

## アドラー心理学的親教育の日本の実施法

鎌田 穰（大阪）

### 要旨

キーワード：

### <序>

これまでに、アドラー心理学にもとづく親教育の理論と技法について概観し、その諸特徴を描き出してきた（鎌田 穰、1990;1991a;1991b;1991c;1991d）。アドラー心理学的親教育は、いうまでもなく、オーストリアとアメリカという西欧的な文化の中で発達したものであり、その文化の中での親子関係を前提にしている。これを日本の家族に適用する場合、彼我の文化差を考慮して、若干の改変を加える必要があると思われる。実際、日本の臨床現場では、アメリカのモデルをそのまま適用しようとする、患者が混乱し、抵抗する場面に度々遭遇する。特に、「課題の分離」の取り扱い方が、日本の臨床現場では困難であることが多いようだ。

文献的にみると、アメリカのアドラー心理学的親教育の文献（Dreikurs, R. & Soltz, V.,1964; Dinkmeyer, D.C. & McKay, G.D. ,1973; Dinkmeyer, D.C. & Dreikurs, R., 1963;Painter, G. & Corsini, R. J., 1975）では、課題の分離は扱われているが、単独で扱われているわけではなく、それよりも「勇気づけ」により強調点が置かれている。しかるに、日本の臨床現場でアドラー心理学的親教育をおこなう場合には、課題の分離にほとんどの労力が向けられなければならないのが実情である。以下、「課題の分離」と「勇気づけ」を中心に、日米の家族関係に見られる差を明確化しつつ、アドラー心理学的親教育を日本で実施する場合の強調点について考察してみたい。

### <課題の分離と勇気づけ>

まず、本論を進めていく上で重要となる、「課題の分離」と「勇気づけ」について、ここで整理しておく。

#### （課題の分離）

課題の分離とは、責任の所在を明確にしていく作業である。つまり、何が誰の責任でおこなわれるべきか、を明かにしていくことである。

アドラー心理学的親教育の目標のひとつは、親がこどもとの間に、共同体感覚にもとづく対等な協力関係を形成するようになることである。ここでいう対等な親子関係とは、本来、親子は別々の存在であることを認め、各々が別々の責任を担うことによって初めて形成することができる関

係を意味する。

親子各々の課題を分離するためのテクニックとしては、不適切な行動に注目を与えないことが中心となり、実際の日常場面では、親がこどもの課題に口だしすることを控えることがあげられる。カウンセリングの中では、日常の具体的なできごとを通して、どの問題は誰の責任であるのか、というように課題を分離していく作業をおこない、それにもとづいて、親にたいして日常場面での行動をアドバイスしていく。

このように親がこどもの課題に口だしすることを控えていくこと、つまり、引き下がって見守ることは、こどもの自立を援助することにつながり、対等な協力関係形成には必要不可欠な条件となる。

#### (勇気づけ)

アドラー心理学では、不適切な行動をするのは、勇気を失っているからだ、と考える。勇気とは、どのような状況でも、共同体感覚にもとづいた行動を自ら進んでおこなおうとする意志である (Griffith, J. & Powers, R.L., 1984, p.57)。そこで、アドラー心理学的治療および教育の目的は、勇気を失った患者やこどもにたいして、彼らがそのような意志をもてるよう勇気づけていくこと、と考えられている (Adler, A., 1956, p.342, 362; 野田俊作, 1991, p.154)。

これは、治療的・教育的な関わりは全て勇気づけである、ということの意味しており、また、「勇気づけ」が単にテクニックを指し示すだけではなく、態度そのものに言及していることをも意味する。つまり、他者の状態に関わらず、他者と共存していく態度自体が、相手を勇気づけるからである。

テクニックに限定して考えると、「勇気づけ」のテクニックとは、適切な行動にたいする注目の与え方を指している。これは、ほめることやほうびにかわる親の行動の最も重要なものである。

#### (課題の分離と勇気づけの関連性)

上述した「課題の分離」と「勇気づけ」は複雑に絡み合っており、この関連について考えてみる。

親子間にトラブルが生じている場合、通常、親は、こどもを勇気づける以前に、こどもの勇気をくじく働きかけをおこなっている。そのような働きかけは、概して、こどもの課題に踏み込むこんだものである。このような場合に、親が課題を分離していくと、こどもの勇気をくじく機会が減少する。すると、こどもが自らの力で課題に立ち向かおうという勇気を回復するが多い。つまり、「課題の分離」自体が、こどもを勇気づける機能を含んでいることを理解でき、ここから、「課題の分離」と「勇気づけ」の間には、密接な関連性があることを読み取ることができる。しかしながら、テクニック的側面についてみると、「課題の分離」は、こどもの課題にたいして口だしを控え、こどもとの関わり合いを減少させる、という方向性を有しており、一方、「勇気づけ」は、こどもの適切な行動にたいして注目を与え、こどもとの関わりを増加させる、という方向性を有している。つまり、テクニック的には、表面上逆向きの方向性を示すことになる。このように、「課題の分離」と「勇気づけ」は、一見すると、テクニック上、全くことなるものと見られ勝ちである。しかしながら、本来「課題の分離」も相手を勇気づける機能を持ち合わせているのであり、むしろ、相手を勇気づけない限り、意味のないものとなる。

#### <日米比較>

以下、テクニク的には逆向きの方向性を有しながらも、相互に密接な関連性をもつ「課題の分離」と「勇気づけ」という点から、日米差を検討していく。ところで、家族関係の日米比較をおこなった文献は、意外に少ない。家族関係およびコミュニケーションに直接焦点を当てているものとしては、社会学の立場から論じられた、増田（1969）の著書があげられる。自らの体験から記したものとしては、篠田（1984）の著書があげられる。また、今井（1990）は、アメリカと日本で用いられている小学校の教科書をサーベイし、それぞれの国で期待される人物像、家族像を描き出している。それ以外のものは、日米の文化的差について論じたものがほとんどで、具体的な家族のコミュニケーションまで扱ったものは皆無に等しい。以下、主に、増田、篠田、今井の著作に従って、日米比較をおこなっていく。

#### （家族構造の違い）

まず、家族のあり方で日米間の最もおおきな差は、増田と篠田が指摘するように、アメリカは夫婦中心で、日本は子ども中心であるという、構造の違いであろう。さらに、アメリカの家庭教育の特徴は、ルールによる躾という点をあげることができる。

アメリカの家庭では、あくまでも夫婦が中心で（増田、p.14）、子どもは夫婦のつけたしという存在である（増田、p.57）。そこでは、親は親、子どもは子どもというように、親子であっても別々の存在として考えられている（篠田、p.128）。すなわち、アメリカの親たちは、子どもを自分とは独立した別の人格として捉えており、本来、親子間の課題の分離はできていると考えられる。

これは一方では、子どもへの援助が必要であるときにも、子どもが自力で問題を解決することを期待して、過度に「課題の分離」を強調し、適切な援助をおこなわない傾向も見受けられるという（篠田、p.34）。アメリカのアドラー心理学的親教育の教科書では、「課題の分離」に関連する記述が見られるとしても、それよりも親子関係をより緊密にする方向の「勇気づけ」に関する記述の方が中心となっているのは、このような事情からであろう。

次に、日本の家庭の特徴として、子ども中心の構造があげられる。日本では、「子宝」という言葉が示すように、子どもを大切にすることが美德とされている（増田、p.58）。これは、子どもは跡取りという考え方に由来しており、封建時代の「家」制度の名残といえなくもない。

さて、このような子ども中心の家庭内には、母子間の一体感を認めることができる。増田によると（p.17）、この一体感は、夫婦関係の薄さによって助長されているとのことである。また、彼は、日本の夫婦関係はアメリカに較べて極端に薄いことを指摘しており、これは夫婦としての機能よりも、「家」が中心だった封建時代にそうであったように、「主人」や「嫁」としての機能が優先されたことに由来している、と考察している。さらには、このような傾向に、夫は家の外、妻は家の内のことを取りしきるといった封建的な分業思想も加わって、特に女親は子どもと物理的にも心理的にも強く結びつくこととなった、と彼は考えている。このような母子の一体感は、親子間で一定の間隔を保ち、躾は夫婦共同でおこなう、というアメリカの親子関係とは対照的である。

このようなことから、日本の親子には、自然状態では「課題の分離」は存在しない、ということができよう。臨床現場では、日本の親の特徴のひとつである子どもとの一体感から、親は、あたかも子どもを自分の分身とみなし、その結果、子どもの行動に無制限に介入し、親子間トラブルを生じさせている、ということを経々にして認めることができる。ところが、このように親が無制限に介入する状態は、日本では一般的に認められるものであり、ごく自然な親子関係と考えられている。このため、親子間トラブルの解決のためには、「課題の分離」の教育が必須となり、またそれはしばしば難航する。

この他、一体感にもとづくしつけを展開している日本の親の下で子どもが問題行動を起こすと、

その一体感のために親自身が罪悪感を抱き、感情的に動揺することとなる。ある場合には、親はこの動揺を、こどもの罪悪感を引き起こさせてこどもの行動を変化させることを目的に使用すかもしれない。いずれにせよ、親が罪悪感を抱いている間は、こどもとの真の協力関係を形成するための勇気を親自身がもてないため、その罪悪感を和らげる必要がある。いうなれば、親の重荷を外していくことが必要となるのである。こどもの行為の責任が親にあるわけではないことを強調する「課題の分離」は、親の罪悪感をやわらげるためにも有用だと考える。

#### (育児理想の違い)

今井(1990)によると、アメリカの教科書の中で最も望まれている人物像は、「創造性にあふれた強い個人」である。「強い個人」について、彼は、「自分が自分であることを明確に意識し、たとえ、つらいことがあっても、きちんと自己の置かれた状況を認識でき、恥ずかしがらずに、自分の主張を堂々とおこない、人に頼らず、自立心、独立心が旺盛で、自ら責任を負い、他人や社会に転嫁することなく、強い意志をもってパニックに陥らず、難局に立ち向かう(p.81)」とまとめている。また、「創造性と個性に富んだ個人」については、「ひとりひとりの創意工夫を重んじ、なにごとにも興味と関心、好奇心を持ち、新しいことに果敢にチャレンジする精神を持ち、画一化を求めず、それぞれの個性を尊重し、人それぞれに長所があることを信じ、長所を発見、尊重する(p.81)」とまとめている。

このような「強い個人」を期待しているため、教科書の中でも、「親子、きょうだいであっても基本的には別々の個人」であり、「友だちを作るにも努力が必要」であることが強調されている(p.82)。これは、アメリカ社会における「緊張感のある人間関係」を示唆している。

一方、日本の教科書に見られる期待される人物像を、今井(1990)は、「暖かい人間関係の中のやさしい一員」として、アメリカ的な「強い個人」と対比している。「暖かい人間関係」の実例として、「やさしく恋しい父母、仲良しのきょうだい、楽しいお友だち」をあげている。これは、アメリカの「緊張した人間関係」と対照的なものである。また、「やさしさをもつこと、相手の気持ちになることが大切、自己犠牲の精神に与えられる高い価値」もあげている。これらは、土居健郎(1971)がいう、「甘え」の構造につながるものであろう。

このように、育児の第一義の目標を自主独立としているアメリカの親たちにとって、「課題の分離」は、普通は当然のこととして理解されているように思われる。それ故、親教育の中でくどくどと「課題の分離」を理念的に説明することは、彼らにとって冗長に感じられるのではなかろうか。そこで、彼らに不足している「勇気づけ」の理論と技法とがより強調される傾向があるであろう。

一方、「暖かい人間関係の中のやさしい一員」という育児理想をもつ日本の親は、本来緊密な親子関係を形成しているため、すべての課題をこどもと共有することを望み、そのために問題を複雑にし、あるいはこどもの無責任な行為の後始末をすることで、かえってこどもの無責任を助長していることが多い。したがって、「課題の分離」によって、親子の責任をあきらかにし、こどもの行為の責任をこども自身に返すことで、こどもの責任性を育成する必要がある。

#### (躰についての考え方の違い)

アメリカの家庭では、年齢に応じて守るべきおおまかなルールが決められており、その適用は、こどもが17～18才になるまで続けられるという(増田、p.58)。その後は、親はこどもが家から自立していくことを強く望み、こどもの後押しをする。また、躰は、家族内のルールの遵守と違反に対する制裁、という形でおこなわれるのが一般的であるという(増田、p.86；篠田、p.77)。このようにルールという契約的な人間関係を重視するのは、自主独立を目指し、個人の権利と責

任を重要視するアメリカの教育の根本理念に立脚しているのであろう。それはそれなりに利点も多いと思われるが、ときに親がルールを一方向的に押しつける、という弊害も生み出されているようだ。アメリカの親子間で生じるトラブルは、このような、親からの一方向的な押しつけに起因する、親子間の権力闘争が主たるものであろう。これを、Dreikurs, R. (1961) は「世代間の争い (war between generations)」と呼んだ。アメリカのアドラー心理学的親教育が生み出されたのは、このような土壌でのこのような問題の解決のためであった。

日本の躰は、前述したような母子一体感を通しておこなわれる。増田 (p.63) は、一般的に、親には、「私がこれだけ可愛がって育てた子が、私にそむくはずがない」という信念があることを認め、このような信念はこの一体感から生み出されている、と結論づけている。その故に、問題が生じてから、親は、あいまいな形で気長に子どもを説得する、という躰方法、つまり、子どもが親の気持ちや立場を理解して反抗することをやめるのを待つ、という躰方法を用いる、と彼は結論づけている (増田、p.63)。

これは、問題が生じる前にルールによる契約をおこなっておいて、あとはそのルールに従って自動的に制裁が加えられる、というアメリカの方法とはまったく異なっている。アメリカでは、子どもは本来、「わからずや」であると考えられているため、親は、その行動をルールで縛ろうとする (増田、p.64)。それ故、子どもの問題行動に出会っても、親は特に動揺せず、ルールに従って行動する。そこでは常に、ルールにもとづく子どもの責任が問題にされ、親は子どもがその責任をとることを求める。このような態度は徹底しており、親が子どもの責任を肩代りすることはないという。

ところが、日本では、子どもは本来「親の気持ちを汲む」はずであると見られており、親が望まない行動をするはずがないと親は考える (増田、p.64)。それ故、子どもの問題行動に出会うと、親は激しく動揺する。そして、親子の一体感を利用して子どもを説得にかかる。また一方では、子どもの責任は自分の責任であると捉える。口では子どもに責任を取ることを要求するかもしれないが、実際には子どもがなすべきことを親が代りにおこなってしまうことが多い。事実上、親が子どもの責任を肩代りするのである。このように、日本では、自然状態では親子間の「課題の分離」がおこなわれていないので、上述のようなことが普通に見られるものである。

## <日本の実施法>

以上、「課題の分離」と「勇気づけ」という点を中心に、家族のあり方に見られる日米間の差を検討してきた。そこから、日本の親は、自然状態では親子間の課題をほとんど分離していない、ということが示唆された。

アメリカの親が、ルールで子どもを規制しつつ、それ以外のことについては大幅に子どもの自由を認めるのに対して、日本の親は子どもの課題に無制限に介入して、子どもの行動や思考をはじめ、ありとあらゆる面を束縛しようとする。子どもが問題行動を起こすと、アメリカの親はルールに従って冷静に処罰しようとはするが、日本の親は感情的に動揺しやすい。さらに、アメリカの親は、子どもが引き受けるべき責任を引き受けませんが、日本の親は子どもと責任を共有し、多くの場合、子どもが負うべき責任を代って担ってしまい、子どもの無責任を助長する傾向がある。そこで、日本の臨床現場で親子間の問題を解決していく場合には、「課題の分離」に重点を置く必要が生じる。アメリカでは、「課題の分離」については、技法的側面のみを強調して提示している。そもそも自然状態で親子間の課題が分離されているので、いくらかの技法を提示するだけで、後は応用可能となるのであろう。それによって、対等な協力関係を築くことができるのであ

る。むしろ、アメリカでは責任を強調するあまり個々人が孤立化し、協力関係が形成できなくなっているのかもしれない。そこから、対人関係をより緊密にするための「勇気づけ」を強調する必要性の方が大きい、と考えられる。一方、対人関係が緊密すぎるほどの日本で、アメリカの方法を翻訳してそのまま提示しても、対等な協力関係は形成されず、親子間トラブルの根本的解決にいたらないのである。そこで、親が「課題の分離」の理論的必要性を理解し、身につけるように、アメリカの場合よりもはるかに強調する必要がある、と考えられる。

このような点に改良を加えれば、アドラー心理学的親教育は日本でも具体的な成果をあげることができ、十分適用可能であると考えられる。しかしながら、冒頭でも述べたように、「課題の分離」が「勇気づけ」としての機能を発揮しない限り、家族臨床において、アドラー心理学的親教育が有効なものとならないことは、いうまでもないだろう。

#### <文献>

- (1) Adler, A. (1956) : THE INDIVIDUAL PSYCHOLOGY OF ALFRED ADLER, (H. L. & R. R. Ansbacher Ed.), Harper Torchbooks, New York
- (2) Dinkmeyer, D. C. & Dreikurs, R. (1963) : ENCOURAGING CHILDREN TO LEARN: The Encouragement Process, Hall, Inc., New Jersey. (日本語版、子どものやる気、柳平彬訳、創元社、1985)
- (3) Dinkmeyer, D. C. & McKay, G. D. (1973) RAISING A RESPONSIBLE CHILD, Simon & Schuster, Inc., New York. (日本語版、”やる気”のある子に育てる法、上・下、柳平彬訳、PHP研究所、1980)
- (4) 土居健郎 (1971) : 甘えの構造、弘文堂
- (5) Dreikurs, R. (1961) : THE WAR BETWEEN GENERATIONS — Juvenile Delinquency Stumps the Experts, The Humanist, 21(1), 15 — 24 (in Child Guidance and Education, Alfred Adler Institute of Chicago, 1974, 177 — 188)
- (6) Dreikurs, R. & Soltz, V. (1964) : CHILDREN: THE CHALLENGE, Hawthorn Books (reprinted in 1987, E. P. Dutton)
- (7) Griffith, J. & Powers, R. L. (1984) : AN ADLERIAN LEXICON, The Americas Institute of Adlerian Studies, Ltd., Chicago
- (8) 今井康夫 (1990) : アメリカ人と日本人—教科書が語る「強い個人」と「やさしい一員」、創流出版
- (9) 鎌田 穰 (1990) : 母親カウンセリングにおける親教育、大阪市大児童・家族相談所紀要、7, 19 — 32
- (10) 鎌田 穰 (1991a) : 個人カウンセリングにおける再教育の実際—親子関係と夫婦関係を中心にあっかったケースを通して—、アドレリアン、4 (2)、86 — 95、日本アドラー心理学会
- (11) 鎌田 穰 (1991b) : アドラー心理学にもとづく親教育、アドレリアン、5(1)、23 — 33 日本アドラー心理学会
- (12) 鎌田 穰 (1991c) : アドラー心理学にもとづく親教育技法の効用と限界、アドレリアン、5(1)、3 — 13、日本アドラー心理学会
- (13) 鎌田 穰 (1991d) : アドラー心理学にもとづく家族カウンセリングの実際—その日本での強調点—、阪市大児童・家族相談所紀要、8, 65 — 74
- (14) 増田光吉 (1969) : アメリカの家族・日本の家族、日本放送出版協会
- (15) 野田俊作 (1991) : 続アドラー心理学トーキングセミナー、星雲社

- (16) Painter, G. & Corsini, R. J. (1975) : THE PRACTICAL PARENT (日本語版、どうほめ、  
どう叱るか、柳平彬訳、PHP 研究所 1984)
- (17) 篠田有子 (1984) : 母と子のアメリカ、中央公論社

#### 更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載