

〈研究ノート〉

# ヤングケアラーが家族をケアし続けることの心理臨床学的考察 - 家族との関係性と心の深層を通して -

A Clinical Psychological Study of Young Carers' Caring for Their Families  
- Through family relationships and the deep psyche -

井上 裕樹<sup>1</sup>

## 要旨

近年、ヤングケアラーの子どもたちについて、さまざまな領域において取り上げられてきている。本稿では、ヤングケアラーの実情を押さえながら、心理臨床学の観点から彼らの家族との関係性や彼らの心のあり様、心の深層に焦点を当て、理解を深めた。そして、それらの理解を基にした学校での教職員との連携や援助が、ヤングケアラーである彼らの心の変容にどうつながってくるのかについても考察した。

キーワード：ヤングケアラー，家族との関係性，母性，教職員との連携，心の変容  
young carer, family relationship, motherhood,  
collaboration of teachers and psychotherapists, transformation of the mind

## I. はじめに

1988年ころからイギリスでは、福祉の分野で在宅介護を担っている児童に関する調査が行われ始め、1996年に、イギリスで初のヤングケアラーに関する調査が行われた。「日本でも近年、『ケアラーのケア』（介護者支援ともいう）に注目が当たる中で、その一つの側面である『ヤングケアラー』（河本,2020）にも注目が集まるようになり、「近年、ヤングケアラーといわれる子どもの存在が、学校、児童福祉機関や福祉施設、精神科医療の現場などにおいて徐々に顕在化してきた」（赤瀬川,2022）。そして、そのヤングケアラーに対する具体的な支援についても児童福祉領域の子どもの「人権擁護」という観点を中心として模索が始まっている。

実際にその支援については、「2021年3月、国はヤングケアラーに関するプロジェクトチームを立ち上げ、同年5月に報告書をまとめ、方策を示す」（濱島,2021）という方向性に至っている。しかし、具体的な支援については、佐藤（2019）が「日本においては、このような家族の介護を担う子どもたちに関する世間一般の認知度は極めて低い。おそらく、このような子どもたちに出会った

としても、たいていみな『良くできた子』、『親孝行』であると認識するのみで、そういう形容のもとに、彼らの心身の健康的発達において重要な、仲間との交流や学習などの機会の剥奪が起きている可能性に目を向けることはたいへん少ないであろう」と指摘している状況や「ヤングケアラーについては、一般住民はもとより専門職の認識も十分ではない。支援体制についても、ネグレクトケースとして児童虐待に関する制度・支援の仕組みに基づいて対応することはあるが、ヤングケアラーケースとしての支援の仕組みは構築されていない」（赤瀬川,2022）との指摘にあるような状況が、現状となっているように思われる。

そこで、本稿において、ヤングケアラーの子どもたちの実情を押さえながら、彼らの置かれている生活の状況とその状況とに深く関わってくる家族との関係性や彼らの心のあり様、心の深層について心理臨床学の観点から考えを深め、「ヤングケアラー」という事柄に学校の中でどのようにスクールカウンセラーが関わって行けるか、そして、どのような視点を持って彼らに関わっていくことが、ヤングケアラーである児童・生徒、そしてその保護者と直接関わる教職員への理解を深め、彼らの

1 Hiroki INOUE 千里金蘭大学 生活科学部 児童教育学科

受理日：2022年9月2日

援助に役立つのかなどについて、さまざまな視点から多層的に捉えて考えていければと思う。また、それらの理解や援助が、ヤングケアラーである彼らの心の変容にどうつながっていくのかということについても考察を加えていければと思う。

## Ⅱ. ヤングケアラーの定義と家族のケアをしている子どもたちの実態

「ヤングケアラー」という概念は、上記で述べてきたように、家族の介護を担う子どもたちの状況を捉えていく中で用いられるようになってきた考え方である。

ヤングケアラーの定義としては、いろいろな定義がなされてきているが、ヤングケアラー研究の先駆けの国であるイギリスでもその定義は、法や制度のあり様の変化により、時代によってその都度変遷してきている。イギリスでの定義としては、「ヤングケアラー (Young carer)」は、「家族メンバーに対してケアや援助、支援を提供している（もしくは提供することになっている）18歳未満の子どもと若者であって、恒常的に家族メンバーの重大あるいは相当なケアに従事し、通常は大人が負うとされるようなレベルの責任を引き受けている者」(Backer,S.,2000)と定義され、その「ケアの受け手は、障害や慢性の病気、精神的問題、ケアやサポートや見守りが必要になる他の状況を抱えている」というものである。

日本においても、一般社団法人日本ケアラー連盟によって、「家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18歳未満の子どものこと」と定義されている。

それでは、実際に子どもたちには、家族との関係においてどのような背景があり、どのようなケアを提供しているのだろうか。以下より、具体的に見ていければと思う。

日本のありふれた日常として、「家族が高齢や病気になった時の介護やきょうだいの世話は、家族機能の1つとしてかつては家族が担ってきた」(青木,2022)という側面がある。しかし、現代のヤングケアラーという考え方が問題提起していることは、「子どもがケアを担う背景には、家庭の経済状況の変化、共働き世帯の増加、少子高齢化、地域のつながりの希薄化などからくる地域力の低下、子どもの貧困といった様々な要因」(有限責任監査

法人トーマツリ,2022)があることや「家族の介護や世話の負担が手伝いの範囲を明らかに超え、時間を費やすことが常態化している」(青木,2022)とあると思われる。

2021年のヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書(三菱UFJリサーチ&コンサルティング,2021)において、子どもたちに対して、世話をしている家族の有無について聞いた際に、「中学2年生の5.7%、全日制高校2年生の4.1%、定時制高校2年生の8.5%、通信制高校生の11.0%」の子どもたちに世話をしている家族がいることがわかってきた。そして、世話をしている頻度については、「ほぼ毎日世話をしている」という項目の割合が高くなっており、平日1日あたりに子どもたちが家族の世話に費やす時間について、中学2年生は平均4.0時間、全日制高校2年生は平均3.8時間となっている。そこには、小菅ら(2022)が指摘しているように、「高齢化によるケアを必要としている人の増加や、核家族化やひとり親世帯の増加による一家族あたりの人数の減少、共働きの増加など、家族の家族を支える力が弱くなっている現状」などが背景にあり、「そのため家族にケアを要する人がいる場合に子どもがその負担を負うことが多くなっている」(小菅ら,2022)と考えられる。それでは、ヤングケアラーである子どもたちは家庭の中で実際に誰に対してどのようなケアを担っているのだろうか。以下より、具体的に詳細を見ていく。

2021年のヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書(三菱UFJリサーチ&コンサルティング,2021)の調査対象となった子どもたち(中学2年生、全日制高校2年生、定時制高校2年生相当)が日常で行っているケアの対象としては、「いずれの学校種でも『きょうだい』が最も高くなっている。特に、中学2年生は、『きょうだい』の割合が他に比べ高くなっている」ことが特徴として明らかになっている。また、そのケアの対象は、要保護児童対策地域協議会に挙がってくるようなケースでは、『母親』53.8%、『きょうだい』48.1%、『父親』17.0%、外部支援ケース(要保護児童対策地域協議会に通告するほどではないが、学校以外の外部の支援につないだケース)では、『母親』46.3%、『きょうだい』45.2%、『父親』11.9%』となっており、「ケアを必要としている人の状況については、要対協ケースでは、『精神疾患、依存症(疑いも含む)』38.7%、『幼い』35.8%、外部支援ケースでは、『幼い』41.2%、『精神疾患・依存症(疑いも含む)』38.7%」

となっている。次に、具体的な家族へのケアの実態を見ていくこととする。

澁谷(2022)は、「ヤングケアラーは、慢性的な病気や障害、精神的な問題、高齢や幼いといった理由で看護や介護や見守りなどを必要とする家族の世話」をしており、「毎日の食事の用意や後片付け、洗濯、ゴミ出し、買い物、きょうだいの手話、ケアの必要な家族の手話を聞いたり、元気づけたりするなどの感情面のケア、中には、病院への付き添い、救急車への同乗、自宅での経管栄養のケア、薬の管理、金銭管理をしている中高生」もいると述べている。このことは、青木(2022)が述べているように現代の日本において、「在宅ケアが推奨され、世帯人数が少なくなる中で、子どもや若い世代が介護やケアを担う機会が増加していくことも考えられる」という見解と大いに関連していると思われる。しかし、青木(2022)は、子どもたちが、当たり前のように家族の介護やケアを担わされることで、「心身の健康や学力、家庭生活や学校・社会生活、現在や将来の人生に影響を与えるだけではなく、介護者の孤立や離職、虐待などの問題も生じる」危険性があることも指摘している。そのため、これらのことから考えると、子どもたちが、自身の家族のケアを担い続けることについての意味と、彼らの心への影響について詳しく見ていく必要性が出てくる。

そこで、青木(2022)が子どもたちの「家族の介護や世話の負担が手伝いの範囲を明らかに超え、時間を費やすことが常態化している」と指摘しているような彼らの現状において、まず、ヤングケアラーへの学校での支援の取り組みとその課題についての考えを深め、次いで、彼らがヤングケアラーとしての役割を担いながら家族と生活を送ることが、彼らにとってどのような意味をなし、そのことが彼らにどのような心理的な影響を与えるのか、以下より心理臨床学的な観点を通して考えていければと思う。

### Ⅲ. ヤングケアラーへの学校での支援の取り組みとその心理臨床学的課題

ヤングケアラーの支援として、近年国や自治体でも「ヘルパーの派遣や相談窓口、学習支援など」(村上,2022b)の支援が考えられており、「現在、相談窓口の設置やスクールソーシャルワーカーの充実、ヘルパーの派遣といったヤングケアラー支援

策が検討され、自治体によっては実現している」(村上,2022b)。

学校での支援としては、青山(2021)が、ケースワークの観点から「ヤングケアラーの認知度は、学校の教員だけでなく専門職等も低いことから、ヤングケアラーを早期に発見し支援につなげるためには、社会全体の認知度を高めていくことが重要である」とし、「学校や福祉制度の狭間で支援につながりにくいヤングケアラーの、制度の狭間で看過されているヘルスニーズをしっかりと把握し支援につなげることが求められ、教育、福祉、介護、医療などの地域の多様な主体が顔の見える関係を築き、機関や分野を超えて連携して取り組むことが不可欠である」(青山,2021)と述べている。また、青木(2022)は、「ケアの実態に合わせて各種サービスなど適切な支援に繋げるよう、地域住民も含めた関係部署との連携を図り、今ある支援を活用していくことが大切である」と述べ、その課題として、「彼らの多様なニーズを明らかにした上で、地域住民やボランティア、専門職などが互いに顔の見える関係を築き、柔軟で包括的な支援策を確立することが喫緊の課題」、「具体的には、地域共生社会や地域包括ケアシステムの視点から、負担の軽減と支え、健康教育・啓発、居場所作りの3つ」が重要な課題だとしている。ここで議論されていることとしては、ヤングケアラーを世の中でどう認知していくか、そして、福祉の制度の中で彼らをどう支援につなげていくか、加えて、それにはどのように機関同士が連携を取っていくかが課題だと述べられている。しかし、村上(2022a)は、ヤングケアラーの心の問題としては、「自分の立場が危うくなるような困難を抱えているケアラーにとって、話をシェアし『すっきり』して『ヒントが得られる』だけでは意味がない」、「サポートの方向性は、最終的にヤングケアラー支援にとどまらず、子どもの育ちをどのように支えるのか」という視点が必要であると指摘している。また、神田橋ら(2021)は、「スクールソーシャルワーカーの仕事は、状況を変えることだから。だから、もうどうにも変えられない状況になったら、できることがなくなってしまう」、「その状況をカウンセラーが変えるのではなくて、本人が何とかやっつけられるようにする。いちばん理想的には、本人がその状況を変えることができる人になるといい」、「外側も内側も両方に支えるもんがないと、外側がだめになったら、何も支えがなくなる」と述べ、

スクールカウンセラーが、子どもや保護者と内側からつながり、支えていくことの重要性を指摘している。また、神田橋ら(2021)の述べていることは、スクールソーシャルワーカーとの連携において、スクールカウンセラーの立ち位置と専門性を生かした関わりについて改めて意識することの必要性についても指摘しているのではないだろうか。そして、この神田橋ら(2021)の観点は、スクールカウンセラーがヤングケアラーに関わっていく際に、このような視点を持ってヤングケアラーと関わっていくことが重要であるということを描していることと同時に、スクールソーシャルワーカーとの専門性の違いと連携できる観点をしっかりと見極めていくことが重要だと指し示してくれているとも思われる。そのため、ヤングケアラーが何重もの「閉鎖的な関係性」(村上,2022b)を有していることから考えると、児童福祉領域の子どもの「人権擁護」という観点からの彼らの家庭内でのケアの負担の軽減や健康教育でのストレスの発散、誰かに話ができればいいという観点のみに心理臨床家であるスクールカウンセラーが始終し、その観点到留まってしまうならば、彼らの抱えている問題やその家族、教職員との連携を含めた具体的な関わりに至るような理解にまで深まていかないように思われる。

これまでの議論を踏まえ、学校において、スクールソーシャルワーカーが、福祉制度の利用や外的な現実的な外側に積極的に対応している専門家と捉えるのであれば、スクールカウンセラーは、ヤングケアラーの抱えている問題を彼らの心の内側のこととしてどう捉え、どう関わっていくことができるのだろうか。以下よりこのことについて考えを深めていくため、ヤングケアラーの心のあり様や母親の心のあり様、家族との関係性に対して考察を進めていければと思う。

#### IV. 子どもがケアを担うという心のあり様と家族との関係性について

##### (1) ヤングケアラーの心のあり様

村上(2022b)は、ヤングケアラーの問題には、「そもそも子どもが抱える困難は家族のケアだけではない。貧困、差別、就学機会の制限、いじめなどさまざまな社会的問題がともなう」と述べ、ヤングケアラーと社会との関係性との関連があることを指摘している。また、村上(2022a)は、「ヤン

グケアラーは歴史上たえず存在してきたはずだが、現代になってことさら問題になるのはおそらく、大家族や地域の紐帯が消失し、子どもが孤立し見えなくされたからだろう。かつてのヤングケアラーたちは家族をケアせざるを得ないとしても周囲とはつながっていた」とひと昔前の「ヤングケアラーのあり様と家族の様相」と現代とにおける関係性の変化についても対比して述べている。そこでこれらのことを参考に、以下より、彼らの家族との関係性やヤングケアラーとしての役割を担わされることで身につけてきた彼らの心のあり様について見ていければと思う。

井口(2021)は、ヤングケアラーが担っているケアについて、「自身のおかれている状況がわからないまま家族を支えていることもある、将来の不安を抱え孤立していることもあるなど、ヤングケアラーのおかれている状況はさまざまである。そのような状況にいるヤングケアラーは、いつの間にか自分の時間やチャンスを失い、自分らしく生きていくことや希望をもつことをどこかで諦めていることが多い。『家族だからケアするもの』『相談しても何も変わらない』、ヤングケアラーにはみずから支援を求めようという考えはほとんどなく、私たちの思う以上に困難な状況を誰にも発せずにいる」と述べている。このことを見ていく際に、このような状況を紐解き、彼らを理解しようとしていく視点は、彼らとの関わりを積み重ねていく上でもアセスメントの視点としてもとても重要になってくると思われる。そこで、これらの状況を心理臨床学的なアセスメントの視点を通して考えていくと、彼らは、支援を求めようとしないということから、自身の置かれている状況を第三者的な視点から捉えることが難しい状況にあると考えられ、家族以外の周囲とのつながりを求めるまでには至っていない状況と考えられる。しかし、ヤングケアラー自身が家族との関係に不安を感じ、その感情を抱えていることができている場合は、自身の社会との関係において、適応しにくい状況にあるという問題意識を感じていくことのできる可能性も秘めているように思われる。だが、彼ら自身が家族をケアするという状況の中に否応なく巻き込まれ、その定めから逃れることができないような状況で、彼らがヤングケアラーという役割を担わされている場合、彼らがそのことに関して、自身で自覚を持って自分の置かれている状況や自身の思いなどを感じ取っていき、それを言

業にして第三者とやり取りしていくということは、かなり困難であると思われる。

彼らの心のあり様を形作っている背後には、彼らがヤングケアラーの役割を担わされること自体が「自身の責任でそうになっている」と思ってしまうような家族との関係性や生育歴の流れがある場合もある。そして、このような彼らの心のあり様や家族との関係性が、彼らが有する困難な状況に「話をしてもどうにもならない」と家族以外の第三者に言葉にすることを妨げてしまっていることも多いのではないだろうか。また、仮に家族以外の第三者に自分の置かれている状況を言葉にしたとしても、相手に理解してもらえたという体験とならず、「話さないほうがよかった」とかえって相手と距離を取ってしまうことも考えられる。そして、自身の家庭内で生じている困難について、「もう二度と言葉にしない」と思ったり、今自身の置かれている状況を「自分の人生の定め」とあきらめてしまったりして、社会的な関係から孤立するという状況が続いている場合もある。さらに、その「孤立」の背景に、初期の母子関係で見られる一体感を伴った関係の積み上げがない、もしくはその関係性に脆弱性を抱えているような場合、それは、彼らの持っている他者との関係性のベースが、家庭内における親との二者関係への留まりではないこともある。言い換えれば、彼らは、「自分の心の中（だけ）で感覚的に何となく嫌だ」と感じているだけで、それらを表現し、それを他者に受け取って照らし返してもらおうというような体験を伴う関係へとも至っていない関係性がベースにあることもある。そして、そこには人との関係の経験不足という状態から、心の病理に至るスペクトラムがあり、場合によれば、家族やそれ以外の他者が彼らを怯えさせないようにしながら、根気強くおせっかいを焼くような関わりをしていかない限り、彼らにとって、情緒的な交流をすることのできる他者は存在しないままになっている場合もある。また、このような心のあり様にいるヤングケアラーは、自身の置かれている状況に葛藤を感じるものがなかったり、周囲の人に対しても、「私に何もしてくれない」と人知れず思っている状況に留まったりして、表面的には、一見悩みのないまま生活を送っている状況にいるとも考えられる。そうなっていると、自身が家族を含めた他者を頼り、やり取りをしながら、他者と対話して自身の思いを述べたり、自身の置かれている困難な状況

を理解し、変えていこうとしたりする前向きな気持ちが生じ難いように思われる。そのため、このような心のあり様に陥っているヤングケアラーに対して、支援を行うにあたり、彼らが社会から「孤立」しないように環境を整えることや制度につないだりすることを重視していくという観点からだけでは、その支援は行き詰ってしまうのではないだろうか。

青木（2022）が述べているように、「一般に、未成年の子どもというのは家庭の中で保護者の扶養と保護のもとで生活することがイメージされる」が、ヤングケアラーの家族に対するあり様を見ると、彼らは、「何より『まず家族のことを心配する存在』」（村上,2022b）であり、知らず知らずのうちに家族の中でその役割を担い、「自ら進んでもあり否応なくでもあるような仕方でケア役割を引き受けている」（村上,2022b）のである。

串崎（2021）は、『他者をケアする』とは、他者の欲求ないし必要性を満たすために自分の心身の労働力を支出することであるから、当然に自分を他者の欲求ないし必要性に合わせていくという性質がある」と述べ、その日常的なケアの中での「他者の欲求・必要性を的確にキャッチしそれに応じる／そこにおいては自分の欲求・必要性は棚上げにする・コントロールする、ということの日常的な積み重ねは、ケアするが、自分自身の欲求や感情や意思を感受したり自身の経験を扱うことをし難くしていく可能性がないか」とそのケアという行為の脆弱性やそのケアを行う際に体験されやすい「心理的傷つき」（串崎,2021）について論じている。また、奥山（2020）は、「ヤングケアラーにおいては、特に親をケアする場合には行動の上での役割の逆転が生じることは稀ではなく、『役割逆転』はヤングケアラーの属する家庭の中で生じやすいと考えられる」と親と子の役割が逆転してしまうような関係性が生じやすいことも指摘している。

そこで、これらの観点を通して、ヤングケアラーの家族へのケアに対するあり様やそのケアをすることの意味について考えてみる。

小菅ら（2022）が「家族のケアを行う子どもたちのなかには、自身をケアラーと認識しない場合も多い」と述べていることから考えると、その背景には、橋本（2020）が『見ない』『聞かない』『話さない』のは、相手の存在自体をあまり意識しないための方法である。自分の世界にとどまるための方法でもあり、『自分』と『他者』を明瞭にせず、

相手との葛藤を回避するための方法でもある」と指摘しているような心のあり様が存在していると考えられる。彼らはそうすることで、家庭の中で置かれている自身の状況について、深く考えずに済むようにし、不安や葛藤にさいなまれないようにすることで、かなり脆弱な方法ではあるが、一時的には、彼ら自身の心の安定を図っているのではないだろうか。また、家族との間には、青木(2022)の指摘するような「介護者と要介護者の共依存」という関係性が存在している場合もあり、そのような共依存関係においては、「ケアや育児をする人の承認欲求を満たしてくれるものはなく、対象の依存度が高いほど、ケアや育児をする人の承認欲求は満たされやすい」(青木,2022)。そして、ヤングケアラーは、「家族を思う気持ちや頑張っていることを評価してもらいたい気持ちなど、いろいろな思いが同時に存在する中で、目の前の介護を優先して自分のことを後回し」(青木,2022)にしてしまう。そのため、上記で見てきたように、彼らは、このような流れに身を置き、自身の存在レベルでの受容や見守りが得られないまま、家族に対する自己犠牲や献身というような関係性を積み重ね、日々を暮らしていると思われる。そして、家族との関係性においても、ヤングケアラーとして役割を担い続けることで、自身の思いや「心の傷つき」を感じないようにしたり、表現しないでいたりすることを無意識的に行い、「偽りの自己」(Winnicott,D.W.,1965)という心のあり様を身につけてしまっていると思われる。

このようなことから考えると、彼らと家族との間でどのような関係性やつながりが積み上げられてきたか、そして今どのような思春期を過ごしているかということが、彼らの現在のこのような心のあり様の形成に大きく影響をしているのではないだろうかと思われる。

## (2) 思春期におけるヤングケアラーの心のあり様へのアセスメント

次に、一般的な思春期の子ども心のあり様や成長とヤングケアラーの心のあり様との対比をしていながら見ていこうと思う。

梅村(2014)は思春期の子ども心のあり様について、「思春期を迎えた子どもは、依存と自立の混在のなかで、親との心理的距離を次第に広げていく」と述べている。村上(2022b)はヤングケアラーが提起している問題を貫いているテーマを「閉

塞のなかでの孤立とそこからの脱出」と捉え、「ヤングケアラーの困難の本質は、孤立にあるのではないか。家族とともにいるのであるが、ヤングケアラーの状況へと閉じ込められるなかで孤立している。家から出られなくなるような介護の状況も、行き場のない閉塞感も、孤立を生んでいる」と指摘している。そこで、ヤングケアラーである彼らが「孤立」から抜け出にくい構造に捕らわれ続けていることが、彼らにとってどういうことなのかということについて考えていくために、一般的な思春期の子ども心のあり様とヤングケアラーの心のあり様とを対比していきながら見ていこうと思う。

一般的な思春期の子ども心のあり様を通して、ヤングケアラーと保護者との関係を見てみると、その関係性と心の動きには、『親の心理的領域への留まり』と『親の心理的領域からのとび出し』を繰り返すことで、親との間に心理的な境界を築いていき、親とは違う一人の人格を持った人間になろうとする」(井上,2015)。しかし、今まで見てきたように、彼らと家族との関係において、思春期特有の心の動きや子どもから大人へという流れとなる心の変容への可能性を含む関係性が見られない。そして、ヤングケアラーと親との心的距離においても上記で見てきたように、さまざまな状況において、親と子という「境界」がないままの状態もしくは、境目がなくなっている状態にあると考えられる。さらに、彼らと家族の間に、青木(2022)が指摘している「介護者と要介護者の共依存」という関係性が織り込まれている場合には、思春期の自立という課題以前に、彼らの存在を大切にされる経験によって得られる自身の存在に関する「being」(Winnicott,D.W.,1965)に関わる問題がその根底にあるかどうかを考えていく必要が出てくる。これらのことから、彼らと保護者との間には、思春期の課題である「自立」という子どもの発達成長の流れが生じていないことが見て取れる。

このような流れは、村上(2022b)のいう「ヤングケアラーの状況へと閉じ込められるなかでの孤立」、「家から出られなくなるような介護の状況」、「行き場のない閉塞感」というヤングケアラーの置かれている状況と表裏をなしていると考えられる。そして、村上(2022b)がいうように、ヤングケアラーが家族間の「状況に巻き込まれることで、ヤングケアラーたちは言葉を失い、沈黙に陥る」こ

とと連動していることを考えると、ヤングケアラーの心のあり様や家族や家族以外の他者との関係性の間には、多層的で「閉鎖的な関係性」が何重にも強固に織り込まれていると考えられる。

### (3) 母親の「母性」や「母なるもの」という観点から見た母親の心の傷つきとその影響

最後に、ユング心理学における「母性」や「母なるもの」という観点を通して、ヤングケアラーの心のあり様や彼らの心の変容の可能性や方向性について考えていければと思う。

橋本(2020)は、「現代において『母親が一貫して彼女自身として存在し続けること』が希薄化」してきており、「一人の人として『二者関係』に算入できるだけの基盤が弱いまま成長していく子どもが増えるのではないか」と指摘している。このことは、井上(2021)が、「現代の母性のあり様が置かれている状況が、『もともと人間が持っている母性的な感性を、その器となる環境をベースに、家族や地域との関係性を通して後天的に学習していく中で、その力を培い、そして磨いていくことで、その力を発揮していくこと』に対して、とても困難な状況にある」と述べていることにもつながる。

ユング心理学では、「心理臨床実践において母子関係について考える際、個人における母子のつながりのみならず、集合的無意識に近い領域の『母なるもの』とのつながりについても見ていくこととなる。そのため、現実の母子関係の背後にある母親元型がうまく動き出し、『母なるもの』との結合もしくは再結合、そして母なるものの傷つきへの癒しへの布置がもたらされなければ、個人における母子関係の変容や癒しが生じて来ないとの考えを有している」(井上,2021)。そのため、母親が自身の子どものとの関係をつむいでいく際、河合(1976)が「肯定的な面については、生み育てるものであり、否定的には、呑み込み、しがみつきて、死に到らしめる面をもっている」と述べているような「母性」の機能において、どのような布置が生じてくるかということに関して、この家や母親自身が今まで「母性」や「母なるもの」にどうつながりを持ち、(実際の母子関係のみならず、他者との主観的な体験やイメージも含めて)抱えられてきたかが、大きく関わってくると思われる。

上記において、ヤングケアラーの家族関係における「親と子の役割逆転」や「共依存」について、少し触れてきたが、この事柄について考えて行く

際に、母親の「母性」や「母なるもの」という観点を通して考えると、「親と子の役割逆転」や「共依存」という現象の背後には、母性の否定的な側面が前面に出てきおり、母親の中で「母性」の肯定的な面が培われていない、もしくは、自身の主観的な体験として「母なるもの」とのつながりやそのようなものを自身の母子関係や生育歴の中で経験してきていないような布置が生じていると考えられる。そして、「母性」の肯定的な面について、母親自身が、そのような流れやつながりを経験するような布置を生きてきていないため、その感覚がわからず、彼女らの内にある「母性」の肯定的な機能そのものが発揮できていない、もしくは、発揮できない状況にあると考えられる。また、母親自身が自身の母子関係や生育歴の中「母性」や「母なるもの」とのつながりが持てなかったことから生じる彼女らの心の傷つきや子育てへの自信の持てなさから、無意識的にヤングケアラーである子どもたちに、ケアを担わせ、共依存という関係を積み重ね続けることで、自身の影を子どもたちに背負わせ、世代間伝達のようにその影が引き継がれていくこともある。そして、そもそも母子関係がうまくつながっていかないような布置が生じて来ているからこそ、この家に「親と子の役割が逆転する」ような関係性が生じ、閉塞的な関係性が醸成され続けるのではないだろうかと筆者は考える。

このような視点で見ていくとJung,C.G. (1950)のいう「個性化」の概念である「個人が外的には社会、内面的には集合的無意識に埋没していたのから解放されていくという過程」(河合,1998)という考え方を通して、母親の心のあり様を見ながら、母親とつながり、ヤングケアラーとの関係性をつむいでいくことはとても有用だと筆者は考える。特に個別のカウンセリングや教職員との連携において、母親が自身の心の傷つきなどから子どもに背負わせてしまっている影をどう自身で引き受けていくことができるのか、もしくは、彼女たちが影との関係を扱えないとしても、スクールカウンセラーや教職員が、彼女たちの影が有する課題をイメージしながら、内側から支えていくような関係性をどう作っていきけるかが、ヤングケアラーとその家族との関わりに求められる観点だと思われる。そのため、スクールカウンセラーが、長期的な視点を持ち、母親を中心とする家族やヤングケアラーに教職員との連携の中をベースに、個別

のカウンセリングを通して、彼女たちに関わっていきながら、ヤングケアラーである子どもたちにつながっていくことは思いのほか重要であると筆者は考えている。

## V. ヤングケアラーの心の深層における分離とつなぎ直し

上記Ⅳで、ヤングケアラーの心のあり様や母親の心のあり様、彼らの心の傷つきの布置について見てきた。そこで、これらのことを踏まえ、ヤングケアラーの家族との心の分離、そして、つなぎ直しについてのヤングケアラーの心の深層について考察をしていければと思う。

上記において、ヤングケアラーと母親との関係において、二者関係にも至らない関係が存在している場合があることについて見てきたが、このことについて心の深層の観点からもう少し触れていくことにする。

河合(1987)は、「二はそれまで未分化であった一とは異なり、そこに分離、対立、葛藤などが生じてくる」、「母というひとつの実態から子どもが生まれ、分離して二となる」と述べている。そして、河合(1977)は、「一が一であるかぎりわれわれは『数』ということ意識するはずがなく、何らかの意味で最初の全体的なものに分割が生じ、そこに対立、あるいは並置されている『二』の意識が生じてこそ、『一』の概念も生じてくると考えられる。『二』はこのように分割、対立を仮定するものであり、葛藤と結びつきやすい」ことも指摘している。また老松(2016)は、ユング心理学の体系において「葛藤のもとになる内的な対立し合うもの合一(全体性の実現)が最大の目標とされている」と述べていることから、河合(1987)がいうように、「母というひとつの実態から子どもが生まれ、分離して二となる」となるには、上記で述べてきたように、スクールカウンセラーがその背後にある子どもの負わされている「影」の問題に目を向けていきながら、家族にも関わり続けるという姿勢が必要になってくると考えられる。そのような関わりへの入り口として、まずは、スクールカウンセラーや教職員が、子どもたちの「心の傷つき」に思いを寄せながら、村上(2022a)が、述べている「『私サイド』に立ってコミットする支援者、複数の人によるサポート(ピアであり、支援者であり)、サポートの継続性」を通して、ヤングケアラー

が家族以外の他者との一体感のある二者関係の醸成をしていくことが求められるのではないだろうか。そして、その上で、その二者関係をベースとして他者と対話を積み重ねながら、ヤングケアラー自身が、老松(2016)がいうような「自分のなかの対立し合うものにどう向き合うか」という心の作業をあきらめずに取り組み続け、子どもたちの「心理の傷つき」と母親の「心の傷つき」とが多層的に重なりを持つところにまでに至ると、自身と家族との関係の中で布置している否定的な母性との間に、「何らかの形で分割、分離が生じて『二』が発生してこそ、『一』が意識される」(橋本,2020)ようになってくる。そして、この段階にまで心の作業が進むと、そのことがきっかけとなり、ヤングケアラー自身の心を培うような「母性」や「母なるもの」とのつなぎ直しが生じてくるのではないだろうかと筆者は思っている。

## VI. 本研究のまとめと今後の課題

上記Ⅴ.において、家族の中で流れ続けている「閉塞的な関係性」、言い換えれば、ウロボロスの「円環的な関係性」、否定的な「母性」の布置とその「母性」や「母なるもの」とのつなぎ直しについて述べてきた。そして、そのつなぎ直しが生じるには、まずは、「スクールカウンセラーは、ヤングケアラーの抱えている問題を心の内側のこととどう捉え、どう関わっていくことができるのか」ということを考え続けながら、教職員と共にヤングケアラーとつながりを醸成していき、そのつながりをベースにどう彼らと対話をしていけるかが重要になってくると考えられる。

「ヤングケアラー」の有する問題に関しては、近年少しずつ議論が始まっているが、実際にどのような支援を具体化していくかまでには、まだまだ議論が不十分であるように思われる。そのため、今後も筆者は、スクールカウンセラーが教職員と共に、学校生活という日常の中で、当たり前なことを当たり前にすることの意義を見出しつついきながら、目の前のヤングケアラーと関わり続けていくと同時に保護者と「here and now」の関係性をどう積み重ねていけるかを教職員と試行錯誤していければと思っている。また、複数の事例研究などを通して、知見を積み重ね、自身の個別のケースと教職員とのやり取りを通して、その知見や経験をさらに体験的な言葉として、共有していける

ように教職員と活発な議論をしていければとも思う。その議論の基盤として、筆者は、今後もヤングケアラーと関わっていく際に、スクールカウンセラーのひとつのあり様として、藤巻（2020）のいう「バラバラであるものをつなげ、塊になっているものを切り開き、物事が動き出す場を設えること、そして自らもその動きに身をゆだねる」という姿勢を重視し、本稿で述べてきたように、彼らには、どのような母子関係が背景にあるのか、また並行して、母親自身の「母性」や「母なるもの」とのつながりやその布置を読み取りながら彼らとの関わりの見通しを持つことができればと思う。そして、このようなユング心理学の観点を通して、ケースの個別性を重視しながらイメージを思い描き、しっかりと彼らの有する「心の傷つき」や影にコミットしていく経験を積み重ねていきたいと考えている。その上で、ヤングケアラーや保護者に対しての心理臨床実践や教職員への援助やその枠組み作りや支援体制をどのように構築していくかについて考えを深めていくことを今後の課題としたい。

## Ⅶ. 参考文献

- 赤瀬川修. (2022). 本邦におけるヤングケアラー施策の課題—精神疾患の親をもつ子どもおよび就学前の子どもに着目して,安田女子大学紀要50,83-92.
- 青木由美恵. (2022). ヤングケアラーと家族支援, 精神医学64(4), 455-462.
- 青山京子. (2021). 日本におけるヤングケアラー研究動向と支援,修文大学紀要13,19-25.
- Backer, S. (2000). 'Young carers'.InM.Davies (Ed). the Blackwell encyclopedia of social work. Oxford:Blackwell.
- 藤巻るり. (2020). 終章セラピストの当事者性—プロセスへのコミットメント,山王教育研究所編,セラピストの主体性のコミットメント: 心理臨床の基底部で動くもの,創元社,183-200.
- 濱島淑恵. (2021). 子ども介護者 ヤングケアラーの現実と社会の壁,KADOKAWA.
- 橋本尚子. (2020). 心理療法と現代の意識:「非二」という視点からの考察,創元社.
- 井口菊代. (2021). ヤングケアラーの「希望」に向け支援する「精神科看護」編集委員:ヤングケアラー:精神疾患をもつ親とその子ども,すべてを包み込む支援,精神科看護出版,27-31.
- 井上裕樹. (2015). 不登校に表現された心の「揺れ」について—震災体験を背景に持つ児童の事例を通して—,京都橋大学心理臨床センター心理相談研究創刊号,53-61.
- 井上裕樹. (2021). 心理臨床実践における「母なるもの」イメージの研究の概観,立命館大学心理・教育相談センター年報19,3-14.
- 一般社団法人日本ケアラー連盟「ヤングケアラープロジェクト」<https://youngcarerjp.jimdofree.com> (2022年8月5日アクセス)
- Jung, C. G. (1950). Zur Empiriedes individuationsprozesses, GW9-1, Wakter-Verlag,林道義訳. (1991). 個性化とマンダラ,みすず書房.
- 神田橋條治著・かしまえりこ編著. (2021). スクールカウンセラーへの助言100,創元社.
- 河合隼雄. (1976). 母性社会日本の病理,中央公論新社.
- 河合隼雄. (1977). 昔話の深層,福音館書店.
- 河合隼雄. (1987). 影の現象学,講談社学術出版.
- 河合俊雄. (1998). ユング—魂の現実性,講談社.
- 河本秀樹. (2020). 日本のヤングケアラー研究の動向と到達点,敬心・研究ジャーナル4(1), 45-53.
- 厚生労働省・文部科学省:ヤングケアラーの支援に向けた福祉・介護・医療・教育の連携プロジェクトチーム報告. (2021). <https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/young-carer-pt.html> (2022年8月5日にアクセス)
- 小菅真生・庄司一子. (2022). ヤングケアラーのケアの実態と学校に求められる支援—当事者へのインタビュー調査を通して—, 共生教育学研究 9,103-114.
- 申崎幸代. (2021). ケアラーの心理的傷つきに関する試論,千里金蘭大学紀要18,61-65.
- 三菱UFJリサーチ&コンサルティング. (2021). ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書, 1-93.
- 村上靖彦. (2022a). 支援者の孤立をほどく—ヤングケアラーの事例から—, 大石智編, こころの科学 222号/2022年3月号【特別企画】誰かをケアする人のケア, 日本評論社, 12-18.
- 村上靖彦. (2022b). 「ヤングケアラー」とは誰か 家族を“気づかう”子どもたちの孤立, 朝日新聞出版.
- 老松克博. (2016). 身体系個性化の深層心理学:あるアスリートのプロセスと対座する, 遠見書房.
- 奥山滋樹. (2020). ヤングケアラーにおける介護

負担感に対する影響要因の検討－家族の関係性、  
介護・ケアによる心理的体験の側面から－, 家族  
心理学研究33(2), 73-85.

佐藤みのり. (2019). うつ病の親を持つ子どもがヤ  
ングケアラー化し精神疾患を発症する場合, 心理  
臨床学研究36(6), 646-656.

澁谷智子. (2022). ヤングケアラーってなんだろう,  
筑摩書房.

Winnicott, D.W. (1965). The Maturation Process  
and the Facilitating Environment., The Hogarth  
Press Ltd. 牛島定信訳 (1977) : 情緒発達の精神  
分析理論. 岩崎学術出版社.

山口素子. (2022). 親面接の実践：子と親を共に支  
える心理療法, 創元社.

有限責任監査法人トーマツリ. (2022). 多機関・多  
職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル  
～ケアを担う子どもを地域で支えるために, 1-82.