

母なるものの本質的機能

—親子相互交流療法 (PCIT) によるジェンダーフリーな子育て—

國 吉 知 子

**Essential Function of Motherhood:
Gender-free Parenting with Parent-Child Interaction Therapy**

KUNIYOSHI Tomoko

Abstract

This article is a modified version of my lecture “Mothers in the Modern Family,” which was the last lecture of the Women’s Institute 2019 Series Seminar titled “Roles of Motherhood.” First, to understand the current situation of parents and children, I showed the results of my questionnaire to kindergarten teachers, and indicated the mothers’ feeling of difficulty in coping with their children’s behavior problems in Parent–Child Interaction Therapy (PCIT) cases. Second, I re–considered the essential functions of Motherhood, using new brain science knowledge on the psychological mechanism of the interaction between mother and child. Furthermore, I pointed out, based on Imai’s research (2009), that Fatherhood and Motherhood are not constrained to the gender of the parent who gives it. Finally, I explained PCIT, which I have been practicing since 2013, and considered the role that parents should play in fostering children’s empathy and self–regulation ability through PCIT skills and structure from viewpoints of Motherhood, Fatherhood, and parental gender. In conclusion, I emphasized that because PCIT, which has a structured maternal function of accepting children in the first half and a paternal function of controlling children in the second half, does not care about the gender of the caregiver, it enables child care that balances both Motherhood and Fatherhood regardless of the gender of parents.

Keywords: motherhood, Parent–Child Interaction Therapy (PCIT),
gender–free, parenting

要 旨

本稿は2019年女性学インスティテュート連続セミナー「母なるものの役割」において筆者が担当した「現代家族の中の母」をもとに加筆修正したものである。まず、現代の子どもと母親の置かれた状況について理解するために、幼稚園教諭から見た子どもの問題行動の実態調査の結果や、親子相互交流療法 (Parent-Child Interaction Therapy : 以下 PCIT) に来談する母親が直面する子どもの問題行動への対処の困難感を紹介した。次に、筆者は「母なるもの」すなわち「母性性」について、養育者と子どもの心理的相互作用メカニズムに関する近年の脳科学の知見を援用し「母なるものの本質的機能」を再考し、さらに今井 (2009) の研究をもとに父性と母性が、与える親の性別に限定されないことを指摘した。最後に、筆者が2013年から実施している PCIT について解説し、子どもの共感性や自己制御能力を育成するために親がとるべき役割、行動について、母性・父性、ジェンダーの視点から考察を試みた。結論として、PCIT は前半の子どもを受容する母性的機能、後半の子どもへの統制を行う父性的機能が構造化されているが、PCIT は養育者の性別を問わないため、PCIT を用いることで養育者のジェンダーにかかわらず母性性、父性性双方のバランスがとれた子育てが可能になることを示した。

キーワード：母性性、親子相互交流療法 (PCIT)、ジェンダーフリー、子育て

0. はじめに

本稿は2019年6月の女性学インスティテュート連続セミナー「母なるものの役割」において筆者が担当した第4講「現代家族の中の母」をもとに加筆修正したものである。ここでは、「母なるもの」すなわち「母性性の本質的機能」について近年の脳科学の知見を援用し再考するとともに、筆者が2013年から本学大学院心理相談室にて実施している親子相互交流療法（Parent-Child Interaction Therapy：以下 PCIT）に基づき、親の役割について、母性・父性、ジェンダーといった視点からの考察を試みるものである。

1. 現代の親子に生じている現象

1) 最近の子どもに多くみられる問題とその対応に戸惑う親

現代の親子関係を考える上で、まず現代の子どもたちと親がどのような状況にあるのかを知ることは重要なことであろう。國吉（2016）の幼稚園教諭を対象としたアンケート調査によれば、「最近の子どもに多く見られる問題」として、以下の点が挙げられている。①集団行動の際、勝手な行動（マイペース、多動、我慢がない、人の話をさえぎり主張する）をする、②感情のコントロールができない（感情の起伏が激しい）、③教師の注目をひくための逸脱行動（泣き叫ぶ、暴れる、教師の前では良い子だが友達には暴言・暴力をふるう）、④否定的な言葉や態度（「いや」「できない」イライラするなど）が多い、⑤行動が極端に遅い、反応が乏しい、⑥排泄の失敗が繰り返される、⑦学んだ行動が定着しない（注意されたことが入らない）、⑧家庭と園での態度が異なる（例：園では良い子、家で癩癩、あるいはその逆）。おそらく、発達障害傾向等の影響も大きいと思われるが、そればかりではない。総じて、“注目ひき行動”と“自己抑制力の未熟さ”という2点がその中核にあることがわかる。

一方、相談に来られる親の訴えや発言をみると、「わがままを言う子どもを叱ることができない、どう対応すればよいかわからない」「子どもがぐずぐずしたり、泣いたりすると、いけないと思っても、つい怒ってひどい言い方をし

てしまう」「泣いても放っておけばよいと夫に言われたので、外出先でそのようにしたら、周囲から虐待をしていると批判されて非常に傷ついた」「ちょっとしたことで、子どもがめっちゃくちゃキレて、癩癩がひどくて手が付けられなくなる」など、子ども特有の主張の強さや激しい感情表出に親自身がどのように対応すればよいのか戸惑っている様子が窺える。また同時に、筆者からみた子どもの問題行動は、親の言うことを聞かない「傍若無人」な行動、あるいは、親の顔色を見てしまい、やりたいことが自由にできない過剰適応の「良い子すぎる」問題の両極に分かれるような印象がある。彼らは、一見正反対の行動をとる子どもであるように思われるが、実はいずれの子どもも感情の適切なコントロールがうまくできていない。実は、これが現代の子どもの大きな特徴であり、親もそれに対してなすすべを持たない。つまり、核家族化し、主たる養育を担っている母親は総じて余裕がなく、また乳幼児と接する経験の乏しいまま親となることが多いため、子ども特有の強い感情表現や主張を適切に取り扱うことができず、子どもの感情を十分受容できていないことが多い。そしてそれが日常化した場合、子どものフラストレーションが高まり、子どものさらなる“注目ひき行動”や“自己抑制力の未熟さ”に繋がるという悪循環が生まれることになる。

2) 親が子どもにとりがちな対応

(1) 子どもの感情や体験を否定する

上に示したように、子どもに問題行動が出現するケースでは、子どもの激しい感情に直面した場合、親は子どもの反応に戸惑い、子どもの感情を否定、妥協するといったネガティブな状況に十分向き合えない形で対応することが多くなる可能性がある。例えば、転んで痛がって大泣きしている子どもに、親はつい「痛くない!」「たいしたことない!」「だから気をつけなさいって言ったでしょう!」などと、その場の“騒動”を収めるために、子どもの痛みや悲しみに十分寄り添えぬまま、子どもの率直な感情を否定するような対応をしてしまう。子どもの激しい感情に、親は悪気なく、子どもを安心させようという意図

も働き、「たいしたことではない」というような言葉かけをしてしまうのだが、しかし、このような対応をされると、子どもは親の言うことを真に受けるため、「自分の感情は誤りで、親の言葉が正しい」と考えることが生じ、そうすると子どもは内心モヤモヤした状態が続くことになる。こういった状況が継続して繰り返されると、子どもは「正解は外にあるもので、自分の感覚は意味を持たない」と感じるようになり、解離的な傾向を高め、過剰反応や反応が薄いとといった行動が出現する。子どものこういった反応を誤解した親の介入はますます強まることになり、子どもの解離傾向がさらに高まる悪循環が繰り返され、やがて問題行動の発現に至る。

(2) 対決や葛藤をさける

子どものネガティブ感情に耐えられないと、親は子どもの感情をはぐらかしたり、楽しいことや物でごまかしたり、子どもに快適な状況を保つことを優先してしまう。例えば、買い物時、静かにしてほしいために「今日だけね」と言いつつ、小さい玩具やおやつを買い与えてしまう、あるいは、外出時、iPadを率先して与えておくというようなことである。そうすると、子どもは不快な状況を辛抱したり、不快感情を表出する機会が大幅に減り、自分の“厄介”な感情に向き合う経験が乏しくなる。通常、子どもは自らのネガティブな感情の波を親のなだめや受容的態度を糧に、少しずつ自分自身でしのいで収めていけるようになる。しかし、その学習の機会が奪われた子どもは、不快感情への耐性が低く、自力で自分の感情に対処する能力が育ちにくくなる。イライラやムカつきはそういった子どもの感情機能の未発達によって生じやすくなる。実は親子の“まっすぐなぶつかり合い”は子どもの心の成長に大切なものなのである。

3) 親がまず考えるべきこと

(1) 成果を急がない・良い子を期待しすぎない

現代は成果を性急に問う時代であり、その影響が子育てにも波及しているよ

うに思われる。早く良い子に育てたいという親心は理解できるが、将来優しく配慮できる人になってほしいという気持ちが強すぎるのか、子ども時代から「良い子、優しい子」を求めすぎて、子どものわがままや子どもらしさを否定し、良い子や大人びた行動を求める風潮が強くなっている。小さい子どもは、元来わがままや主張の強い存在であり、それそのものが子どもの生きるエネルギーの強さの証でもある。もちろん、他者に暴力を振るうといった子どもの行きすぎた主張は、しつけの中で抑制していく必要がある。しかし優しい大人になるには、子ども時代から“何事にもものわがまのいい子”である必要はなく、子どもはさまざまな人とのぶつかり合いを通して、他者への思いやりや優しさを学んでいく。しかし、その前提には、まずは子どもの気持ちを丸ごと肯定し受容してくれる親の適切な注目の存在が最重要である。良い子を親が過度に期待しすぎると、子どもは知らず知らずのうちに、親の期待に応えようとして、親の前で正直な感情を表現しにくくなり、自分を偽る態度を促進してしまうことになる。それが積み重なると、上記のような子どもの癇癪や反動といったより激しい感情表現につながることもある。親の受容的対応が何よりも優先され、その上で初めてしつけが入るわけであるが、今度は、親が適切に子どもの問題行動を制限できないままでは、やがて子どもの自己抑制力の低下をさらに誘発し、子どものイライラやムカつき、キレやすさが増長することになる。まずは受容、その後、適度な統制が肝要となる。

(2) 子どもの安心感・安全感の形成が最重要

言うまでもなく、赤ん坊が泣くのはSOSのサインである。子どもは泣く行動を通して、「主張すれば親（他者）が助けてくれる」ことを学習し、それが子どもの「安心感・安全感」を高めていく。また、子どもは自らの主張が適度に受け止められることで、自己肯定感を高めることができる。子どもの心の発達において、安心感・安全感の形成は何よりも重要である。トラウマを持つ子どもは安心感・安全感がひどく損なわれており、その後の心身の発達に大きな障害が出ることもある。このように、安心感・安全感の形成は子どものその後

のさまざまな感情や心身の発達の基盤となる。すなわち、SOS→受容→安心感・安全感というサイクルが子どもの基本的信頼感や自己肯定感を強めていくのである。ただし、受容と甘やかしとは本質的に異なっている。受容は子どもの欲求を安易に満たすことではない。子どもに適切な注目を与えるとともに、批判や否定をしないで子どもに向き合うことを意味する。乳幼児期に十分受容された子どもは情緒が安定しており、無理に良い子になることも、過度な主張をすることもない。成長してもなお他者の注目を欲しがる“注目への飢餓状態”を示すのは、むしろ乳幼児期に十分受容的に接してもらえなかった子どもである。ちなみに、受容的態度を親が具体的にどのように行動で示すべきかについてはPCITのスキル説明（表1）にて後述する。

（3）子どもの感情を育てるには

子どもは感情を、それがどのような感情かわからぬまま身体を通して感じる。それらの反応への親の対応を通して、子どもは自らの感情がどのようなかを理解していく。例えば、子どもが不快さを感じて泣く時、親が「よしよし、そうかそうか、〇〇ちゃんは悲しいんだね～」と子どもの感情を読み取り、きちんと言葉をかけて受容することで子どもは気持ちがやすらぎ、安心する。他者に共感され、受容されることで自らの不快感情に子ども自身が向き合うことができる。そして、安心感をベースに「これは“悲しい”という気持ちなのだ」と自らの感情を理解することができる。こういったやりとりが根気よく繰り返されていき、その経験を通して、子どもは同じような感覚を経験した時、「ボクは悲しい」と言葉で表現できるようになる。感情制御の脳機能の点からみた愛着の相互作用について、大河原（2019）は次のように解説している。少し長くなるが要点をкаいつまんで引用する。健全な愛着のシステムが機能している場合、子の脳の皮質下において負情動が喚起されると、子は「泣き・ぐずり」によって母に助けを求める。これは命を守るための愛着行動である。子の泣きやぐずりは、母の脳の皮質下での内臓感覚レベルでの共鳴を引き起こす。これは情動調律と言われている反応でもある。母は本能的にキャッチした感覚に基

づいて、子が求める安心を与えるために、体性レベルの共感行動（授乳、おむつ替え、抱く、目を見て声をかける、微笑むなどのあやす行為など）をおこなう。「怖かったね」「いやだったの、そうなの」といった母のリズミカルな声かけにより、子の負感情は言語化され、安心に包まれて制御される。このような相互作用により、子の皮質領域において成長とともに、感情が社会化されるプロセスが進み、年齢相応の感情制御の能力が発達する。以上、大河原が述べているように、このように乳幼児期に子どもの感情への受容がないと、子どもは身体的不快感（負の感情）の表現方法や収め方がわからず、不快感を爆発（痙攣）で表すしかすべがなくなる。あるいは、訴えることを諦めて、自己感情を否定する形で不快感を未消化のまま処することになる。これが慢性化した時に、子どもにどのような深刻な影響を与えるかは明白であろう。繰り返しになるが、このように子どもの感情を育てるうえで、特に乳幼児期の子どもの感情への親の受容的対応は不可欠なのである。

（４）子どもの自己抑制力の形成

子どもの自己抑制力は、この最早期の受容があって初めて成立する。基本的な信頼感のない関係性においては、上述のような感情の社会化のプロセスが阻害される。また、そもそも子どもは自己抑制的にふるまうメリットを得ることができない。信頼関係が構築された親の見守りや承認（適切な注目）があつてこそ、子どもは自分の欲求を一旦置き、自分の気持ちを抑制して、社会的ニーズの遂行に切り替えるという、より難度の高い心的作業をおこなうことができる。しかし、この最も基本的な心理的メカニズムの形成には、これまた乳児期の親の関わりが重要な役割を果たす。例えば、授乳中などに母が子どもと顔を見合わせて見つめ合うが、ここには“リズム”というものが存在する。つまり、母は授乳中じっと目を離さず子どもを凝視するのではなく、見つめ、目を離し、また見つめるというリズムのある繰り返しを無意識的にしているが、実はこのリズムが非常に重要なのである（Szalavitz, M. & Perry, D. B., 2010）。母親に見つめられ子どもは安心するが、親が少し目を離すことで子どもには注目の短い

中断という“軽微なストレス”が与えられる。これは乳児にとって十分手に負える程度のストレスであり、視線が離れても必ずまた目を合わせる母親のしぐさが、子どもに危機の後に安心感が訪れるという回復過程をもたらす。この繰り返しが子どもに“ストレス対処能力”の基盤を作っていくというのである。子どもをあやす「いない、いない、ばあ」という遊びがあるが、これも一瞬消失した愛着対象が必ず戻ってくることで繰り返されるというストーリーを持つ遊びである。この遊びは子どもの“対象恒常性”を育てる心理的意味を内包する遊びであるが、同時に、一瞬の母親の不在という“軽微なストレス”を経て、母親が再び存在するに至る“乗り越え体験”を段階的に繰り返すことで子どものストレス対処能力を徐々に高めていく遊びでもある。この“中断”は“切断機能”とも言え、むしろ父性的機能と考えることができるだろう。すなわち、子どもの自己抑制能力を育成するには、父性的機能が重要となることが窺えるが、この点についてはPCITの後半部分の説明において述べる。

2. 「母なるもの」の本質的な機能とは

1) 模倣による親子間の共感性の萌芽

周知のように、人間の子どもは、母親の身体的制約により生理的早産の状態ですまれて来る。よって、未熟な状態で出生した人間の乳児は常に危険と隣り合わせであり、親（養育者）に全面的に依存せざるを得ない状況である。そのようななかで、最早期の安心感・安全感の核となる「ストレス反応システム（ストレスに反応し、コントロールする能力）」の形成に大きな影響を与えるのは、最も身近に存在する養育者（多くの場合、母親）との関係である。実はストレス反応をコントロールする脳の領域は、対人関係（他者への共感性）に関わる領域と同じ「大脳辺縁系」である。つまり、安心感・安全感に基づく脳の健全な発達は共感性の能力の向上と不可分であることが理解される。ここから、乳幼児期の養育者との共感的ふれあい経験が必須となる。人間はそもそも社会的存在であり、人が生きる上で共感力は重要な機能である。この共感の雛型となるのが、“模倣・波長合わせ”の能力である。模倣とはつまり、まねることで

ある。乳幼児は“まねっこ”が大好きで、自分をまねる対象に好意を抱く。後述するPCITの推奨スキルにも「まねる」行動が含まれているが、模倣、すなわち、親の子どもへの同調はよい親子関係を形成することに寄与する。共感性と同調性については、実際に（親子関係ではないが）共感性が十分機能している熟練者によるカウンセリングでは、初回面接であっても自然にセラピストとクライアントが身体的同調性を高めていることが対話中の両者を撮影したビデオのコンピュータ解析を通して明らかとなったという研究もある（長岡他2011）。このように、共感性の本質的要素は、波長合わせ、同調行動、すなわち模倣にあると言える。有名なミラーニューロン（Rizzolatti, G. & Craighero, L., 2004）の発見も、人間にとっての模倣の重要性を裏づけている。これは他者の行動を見るだけで、その行動と同じ脳の部位が見ている人の脳内で活性化するニューロンである。いわば、他者の行為を理解する時、人は他者の行為を単に視覚的パターンとして認識するのではなく、脳内で自分の運動に対応づけて理解していると言える。乾（2013）によれば、つまり“他者の行為を理解する”とは、行為者と観察者の脳と同じ部位が活動し、ある種の共鳴状態になることである。他者の行為は自己の身体を制御する部分を駆動して理解されており、身体化による認知が非常に重要となることが理解される。

親子関係とは一方通行ではなく、そもそも互恵的關係をもっており、親が子どもの表情を模倣することで、子どもは喜び、笑顔になり、それが親の喜びや幸福感をひき出すという連鎖反応となり、それが親自身の親との良い関係を想起させるという、さらに良い循環を生み出す。実際に、反応性のよい親のもとでは、乳児の微笑みや発声が増える。前述したように、乳幼児は当初自らの感情をカテゴライズできないが、自分と同じ表情でなだめる養育者を見ることで自分の状況を理解するようになる。他者の行動を見るだけでも観察者の脳内で同じ運動部位が活性化するという上述のミラーニューロンの機能によって親子の脳内で共鳴・共振状態が生まれ、脳科学においてはこれこそが共感性の萌芽であるとされる。このように、親子間の模倣、さらに身体感覚を介した共鳴が、共感を生み、子どもの自己理解、さらに他者理解と社会性の発達の基礎を作っ

て行くことが近年の脳科学の知見によって裏づけられている。

2) 人との関わりのみなもと

人において“快感”と結びつく脳内神経伝達物質の働きは、上述した親子の互恵的関係が促進されるうえでも非常に重要である。特に母子関係は乳児との身体的接触も多く、より生理学的影響を子どもと与えあう点からも、脳内神経伝達物質の研究は主に母子関係において論じられている。よい母子関係の形成に重要な脳内物質には、Szalavitz, M. & Perry, D. B. (2010) によれば、以下のようなものが挙げられる。ドーパミンは、動機づけや欲求と関連する脳内神経伝達物質といわれ、ドーパミンの作用により、母親は子どもに引き寄せられ、あやそうとする。エンドルフィンが快感や満足、くつろぎの感覚を引き起こすが、エンドルフィンが放出されることで母親は育児が穏やかで心地よいものとなる。エンドルフィンがストレス対処に寄与し、心身の均衡を取り戻す役割も持っており、人との関わりを生み出す接着剤の役割を果たすとされる。オキシトシンは特定の個体と快感を結びつける役割を持っている。オキシトシンは、個や互いを弁別するのに必要とされる。単なる快感ではなく、特定の人への愛着形成に重要な脳内神経伝達物質である。乳幼児への関わりが特定の養育者からではなく不特定の対象から行われた場合、特定の人物と快感情との結びつきが不十分となり、オキシトシンの分泌が悪くなる。オキシトシンの分泌が妨げられると、愛着対象の区別がつかなくなり、他者との結びつきに快感情を抱きにくくなると言われる。授乳中の母親は穏やかでくつろいだ気分になるが、これは脳内でオキシトシンが催乳作用と授乳時の快感に関与しているからである。また同時に、このように母親が快感を得ることでハグを多くされた子どもはオキシトシンの分泌が多いといわれる。これは赤ん坊の安心感・安全感を高め、子どものストレス反応システムを安定化することにも寄与する。母子の絆はこのように脳内神経伝達物質の作用によって促進される。

この脳科学的事実は、母子の絆が生まれた瞬間に形成されるわけでは無いことを示すものである。つまり、出生後の母子交流を通して、脳内神経伝達物質

がどのように作用したのかが重要なのである。どちらが原因－結果と一義的に考えることはできないが、母子が授乳時に目を合わせて見つめ合うことを通して「同調・模倣」がなされ、それが脳内神経伝達物質の促進に働きかけることで、より安心感やストレス耐性が高まり、特定の対象への愛着を生み、母子の良い循環が生まれることが理解できる。これがいわば母性性の本質的機能だと考えることができるだろう。ただし、オキシトシンは授乳中の母親だけではなく、母親ではない女性や男性でも、特定の大切な人との楽しい行動を増やしたり、人に親切にする愛他行動をとることや、親しい人とのふれあいや、他者の良いところを見つけてほめることを通しても高まることがわかってきている。よって、必ずしも母親（女親）ではなく父親や他の養育者であっても、上記のような脳内神経伝達物質を促進する相互交流が実践できるならば、脳科学的には母性性の本質的機能が作用し、子どもの脳や心理的成長により影響を与えることが推測される。

3) 母性と父性：女親と男親

母親役割は本当に母親（女親）にしかできないものなのだろうか。父性、母性と親の性別の問題については、現代ではジェンダー論の観点から、どちらからもたらされても問題がないという論調が主流になって来ているが、上記のような脳科学による知見にもかかわらず、母性性は女親から、父性性は男親からもたさられるべきという考えも根強く、実証的な研究によって十分に明らかにされていない。この問題について果敢に挑戦したのが、筆者のゼミ生であった今井（2009）である。調査協力者を娘（女性）に限定した研究ではあるが、今井は質問紙による綿密な調査を通して、親の対応を、父性的機能、母性的機能、親的機能に分類し、さらにそれらが父親（男親）あるいは母親（女親）からもたらされることの心理的影響を探った。その結果を簡単にまとめると、①娘にとって父性的機能「リーダーシップ」や、母性的機能「情緒的支援」などの良い特性は、父親（男親）・母親（女親）どちらからもたらされても良い効果を生む、②娘の社会性の発達には、父親（男親）からの父性的機能が良い影響を

与える可能性がある、③父性的機能「恐さ」のみ、母親（女親）から与えられると心理的に悪い影響を娘に与える可能性がある、ということが示された。すなわち、母親からの「恐さ」以外であれば、父性的機能、母性的機能は男親、女親のどちらから与えられても娘の心理に大きな違いはないことがわかった。ただし、父親よりも心身ともに身近で直接的な愛着対象である母親からの「恐さ」だけは、娘の安心感・安全感の基盤を揺るがすものであると推測され、基本的信頼感の形成に与える母親（女親）の重要性が再確認された結果ともなった。しかし、一般的に、母親（女親）は父親（男親）よりも乳幼児期に最も身近な存在であることが多いため、この研究で女親からの「恐さ」が問題になったとも考えられ、今後の検討次第では、心理的にも身体的にも密接に関わる対象からの「恐さ」が問題であり、親の性別は関係ないとの知見が得られるかもしれない。

3. PCIT にみるジェンダーフリーな子育て

1) PCIT について

PCIT とは、1974年に米国 Eyberg, S. によって開発された、エビデンスに基づく遊戯療法をベースにした行動療法である（PCIT の詳しい手続はここでは詳述しない。PCIT の具体的内容については、筆者の PCIT についての解説（國吉 2013；2016）を参照のこと）。主に2歳～7歳（12歳まで可）の子どもを持つ親を対象とする心理療法であり、子どもの行動障害の改善に高い効果があり、虐待事例では親の再虐待率を2割にまで抑えるとされる（Chaffin, M. et al., 2004）。特徴としては、親子同室の遊び場面に別室（観察室）からセラピストが親のイヤフォンを通して子育てに役立つスキルをライブコーチングする点が挙げられる（図1）。また、セラピーが二段階構成になっている点も特徴的で、前半の子どもが遊びをリードする「子ども指向型相互交流（Child Directed Interaction: CDI）」の段階では、セラピストは親に親子関係を改善するスキル（PRIDEスキル）を心理教育するとともに、コーチングによってスキルを修得できるように支援する。後半は一転して、子どもが親の言うことを



図1 PCIT コーチング風景 (デモンストレーション)

聞く「親指向型相互交流 (Parent Directed Interaction: PDI)」の段階へと進み、親の指示を子どもが聞かない場合、「タイムアウト」など不適切行動に対して注目を与えないという対処法を取ることで問題行動の制限をおこなっていく (子どもには事前にタイムアウトルールについて十分な説明をおこなってから実施する)。PCIT では行動理論に基づき、一貫して良い行動に対してはほめるなど適切な注目を与え、良くない行動には注目を与えないという手段をとることで、望ましくない行動を抑制し、良い行動の出現頻度を促進する。さらに良い行動をセラピー場面以外にも般化させていくという手続きがとられる。PCIT では手順やスキルが詳細に決められているが、そのすべては実証的研究に基づいて選定された内容であり、効果検討もされている。さらに、米国心理学会でも十分に実証された子どものトラウマに有効な心理療法として推奨されている。

2) PCIT に内包される母性機能と父性功能

先に述べたように、PCIT はプロトコルが非常に厳密に決められているが、一方でセラピーの本質を変えない程度であれば、クライアントに合った対応も許容されており、子どもを連れて来談し PCIT を受けるのは「養育者」であれば母親に限らず誰でも可能である。一人親、二人親の場合にも対応でき、母親

のみならず、父親、祖父母、里親、施設職員に対しても実施可能である。本学でも祖母-母親-息子の組み合わせや、父親-母親-娘の組み合わせなど、複数の養育者を対象に実施した PCIT 事例もある。このように、PCIT は「養育者」であれば対象を問わない（唯一の禁忌は、性虐待をする養育者のみ）。また、PCIT の手続きそのものが、親の母性的対応、父性的対応をそれぞれ強化する形となっている。つまり、前半の CDI（子ども指向型相互交流）は、養育者の母性的機能の強化を目的として構成されている。親は適切な注目を子どもに与える受容的な関わり方を修得し、親子関係を改善することで、子どもの安心感を高め、愛着関係を再構築する。続いて後半の PDI（親指向型相互交流）では、養育者の父性的機能の強化に軸足がシフトする。ここでは、養育者は子どもへの適切な指示の出し方を学び、子どもは親の指示を聞く練習をする。その過程を通して、子どもは自分の欲求を抑えて、親（他者）の指示を優先する態度を学ぶ。子どもは親の指示に従うと、必ずすぐに具体的に賞賛を与えられる。その経験を通して子どもは養育者（他者）に協力することや貢献への純粋な喜びを実感し、またさらにそのプロセス自体が、子どもが協力的にふるまう動機づけを高め、ストレス耐性や場面を切り替える力が徐々に育まれていく。指示に従わない時には先述した「タイムアウト」という親の注目を除去する手続きがとられるが、これは“言うことを聞く、聞かない”でヒートアップした親子の感情をクールダウンさせる効果があり、さらに親にとっては暴力を用いない効果的なしつけの方法を実践する機会となる。

3) PCIT における主要スキルについて

PCIT で特に重要とされるスキルは PRIDE スキルと呼ばれ、以下の内容で構成されている。P: Praise（子どもの行動を具体的にほめる）、R: Reflect（子どもの言葉を繰り返す）、I: Imitate（子どもの行動をまねる）、D: Describe（子どもの行動を説明（実況中継）する）、E: Enjoy（子どもとの関係を楽しむ）の5つのスキルが重要とされている（表1）。

この PRIDE スキルそれぞれに、先の脳科学的知見を当てはめて考えてみる

表1 PRIDE スキル

応答技法	説明（主な効果）	具体例
P (Praise) 賞賛	肯定的な行動のために子どもに“具体的賞賛”を与える（賞賛された行動を増やし、子どもの自尊心を高める）	「素敵な色を選んだね！」 「ペンを大事に使っているね！」 「静かに遊んでくれて嬉しいな！」
R (Reflect) 繰り返す	子どもの適切な“言葉”を繰り返す（子どもが会話をリードする、親がちゃんと聞いていることを示す、子どもの発話力を促進）	子「大きなお城ができた」 親「大きなお城ができたね」
I (Imitate) まねをする	子どもの適切な“遊び（行為）”をまねる（子どもが遊びをリードする、子どものしていることに親を焦点づける）	子どもが木を描いていたら、親も同じように木を描く
D (Describe) 行動の説明	子どもの適切な行動の説明“実況中継”（親が子どもに関心をもち注目していることを知らせる、子どもは自分の活動に注意を保つことができる）	子どもが赤いクレヨンを手にとってリングを描いている 親「～ちゃんは、赤いクレヨンを取りました、リングを描いています」
E (Enjoy) 楽しむ	特別な時間を子どもと楽しむ（親が子どもと一緒に時間を楽しんでいることを知らせる）	子どもへの優しいボディタッチや笑い、温かい声の調子など

Eyberg, S. & Funderburg, B. (2011) を参考に國吉が作成

と、Praise と Describe は、子どもの行動をほめること、承認することであり、オキシトシンを高める行動であると言え、Reflect と Imitate はともに共感性を高めるミラーリング機能に合致し、Enjoy は楽しさ、すなわちエンドルフィンを高めることと関連していることが理解される。これらを実証するには脳生理学的な研究が待たれ、現時点では推測の域を出ないが、子どもを承認し適切な注目を与える PRIDE スキルは、親の愛情をどのような子どもでも理解できる形で示す具体的行動規範であると同時に、共感性を高めるための脳機能を促進する行動でもあると言えるのではないか。また、それ以外にも、PCIT ではセッション内での親の子どもへの「質問」、「命令」、「批判」が禁止される。これらは親が日常的に多用しがちな行動で、いずれも子どもの自主性を阻み、親が子どものリードを奪う介入となりうる行動である。PCIT においては、この

ように親が「質問」、「命令」、「批判」を抑制する結果、親は必然的に子どものペースに合わせて子どもの行動を「見守り」、「待つ」、という態度をとらざるを得ないことになる。これは、従来の親面接等において、親担当セラピストが「子どもさんを共感的に見守ってください」と懸命に伝えるものの、実際のところ、親はどのような行動や態度をとればよいのか具体的にはわからないという問題を实际的に解決する行動指針であると言える。そして、もちろんPRIDEスキルの使用に、親の性別は全く関係ない。このように、PCITでは、親（養育者）の性別に関係なく、親としてとるべき行動（親機能）を、母性的対応、父性的対応と系統立てて、バランス良く具体的に学ぶことができるのである。

4. 最後に

これまで述べて来たように、母性的機能とは、子どもとの情緒的・身体的関わり、特にミラーリングを通して、子どもと共鳴し合い、子どもの安心・安全感の基礎を形成し、子どもの共感性を高め、子どもの感情を育み、対人関係の基礎を構築することと捉えることができるだろう。また、父性的機能とは、子どもがクリアできる程度の負荷や制限をかけることで子どもの自我機能を強化し、社会的貢献の喜びを子どもに学習させる機能を持っていると考えることもできよう。そう考える時、PCITが養育者の性別を選ばないように、母性的機能の担い手が必ずしも女親でなければならない理由は存在しないのではないだろうか。もちろん、女親と男親では、声のトーンや母乳の有無、触感等の相違があり、今井（2009）の研究にあったように、より身近な愛着存在からの「恐さ」の伝達には十分配慮する必要がある。また、女性が母親として、男性が父親としてこれまで長年培ってきた経験の蓄積は侮れないことも理解されるため、この問題については、今後も慎重に考えていくことが重要である。しかし少なくとも、PCITでの学びを通して、母親（女親）に対する伝統的性役割観による偏見や誤解から解放され、より自由で柔軟に子育てを両性が選択し享受できるようになるのではないか。PCITはジェンダーフリーな子育てに寄与し

うると筆者は考える。要は、親であれば、すぐに誰でも子育てがスムーズにできるわけではなく、子育てには技術や学習が必要である。そして、最も重要なことは、親の性別と「母性的機能」、「父性的機能」が一致することでも、現代に多くみられる友達親子のように、世代間境界が崩れた親子役割を肯定することでもなく、親が子どもの主体性を尊重した受容的な養育態度を維持できること、さらに、一貫した親らしい権威ある態度を示し、子どもが望ましくない行動をしたときには適切な制限を加えることができるというごく当たり前のことであろう。そういった親は父親であれ母親であれ、子どもに適切な注目を与え、安定した関係を築き、親子間に適度な世代間境界を設定することができ、たとえば親であったとしても家族機能を高めることができる。このように、適切な親の行動を親が学ぶことによって、子どもは基本的信頼感をより形成しやすくなり、情緒的安定と他者への共感性を高め、社会性の基盤を形成するための行動や態度を身につけていくことが容易となる。その具体的方法が体系的に網羅された PCIT が今後さらに普及し、親機能のあるべき姿やその重要性が社会全体に浸透していくことで、現代の母親が担いがちな過重な育児へのプレッシャーや負担が少しでも軽減され、ジェンダーフリーな子育てが可能となることを期待したい。

引用文献

- Chaffin, M., Silovsky, J. F., Funderburk, B., Valle, L. A., Brestan, E. V., Balachove, T., Jackson, Shelli, Lensgraf, J. & Bonner, B. L. (2004). Parent-Child Interaction Therapy with Physically Abusive Parents: Efficacy for Reducing Future Abuse Reports. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, **72**(3), 500-510.
- Eyberg, S. & Funderburg, B. (2011). *Parent-Child Interaction Therapy Protocol 2011*. PCIT International. 加茂登志子(監訳) (2013). PCIT プロトコル 2011 日本語版 ver. 2.0. PCIT International.
- 今井千尋 (2009). 現代の親の父性・母性に対する一考察—娘の抱く親の父性・母性イメージと心理的発達に関連—. 神戸女学院大学大学院人間科学研究科修士論文 (未公開).
- 乾敏郎 (2013). 脳科学からみる子どもの心の育ち—認知発達のルーツを探る—. ミネ

ルヴァ書房.

- 國吉知子 (2013). PCIT における限界設定の意義. 神戸女学院大学論集, **60** (1), 109-123.
- 國吉知子 (2016). 親子相互交流療法 (PCIT) の適用可能性についての検討～PCIT の教育・臨床実践への展開と地域連携による幼児教育プログラムの開発～. 神戸女学院大学大学院心理相談室紀要, **17**, 219-226.
- 國吉知子 (2016). PCIT. 野呂浩史(編). トラウマセラピーケースブック. 星和書店.
- 長岡千賀・小森政嗣・桑原知子・吉川左紀子・大山泰宏・渡部幹・畑中千紘 (2011). 心理臨床初回面接の進行—非言語行動と発話の臨床的意味の分析を通した予備的研究—. 社会言語科学, **14**(1), 188-197.
- 大河原美以 (2019). 子育てに苦しむ母との心理臨床—EMDR 療法による複雑性トラウマからの解放—. 日本評論社.
- Rizzolatti, G. & Craighero, L. (2004). The Mirror-Neuron System, *Annual Review of Neuro-science*, **27**, 169-192.
- Szalavitz, M. & Perry, B. D. (2010). *Born for Love: Why Empathy is Essential and Endangered*, Herper Collins Publishers. 戸根由紀恵(訳) (2012). 子どもの共感力を育てる. 紀伊国屋書店.

付記

本稿で紹介した PCIT は、PCIT International 公認の PCIT Protocol 2011 の日本語版 (2013) に基づいて解説しています。PCIT は米国のみならず、西欧、オセアニア、アジアなど、世界各国に普及しています。日本には2008年の導入後、近年ではNHKの特集番組で取り上げられるなど関心が高まって来ています。現在、首都圏の児童相談所やクリニックをはじめ、各地で PCIT は展開されていますが、日本ではまだ認定セラピストやトレーナーは数が少なく、実践者の養成が急務となっています。神戸女学院大学では2013年にいち早く PCIT を大学院心理相談室に導入し、2019年からは日本初の大学院での PCIT 実践者養成授業を開始しました。なお、心理療法として PCIT を受けたい場合は、本学大学院心理相談室に直接お問い合わせください。