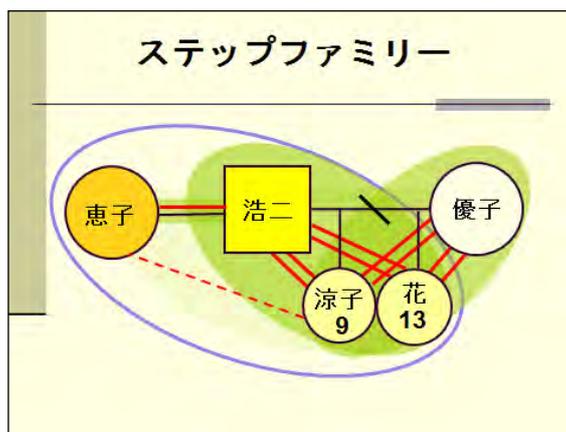
付け加えると、男の子は対他的な問題行動（攻撃性や非行）を起こしやすいです。女の子でも思春期には対他的な問題行動を起こしやすいのですが、青年期以降では女性は対自的問題行動（鬱や自傷）を示す傾向があります。

野沢: 誤解を避ける意味で一言だけ付け加えたいのですが、「子どもたちにとって親の再婚に適応するのは離婚に適応するよりも難しい」という話が先ほどパトリアさんからありました。これは親の離婚への適応ではなく、再婚あるいはステップファミリーへの適応への難しさについてのお話でした。そして男の子の方が適応しやすいというご指摘でした。理由のひとつは、日本でもアメリカでも継親は継父であることが多いわけですが、男の子が継父を受け入れる方が、女の子が継父を受け入れるより抵抗が少ないということかもし

れません。

パトリア：先ほど「子どもたちの経験に言葉を与えてあげることが重要だ」と言いました。これは実によく起こることなのですが、私がインタビューした 22 歳の男性に「忠誠心葛藤」という言葉を投げかけたときにも起こりました。彼は「僕は継父のことが大嫌いだ。彼はとてもいい人なのだけれど」と言うのです。「それは忠誠心の葛藤ですね」と言葉を与え、名づけてあげたら、彼は「ああ、そうか！」と（目から鱗が落ちたようでした）。

子どもが自分の思いを言語化するのを助けてあげることが第一に重要なことですが、次に必要なのは、誰よりも親にそれを理解してもらうことです。神経生物学的見地からも、愛着理論の見地からもわかることですが、子どもをもっとも落ち着かせ安心させるのは親との共感的な関係です。しかし、ステップファミリーにおいては、親と子どもはまったく異なった状況にあります。浩二さんは自分の愛している人（恵子さん）のことを花（自分の子ども）にも好きになってほしいわけです。しかし、親が新しい恋愛にわくわくしている一方で、子どもは苦しんでいるのです。ここに困難があります。花は父親の浩二さんに向かって「恵子さんなんか大嫌い」と言います。子どもの花にとって慰めになるのは、やはり父親が「本当につらかったよね」「次々といろんなことが起きたけどよくがんばったね」と言ってあげることです。混乱した状態だった花も、父親にそう言われるとだんだん気持ちが落ち着いてきます。



父親の浩二さんにしてみれば、今では恵子さんが愛する人です。その恵子さんを自分の娘が嫌いだと言っているのに対して、彼は「恵子は完璧に素晴らしい人だ」と言いたいのです。それを聞いたら花はどんな気持ちでしょう。ここでもし浩二さんが花に「恵子さんは花の新しいお母さんになるのだから、ちゃんと言うことを聞かないといけないよ」と言ったならば、花にとってはつらいことです。そう言われた花は頑張ってよい子を演じ、恵子さんの言うことを聞こうとしますが、心の中では大変孤独になります。たとえば夕食時、恵子さんがつくった食事を花があまり食べずに、黙って下を向いて座っているというようなことになります。恵子さんは花のことを「しつけのなっていない、失礼な子だ」と思うでしょう。祖母がこれを知ったならば、「恵子さんはうちの孫に対してなんてひどいことを」と思うでしょう。

浩二はいろいろな人の間に挟まれて、大変みじめな思いをしています。こうした状況に置かれた親の中には、子どもとパートナー（継親）のどちらかを選ぶことで解決しようとする人がいます。しかし、ステップファミリーの親は、子どもにも共感し、妻にも共感する、

両方に共感する必要があります。両方を行ったり来たりする「シャトル外交官」です(笑)。

私の相談室に親子一緒に来てもらって話すときには、親が子どもの気持ちを理解するのを助けます。たとえ私たちが訓練を積んだ専門家であっても、不満を抱えた子どもの気持ちを楽にすることは簡単ではありません。まずは花が気持ちを言葉にするのを助け、次に父親である浩二さんがそれを理解するのを助けます。ですから、その2人ともそこにいてもらう必要があります。私は「浩二さん、お子さんの痛みを理解してあげられればそれだけでずいぶん楽にしてあげられるのですよ」と言います。でもそれは彼にとって難しいことです。次に、私は花が父親に対して話しかけるのを手伝います。これも難しいです。ときには花の気持ちを私が代弁しなければなりません。

ここで登場するのが、先ほどお話しした「ジョイニング」です。「ジョイニング」はとても単純な道具ですが、どう使うかという、たとえば「あなたは花ちゃんのことをとても愛していますよね。花ちゃんの気持ちを楽にしてあげたいと願っていますよね。まず深呼吸してください。もう一度深呼吸してください。浩二さん、花ちゃんが今話してくれたことが理解できましたか。何がわかりましたか。ゆっくりとささやくように花ちゃんに伝えてあげてください」と浩二さんに言います。浩二さんがそれを伝えたら、次に花に向かって「わかった？」と尋ねます。そうすると、花の肩の力が抜けて、1センチくらい下がります。これを何度も繰り返します。カップルの場合は2人が交互にジョイン（合流）するのを繰り返すのですが、親子の場合は親が子どもにジョイン（合流）するのです。親に対してだけ、「子どもの気持ちがわかりましたか？、わかりましたか？」と繰り返します。最後には浩二さんに「花ちゃんの顔を見てあげてください。何だか緊張が解けて表情が緩んできているでしょう」と言います。そして、「花ちゃん、そうだよ。お父さんがわかってくれて、心の中はどんな感じかな」と話しかけます。

これに関連して、是非読んでみてほしい本があります。*How to Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk* という本です（アデル・フェイバ、エレイン・マズリッシュ著、三津乃リーディ・中野早苗訳『子どもが聴いてくれる話し方と子どもが話してくれる聴き方大全』きこ書房、2013年）。どのようにして子どもが話すことに耳を傾けるか、子どもが耳を傾けてくれるように話すにはどうしたらよいかについて、ステップ・バイ・ステップでわかりやすく具体的な方法が書いてある本です。かなり古い本ですが（原著初版は1980年出版）。ほかに子どもについて何か質問が届いていますか。

野沢：はい。（提出された質問を読み上げる）「日本では、離婚して親権を失った実親が再婚すると、ひとり親のもとで過ごす子どもたちが傷つくことが多いです。その子どもたちをケアするプログラムはあるのかどうか、聞かせていただけますか」という質問です。

パトリア：素晴らしい質問ですね。大変重要なポイントです。もっとも重要なことは、親が子どもとの1対1の時間をしっかり確保し続けることです。急に「この人が新しいお母さんだよ。これが新しい家族だよ。素晴らしいでしょう」と紹介されるのは、子どもに

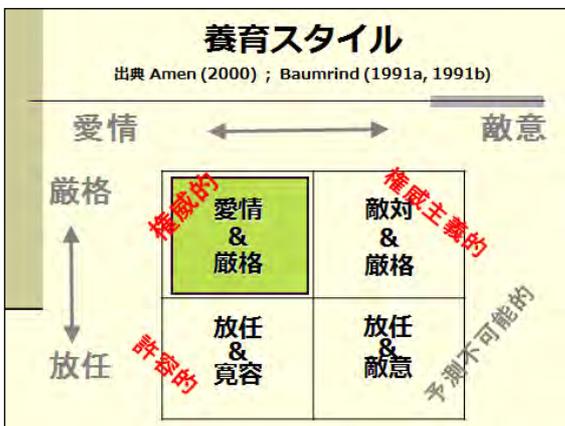
とっては受け入れがたいことです。子どもにとってよいのは、親が継親に対して「ゆっくり時間をかけて進める必要がある」、そして「私は自分の子どもと1対1の時間を今までのように取りたい」とはっきり伝えておくことです。

ステップファミリー建築の5つの課題に対処する

1. 部内者／部外者の立場は極端であり、それにとらわれてしまう
2. 子どもたちは、喪失感、忠誠心葛藤、あまりにも速すぎて多すぎる変化に苦しむ
3. 子育てに関して、ステップのカップルは両極端になる
4. 家族の文化
5. もう一人の親、元配偶者

子どもと関わりがあまりない別居親が再婚した場合は、子どもにとってこれがまさに親の喪失を意味することになります。ステップファミリーをすぐに受け入れるようにという圧力を子どもが感じるかもしれません。最近、私は中高年期の再婚8ケースの相談に連続して関わりました。子どもと別居している中高齢の父親が最近になって再婚したケースでは、新しくパートナー(継母)を得た父親が成人している娘と家族のように関わりたいと望むのですが、娘の方

は長い間父親と接触がなかったのでそもそも自分の父親と思えないというケースでした。父親は娘に自分たちの新しい家族の中で幸せになってほしいからセラピーに連れて来たと言うケースが多いのです。子どもがもっと幼くて、ライフステージが違っていても同じで、まず必要なのは、家族になるには時間がかかることを継母が理解すること、父親が娘との関係をしっかりと作ることです。



3 つめの課題は非常に重要な課題です。子育てに関わると成人カップルが分極化してしまうのをどうするかというチャレンジです。ガーノー先生のお話にありましたが、何をめぐって夫婦の葛藤が起こるかという点、初婚夫婦ではお金や家計の問題が多いのですが、再婚夫婦では子育てに関わる問題がもっとも多いです。例えばこんなことが起こります。ダニエル・エイメン (Dr. Daniel Amen) による左の図を見てください。愛情関係か敵対的關係かという横軸と、

厳格なしつけか放任的なしつけかという縦軸の分類から、4つの養育スタイルを導きます。このうち「権威的」「許容的」「権威主義的」の3つのスタイルが、様々な国の多くの研究結果に取り上げられています。そして、左上の「愛情深くて厳格な権威的養育」は、様々な尺度で測定しても子どもにより結果をもたらすことがわかっています。権威的な親は、愛情深くて温かさを持ちつつ、かつ適度に厳しい制限を設けるので、よい関係を築きます。権威的な養育は、子どもの社会的スキルや精神的健康の面でよい結果をもたらします。そのため、離婚やステップファミリーにおいても、実に様々な面でよい結果をもたらします。しかし、ステップファミリーでは、継親を右上「権威主義的養育」に、実親を左下「許容的養育」に引き寄せて分極化していく傾向が生じます。継親は子どもに制限を設けて、子

どもをコントロールしようとしてします。親は子どもを愛し、理解したいと考えます。ですから、浩二さんが「恵子は子どもたちに対して厳しすぎる」と思うわけです。恵子さんは「子どもは全然従ってくれないし、あなたは何もわかってくれないし、何もしてくれない」と言いたくなるわけです。実親子間では、既に価値観や習慣、普段の生活態度が決まっており、それを共有しています。どうしてこんなことになるのか、考えてみましょう。

親と子は、心の深いところでつながっていて、価値観や習慣、どれぐらいの状態なら騒ぎすぎなのか、あるいは散らかしすぎなのかについての合意ができています。しかし継親は継子と心の結びつきがありません。まだ家族の歴史を共有しておらず、どの程度でうるさいと感じるか、お金の使いすぎと感じるかについて合意ができていない状態です。その点で継子は苦しんでいます。花ちゃんは、恵子さんと関わることを避けて距離を置いたり、拒否したりします。

恵子さんはつねに台所をきれいにしておきたいタイプです。花がおやつを作って、台所を散らかしっぱなしにしています。恵子さんはそれを見てどう思うでしょう。むかむかした気持ちになりますよね。落ち込むかもしれません。しかし気持ちをうまく立て直せたら、恵子さんは浩二さんに「台所がひどいことになっているのよ。花ちゃんに『ちゃんと片付けてくれないかな』と言ってもらえると助かるな」と言えるかもしれません。けれども、まったく何も言わず、引きこもって行って、浩二さんと花の両方からさらに距離を置いてしまうほうはるかにありそうなことです。恵子が攻撃的なタイプなら、「あの子はまったくしつけがなっていない」と浩二さんに向かって言い放つかもしれません。

そのような妻の訴えに浩二が心を落ち着かせてうまく対応できたとしたら、「僕は今まで気にならなかったけれども、君は気になったんだね。花に言うておくよ」と引き受けられるかもしれません。けれどもついつい「あの子はまだ子どもなんだからしかたないよ。そんな風に目くじら立てるなよ」と言いたくなりそうです。継子のことで私も夫から「それがどうかしたの？」とよく言われました（笑）。

子どもたちに必要なのは愛情です。ものごとがうまく進めば、親がしつけを少し厳しくするのを継親が支援することができるでしょう。また、継親が継子に対してもう少し優しく共感的になるのを親が支援することもできるでしょう。事態が悪い方に転がると、継親が厳しくなればなるほど、親は子どもに対して保護的で寛容になり、そうなればなるほど継親はまた厳しくなる、という分極化現象が起きます。

この事態を支援する方法はあります。どのように支援できるかが重要なポイントです。胸に手を当てて自分に問いかけてください。この2つの立場の両方を心に留めることができますか。継親の方はもっとしつけをしっかりと、子どもに制限を設け、家庭内に秩序を確立したいと考えています。それに対して、子どもは今まで散らかった台所で暮らしてきたし、その親はそれをまったく気にしていなかったし、問題ないと考えています。それぞれの立場があり、この両極端の感情を夫婦がお互いに共感できるよう支援します。

私は常に先ほどの図を自分の相談室に貼って、あらゆる家族に対して使っています。子どもが問題を起しているときには、私は養育スタイルについて必ず尋ねるようにしています。親はどんな養育スタイルか、継親はどんな養育スタイルか、それぞれ尋ねます。継親と親には、この図を見せ、「あなた（継親）がこちら（厳格）にいくと、あなた（親）がこちら（放任）へ離れていくようなことになっているのでしょうか」と尋ね、両極端になっている場合には、「おふたりとも正しいんですよ」「愛情と厳しさの両方が必要です」と伝えます。そしてカップルがチームとして動けるように支援します。

とりわけ重要なことは、午前中のチェルシーさんの講義にもあったと思いますが、ステップファミリーではしつけを（継親ではなく）親の手に委ねるべきだということです。継親と子どもとの間に信頼関係、思いやりの関係が作られた後に、継親が愛情を持ちつつ厳しく子どもに接する関係が少しずつゆっくりとできてきます。8歳以下の幼い子どもの方が従順ですから、花よりも涼子の方が継親のしつけを受け入れやすいかもしれません。時間を経て成熟した健全なステップファミリーでは、継親が継子に対して温かく、思いやりをもった関係を築き上げているので、しつけもうまくいっているケースが多いです。とくに子どもが成長したステップファミリーではそうですね。ガイドラインとなるのは次の標語、「注意する前に紐帯ちゆうたいを作れ（Connection before correction）」です。まず子どもとの絆を作り、その後にしつけをすることです。私の同僚には、「ルールの前に関係を作れ（Relationship before rules）」と表現している人もいます。

チェルシーさんの講義でも、継親が継子と「仲よくなる」行動について触れていました。継親が継子に手を差し伸べ、思いやりをもち、しっかり時間をかけて継子と建設的なコミュニケーションが取れるような方向へと導いてあげます。私の同僚が言っていることですが、親子だけの時間が必要なときには、継親は一步後ろに下がること、背景に退くことが大事です。カップルがチームとして機能する必要があります。しかしながら継親は継子についての情報共有者なのであって、何かを判断する際には（継親ではなく）親が最終的な

臨床的ワークの3レベル

- I. 心理教育
- II. 対人スキル
- III. 心理的ワーク

発言権を持つことを明確にする必要があります。ここが重要な点ですが、アメリカの研究でも、野沢慎司さんたちの日本の研究でも、継子に対して継親が権威主義的で厳しすぎるしつけをするのは継親子関係に害毒となることが確認されています。悲しいことですが、このような袋小路にはまり込んでしまうステップファミリーも少なくありません。

では、第Ⅱのレベルに進みましょう。カップルがチームとして動くためには、親と継親が話し合う必要があります。しかし、継親と親が先ほどの図の右上端（「権威主義的養育」）と左下端（「許容的養育」）という対角線上にいるわけですから、喧嘩せずに話し合うなんてどうやったらできるのでしょうか。Ⅱの「対人スキル」のレベルで、カップルに役立つ

具体的ないくつかのスキルについてお話しています。まず大事だと伝えているのは、とにかく深呼吸をすることです。単純なことです。深呼吸。何よりも、「最適な覚醒状態」を保つことが重要なので、頭に血が上って混乱しているとき、あるいは落ち込んでいるとき、深呼吸をしてこの状態を取り戻しましょうと言います。アメリカのカップル関係研究者であるジョン・ゴットマンは、カップルがうまくやっていくためのもっとも重要なスキルは「自己調整=セルフ・レギュレーション」であると言っています。

よく喧嘩をするカップルにも、ぶつかり合うのを恐れて困難な問題について話し合うのを避けがちなカップルにも、役立つ具体的なスキルがあります。お互いの相違点について建設的に話し合い、つながりを作るためのスキルです。具体的なスキルを取り上げましょう。それは「批判をせずに、お願い（リクエスト）をする」ことです。これはとても単純ですが、家族に関して教育を受けてきた人にもまったく受けていない人にもまず伝えなければならないスキルです。たとえば「あなたはまったくしつづをしないのね」のような批判ではなく、「あの子がもう少し片付けするように協力してくれない？」というようなお願いをします。また、「レッテル貼り」をせずに「記述」することです。レッテル貼りとは、「あの子はだらしのないダメ娘ね」という言い方のことです。「記述」とは、「汚れた食器が流しの中にたくさん置きっ放しになっているのよ」というものです。さらには、もっと感情が絡んでくる場面では、「I メッセージ」と「You メッセージ」の使い分けも出てきます。「I メッセージ」は、「流しにお皿が溜まりすぎていると私は気分が滅入ってしまう」というものです。これが「You メッセージ」になると、「あなたは親として失格ね。あの娘は全然ダメな子だから」という表現になります。

ほかにも、相手に否定的なことを伝えたいときに使うスキルに「ソフト・ハード・ソフト」法があります。「オレオ」というクッキーは日本にもありますよね。柔らかいクリームを硬いクッキーで挟んであるお菓子。あれの逆で、ソフトなメッセージでハードなメッセージを挟む方法です。否定的な内容を伝えたいときに、まずソフトに、愛情を込めた言葉を発します。例えば、「君のことが大好きだ (I love you.)」です。あるいは、自信を示す表現でもいいです。「僕たちはきっとうまく対処できると思うよ」というように、ソフトに表現します。イライラしている時にはつい、そのままガーッと行ってしまうか、あるいはグツとのみ込んでしまうことが多いです。ソフトな言葉を探すという行為自体が気持ちを落ち着かせることに役立ちます。何か肯定的な出来事を思い出すことがポイントです。たとえば、恵子は継子が台所を散らかしたままにしているのが気になっているのだけれど、深呼吸して落ち着いて考えてみると「花ちゃんも先週は少し片付けができていたなあ」と思い出すかもしれません。すると浩二さんに対しても「あの子、先週は片付けができていたのだけど、今日はちょっとできていないみたい」というような言い方ができるかもしれません。ソフトな表現は共感を求める表現とも言えます。たとえば「今まではお菓子を作ってもやりっぱなしが当たり前だったのだから、初めてのことであの子には難しいと思うのだけれどね」という前置きになります。

丸一日を使った講義をするときは、この練習を皆さんにさせていただくのですが、今日は

時間がないのでとりあえず想像してみてください。とにかく何か難しいことを言わなければならないとき、何かソフトなことを思い浮かべられたなら、それを声に出して表現してみましょう。心からその優しい言い方を言葉にしてみましょう。私自身も、どちらかと言うと葛藤があるとそれを話さずに避けようとする傾向がありました。しかし、この方法を学んで、ソフトに話し始め、その後にハードなことを言い、最後にまたよいことを言う方法で問題を扱えるようになりました。私が相談を受けたカップルのなかには、非常に高い葛藤があり、自宅でのジョイニングが難しい例もありました。しかし、このソフト・ハード・ソフトという方法は非常に具体的で、誰にでも使えると感じています。

恵子さんは、何も言えず、家族から距離を置き、孤独にふさぎ込んで、ついには爆発して「あなたの娘はとんでもない悪ガキだし、あなたは知らん顔しているし」と口走ってしまう代わりに、別の方法がとれるわけです。たとえば恵子さんは「花ちゃんは今まで片付けをやらされたことないから仕方ないよね」と切り出します。「あなたもあの子に片づけるようにいろいろ言ってくれたのよね」と。これはソフトです。次に「でも、流しに汚れた食器が置きっ放しにされていると私はうんざりしてしまう」と言うのです。ソフトな言い方をすると、恵子さんは批判せずに自分の要求を伝えやすくなるかもしれません。次のように言いやすくなります。「あの子が自分で片付けできるようになるために一緒に協力できないかな。そのほうが私たち二人にとってもいいんじゃないかな。少なくとも私にとってはその方がありがたいんだけど」と。さらに最後はまたソフトに「2人でやればきつとうまく行くよ。難しいとは思うけどね。あの子だってわざと汚しているわけじゃないの。だからうまくいく」というような言い方ができるでしょう。

第Ⅲの心理レベル（「Ⅲ．心理的ワーク」）についても簡単に触れたいと思います。もしあなたが権威主義的な養育スタイルの家庭に育ったとします。そしてあなたは継親になったとします。するとあなたは二重の意味で不利な条件を備えています。親と継親が間違った方向に進んで袋小路にはまり込んでいるようなら、「あなたが育った家庭はどんな子育てスタイルだったのでしょうか？」と尋ねます。継子に対してどうしても優しくソフトに接することができない継親に対しては、どれほど厳しく育てられたのかを尋ねます。英語の慣用句を使えば、自分の親に「どれくらい高くジャンプさせられたのか」と訊くのです。高く跳ばされたというのは権威主義的な養育だったことを意味します。このように権威主義的な家庭で育った継親の場合には、考え方を变化させるのが難しく、相当な支援が必要です。「私が育った家庭ではこのようなしつけ方でうまくいってましたよ。自由奔放でやりたい放題のこの子をほかの誰がしつけられるんですか？」と言う継親もいます。もし彼を説得しようとする、こちらの方が議論に負けてしまいます。

そこで、まず私がその継親と「ジョイニング」をします。私はその継親をどのように理解できるのか。「なるほど、あなたはそのように育てられたのですね。それなら、そのように感じるのも当然ですね」と。そのような厳しい家庭で育った人のなかには、愛情のある権威的な養育と寛容で放任的な養育とを混同しているケースがあります。ある母親は子どもにきちんとルールを守らせることがどうしてもできませんでした。話を聞いてみると、

彼女は権威主義的な育てられ方をしたので、子どもに厳格にルールを守らせることはすなわち子どもを乱暴に扱うことのように感じられたのです。

継親がこのような状況を変えられずに苦闘しているときには、私は「願い」という言葉を使います。継親が「この子たちを誰かがきちんとしつける必要がある。そしてしつけるのは私の責任だ」と主張し続けるようなら、私は「確かにそうですね。誰かがこの子たちをしつけなければならない。あなたはそう願うのですね。継親だからそれをしなければという気持ちになっているんですね」と私はまず理解を示します。それでもうまくいかないときには、「私の話を聞いてどんな感じがしましたか」と相手に尋ねます。

では、皆さん、私のアドバイスに従って、深呼吸しましょう（笑）。

ステップファミリー建築の 5つの課題に対処する

1. **部内者／部外者の立場は極端であり、それにとらわれてしまう。**
2. **子どもたちは、喪失感、忠誠心葛藤、あまりにも速すぎて多すぎる変化に苦しむ。**
3. **子育てに関して、ステップのカップルは両極端になる。**
4. **新しい家族の文化は、すでにある家族の文化を尊重して築かなければならない。**
5. **もう一人の親、元配偶者**

さて4番目の課題は、家族文化を構築するというチャレンジです。ステップファミリーには既にできあがっているふたつの文化が存在します。例をご紹介します。日本にも、ツナ・サンドウィッチはありますよね。アメリカでは、ツナサンドのお弁当を学校に持って行くことがよくあるのですが、私の継娘はツナ以外に何も入っていない、純粹ツナのサンドイッチが好きなんです。ツナとたっぷりのふつうのマヨネーズ

ズだけを白い柔らかいパンで挟んだサンドウィッチが好きだったのです。でも、私がツナサンドを作るときは、刻んだセロリや玉ねぎや長ネギをちょっとだけ入れます。そして、低脂肪のマヨネーズを少しだけ使い、ヘルシーな全粒パンをトーストして挟むのです。それを彼女の前に出します。継娘が「パトリシア。新しいタイプのツナ・サンドイッチを作ってくれてどうもありがとう！」と言ったと思いますか。言いません（笑）。ただ黙って座っているだけでした。彼女の妹は「おえーっ」とだけ言いました（笑）。当時の私も「今日は、あなたとツナサンドについて知ることができたからよかったな」と言える程度には勉強していました。継母は、継子のために掃除、洗濯、料理、車で送迎などの家事をすべてやって、しかもとても手の込んだツナサンドまで作って出したのに、無視されるか「おえーっ」と言われるのがオチです。継母の人生とは何か。端的に言えば、継子のためにすべてを提供し続けることを期待され、しかも継子から拒否され続ける人生です。

初期段階のステップファミリーには、「ツナサンドの悲劇」のようなことが次々と起こります。もしこれが初婚家族ならば、ツナサンドをどう作るかなんてことは子どもがこの年齢になった段階では話題にもならない、全員の了解事項になっています。ステップファミリーの場合は、ツナサンドの悲劇を含め、あらゆる問題が突如出現します。初婚家族とステップファミリーの差異は実に大きくて、ときにあっと驚くような瞬間が訪れます。ツナサンドがどう作られるべきかについての了解事項は、親子間では確立されていますが、継親子間では存在していないのです。もし花だったら、おばあちゃんのもとへ走って行って

「おいしいツナサンド作って！」と頼んだとしても不思議じゃないですよ。花のおばあちゃんももちろん、孫のために作ってあげますよね。でもそのとき継母はどんな気持ちになるのでしょうか。そのような家族をどのように支援することができるのでしょうか。

継母の恵子さんは花のためにあらゆることをやってあげているのに何も報われず、祖母も孫のことを考えていろいろやってあげていて、哀れな父・浩二さんは三者の間で引き裂かれています。そこで、継母の恵子さんが花に何か問題があると考えて、カップルで相談に来ます。「この子はどうもおかしいんです。私の作ったものを全然食べません」と継母は訴えますが、父である浩二さんは「なぜ目くじら立てるかわからないんです。どうってことないことじゃないですか」と言います。この第4のチャレンジは、衝突をめぐる緊張の高まりを平常に戻るように助けることです。驚きますね。信じられますか。たかがツナサンドをめぐる第三次世界大戦が勃発したのです。ステップファミリーにこんなことが起こるなんて誰が予想したのでしょうか。

共感し合うことだけが私たち、そして子どもたちを成長させるのです。比喩的に言えば、ステップファミリーになるということは、日本人のグループとイタリア人のグループが一緒になって1つの家族を作るようなものです（笑）。そこでは偶発的な誤解がたくさん生じるし、互いについて理解し合うまでには長い時間と忍耐が要求されます。私のところに相談に来たステップファミリーの人たちを注意深く見ていますと、ホッとしている人もいれば、うつむいている人もいます。うつむいている人は、ステップファミリーになってがっかりしているようです。初婚家族のようになれると思っていたのにそうなれなかったからです。誰かをチームから出して、別の人をチームに入れれば元のようになれると思っていたのです。これからステップファミリーを築こうとしている人には、生活が始まる前にこのようなことをよく話し合っておいてくださいと言います。できるだけたくさん話しておくことが大事です。でも、既存の家族にとって慣れ親しんだ基本的な事項は、誰かが（暗黙の）ルールを破らない限りは気づかれず、言葉にされることさえないのです。私のツナサンド問題がよい例です。ツナサンドに何をどんな風に挟もうかと子どもたちに前もって質問してみるなんてことは、私には思いもよりませんでした。そこで、2つの家族のルールをすべてリストアップして、各ルールをどう統合し、改訂するかを考えましょう、とアドバイスをするような人がいます。そのようなアドバイスは理にかなっているし、論理的だと思われるかもしれませんが、しかし、そのようなことをすると、子どもたちに一度にあまりに多くの変化を押しつけることになります。変化の速度が上がれば上がるほど、子どもたちの気分は下がっていきます。

日本人とイタリア人が一緒に生活するステップファミリーでは、これまでいつもお箸を使ってきた人たちがいかにしてスパゲティを食べるかという問題が生じます。いくつかの点で合意ができていることは重要です。「まず2つか3つのことについてルールを決めてみてはどうでしょうか？」と私はよく助言します。皆の安全にかかわること、あるいはお互いに敬意を払うことについてのルールです。家族の慣習や行事を始めることも大事です。けれども、少しずつゆっくり進めましょう。ちょっとずつ、これをやったらしばらく様子

をみて、次にあれを試す、と。ところが、たとえば、あるステップファミリーではクリスマスに継母がツリーに真っ白な電球を飾りつけました。継娘はそれを見た途端に泣き出しました。その継娘はツリーに違う色の電球を飾り付けていたからです。家族の中にはいわば処女領域と言うべき領域があると知っておくとよいでしょう。新しい家族メンバーのために新たな伝統を作り直さなければならない領域です。その新しい家族独自の領域です。

結論として言えるのは、家族の共通文化の構築は長い過程を通して進行するのであって、一瞬にして成し遂げられる出来事ではないということです。時間がかかります。その過程には、様々な学びがともないます。最初からすべてを知ることが不可能です。何度も間違いを犯します。互いに腹を立て、落ち込み、深呼吸して、相手に向き直り、話し続けます。ここで「対人スキル」を復習しましょう。対人関係のスキルを学ぶことは実に有益です。チャレンジに立ち向かうためには、「批判をせずに、お願いをする」こと、否定的なことを伝えたいときに「ソフト・ハード・ソフト」法を使うこと、それに深呼吸して落ち着きを取り戻すことが役立ちます。こうした方法すべてが、「電球は白か赤か問題」や「ツナサンド問題」や「新聞紙問題」(我が家では新聞紙を正しく取り扱う方法が大問題になりました)などを話し合うために役立つのです。こうした具体的なスキルは、最適な覚醒状態を保ちながら相互の差異について話すため、つながりあうために有用です。そうすれば時間をかけて互いを理解することができます。では、しばらく休憩としましょう。

[休憩]

質疑応答

野沢：休憩中に質問をたくさんいただいておりますが、時間が限られていますので1つか2つご紹介いたします。「実親が『シャトル外交官』として家族のなかで一番努力し、人と人との関係を調整していくのは大変なことですが、この実親をどうやって助けてあげられるでしょうか」という質問です。

パトリシア：よい質問です。同じような立場の母親たちと話すことができるサポートグループに参加することはとても助けになります。私は私の娘が夫を大好きになるよう仕向けることはできませんでした。娘と夫それぞれと話をしてみれば、すぐには仲よくなれないなとわかりました。だから、時間をかけるのが正しい方法だと思いました。今、ふたりをくっつけようとするのは早すぎる、と。そのようなことを同じ立場にいる母親たちと共有することが大事なのだと思います。それで答えになったのでしょうか。

野沢：もうひとつ同じ方から「継親は、継子のしつけをせずに、継子と年上の友だちのような関係を築いて、先輩からのアドバイスを伝えるというような関係はよいのかどうか。子どもに親の価値観だけでなく継親の価値観も伝えることは、多様な考え方に触れるという意味でよい効果をもたらす面もあるのではないのでしょうか」という質問です。

パトリシア：そのような継親の役割は実に素晴らしいと思います。この後すぐにお話しし

ようと思っただけでしたが、実親はどうしても子どものことに感情的になりやすいので、相談しにくいところがあります。血縁のない継親の強みは、冷静に子どもを見て適切なアドバイスを与えられることです。継親も子どもにとってかけがえのない素晴らしい支援者となれると思います。子どもと十分親密な関係を築いていて、子どものことをよく知っていて、気にかけているけれども、一定の距離があるので実親のように子どもの言動に対して過剰反応しない継親のことを、私は「親密な部外者」と呼んでいます。

継親から継子にアドバイスする場合、「こうすべきだ」と言うのではなく、「それについてはいろいろ知っているけど、聞きたい？」と言うような話し方がよいと思います。継親は子どもの関心を明確にしてあげることが出来ます。かつて私の継息子は、さほどお金儲けにはならない職業に就きたいと言っていたんですね。そのとき、実父である夫はそれを好ましく思っていなかったのですが、私は「なりたいたら学校の先生になればいいじゃない。やりたくもないビジネスマンになってお金を稼がなくてもいいじゃない」と言ってあげることが出来ました。父親ができなかったアドバイスを継母の私がしてあげられたと思っています。結婚からすでに7年くらいが経っていたので可能だったことです。そのときには夫ではなく私の方がその子と夫（父親）との間の「シャトル外交官」役を果たしていたと思います。後でもう一度質問の時間をとりますが、また講義に戻ります。

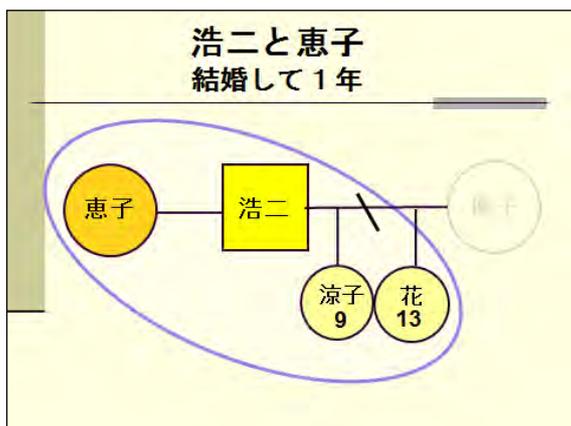
ステップファミリー建築の 5つの課題に対処する

1. 部内者／部外者の立場は極端であり、それにとらわれてしまう
2. 子どもたちは、喪失感、忠誠心葛藤、あまりにも速すぎて多すぎる変化に苦しむ。
3. 子育てに関して、ステップのカップルは両極端になる。
4. 新しい家族の文化は、すでにある家族の文化を尊重して築かなければならない。
5. もう一人の親、元配偶者

5つ目の課題です。最後に挙げましたが、決して小さなチャレンジではありません。ステップファミリーには、世帯の外に家族（もうひとりの親）がいます。午前中の講義に出てきたように、子どもの Well-Being が最良の状態になるのは、父と母と継父と継母のすべてとよい関係を築いている場合です。これについて少しお話しします。日本の法律では離婚後に共同親権を持つことはできず、単独親権になると聞いています。

個人的には、皆さんが支援している方々のために、この法律が変わることを強く願っています。というのも、大人である夫婦は相手との関係を切ることが出来ますが、子どもと親の関係は永遠だからです。大人にとっては理解し難いかもしれませんが、親として不適格な、虐待的な親であっても、いなくなってしまうと子どもの心には大きな空洞ができるようです。子どもの支援に関わっている方なら、親に虐待あるいは不適応な行動があった子どもとの関わりがあるかもしれません。親に愛されることとその同じ親に傷つけられることが並存すると子どもは混乱します。その2つの事実をなかなか飲み込めません。こういう場合に私は、「部分」という言葉を使います。そのような子どもに対して「あなたの心の一部分はお父さんを愛しているのね。でも別の部分では、お父さんにすごく傷つけられて痛みを感じるよね。そのどちらも本当のこと。その全然違う気持ちを持ち続けるのは、難しいし、つらいよね。でもそれを持ち続けることを私が応援するから大丈夫」と言います。これまでの数多くの研究からわかってきたことは、子どもにとって悪い影響を与える要因

は離婚自体ではなく、両親の葛藤だということです。子どもから親の1人を奪うことで両親の葛藤を取り除くというやり方では、子どもをケアすることはできません。私たちは、子どもが両親との絆を持ち続ける支援をすることで、子どもたちをケアすることができます。そして離婚後もうまく共同して子どもの養育ができるように両親を支援していくことが必要です。これについては明日の講義で詳しいお話があると思います。



以上で5つの課題と3つのレベルのご紹介が終わりました。冒頭の恵子さんと浩二さんの対話に戻ってください。5つの課題と3つのレベルのモデルによって、何が起きているのか、どうすればよいのかという点について理解しやすくなったでしょうか。5つの課題という視点から対話を見てみましょう。恵子さんはステップファミリーの部外者であり、誰にも気づかれません。浩二さんはステップファミリーの部内者で、

継母と子どものどちらかを選べとは言われたくないのです。そして、大人たちは子どもたちの経験がどんなものかわからないことが多いのです。子どもは気持ちを語ることが少ないので行間を読むしかありません。恵子さんは、「花が自分のことを見ようとしなさい」と言います。恵子さんは、子どもたちの母親として頑張らないといけないとプレッシャーを感じています。それで子どもはますますどうしてよいかわからなくなっています。そして、子育ての問題です。恵子さんは、「子どもたちの困った振る舞いに対してあなたは何もしてくれない」と訴えます。浩二さんは、「君が厳しすぎるからだ」と言います。

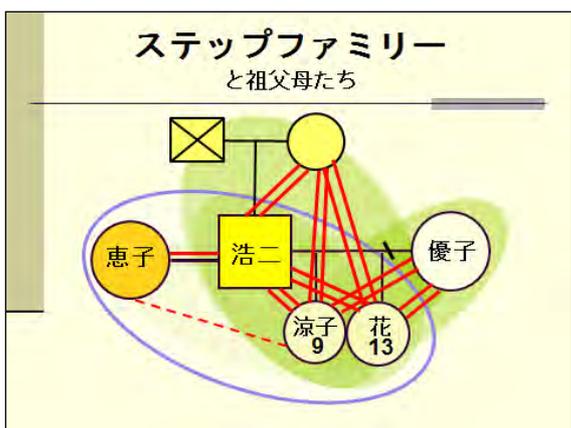
子どもたちの母親である優子さんについては、ほとんど触れませんでした。あたかも存在していないかのようなようでした。しかし、この優子さんをこの図の中に位置づけ直さなければなりません。ステップファミリーからの相談の際には、私は同居していない親について、居住地、面会頻度、関係はどのようなものか、父母間の葛藤の程度などを詳しく尋ねます。

5つのうち、どの課題から取り組み始めるかと言えば、もっとも困っている問題、もっとも痛みのある部分からです。部外者・部内者の立場にいる恵子さんと浩二さんの間に生じる大きな苦痛についての話がたくさん出てくるでしょう。ステップのカップルが分断されると感じるのはたいていこの部分です。子どもをめぐってまったく異なる立場にある2人は分断されます。

3つのレベルでは、最初の2つ（「Ⅰ. 心理教育」と「Ⅱ. 対人スキル」）から夫婦が相互理解を深められるように支援します。恵子さんには浩二さんがどれほど身動きできずに困っているか、浩二さんには恵子さんがどれほど孤独を感じているかを伝えます。また、このことで苦しんでいるとしても、それはお互いに対する愛情の問題とはまったく別であり、ステップファミリー特有の構造がもたらす問題であることを説明します。「その構造の中で、

あなたはステップの部内者（あるいは部外者）の位置に置かれているのですよ」と伝えます。最初の方でお話したように、どんなやり方ならうまくいき、逆にうまくいかないのか、何がノーマルな現象なのかについての知識を学んでもらいます。互いにつながりあうことを助けます。その後で、恵子さんと浩二さんが子どもたちを理解するのを支援します。取り残されて喪失感、孤独感を抱いている子どもたちの気持ちを理解することを応援し、子どもたちと1対1で過ごす時間を増やすのを助けます。大人たちが速度を落として、ゆっくり進むように支援します。日本人とイタリア人が一緒にうまくやっていくためには時間が必要です。継母である恵子さんをしつけ役割からできるだけ解放してあげて、継子たちと関係を深めることだけに集中できるように促します。

このようにひとつひとつのステップを進めていきますが、その過程で聞いて安心したこととつらくて聞きたくないことが出てくるので、つらくて聞けないことがあったら立ち止まって、何が聞きたくないこと、困難なことなのかを理解するようにします。ステップファミリーに対する幻想を断念したことが痛みをもたらしているなら、失った幻想を悼むためのワークが必要になります。それも喪失経験です。



また、家族療法家がステップファミリーの支援に携わる場合は、職場のように、ユニットごとに取り組む必要があります。最初のクライアントはカップルだったり、親子や子どもだったり、女の子だけ、など様々です。これらの強い関係を扱った後で、継親子関係などのステップの関係を扱います。このような構図の中で、すべての語りとシステム全体を包括的に視野に入れて、少しずつ進めていくことが必要です。

このステップファミリーのケースでは、支援の輪におばあちゃんにも加わってもらうことが重要です。浩二さんからおばあちゃんに話してもらって、セッションに来てもらうのです。「ステップファミリーをしっかりとさせるにはおばあちゃんの助けが必要です」と言います。おばあちゃんにも、恵子さんの役割について、ステップファミリーと初婚家族の違いについて、理解してもらう必要があります。そしておばあちゃんの気持ちも理解しなければいけません。アメリカでは日本ほど祖父母の関わりは大きくないかもしれませんが。それでも私の同僚には孫がステップファミリーで暮らしている人がいます。そのような人にとって、継母と母親の役割の違いや初婚家族とステップファミリーの違いを理解してもらうことが助けになります。

私のステップファミリーの発達段階についての議論をご存知の方もいらっしゃるかもしれませんが。この話は割愛しようかと思ったのですが、野沢先生にこれは大事だからと言われ残しておきました。それでよかったですと思います(笑)。ステップファミリーがどのように発達するか、またどのような課題があるかなど、ノーマルなステップファミリーの発達段

階をごく簡単に見ていきます。すでに今日たくさん話をしましたし、明日もあります。重要なのは、発達段階について細かい内容を記憶することではなく、長期的な変化がどのようなものかを理解することです。発達段階は直線的に進むものではなく、各段階を駅に喩えることができます。ある駅に止まらず次の駅に行く場合もあれば、元の駅に折り返す場合もあります。それでもやはりこのような段階のイメージをもっておくことは役立ちます。

**ステップファミリーの
発達段階**

初期段階: 始まり vs 行き詰まり

中期段階: 争いまたは 再編成へ

後期段階: 結束を固める

発達段階は、大きく3段階（初期・中期・後期）に分かれます。初期の第1段階では、強い絆や共通理解は親子の間に存在します。すべての関係について空想的な期待が生じます。人間ですから、ステップファミリーについていろいろな空想を抱きます。「恵子はきっといいお母さんになって、皆が幸せになれるだろう」とか、「僕が自分の子どもを愛しているように君も子どもたちを愛して

くれるだろう」とか、「子どもたちは実のお母さんを忘れちゃうかもしれない」といった空想を抱くかもしれません。

**ステップファミリーの
発達段階**

初期段階: 始まり vs 行き詰まり
第1段階. 空想に包まれている時期: 重荷が見えていない
第2段階. 現実に身を漬し始める時期: 困惑し恥じる
第3段階. 気づきの時期: 受容と共感

中期段階: 争いまたは 再編成へ

後期段階: 結束を固める

第2段階では、現実の中で溺れていくような感じがします。とくに初婚家族のようになると期待していた場合は、この段階で何度も混乱を感じたり、恥ずかしい思いをしたりします。「何かがおかしい。おかしいのは私かも」とか「おかしいのはあなただ」というような感覚に囚われます。浩二さんは「もしかすると恵子はよい母親ではなかったのかもしれない」と思いました。でも、それがステップファミリーの現実なのです。

第3段階の気づきの段階では、状況が明確になってきて、受容や共感、理解を深めることで、最適な覚醒状態が得られるようになり、相手を責めることや恥を感じるものが少なくなる段階です。「これは厳しい現実だけどノーマルなのだ」と思えるようになります。今朝の講義の中でも、ステップファミリーについての知識をもっているステップのカップルは、問題に落ち着いて建設的に対処できると学びましたね。そういうカップルはいきなりこの段階からスタートすることが多いと思います。

次が中期です。第4段階で家族は動き出します。違いがあることを認め、なんとかしようとお互いに関わり合うことが始まります。うまくいっているステップファミリーの場合は、お互いを思いやりながら試し、話し合いながら互いについて学んでいくことができます。うまくいかないステップファミリーの場合は、こういった問題をカーペットの下に隠

して見ないようにし、ぶつかりあって身動きがとれなくなってしまう。

ステップファミリーの 発達段階	
初期段階: 始まり vs 行き詰まり	
第1段階. 空想に包まれている時期: 重荷が見えていない	
第2段階. 現実に身を漬し始める時期: 困惑し恥じる	
第3段階. 気づきの時期: 受容と共感	
中期段階: 争いまたは再編成へ	
第4段階. 変動の時期: 違いがあっても関わり合う	
第5段階. 行動の時期: 新しい家族の共同運営を始める	
後期段階: 結束を固める	

私が「行動の段階」と呼んでいる第5段階では、家族が相互の違いに対処できるようになります。共通理解が形成され始め、事態が安定してきて、何が起こるかを事前に予測できるようになります。この段階でも、変化は直線的なものではありません。ある領域では違いを乗り越えて合意できるけれど、合意に至らない領域も残ります。合意がなくてもなんとかなる領域もあれば、合意を作るために話し合いを続けなければならない領域もあります。

私が夫と出会った当時、私の娘は12歳でした。娘は完璧なベジタリアンでしたので豆腐と野菜しか口にしませんでした。一方、夫はビーフやポークばかり食べる人で、食べる野菜はポテトだけ(笑)。私自身は娘と同じで野菜や豆腐が好きですが、チキンや魚も食べます。3人に共通していたことは、玉ねぎとニンニクとマッシュルームが好きということです。そこでその3つを鍋で煮込んで、3分の1を取り出して夫のために肉を入れて煮込みます。残りの3分の2には野菜をたっぷり入れます。そこに豆腐を入れて私と娘で分けるか、私だけチキンか魚を入れます。これでできあがり(笑)。今でもこんな感じです。この点ではすぐによい方法が見つかって対処できましたが、なかなか合意に至らず、難しく交渉が長引いた問題もありました。私の著書の中で「レース・カー家族」と名づけた家族は、自動車レースに参加しているかのようにいきなりアクセル全開で行動に移るようなタイプです。新しい家族のルールを一気にたくさん作ろうとしたり、新しい家族行事を次々と作ったり、急いで新しい家を買って引っ越したりします。ある質的調査研究によれば、そのような家族は満足度が急上昇するけれど、ほどなく壁に衝突するようです。そのような家族は、前の段階、気づきの段階(第3段階)に立ち戻って、スピードを落とし、お互いを理解しあうために時間をかけることが重要です。

後期の第6段階では、本物の親密さが生じてきます。カップルの間の親密さが生まれませんが、継親と(少なくともひとりの)継子との関係も親密なものになってきます。初婚では最初にハネムーン期が来ますが、再婚家庭の場合にはハネムーン期がだいぶ後になって現れます。辛抱強く努力して待つ必要があります。その時期には、満足感、自分たちがつながっているという感覚、互いに好感を抱いている感覚ができます。この段階になると、継親が「親密な部外者」になっています。私の娘は今では継父のところに何でも相談に行きます。母親の私のように過剰反応しない夫の方が落ち着いて娘の相談に乗れるからです。それに娘は私よりもむしろ夫に似ているようです。継親子間にこのような「親密な部外者」のような関係ができるのはこの段階です。

ステップファミリーの 発達段階

初期段階: 始まり vs 行き詰まり

- 第1段階. 空想に包まれている時期: 重荷が見えていない
- 第2段階. 現実に身を漬り始める時期: 現実にぶつかる =
- 第3段階. 気づきの時期: 受容と好奇心

中期段階: 争いまたは再編成へ

- 第4段階. 変動の時期: 違いがあっても関わり合う
- 第5段階. 行動の時期: 新しい家族の共同運営を始める

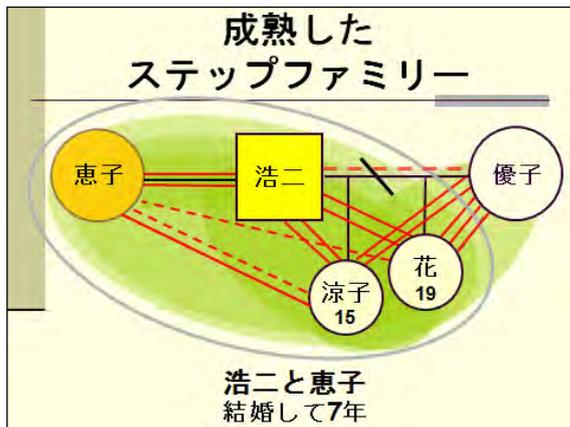
後期段階: 結束を固める

- 第6段階. 関係深化の時期: 親密で本物のステップ関係を
- 第7段階. 連帯達成の時期: 「自分たちを『私たち』だと感じられる」

ただ、この継親子関係ができあがるペースは同じ世帯内の複数の子どもの間でも違いがあります。私の場合は、継息子のうちの1人とはきわめて早い時期に「親密な部外者」の関係になりました。彼が就職を希望していた学校の校長に送る履歴書を見てほしいと私に送ってきたので、少し手直して送り返してあげたりしました。それは再婚後1年目でした。

最初の3年半の間、夫と娘は敵対関係にありました。皆さんに忍耐の重要性を知っていただきたいです。私は夫と娘ができるだけうまくやっていると取りはかいました。夫には「娘のしつけをしないように」とはっきり言ってありました。娘には、夫に対して「ちょっとは愛想よくし、失礼な態度を取らないように」と言ってありました。娘との時間を取り、そして夫との時間も取るようにしました。交互に1対1の時間を数年繰り返しているうちに、ようやく2人も関係を作る準備ができて、今では2人はきわめて親しい関係になりました。「全米で著名なステップファミリーの専門家」と言われる私ですが、3年半の努力を要しました。忍耐すれば、報われます。

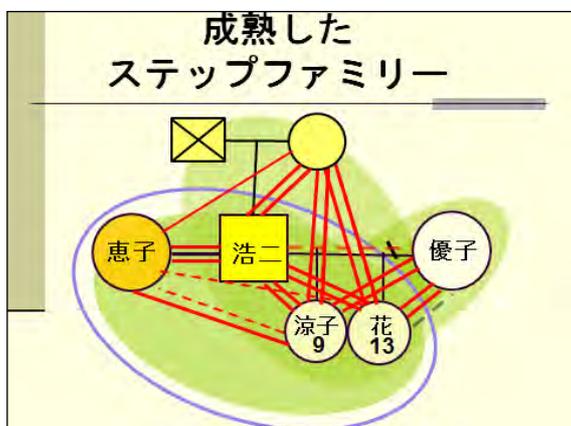
最後の第7段階では、家族全員が連帯と安心を感じられるようになります。ものごとをどうやるべきかの感覚を共有できていますし、自分たちは家族だと感じられます。ただし、



どんなに健全なステップファミリーでも、2つの家族文化の間の差異が多少は残っているものです。それでも、一方では自分たち家族のものと思える新しい家族行事や習慣や共通の価値観を発達させます。しかし、最終段階であっても家族の中に部外者・部内者問題はときどき顔を出します。アメリカの社会では、子どもたちの結婚式や出産などのときに、部外者・部内者問題が再燃します。そんなとき夫は私が娘に甘すぎると言いますし、私は

夫が厳しすぎると言うことがあります。それでも私と夫との間の対立はかなりソフトなものに変化しています。互いの相違は間違いなく存在し続けています。たいてい私と夫はチームとしてやっていますが、ときとして「ちょっと待った。君は娘に甘すぎるんだよ。それはやりすぎだ」という具合に対立が表面化します。でも、2人ともどこかで妥協できると感じています。この段階はその点が違うのです。

最終段階に達した恵子さんと浩二さんのステップファミリーを見てみましょう。親子間に、しっかりとした愛着があり、かつ価値観を共有している状態です。この家族の中には



祖母との関係も含まれます。恵子さんはどの関係においても部外者であり、浩二さんはどの関係においても部内者であるのは同じです。しかし、この7年間、健康を保ち、努力し、今ではうまくいっているステップファミリーになっています。カップル間の愛着関係も強まりました。

恵子さんと浩二さんとの間には、どのようにものごとを進めるかについて共通理解ができています。時間が経って、共

通の家族行事、共通の家族の習慣や価値観が発達しました。それでも違いは残っています。日本人はお箸を使いたがります。イタリア人はスパゲッティを食べ続けています。日本人もときどきスパゲッティを食べるようになった。でもイタリア人は箸を使いたがらない、というように（笑）。けれども新しい家族独自の行事、習慣、価値観を共有していて、「うちの」ものであるという感覚、「うちの家族」という連帯感ができています。それでも浩二さんは今でも恵子さんより花に近い位置にいます。一方、恵子さんと涼子との関係は強くなり続けています。恵子さんは今では権威をもって涼子をしつける役割をゆっくり少しずつ担うようになってきました。花に対するしつけ役割は今でも浩二さんが担っていますが、恵子さんからの情報や意見を受け入れることもあります。花の忠誠心葛藤は和らいでいますが、涼子に比べて家族から距離を置いている印象があります。それでも恵子さんに対して失礼な態度を取るようなことはありません。

この家族のセラピストをしているのが私です。浩二さんは、元配偶者の優子さんとも（子育てに関して）協力関係があります。恵子さんも浩二さんも、花と涼子とその母親である優子さんとの関係を支援しています。しかし、おばあちゃんはどうでしょうか。おばあちゃんがこのような家族のあり方を受け入れるのは非常に難しいことでした。孫たちのことを何よりも心配しています。セラピストとしての私は、まず浩二さんに働きかけます。恵子さんの立ち位置をよく理解できるようになった浩二さんは、恵子さんがおばあちゃんとの関係をうまくやれるように助け、おばあちゃんにも理解を求めます。おばあちゃんは心理学者なんて信頼できないと思っているので、私のところに来たのは1回だけでした。どうやったら浩二さんが自分の母親とうまく話せるか、支援します。孫の健康を心配しているおばあちゃんを浩二さんがうまく支えられるように支援します。その結果、浩二さんは、「お母さんが子どもたちのこ

"何とかやれている状態"から "うまくいっている状態"へ

ステップファミリーの発達段階

浩二と恵子:
初期段階での"何とかやれている状態"から
後期段階の"うまくいっている状態"へ

発達にはどれくらい時間がかかるのか？

とを心配してくれてありがたいよ。ステップファミリーがうまくやっていくためにはお母さんの協力がどうしても必要だな。いろいろと助けてほしい」とおばあちゃんに言いました。夫の浩二さんが自分を理解し支えてくれるようになったので、恵子さんも浩二さんの母親（おばあちゃん）との関係をよくしようという気持ちになってきました。そこで、恵子さんには花の好きな特別料理の作り方をおばあちゃんに教えてもらってはどうかとアドバイスしました。花が部活の宿泊合宿に参加したときには、恵子さんがおばあちゃんにスカイプの使い方を教えて花と話をさせてあげました。少しずつですが、恵子さんと子どもたちが関わる余地を増やす方向へとおばあちゃんの変化してきました。このようにうまくいっている健全なステップファミリーが、いかに初婚家族と異なっているかがご理解いただけると思います。

時間はどのくらいかかる？

早ければ ~4年

遅くとも ~6-7年

行き詰った家族は？（5年以内に離婚する可能性も）

“立ち戻って修復する” 家族

このようによい状態にたどり着くまでにどれくらいの時間がかかるのか。かなり長い時間が必要です。現実的なやり方を受け入れるステップファミリーは、この発達段階を進むのが速いです。対人スキルに優れているステップファミリーも速く前進します。自分たちの夢や理想に拘泥するステップファミリー、対人関係スキルが乏しいカップルは、時間もかかりますし、苦惱も大きくなります。

しかしやり直すのに遅すぎるということはありません。結婚後だいぶ経ったカップルが前の段階に戻って関係を修復することもあります。13年目になるステップファミリーの例ですが、娘の1人が結婚することになりました。結婚式をどうするか、誰を招いてどこに座らせるか、誰がどれくらいのお金を出すかという問題が噴出しました。これはステップファミリーにはよくあることです。しかしそこで明らかになったのは、このカップルはこうした問題をこれまで一度も話し合ったことがないということです。彼らも初期の頃にこうした問題を話し合おうとしたことがありましたが、あまりにもつらかったので棚上げし、それ以来このような話題を避けるようになっていたのです。そこで少しずつ、部外者・部内者について、継親の子育てについて心理教育をやり、また別のときには対人スキルについて、長い時間をかけて3段階を行ったり来たりしながら、学び直しを行いました。結婚後13年も経ったステップのカップルに対してです。何しろ時間がかかるのです。ある女性がうまいことを言いました。「ステップファミリーは、スローフード料理です。ファーストフードじゃない」と。

ご静聴ありがとうございました。それでは質疑応答の時間をとりたいと思います。私に対する質問でも、ガーノー先生への質問でも結構です。

[拍手]

質疑応答

野沢:いくつか質問が届いています。「ステップファミリーの虐待事件が報道されたりしていますが、継親による虐待というような深刻な状況に介入支援する場合、どのようにしたらよいのか」という質問です。

パトリア: 難しいです。まず理解しなければならないのは、その継親がどのような立場に置かれているかということです。その立場が虐待的な行動を誘発しやすいのです。継親である私がしつけ役を担うのが当たり前だと言われたら、日々ぬかるみを進むような感じになります。怒りがどんどん増していく感じになってもおかしくないでしょうね。継子に愛されたいと願っているし、こんなにがんばっている。継父なら子どものためにお金を出してあげているとか、継母なら食事を作ってあげたり、掃除してあげたりとか。なのに、何一つ報われることがない。自分には何も報酬がない。そんな継親が怒りを感じても何も不思議はないのです。虐待をしている人はとんでもないひどい行為をしていることは間違いありません。しかし、私たちがまず理解しなければならないのは、そのような継親の立場、ポジションです。そして継親をそのようなポジションに就かせてしまっている社会の構造に目を向けることです。

それほど深刻なケースでなければ、ステップファミリーには一般的で、ノーマルなできごとはどういうものなのか、うまくいくこととうまくいかないことは何なのかなど伝え、養育スタイルについて起きやすい問題について教育を試み、継親をしつけ役から外してあげることがよい効果を生むこともあると思います。子どもの母親が、継父（の虐待的行為）を（否定せずに）支持しなければいけないと思っている場合があります。それも理解できます。しかし、（継父が虐待的な）ステップファミリーの母親たちを私が支援する場面では、母親たちが継父に対して「こういうやり方はやめて！」とはっきり言えるようになるのを助けます。あるケースでは、母親が子どもを連れて出て行って再度離婚することになりました。別のケースでは、母親が強くなって継父である夫を説得し、彼をセラピーに連れて来るようになったら落ち着きました。

チェルシー: 虐待はステップファミリーに限った問題ではありません。ステップファミリー以外の家庭でも起こっていることです。今お話になったアドバイスはすべての家族に対して有効だと思います。

パトリア: 統計的な調査でも虐待の発生頻度は、ステップファミリーと一般的な家庭ではあまり変わらなかったと思うのですが、そうですね？

チェルシー: 知る限りでは、ステップファミリーに虐待が起こりやすいという明確な証拠データはありません。

パトリア: 明確な証拠はないけれども、虐待の発生率はあまり変わらないですね。最近も子どもが虐待された事件がありました。それがステップファミリーだと、そのことが

センセーショナルに取り上げられやすく、ステップファミリーの悪いイメージが一人歩きします。しかし、そのようなケースの数は少ないし、ステップファミリーが理由で虐待が起きたとは限らないと思います。

野沢：ステップファミリーで虐待事件が起こると、なぜなのかと議論されることがあります。パトリシアさんの先ほどの説明にあったように、しつけできない人（継親）がいきなりしつけできる（すべき）と思われて、そのポジションに置かれてしまうという構造的な問題を社会はなかなか理解できないようです。その構造的な問題から極端な結果が生じることがあるというご指摘でした。それはおそらく、ステップファミリー以外の家族の状況においても同様です。子どもとの関係が育まれていないのに誰かが権威主義的に子どもに関わっていくと、虐待に至りやすいのだと思います。これは今日の重要なポイントです。

ほかにも質問が届いていますが、最後まで話を聞いて何か質問がありましたらどうぞ。

発言者 D：ありがとうございました。講義の中で「子どもたちに関わりあるすべての大人が子どもとよい関係を築いていると、子どもたちはうまく生活に適応できる」というご指摘があったと思います。私もこの考え方に共感しています。でも、ステップファミリーの場合は、子どもと同居している実親と継親が、子どもが別居の実親との関係を築くことを快く思わないことも多いと思います。継親や同居している実親が、子どもと離れて暮らす実親を疎外する場合、どのようなことが影響していることが多いのか、伺いたいです。もう一点、継親や同居している実親が先ほどの考え方を受け入れるためにどのようなサポートができるかということをお教えいただきたいと思います。

パトリシア：大人は、元配偶者がいなくなってくれたらよいのにと感じると思います。大人はそうなったら都合がよいと思うけれども、そうなったら子どもはすごく傷つくのだということを大人の側はなかなか理解できません。自分の子どもを傷つけないと思はずなのに、それがわかるまでにすごく時間がかかります。この点、法律的な制度は大変重要です。アメリカでは法制度が州によって違いますが、共同監護（親権）を様々なかたちで強力に支援している州もあります。離婚する両親には子育てについての講習を受けることが義務づけられていて、離婚後の子どもの共同養育の方法について学びます。一方、離婚後に母親だけが監護権をもつことが多い保守的な州もあります。ですから、法制度はきわめて重要です。

アメリカでは共同監護（親権）がノーマルで当たり前のことになっています。私のクライアントのなかには子どもを元夫やその新しい妻（継母）と交流させている母親たちもいます。この母親たちのなかには、子どもに向かって元夫やその妻の悪口を言う人もいます。子どもの父親や継親の悪口を言うのは自分にとっては心地よいことかもしれないけれど子どもにとってはまったくそうじゃないことを理解してもらうのが私の仕事です。その母親も私のクライアントですから。答えになっているでしょうか。

発言者 E：今日は貴重な話をありがとうございました。私が出会ったケースで、自分は実

父と暮らしていて、別居している実母が再婚してお子さんも生まれた家庭というケースがありました。子どもは実母の家にときどき遊びに行くのですが、そこがものすごくよく見えて、そちらの家庭への幻想というか、「あっちのおうちで暮らしたら私は寂しい思いをしなかったのに」と言っていたのです。今日は、親たちが初婚家庭のようになれると幻想を抱くというような親の幻想の話が多かったのですが、子どもがステップファミリー、あるいは別居している実親の家族に対して抱きやすい幻想があるとしたらどんなものがあるか、聞きたいなと思いました。

パトリア：まずその子どもがどんな幻想を抱いているのか知りたいです。お母さんの家で何を見て、何を望んでいるのか、欲しているのかなど、想像することはできるけど、はっきりはわかりませんよね。この子の体験、願望をより深く知ることが必要なと思います。もしかしたら、その子は父親に求めていることがあるのに言い出せずにいるのかもしれない。大人も同じですが、子どもが幻想を抱くときは、何かを求めていることが多いですね。私の勘ですが、何かあるのでしょうか。もしかするとその子が求めているものは、父親にとっては聞きたくないものかもしれませんね。その幻想のなかにはすごく根が深くて解決できない難しいものもあるでしょう。一方、「今日はチョコレートが食べたい気分」というのと大して違わないような意味で「お父さんよりお母さんの方が好き」とちょっと言ってみたい気分だったかもしれません。ですから、それを聞いても親の側があまり取り乱したり、混乱したりしないほうがよいですね。お役に立ちましたでしょうか。

発言者 E：先ほどの質問を補足します。実母の家の子がお誕生日会をやらしてもらっていたのがすごくうらやましかったとその子が話していたことを今思い出しました。子どもが暮らす家は父親一人で、父親がなかなかそこまで細かく気づかないけれど、そういうことをしてもらいたかったのかなあと今少し思いました。

パトリア：その子がそれをお父さんに話すのを助けてあげればよいと思いますよ。お父さんに誕生日会を開くことがどんなに大事なことを理解してもらうのを手伝ってあげられませんか。父親にとっては耳が痛いかもしれませんね。でもそうすることがよいと感じませんか。

野沢：まだご質問があるかもしれませんが、時間になりました。第1日目、終了です。パトリアさん、どうもありがとうございました。

[拍手]

家族支援家のためのステップファミリー国際セミナー2014

パートⅡ

【開催日】

2014年9月14日（日曜）

午前の部 9時30分～12時

午後の部 13時～17時30分

【場所】

明治学院大学白金キャンパス

2号館 2310教室

3. アメリカのステップファミリー向け心理・教育プログラム

Psycho-Educational Resources for Stepfamilies in the United States

フランチェスカ・アドラー＝ベーダー

Francesca Adler-Baeder

チェルシー・ガーノー

Chelsea Garneau



フランチェスカ：どうもありがとうございます。野沢先生には大変感謝しています。私たちが初めて出会ったのは数年前…10年くらい前になるでしょうか。

野沢：9年前です。

フランチェスカ：そう、9年前でしたね。そのころは、私たちまだティーンエイジャーだったわね。こここのところ、通訳してもらえますか（笑）。

野沢先生と出会ったのは学会大会の場でした。ステップファミリー研究のシンポジウムでした。多くの国に多数のステップファミリーが存在しているわけですが、その多くはいわば隠れた人たちです。

今回ここにお招きいただいたことを光栄に思っています。こちらを訪れて、すでに野沢先生と共同研究者の皆さんがすでにステップファミリーの研究を積み重ねており、SAJの皆さんが支援活動を展開されていることを知り、感銘を受けました。

今日はテレビ番組『おはよう日本』（NHK）のクルーも取材に来ているとのことですが、本当に素晴らしいです。テレビによってステップファミリーが社会的に見える存在になるからです。日本にもたくさんのステップファミリーが存在します。そしてステップファミリーは初婚の家族とは異なります。しっかりしたステップファミリーを作る方法はしっかりした初婚家族を作る方法とはちょっと違います。ですから、（テレビに取り上げられることは）素晴らしいことです。その点を理解してもらえようような努力をしていただけのことにはありがたいことです。

昨日から今日に続く一貫したメッセージは、再婚家族、ステップファミリーもたくましく強い家族になることができるということ、そして子どもたちを育てるのに適した家族になることができるということです。ただし、それにはそのためのスキルと知識が必要です。

さらにお礼を言いたいのは、すべての翻訳・通訳のお仕事に対してです。スライドの翻訳と、今日ここでの通訳、ありがとうございます。私は、来日前にどうにも日本語を勉強する時間が足りませんでした（笑）。ですから、このようなご尽力に本当に感謝しています。



もうひとつ感謝したいことがあります。今日、私の妹も来ていて、あそこにいます。どの人かすぐわかりますよね(笑)。私の家族はちょっと特別なファミリーヒストリーを持っています。私の母はドイツ人で、幼い頃インドネシアに住んでいました。1930年代、インドネシアにあるオランダの会社に母の父親が勤務していたからです。戦争が勃発すると、祖母と3人の娘たちは捕虜収容キャンプに入れられました。母の父親(祖父)も捕虜収容キャンプに入れられ、そこで亡くなりました。

その後1年間そこにいた母たちは、1941年に日本軍がやってきて救出され、神戸に移送されました。(写真を見せながら)これが、1941年の奈良ホテルの写真で、これが母です。これが、私の叔母さん、こちらが母の姉妹のもう1人です。これが祖母です。母は、食べ物も豊富に与えられ、薬も与えられて健康を取り戻しました。12歳になるまで6年間神戸地区で暮らしたそうです。

戦争の歴史の裏にこのような出来事があったなんて皆さんご存知ではなかったと思います。戦時中の困難なときに、私の家族が日本でいろいろと親切にしてもらったのです。日本の兵隊さんたちが来て母たちを助け出してくれなかったら、そして奈良と神戸の人たちが母たちを受け入れ、生き延びる手助けをしてくれなかったら、私も私の妹も今日ここにはいなかったに違いありません。

母は今80歳になっており、日本に来ることができません。精神的には健康なのですが、身体的にはあまり健康ではないので、私たちが母の目となり耳となろうと日本にやってきました。母に代わって皆さんに伝えたいです。「(日本語で) どうもありがとうございます」と。

さあ、では始めましょうか。最初にチェルシーが導入部分を担当します。

チェルシー：昨日も自己紹介させていただいたのですが、この秋にミズーリ大学に転職するまでの数年間、私はオーバーン大学でフランチェスカと一緒に仕事をさせていただきました。今日ここで彼女と一緒に講演させてもらえることを光榮に思っています。皆さんご存知のように、フランチェスカは教育プログラム「Smart Steps」を開発し、オーバーン大学ではそれを使った大きなチームによる大規模なプロジェクトが動いています。この教育プログラム・資源が、ステップファミリーの支援実践を日々行っている皆さんにとって助けになり、役立つことを願っています。

本トレーニングの目的

- ▶ グループ教育プログラムの提供や心理教育や心理療法の併用が持つ価値の認知度向上
- ▶ 利用できる教育資源と研究に関する知識の向上
- ▶ 米国で利用できるプログラム内の具体的内容を理解
- ▶ グループ教育プログラムを行うための実践的スキルの獲得
- ▶ プログラムを日本のステップファミリー向けに使用するための文化的配慮とアイデア出し



フランチェスカ:今日は、実用的な技法のツールを皆さんにお伝えしたいと思っています。それはステップファミリー支援にかかわる専門家のお仕事でも使えますし、ご自身がステップファミリーであればご家庭でも使っていただけたと思います。今日の内容は、心理療法的なものではありません。主にステップファミリーのための予防・教育に焦点をあてたものです。昨日の心理療法のお話とうまく組み合わせることで、多様なツールを身につけることができると思っています。

今日の前半は、この教育資源の概要をお話します。多様な資源がどんなものかについて説明します。後半では、プログラムの一部を実際にやってみます。参加者とのやり取りが含まれるものであるということを経験していただきます。私たちが実際に「Smart Steps」という教育プログラムを実施するのは、授業クラスの中や大きな会議の場など様々な場面です。今日のような大きな聴衆がいる場合ですと、だいたい4人から5人ぐらいの小グループを作ります。参加者同士は知り合いであったり、なかったりするわけですが、まずは互いに自己紹介をしていただきます。そしてこの「Smart Steps」に参加して、何を得たいのか、どんなことを期待しているのかを述べていただきます。いかがでしょう。やってみましょうか。

15人ぐらいまでなら全員が自己紹介できるのですが、今日は人数が多いので、小さなグループに分かれてやりたいと思います。4人か5人、新しい友だちを作りますか(笑)。自己紹介して、今日このプログラムに何を期待しているか、互いにお話してみてください。

[グループワーク]

チェルシー:では、皆さん、そろそろ全体でのお話に戻しましょう。

こういう導入部分の自由な活動というのは、コミュニティ教育の過程において、いくつかの役割を担っています。第1に、「Smart Steps」のクラスの目的は、ひとりの専門家が教壇に立って教えることではありません。終始一貫して目標にしたいのは、参加者が自分の声に気づく機会を得てもらうということ、何か話したいこと、誰かに聞いてもらいたいことがあるという事実に対して、開かれた雰囲気を作ることです。もう1つ重要なことがあります。ステップファミリーがもっともうまくいくのは、自分以外のステップファミリーの当事者を含むソーシャル・サポート・システムの支援が得られている場合であることを明らかにした研究があります。コミュニティ場面で教育を行うことのもっとも大きな利点は、心理療法的な環境と違って、他のステップファミリー当事者とのつながりを作る機会を提供できる点にあります。今回、皆さんがこの教室で出会った人たちとは、ステップファミリーを支援されている専門家同士としてお互いにサポートネットワークを築いてもらえると嬉しいです。

フランチェスカ:今日の目的は、ステップファミリーに対するグループ教育プログラムの価値について認識を高めていただくことにあります。それから、心理教育、つまりステップファミリーの家族生活教育を心理療法と組み合わせる価値についても認識していただき

たいと思っています。今日は、いろいろなタイプのプログラムがあることを皆さんに知っていただこうと思います。それを日本のステップファミリー向けに翻訳して使っていただいてもいいですし、似たようなものを独自に作っていただいてもいいでしょうね。具体的に「Smart Steps」プログラムがどのような知識を皆さんに提供できるのかを示したいので、まずはこのプログラム内容の概要に触れていきたいと思っています。

それからもう1つ、通常はもっと長い時間をかけてやることが多いのですが、ファシリテーターのやり方をお伝えしたいと思います。これは、大学の先生が講義で教えるのとはまったく違います。教える技法ではなく、ファシリテートする（促す）技法をお伝えしたいのです。そして、できるなら午後の時間に、日本の社会的な文脈に合わせて、より適切な別のプログラムが開発できないだろうかということについて、アイデアを出し合うようなブレインストーミングができたらと思っています。

<p style="text-align: center;"> “再婚とは希望が経験に 打ち勝つことである” サミュエル・ジョンソン </p>	<p> ステップファミリー向け「強みを活かす」 家族システムアプローチ </p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 成功の可能性が高い ・ 個人と家族が強みを持つと想定 (スキル、知識、モチベーション) ・ 個人をある状況(家族と地域社会)の中の存在としてとらえる ・ 家族メンバーそれぞれの考え方と家族機能に よっての役割を考察
--	--

プログラムの最初によく紹介するのは、「再婚とは希望が経験に打ち勝つことである」という言葉です。ステップファミリーを対象とした仕事をされる場合、あるいは自分自身のステップファミリーについて考える場合には、かつて一度結婚を経験しており、うまくいかなかったけれども、再婚するときにはしっかりした幸せな結婚をしたいと、初婚のときと同じように、あるいはそれ以上に強く希望しているということを念頭に置くことが大事です。私自身も経験したことです。2度結婚しておりますので。1度目の結婚での過ちからいろいろ学んで、そして2度目はもっとよい選択ができるようにと考えるわけです。

チェルシー：このプログラムの狙いは、ステップファミリーを支援していくときに、家族の強みを活かすアプローチを取ることです。今の世の中には、ステップファミリーに関する否定的な情報ばかりが流通しています。再婚が離婚に至る確率の高さ、再婚に対する悪いイメージ、ステップファミリーの人たちが示す様々なよくない傾向などです。しかし、そういった情報を持っていても、ステップファミリーの当事者を支援するのに役立つことはあまりありません。そこで、私たちは、うまくいっているステップファミリーが持っている「強み」に注目していくアプローチを取ります。うまくいっているステップファミリーは、個人と家族のいずれのレベルでも、持っているスキルや知識が豊富です。さらに、

プログラムに参加した時点で彼らはすでに高いモチベーションを持っており、よりよい家族にしたいという強い希望を持っています。

フランチェスカ：こういった視点がステップファミリーにとってなぜ重要かと言うと、例えばステップファミリーの当事者自身もどうしたらよいか悩んでいるという事実があるからです。さて、今まで皆さんが支援してきたステップファミリーのことを思い浮かべてください。あるいは、ご自身がステップファミリーであればご自分の家族のことを考えてみてください。支援したステップファミリーの方たちはどんな悩みや課題を抱えていたか、あるいはあなた自身どのような問題を経験したか、お手元の紙に書いてみてください。他の人に見せる必要はありません。ちょっと時間を取ります。

【数分後】一旦止めていただいてよろしいですか。思い浮かべていただいた同じ家族について、その家族がどんな強み、うまくやれている面を持っていたかを書き出してもらえますか。

【数分後】じゃあ、ここで止めてください。どちらが書き出しやすかったのでしょうか。問題点の方が思い浮かべやすかったのではないのでしょうか。私が思うに、専門家も、ステップファミリーの当事者も、うまくいかない点ばかりを考える傾向があります。しかし、教育の場面でも心理療法の場面でも、その家族のよいところを考えるように仕向けることが重要です。うまくやれている点、コミュニケーションがうまくいっている点などですね。お父さんは1人で問題を抱え込まずにみんなと共有したいと思っている点がよいとか、お母さんもモチベーションが高くて何とかうまくいくようにしたいと思っているところがよいとか。

意外に簡単なことなのですが、このようなやり取りから始めると、ちょっとよい気分になり、このクラスに出るとなんかいい気持ちになれるとか、役に立つ情報が得られると思ってもらえます。

チェルシー：家族の中でも、その時点でもっともはっきりと問題を抱えている個人だけに焦点をあてるのではなく、どの個人も家族のシステムやさらにはコミュニティのようなもっと大きな文脈の中に生きている事実を視野に入れることが重要です。昨日、ペーパーナウ先生がおっしゃっていたことも近いです。家族のメンバーはそれぞれ違った視点をもっているのです、その全体を同時に考慮に入れます。家族のメンバーにも、家族全体の文脈を考えるように、そしてほかのメンバーの視点や考えを考慮するようにと促します。

フランチェスカ：この「Smart Steps」というプログラムは、ステップファミリーの大人・

ユニークな家族形態

- 子連れ再婚が直面する特有の課題
 - 社会的側面：核家族をよとする地域社会や社会で、ステップファミリーとしてうまく機能すること
 - 配偶者に関する側面：再婚以前にできあがっていた人間関係の中にカップル関係を構築すること
 - 親に関する側面：好ましい親子関係の維持
 - 継親に関する側面：前向きな継親子関係の構築
- ステップファミリーのカップルは、心理療法と教育において特有なニーズがある

*(Adler-Baender, Higginbotham, & Lamke, 2004; Browning, 2012; Papernow, 1993; 2013; Halford, Markman, Stanley, & Kline, 2002)



カップル向けの部分と、子ども向けの部分に分かれています。子どももいろんなスキルを身につけることができます。子どもたちも他の人に共感するスキルを身に付けることができるのです。家族の誰もが他のメンバーの視点を理解し、それに共感するためのスキルを学ぶことが重要です。そのために、家族全員向けのプログラムになっているのです。

昨日のお話にもあったように、ステップファミリーは（初婚家族に比べて）最初からはるかに複雑な構造になっています。カップルだけが最初に存在するわけではありません。いくつもの領域、側面が存在していて、再婚後の家族、ステップファミリーに影響を与えます。私たちは、それぞれの側面ごとに、家族のメンバーがストレスをどのように感じているかを測定するための質問紙を使ったりもしています。社会的な側面で言えば、例えば、文化的な価値観のためにステップファミリーであることを周囲に隠して過ごさなくてはならないかどうか、ステップファミリーに対する否定的なイメージのためにストレスを感じたり、プレッシャーを感じたりしているかどうか、といったことが関係してきます。

次に、配偶者同士の関係の領域、側面があります。新しいカップルは2人の関係を作っていくかなければならないのですが、初婚の場合よりもストレスが多いです。すでにいろんな関係が周りに存在するからです。アメリカでは共同監護（共同親権）が一般的になっているので、必ず元配偶者との関係が存在します。したがってその領域にもストレスが生じます。

それから、さらに別な側面として、血縁の親子関係の領域があります。ひとり親家庭として過ごした時期に子どもが実の親と特別に親密な関係になっていて、そのためにその親が再婚した時に、子どもが嫉妬心を抱くことがあります。そして、それが親子関係にストレスをもたらすこともあります。

それから、もちろん継親子関係の側面があります。まったくの他人同士と一緒に暮らすことになったただけなのに、愛情を示したり、思いやったりする関係になることを期待されるわけですから、当然そこにはストレスが生じます。

そこで何が重要なポイントか。私自身は、アラバマ州で、カップル全般向けのプログラムも実施しています。しかし、ステップファミリーのカップルがそのようなプログラムに参加して、結婚にどう適応するかというワークをしたならば、今述べたようなステップファミリー独自のいくつもの側面に関する情報がすべて抜け落ちてしまうこととなります。ステップファミリーは初婚とは違うのです。そこがポイントです。教育においても心理療法においても、触れなければならないことがたくさんあります。しかし、初婚向けに作られた情報には、そうした内容が含まれていないのです。

この点について少し補足しましょう。私が指導した博士課程の大学院生が学位論文のために行った研究で、一般的なストレス、例えば仕事と家庭の間に生じるストレス、健康上のストレスなどをステップファミリーに関わるストレスと比較検討しました。そこで、構

- ◆これらのステップファミリーに特有の課題／ストレス要因は、「一般的な」家族のストレス要因に比べ、結婚の充実度により大きな影響を与える予測因子であることを研究で実証。*
- ◆ほとんどの臨床医や家族サービス提供者が、こうした特有の課題に対処するための研修を受けた経験がない。
- ◆多くの家族が非現実的な期待を抱いているため、ステップファミリーをうまく形成するための教育はメリットが大きい。

*(Schramm & Adler-Baeder, 2010)



造方程式モデリングと呼ばれる手法の手続きを使って分析したのですが、これについては説明が少々やっかいですね（笑）。要するに、夫婦関係の質に影響を与えるもっとも強力な要因は何かということを統計的に検討したわけです。その研究の結果によれば、予想通りではありますが、ステップファミリーのカップルに関しては、夫婦関係の質に影響をおよぼす最大の要因は、ステップファミリー特有の課題に関するストレス・レベルの高さであり、それは一般的なストレスの影響よりもはるかに大きかったのです。

30年間にわたってステップファミリーの調査研究が行われてきた米国においてさえ、心理療法家、臨床家、家族支援サービス職のための公的研修プログラムにおいて、ステップファミリーに関する講義がまったく設けられていませんでした。だから、実際の現場の専門家の中でも、ステップファミリーは何か違うと敏感に察知した人だけが、このようなステップファミリー向けの教育プログラムにあえて参加して学んでいるのです。

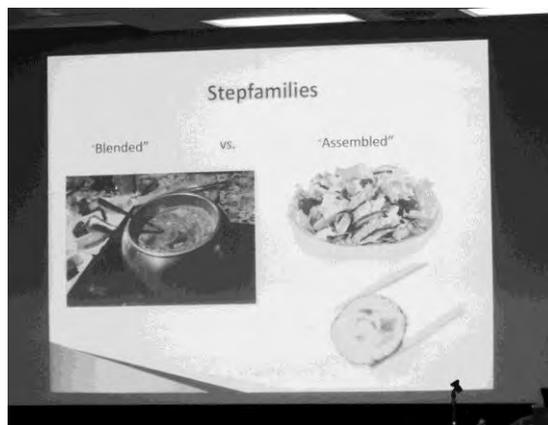
チェルシー：私自身も結婚・家族療法の教育・訓練を受けたのですが、そのときステップファミリーに関する問題というのはまったく教わってなくて、私が指導を受けた先生もステップファミリーが特有の性格を持つことを全然理解していませんでした。今では私もステップファミリーに関する知識を身につけましたが、それを学んでいない当時は、家族一般向けの知識でステップファミリーの家族を支援したこともありました。今思うと、それによってその家族のストレスを増大させてしまったかもしれない、と後悔しています。

フランチェスカ：ですから、ステップファミリーの当事者自身も、こういう違いがあるということに気づいていなかったり、ステップファミリーが健全な状態にたどり着く道筋も他の家族とは違うことに気づいていなかったりしても不思議ではありません。

この話をするときに、私は右のような写真を使います。再婚家庭、ステップファミリーについて、この写真（左側の煮込みスープ料理）のようなイメージを持たれることがよくあります。全員がブレンドし、溶け合って、初婚家族のようにひとつの姓を持っていて、均等に互いにつながり合っているイメージですね。

でも、ステップファミリーは実際にはもっとこちら（右の写真にあるようなサラダや海苔巻き）のようなイメージが近いと思いますね。いろいろなものが集められて、混ぜっはいるのですが、その経歴やルーツは違うわけです。形や味が異なっているし、その差異がずっとそのまま続く状態なのです。違うまままで一緒にいる。

健全なステップファミリーでは、（均等につながっているのではなく）例えばネギがカニよりもご飯の近くにあってもいいわけです。こういうサラダ（写真右上）をアメリカではトスト・サラダというのですが、トマトはレタスとちょっと近いかもしれない、クルトンは全体と混ぜっはいるかもしれない。（継親が）複数の子どものうちの幼い子とは（親子の



ような) 愛着関係ができたのに、年齢が上の子どもとは友だち関係のようになることもあります。健全なステップファミリーとして、そのような状態であってよいのです。

チェルシー：それでもとても美味しい食事になるのです (笑)。

フランチェスカ：次のスライドはとぼして、文化の多様性の話をしましょうか。

チェルシー：まずはアメリカ社会の経験に根ざした議論になりますが、文化的な背景の影響はとても重要です。ステップファミリー特有の家族ダイナミクスもそれによって変わってきます。アメリカの研究結果は日本のステップファミリーを理解する上で役に立つと思いますが、やはり日本のステップファミリーでは何が起きているかを理解するためには、日本の文化的文脈を理解し、日本のステップファミリーにとって何が効果的な支援なのかを考えることが重要だと思います。

<h3>文化的背景がステップファミリーの人間関係ダイナミクスに与える影響</h3> <ul style="list-style-type: none">異なる文化におけるステップ関係の浸透の度合い<ul style="list-style-type: none">離婚／再婚および以前の恋愛関係からの子連れ初婚がより普及している。境界性がより流動的で、伝統的な家族形態の重要性をあまり強調しない文化低所得家族離婚／再婚と以前の恋愛関係からの子連れ初婚の割合が若干低い。伝統的な核家族形態を重んじる文化社会政策が離婚を許容しない文化 <p>(Adler-Baeder, et al., 2006; Karney, et al., 2003)</p>	<h3>文化的多様性</h3> <ul style="list-style-type: none">文化に配慮し、文化が家族に与える影響を考慮することが重要文化がステップファミリーの形成と機能に必要な強みを与えてくれているかもしれない健全なステップファミリーの形成と機能を目指すための推奨される行動を実行しようとしても、文化が障害や問題となってしまうかもしれない
--	---

フランチェスカ：私たちが考えていることのひとつは、例えば次のようなことです。文化のレベル、国のレベルで見ると、そこには家族生活に関する規範があるでしょう。しかし、個人のレベルに眼を移すと、家族生活について人によって異なった期待や規範を持っているということに気づきます。家族観の中には、ステップファミリーの構造を補強してくれるものもありますが、逆にステップファミリーの家族構造に困難をもたらすような家族観もあります。

チェルシー：右に挙げているのは、自分のことを振り返ってみるのに役立つ質問のリストです。それぞれの質問によって、自分の社会の文化を知るという意味だけでなく、個人がこうした問いに関してどんな家族観を持っているかを知る上でも役立ちます。また、意見が一致しているのはどの質問か、意

あなたの文化では？

- 身近な家族として誰を思い浮かべますか？
- 誰が子育てを担当しますか？
- 以前のパートナー(子どものもう1人の親)はどのような役割を担っていますか？
- 拡大家族のメンバーは、あなたの結婚／カップル関係や子育てにおいてどのような役割を担っていますか？
- 地域社会の人たちはどのような役割を担っていますか？
- 子育てに関わるそれぞれの大人の主な役割は何ですか？
- 家族の中で権限を持っているのは誰ですか？どのような仕組みですか？(親同士、親子間)
- 別居／離婚はどの程度認められていますか？再婚はどうですか？
- 再婚とステップファミリーはどう思われていますか？
- 心理療法／カウンセリング／家族支援サービスはどう思われていますか？

見が分かれるのはどの質問に関してかを確認することができます。

例えば、「身近な『家族』として誰を思い浮かべますか?」、という質問があります。「誰が子育ての主要な責任を担うべきでしょうか?」というような質問もあります。とりわけステップファミリーに焦点をあてた質問としては、「拡大家族のメンバーがどんな役割を果たすべきか?」という質問があります。「家族の中で誰が権威をもっているのか?」という、しばしばジェンダーに関わる期待についての質問もあります。「親と子どもが持つ力の差がどれくらいあるか」に関する質問もあります。すべての権力を独占的に持っている親が子どもを従わせるようなタイプなのか、それとも対等な発言権を子どもが持っているような民主的なタイプなのかに関する質問です。

これに関連して、小田切紀子先生が興味深い研究をなさっています。離婚や別居に対する考え方について日本とアメリカと韓国の文化間で比較する研究です。それぞれの文化では、離婚がどのように受け入れられているかを見ようとしています。

ステップファミリーを支援する専門家の方々にお願いしたいことは、自分自身が個人的にどのような家族観をもっているかに自覚的でなければいけないという点です。支援者の家族観に含まれる文化的な期待が、支援を求めてやってくる家族に影響を及ぼすからです。

フランチェスカ: 私は研究者でもあります。だから、文化的価値観や期待の強さを測定するためのツールも提供したいと思っています。右の図は私の説を視覚化したものです。一番上の部分にあるのが子育ての2つのモデルであり、横軸の矢印が連続的なスケールになっています。子育てのあり方についての2つの考え方、つまり父母という2人の親だけが子育てに関わるべきだという考え方なのか、それとも子どもが3人以上の親を持ってよいと文化的あるいは個人的に考えられているかを示しています。おそらくこれと関連しているのが、文化的・個人的に、離婚や再婚を許容する態度がどれくらい強いかという点です。これは、文化的・個人的に離婚・再婚を受け容れる程度が低い固定的な状態にあるのか、それとも家族構造の変化に対する流動性（開放性）が高いのかを問うことになります。



次に、(縦軸は) 家族内の権力と権威の多様性を示しています。父親が権力を掌握しているのか、父親と母親が均等に権力を分け合って子どもに接している民主的なパターンなのか、あるいは(一番下のように) 逆立ちしたヒエラルキーになっていて子どもの発言権がもっとも強いのか、その違いを示す軸です。どれがもっとも望ましいパターンでしょうか。

チェルシー：このような考え方は、調査における測定に役立つだけでなく、仕事上でステップファミリーと関わることのあるすべての専門家の仕事に役立つことができると思います。上の図のもっとも色の濃い2つの部分にあてはまる家族が、ステップファミリー生活に困難を感じる可能性がもっとも高いです。それより少し色が薄い3つの部分にあてはまる家族は、ある側面ではうまくやっているけれども、別のいくつかの側面では悩みを抱える可能性が高いです。

フランチェスカ：少し補足説明します。このようなアプローチを使う理由のひとつは、アメリカ社会には多様なエスニシティ（民族）が存在するからです。例えば、アフリカからやってきたという歴史的背景を持つアフリカ系アメリカ人がいます。アフリカ系の人たちの文化的規範は、変化を受け入れやすく、多数の親を受け入れやすいものです。子育てについても、コミュニティが育てるというアプローチに近いです。父親が必ずしも家族の長になるわけではありません。民主的でもあります。ですから、アフリカ系アメリカ人のステップファミリーは実際あまり問題を体験することがありません。彼らの文化的規範はステップファミリーの家族構造に適した内容をたくさん含んでいます。

私の調査研究によれば、ステップファミリーに暮らすアフリカ系の子どもたちは、初婚核家族に暮らすアフリカ系の子どもたちと比べて（学業や心理的状态の面で）遜色ないことがわかっています。子どもたちへのインタビューで、「親を何と呼んでいますか？」と聞いたところ、ある男の子は血縁の父を「お父さん (dad)」と呼ぶし、継父のことも「お父さん (dad)」と呼んでいる、と答えていました。というわけで、民族によっては、このような規範があるためにステップファミリーがあまり困難にぶつかることがないという研究結果は興味深いですね。

ステップファミリー向け 家族生活教育プログラム

- ▶ 1980年代以降
- ▶ 一般的に予防策として使用される
- ▶ 有効性試験と評価研究のメタ分析により、治療が家族関係の向上に効果があることが示されている (Lucier-Greer & Adler-Baeder, 2012)
- ▶ 米国での動向は、心理療法と心理教育(家族生活教育)の併用へ (Myers-Walls, et al., 2011)

先に進みましょう。そもそも心理教育や家族生活教育は心理療法とは別ものと考えられてきましたし、現在でもそうかもしれません。両者は基本的に別の専門領域です。家族生活教育の専門家は、修士号を持ってフルタイムの職に就き、コミュニティでの教育に携わっています。コミュニティで教育プログラムを実施する場合は、20人以下の少人数クラスで、学校・教会・家族支援センターなどの会場に家族皆でやって来て参加してもらいます。それ以外に、今日のような大規模な会議の一環として丸1日を使ってプログラムを実施することもあります。家族全員で参加してもらって教育プログラムを学んでもらうのです。予防的な意味での実施が理想的ですから、結婚（再婚）する前に家族生活教育プログラムに参加してもらえるのが一番よいのです。教会の協力を得ることもあります。結婚式を挙げるときに、「結婚する前にステップファミリーに関する教育プログラムのクラスを受講してください」と教会の聖職者に言ってもらうのです。クラスに来てもらうための

妙案でしょう？（笑）

私たちは、すでに論文として発表されたステップファミリー教育プログラムの評価研究のメタ分析を行いました。それによれば、教育プログラムを受講した後で、夫婦関係の質が向上し、よい行動パターンが現れるなど、よい方向への変化が生じることがわかりました。

今では、心理療法と家族生活教育の両者を組み合わせることが新しいトレンドになっています。右の図がこの考え方を例示したのですが、ちょっと役に立つ考えです。ここにいる皆さんの中にも心理療法家や臨床家がかかなりいらっしゃると思いますが、家族生活教育が皆さんのお仕事の一部分を占めていると考えていただければと思います。心理療法家や臨床家ではなくて、家族支援のお仕事をされている方には、家族生活

教育を基本的実践してもらって、必要が生じたら、対象の家族を心理療法家につなげていただけたらと思います。異質なものが互いに協力し合ってこそよい効果を生むのです。

ご覧いただければわかるのですが、「Smart Steps」には様々な資料が含まれています。そのすべての教材をこなすのは難しいと思われる方もいらっしゃるでしょう。しかし、この配付資料なら使えそう、これは有益な情報を含んでいるから、ということがあるかもしれません。このあと午後には、ビデオ教材を見ていただきますが、それもステップファミリーのコミュニケーションの特徴を示すために、クラスで使っていただくことができると思います。心理療法のセッションの導入部分でも使えます。パソコンを起動して「今お話ししたステップファミリーにありがちな会話とか、ステップファミリーのためのスキルってこのようなものなのです」と言いながらこうしたビデオ教材を見せて、実際に家族の中でそういう言葉が使われているのを具体的に見せることは大変役に立ちます。



チェルシー：心理療法の場であれ、家族生活教育の場であれ、私たちが重要だと考えていることのひとつは、ステップファミリーの経験をノーマライズすること（ステップファミリーでよくあることは何かを理解してもらうこと）です。心理療法にはない、家族生活教育に特有の利点は、必ず他の家族も同じ教室と一緒に参加していることです。一緒に参加している別の家族も同じような経験をし

ているかもしれないわけです。「こういうことは（ステップファミリーでは）よくあるふうのことですよ」とか、「これはまずありえないことです」とか、何が現実的な期待で、何がそうでないかを、1人の心理療法家から説明されるよりも、その場にいる複数の当事者

ステップファミリー向け
家族生活教育プログラム

- ▶ 教育プログラムに何ができるか
 - 問題を正常なものだととらえ、期待を現実的なものにする
 - 有用な家族関係のスキルを身につけさせる
 - 心理療法開始のきっかけづくり
- ▶ プログラムの内容の中には、心理療法のツールとして、個人単位、家族単位のどちらにも使えるものがある（例 プログラム概要や配付資料）

家族の人たちが実際に語ることを聞いた方が深く理解できるのです。しかし、ステップファミリーの関係を作るスキルの支援をしてもなお、なかなかうまくいかずに悩み苦しんでいる人がいることがわかり、1対1での心理療法家の支援が必要になることもあります。

ステップファミリーの当事者ではない家族支援の専門家にとって、クラスの中に当事者のグループがいるような設定を使うことは有益です。提供する情報に信頼性を増したり、うまく信じてもらえたりするのに役立ちます。ステップファミリーに有効なアドバイスや情報を提供しようと努力しても、ステップファミリーの当事者が経験したようなことをあなた自身が経験したことがないとしたら難しいですね。でも、同じ場にいる当事者が発言してくれることで、情報の妥当性が増すわけです。私自身が経験したことを思い出します。まだ独身だった22歳くらいの頃に、心理療法のセッションをやっていて、ステップファミリーのカップルに有益だと思うアドバイスを一生懸命したのですが、あまり信じてもらえなかったようでした(笑)。

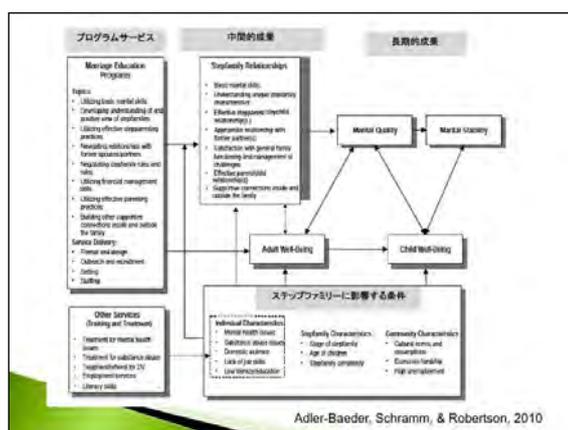
フランチェスカ：さて、そろそろ休憩の時間にしましょうか。皆さん大変まじめに聞いてくださいましたが、大人でも長時間座っているのは辛いことです。10分間の休憩にします。

[10分後]

フランチェスカ：休憩の間に質問をいただきました。溶け合った(ブレンドした)状態と混在した(アSEMBルした)状態、という対比的なイメージについてです。「そのような考え方は、初婚の家族についても同じように使えるのではないか？」というご意見をいただきました。なぜなら初婚でも2人が違う家族の経験を持ち寄って結婚するわけですからね。異なる文化的背景を持った者同士が結婚する場合、例えば日本人がイタリア人やアメリカ人と結婚する場合もありますよね。なので、私もその考えに賛成です。正しいやり方、唯一の家族文化があるわけではないですね。自分の家族の伝統から何かを取り入れ、相手の家族からも異なる伝統を取り入れて、組み合わせることで継承すること、少し時間をかけてそのことをじっくり話し合ってみることは役に立ちそうですね。たいへん有益な質問とコメントをいただきました。ありがとうございます。

次に、いくつかのスライドを手早く紹介して、このモデルの主要部分のお話に進みたいと思います。私は、何年前に米国連邦政府から実践家、つまり家族生活教育家や心理療法家のための文書を作ってほしいと依頼されました。介入モデルを提案したいのだが、これについてどう思うか、どんな介入をすべきだろうか、それによる成果はどのようなものだろうか、と意見を求められたのです。

これは大がかりなモデルです。字が小さくて読みにくいかもしれませんが、重要なポイントは、実践家の皆さんが当事者家族の方々に見せてもいいし、使えるツールになると



思います。結婚（夫婦関係）の質を向上させたいと考えている場合なら、それはこの「成果」の部分にあたるわけです。先ほど継親と継子の関係について話しました。継親子関係や共同養育している（元配偶者との）関係が結婚の質や結婚の安定度、つまり結婚が続くかどうかですね、に影響するということがわかっています。また、プログラムの中ではストレス管理についても教えます。なぜこれを取り上げるかというと、大人がストレスをうまく管理できていて Well-Being が高い状態になれば、子どもの Well-Being もよくなります。また自分のストレス管理がうまくいけば、結婚の質も高まり、夫婦の関係がうまくいくからです。こんな感じでこのモデルを使います。

家族生活教育の目標がここに挙げられています。まず、人々が肯定的なコミュニケーションのためのスキルを身につけることです。そして、ステップファミリーに関する現実的な期待を学ぶこと。ステップファミリーを肯定的に捉えることができるようになること。このプログラムに参加することで、継子との間によりよい関係を築けることもねらっています。さらに、共同養育をしている元配偶者とのコミュニケーションがうまくできて関係が改善することも目標です。自分の実子との関係がよくなることも目指しています。そして、自分が孤立していると感じることがないように、支援してくれる人たちとつながれることを目指します。

チェルシー：家族の内部で互いに支援し合うための文脈にも焦点をあてます。そして、家族外部のコミュニティからの支援にも注意を払います。

フランчесカ：（スクリーンでウェブサイトのページを見せながら）私たちがウェブサイト上で提供している教材をご覧ください。皆さんの中には英語がお得意な方が多いようですので、この（英語の）ウェブサイトをご覧ください。考え方を学んだり、お仕事で活用したりしていただけるのではないかと思います。私たちがどんなことをやっているかが説明されていますし、連絡可能なスタッフたちがリストになっています。私たちの名前やアドレスもここに載っております。ステップファミリーの当事者からたくさんの Eメール、様々な質問が送られてきます。



The image shows a screenshot of a website titled "教育ツール" (Education Tools) for the National Stepfamily Resource Center. It lists two online training options with their respective URLs: "National Stepfamily Resource Center" at <http://www.stepfamilies.info/> and "Online Training Institute for Professionals" at <http://www.stepfamilies.info/training/>. The website logo, featuring a stylized house with a green roof and a blue base, is visible in the top right corner.

私たちが使っているいろいろなプログラムがここに書かれています。これは、いわばオンラインの専門家研修所です。

チェルシー：基本的に何を作ったのかというと、全米ステップファミリー・リソース・センター（NSRC）とつながりのあるステップファミリー研究・支援の第一人者たちが、インターネットを使って専門家が受講できる教育課程・研修課程

を作ったのです。第一級の講師陣によるオンラインのビデオ講義が制作されました。この講義はそのサイトに行けば誰でも視聴することができます。どの講師もそれぞれもともと得意とする分野の高度な知識・情報を提供しています。いわばふつうの人がステップファ

ミリーに関する最先端の情報を簡単に手に入れることができます。ミズーリ大学に入学する必要なんてないわけです。あ、もちろんミズーリ大学は素晴らしい大学なのですが(笑)。

ギャノン先生とコールマン先生のステップファミリーの世代間関係についての講義をちょっと見ていただきましょう。

[2人の講義の一部を上映]

フランチェスカ: というわけで、要するに、講義はそれぞれ 20~30 分間で、様々なテーマの中から興味があるものを選んで受講してもよいし、全部を受講してもよいのです。私の大学(オーバーン大学)とミズーリ大学では、大学教員の業務の一部として自分が持っているステップファミリーに関するプログラムや教材をできるだけ多く、無料で社会に公開することになりました。

さて、これから見ていただくと思っている別のプログラムも、ステップファミリーに関するオンラインのプログラム、教室に行かなくても受講できるプログラムです。従来とは違うこの方法は「e ラーニング」と呼ばれています。まったく新しい無料のシステムです。メールアドレスなどを入力して会員登録する必要はありますが、それ以外に何もコストはかかりません。ビデオ映像を使った教育課程であり、「人間は観察した他者の行動を模倣する傾向がある」という社会的学習理論の考え方に依拠しています。

このビデオ教材の中では、ステップファミリーにありがちな 9 つの問題に直面している家族状況が設定されています。俳優さんたちに依頼して、ステップファミリーの家族メンバーを演じてもらい、撮影しました。脚本も書きまして、私が映画監督をやらされることになりました(笑)。最初のシーンで、問題状況が提示されます。次に、その問題状況にどのように対応したらよいか、視聴者には 3 つの選択肢が提示されます。3 つの選択肢のうち 2 つはよくない対応例です。それでも、結構よくある反応なので、見ている人は、「ああ、私もおそらくこんな反応をしちゃうだろうな」と思うような内容になっています。残りの 1 つが前向きなコミュニケーションを示しています。お薦めしたい方策、ぜひ学んでほしいコミュニケーション技法です。ですから、これはひとり自宅で見てもよいですし、家族生活教育の場面で使うこともできます。あるいは心理療法の場面で、パソコンを起ち上げてそのケースに相応しいビデオを選んで見せることもできますね。

それから、たいへん便利な配付資料集もあります。テーマ一覧も付いています。皆さんのお手元の資料の中にそのいくつかが含まれていると思います。その 1 つは、昨日パトリシア(ペーパーナウ先生)が話していた子育てスタイルに関するものです。自己評価のための質問群があって、それに答えると自分自身や配偶者がどのスタイルなのかがわかると

自分でできる心理教育

- Stepparenting Toolkit オンラインプログラム
- <http://stepfamily.orcasinc.com/>
- 研究成果・エビデンスベースのプログラム (Gelatt, Adler-Baeder, & Seeley, 2010).
- 無料!
- 動画ベースの学習モジュール
- トピック別で役立つ情報ライブラリー
- プログラムの教材を使用して、対面プログラムの Smart Steps の効果アップ

いう質問紙です。子育てやステップファミリーの家族関係のあり方についてのアドバイスもあります。

チェルシー：このオンライン・リソース・センターは、誰かに助けを求めたいと思ったステップファミリーの当事者がまず手始めに試してみるのに最適だと思います。人見知りのため、あるいは抱えている問題を恥ずべきことと感じているため、さらには単に多忙のために、私たちがやっているような教育プログラムに直接来て参加することはできない人、あるいは週1回の心理療法セッションを見つけられない人にとって、最初の入り口になると思います。導入的な知識を得られます。その後、自分が欲しいと感じるレベルの情報を選ぶこともできます。しかし、これ以外の情報を入手できない人のために、できるだけ深い内容をここに盛り込んでいます。

ステップファミリー向けの従来の対面式家族生活教育プログラム

- カップル向けグループ教育
- 子どももSmart Stepsプログラムで並行して行うプログラムに参加可能
- 通常、週6~8クラス実施（約12時間）
- 地域の教育専門家や心理療法士が進行役を担当
- コミュニティセンターや学校、教会、大学、精神保健センター、個人開業クリニックなどで開催

フランチェスカ：伝統的な従来型の家族生活教育、対面的な状況で行われてきた教育に話を戻せば、グループに分かれて行う教育では、カップルが一緒に参加するクラスと、子どもが参加する別のクラスが同時進行します。

チェルシー：しかし、パートナーが忙しくて参加できないという場合に、個人で参加することもできます。でも、できるだけ

だけカップル単位で参加していただくことを推奨しています。その方が効果的だからです。

Smart Steps カリキュラム

- 研究成果・エビデンスベースのプログラム
- 研修は任意だが、受講を推奨
- 教材
 - リーダー向けガイド
 - バックグラウンド情報
 - 参加者用配布物
 - 情報リスト
 - Power Point資料
 - 動画
 - 評価用アンケート



Adler-Baeder, 2007; Higginbotham et al., 2008; 2009; 2010; Adler-Baeder, et al., 2014

フランチェスカ：この点は重要ですね。「妻だけしか参加できない」、「子どもは興味がないと言っている」、という声をよく聞くのですが、そういう場合にも私たちは、「(1人だけでも)是非来てください」と言っています。妻だけが参加するのでも意義があります。妻が帰宅して、夫や子どもに学んだ情報を伝えることができるからです。

「Smart Steps」プログラムは、典型的には6回の授業から成っています。1回が2時間ですので、合計で12時間ということになります。このプログラムを行う人は、心理療法家や臨床家である必要はありません。これは、心理療法ではなく、教育プログラムですから、家族支援の別の領域で訓練を受けた人でも実施することができます。特別な資格が必要なわけでもありません。この教育プログラムは、ウェブサイト上で誰でも購入できます。先ほども言いましたが、アメリカでは、コミュニティ・センター、学校、教会、大学、精神保健センター、クリニックなど、様々

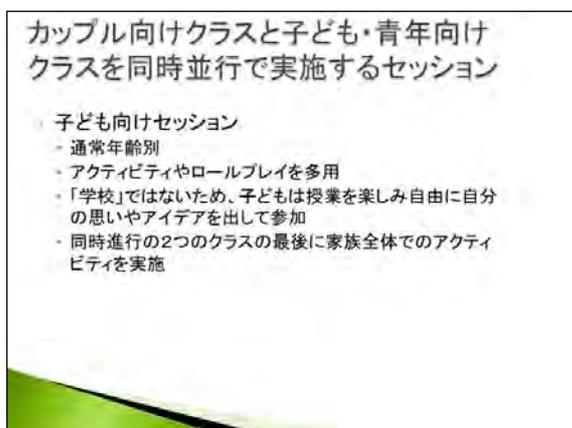
な場所で実施されています。

コーネル大学からこの教育プログラムのために助成金を受けた背景を簡単に紹介します。授業の内容は私が書いたのですが、それはうまくいっているステップファミリーはどのような行動をとっているのかに関する調査研究からわかったことに基づいています。つまり教える内容は研究結果に基づいています。



チェルシー：調査研究の展開についての要約が冒頭部分に書かれていますので、公式の教育研修を受けていなくても実施できます。そして、このプログラムをどのように実施すればよいのか、どのような点で有用なのかについて、間違いなくしっかりとした情報を手に入れることができます。

フランチェスカ：私は大学教授ですが、象牙の塔に籠ることがないように心がけています。このプログラムを作る過程で、実際に2つの家族に試行的に参加してもらって、気に入ったアクティビティは何かとか、理解しにくいのはどこかとか、もっとわかりやすく役立つ内容にするにはどうしたらよいかとか、いろいろな意見を出してもらいました。このプログラム(第2版)は、私の大学にある全米ステップファミリー・リソース・センター(NSRC)から入手可能です。私は、現在このプログラムを使っている2,500人以上の専門家に対して養成研修を行いました。これまでにこのプログラムは5,000部以上が売れました。このプログラムがどのように実施されたのか報告を聞きたいのですが、あまりそのような情報が届いていませんので、その点はよくわかりません。教育実践に従事している人たちからこのプログラムの評価についての情報が集められているのは、私が住むアラバマ州だけです。また、ユタ州にいる私の仲間が「Smart Steps」プログラムをスペイン語に翻訳してくれています。近いうちに日本語版ができることを願っております(笑)。



要するにこのプログラムは、調査研究に基づいており、エビデンス(証拠)に基づいていると言えます。つまり、効果の評価測定がなされており、プログラムに参加した人には肯定的な変化が生じていることがわかっています。教育する立場の人向けの内容が一通り用意されています。どんなものなのかを実際に見ていただくために、今会場内で一冊回覧しています。どうぞご覧ください。

このプログラムには、カップル向けと子ども・青年向けがあります。今日の午後の講義の中ではおもに大人向けの内容を見ていただきます。子どもたちには、非常に似たような内容を少し簡単な方法で学んでもらいます。再度強調したいのは、学校の教室のようにし

ないことです。楽しいから行ってみようと思われるようにしたいのです。来てもらったときに食べるものも用意しておきます。インセンティブを用意するのです。初期の頃に教育プログラムの実践をしてくれた人に学校の先生がおりまして、子ども向けのクラスを担当してくれました。彼女は、全員をちゃんと席に着かせて、発言するときは手を挙げて、指されるまで待ちなさい、というやり方でした。私は彼女に向かって、「あの子たちはもう二度と参加してくれないかも」と言いました。そして、机をどけて、車座に座って、発言したいときには手を挙げずに好きに発言してよい、というやり方に変えました。これはとても重要なことです。みんな忙しいわけですから、興味を惹かれたり、楽しいと思ったりしなければクラスに来てくれません。授業の最後に、別の部屋で授業を受けていた子どもたちを大人たちのクラスに呼び入れて、家族同士で座ってもらって、一緒に1つの解決を目指す話し合いのアクティビティをやります。

チェルシー：現在に至るまで、この「Smart Steps」プログラムに参加した家族にどのような効果をもたらされるのかを評価する研究が多数行われてきました。私たちの研究チームだけでなく、他の大学の研究者たちもこのプログラムの評価研究を行っています。私たちは、質的データだけでなく数量的データも集めておりまして、様々な面でよい変化をもたらしているという結果を得ています。このプログラムに参加した後、「参加者は家族内のコミュニケーションが向上した」、「以前のパートナーとの間の対立が少なくなった」、と報告しています。カップルは互いに結婚生活に折り合いをつけられるようになり、全体的に、カップル関係、子育て関係、家族関係がよくなったと報告されています。子育てに関してカップルの考えが一致する傾向が強まり、家計管理の面でも改善が見られるようになっていきます。

このように様々な面で改善が見られることに加えて、参加者たちは他のステップファミリーと経験を分かち合うことで、先ほど述べたようなソーシャル・サポートが得られたことをありがたく感じていました。もっともよいことは、こうした諸側面における改善は、参加者が男性か女性かにかかわらず、また低所得層か高所得層かにかかわらず、法律婚かどうかにかかわらず、エスニシティ（民族性）にかかわらず、一貫して効果が現れるという点です。

フランчесカ：私たちがこのプログラムの評価を重視している理由は、アメリカでは、プログラムの効果を証明する資料が重視されているからです。私は連邦政府から毎年200万ドル以上の大きな補助金を得てこのプログラムを実施しています。ですから、これがいかに役に立つかを明らかにする調査は非常に重要です。基金支出の妥当性を示さなくてはならないからです。もし評価調査を行わなければ、このプログラムをやる価値があると言えなくなります。ですから、皆さんにもこの点をちょっと考えてみてほしいと思います。10年ほど前までは、私は実践家・教育者ではなくて、研究者でした。質問紙を完成させるには時間がかかることは承知しています。だからたいへんやりたくないわけです。にもかかわらず、助成金や補助金を得てプログラムを実施するのであれば、やはり評価の調査を行うために努力する必要があると思います。

そして、補助金を得ている以上、参加者をちゃんと集めること、参加の程度が重要になります。だから、クラスに参加しやすくする手だてが必要です。例えば、交通手段の提供



Smart Steps 研究

- プログラムの実施を成功に導く方法についての研究
 - 参加を容易にする支援の提供
 - ・ 交通手段、小さい子ども向けの託児、行き慣れた場所を選ぶ（学校、教会、コミュニティセンター）
 - インセンティブの提供（参加の「ご褒美」）
 - ・ 食事
 - ・ レストランの食事券や商品券
 - ・ 週末のホテル宿泊券の抽選

Adler-Baeder, 2007; Higginbotham et al., 2008; 2009; 2010; Adler-Baeder, et al., 2014

です。送迎が必要かもしれないし、タクシー代が必要かもしれません。プログラム参加時には、幼児の託児も行ないます。「おいしいものがあれば人は集まる」という格言もあります（笑）。

家族がプログラムに参加しやすくするために、企業などに支援や寄付をお願いすることもあります。あるホテルが協力してくれまして、参加者には週末無料宿泊券が抽選で当たるという設定にしたこともありました。

さて、今までお話ししたことを消化していただいたという前提で、正午の昼食までの数分間を使って、日本でステップファミリーのための家族生活教育をどのように実施したらよいかについてブレインストーミングをやってみたいと思います。それでは、先ほど作っていただいた小グループでもう1度集まってください。その方がいいですよ。そして、スクリーンに示している質問について議論してください。後ほど、どうすればよいかを教えてください。先ほどと同じグループでやっていただいてもいいですし、グループを少し大きくしてもいいですよ。では、10分間、議論してください。



ステップファミリーの募集

- 課題は？
- 日本での現在のステップファミリー支援方法は？
- 提案？
- どうしたら日本で心理教育を成功させられるのか？

[10分後]

野沢：話が盛り上がっているようですが、そろそろ時間になりました。各グループで出たアイデアを、簡単に紹介していただけますか。

発言者 F：私は行政の支援側にいますので、その話をまとめたところでは、自分の住んでいる地域でカミングアウトするというのはなかなか難しいので、自分の住んでいる地域の隣の地域、駅が2～3つ離れたところで、緩く集まれる（ことが重要）。誰か、有名な方が

来るのではなくて、当事者同士で輪を作って話ができて、自分の思っていることが少しずつ話せるようになると動き出すのかな、というような話が出ました。

野沢：ありがとうございます。少し広い範囲で、ということですね。狭い近隣でやると、みんな知っている人ばかりになっちゃうから話しにくいということですね。

発言者 F：親同士はまだカミングアウトをしていないケースがあるので。子どもは結構カミングアウトしているのですけれども。そういう意味では、自分の生活圏じゃない、隣の生活圏でやるといいのかなと。

野沢：ありがとうございます。いいご意見です。その前のグループ、いかがでしょうか。

発言者 G：このグループでは、うまくいっていないステップファミリーが、今、行政とか支援の場につながることも難しい状況だけど、うまくいっているステップファミリーをプッシュするというのもっと難しいよね、という話がまずありました。そういうあたりを募集するためには、1 つは、インターネットをうまく利用する方法があるのではないかなという意見が出ました。それからもう 1 つには、学校教育の場とうまく連携していくと、お子さんの方から入って、うまくいっているステップファミリーにうまくつながれたりするんじゃないかという意見も出ました。それから、ステップファミリーの問題が解決できた人の OB 会みたいなものがつくれたらいいんじゃないかな、という意見も出ました。いろいろな方法はあると思うんですけど、それらに共通して言えるのは、優秀なコーディネーターの紹介が必要じゃないかなという意見が出ていました。そういう人が中心になって、いろんな場所から拾っていったらいいな、ということです。以上です。

野沢：インターネットや学校を利用して人を募集すること、そして優秀なコーディネーターを集めることが重要だということですね。ありがとうございます。

発言者 H：私達のグループでは、いろいろ出たんですけども、簡単に紹介すると、まず、そういうグループとかやっても、なかなか日本だと参加してもらえない。どうやって広げていったらいいかということ、ポジティブに参加できるグループでやったらいいのではないかということ、婚活パーティー、再婚を望んで参加していく婚活パーティーの中で、そういうプログラムをちょこっとやってみるということだと、割と参加しやすいのじゃないか、という意見が出ました。

野沢：婚活パーティー、いいアイデアですね。前の方、いかがでしょうか。どなたかアイデアご紹介いただけますか。

発言者 I：日本では、プロフェッショナルのセラピストへのアクセスがなかなかしにくい。もっと身近にこういったプロの方々にアクセスできて、身近に導いてもらえたらいいのですが、どうしても、周りの友人や家族に相談することになります。周りの友人や家族は、

いろいろな考えを持っていて、その考えが間違っているとそっちに流れてしまう。やっぱり、プロの方々をもっと身近にわんさかいて、気軽にアクセスできて、例えば、臨床心理士の方々に対してもっと予算が出るとか、臨床心理士の方が増えて簡単にアクセスできて、気軽に利用できる、そういう世の中にならないと、なかなか日本は厳しいんだらうな、という意見が出ました。

野沢：ありがとうございます。アメリカ政府から毎年 200 万ドルって、円に換算して一体いくらだろうと思ってしまいましたけど (笑)。そのぐらいのお金が必要かもしれないですよ。そうなったら、SAJ の仕事も忙しくなるということかもしれません。



発言者 J：そもそも離婚や再婚をするときに、行政の紙 1 枚で離婚できますし、同棲だったら紙すら出さずに済んでしまうので、どこかにアクセスする機会がすごく少ないですね。一方で、離婚するとき経済的なインセンティブはすごく高いので、児童扶養手当をもらいたいときには、その手続きには絶対いらっしゃるので、そういう機会を捉えてこうプロ

グラムがありますよ、とお伝えしていくのは大事なんじゃないかという意見が出ました。

それから、離婚したことや再婚したことを恥ずかしいと考えてカミングアウトできない状態になるのではなく、周りの家族と何も変わらないっていうかたちで周りに伝えていけるかが大事ではないか。家族というものは、例えば親 2 人と子どもという家族から、お父さんかお母さんが抜けるという考えじゃなくて、3 人から親が 1 人という家族に変化した、そして新たにもう 1 人大人が加わる家族に変化する、そのような変化という捉え方で伝えていく、家族の考え方の多様性を伝えていくことが必要なんじゃないか、というお話が出ました。子ども支援ってすごく大事ななということで、やっぱり、子どもが生活の中でどれだけ大きな波に飲まれているかを伝えていくことがすごく大事。一方で、子どもがすごく大変であるということ。でも子どもに悪い影響があるということじゃなくて、「大変だけど乗り越えられるよ、こういう方法を使うと乗り越えられるよ」というメッセージを伝えていくことが大事になるのかな、という話をしました。

野沢：ありがとうございます。それが今、足りないということなのでしょうね。もう 1 つ後ろのグループはいかがでしょう。

発言者 K：話が大きくなっておりまして。課題のところ、まず日本において、ステップファミリーという存在自体はあるけれども、その困難さが理解されていない。夫婦が別れて、新しいお父さん、お母さんが入ってきたことを、ただの首のすげ替えみたいな感じで捉えがちな部分があります。私自身もそうだったんです。実際はそんなことはなくて、も

のすごく大変で、エネルギーも必要だということを、日本社会の中でまず認知していただくことが必要だと思います。それに加えて、メディアなどによって拡散していく方法を模索していくことが必要だということが話題になりました。

発言者 L: 大人はいろんな機関に出向こうと思えば行けるし、一応相談相手があるけども、子どもは両親に気を使って、どこに話していいかわからない。時として、学校の先生も、ひとりひとりを見るのが明らかに少ないことがあって、八方塞がりになってしまって、本当に悪い結果が起きてしまう。子どもの心理はすごく大事です。それとやっぱり、離婚の増加に伴って、再婚の数もかなり増えてきたのかなと思います。特に 30 代ですね。そうしたときに、明らかにそのような家庭の子どもがいるんですね。もちろん、さっきおっしゃっていた段階をおいて、カップルの場合、ファミリーの場合、そういう切り口もかなりあって、そのなかには個がいる、というのがすごく新しい概念だと思うんですね。ステップファミリーを見たときに、個がつながっていく、作っていく、そのスタイルがどうなっていくかというのは、一般的にはあまり知られていない。

別の方もおっしゃっていましたが、心理療法士などの専門家を身近で気軽なものにしてもらって、結びつけて、本当にこれは日常なので、同じ声を聞けるのは力が出ることだと思うので、そういうスタイルをここでつくっていくと。そのための社会的なバックアップがものすごく大切。自分で持つことも大切ですが、周りからの勢いはすごく助けになるので、NHK さんのようなメディアとか新聞であるとか、そういうものが意識を、声を拾っていけるようなスタイルを取っていただいて、動きをつくっていくと。

野沢: われわれの今回のセミナーの意図がまさしく説明されていたので、ありがたく思いました。

発言者 M: いろいろ出たんですけども、まずステップファミリー自体が世間に認知されていないという問題があるのではないかと。解決方法としては、いろいろ出たんですけど、例えば、低所得者向けのプログラムを作って、ボランティアを募って、つながりを作っていく。「Smart Steps」のようなプログラムを行政側が課題を持っている方々に広くどんどん使っていく、という行政側の課題のような話がありました。

野沢: 行政に使っていただけるような日本版プログラムが必要かもしれませんね。ありがとうございました。

発言者 N: 課題としては、当事者になったとしても知る機会がない。提案として、救いたいのは未来のある子どもなので、子ども用にどのようなプログラムがあるかどうか知ってもらうために、小学校で小学生向けに何か提案することがないかと。

野沢: 小学校に直接アプローチできたらいいんじゃないかということですね。ありがとうございます。

発言者 0：日本の社会において、マイノリティに対するスタンスとして、ダブルスタンダードがあって、社会的にはいいけれど自分のうちは嫌だよということがあって、それをクリアしないとうまくいかないかなと思うんですけど。

野沢：一般論と自分の家の話が切り離されちゃう傾向があるということでしょうか。

発言者 0：ということが、結局、身勝手することのリスクを強化してしまうので、なかなかうまくいかないということです。

野沢：ありがとうございます。

発言者 P：簡単なことなのですが、やはりマスコミですね。例えば、今日も NHK さんがいらしてんですけど、やっぱり『クローズアップ現代』、『NHK スペシャル』、それから教育テレビの『福祉ネットワーク』などに SAJ の主立ったメンバーが出演して、こういう活動をしていると言っていただけで全然違うと思いますので。

野沢：本当にマスメディアの力は大きくて、テレビや新聞に出ると SAJ への問い合わせも増えるようです。ステップファミリーへの支援があると広く伝わります。インターネットに情報を出しても、自分から探してアクセスする人は多くないわけです。NHK の力は大きいですね（笑）。

ということで、一通り出ました。いかがでしょうか。

フランチェスカ：貴重なフィードバック、どうもありがとうございます。有益なコメントばかりだったと思います。では皆さん、たくさん情報を消化されたと思いますので、食べ物消化する時間としましょう（笑）。お疲れ様でした。

[昼休み]

質疑応答

フランチェスカ：さて、質問を受けておりますので、まずそれにお答えしたいと思います。私たち 2 人は、人間発達・家族研究学科というところに所属しているのですが、それに関心を示してくださった方がいました。「日本に同じような学科はあるのでしょうか」という質問です。私たちのような学科は、アメリカでも過去 20 年間に新しくできた分野で、心理学や社会学など何百年もの歴史がある古い分野と比べて非常に新しい学問分野です。この学問領域は、家政学の分野から発展してきたものです。調理、栄養学、育児などが含まれていた領域です。その中でも子育てに焦点をあてて発展してきたのがこの学科です。私たちは自らを「家族科学の研究者」と名乗っています。しかし、私たちの研究は、家族社会学や子どもから大人までの人間発達を扱う発達心理学と関わりが深いと感じています。

日本の大学に同じような学科がないとしても、家族のダイナミクスを扱う専門家はいますよね。そうした人たちから情報を得たり、専門的な見解を聞いたりできますね。野沢先

生や菊地先生は家族社会学者、小田切先生は臨床心理学者ですね。それぞれ所属する学科は違っても、健全な家族、健康な子どもたちを目指して支援するという意味では同じ関心をもった専門家だと思っています。

私たちの学科では、学術誌に掲載された論文の数だけで教員が評価されるのではありません。研究成果や専門知識をきちんと当事者に提供したり、家族を支援する専門家に伝えたりしていることもプラスに評価されます。今回のようなかたちで大学教員がセミナーを開いている場合は、「アウトリーチ」と呼ばれる活動を行っているともみなされ、高く評価されます。私は今日のこのような形式のフォーラムは好きですし、よい会合だと思います。参加者には、大学教員もいれば、それ以外の様々な専門家もいるし、コミュニティで働いている方も含まれています。そこがよいですね。参加者の皆さんには、ここで多様な方々と知り合いになっていただき、ステップファミリーが生活しやすくなることを目指すネットワークづくりを進めていただけることを期待しています。

チェルシー：2つ目にいただいた質問は、精神的・身体的障害や病気を抱えているお子さんがいる家族のほうが、離婚や再婚などの問題を抱えやすいのではないかという質問をもらっています。私たち自身はその点を専門的に研究しているわけではありませんが、様々な文献から、障害があるお子さんがいると、それだけ家族のストレスが高まりますし、すでに困難を経験している結婚生活にさらなるチャレンジをもたらすと考えられます。したがって、子どもが親の離婚や再婚を再度経験するリスクも高まると思われます。

グループ研修を成功させる実践方法

- ▶ 従来の教育場面より上下関係が強調されない形式
- ▶ 各参加者に意見を言う機会を早い段階で作る
 - 個人、2者、グループ - 目的のある緊張を和らげる活動 (アイスブレイク)
 - ストレスの軽減
 - 立入り過ぎない
- ▶ 長所から始める 自信をつけさせる



フランチェスカ：では、先に進みましょう。次の2つほどのスライドはすでにお話したことの要約とこのプログラムに含まれるアクティビティの内容紹介になります。この教育プログラムは、教え・教えられるという上下関係のある学校の教室のようなスタイルではなく、みんなが輪になって座るスタイルで進めます。最初は発言が出にくいですが、そこで声を出すことを促します。子どもたちに自己紹介させるときには、小さな動物のぬいぐるみなどを渡しながら「最初はあなたの番ね」とお願いし、終わったら誰かに向けて投げてもらって、受け取った子が次に話す番になる、というように遊び感覚を取り入れます。参加者が会場にやってきたときの緊張をほぐす工夫が必要です。また、特定の参加者にスポットライトが当たりすぎないようにします。つまり、個人的なことに深入りしすぎないようにします。教育プログラムのクラスでは、自分の家族のことを人前であまり話しながらいない人がいてもよいのです。まず、最初に、その人や家族の強みというか、よいところに注目し、ほめてあげて、自信を感じてもらいます。そうすると、直面している困難なことについても話してもらいやすくなります。

チェルシー：こういった家族生活教育をグループで進めていくときには、参加者が溶け込みやすい、和やかな雰囲気を作ることが大事です。グループ・セラピーでも和やかな雰囲気は必要ですが、家族生活教育とグループ・セラピーはかなり場の性質が異なります。家族生活教育で自分の家族の経験を話すときには信頼感が必要です。自分の情報が漏れないように、守秘義務が守られることも大事です。お互いへの支援や共感があることと同時に、健全な境界を保つこと、つまり適度に個人情報共有することが必要です。

フランチェスカ：参加者が個人的なことを深く長く語りすぎて、療法のような状態になってしまったら、その人の参加の仕方をファシリテーターがやさしく修正してあげる必要があります。自分のことを話し続けて止まらなくなった人がいたら、「〇〇さんはこの点に深い思いを抱いているのですね。休憩時間に個人的に詳しく聞かせていただけますか。そして、レッスンを少し先に進ませましょうか」と言って、参加者を傷つけずにうまく進行したいです。

グループの環境
健全なグループに存在するもの

- 信頼／守秘義務
- 支えられているという思い
- 共感
- 健全な境界線＝相互関係、適度な公開
- 「特別なポジション」の不在
- ユーモアのセンスと楽しさ



チェルシー：自分のことを語りすぎる問題以外にも、参加者がその場を独占する場合があります。1人だけが話し続けたり、数人だけが独占してしまったりということがあります。少数の人が特権的な立場を作ってしまうわけです。そうなりそうなときには、少し水路づけし直して、他の人にも話す機会を与えます。

フランチェスカ：道路にガードレールがありますよね。ファシリテーターの役割というのは、先頭に立ってグループを導くというよりも、ガードレールのように進行が軌道を外れないように左右から支えていくイメージです。

チェルシー：もうひとつ大事なことは、その場の雰囲気を明るく保つことです。ユーモアを交えたり、冗談を言ったりして、楽しい雰囲気を作り出します。最初から最後までずっと深刻な話題で、雰囲気も重くなってしまうのは避けたいですね。参加者にまた来たいと思わせることが大切です。

成功するグループがもたらす成果

- 人間のニーズの「ABC」が満たされること
 - グループのメンバーが、評価されている「appreciated」と感じる
 - グループのメンバーが、帰属感「belonging」を持てる
 - グループのメンバーが、自分の持つ力「competence」を感じる

© Visher & Visher, 1982

フランチェスカ：結論としては、エミリーとジョンのヴィッシャー夫妻（SAA の創設者、

ステップファミリー臨床家)が述べていた人間の基本的な3つの欲求(ニーズ)を満たすことを目指します。第1に、人々は自分が価値のある存在だと思われたいという欲求があります。第2に、人間は、どこかに所属していたい、あるいはつながりを持っていたいという欲求があります。第3に、人間は自分に力があると感じていたいという欲求があります。グループでの教育の場であれ、療法の場であれ、参加者がこういう欲求を持っていることを理解しておきましょう。

<h3>グループ研修をうまく進める実践方法</h3> <ul style="list-style-type: none"> 強みを活かすアプローチ: 参加者の知識やスキルを想定 ブレインストーミングは、講義型の情報伝達より好ましい グループディスカッションの前に行うこと <ul style="list-style-type: none"> 一人で考える ペアでの話し合い 少数での話し合い - 「バズ」グループ 簡単な個人的で具体的な話 すべての発言を評価すること - 参加者同士交流する場では言葉によって肯定する。15分ごとに内容を変え、参加者の関心を維持 トピックを変える必要はないが、やり方やアクティビティを変える 視覚教材を使うとディスカッションが始めやすく、情報から距離はあるものの情緒的な結びつきを作るのに役立つ。 	<h3>例 典型的な継子の反応を教える</h3> <ul style="list-style-type: none"> 映画“Stepmom” (邦題『グッドナイト・ムーン』)を見る 継母が継子に子犬をあげる 反応は子どもの年齢(発達段階)によって異なる 映画“Man of the House”を見る 継父が朝食を作る 継子の反応から、彼が慣れ親しんだ朝食ではないと分かる
--	---

私たちは、これまでいろんな実践をしてきました。それを要約してみましょう。まずは強みを生かすアプローチ。よくやるのは、ブレインストーミングです。グループのメンバーが持っているアイデアを出してもらって共有します。それはそのメンバーたちの家族的経験から出てきた知識に敬意を払うということです。違ったやり方もあります。参加者各自に心の中で自己内省をしてもらいます。今回も先ほど皆さんにノートに書き出してもらいましたが、そうしたやり方で、自分も持っている情報を一段深いレベルで処理してみる練習です。2人1組でやる方法もあります。お隣の席の人と2人で3分間程度話し合ってもらおうのです。それから、小グループに分かれての話し合いがあります。話し声がガヤガヤと聞こえてくるので私たちは「ガヤガヤ (Buzz)」と呼んでいます(笑)。この「ガヤガヤ」をやると、クラス全体のエネルギーが満ちてくるのがわかります。心理教育のファシリテーターは、セラピストとは異なり、自分の家族のエピソードを話すこともありますが、話してよいかどうか、夫や子どもの許可を事前にとっておいた方がよいかもかもしれません(笑)。自分自身の個人的な話をする事で参加者との一体感を得やすくなります。

チェルシー: 参加者全員が発言することを大事にします。グループ全体でメンバーの話を共有します。ファシリテーターは、発言者の言葉を繰り返したり、「すごく大変な経験をしたけれど、うまく乗り越えたんですね」と言ったりして、相手の経験を肯定します。進めていく上で、どの話もなるべく参加者に興味を持ってもらうような工夫が大事だと思います。そのために、そのトピックに関する新しいアクティビティを導入したり、画像やビデオを取り入れたり、やり方を工夫してできるだけ参加者が知的関心を持ち続けられるよう進めていくことが大事です。

フランチェスカ: 私たちのプログラムでよく使う次のビデオ(映画“Man of the House”)

は、ありがちな状況を、言葉で説明するよりもまずビデオで観てもらって、それについて話し合いをするときに使います。継父になったばかりの男性が同居し始めて最初の朝に家族のために朝食をつくるという場面です。見てください。



[ビデオ上映]

フランチェスカ：これを見てから始めると話が弾みそうですね。2つの違う歴史を持った家族が1つになっていくと、このようなトラブルになるのはよくあること、ノーマルなことであると気づかされます。

張り切って朝食作りに挑む継父に対し、冷ややかな反応を見せる継息子の様子が描かれている

で見せることで、家族メンバーそれぞれの異なった観点を、個別にではなく、つなぎ合わせて全体的に理解してもらうことができます。

チェルシー：ペーパーナウ先生も昨日おっしゃっていましたが、ある家族の状況をビデオ

フランチェスカ：自分の家族の話ではなく、他人の家族の話ですから、客観的にいろいろと意見を出しやすいという利点もあります。プライバシーを保ちたいと思う人にとっては、

実在しない家族についての物語を見ながら学べるので便利な方法です。



継父の作ったエッグベネディクトに「脂肪ギトギトで死んじゃうよ」と言って、食べずに立ち去る継息子

出てきます。「この子はきっと悲しいんだ」とか、「新しい人が入ってきて嫌なんだ」とか、「いつもと違う朝食じゃないから嫌なんじゃないか」などなど。その次に、今度は大きい靴のほうに移って、「継父さんはどんな気持ちだと思う？」と訊いてみます。すぐには答えが返ってこなくてちょっと時間がかかるかもしれませんが、「この継父さんも一生懸命頑張っていたよ」とか、「張り切ってつくったのに食べてもらえなくて悲しかったんじゃないか」とかの理解を示して、共感もできるようになります。大人と子どもの関係を考えるには、とても役立つ動画作品です。

同じビデオを使って、子どもたちに共感することを教えます。チェルシーからも話がありましたが、子どものグループでは、大きい靴と小さい靴の絵を切り抜いてもらうカリキュラムがあります。参加している子どもたちの1人に小さな靴の絵の上に立ってもらって、「どうしてこの子はこんなふうに感じているんだろうね」と皆に尋ねます。そうすると、即座にいろいろな意見が

もう1つ見ていただきます。これは数年前にジュリア・ロバーツが主演した映画“Stepmom”（邦題『グッドナイト・ムーン』）です。このシーンからは、子どもたちの反応の違いがわかると思います。幼い弟とその姉とでは、継母に対する反応が異なります。

[ビデオ上映]

フランチェスカ：今見ていただいたシーンは先ほどのものより深刻なので、参加者は様々な感情が湧いてきて話したくなるでしょうね。自分の家族の似たような出来事を思い出すかもしれません。この場面を使ってインストラクターが教えるべきポイントがたくさんあります。たとえば、映画の中の男の子のように幼い子のほうが継親と関係を作りやすいこと、年齢が上の子ども、とくに女の子はちょっと難しく、衝突する可能性が高くなること、そして、こういった衝突というのはありがちでノーマルな出来事であること、などなど。

私自身も自分の子ども2人を連れて再婚しました。上が男の子で、下は女の子です。夫も先ほどの情報を得ていましたので、9歳になる娘との関係の方がちょっと難しいだろう、多分男の子のほうが関わりやすいだろうと心構えをしていて、「準備はOK。さあでこぼこ道に入るから揺れるぞ！」なんて言っていました。ステップファミリーだからではなく、思春期の女の子だから生じている部分もあるのです。日本では違うかもしれませんが、少なくともアメリカでは12~13歳ぐらいの女の子はとてつもなく強くなります。インストラクターがその点を指摘することは大切です。私も夫によく言っていました。「あなたが継親だからというわけではないのよ。あの娘は誰に対しても態度がひどいんだから！」と。

チェルシー：このようなビデオを教材として使うとしても、参加者が自分の経験を語り、それを他の人の経験と結びつけようとするときには、グループのファシリテーターはアクティブ・リスニング（積極的傾聴）のスキルを使います。そして、参加者の発言を促し、その発言を肯定します。先ほども例を挙げたように、参加者の発言を振り返ったり、明確化して整理したりもしますが、ステップファミリーにとって本当に大切なのは、グループで話し合っている経験をノーマライズすること、つまり普遍化することなのです。

フランチェスカ：このプログラムの目的はすでにお話ししましたので、次のスライドは飛ばします。このプログラムは、6回のレッスンから成っています。トピックのいくつかはすでにお話ししました。最初のレッスンでは、ステップファミリーに関する基本的な情報を中心にお話しします。その中で統計的な事実をお伝えすることもあります。こんなに離婚や再婚が多いことを学んでも



二人の継子に子犬をプレゼントしたが、上の継娘には「あなたと同じ臭いがする」と拒絶される

- レッスン1 - 現代の家族
 - 現代家族の動向を意識させる
 - 新しい家族に適応する経験が普通であると認識させる
 - グループに必要なことを判断するために起こりそうな課題を挙げてもらう
- レッスン2 - 変化
 - 期待に関するコミュニケーションを改善し、「言葉の意味が通じる」ようにする
 - 継親の法的地位の理解
 - お金にまつわるコミュニケーションの改善
- レッスン3 - 継親としての成功
 - 他の家族メンバーへの共感力の向上
 - 効果的に継親の役割を果たすためのスキルの向上

られます。それから、最初のレッスンでは、ステップファミリーに共通する課題やステップファミリーの神話を取り上げて、ステップファミリー生活の概要を学びます。

次のレッスンでは、初婚家族から離婚そして再婚を経て起こるいろんな変化にどう対応するかを取り上げていきます。ここで強調したいのは、家族のメンバーに「意味の共有」という考え方を理解してもらうことです。家族内の対立の多くは、異なる歴史を歩んできた家族メンバーが異なる価値観をもっているから起こるのです。アメリカでのレッスンでは、ここで継親の法的な地位について取り上げます。アメリカでは、継親は継子に対する経済的な扶養責任がありますが、親権は与えられていません。参加者には、公的な書類の書式例などが配られ、それに実際に記入してもらいます。こうした書類は、子どもの学校から行事などのお知らせを送ってもらうための依頼書、子どもの緊急治療に関する病院の承諾書などです。弁護士さんを招いて、法的な手続きについて 20～30 分ほど話をしてもらうこともあります。またレッスン 2 では、経済的な問題に関わる交渉についても説明します。再婚するときに、2 人とも働いていて、それぞれに財産を持っていることも多いので、それを 1 つにまとめるのか、あるいは別々に扱うのかなどの問題を話し合います。

レッスン 3 では、継親としての方策を中心に進めます。どんな方策がステップファミリーでうまく行きやすいのかに重点を置きます。レッスン 4 では、カップルのコミュニケーションスキルを中心に行います。否定的なコミュニケーションのパターンとはどんなものか、より健全で肯定的なコミュニケーションはどんなものかを知り、そのスキルを学びます。

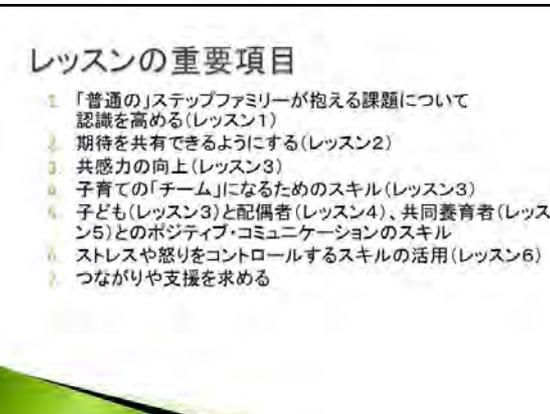


Smart Steps
Embrace the Journey

- レッスン4 - カップル間のコミュニケーション技術
 - カップル間のポジティブ・コミュニケーションのスキル
 - 結婚を不安定にしかねない否定的なパターンの特定
- レッスン5 - 効果的な共同養育
 - 協力的な共同養育スキル
 - 「忠誠心による束縛」の理解
- レッスン6 - ストレスマネジメント
 - 感情と生理的反応、行動との関連性を理解する
 - 個人の健康と幸福、家族の調和を維持するための効果的なストレス管理方法を学び活用

チェルシー: アメリカでは「共同養育」という言葉を使いますが、私たちはこの言葉を「子どもの生活に関わる 2 人以上の大人が効果的に子どもの養育に携わること」と定義づけています。共同養育は、2 人の実親の間で行われるだけでなく、実親と新しく加わった継親との間で行われる場合も含まれます。「Smart Steps」ではその共同養育についても扱います。

フランチェスカ: レッスン 4 では現在のカップル間の共同養育の方策について学びますが、レッスン 5 で重点的に扱っているのが、元の配偶者（別居親）との関わりです。レッスン 5 の教材は、より長時間のプログラムから持ってきたものです。そのプログラムは、元配偶者と共同養育を行うスキルを教えるものですが、12 時間あるいはそれ以上



レッスンの重要項目

- 1 「普通の」ステップファミリーが抱える課題について認識を高める(レッスン1)
- 2 期待を共有できるようにする(レッスン2)
- 3 共感力の向上(レッスン3)
- 4 子育ての「チーム」になるためのスキル(レッスン3)
- 5 子ども(レッスン3)と配偶者(レッスン4)、共同養育者(レッスン5)とのポジティブ・コミュニケーションのスキル
- 6 ストレスや怒りをコントロールするスキルの活用(レッスン6)

つながりや支援を求める

かけるプログラムなのです。ここではそのうちの2時間分しか紹介していません。もしもっとそこが知りたいという方には、他にもプログラムがありますよと、元の長いプログラムを紹介します。

最後のレッスン6は、ストレス・マネジメントです。これまでの様々な研究によって、ストレス反応や生理的な反応が、私たちの様々な行動を引き起こすことがわかっています。つまり、動揺しているときには、ストレス・ホルモンが上昇し、せっかく知識やスキルを持っていても、うまく使えない状態になります。カップル関係や家族関係の中で最も大切なスキルの一つは、落ち着いた状態を維持する方法を知り、脳を働かせることです。

チェルシー：大人のほうは以上のような内容です。並行して行う子どものプログラムは、重複する点はたくさんあるのですが、もう少し基本的なスキルを重点的に扱っています。例えば共感するスキルとか、コミュニケーションスキル、それから、葛藤への対処方法などです。

フランチェスカ：ではこれから、それぞれのレッスンの重要な部分を紹介したいと思います。私のトレーニングでは通常12時間かけてすべてのカリキュラムを教えます。皆さんもあと12時間ご一緒して下さるなら、全部教えられるのですけれども（笑）、それは難しいですね。ここにいらっしゃる吉本真紀さんと桑田道子さんは、10年ほど前に実際にワシントンDCまで来てくださって、長時間にわたるトレーニングを受けてくれました。そのころ私たち皆、ティーンエイジャーだったわね（笑）。ご関心があれば、いずれフルコースのトレーニングを受けていただき、詳細を学んでいただければと思います。今回はいくつかの点を取り上げて「試食」していただきます。

ステップファミリークイズ：神話？現実？

1. 継親と継子の間にはすぐに愛情関係を作る必要がある。
2. 通常9歳から15歳の子どもは新しいステップファミリーに適応するのが最も難しい時期である。

チェルシー：皆さん、お配りした赤と青の2色の紙、持っていますか。この後のアクティビティで使いますので、ご用意ください。ステップファミリーのクイズをしますので、それを使って答えてください。「Smart Steps」でも、グループの中で家族のみなさんと一緒にやっているものです。もし文章の内容が正しいと思ったなら、私が「Go」と言った後で青い紙を挙げてください。間違っていると思ったら赤い紙を挙げてください。1つ目の問題は「継親と継子の間にはすぐに愛情関係を作る必要がある。」「1, 2, 3, Go！」。

素晴らしいです。皆さん、正解です。この文章は間違いですね。これについて、理由を聞きたいとか、何か意見がある人、いませんか。大丈夫でしょうか。

フロアからの質問：愛着や愛情は作るものでなくて、できるものなのではないでしょうか。

チェルシー：確かに、作るというよりは、時間をかけて出てくるという感じですね。

では、次の問題。「通常9歳から15歳の子どもは、新しいステップファミリーに適応するのが最も難しい時期である。」「1, 2, 3, Go!」。「正しい」が正解です。素晴らしいですね。グループでこうしたアクティビティをするときには、ステップファミリーの当事者はいろいろな情報を持っていることを想定しているのです、私たちは答を提示する前に少しやりとりをします。すでにみなさんいろんな経験があり、それが正解につながることも多いですね。

もう少しやってみましょうね。「意地悪な継母の物語や神話は、現代のステップファミリーにはあまり影響を与えていない。」「1, 2, 3, Go!」。今回は意見が別れましたね。「間違い」が正解です。実はスライドにはあえて間違っただけの解答を示してありました。「ステップファミリーが1つのまとまった家族だと感じるには最低4年以上かかるのも珍しくない。」「1, 2, 3, Go!」。「正しい」ですね。時間がかかるということです。

ステップファミリークイズ：神話？現実？
3. 意地悪な継母の物語や神話は現代のステップファミリーには影響しない。
4. ステップファミリーが一つのまとまった家族だと感じるのに最低4年以上かかるのは珍しくない。

フランチェスカ：レッスン1では、このようにクイズの後で少し時間をとって、なぜ正しいのか、間違っているのか意見交換をします。そこからうまく話を発展させます。参加者が注目した点、疑問をもった点がどこにあるかによって、後の説明ではそこに重点的に時間を割いて説明します。

次のレッスン2に移ります。次は、変化とか、新しい家族への適応に関するものです。一番重要なコンセプトは「期待の共有」です。シンボルを使ったアクティビティを行い、異なる真実を教えます。歴史や文脈によって、真実が異なるということです。シンボルというのは、物でもいいし、言葉でも構いません。そのシンボルについて、同じ意味を共有している場合もあるかもしれませんが、人によって全然違う意味合いで捉えている場合もあれば、まったく意味を感じていない場合もあるでしょう。指輪を持っているその方、指輪は何を象徴していますか。それを今、ご自分の指にはめましたね。



発言者 Q：I don't know. (会場 笑い声)

フランチェスカ：単なる金の輪ですね。これを受け取ったときに、何らかの態度をとらなければという期待がありませんでしたか。

発言者 Q: もう忘れました。(会場 笑い声)

チェルシー: 私が彼にこれを渡すときに、もうちょっとポーズを付けて捧げたほうがよかったですね、こんなふうに (笑)。

フランチェスカ: 指輪には普遍的な意味があり、多くの人はその象徴的な意味がわかっている、そこに期待される態度があり、これを見てこの人とあまり親密になってはいけなさと考える場合もありますね。もう1つのシンボルは、この旗です。この旗があつて、国歌が流れていたら、皆さんはどうされますか。あなたはどんな態度を取りますか。姿勢はよくなりますか。世界にはこれが日本の国旗だと知らない人もいますので、旗を見て姿勢を正すことはないかもしれませんね。同じように行動しないかもしれません。星を持っている人はいますか。なんですか、それは。



発言者 R: これを何に使うかわからないです。

フランチェスカ: 米軍の階級章ですね。将校の肩に付けられるものです。もしアメリカ軍人が部屋にいるときに、それを付けて部屋に入ってきた人がいたら、必ず他の軍人は起立をします。同じ意味を共有していない人はそれがわからないので、周りを見て、何が起こったのかと疑問に思うでしょう。



さて、最後にこれは何でしょう。(会場からの様々な意見。) お教えしましょう。現在 24 歳の私の娘が、3 歳のときにアート・キャンプで作ったものです。娘がキャンプから戻って来て私にこれを手渡すと言いました。「私、一生これやりたい」と。私にとっては、「娘が芸術家になりたい。私、大好きなもの見つけた」と宣言した瞬間を象徴する意味を持っています。私の家の中で特別な場所に飾ってあります。そして万一、家が火事になったら、私はそれを持って逃げます。でも、みなさんはその大切さはわかりませんし、私と同じ意味を持っていません。「このくだらないものは何だろう、片付けろ」と思うかもしれませんね。このような道具を使って、家族、特にステップファミリーにおいては、こうしたシンボルの意味の違いが問題になることをわかってもらいます。



チェルシー: ステップファミリーで暮らすということは、外国を旅行するのに似ていると思います。私は 13 年前、交換留学生として 1 年間、日本で暮らしたことがあります。その経験を思い出します。私のホストファミリーのお父さんが私に向かって、こんな (手招きの) 身振りをしたのです。日本でこんなふうにされたら、皆さんはどうしますか。私のほうに来るんですよね。アメリカ人の私にとっては、あっちへ行けて言われているよう

に思われたのです。全く逆の意味です。こういうふうにされたので逃げてしまいました。「なんで私を嫌うの？」って、すごく心配になりました（笑）。

フランチェスカ：これを使って会話し、それぞれの家族にもそんな経験があるのでお話いただくこともあります。

私自身の経験では、誕生日にまつわるエピソードがあります。夫と結婚する前、最初のデートをしたとき、私の誕生日が近かったんです。私の家族では、誕生日はすごく重要な行事で、盛大に祝い、たくさんのプレゼントを用意する日でした。1日女王様気分を味わえる日だったんです。彼の家族はまったく違い、せいぜい誕生日のカードがもらえるぐらいで、全然大したことはなかったんです。私の誕生日が近かったので、誕生日にどんなことをしてくれるのかと、私はすごく期待していたんです。誕生日の水曜日が来ました。彼は、「君の誕生日は水曜日だけど、僕のお給料は金曜日まで入らないから、土曜日に何かやればいいかな」って言ってきたんです。「それは絶対ダメ」と言いました。こうしたことが原因でけんかになる可能性があるのです。「私のこと大事に思っていないの、どうして誕生日が大事な日と思ってくれないの」と思ってしまうわけです。



重要なのは、誕生日について同じ意味を共有していなかったと気付くことです。彼も正しいし、私も正しいのです。そう気づくことが、対立を減らし、きちんと話し合っ、家族にとって新しいやり方、家族の伝統を作ることに役立ちます。今では、私の家族では誕生日をとっても盛大に祝っています。私が勝ちました（笑）。

[10分間休憩]

フランチェスカ：皆さん、また先ほどのグループに分かれていただけますか。レッスン3は継親の子育てについて書かれているのですが、次のワークでは共感に関するワークをやっていただきます。

それでは子どもの身になって、ステップファミリーになった際に、どんな問題や課題を抱えるか、どんな気持ちになるか、考えてみてください。記録を取る人を1人決めてもらえますか。他のみなさんは子どもの気持ちになって、こう思うんじゃないか、ああ思うんじゃないか、こういう問題に直面するんじゃないかなど、子どもが直面する問題、解決しなければいけない問題などをできるだけ沢山リストアップしてください。もし、自分が継子だったら、複雑なステップファミリーで暮らすとしたら……。さっきのビデオにもあったと思いますので参考にしてみてください。

あるグループの発言1：今まで、きょうだいがいなくて1人占めしていたものを減らされ

てしまうことがあるかも知れない。あとは、使っているシャンプーとか石鹸の種類が変わってきたりとか、洗剤とかもこれを使うものだと思ってたのに、違うものが出てきたりとか。それに対する抵抗感が出てくる気がします。

フランチェスカ：子どもの年齢設定を決めていただいてもよいです。そして、課題を一覧表にしてみてください。



グループディスカッションの間に、講師から声かけられた人がグループを抜け、他のグループの人と入れ替わるよう促されています。

あるグループの発言 2：食器の使い方とか、洗濯物の干し方とか、そういう様々なこれまでのルールは、結婚する前に全部話し合わないじゃないですか。こういうものだと思っていたのに、新しく入ってきた継親のやり方を押し付けられたと感じたり。例えば、洗濯物はこれまで全部きちんとたたんで入れてもらっていたのに、自分で入れなさいと言われてたら、「え？」ってなることもあるかも。家事に関するルールとかが絶対、大きく変わると思います。ひとり親の家庭で育ってれば、親と分担してやっていくけれど、家事に関するやり方とかルールに関して、違うんじゃないかなと思います。

あるグループの発言 3：本来ならば甘えたいと思いつつながら、素直に甘えられない、そういう葛藤を抱える。だから、素直になれない。本来ならば甘えた方がいいってわかっているのに、自分から素直に出せないっていう。

あるグループの発言 4：甘えたいという思いがあったときに、今おっしやっていたようなこともあるし、逆を言えば、他人がいるので、何か言いたいことがあっても、別の何か要求があっても言いにくいとか。自分の中に抱えてしまって出せない。

フランチェスカ：あと1分です。課題のリストをまとめてください。それでは今座っていらっしゃるその場所にいてください。これから質問します。

[1分後]

フランチェスカ：前のグループを出て、別のグループに行かされたという方、手を挙げてください。別のグループに移ったとき、どう思いましたか。

発言者 S：まず、何が起こったのか分からない。あと、「なんで私なの？」って。もう1つ

言うとするれば、「今まで何回かお話ししてきた人じゃない人たちと、どうお話ししたらいいんだろう？」みたいな。

発言者 T: パトリシアさんのいるグループに移ったので、英語で話さなきゃいけないと焦りました (笑)。

フランチェスカ: 他に、グループを移った方で、こんな気持ちだったっていうのをお願いいただける方はいますか。

発言者 U: 私も同じく、「なんで？」っていうのと、「(テレビの取材) カメラ写りが悪いかから写らないところに動かされたのか」と (笑)。移って、初めは居心地が悪かったんですけども、最後に、「どう思いますか」って話を振ってくれたんで、そのとき、少しホッと安心しました。

フランチェスカ: グループのメンバーの方々が歓迎してくれて、少し、彼が安心するように配慮してくれたんですね。素晴らしい家族ですね (笑)。他にグループを移った方で、自分の気持ちを語ってくださる方いらっしゃいませんか。

発言者 V: 突然、説明もなく呼ばれて行ったので、「何か、自分がいけないことをしてしまったのかな」という不安を感じたんですけども。

フランチェスカ: 皆さん、グループを移動させられた方々の感想を聞かれて、これがとても有効な練習だということに気が付かれると思います。私たちは大人のクラスでこれをやりますが、みんな楽しんでくれます。移動させられた参加者は、ひょっとしてステップファミリーの子どもが感じているのもこんなことではないだろうかとか共感を経験します。ちょっと混乱して「一体何が起こったんだ？」とわけがわからなくなったり、「私が何か悪いことしたかな？」という気持ちになったりします。これは多くの子どもたちが持つ感情なのです。

レッスンで継親の子育てについて話をする前に、実親が自分の子どもが経験していることは何か、どういうことを感じているかを知ってもらうことが大事です。子どもは、自分ではコントロールできない事態に巻き込まれている感覚を持ちます。子どもは、理由もわからないまま誰かに命令されて、こっちへ行きなさい、あっちへ行きなさいと言われて、その通りにしなければならない。選択権がないのです。皆さんには、選択肢を差し上げます (笑)。

ビデオを使った行動のモデル化

- ▶ 感情移入を引き起こすが、自分「個人」の問題を扱うわけではない。
- ▶ 対処方法を検討することでグループリーダーやグループのメンバーから様々なアイデアを出してもらおう。
- ▶ 役立つ「処方箋」の例を挙げ、学んでもらう。

チェルシー：元のグループに戻りたかったら戻ってもいいです（会場 笑い声）。新しい家族が気に入ったら、どうぞ、そのままでもいいです（笑い声）。もちろん、元のところに戻りたいからといっても、新しく入ったグループの人が嫌い、つまり新しい家族が嫌いというわけではありませんよね。

フランチェスカ：これは、いわゆる忠誠心の葛藤、つまり引き裂かれる気持ちを理解するよい例ですね。こっちの親とあっちの親、2人の実親の間で引き裂かれるように感じるわけです。子どもの気持ちを理解するよい練習ですので、ご自身がグループを開催する際にこれも使ってみてください。

次のレッスン3で、またビデオをお目にかけます。このビデオは「Smart Steps」のインターネット教材としてウェブ上で提供しているものです。

10歳の男の子がとても悲しい思いをされていて部屋から出て来ません。男の子が部屋で寝そべってふてくされているところに継父さんが入ってきます。自分の母親と継父との間に新しく生まれた赤ちゃんとみんなで公園に遊びに行こうと誘われますが、その子は行きたくないと言います。最初の部分を見てみましょう。

[ビデオ上映]

これが最初の設定部分です。それに対して継父はどう対応するか、3つの対応法の選択肢が用意されています。あなたが継父だったらどう対応するか。

選択肢の1つは、継父が強く厳しく主張するものです。（ビデオ上映しながら）継父が大声で、「とにかく来い」と怒鳴り、継子はますます反抗的になります。すると、継父が「この家に一緒に住みたいなら言うことを聞け。5分以内に階下に下りて来い」と脅すような言い方をしています。最後に継子が、「お母さん、なんであんなやつと結婚したんだ」とつぶやきます。あまりよい対応とは言えない選択肢です。

ステップファミリーで共感力を活用

- ▶ 共感を引き出すアクティビティ
 - どんな家族でも重要なスキルだが、特にステップファミリーでは非常に重要。
 - 配偶者や子どもの挑発的な態度に反応する前に、相手の立場に立ってみる。

▶ 「誘いへの拒絶」シーン：
▶ <http://stepfamily.orcasinc.com/16010/>



家族の輪の中に入ろうとせず、自室にこもる継子をなんとかしたい継父はどう声かけするのか・・・

チェルシー：もうひとつの選択肢は、よい対応例ですね。継子と穏やかに会話をしようと、継父が努めます。赤ちゃんが生まれてから、母親の時間はほとんど赤ちゃんに取られてい

ると継子が不満を言います。それに対して継父は、「赤ちゃんは手がかかるものなんだ」と穏やかに説明しつつ、「お母さんも君と一緒に時間がなくて寂しく思っているみたいだよ」と子どもに語りかけます。そして、自分（継父）が赤ちゃんを見ているからお母さんと一緒にどこかへ出かけたかどうかと提案します。そして自分もその継子と一緒に2人で何かしたいと思っていると伝えます。男の子が、「僕は野球の試合を見に行きたかった」と言うと、継父が「じゃあ、野球のチケットを買っておくから、君はお母さんとどこへ行きたいか考えておいて」と言います。継子の機嫌もよくなったようです。



このような場面で継子の男の子に対して継父が不満を抱くことは自然なことだと思います。けれども、怒りに任せて怒鳴ってしまうのではなく、継親側が一步引いてあげて継子の視点に立って共感することで、継親の子育て方策はより効果的なものになります。結果としてみんなが少しずつよりよい状態に向かうのです。2 つめの選択肢のシナリオでは、血縁の母子が2人だけの時間を過ごして不満を解消し、その後、継父子も2人だけで野球の観戦を楽しむことで絆を深める機会を得ます。

フランチェスカ：これは継親が「共感」をうまく活用している例ですね。子どもが母親と過ごす時間がなくなり、喪失感に苦しんでいたということもわかりますね。私たちがよく言うのは、行動に問題のある子どもは悲しんでいる子どもだということです。先ほど子どもが手を押し返していましたが、一方が強く押すともう一方が強く押し返すのは自然な反応です。しかし、大人であれば、子どもと押し合いをするのではなく、まず深呼吸をし、落ち着いて、子どもが押しってくるのはなぜなのか、隠された理由を見つける必要があります。それが継親にとっても、実親にとっても、よいやり方です。



子どもの喪失感についてはパトリシアさんのお話にもありましたが、これは両親が離婚した小学校1年生の男の子が描いた絵です。離婚して自分の家からいなくなったお父さんの絵に×をつけて喪失感を表しています。このように、口に出して何も言わないけれど、乱暴になるとか、悲しんで落ち込んでしまうといった行動に感情が表われます。それに対して継父がやさしい態度を取ると、継子の態度も柔らかくなってきます。これも人間として自然なことです。実親も継親も、子どもが大声で叫んでいることにはではなく、小さな声でつぶやいていることに耳を傾ける必要があります。

このビデオを見た後、継父が身につけるべき大切なスキルは何なのか、最初の選択肢に示された継父の対応ではまずいのはなぜかと質問をします。

チェルシー：今お話ししたような結論に至るようなヒントを引き出すことが目標です。参加者に時間を与えて自分たちで答えを探してもらおうようにもっていきます。

フランチェスカ：たいていはみんなが意見を出して答えに至るような結果になります。教育者やファシリテーターが重要

な論点を提示してしまうのではなく、ビデオを見て、みんなで話し合ううちに学んでほしい点が浮かび上がるわけです。

うまくいっているステップファミリーでは、親と継親がチームとして機能しています。私たちが一般的にステップファミリーにもっとも有効な方策としてお勧めするのは、家族のルールをしっかりと時間をかけて事前に浸透させることです。突然その場でルールを決めるのはいけません。実親と継親がチームとして子育てをする際に、継親ではなく血縁の親がチームのスポークス・パーソンになり、子どもにルールなどを伝える役割を担うようにします。

チェルシー：年月がたつにつれて、継親が親として子どもに対して権威をもってしつけできるようになる場合もあります。ただし、すべてのステップファミリーがそうなるわけではありません。

フランチェスカ：継親が前に出ず、後ろに引き気味にするとうまくいくことが多いです。例えば、私が再婚したときに私の娘は9歳でした。だから娘がティーンエイジャーになったときには私の夫はすでに4年間も継父をやっていたことになります。にもかかわらず、「あの子との関係を悪くしたくないので、何かあったときには母親の君からあの子に話をしてくれないか」と頼んできました。「あの子はなかなか難しい娘だから、スポークス・パーソンになってほしい」と言ってきたのです。娘の年齢が上がるにつれて夫も親的な役割を果たせるようになって、今や2人はとても関係がよくなり、情緒的につながっています。娘は24歳です。パトリアさんが昨日言われたように、「ルールを作る前にまず関係を作れ」ということです。それが平和を維持する秘訣です。

プロセスの検証

- このシナリオで継父にとって大切なスキルは？
- なぜ最初の対応がベストの方法ではないのか？
 - どんな効果があるか？
 - 継父の目的は何か？
 - 家族にとって一番望ましい目標は何か？
 - レッスンのポイントは何か？
- なぜ二つめの対応の方がうまく対応できているか？
 - 継父の目的は何か？
 - レッスンのポイントは何か？

ステップファミリーで使える効果的な対応方法

- 子育てのチームとして対応
 - 「継親も家庭内のルールを守らせる役割」(実親がメインで継親がサポート役のチーム)
 - 特に最初の数年間は、主に実親がチームの「スポークスマン」役
 - 継親が親の全権威を持つまでに十分に時間をかける

Smart Steps

右に示したウェブページには9つのシーンが出てきます。それぞれの場面には異なる対応の選択肢が用意されていて、おもしろく学べると思いますのでぜひご覧ください。

もう1つ、私たちがお勧めしている方法は、1対1の時間を作るということです。どんなことでもよいのですが、2人だけで何かをすることが大事ですね。先ほどのビデオの例では、野球の観戦に継父と継子が一緒に行くことになりました。

オンラインで閲覧可能な
ステップファミリー子育ての例

- ▶ 「敬意が見られない」
 - <http://stepfamily.orcasinc.com/13010/>
- ▶ 「ゴミの片づけができていない」
 - <http://stepfamily.orcasinc.com/12010/>
- ▶ 「繰り返される対立」
 - <http://stepfamily.orcasinc.com/14010/>

チェルシー：「Smart Steps」のオンライン動画には学ぶべき情報が数多く取り入れられています。

フランチェスカ：ぜひご提案したいのですが、いずれ日本でもこのようなビデオ作品を制作してはいかがでしょうか。日本の俳優さんに状況を演じてもらい、よくない例とよい例の選択肢を提示するようなビデオです。

ステップファミリーで使える効果的な対応方法

- ・ 継親子関係は1対1で築く
 - 1対1のアクティビティを意図的に行い、強い絆を作り、維持する作戦

野沢：NHKさんに力を貸していただけると助かりますね（笑）。

フランチェスカ：そうですね。映像の専門家でいらっしゃるから、ぜひ（笑）。社会的学習理論から言っても、ビデオ映像は具体例を見てそれを模倣できる点で効果的な学習をもたらします。具体的に態度や言葉をまねることができます。

チェルシー：昨日、ペーパーナウ先生がセラピーの一部としてお話されていたので詳しい説明は省きますが、「YOUメッセージ」でなくて「Iメッセージ」を使うコミュニケーション手法、そして会話はソフトに始めてハードなメッセージを伝えて最後にソフトで終わる手法などは、セラピーの場面だけではなく家族生活教育においても有効です。

効果的なコミュニケーション

- ▶ = 対面通行の道路(絵を使ったコミュニケーションアクティビティ)
- ▶ 批判と不満の違い
- ▶ 「WIN」戦略を使う
 - When(いつ).....
 - I feel(私は～と感じています).....
 - I Need(私は～が必要です).....
- ▶ 話し始めは「きつく(ハードに)しない」
 - 聞き手を守りに入らせる話し方「あなたが」で始める
 - 過剰な一般化「あなたはいつも～だ」「あなたは絶対～しない」
 - 相手の気持ちを分かった気になる-「考えていることはわかるんだから」
 - けなす
 - 過去を蒸し返す
 - 声の調子が苛立たせる、きつい

「ソフト」なアプローチ

- 感情を伝えるときは「あなた」ではなく「私」を主語に。
- 特定の出来事や態度についてだけに絞り、一般化したり、相手の性格を決めつけない。
- 必ずしも「勝つ」ことはない。
- 優しい言葉と声の調子を心がける。
- 不満を言う前に感謝の言葉を添えて、不満を「サンド」。
- 過去のことを蒸し返さない(心に溜め込んだものを一気に爆発させない)。
- 必要ときには謝罪を。往々にして自分にも謝罪が返ってくる。

フランチェスカ：家族生活教育では、このソフト・アプローチに関して、どうやるかをグループ単位でもう少し詳しくお教えし、練習をします。それから、みなさんカードを持ってらっしゃると思いますが、このカードを使った方法も説明します。また、メディアが発達した現代では努力しないと対面的なコミュニケーションを取るのが難しいので、そのことを教えてくれるビデオを探しました。

これからお目にかけるビデオはコカコーラ社のCMです。テクノロジーが普及しすぎた現代に生きる私たちは、意味のある会話をするために努力する必要があるというメッセージが込められています。

[ビデオ上映]

皆さん、この首の周りに巻くソーシャルメディアガードという商品、必要だと感じましたか。みんなソーシャルメディア(SNS)ばかりを見ていて、直接会話をしていない。日本でも同様の問題があるでしょうか。みんなつねに下を向いてスマホの画面ばかりを見ているでしょうか。下ばかり見えていないで、家族が集まったときには顔を上げて話をしてほしいというメッセージです。

家族に関する教育においては、家族内に対立が起きたときの対処法だけが重要なものではありません。ある研究によれば、家族の中に1つの否定的なことが起きるとすると、肯定的なことも5つは起きているそうです。1日を通じて、人々は肯定的なことを言ったりやったりしています。それが対立をいつのまにか解消しているんですね。

まず、カードを1枚取っていただいて、誰かあなたにとって重要な人を1人思い浮かべてください。今晩会う誰かかもしれませんね。そして、自分がその人について大変感謝していることを1つ書いてください。このカードは他の人は見ませんので自由に書いていただいて大丈夫です。今、ここにいる人に対



Coca-Cola Social Media Guard

<https://www.youtube.com/watch?v=u3BRY2RF5I>

◆Thank Youカードのアクティビティ



してでも結構です。1文だけでもいいです。まだ書き終わってない人は宿題にします(笑)。今書いたカードを今夜その人に渡すことが宿題です。そして、相手がどういう反応をするかをしっかり見てください。このような行為は実に小さなことですが、大きな違いを生みます。書いて伝えてもいいし、口で言ってもいいです。私たちのクラスでは、参加者全員に自分の家族の誰かに宛ててこのカードを書いてもらいます。もらうととても嬉しいものです。親などからもらったこのカードをずっと大事にポケットに入れて持っている子どももいます。

共同養育に関してもう少し付け加えたいと思います。共同養育の場合、元の配偶者、元のパートナーと協力しなくてはなりません。日本でもそのようなケースもあると聞いています。その際に最も重要なことは、元配偶者とは仕事上のつきあいのような、ビジネスライクな関係を保つことです。互いに一定の敬意を払うことが必要です。特に子どもの前では元配偶者への礼儀を失わないことです。そして、子どもをメッセンジャーにしないことも大事です。子どもを通して相手と話をしようとする、子どもが両親の間で板挟みになって苦しむことになりません。そして、子どもがもう1人の親をずっと好きでいていいんだと思えるように、安心させてあげることです。子どもが、一緒に暮らしていない親と仲よくすることに罪悪感を持たないように気遣ってあげなければいけません。

チェルシー：元配偶者間で共同養育を行うのは非常に難しいのだから共同監護（共同親権）は避けるべきだと信じている人もいますが、調査研究からは、離婚後の両親が協力して健全な共同養育を可能にする方法があることもわかっています。

フランチェスカ：すでにお話したように、協力的な共同養育を行い、子どもが親を失わないことは、子どもたち自身にとってよい結果をもたらすことが、調査研究からわかっています。

最後のトピックは、ストレス反応についての理解です。よく右のような画像を使って説明します。ガラス容器の中に液体が入っています。頭に血が上っているとき、身体の内側が大混乱になります。左側の混濁した液体がストレス状態を示しています。この逆巻く体内システムを落ち着かせる

協力しあう共同養育

- ▶ 子どものニーズに重点を置く。
- ▶ 互いに理解し合う。相手の立場ならどうかを想像する。
- ▶ 親が多数いても子どもを導き愛情を与えられることを認識する。
- ▶ 子育ての仕方の違いを認める。
- ▶ 批判しない。思い遣りと敬意を持つ。
- ▶ 子どもをメッセンジャーにさせない。
- ▶ 子どもに親を「選択」させない。

「ストレス反応」を理解する

- 気持ちが動揺すると・・・「防衛」ホルモンが放出
- 「考える脳」を置き去りに。
- 停止・沈静化対策が必要。
- 身体システムを落ち着かせ「考える脳」を取り戻すには30分かかる。
- ▶ 日頃からマインドフルネス(気付き)の訓練を行い、脳のストレス反応を鍛え直す。



にはどうしたらよいでしょう。そう、立ち止まることですね。落ち着いてじっとしていると、右の容器のように水がきれいに澄んできます。子どもにも大人にも、実際にこのような写真を見せて、頭がストレスで混乱しているときは思考する脳への経路が閉ざされてしまうことをわかってもらいます。家族の関係をよくするための最良の方法は「タイムアウト」(小休止)を使うことです。タイムアウトの時間は10を数えるだけでは足りなくて、30分ぐらいかけて落ち着かせる必要があることも多いです。



意識の集中／マインドフルネス実践のメリット

- メタ分析が示すメリット:
 - ストレス、不安、うつ病
 - 心理的ウェルビーイング
 - 対処能力、生活の質
- 脳の画像検査が示すこと:
 - 左前頭の活性化(脳の中央部を鎮静化)
 - 小脳扁桃の密度減少
 - 注意をつかさどる領域における接続機能の向上

Brewer, et al., 2011; Davidson, et al., 2003; Lazar et al., 2005;
 Kilpatrick, et al., 2011; Paul, et al., 2013; Froeliger, et al., 2012

ストレスを感じているときに脳や身体がどのように反応しているか、それがさらに人の行動にどんな影響を与えるかを明らかにする研究が過去5年間に急増しました。ここで使う心理教育は「マインドフルネス」(心の整え方)の練習ですが、すでによくご存知の方もいるかもしれません。このマインドフルネスの訓練や瞑想、脳のイメージ研究、生理学的研究などが出てきました。精神を整えることは、身体的な健康、精神的健康によい影響を与え、人間関係をよい方向に変えます。日本では古くから知られている方法かもしれませんが、アメリカでは日常的に瞑想を行うことは新しい概念として広まりつつあります。

最後に、私たちが用意したアヒルの親子の動画をお見せしたいと思います。家族の価値を強調したものです。1人であるのではなく、互いにつながっていることが困難を乗り越える力をもたらすことを示しているこのビデオを見ていただければと思います。

他人に頼れば「風雪に耐えられ」やすい

<http://www.youtube.com/watch?v=foEjCFaP3zE#t=11>

チェルシー：このビデオ作品(親アヒルと雛たちが強風に煽られながらも寄り添って前に進もうとがんばっている様子を撮影した動画)は、参加したステップファミリーの当事者同士が互いに支え合うためのソーシャル・サポート・システムを構築するのを後押しするために使います。こんなに風が強かったら1人では耐えられないでしょう。

フランチェスカ：あのビデオの中のお父さんアヒルは、野沢先生かもしれませんね（笑）。皆さんを導こうとしている。ここにいる全員が、お母さんアヒル、お父さんアヒルですね。

今日は長時間、熱心に耳を傾けていただきまして、ありがとうございます。この時間を共有できたことを嬉しく光栄に思います。

[拍手]

4. 日本側からの応答とディスカッション

Comments and Discussion

野沢：最初のコメントーターは、東京国際大学の小田切紀子先生です。臨床心理学、家族心理学の立場から、特に離婚後の家族のための教育プログラムの導入に大変ご尽力されています。2日間のステップファミリーの講義を振り返ってコメントをお願いできればと思います。

(1) 日本とアメリカにおける離婚後の親子への支援

小田切 紀子

東京国際大学人間社会学部・教授

今回のセミナーに、多くの皆さんに参加していただき、ステップファミリーについて関心を持っていただきスタッフのひとりとして心から感謝しています。私自身もパトリシア、フランチェスカ、チェルシーから多くを学ぶことができとても勉強になりました。今日、私は、離婚の立場からお話したいと思っています。

私は、20年ほど前から離婚家庭の親と子どものサポートグループを同僚としてしています。最近、子どものグループを中心にやっています。あと、離婚を経験した親と子どもを対象とした心理教育プログラムを行政と連携して導入しようとしています。



1. 子どものサポートグループからの子どもたちの声

① 離婚について説明されていない

今日は最初に、私たちの子どものグループ、子どもといっても小学生から20代ですが、その声を紹介したいと思います。

多くの子どもたちが、親から離婚について聞いていない、説明されていないといっています。私は、この子たちの母親とも話す機会があるわけですが、親の方は、「子どもは、離婚のことをわかっているはず」、「察しているはず」、「まだ幼いからいってもわからない」という理由で話していません。でも子どもは、「離婚についてちゃんと聞きたい」といっています。

② 離れて暮らす親に会いたい

グループには、会えなくなった父親と子どもが多くいます。親と会えていない子どもは、「別居親と話してみたい、一度でいいから会いたい」「何かを言いたいというのではなくて、見てみたい」といいます。それから、「一緒に暮らす親、離れて暮らす親、どちらの親でも再婚すると、離れて暮らす親に会えなくなる」ともいいます。たしかに、調査でも面会交

流が中断される理由の一つが、親の再婚です。親の離婚よりも再婚のほうがショックだった、つらかったという子どももいます。

③ 同じ経験を持つ子どもと交流したい

子どもたちは、自分がある程度、離婚のことを消化すると、友達や周りの人に「実は、うちの親は離婚しているんだ・・・」ということがあるのですが、そうすると、周りが引くからいえないといえます。だから、同じ経験をした仲間と交流したいというのです。

このような子どもたちの声、35人ほどへのインタビューですが、これらから、①共同養育と面会交流の大切さ、②子ども対象のプログラム、③親の教育プログラムが必要であることが明らかになりました。

2. 共同養育、面会交流の大切さ

面会交流をしている子どもは、両方の親から愛されていることを実感でき、それが自己肯定感の高さにつながることで内外の研究から明らかになっています。単独親権のもとでは、親の再婚によって、面会交流が中断されてしまうことが多いのですが、今日のアメリカのステップファミリーの研究から、ステップペアレントは、必ずしも実親にならなくていい、親役割をとらなくていいことがわかりました。ステップペアレントは、子ども、継子との信頼関係ができるまでは親役割をとらなくてよくて、子どもには、実親とステップペアレントの両方がいていいわけです。でも、ステップファミリーの複雑な家族関係で育つ子どもには、面会交流をサポートする機関、制度が必要です。また、学校や地域がステップファミリーのことを理解し、ステップペアレントに実親の役割を求めないことも大切です。よくあるのは、学校の先生が、子どもの成績が下がったりすると継母に、「お母さんなんだから、ちゃんと子どもを見てください」といったりすることです。そういうのは慎まなければなりません。ですから、幼稚園、学校の先生、スクールカウンセラーを対象とした離婚や再婚家庭の子どもについての研修が必要だと思えます。

3. 子どものプログラム

私自身のケンタッキー州とオレゴン州での子どもプログラムの体験と、日本で私がしている子どものサポートグループの経験から、親の離婚を経験する日本と米国の子どもの相違点と共通点がわかりました。

① 日米の相違点

アメリカの子ども、といっても私がプログラムで出会った子どもに限定されますが、親から離婚について聞いています。オレゴン州で、子どもプログラムのトレーニングを受けましたが、インストラクターが最初に子どもたちに「今日は何でみんなここに来たのか知っている？」と聞くのです。そうすると子どもは、幼稚園の年齢でも「親が離婚したから」といいます。親からちゃんと説明を受けているのです。ちょっとびっくりしました。それで、アメリカの子どものプログラムは、怒りの感情のコントロールに焦点をあてます。怒りをどうやってコントロールするかを学ぶことが大切なのです。ところが、日本の子どもは、先程もお話したように、親から離婚について聞かされていないことが多く、怒りよりも不安や心配のほうが強い傾向があります。もちろん、日本の子どもたちも、親への怒りや自分の状況に対する行き場のない怒りがあり、怒りのマネジメントは大切ですが、そ

れよりも不安や心配に焦点をあてたプログラムが役に立つ、必要だと思います。

② 日米の共通点

日本とアメリカの子どもの共通点としては、プログラムに参加して同じ経験をする仲間と出会えることです。また、子どもの持つレジリエンス、回復力、自己治癒力も大切です。子どもの個人的要因、それは楽観性や社交性などですが、それらと家族の中の人間関係だけでなく、家族以外の人との関係が大きく影響します。子どもは、信頼できる大人や仲間から見守られ、支えられることで、親の離婚を乗り越え成長していくことができます。私たち大人が、果たせる役割は大きいといえます。

4. 親への心理教育の必要性

① 親の心理教育プログラム

私たちの研究会のグループは、ケンタッキー州で親の心理教育プログラムのインストラクター研修を受けてきました。このプログラムの内容は3つあって、離婚にまつわる子どもの疑問や心配を理解し適切に対応すること、離婚後の親子関係を強化すること、協力して子育てをする関係を作ること、です。今日のステップファミリーの心理教育プログラム、「Smart Steps」と共通点がありますし、プログラムのスキルは非常に役に立ちます。私たちのプログラムでも動画を使います。海外の動画を日本人に使うのは、良い面と悪い面があって、試行実践に参加した人のフィードバックから、海外のものの方が、距離をおいて見ることが出来るのでよかったという意見もありました。今後、日本版のものを作るか、海外のものを使うか検討します。

② 親の心理教育プログラムの日本への導入の課題

今、自治体と連携して、離婚届を取りに来た人にプログラムのパンフレットを渡し、離婚する時にプログラムを受けてもらうことを検討していますが、日本とアメリカの法制度と文化差を踏まえて、どのようにおこなうかが課題です。とくに、法制度の違いは大きな問題です。

(ア) 法制度の違い

ご存知のように日本の離婚の90%が協議離婚で、裁判所が関与しません。離婚後は単独親権で、共同養育の考えが浸透していません。このような社会的状況の中で、どのようにして共同養育をやっていくかが課題です。もちろん、すべての人に共同養育が良いわけではありません。DVや児童虐待などがある場合は、除いていかなければなりません。

(イ) 文化差

次は日本とアメリカの文化差、とくに祖父母の存在です。日本は、祖父母が、良くも悪くも子どもの離婚、孫の面会交流に口を出します。母親が離婚後に子どもを連れて実家で暮らしている場合、父親が子どもを引き取り、父親方の祖父母が、実際には子どもの養育をしている場合、祖父母の発言力が大きくなります。

最後が、日本特有の家族観です。国の国際比較調査と私の日本、アメリカ、韓国を対象にした調査から、日本は他の国よりも「子どもには両親が必要」、「子どもがいるなら離婚するべきではない」という意識が高いのです。ところが、ひとたび離婚すると面会交流の実施率は約30%、平均月1回、2時間程度です。ですから、子どもは、親が離婚すると、片方の親を失っています。この背景には、子どもが親の所有物になっている、親が子ども

を私物化していることがあると思いますが、これについては、現在、調査中です。

日本は、今年の4月にハーグ条約を締結しました。私は、国際家事事件のあっせん人として、あっせん人の弁護士と一緒に、国際離婚のケースで面会交流ができるように、日本にいる親と海外に居る親に、スカイプを使って話をしています。国際離婚の場合は、国が、外務省が、面会交流をサポートしていて、面会交流をさせることを重視しているわけで、国内の離婚とはギャップがあります。離婚後の共同養育が国際的なスタンダードになっている中では、日本もこれに合わせていくしかありません。単独親権のもとで、どのように共同養育と面会交流をしていくかはとても難しいことです。先生方から、日本とアメリカの法律の違い、家族観の違いを踏まえて、今私たちに何ができるか、アドバイスをいただけると嬉しいです。

以上で私の話は終わります。ご静聴をどうもありがとうございました。

[拍手]

野沢：ありがとうございました。日本側の3人のご報告が終わってから、アメリカからの3人にまとめて発言いただくことにします。では2人目のコメンテーター、桑田道子さん、関西、大阪・京都を拠点として、離婚後の家族の親子の面会交流を支援する Vi-project という活動をされて10年になりますか。

桑田：そうですね。

野沢：ちょうど10年目ということなので、その支援活動・実践の経験に基づいて昨日今日のセミナーについて、コメントをお願いします。桑田さんはSAJの運営委員、中心メンバーとして、設立当初から活動されているメンバーでもあります。もう13年になりますか。桑田さんよろしくをお願いします。

(2) キッズリーブスのトライアル ステッチ達へ大人ができること

桑田 道子

女性ライフサイクル研究所 Felien フェリアン講師

SAJ 運営委員

皆さん、こんにちは。桑田と申します。日頃は、大阪と京都にカウンセリングルームを置いています、民間の心理相談機関のスタッフとして、メンタルヘルスやコミュニケーション、チームマネジメントなどに関する企業や自治体の職員研修や、行政での保護者相談を担当しています。



SAJ とのご縁は、私が大学院生だった 2001 年の設立準備からお手伝いさせていただいて、今に至ります。そして、SAJ での出会いをきっかけに、2004 年、NPO 法人内に Vi-Project (ビー・プロジェクト) という「離婚後の家族支援、面会交流支援プロジェクト」を立ち上げました。今日はプラクティショナーとして、家族支援を実践してきた立場から、ステップファミリーへの支援について皆さんとご一緒に考えていけるとよいなと楽しみにこの場に来させていただきました。これまでを振り返ると、2001 年には「ステップファミリーに社会的サポートは必要か？求めすぎだ」といった声や、2004 年には「離婚後の面会なんて余計なお世話だろう」というような声を数多く聞き、多少孤独な思いを抱えるようなこともありましたので、昨日今日このテーマに関し、たくさんの方々にご参加いただい、とても感慨深い思いでいます。

特に離婚後、再婚後の子ども達への支援に携わるようになったきっかけについては、2011 年の日米セミナーでお話させていただいた内容が報告書にまとめられており、重複しますのでここでは触れませんが、まず、今日は「Smart Steps」を参考に SAJ で行ってきた「キッズリーブス」、ステップファミリーに育つ子ども達のためのプログラムについてご紹介します。まだプログラムを継続して実施するところまではできていませんので、トライアルです。

SAJ においても子ども達への支援をしていきたいというのは 2001 年の設立当初より思いをもっていました。当時は「親子の利害が対立するのではないか」「子どもに知恵をつけてほしくない」との主張が強く、なかなかハードルが高かったんですね。ようやくステップファミリーへの支援というものが日本に生まれて、そこで初めて同じ立場の人と会って話が出来た。誰にも相談できなかったステップファミリーの親達が、今、ようやく仲間を見つけたという状況では、まず SAJ にアクセスしてくる「親」達への支援が先で、「子ども」への支援の段階ではないということで、タイミングを待つことにしました。でも、「いつかステップファミリーの子ども達への支援をしたい」との野望はありましたので、2002 年に、SAJ の前代表である吉本さんと前々代表の春名さんと 3 人でフランチェスカさ

んの「Smart Steps」のセミナーを受ける機会に恵まれました。

セミナーは、「Smart Steps」の内容ももちろんですが、教室いっぱいに受講者がいて、この場にいる人が皆、ステップファミリーの支援を本気で考えている、その熱気を体感できたことはなにより励まされるものでした。文化的・社会的背景が日本とアメリカで異なることは無視できませんし、私達日本人は内と外とをわける文化や、個人と集団の意識が欧米とは異なる独自のものがあるように思います。家族に関しては特にそういった社会的規範や価値観が強く影響を与えていますのでそのあたりは整理が必要です。けれども、たとえ文化的・社会的背景が異なっても、多くのステップファミリーが辿る感情の混乱は共通すること、発達のだんがらがある、絆が育まれていく工夫があると「Smart Steps」やSAAの研究知見から、知れることは非常に力づけられるものなんですよ。そういったことを土台に、子ども達へのプログラムを試行してみました。

キッズリーブスは、子ども達が家族について話し合ったり、自分と自分の家族に起こった変化、それに伴う感情について、ディスカッションする、心理、教育的なプログラムです。ちょうど今日、主催者がどのように呼びかけるかという話が前半でもありましたが、SAJが「子ども達のプログラムをやります」と言っても、子どもが自分で申込みできるものでもなく、子どもにそれを受けさせたいと希望する親がたくさんいるなんてことも現実離れしているように思いましたので、今、SAJで何ができるかを考え、家族みんなでプログラムに参加してもらって、そこで家族対抗のオリエンテーリングやバーベキューを楽しむ、プログラムも実施する、というふうに組み立ててみました。

ステップファミリーに育つ子ども達は、親の離婚、または親との死別、そして、その後の再婚を経験していますが、それらをポジティブに受け止め、さらに理解していけるよう手助けしていくことは、子どもがより人生をたくましく生きていくことに役立つと考えています。そのために何ができるか、いろいろありますが4つに絞ってみました。

1つはいろいろな家族が存在していることを知ること。その多様性について、子ども自身が知識を得ること。

2つめは仲間と出会うこと。1人じゃないんだというのを頭でわかるだけでなく、直接出会って、顔をあわせて、体感してほしいこと。

3つめは、自由に、安心して気持ちを表現できること、表現できる場づくりをすること。

そして4つめには、子ども達にとって楽しい家族の思い出を積み重ねていくこと、ではないかと思っています。これらをベースにキッズリーブスを開催しました。その最初の、2006年にキッズリーブスに参加してくれた男の子が、当時小学校高学年でしたが、またやりたい、と声をあげてくれ、中学生に成長した彼をリーダーに、キッズリーブス「あつまれステッチ」というプログラムを開催しました。

先ほど、私達にできることとして4つを挙げましたが、もう1つ、私自身関心あることがあります。それはモデルの存在です。キッズリーブスで中心になってくれたのは、名前をあげさせていただくと、今SAJの代表をしてくれています緒倉さんの息子さんと前代

表の吉本さんの娘さんです。私が二人に出会った時はまだ園児さんだったり、小学生でしたが、中高大と SAJ とともに成長した彼らが、今、他のステップファミリーに育つ子ども達のいいお兄さん、お姉さんとして、モデルとして接触してくれるわけです。その姿を見させてもらいつつ、素敵なお兄さん、お姉さんと会えるというのは、子ども達にとってもとても良いモチベーションになるなと思いました。と同時に、その良いモデル、その一人の経験というのはどこまでいってもやはり 1 人の経験に過ぎないんですね。というのは、生のエピソードに触れることでかえって、「ああ、自分はそんなふうには出来ない」とか「私は無理だ、だめだ」と傷ついてしまったり、あきらめたり、というようなことも起きうるわけです。だからこそ、たくさん家族に出会ってきた人間が、最大公約数的にステップファミリーに役立つ点をまとめ、個別に扱うこと、皆に共通することを区別しながらファシリテートしていくことは重要だと思っています。今日のフランチェスカさんの講義の中に「ファシリテーターはガードレールの役割」だとの話がありました。その視点にとっても共感します。ステップファミリーに育つ子ども達も、ステップキッズ、ステッチとして、この 14 年の間に育ってきて、これからさらに一緒に活躍してくれるのではないかなと期待しています。

そして最後に、今日は家族支援の現場を持ってらっしゃる方がたくさんお集まりくださっていると聞いていますので、もう一つご紹介して話を終えたいと思います。数年前より、大阪市の子育て支援センターで、ステップファミリーの親対象講座を行政主体で開催しています。90 分×4 回の連続講座で、各テーマは昨日の講義内容と重なるので皆さんもよくおわかりかと思いますが、①ステップファミリーと初婚家族の違いを知ること、②ステップファミリーの発達段階、③夫婦の絆を強める、④子どもの気持ちを考える、という構成です。2001 年には行政へ相談に行き、「ステップファミリーに支援は必要ない」と言われるようなこともありましたけれども、少しずつ理解いただいて、少しずつではありますが、必要としている人のもとへ届くようサポートの裾野を広げていくことができました。ぜひ、今後、今日お越しくくださっている皆様のお力を、このサポートの輪を広げていくことにお貸しただけたらと願います。

SAJ の活動を通して、「新しい家庭を落ち着かせたい。再婚するにあたってどんなところに気をつけたらよいだろうか」と、とても前向きな気持ちで、頑張ろうと努力されているステップファミリーの皆さんに出会ってきましたので、生活の場で頑張り続けることがどれほど大変なことか、と思います。思ったようにいかないことも多く、自分の気持ちもコントロールできないように感じ、こうした方が良いと頭ではわかっているのにできないことに罪悪感を抱いて、うまくいかない悪循環に陥る、そういったことも起きやすいかもしれません。ただ、その一所懸命頑張ろうという努力の方向がずれると、家族みんながお互いの愛情をシーソーに乗りあって確認しているような気持ちになるかもしれません。「私の方がいっぱいもらってる／あっちの方が大事にされている」と愛情のシーソーをギョコンバタンさせて争ったり、誰かが口をつぐむことでその家庭が平和になっていくのでは残念です。お父さんもお母さんも、そして子ども達もが、自分達の選択に誇りをもって、希望を持って、新しい生活を楽しみながら家族の絆を築いていけるよう、少しずつながらもお手伝いできたらというふうに思っています。私からのご報告は以上です、ありがとう

ございました。

[拍手]

野沢：桑田さん、ありがとうございます。私も SAJ が発足した 2001 年からステップファミリーの調査研究に携わってきました。確かそのとき桑田さんは大学院の 1 年生だったと思います。次にコメントをお願いする大阪産業大学経済学部准教授の菊地さんも同じ世代で、当時、明治学院大学の大学院の 1 年生でした。まったくゼロから一緒にステップファミリーの研究と支援を始めて 13 年経ちました。

2001 年に SAA の当時の代表、マージョリー・エンゲルさんが日本に講演に来てくれました。それがひとつの種になって、種から芽が出て育って行って今日に至っています。先ほど桑田さんが、「キッズリーブス」についてお話されていました。地域ごとに集まってやる支援活動のことを、葉っぱという意味の「リーブス」と呼んでいるんですね。こうした活動を通していくつもの葉っぱが育って、広がってきている。その成長してきた人材が桑田さんであり、次の菊地さんであるなあ感慨深く思う次第です。

菊地さんは、私と一緒に、あるいは単独で、ステップファミリーの研究を続けてきました。社会学の立場で研究をしてきた同志として、昨日今日のセミナーについて、ぜひコメントをしていただければと思います、よろしく願いいたします。

(3) 日本のステップファミリー研究からわかってきたこと 日米の共通点と相違点について

菊地 真理

大阪産業大学経済学部・准教授

SAJ 運営委員



大阪産業大学の菊地真理です。家族社会学の立場から日本のステップファミリー研究をしています。また、2004年からSAJの運営委員として、ステップファミリー支援活動に参加してきました。SAJの地域のサポートグループ「LEAVES@関西」にも継続的に参加しています。

これまで、共同研究者である野沢先生とともに、ステップファミリーに対するインタビュー調査を行ってきました。とくに関心をもってきたのは、ステップファミリーのなかで「継母のストレスはどのように引き起こされていくのか。そして、どのようにして乗り越えていくのか。」ということです。ステップファミリー研究の第一人者のひとりである（そしてチェルシーさんのミズーリ大学でのボスである）、マリリン・コールマン先生の研究関心に近いです。また、最近では、ステップファミリーで育って大人になった継子に対するインタビュー調査を行ってきました。

今日は、日本におけるこれまでの調査研究からわかってきたことと、この2日間に先生方にご講演いただいた米国のステップファミリーの研究成果とを比較しながら、どこが共通していてどこが違うのかを整理したうえで、米国の経験から私たちは何を学ぶべきなのか、コメントしたいと思います。

◇ 日本と米国のステップファミリーの共通点

まず、非常に印象的だったのは、ステップファミリーの家族メンバーが経験するストレスについては、日本と米国でそれほど違いがないということです。ペーパーナウさんがご報告された「ステップファミリー建築」のための5つのチャレンジについて、家族境界をめぐって誰が家族で誰が家族でないのかが曖昧になり部内者／部外者の立場に敏感になってしまう、子どもたちが喪失感・忠誠心の葛藤・変化に苦しむ、再婚カップルが養育スタイルで対立する、家族文化の衝突が起こるなどは、日本のステップファミリーを対象にした調査をまとめたものではないかと勘違いしそうになりました。

ステップファミリーには特有の関係構造の成り立ちがあり、ステップファミリーのメンバーが経験するストレスはこの関係構造から生じているということを認識することは、日本のステップファミリーに関わる支援者・専門家にとってとても重要だと思います。

◇ 日本と米国のステップファミリーの相違点

では、日本と米国でどこが違うのかというと、ペーパーナウさんの「ステップファミリー建築」でいうと5つ目のチャレンジにあたる、別居親が家族に含まれるという認識の乏しさにあると思います。これは、日本と米国で異なる離婚制度や親権制度によって生じています。ご存知のように、日本では当事者の合意のみで離婚に至る協議離婚(divorce by agreement)が9割であり、離婚後は両親のどちらかしか子どもの親権をもつことができない単独親権制(sole custody)をとっています。

つまり、日本のステップファミリーは、別居親がいないなかで、継親が「親代わり」として位置付けられやすい制度的環境にあります。米国のステップファミリーが、別居親との関係継続が当然とされているところに、あとから継親が継子との関係を築いていくため、家族境界や役割の曖昧さを経験するということでしたが、日本のステップファミリーの場合は、家族境界や継親の役割は曖昧ではなくて、わりと明確に初婚のような核家族境界のなかで継親が「親」としての役割を期待されやすいわけです。このような家族モデルを、私は「代替家族モデル」と呼んでいます。

けれども「代替家族モデル」は、継親にとっても継子にとっても、ストレスを強めるようだということが調査を進めるなかでわかってきました。私がインタビューしたなかでストレスの高い継母さんに共通するのは、新しい家族の一員として早くなじもうとして、「いい母親」として認められようと思うあまり、継子に対してしつけや教育に厳しい態度をとってしまう。そういったことがきっかけで、継母子関係が悪化してしまうというパターンがよく見られました。

チェルシーさんの報告でも紹介されていた「affinity-seeking (仲良くなろうとする)」研究で指摘されている、継親は最初から「親」として継子のしつけや子育てに関わるのではなく、実親の子育てをサポートする立場をとり友人のような関係から始めたほうが良い、という知見は、「親になれない」といって自己否定観を強めてしまう日本の継親にとっても、継子育てのストレスに対処するための重要なヒントになると思います。

ですが、日本の場合は、別居親との関係がないなかで、継親は継子との関係を築いていくことになります。ある継母さんが言っていたのですが、「実母との交流がないから、私が『母親』になってあげなかったら、継子にとって母親という存在は誰もいなくなってしまう。私が『母親』にならないと思うのは、継子にひどいことをしているんじゃないか。それで本当にいいのか悩んでしまう。」と。別居親との関係が途切れてしまいやすい日本のステップファミリーでは、アイデンティティとしても役割行動(role behavior)としても、継親が簡単には「親」であることから離れられない状況にあるのではないのでしょうか。日本の継母は、一方では「よい母親にならなくては」と思い、もう一方では「意地悪なまま母になってしまったのではないか」と思い悩む。この2つの両極端な自己イメージのあいだで、簡単には抜け出せない深いジレンマに陥りやすいのではないかと感じました。

◇ 米国の経験から何を学ぶべきか

ただ、日本でも同様の制度的環境にありながら、「親ではない」役割行動とアイデンティティをもっている継親もいます(ケース数は少ないけれど)。再婚カップル双方の実子が元配偶者(別居親)と面会交流しているステップファミリーの継母さんは、『母親』は実母

であって、私は『母親』じゃない。でも、責任をもって面倒をみる『保護者』です」と言っていました。この継母さんは、子どもにとって別居親との交流はとても重要だと考えていて、別居親子の交流の障害となるのではなく、むしろ交流が続くようにサポートしていました。そういう実母との交流を阻害しない継母の役割行動と態度に対して、子どもは安心し、継母と信頼関係を築いているというケースでした。このような、米国型のようなイメージに近い、別居親子の関係継続を前提とした家族モデルを「継続家族モデル」と呼んでいます。

継続家族モデルでは、米国のステップファミリーのように、家族境界や継親の役割が曖昧になってしまう。現在の日本は米国と違って、「Smart Steps」のような有効な心理教育プログラムもないし、リーダーを養成するエキスパートもないし、ステップファミリーに対する社会的認知も低く支援も乏しいし、継続家族モデルのお手本になるようなケースがなかなか見つけられない。サポートシステムやガイドラインがないなかで、家族境界と役割を自分たちで (!!) はっきりさせなくてはならないという、難しい課題を抱えることになります。

ただ、今回改めて思ったのは、別居親の存在をいらないものとして切り捨てて、家族境界や役割をはっきりさせようとするのではなく、別居親の存在や役割をステップファミリーのなかに取り込みながら、曖昧な家族境界や役割を再定義する必要があるということです。実はとても見落とされやすいポイントなのですが、別居親の存在は、継子の喪失感を防ぐだけでなく、継親としての（継親となった人の個性にもとづいた、その人らしい）アイデンティティや役割行動を獲得するために、とても重要な要因であることを改めて考えました。

今回の講演をうかがうなかで、登壇された先生方はこういった自らの調査研究を、現実のステップファミリーの問題解決に、実践家として活かしていることを知ることができました。私も今後、そういった研究を目指していきたいと思いました。どうもありがとうございました。

[拍手]

【参考文献】

菊地真理, 2014, 「離婚・再婚とステップファミリー」, 長津美代子・小沢千穂子, 『新しい家族関係学』建帛社, pp.105-120.

(4) ディスカッション

野沢：ありがとうございました。小田切先生には日本における離婚後の家族について、桑田さんには離婚・再婚後の親子の面会交流の支援について、それから菊地さんにはステップファミリーの継母に着目した研究の成果を紹介いただきました。アメリカの成果を学ぶ2日間でしたが、日本はどのような状況になっているかについて、アメリカからのゲスト講師3人には個人的にもお伝えしていますが、今、改めてまとめて聞いていただいて、日本の状況にご提言などのコメントをいただけるとありがたいです。

パトリア：まずは私たちが紹介したようなことを、すでに日本の事情の中で実践しようとされ、いろいろ試みられていることが伺えて、とても感動しました。すごく大変なことだと思いますね。

野沢：ありがとうございます。

フランチェスカ：私たちのいるアメリカでも同じように、このように会を開く度に、少しずつコネクション作って、つながりを作ってきました。いろいろな人が集まるようになってきて、その中でどんどん見えてくる、今まで隠れていたことが見えるようになりました。またこのように、テレビ局の取材が入るといような形で、次のイベントでも見せられるものが増えていくと良いと思います。SAAもそのように進んでいきましたので、今やってらっしゃることをぜひ続けてください。

野沢：ありがとうございます。勇気づけられます。ではチェルシー。



チェルシー：今日の3人の発表を聞いていて、確かに文化差はあるのですが、やはりステップファミリーの人たちはみな変化を望んでいるのですよね。既存の文化の中で違うことをするのは少し難しく感じられるかも知れないですけど、それぞれの家族らしいあり方をもっと認められるように、より生活が楽になるようにしていくということを、ステップファミリーのみなさんは期待しているんじゃないかなと思いました。特にその中でも、ステップファミリーの子どもたちが自分たちの声を上げられる環境が作られるとすごくよいのではないのでしょうか。今の日本の社会全体の中では一般的なことではないので難しいかも知れませんが、どの国であっても、一番大事な変化は、たいてい少数派の人々の声が知られることで起こるのではないかと思います。

パトリシア：フランчесカが、「押せば相手は押し返す」と言っていましたよね。抵抗された場合は、その裏に何か別の理由があるのではないかと考えて、探ってみることが必要だと思います。日本にもきっと何かしらステップファミリーの家族を評価する方法というものがあるのではないのでしょうか。例えば、子どもが自分の意見を言える家族には強い絆がある、子どもが恐れず物を言える家族は強い絆で結ばれている、または強い絆のある家族は子どもが自分の意見を言うことの大切さに気付いている、というような評価方法は一般的に皆さんにも共有できるのではないのでしょうか。

フランчесカ：それから家族の研究や支援の専門家に加え、ステップファミリー当事者の意見をまとめていくことが、ますます重要になると思います。

政策を変える場合、私たちは経験者・当事者家族の意見を利用します。菊地先生がやっていたらっしゃるように、子どもの時にその経験をして今は大人になった人間の体験談や意見を聞くんですね。たとえば離婚しようとしている親にプログラムを受講するよう裁判所命令を出してもらおうとすれば、親の離婚を経験して大人になった人たちを招いて話をしてもらい、離婚する人向けのプログラムが自分たちの家族にとっても役に立ったと言ってもらおう。私が意見を言うのではなく、子ども自身の経験として、プログラムがとても役に立ったと言うから、判事が納得するわけです。

さらにそれを推し進めるためには、テレビの番組に出るとか、政府機関に話をするときに大学教授が出演するのもいいんですけども、ステップファミリーで育った人間や実際にステップファミリーの当事者であると、より大きな影響を与えることができます。「その政策を施行するのはとてもハードルが高いのはわかっているのだけれど、それがないと私はもう実父（実母）に会えないんです」とテレビで顔を見せて話をするだけで、感情にも訴えるわけですね。政府に話をする時にも同じことです。政府の聴聞会でも、ステップファミリーの当事者を出席させて、政策を変えるように働きかけていくんですね。

チェルシー：みなさんは大変難しいことに対して、すでに素晴らしいことを成し遂げています。政策を変えるだけでなく、ステップファミリーへの否定的な見方がある中で、コミュニティや個人に対して、様々な声をあげ、サポートを提供してきたみなさんの力はとても大きいと思います。政策が変わるには、当事者・経験者が自分たち個人の経験を活かし、

ステップファミリーへのサポートをより強化し、ステップファミリーに対する感じ方や見方を変えていくことが必要になります。個人の力も必要ですね。皆さんひとりひとりがいわば歩兵として重要な目的のために草の根活動を展開することで変化が生まれるのだと思います。

パトリシア：もうひとつ、離婚や再婚にまつわる偏見や恥という考え方に対して、声を上げていくというのは大事ですね。私はアメリカの問題のことを考えていたんですが、調査によると、ゲイやレズビアン当事者の親は、同性愛者である自分たちの子どもを大変心配するんですね。恥だという気持ちも強いです。調査研究によれば、同性愛者の子どもを持つ親の拒否反応が強いと、子どもが抑うつ状態になったり自殺したりする率も高くなります。ドラッグの使用率や性的な行動に走る率も増えることが明白になりました。親が同性愛の子どもを受け入れる割合と反比例して自殺率が減ることもわかっています。ですから、先生方の調査で親が子どもの声を聞く機会ができるのは、とてもよいことですね。子どもの声を聞くためにも、調査が役に立ちます。

野沢：いま聞いていて、ひとりの社会学者として、社会学者の存在意義もやっぱりあるなああと改めて思いました。今回のプロジェクトのテーマそのものなのですが、ステップファミリーを理解するにはステップファミリーの中を見ているだけでは不十分です。社会的・文化的文脈のなかで、挑戦を受けたり、問題が生じたりしているわけですから、それを変えるには、改善するには、社会のなかの仕組みと考え方を変えていかないといけない。でも、それは簡単ではない。

10 何年間やってきても、「ステップファミリーなんて言葉を使う必要あるのですか?」、「継子とか継親とかそんな言葉使わないで『お父さん』『お母さん』と呼べばよいじゃないですか」と出演したテレビ番組の共演者に言われました。そこがどうしても変わらないなあということが、これはいたるところで繰り返し私を感じていることです。昨日今日このセミナーに参加していただいた皆さんは、「もうそんなことはわかっている」とおっしゃるかもしれませんが、改めてそういうことに気づいた方もいらっしゃるかもしれません。家族を支援する仕事をされている方の中に、ステップファミリーの理解を広めていただきたい。「ステップファミリーも他の家族と同じだ」と言えば差別しないことになるからよいだろうと、つい思いがちですが、そうではない。むしろそれが当事者に苦悩を生み出す。ステップファミリーは違う、独自の家族構造があるという認識が必要ですね。まずそこからスタートして、ではどうすればよいか、知恵を共有していけたらよいと思います。

2 日間のプログラムでは、ステップファミリーのメンバー同士が自分の思いを言い合えない状況をどうやって変えるか、相手がどんなことを感じているかを想像し理解する方法を、本当に目から鱗が落ちるような方法を、教えていただきました。グループのメンバーを入れ替えるという興味深いやり方にも感心しました。理解を深めていくヒントをたくさんいただいた2日間でした。

その文化や社会の問題の、たぶん中心にあるテーマ、日本の社会にとってのテーマは何

か。小田切先生のお話もそうですし、桑田さんのお話もそうですし、菊地さんのお話もみな一貫しています。これは、離婚後に親権を失った親は子どもたちにとってどのような存在なのかという問いですね。とくに、一緒に暮らしてない非親権親は、親権親が再婚した後に子どもにとってどのような存在になるのか。皆さんからいただいた質問の中にもこれがいくつかありました。全部はとりあげられないのですけれども、このような質問が出てくるのは当然だと思います。読み上げます。

「子どもにとっては、非監護親・非親権親、監護親と継親ともよい関係を築けることが望ましいという点が、3人のお話のひとつの共通点であり、重要なポイントだったと思います。しかし、面会交流できていても、親が再婚するという場面に至って、『今まで交流していたけれどちょっと控えたい』、『再婚して新しい家族をつくるので、この子どものために（誰のためにかは問題ですが）面会交流をさし控えたほうがよいのでしょうか』と仕事上で相談を受けたことがあります。これを制限したほうがよいという場合が本当にあるのでしょうか。再婚した時には、面会交流を制限したほうがよいのでしょうか。もしよいとしたらどれくらい少なくするのがよいのでしょうか」という質問でした。「特に子どもにとって良くない影響があるから、交流を控えるという例はありますか」というご質問です。これに対するゲスト3人のご意見を聞いてみたいと思います。

パトリア：アメリカの調査研究によると、制限するとか会わせないことは滅多にないです。会わせる親がすごく状態が悪い場合は、州によってはスーパーバイザーとして別の大人と一緒にいて、その親と面会することもあります。

フランチェスカ：アメリカでは再婚によって会うのを禁止する、減らすということはないですね。普通に考えてみても、再婚で一緒に住む実親との時間も減ったり、まったく時間がなくなってしまったことに、子どもはすぐに気づくわけです。それなのに今まで定期的に会えていて良い関係を保っていた、離れて住む実親と会うことも制限されるということになると、逆に再婚や新しいステップファミリーの継親に対して余計に怒りを持つことになると言えると思います。

チェルシー：さらに、再婚した家族への移行期は、子どもにとって非常につらくて大変な時期なので、ゆっくり時間をかけて、できるだけ変化を少なくすることが必要だと繰り返し勧められているわけですね。面会交流を断つ、制限するということは、そのアドバイスとまったく反対をすることになってしまいます。

パトリア：ちょっと質問の答えからはずれますが、人に情報を知ってもらうための努力ということで調査のお話もありましたが、楽しいやり方があります。アメリカには「モダンファミリー」というタイトルのドラマがあり、ゲイのカップルやステップファミリーなど、あらゆるタイプの家族が出てきます。とてもおもしろくて良いドラマで、たくさんの人たちが見ています。もちろん様々な問題が出てくるのですけれども、それを皆で力をあわせて切り抜ける、みたいな筋立てもありまして大変役に立つと思います。どなたか、ドラマの脚本を書いてみませんか？ 人々にステップファミリーを知ってもらうのに良い方

法ですよ。ステップファミリーは普通の家族ですけど、本当にたくさんの題材がありますから。どなたか手紙を書いて、脚本を書くからドラマを作ってほしいとお願いしてみてもいいですか？

野沢：NHKにドラマを作ってください（会場爆笑）。

菊地さんと私で、成人した若い継子の方々に、一昨年から昨年にかけてインタビュー調査を行いました。先ほど、アメリカでは再婚を機に突然面会交流を止めたりしたらむしろ問題が生じてステップファミリーの関係が難しくなるという話がありましたが、まったく同様のケースが私たちのインタビュー調査にも複数ありました。

特に母子世帯の娘さんがいて、お父さん大好きで、お父さんと面会交流していて、お父さんが私と会ってくれて非常にありがたいと両親の離婚後に思っていました。でも今度お母さんが再婚するので、「これからは継父さんが新しいお父さんになるのだから面会交流やめます」と、お母さんが別居しているお父さんに通告してしまった事例がありました。お父さんは会いに来なくなってしまいました。誕生日に会いに来るはずだったのに、会いに来ない。連絡がつかなくなってしまったそうです。それでその娘さんはどうなったかというと、もちろん継父さんとは話もしたくない。それだけではなくて、実のお母さんとの関係がすごく悪くなって、お母さんとも話をしない状態が何年も続いた。「最近は大人になってきたので少し話すけれど」と言っておられました。交流を切断されることによって新しい生活全体が受け入れられない気持ちになってしまった例でした。

ただ、日本の場合に、大人の幻想、ファンタジーを持って、先へ進んで行きたくなるということもあります。小田切先生から、子どもを自分の所有物のように思ってしまうというお話がありました。「継親がいるのに別居の親に会わせていたら子どもが混乱する、子どもにとって良くない」という解釈のもとに、会わせないほうがよいという意見を私もよく聞きます。これは2日間の中にも繰り返し出てきていましたが、日本の文化なのでしょうか。ステップファミリーの話をする、血縁がないのに親子関係が作れるのか、日本社会は血縁を重視しているからステップファミリーはうまくいかないんじゃないかとおっしゃる方がよくいるんですね。しかし、血縁を比較的簡単に切れるのが現在の日本社会だとも言えます。

じつは今回配った封筒の中に、『うまれる』という映画のチラシを入れました。そこにステップファミリーの事例が登場するので、パンフレットに解説を書かせていただいたご縁で入れました。その宣伝文句でも「血縁のない息子を育てるお父さん」と書いてあるのです。血縁がないことを乗り越えていかに絆を作るかということだけに目が行きやすい。けれども、血縁を切らずに維持できるかがもうひとつの大きなテーマになるはずですよ。フランチェスカさんが示してくれた表にあったように、親のような大人が多数いることを受け入れられる文化か、そうじゃないかが問題のように思えます。おそらく日本の近代以前には様々な大人が子どもに関わっていて、養子縁組も多かった。養親がいたり、血縁の親がいたり、親代わりがいたりということだったのですが、近代化の過程で、お父さんお母さんと子どもが作る核家族だけが正しい家族というように、いつの間にか日本社会の価値観

は変わってしまったようです。それを今、なかなか変えられない。誰かひとりを本当のお父さん、本当のお母さんと決めなければいけないという価値観に縛られているのだなあとという感想をもちました。

もう時間がきてしまったのですが、ちょっとフロアからもいくつか質問を、5分ぐらい延長して聴いてみたいのですけれども、全体を通していかかでしょうか。なにか最後に質問をどうぞ。

発言者 X: 質問ではなくて意見なんですけど、縛っているのは文化ではなくて法律だと思います。日本の養子、単独親権とか、面会交流という話は出てきましたけれども、日本の養子縁組というのがあって、アメリカの方々が継親子という言葉が使われたのは、法律婚ではない再婚が沢山あるからだと思うんですが、日本の場合はほとんど法律婚で再婚して、しかもほとんどが養子縁組をするんですね。ですから法律の、心理学とか、家政学とか、社会学とか、今日、そういう視点が入りましたけれども、日本の家族法、とくに養子縁組制度の中で、養親は第一義務者になる、権利と義務を持っている、それが私はかなり大きい要因ではないかと思っています。

野沢: 非常に重要なご指摘です。たぶん法律が変わるか変わらないかという問題には、社会の価値観とか規範、文化みたいなものも絡んでいるのかなあとと思います。

日本における私たちの調査研究では、養子縁組をしている場合も、継親子と呼び、ステップファミリーの定義に含めます。養子縁組したらステップファミリーでなくなるとは考えてないですね。日本は離婚もしやすいけど養子縁組もしやすい、ものすごく簡単にできる社会です。法律上そういう仕組みになっているが、それをどうすべきかについて今回は議論がなかった。それについては、先ほど言いましたが、この国際交流基金の助成によるプロジェクトは2年連続のプロジェクトとして、政策提言に向けたシンポジウムを、ここ明治学院大学で開く予定です(2015年9月13日開催予定)。ぜひそこに議論をつなげていきたいと思っています。ありがとうございます。



発言者 Y: 先生方、お話ありがとうございました。私は教育委員会で働いているので、学校に出入りすることが多いんですね。そこで臨床心理士として働いているので、直接お子さんとか、あと親御さんに会うことも多いです。そこで言われるのが、やはり「学校が家族に入っていいとはいけない」ということです。

たとえば経済的な問題があるおうちだなあとか、家族関係がちょっと複雑で難しいおうちだなあって思うようなケースにあたる人が多いのに、そこにサポートに入るのは私たちではない、っていう感じがすごくある。その代わりにじゃあ誰がサポートに入るんだというときに、たとえば児童相談所や福祉課に私

たちはつなげたい。

でも、学校はその問題を外に出したくないといわれてしまうことがすごく多いんですね。家族にサポートが入っていくことの難しさをつくづく感じます。そこでアメリカで家族をサポートするためのシステムはどうなっているのか、お聞きできたらと思うんです。

野沢：いかかでしょうか。

フランチェスカ：日本の学校にスクールカウンセラーはいますか。

野沢：はい。

フランチェスカ：先生は授業をすることに集中しないといけないので、やはりスクールカウンセラーにアプローチして、私たちはこういうプログラムを提供できますよ、家庭で子どもがもっと幸せになれるし、学校の成績も伸びますよ、ということを売り込みますね。

チェルシー：アメリカの学校の中には、親の離婚を経験している子どもとか、親の離婚から再婚の移行期に置かれている子どもとかを集めて、グループでカウンセリングをするシステムがすでに組み込まれているところもあります。

先程も、子どもが他人に家族のことを話したりするのを避けるために、子どもには家族の内々の情報を知らせたくないとする親もいるという話を聞きましたので、日本では今言ったようなことをやるのはとても難しいかもしれないですね。けれど、フランチェスカは大変良い点、家庭や家族環境は子どもの成績に非常に大きな影響を与えるということを指摘しています。そこに学校が興味を持つかも知れないですね。親も教師も、子どもの成績が上がってほしいと思いますから。

フランチェスカ：同じようなやり方は職場にも当てはまると思います。家庭環境が良ければ、仕事場でもより力を発揮できるという調査結果を示して、家族関係が良ければ仕事もはかどりますよ、家族生活に関する教育を売り込むわけですね。お昼休みなどに夫婦関係について、共同子育てについて、またはステップファミリーについてのクラスを開いて、職場がその費用を負担する。それで生産性が上がるとか、社員がより楽しく仕事をするができるとか、欠勤が少なくなることは、職場の利益になるからです。職場でも教育の場でも、プログラムがより良い結果を生むのであれば、やる価値がありますよね。

チェルシー：日本では、家庭内のことは他人には関係ないと言われることが多いと何度か聞きましたが、幸せで、健康的で、きちんと機能している家庭、家族を持つということは、社会全体の、すべての人の問題だと私は思います。

野沢：とうとう時間が限界になってしまいました。3人のゲスト講師の皆さん、本当にどうもありがとうございました。

[拍手]

野沢：今回のこのセミナーは本当に多くの人たちに支えられて実現しました。SAJのみなさんが中心になって進めてきました。代表の緒倉珠巳さんに最後に一言ご挨拶をお願いします。

緒倉：2日間の、朝から夕方まで、長い時間おつきあいいただきましてありがとうございます。

私たちSAJは、2002年から当事者のサポートグループを行ってまいりました。当事者のグループでは、パトリア先生のステップファミリーの発達段階をはじめ、SAAで開発された「Stepping Together」というプログラムをベースに、心理教育の一環として、サポートグループの活動を12年やってきました。パトリア先生の発達段階は、ステップファミリーという家族生活の旅の地図ということで、大事に大事に、支えに使わせていただけてきました。

SAJでは現在、仙台、東京、名古屋、大阪という4拠点で、当事者のためのサポートグループを行なっています。この2日間で学んできたことは、やってきたことの裏打ちをすごく感じているのですが、ただやっぱりサポートグループに参加できる人というのはすごく僅かです。私たちにアクセスできる人というのはかなり、日本のなかでも僅かというところを痛切に感じております。私たちのところまで来ることができず、重たい思いを抱えている方っていうのは、私たちの前に、支援者の方のところを訪れることも多いと思うんですよね。相談窓口や支援者の皆さんのところで、ステップファミリーのダイナミクスですとか、社会的な背景があったりとか、特徴の部分をつまえての支援というのをやっぱりお願いしたいというのが、何年も思ってきたことです。

そのため今回のセミナーも、支援者の方向けのものをお願いしたいということで、野沢先生にまずお願いして、アメリカの先生方にもお願いしていただきました。この2日間、いろんなアクティブなワークも入れてやっていただいて、また先ほどの皆さんからのいろんな提案という部分に、カミングアウトのために、ダブルスタンダードの問題があるとか、教育現場で、学校教育の中で入っていけないとか、いろんな出会いからいってそうだなってやっぱり思っているんですね。

先ほど桑田さんから、大阪市の子育て支援センターでしたでしょうか、ステップファミリーのための講座というのをやっているというお話をしていただいたのですが、その講座というのが子育て支援の一環ということでやっていただいているところもありますし、先ほどちょっと話にはなかったのですが、その講座をした後、もうちょっと長い期間をもって、ステップファミリーのグループを経験した人の同窓会というのを行政がやってくれる、という話を別に伺ったんですね。ステップファミリーのテーマが、普通の子育てのなかの支援、援助として、あたり前にある社会であることが、カミングアウトもしやすいということになってくると思うんです。なので、その辺をヒントに、ぜひ皆さんのお力を借りて、支援を拡げていきたいなあと思っています。

野沢：今日の「Smart Steps」などのプログラムの紹介は、我々にとっても再スタートのきっかけになります。これをどう日本で活かしていけるのか、時間をかけて、いや、できるだけ時間をかけないで、使えるようにしていきたいです。また、今日参加いただいた皆さんとの新しいネットワークができたことが財産になります。またもうひとつ種を手に入れたと思います。ここからそれを育てていって、サポート資源が豊富な社会を目指したいです。

本当に時間がきてしまいました。通訳の大西さん、斎藤さん 2 日間酷使してしまいました。どうもありがとうございます。

[拍手]

野沢：コメンテーターの小田切先生、桑田さん、菊地さん、どうもありがとうございました。長い時間おつきあいいただいて、いろんなワークにも参加していただいて協力いただいた皆さん、本当にありがとうございました。お疲れ様でした。NHK のみなさんもありありがとうございました。

ステップファミリーをめぐる日米交流史のさらなる展開 あとがきにかえて

野沢 慎司

明治学院大学社会学部・教授

SAJ アドバイザリー・ボード

国際交流基金・日米センター助成事業 2014-2015 年度 事業責任者

SAJ (Stepfamily Association of Japan) が切り拓いてきた日本のステップファミリー支援実践の展開およびステップファミリー研究の歩みは、アメリカのステップファミリー支援団体 SAA (Stepfamily Association of America) およびその後継組織 NSRC (National Stepfamily Resource Center) に連なる研究者・臨床家・実践家の方々との国際交流を抜きにしては語れない。SAJ が発足した 2001 年から 2011 年までの 10 年間の日米交流史の概略については、



別の場所に行ったのでここでは繰り返さない (SAJ・野沢慎司編『日米ステップファミリー会議 2011 報告書』[2012 年] 所収の拙稿「ここに至る道筋」をご参照あれ)。このたび、国際交流基金・日米センターの 2014 年度一般公募助成事業として、NSRC を米国側カウンターパートとしたこの日米交流プロジェクトが立ち上がったことは、ステップファミリーをめぐる日米交流史の第 2 幕が開演したことを意味している。

この報告書は、「社会・文化的視座からステップファミリーの理解と支援を目指す日米プロジェクト ― 新しい家族支援政策の提言に向けて」(2 年計画事業 1 年目)の一環として開催された家族支援専門家のための国際セミナー「ステップファミリー支援に必要な知識とスキル ― 米国の教育プログラムを学ぶ 2 日間」(2014 年 9 月 13・14 日、明治学院大学)における報告や議論を記録したものである。このセミナーには、北海道から九州まで全国の心理臨床家、家庭裁判所・児童相談所・子ども家庭支援センターの職員、マスメディア関係者、学生など多様な立場で家族に関わる 70 名近くの参加者があった。この 2 日間は、ステップファミリーへの社会的関心の高まりを改めて実感させられる機会となった。

このセミナーの様子は、同年 11 月 20 日朝の NHK 報道番組『おはよう日本』の中の「家族の関係どう築く “ステップファミリー”」という特集で紹介された。また、この日米プロジェクト 2014 年度事業の一環として開催されたもうひとつのイベント、日本家族社会学会大会 (9 月 6 日、東京女子大学) の国際セッションの様子も、同じく NHK の報道番組『特報首都圏』の「ステップファミリー 社会に広がる “新たな家族”」で紹介された (同年 10 月 31 日関東甲信越地方で放送)。社会的関心の高まりは、このようにマスメディアで取り上げられるようになったことにも表れている。と同時に、このようにメディアにきちんと取り上げてもらえることによって、ステップファミリーの社会的認知や理解が強力に促進されていることも疑いえない。実にありがたいことである。その後も、SAJ が取材や制作に協力した番組が放映されていることは、よい意味での相乗効果が続いていること

を示している（NHK『あさイチ』「女性リアル 再婚の悩み」2015年2月23日放送、NHK・Eテレ『エデュカチオ!』「ステップファミリー——子どもがハッピーになるために」同年2月28日放送）。お世話になったNHK制作スタッフの方々に厚く御礼申し上げたい。

本報告書は、熱気を帯びた2日間にわたるセミナーの詳細な記録であり、このセミナーに参加できなかった方、最近のテレビ番組などでステップファミリーに改めて関心を持つようになった方々にも、会場の熱気を思い浮かべながらアメリカのステップファミリー専門家たちの講義に参加してもらえようと編集されており、熟読に値すると信じる。

日米交流史の第2幕に登場してくださったのは、米国からの3人のゲスト講師陣である。パトリア・ペーパーナウ氏は、米国のステップファミリーの家族療法／ファミリー・セラピーにおける第一人者である。ステップファミリーに関する2冊の好著の著者であり、日本でも彼女の「ステップファミリー発達段階説」は広く知られている。フランチェスカ・アドラー＝ペーダー氏は、NSRCの創設者・所長であり、NSRCがあるオーバーン大学の教授として、ステップファミリーの研究と教育資源の開発に携わってきた。著名なステップファミリー向けの教育プログラム「Smart Steps」の開発者でもある。チェルシー・ガーノー氏は、新進気鋭のステップファミリー研究者として、米国のステップファミリー研究のメッカ、ミズーリ大学の助教授に就任したばかりである。それまではオーバーン大学の研究員として家族支援実践にも取り組んできた。今回のセミナーは、この3人が織りなす絶妙のアンサンブルであり、ステップファミリーに関心を持つものにとって至福の時間であった。今回の国際セミナーは、とりわけ具体的な支援実践の知恵や方法を学ぶという点で大きな成果を上げたと感じている。

ぜひ触れておきたいのは、この3人がステップファミリー以外の接点でそれぞれに日本との交流史を持っていることである。パトリアさんは50年近く前に交換留学生として1年間大阪の女子高に通った経験がある。今回の来日はそのとき以来であり、当時のホストファミリーのお嬢さん姉妹（日本人シスターズ）や高校の恩師家族と久々の再会を果たした。チェルシーさんも十数年前にやはり交換留学で山梨県甲府市の高校で1年間学んだ経験がある。それ以来の来日だというが、今回の日本滞在で日本語力を相当回復したように感じた。二人とも、日本の社会や文化に対する知識や感覚を相当に持っていたために、今回のステップファミリーをめぐる交流が一時的・表面的なものではなく、深いレベルの理解にまで至ったのだと思う。

フランチェスカさんは、今回初めての来日であったが、その家族史に日本との深いつながりが隠されていたことを来日直前にいただいたメールで知ることになる。フランチェスカさんのお母様はドイツ人であるが、インドネシアで幼児期を過ごしていたときに第二次世界大戦が勃発し、不幸な出来事の末にお父様（フランチェスカさんの祖父）を亡くし、母・姉妹と一緒に神戸に移送された。そして5歳から12歳までを戦時下の神戸で過ごしたのだが、周囲の日本人に親切にされ、健康を回復し、よい思い出が残っているという。お母様ご本人は高齢で体調が優れないため今回来日を断念されたが、フランチェスカさんと、一緒に来日した妹さんが、お母様が当時住んだ場所や旅した旅館を訪れ、「母の目の代わりになって、写真を撮って帰る」というのが来日のもうひとつの目的であった（詳しく

は5章冒頭のフランチェスカさん自身の語りを参照)。関西在住の3人(吉本真紀さん、菊地真理さん、桑田道子さん)が、ファミリーヒストリーの旅の同行者となってきて、その目的も達成された。ステップファミリーをめぐる日米交流の背後に、先の大戦にまで遡る歴史的なリンクが存在することに改めて驚いた。そして、私たちが小さな世界、ひとつの歴史の中に生きていることを再認識することになった。

豊かな成果をもたらしたこのセミナーは、多くの方々のご尽力とご協力がなければ成功に至らなかった。この場を借りて、心より感謝の意を表したい。上記3人のゲストの事前準備と当日のパフォーマンスへの熱意には、脱帽してしまった(夥しいメールのやりとり!)。セミナー後にも様々な形で支援の恩恵を受けており、交流は多面的に継続中である。

このプロジェクトのスポンサーである国際交流基金・日米センターに感謝したい。とくに担当の原田真美さんは、事務的な質問やリクエストに柔軟に応えていただいただけでなく、セミナー会場で誰よりも熱心なオーディエンスとして知的に精神的に支援してくださいました。私が代表となっている明治学院大学・社会学部附属研究所の2014年度一般研究プロジェクト「ステップファミリー・セミナー企画」の予算もこのセミナー実施のために使われた。長年ステップファミリー研究の拠点になっている同研究所、とくに会場準備から会計処理まで諸事万端のサポートをいただいた教学補佐の坪井栄子さんに、感謝したい。

今回のセミナー当日に配布され、スクリーンに映し出された資料(映像)は、SAJが誇る強力な翻訳チームの献身的な翻訳作業がなければ、日本語でお伝えすることができなかった。翻訳の達人、伊藤幸代さんをはじめ、優秀な大学院生の大西未紗さんと白川さゆりさん(共に東京大学大学院・臨床心理学専攻)の大活躍、そして監修役でありセミナーでのコメンテーターでもあった小田切紀子さん(東京国際大学教授)と菊地真理さん(大阪産業大学准教授)による絶妙なアシストのお陰で、気の遠くなるほど膨大な翻訳作業が何とか当日に間に合った。そして当日の会場では、齋藤明子さんと大西真美さんの通訳チームの大奮闘によって、講師と聴衆のコミュニケーションが円滑に進んだ。セミナーの終幕では、上記の小田切さん、菊地さんに加えて長年の同志、桑田道子さんのコメントおよび会場からの質疑応答によって議論が拡がり、深まった。一緒に司会役を担った緒倉珠巳代表を筆頭に、SAJの運営委員やスタッフの皆様には、会場の設営から撤収まで、さらにこの報告書の作成に至るまで、たくさん汗を流していただいたことに感謝したい。とりわけ緒倉代表のリーダーシップと報告書編集事務局を務めてくれた菊地真理さんのご苦勞に対して重ねてお礼を述べたい。報告書作成にあたっては、翻訳作業の面で伊藤幸代さんと大西真美さんに再度力を貸していただいた。重ねて感謝したい。

最後に、この日米プロジェクトの一環であるもうひとつのイベント、国際(英語)セッション「ステップファミリー研究は何を問題とするのか——社会・文化的文脈に着目して」(上述)を共催していただいた日本家族社会学会に感謝したい。とくに善積京子会長(追手門学院大学教授)、セッション司会でご助力いただいた岩井紀子研究活動委員長(大阪商業大学教授)、染谷淑子大会実行委員長(東京女子大学教授)には大変お世話になった。

大きな感謝を胸に、次の機会に皆様とお会いしてステップファミリーについて議論できることを楽しみにしている。

2015年3月



Special Thanks to

Patricia Papernow, Francesca Adler-Baeder, Chelsea Garneau, Noriko Odagiri, Mari Kikuchi, Michiko Kuwata, Maki Yoshimoto, Sachiyo Ito, Hisashi Ito, Takako Mizutani, Miyuki Takahashi, Misako Yamashita, Kazuo Yamashita, Mitsuko Kanrei, Mayu Matsumoto, Tomoki Hashimoto, Mai Sameshima, Misa Ohnishi, Sayuri Shirakawa, Emiko Chou, Mami Ohnishi, Akiko Saito, Reiko Otsuka, Satoshi Okuizumi, Kazuho Masuda, Konatsu Iizuka, Syoko Tanaka, Kaede Ohnishi, Tatsu Masuguchi, Shohei Kurosawa, Yuki Watanabe, Eiko Tsuboi, Mami Harada, Mariko Ueda, and Shinichi Nakamura.



北大路書房

〒603-8303 京都市北区紫野十二坊町12-8
☎075-431-0361 FAX 075-431-9393
http://www.kitaohji.com
振替 01050-4-2083

継母 [仮題]

—7月刊行予定— W.マーティン著 伊藤幸代訳
SAJ解説 A5・約360頁・予備3200円+税 離婚率が増える現代、子連れで再婚した家族(ステップファミリー)の数も増えている。本書は、自らも継母であり社会学者である著者が、社会学、社会生物学、文化人類学といった多様な側面から学術的にステップファミリーについて考察する。

話がこじれたときの会話術

—ナラティブ・メディエーションのふだん使い— G.モンク・J. ウィンスレイド著 池田真依子訳 A5・120頁・本体2200円+税 不安や苦痛を引き起こす「対立の物語」をナラティブメディエーションによって解きほぐし、新たな「物語」を結んでいくための、有用な知見を簡潔かつ実践的にまとめる。

子どもの仲間関係

—発達から援助へ— J. B. クーパー・シュミット & K. A. ダッジ編 中澤 潤監訳 A5・320頁・本体3600円+税 子どもの仲間関係における成立過程上の様々な問題に関し、最新の理論をベースとした包括的解説書。社会的情報処理モデルの改訂とその研究の進展、情動制御や適応との関連、家族関係が仲間関係に及ぼす影響などについて詳説。

レベルアップしたい実践家のための 事例で学ぶ認知行動療法テクニックガイド

鈴木伸一・神村栄一著 A5・160頁・本体2300円+税 入門レベルのワークショップを数多く行ってきた著者が、導入・アセスメントから、介入技法、トラブルシューティングまで、CBTのテクニックを詳説。著者が実際に経験した事例をもとに、どう対応すべきなのか、着眼すべき点などを「コツ」や「解説」としてまとめる。

離婚後の共同養育と面会交流 実践ガイド

—子どもの育ちを支えるために— J. A. ロス・J. コーコラン著 青木 聡・小田切紀子訳 四六・240頁・本体2400円+税 離婚後も元夫婦が親としての責任を果たし、共同で子育てをし、子どもが両方の親と継続して交流できるためにはどうすべきか? 心理学の認知行動理論を背景にした実践的な技法を提供。

養護教諭の精神保健術

—子どものこころと育ちを支える技— 清水将之著 四六・232頁・本体1900円+税 家庭や地域の教育力の衰退等により、養護教諭の役割はますます重要視されている。学校メンタルヘルスに永年携わってきた著者が、保健室での様々な実践事例と養護教諭の技量を磨く精神保健術を平易な語り口で説く。村瀬嘉代子氏推薦!

家庭や学級で語り合う スマホ時代のリスクとスキル

—スマホの先の不幸をブロックするために— 竹内和雄著 四六・136頁・本体1600円+税 ネットは、犯罪の温床や犯罪道具として利用される状況がある。ただ警鐘を鳴らすだけではなく、現状を踏まえ具体的にどう対応していくべきかについて、ユーザーである子どもおよびその指導・教育をする大人に有用な情報を提供する。

60のケースから学ぶ認知行動療法

坂野雄二監修 A5・416頁・本体3200円+税 各領域(発達障害・特別支援、学校・教育相談、医療・精神疾患、身体疾患・心身症、司法・矯正、産業カウンセリング・健康支援、社会支援)における認知行動療法(CBT)の治療ケースを網羅的に取載。またCBTをめぐる諸理論についても解説を付す。

基礎から学ぶ心理学・臨床心理学

山 祐剛・山口美子 小林知博編著 本体2600円+税

描画テスト

高橋依子著 本体2300円+税

実践家のための認知行動療法テクニックガイド

坂野雄二監修/鈴木伸一 神村栄一著 本体2500円+税

カウンセリング/心理療法の4つの源流と比較

W.ドライデン・J.ミルトン著/酒井 汀訳 本体2800円+税

P-Rフスタディ アセスメント要領

菱 一士著 本体2800円+税

マインドフルネスストレス低減法

J.カバットジン著/春木 豊訳 本体2200円+税

セルフ・エフィカシーの臨床心理学

坂野雄二・前田基成編著 本体3200円+税

改訂 臨床心理アセスメントハンドブック

村上宣寛・村上千恵子著 本体2500円+税

ナラティブ・アプローチの理論から実践まで

G.モンク・J.ウィンスレイド他編 海峯吉一他訳 本体2800円+税

国際交流基金・日米センター助成事業 2014-2015 年度
家族支援家のためのステップファミリー国際セミナー2014 報告書
The Comprehensive Report on the Stepfamily Seminar 2014
2015 年 3 月 31 日発行

【編・監訳】

SAJ・野沢慎司

Edited and Translated by SAJ and Shinji Nozawa

【発行】

S A J (ステップファミリー・アソシエーション・オブ・ジャパン)
〒983-0851 仙台市宮城野区榴ヶ岡5番地みやぎNPOプラザ内 レターケース10

明治学院大学社会学部附属研究所 (ステップファミリー・セミナー企画2014)
〒108-8636 東京都港区白金台1-2-37

Published by SAJ and Institute of Sociology and Social Work at Meiji Gakuin University
on March 31, 2015

©2015

*本報告書の内容を無断で複写・複製・転載すると著作権の侵害になります。