

子どもの「悩み」3タイプを学ぶ

精神科領域と発達心理学の観点から子どもの「悩み」を検討すると、それはおおむね3タイプに分けて考えることができます。

1.反抗期による「親子間葛藤」 2.発達障害による「不適応」 3.被虐待による「心の傷」

この理解は現場ではとても重要です。しかし実際には区別されていないか、混同しているかなどで、正確に理解されているとは言えない現実があります。その理由は、表面上の行動だけを見ると、どれも似ているからです（たとえば、いずれも不登校が起き、発達障害に疑われることがありますが、内容を細かく確認していくと違いがわかる）。

こうした理由から誤診や見誤りが多くありますが、**症状を診るのではなく「心を聴く」というカウンセラーの立場から親子のあり方に耳を澄ませていくと、それぞれでその質に明確な違いがあることもわかります。**その違いと理解を学んでいきます。

先立って、各3タイプの概要と親子関係に特徴的な内容を少しだけ解説します。

1.子の反抗期による「親子間葛藤」：親子ともに苦しい時間が続く

反抗期には「イヤイヤ期＝第一反抗期」と「思春期＝第二反抗期」があります。ともに心の成長には欠かすことができません。とくに思春期ではあえて親の教えに背こうとします。これまでの人生を親子で歩んできたからこそ、なにをしたら親が困るのかを子は知っているかのようです。

このとき、**我慢を強いられてきたか反抗を拒絶された経験を持つ親ほど、子の反抗がつらいと感じるようになり、子を我慢させてしまい、かえって子からの激しい反発を招いてしまうことが多いようです。**そうすると、また親は子に我慢させるなどして、悪循環が長らく続きます。これは**親子ともに苦しい時間**です。

親に強い我慢をしている子は、ときに精神的混乱を呈することもあります。思春期のうつ、自傷行為、家庭内暴力などです。こうしたものを背景にして、不登校になることもあります。

子が問題を起こすと必ず当人への関わりが重点的になされますが、むしろ重要なのは**親カウンセリング**のほうです。なぜなら、**子は親にわかってほしいと思っている**からです。子が欲しかった「理解」「声かけ」を親がわかるようになると、やがて膠着した親子関係も落ち着いていきます。

2.子の発達障害による「不適応」：子側の認知機能の制限によって、親が悩む

発達障害の正しい理解は、知的発達症・注意欠如多動症・発達性学習症・自閉スペクトラム症などの「総称」で、生まれつきによるものです。育て方などで発症が左右されることはありません。各疾患によって症状の出方に差はありますが「**対人コミュニケーションに有意な困難**」があることは共通しています。しかし軽症の場合には、これを見落としてしまっていることも多く、子本人に余計な負担がかけられています。そのときに起こるのが「不適応」です。持っている能力以上を周囲（社会）が求めることによって誘発されます。

不適応の例で代表的なものは不登校です。その内容を細かく確認していくと、学校システムが「理解できない」もしくは「ついていけない」などしているのがわかります。これが見えていないと、**子ができないことを課す状態が続き、その度に親が悩み続けることとなります。**子には認知機能の制限が多かれ少なかれ生じているので、理解できるような伝え方・環境を用意しなければなりません。この対応を「**環境調整**」と言い、発達障害の子には有効な手段です。

3.子の被虐待による「心の傷」：子側だけが一方的に悩み、苦しみ続ける

児童虐待を受けていると、**人や社会に萎縮してしまったり、過度な緊張を抱えながら生きていくのを余儀なくされます。**その極端な形式が、いわゆる愛着障害（反応性アタッチメント症／脱抑制型対人交流症）です。これは、自分の気持ちを封じて他人に迎合してしまうという悲しい反応で、虐待の結果です。

精神科診断のマニュアル（DSM-5-TR）では愛着障害について、注意欠如多動症および自閉スペクトラム症との鑑別をしっかりと示されています。が、実際の現場では、あまり正確には行われていないのが現状のようです。表面上の行動を見ると似て見えてしまう部分があるのはもちろんですが、ごく軽微なネグレクトを見落としていることも看過することのできない問題です。

たとえば、虐待をする親は子のことで手を煩わされていると感じる傾向があり、教育相談などでそれを訴えます。すると、相談を受けている側が親からの子に対する「クレーム」に引き込まれてしまうことがあります。かつ実際に子が学校でちょっとしたトラブルなどを起こしていると、ネグレクトは見落とされて発達障害であるという思い込みが補強されてしまうのです。

しかし実際には、愛着障害の子の心の動きは発達障害の子のそれとは、かなり異なります。

心の傷を理解し関わってやれば、彼らはメキメキと回復していく可能性を秘めています。**子への直接的なカウンセリング**が、とても高い効果を発揮します。

以上3タイプに応じて「**親カウンセリング**」「**環境調整**」「**子カウンセリング**」を、見立てに応じて使い分けていく必要があります。その理解と方法を、本セミナーでは解説していきます。

講師：植原亮太 汐見カウンセリングオフィス所長（公認心理師・精神保健福祉士）

現在は東京都公立学校スクールカウンセラーも務めている。著書に第18回・開高健ノンフィクション賞の最終候補作になった『ルポ 虐待サバイバー』（集英社新書）がある他に、プレジデントオンラインに多数の寄稿文がある。所沢市「自殺対策連絡会議」、青梅市立学校に、それぞれスーパーバイザーとして招かれている。

参加費：3,000円（銀行振込のほか、クレジットカード決済がご利用になれます）

使用機器：Zoomアプリを用いるオンライン開催です

参加申し込みは、こちら

（スマホでQRコードを読み込むと、サイトにジャンプします）

（PCからは、<https://www.shiomi-counseling.jp/子どもの悩み>）

