

「家族心理学入門－悪者探しをしないために」

主任研究員

木下城康

この発表では、家族心理学の特徴や家族カウンセリングの関わり、家族心理学研究で分かってきたことなどについて解説し、家族システムを理解することの重要性を強調しました。家族心理学は、家族という複雑で曖昧なものをそのまま扱います。家族カウンセリングは、円環的思考を使って、家族全体をシステムとして見ることを提案しています。家族問題に取り組む際には、悪者を探すのではなく、どのような状態にその人が置かれているのかに目を向けることが解決の糸口になることがあり、家族の物語を共有することがそれを助けることがあります。たとえば、ある研究は家族の物語をよく知っている青少年は自尊心や自己効力感が高く、引きこもりや攻撃性などの問題行動のレベルが低く、分化された自己意識を示しています。今後は家族の物語を家庭教育や家族支援の中心に据えることが、家族の問題を解決するためには大切だと提案しました。