

「お父さんとうまくいかない」

家庭問題情報センター 日本女子大学 岡本 吉生

直子さんは現在、大学三年生です。そろそろ進路選択をはっきりさせなければならぬ時期になりましたが、最近、気分がすぐれないことが多く、何もやる気が起らないということで相談室を訪れました。

力 (カウンセラー) 今日ほどのようなご用件でおいでになられたのですか。

直 (直子) 何かやらなければいけないことがあっても、気分が落ち込んで全然やる気が出ないんです。学校の提出物も滞っていて、卒業も危うい感じです。そろそろ進路を決めなければいけないんですが、今は将来のことなんか全然考えられなくて……。お医者さんにも相談に行きましたが、話をするとカウンセリングに行くようにいわれました。

力 そうですか。何も手がつかないということですが、お医者さんからお薬は出しましたか。

直 それは必要ないって。わかりました。落ち込みややる気のなさというのですが、それに関連して何か心当たりはありますか。

直 やる気が出ないということもあります。最近とみに家を出てしまおうという衝動にかられます。……実は、近頃お父さんとうまくいかなくて……。

力 そうですか。お父さんとうまくいかない感じがするんですね。それで、やる気がなくなったり、家から出たくなったりするんですね。

ですね。今、ご家族はどなたと暮らしておられますか。

直 お姉さんがいて、……四つ年上で同居しています。それに両親です。あ、それで姉はもうすぐ結婚します。

力 家族四人暮らしですね。お姉さんが結婚するとどうなるんですか。

直 家にいる子どもは自分だけになってしまいます。

力 気分が落ち込んだりするのは、いつ頃からですか。

直 そうですね、お姉さんの結婚が決まったあたりからです。その頃から、お父さんの注意が全部、私に回ってきて、家に居づらくなって感じるようになりました。お父さんといると気持ちりが張り詰めて、家にいたくなくなるんです。

力 お父さんとは普段どのように接しておられるんですか。

直 昔からですが、日常的に交わす会話というのがほとんどなくて、ぎくしゃくするんです。お父さんと話をするときは、まず自分の中で何を話そうかと、いったん考えて、それからセリフを決めて話します。

力 シナリオを練ってから話すんですね！

昔は、一緒に遊んだりしていたんですけども仲良しというわけではありませんでしたが、普通の親子っていうか、ちゃんとした関係でした。

でもいつのことからか、私も大きくなって……進学の話なんかをしなくちゃいけない頃になっても、どうしても対等な関係で話ができないんです。私もお父さんに話しかけるのに勇気がいって……、何かしゃべっても、「もつと説明しないとわからないだろう」と怒鳴り声で怒られます。そう言われるとますます緊張してしまいます。それから、気持ちを定めて勇気を出して話しても、お父さんから何の反応も返ってこないということも珍しくありません。じゃあ、私にどうしろっていうのでしょうか。

力 話そうと努力すると、余計に話しづらくなる。自分は努力しているのに、お父さんはそれが分かってくれない。話しても通じない感じなんです。

直 お父さんが仕事から帰ってくると、家の雰囲気急がピーンと張ったような感じになります。たとえば、それまでリビングでテレビを見ていたら、お父さんが「電気代がもったいないぞ」とパツと電気を消してしまったりする。確かに電気代はもったいないけど、真っ暗の中でテレビを見てみると気持ちが悪いです。とにかく、毎日毎日、いちいちお父さんのご機嫌を考えて行動しなければいけないのが苦痛で、とっても疲れてしまいます。家ではくつろぐ場所がないんです。それでいて、バイトなどで出かけていると、「またいな

い」とか「どこに行った」とうるさく詮索します。

直 力 外出していても落ち着かないのですか。多少気晴らしにはなりますが、バイトなどで外に出ていても家のことが気になるんです。こちらからお父さんに「さようなら」と言いたくなりますが、お姉さんが結婚するので、私がお父さんに「いけないうちが家を出てしまおうと、お母さんがお父さんと家で二人きりになってしまおうと。それで家が成り立つのかなと心配になるんです。

直子さんは、最初はどうもむき加減で、声も細かい感じで話していました。自分の悩みなど人に話すほどのことではない、取るに足らないことだと思っていました。しかし、カウンセラーのところに来たとき、カウンセラーが直子さんの悩みを真剣に耳を傾けるにつれ、その悩みには家族との関係や直子さん自身の家族への思い入れが関係していることを語る事ができるようになりました。

直子さんは、姉だけでなく自分もこの家庭から出てしまうと、家には両親二人を残すことになり、そうなるのと両親の間をつなぎとめているものが何もなくなくなると信じていたのです。

この相談例から分かるように、子どもが

自立して家族からスムーズに出入りするには、残された家族のメンバーの関係が良好であることが必要です。葛藤の強い家族ほど子どもは早くから家を出ますが、これは本来の意味での自立ではありません。家族からの逃避です。この逃避が激しい時には、家出や駆け落ちのような形態をとることもあります。年齢の若い結婚にはこのような原家族からの逃避が結婚動機となっている場合が少なくありません。

直子さんの場合、自分が両親をつなぎとめている存在であることが実は不合理な信念（イラツショナル・ベリーフ）によるものであることを少しずつ理解し、自分が自立することと両親が不仲であることとの関係づけを解く努力をしました。そして、お父さんとも少しずつ落ち着いて話せるようになり、以前のような明るさや意欲を取り戻していききました。

