

〔第18回学術集会特別講演〕

家族の持つ回復する力を信じて

関西福祉科学大学社会福祉学部

得津 慎子

はじめに

家族は、現代社会にあって「社会の含み資産」と言われるように黒子として多くの役割を担わされている。少子高齢社会や家族の多様化などで家族が揺らいでいると言われる昨今であるが、その上に災害や災難などによって人びとや家族は容易に危機的状況に陥ることも多いと認識され、家族支援の重要性が漸く語られるようになった。ところが現代家族は構造や役割も機能も多様化し、画一的な定義も困難である。従って、そもそも何を以て家族と同定し、どのようなスタンスで家族と関わるかについて確たる意識を持つことが、人や家族を支え、協働していく上で重要である。

米国のソーシャルワーカー、サイコロジストのフロマ・ワルシュ (F. Walsh) は、家族が逆境にあっても回復する可塑性、復元力を促進する家族レジリエンス実践¹⁾²⁾を提唱してきた。ワルシュはもともと家族療法家であり、その依って立つ理論はシステム論であり、考える姿勢は実践家である。その基本的なスタンスは、直線因果律な欠陥焦点 (deficit-focused) モデルに立つものではなく、臨床経験からたちのぼってきた肯定的に人びとのストレングス^{註1)}や能力を見、関係性の文脈に基づくものである。本稿では家族に予め備わっているのではないかと思われる危機にあっても回復し、もとに戻る力—家族レジリエンス概念—に注目し、本概念が今日の地域での本人主体の生活支援のための具体的な実践に役立つ有用な概念であることについて述べるものとする。

1. レジリエンスとは

レジリエンスは弾性、はね返す力などの意味を持ち、専らひどい災難や長引く困難などにうちかって元通りになる力という意味を持つ。石川³⁾は、語源からも縮んで伸び上がる、うずくまって跳ね上がるというような意味で高い韌性を表すとしている。レジリエンスは、もともと子どもの発達の領域で、過酷、劣悪な養育的な環境や地域に育った子どもたちの多くが健全に成長しており、そのサバイバルのプロセスにおけるキー概念としてレジリエンスについての大規模な研究^{註2)}がなされたことにその端を発する⁴⁾。我が国でも今日、レジリアンシー／レジリエンスなど、表記は多様で統一されていないものの、保健医療、社会福祉、心理、発達、教育などの領域で徐々に関心を集めつつある。

発達心理学の分野では「精神的回復力」として「ストレスフルな状況でも精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理的特性」⁵⁾、「困難な状況に直面し、それを克服し、その経験によって強化される、また変容される普遍的な人の許容力」⁶⁾であるとされ、近年子どもの発達をみるための尺度やチェックリストなども開発されている。個人のレジリエンスの影響要因については、「個人の属性」・「家族の質」・「家族以外のサポートティブなシステム」⁷⁾であり、個人的なレジリエンスを左右する家族や地域の影響性、教育の重要さ、まわりの大人との関係性等の様々な要因などが挙げられる。

例えば、ウォーリン (S.J. Wolin) ら⁸⁾は子どものレジリエンスについて洞察・独立性・関係性・イニシアティブ・ユーモア・創造性・モラルの7つの特

質に注目し、またワルシュも個人のレジリエンスの特質として、ユーモアのセンス、楽観的であること、問題解決のための考える力、希望、高い自己有能感、変化は成長へのチャレンジであることなどを挙げている。

これらは従来の病理-欠陥焦点モデルに基づくものではなく、悲惨で傷つくような経験からダメージを受け、打ちのめされたままではいるのではなく、そこから立ち直り、「傷は残っても基本的には無事」⁹⁾ というようなチャレンジングなプロセスを経ることができるレジリエンスが人にはもともと備わっており、その力を強め、育み、促すこと、そのような環境を作ることが重要であるという考え方に立っている。レジリエンス概念は生得の資質として発達における不適応や病理を問題とするダメージモデルから、環境的要因によって変化し、回復するチャレンジモデルとして理解され、システム的にプロセス主体の見方がなされるようになってきた。ルーサー¹⁰⁾ら(Luthar, S)は子どものレジリエンス基盤のアプローチレジリエンスは守ることともろいことの間にある様々な危険な状況に置いて適応的な発達の基礎となる過程を示そうとし、少なくともひとりの支持的な大人との強い関係が重要であるとしている。更にルーサーらは、レジリエンス自体は直接的には測定不可能であり、危険とその適応の二つの要素の直接的測定に基づいて推測されるとしている。

レジリエンスはもともと人びとが持っている固定的な長所や性格の静的な一つというよりも、困難や苦境と「健闘」して、肯定的な変容、成長がもたらされる可能性であり、危機からはね戻り(bounce back/rebound)、人生の困難な出来事にうちかつ力であり、重要なのは、いかにそのレジリエンスが機能するかなのである。個人のレジリエンスも「非脆弱性」を示すものではない。つまりレジリエントであるということは、「弱くない」ということではないのだ。例えば「うたれ強い」などという特性、そういう「良い資質(ライトスタッフ)」を持っているということではなく、「よく奮闘」し、その奮闘を

通して鍛え上げられるものだとワルシュは強調している。また、レジリエンスは関係を通して育まれる。個人、家族や友人、地域などの人と人とのつながりの中で生まれ、肯定的な変容と成長を生む。その関係性のレジリエンスの下で家族はより強い絆を深め、将来のチャレンジに出会う際により資源豊かになる。そこではレジリエンスが発揮される環境との相互作用のプロセスを促進する環境作りが必要とされる。それは子どものレジリエンスを育む家族という環境要因とその家族を取り囲む社会という影響要因との相互作用の全体を見るシステム論的見方である。

2. 家族療法の基本的な考え方に基づく家族レジリエンス概念

ワルシュは家族レジリエンスについての著書の冒頭に「どんな家族も問題から逃れられない。みんなそのライフコースにわたって深刻なチャレンジに直面する」¹¹⁾と述べているが、人も家族も困難があって当然であり、生涯にわたって挑戦と克服が繰り返されるものである。家族の危機は、①家族ライフサイクル上で予期できる問題(子どもの離巢、老親の介護など)、②家族ライフサイクル上の段階を越えて未解決のままの問題(例えば、夫婦が結婚するときに原家族と折り合いが悪ければ、その夫婦や家族は何かにつけて原家族絡みの葛藤が生じる)、③突発的な災難や予期されないできごとによる問題の3つがあるとされている。予測不可能な場合、可能な場合、家族内外の困難など危機的状況は様々であるが、家族システムが新たにシステムの再構築を迫られる状況に家族危機は生じる。家族がレジリエントにその危機を一過性のもので乗りこえられる場合もあれば、家族内外の様々な要因によって、簡単には乗り越えられず、ライフサイクル上の問題と絡み合って、より複雑となる場合もある。システムの要素は構造、発達、機能であると言われているが、家族レジリエンスを促進するにあたっては、家族が危機的状況にある時の短期的なサポートだけでなく、家族ライフサイクル上の変化のときをともに越えうるサポートプログラムが必要であると言えよう。

そうした危機的状況をとともに乗り越える力が家族レジリエンスであり、家族レジリエンス志向実践とは、支援者がそうした家族の力が機能するように環境を整えるものなのである。

家族に働きかけるに際して基本的な二つの前提がある。第一に、システム論に基づく家族療法において、その対象はシステムで家族に限定されるとは限らない。一番働きかけやすい、働きかけ甲斐のあるシステムに働きかけるのが最も効果的である。つまり問題とされることに関わる個人や友人、親戚、地域などの多様で多重なシステムに自在に働きかけるものなのである。

第二に、家族を問題の棲み家と見ない。今日、家族の多様化が現代社会の病理や問題として語られることが多いが、家族を「問題の家族」であると考えるところで既に「家族という問題」を作り出すおそれがある。我々が陥りがちな罫は、「健全な」家族には問題がないという神話と、その「健全な」家族が唯一の普遍的な家族モデルで、それと違う家族は機能不全家族で、子どもに害があるという思い込み¹²⁾である。レジリエンス志向実践は、欠陥焦点モデルでないことは言うまでもなく、それ以上に対処(コーピング)モデルでも問題解決モデルでもない。問題や欠陥に目を向けるよりも、動的なシステムにおける相互作用に注目して、ストレングスや成長を目指す。それらは関係を通して育まれるものであり、家族や友人、地域などの人と人とのつながりの中で育まれる。つまり家族や地域との関係性の中で立ち上ってくるものなのである。そこに家族レジリエンス実践が浮びあがってくる。

3. 家族レジリエンス概念の実践のポイント

ワルシュはレジリエンス志向実践のキーファクターとして表1をあげている(表1参照)。

これらは家族レジリエンスの「正しい資質」として挙げられたものではない。あくまでも、実践のための手がかりである。具体的実践にあって、家族に何を求めて、どのように働きかけるか、つまりどのように家族と関わり、巻き込むか、家族が当該の間

表1. レジリエンス志向実践のキーファクター

I 信念体系	①逆境に意味を持たせる
	②肯定的な見通し
	③超越性と精神性
II 組織的なパターン (家族のショックの吸収板)	①柔軟性
	②結びつき
	③社会経済的資源
III コミュニケーション・プロセス (家族機能の促進)	①明晰性
	②オープンな情緒的表現
	③問題解決への協働

Walsh, F. : Stengthening Family Resilience, The Guilford Press, NY, 1998より得津が訳出

題の当事者たりうるかを見定めることも含めて、家族アセスメントは必要である。家族がより機能しやすくなるような今後の働きかけの方向性を見定める必要があるわけだが、それは一つの家族モデルを呈示して、それに適合する家族になるように家族をアレンジメントするためのものではない。あくまでも、①個人の困難は、個人と家族環境的要因の相互作用により、②危機的状況やその継続は、家族全員のみならず、個々の家族メンバーに影響し、③家族のプロセスは、家族メンバー全員の相互作用に影響し、④すべての家族にはレジリエンスが働く可能性を持っている、というところに留意することが肝要である。筆者はこのキー概念を用いて、家族レジリエンス尺度作成を試みた¹³⁾。結果として「楽観的協働性」・「共通性」・「対等性」・「安定性」の4つの因子を得た。ワルシュは具体的な実践において家族レジリエンスを促進するアプローチの4つのポイントを表2のように呈示している。

4. 地域で求められる家族レジリエンス志向実践

今日の本人主体の地域での実践で求められているのは、本人主体の視点はもとより専門家、非専門家を問わぬ様々な職種の協働である。そこでは、多層なシステムへのアプローチが求められている。

ワルシュは2006年に家族レジリエンスについての著作¹⁴⁾を改訂し、レジリエンス志向コミュニティー

表2. 家族レジリエンスを促進するためのアプローチ

I 危険要因を減じる	①脅威的な状況を予期し、準備する。
	②ストレスにさらされたり、負荷がかかりすぎることを縮小する。
	③情報供給：破滅的な信念の変化。
II 否定的な連鎖反応を減じる	①ストレスの影響を緩和する。
	②不適応なコーピング戦略を変化させる。
	③余震や続く緊張に耐える：逆行の跳ね返し。
III 保護的な家族プロセスを強め、脆弱さを減じる	①家族のストレンスをたかめる。
	②成功への機会と能力を向上させる。
	③回復と統御に向けての資源を動員し、支える。
	④余波の中で再構築し、再認識し、新たな指針を与える。
	⑤ありそうでもあり不測でもある新たなチャレンジを予期し準備する。
IV 問題をうまく統御することで家族や個人の評価や効力感を支える	①協働の努力によってコンピテンス、自信、絆を増大する。
	②強要されている支えられたコンピテンスをずっとチャレンジの過程としてやりくりする。

(出典) Walsh, F.: The Concept of Family Resilience: Crisis and Challenge, Family Process, 35(3): 261-281, 1996より得津が訳出

基盤実践アプローチ (resilience-oriented community-based practice approach) を新たに提唱した。早期の家族療法的介入は予防的であり有用であるが、問題作りにならないように問題解消アプローチの視点が重要であること、家族レジリエンス志向の地域基盤実践においては、多元システムのチーム協働や柔軟で良質なサービス提供が求められていること、さらにセラピスト（支援者）自体のレジリエンスを高める必要性があることについて語られている。実際、高齢者や子どもの問題を巡って、家族にアプローチすることによって、虐待などの問題の深刻化を防ぐことは可能である。また、近年日本でも一般的になってきた感情労働としての同情による疲労 (compassion fatigue) はバーンアウトの大きな要因の一つであり、ここにも支援者自身のレジリエンスを高めるこ

との重要性が示唆されている。今後、地域での家族レジリエンス実践をする際のチーム協働にあっては、家族レジリエンスを強めるためのサービスの見直しも必要である。また、家族は地域の資源の一つであるが、もはや家族だけでは支えきれない現代社会にあって親戚・知人・近隣システムなどの協働も必要であり、社会保障や経済的サポートの縮小に伴うニーズの拡大に対処できることが必要である。そこで当事者、家族、支援者など関係するすべての人びとや支援システムや地域全体を視野に入れたシステム（社会）への働きかけが必要となる。

近年、本人主体の地域での実践のゴールは、ストレンクス視点に基づいて「本人主体」をサポートするものであるという考え方が一般的になってきている。ストレンクス視点は、例えばソーシャルワークにおいては、サリーベイ¹⁵⁾ (D.Saleebey) などによって呈示された人の強さや強み、長所に焦点付けようとする考え方である。ストレンクス視点とはまず問題を巡って人びとが自分やまわりが気付いていない肯定的な面に気づき、否定的に捉えられていたことを肯定的に意味付けることに始まる。例えば浪費家の当事者がいたとして、娘の出費には厳格であれば、それは「経済的観念はしっかりしている」とも言え、浪費家であるとは、経済的に鷹揚で、「けちではない」、あるいは社会的であるという長所にも言い換えられる。それは否定的なラベリングから肯定的なラベリングに張り替えるだけでなく、実は、ストレンクスそのものについての考え方を変えることなのだ。つまりドミナントカルチャー (dominant culture その時代の主潮の文化) におけるプラスやマイナスの価値観から自由になることである。勤勉が美德という文化であれば、働くことに余り熱心でなければ、「怠けもの」で「将来性がない」と考えられるかもしれないが、自分の生活を大事にする方が重要であるという文化であれば、それは自分の生活を大切に自然な生活である。そこでは「私」、つまり、ローカルな私にとって大切なもの、役に立つ見方、考え方が重要となってくる。これはとりわけ時代の

主流の文化の中で少数派であるがゆえに自分らしく生きていくことを奪われている人びとに、自分らしく生きていくという選択肢を広げるものである。ここにおいて専門家は専門家として自らの価値観に基づいた知識や能力でなく、当事者のニーズ、何が大事で、何をしたいのかという当事者自身の声に耳を澄ますことが求められる。

現代の家族療法は、当事者や家族こそが自分たちの専門家であって、専門家は問題や問題解決について無知であるとする「無知の知」と言われる流れに向かってきた。支援者は当事者に教えを請いつつ、側面からサポートすることによって自然に家族の持つ力を促進する。家族レジリエンスに着目するということは、家族が自らでチャレンジに直面しつつ、回復する力を信じるということであり、支援者が頑張る当事者にエンパワメントしなくても、支援者が余計な邪魔をしさえしなければ、当事者も家族も自らいつの間にかおさまりのよいニッチにおさまるものであると考える視点である。

筆者は重度の知的障害者家族への修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ¹⁶⁾¹⁷⁾による研究で、知的障害者家族は、肅々とその機能を果たし、平穩に家族生活を維持している（ように見える）が、それは「普通」と「非日常」がメビウスの輪のように、行きつ戻りつする過程であり、その長い過程は、家族、あるいは親が、問題や困難、外部からの刺激に何とか対応しながら、それが普通の暮らしであると自己納得、納得を続ける過程であり、家族の力とはそのように自らのニーズにあった現実構築力を働かせる力なのではないかとの考察を得た¹⁸⁾。例えばテイラー（Taylor）¹⁹⁾は前向きな幻想が現実構築に必要であると述べているが、そうした「幻想」が幻想から現実となるプロセスは、社会的な相互作用、そこでの肯定的なフィードバックループによるものである。

当事者の持つストレングスに委ねる本人中心の自立支援や、家族やコミュニティーの力を活かす専門家のサポートは、多様な人びとの地域での自立支援

や子どもたちの発達、成長に不可欠な視点となってきたが、そのみならず、現代社会は、危機や災難、それからくる喪失や痛みで満ち満ちていると言っても過言ではない。それらを取り返しのつかないダメージととるのではなく、新たな成長のためのチャレンジで、そうした「よく健闘する」ことが良く生きるということであり、その前提での、家族レジリエンスが十全に機能しうるサポートを継続的に地域基盤で行いうるシステム作りは家族を支援するためのチャレンジングな今日的な課題であると言える。

参考・引用文献

- 註1) この人の持つ強みに焦点付けようとする考え方はソーシャルワークにおいて、ストレングス視点（ベースペクティブ）と言われ、こうした視点を持ってアプローチしていくストレングス・アプローチは今日的なアプローチの一つである。
- 註2) 例えばワーナー（Werner.E.）らによるハワイでの1955年から30年にわたる調査や、ガームジー（Garmezy）らによる「The Project Competence」調査
- 1) Walsh, F. : The Concept of Family Resilience: Crisis and Challenge, Family Process, 35, (3) : 261-281, 1996
- 2) Walsh, F. : Stengthening Family Resilience, The Guilford Press, NY, 1998
- 3) 石川元：レジリアンス（高い韌性）—同級生の首を切り落とした少年の事例を通して—, 総合リハビリテーション, 2009(10) : 918-927, 2009
- 4) Werner, E. E. : Vulnerable but Invincible: A Study of resilient children, McGraw-Hill, NY, 1982
- 5) 石毛みどり, 無藤隆：中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートとの関連 教育心理学研究, 53 : 336-367, 2005
- 6) Grotberg, E. ed. : A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit The International Resilience Project=Guia de Promocion de la Resiliencia en los Ninos para Fortalecer el Espiritu Humano, 1995
- 7) 前掲書 6)
- 8) Wolin, S.J. & Wolin, S. [奥野光・小森康永訳] : サバイバーと心の回復力：逆境を乗り越えるための7つのレジリアンス 金剛出版, 2002
- 9) 小森康永：ナラティブ・セラピーを読む IFF出版部ヘルスワーク協会, 1999
- 10) Luthar, S. S(eds.) : Resilience and Vulnerability : Adaptation in the Context of Childhood Adversities, Cambridge,

Cambridge University Press, 2003

- 11) 前掲書 2), x
- 12) 前掲書 2),
- 13) 得津慎子, 日下菜穂子: 家族レジリエンス尺度 (FRI) 作成による家族レジリエンス概念の臨床的導入のための検討, 家族心理学研究, 20-2, 2007
- 14) Walsh, F.: Stengthening Family Resilience, 2ND.ed. The Guilford Press, NY, 2006
- 15) Saleebey, D.: The Strengths Perspective in Social Work Practice, Allyn and Bacon, NY, 2002
- 16) 木下康仁: グランディッド・セオリー・アプローチ: 質的実証研究の再生, 弘文堂, 東京, 1999
- 17) 木下康仁: グランディッド・セオリー・アプローチの実践, 弘文堂, 東京, 2003
- 18) 得津慎子: 強度の行動障害を持つ知的障害者家族に見る日常生活を維持する力ー聞き取り調査の修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチによる分析ー, 日本社会福祉学会第57回全国大会報告要旨集, 352-353, 2009
- 19) Taylor, S.: Positive Illusion: Creative self-deception and the Healthy Mind, Basic Books, 東京, 1989 (出典: ワルシュ前掲書, 2006)