

## 【論文】

# 家族レジリエンスを高めるコミュニケーションに関する検討

## —青年期の子の視点から—

吉谷地 康平(医療法人明理会西仙台病院)

奥野 雅子 (岩手大学人文社会科学部)

### 1. 問題と目的

中高年期の夫婦が子の巣立ちに伴い鬱に陥る、空の巣症候群という言葉が我々は、テレビや雑誌等のメディアで目にすることがある。子の変化に合わせて、家族はお互いの関係を見つめなおし、関係性を再調整していくことが求められる。ただ、時には、その関係性の調整が上手くいかず、家族内にコミュニケーションの悪循環が生起する場合がある。そしてその悪循環は、様々な形で家族内に問題として表出してくる。「空の巣症候群」も、そんな家族の中で起きてしまったコミュニケーションの悪循環の結果といえるかもしれない。一方、子が巣立ったとしても家族としての関係性を維持している夫婦も、もちろん存在する。

そこで本研究は、家族が危機に陥った際の危機からの可塑性である「家族レジリエンス」に着目する。本研究では、「子の巣立ち後も良好な関係を維持している家族は家族レジリエンスが高い」と仮定し、どのようなコミュニケーションのあり方が、子の巣立ち後も家族関係を良好に維持できるのかについて検討する。

本研究で着目する「家族レジリエンス」は、Walsh(1996)によって「危機的状況を通して家族が家族として回復する可塑性のこと」と定義されている。家族レジリエンスの考え方は、家族システム理論を基盤としている。家族療法では、個々の家族システムに内在する家族レジリエンスが機能するように、セラピストが家族システムに働きかけることが有用であるとされている。つまり、「空の巣症候群」が見受けられる家族は、「家族レジリエンス」が低下している状態であり、その家族システムに介入して家族レジリエンスに働きかけることで、問題状況を改善することができると考えられる。日本では、摂津ら(2006)や大山・野末(2013)によって、家族レジリエンスを測定する家族レジリエンス尺度(Family Resilience Scale, 以下 FRS)が提示されている。FRS は「結びつき」、「家族の力への信頼」、「個と関係性のバランス」、「スピリチュアリティ」、「社会的経済的資源」の5つの下位尺度を有し全30項目で構成されている。

これまで、「空の巣症候群」に対して心理学領域では主に夫婦関係に焦点を当てて議論がなされてきた。家族ライフサイクル理論(岡堂,1999)では、「空の巣症候群」が起こりうる家族は第5段階に位置する(表1参照)。これによると、第5段階は第1子が家を出て社会的に自立した時から、末っ子が巣立つまでの時期であり、主要課題としては、親子の絆を断つことなく、親と子が分離することが挙げられている。双方が物理的に離れて生活するようになったとしても、それぞれの生活や仕事を十分に自立的に遂行できる能力がなければならない。典型的な問題としては、成人した子どもが家庭からの自立に失敗したり、子

どもの自立に伴い夫婦関係に悪循環が生じたりする例が挙げられている。子の巣立ちに際し、母親が鬱症状に陥る「空の巣症候群」は、この典型的な問題を表出しているといえる。

**表 1. 家族ライフサイクル理論(岡堂(1999)を基に作成)**

発達段階	発達課題	典型的な問題
第 1 段階 (新婚期)	カップルとして十分に機能するためのルールとパターンを築く事。	婚前に未解決だった問題を、新婚生活に持ち込むこと
第 2 段階 (出産・育児期)	夫婦それぞれが父母としての役割へ関係性や行動を変えていく事。	夫婦の関わり方の減少やずれ違い
第 3 段階 (子どもが学童期の時期)	・子の自立性と家族への所属感を養う事 ・子への期待のバランスを保つ事	・末っ子の小学校入学に際し、母親が孤独感を訴える事。 ・子どもの不登校等。
第 4 段階 (子どもが 10 代の時期)	親子関係を自立と責任と制御の面で、基本的な信頼関係を損なわず再規定する事	子どもの反抗期に関する問題
第 5 段階 (子どもが巣立つ時期)	親子の絆を断つことなく、親と子が分離する事	・子どもの自立の失敗 ・子どもの自立に伴った夫婦仲の悪化
第 6 段階 (加齢と配偶者の死の時期)	これまで築き上げた信頼関係を損なうことなく、喪失経験を受容する事	喪失体験に伴う鬱状態

家族ライフサイクルにおける中高年期の夫婦は、妻が家族に対して情緒的機能を求める傾向になり(森岡,1993)、夫から妻への「情緒的関わり」が、「空の巣症候群」症状の妻の寂しさを低減することが報告されている(藤松ら,2002)。これまでの研究では、空の巣症状を呈した妻に対して、夫の行動変容の必要性を提言することに帰結したものが多くみられる。しかし、家族システム理論の観点から、家族はひとつのシステムと捉えられ、親子間のコミュニケーションの相互作用も中年期の夫婦関係の葛藤に影響を与えていると考えられる。また、子どもが青年期に生じた親子間の葛藤は、その後の子どもの心理社会的な適応に影響することから(Overbeek et al.,2007)、中年期の夫婦関係の問題は子どもに及ぼす影響も予想される。よって、親子や夫婦(両親)の問題を、子どもの視点から捉えるといった視点も必要であるといえる。たとえば、親子の分離がなされる時期に生起する親子間の葛藤の内容として、親から分離できず心理的離乳がなされない青年と親、という図式が想起されやすいが、金子(1989)によると、母親との情緒的つながりが弱い女子生徒は不適応傾向になることが報告されている。また、宮下・渡辺(1992)によると、大学生への調査を通して、子どもが男性の場合は父親との受容的な関係が自我同一性の発達に影響を与えていることが示されている。このように、青年が家庭から巣立つ際は、単なる心理的離乳だけではなく、良好な関係を両親と保ちつつ、親子が分離していくことが、後の青年の発達にも、家族の発達にも望ましいと考えられる。

以上より、中年期の夫婦と青年期の子どもによって構成される家族が直面する家族システムの変化と、それに伴って生じうる問題について示されてきた。特に、「空の巣症状」に関しては、心理学の領域で様々な側面からアプローチがなされてきた。しかし、多くの研究が夫の行動変容についての提言に帰結しているのが現状である。そのため、家族をシステムとして捉え、「空の巣症状」を夫婦の問題としてだけでなく、家族間のコミュニケーションによる問題として捉える視点が必要である。さらに、家族を対象としたレジリエンス

を取り上げて行った検討は十分とはいえず(大山・野末,2013)、家族レジリエンスという視点で家族の巣立ちにおける構造的変化を捉えた研究は少ない。

そこで本研究では、中年期の親と青年期の子どもを有する家族(核家族)に着目する。家族システム理論から考えれば、夫婦間、父子間や母子間など、システム内の関係性が変化すれば、家族システム全体が変わることになる。つまり、「空の巣症状」が表出している家族の家族レジリエンスは低い状態であり、そこで家族内におけるコミュニケーションを変化させ、悪循環を断つことができれば家族レジリエンスが高まり、「空の巣症状」にも介入できると推測される。また、親子間で現状についてのコミュニケーションが子の巣立ち後の良好な親子関係を構築するという知見(吉谷地・奥野,2018)を踏まえ、家族内コミュニケーションを通して、子どもの巣立ちという変化に対応することができるのではないかと予想される。つまり、家族レジリエンスが高い状態へ移行するために、どのように親子がコミュニケーションを行っていくかについて、それらのコミュニケーションの特徴を子どもの視点から検討することを目的とする。

## **Ⅱ. 方法**

### **1. 調査対象者**

実家を出てから2年以上経過し、現在両親が二人で暮らしている青年103名(有効回答者数85名(男性48名、女性37名)、 $M=23.51$ 、 $SD=2.47$ )。なお、調査対象者が実家を出てからの期間を「2年」と限定した理由は、両親との同居時と独立後は全く違う家族システムであることを想定しているためである。よって、2年という期間をもって両親との同居時とは異なる、新たな家族システム内のコミュニケーションのあり方を検討することを意図している。

### **2. 調査時期**

2018年12月～2019年1月。

### **4. 手続き**

まず、リアルタイム評価支援システム(以下 REAS)を用いて、WEB 上にて回答を集めた。基本的に REAS を用いて回答を依頼したが、媒体(使用している PC や携帯電話の非対応)により回答が難しい場合は、紙媒体で同じ構成である質問紙への回答を求めた。なお、今回の調査対象者は機縁法により依頼した。

### **5. 質問紙の構成**

#### **(1)フェイスシート**

回答者の性別、年齢について尋ねた。

#### **(2)父子間コミュニケーションについての質問項目**

吉谷地・奥野(2017; 2018)で得られたデータを基に、子が家を出て2年経過した後の、父子間にみられるコミュニケーションについて作成した質問項目である。加えて、長谷川(2005)のコミュニケーション理論を基に、父子間でこういった話題についてコミュニケーションがなされているか、という内容的側面、コミュニケーションを行う際どのように関わるか、というマネジメント的側面とに分け、各30項目を「1.当てはまる」から「5.当てはまらない」の5件法で回答を求めた。

#### **(3)母子間コミュニケーションについての質問項目**

(2)と同様に、吉谷地・奥野(2017; 2018)のデータを基に、子が家を出て2年経過した後の、母子間にみられるコミュニケーションについて作成した質問項目である。これらの質問項目も母子間のコミュニケーションを内容的側面とマネジメント的側面に分け、作成した。なお、質問項目は内容的側面が32項目、マネジメント的側面が29項目であった。回答は、「1.当てはまる」から「5.当てはまらない」の5件法である。

#### (4)家族レジリエンス尺度(大山・野末,2013)

家族に内在する力である家族レジリエンスを測る尺度である。全5因子であったが第4因子「スピリチュアリティ」、第5因子「社会的経済資源」の因子に含まれる項目を検討したところ、項目数の少なさを考慮し質問項目から除外した。そのため、第1因子「結びつき」、第2因子「家族の力への信頼」、第3因子「個と関係性のバランス」の全25項目で構成され、「1.あてはまる」から「5.当てはまらない」の5件法で回答を求めた。

### 6.分析

子どもから見た父子間コミュニケーションの内容的側面についての質問項目とマネジメント的側面についての質問項目、母子間におけるコミュニケーションの内容的側面についての質問項目とマネジメント的側面についての質問項目について因子分析を行い、因子を抽出した。

その後、子どもから見た父子・母子におけるコミュニケーションの内容的側面、マネジメント的側面を説明変数、家族レジリエンス尺度を目的変数としたステップワイズ法による重回帰分析を行った。

## Ⅲ. 結果

### 1. コミュニケーション因子の抽出

#### (1)父子間コミュニケーションの内容的側面についての因子分析結果

因子分析結果を表2に示す。

表2. 父子間コミュニケーションの内容的側面の因子分析(最尤法・プロマックス回転)

項目内容	I	II	III
<b>楽しい話題 <math>\alpha=.897</math></b>			
35 自分が最近楽しかったエピソードを父と話す。	1.06	-0.009	-0.163
37 父が最近楽しかったエピソードを父と話す。	0.664	0.01	0.13
51 最近自分が上手くいったことについて父と話す。	0.659	0.276	-0.04
15 自分の友人について父と話す。	0.632	-0.042	0.125
39 家族の思い出話を父と話す。	0.578	-0.053	0.257
49 父に感謝を伝える。	0.509	0.133	0.114
9 自分の趣味について父と話す。	0.463	0.187	-0.002
<b>子が抱く不安 <math>\alpha=.857</math></b>			
27 今不安に思っていることについて父と話す。	0.003	0.916	-0.083
53 最近自分が上手くいかなかったことについて父と話す。	-0.032	0.771	0.105
29 自分が何か変わったことについて父と話す。	0.104	0.634	-0.047
3 自分の愚痴を父に話す。	0.186	0.559	0.079
<b>家族の関係への言及 <math>\alpha=.843</math></b>			
33 自分が気付いた母の行動の変化について父と話す。	0.045	-0.114	0.84
23 父と母の関係について父と話す。	-0.052	0.096	0.756
31 自分が気付いた父の行動の変化について父と話す。	0.189	-0.115	0.658
25 自分と母の関係について父と話す。	-0.083	0.263	0.65
因子間相関	I	II	III
I		0.703	0.637
II			0.591
III			

第1因子は7項目で構成されており、「楽しい話題」と命名した。第2因子は4項目で構成されており、「子が抱く不安」と命名した。第3因子は4項目で構成されており、「家族の関係への言及」と命名した。クロンバックの $\alpha$ 係数はそれぞれ、 $\alpha=.897$ 、 $.857$ 、 $.843$ であった。

## (2)父子間コミュニケーションのマネジメント的側面についての因子分析結果

因子分析結果を表3に示す。

表3. 父子間コミュニケーションのマネジメント的側面の因子分析

(最尤法・プロマックス回転)

項目内容	I	II	III	IV
<b>父への気兼ねなさ <math>\alpha=.813</math></b>				
10 自分から父にライン、メールを送る	0.922	-0.083	0.015	0.015
20 自分に何かあったら父にすぐ伝える。	0.669	0.088	0.041	-0.041
12 自分から父に電話する。	0.655	0.054	0.097	-0.182
18 自分に何かあったら、後で落ち着いてから父に伝える。	0.609	-0.121	0.07	0.068
2 父に贈り物(誕生日、お土産等)をする。	0.482	0.262	-0.084	0.103
<b>父との対面 <math>\alpha=.667</math></b>				
54 父と他愛もない話をする際は1対1で話す(対面、文面含む)。	-0.145	0.968	0.11	-0.054
48 父と他愛もない話をする時は直接(電話含む)話す。	0.089	0.504	-0.143	-0.047
52 大事な話をする際は父と1対1で話し合う(対面、文面含む)。	0.046	0.492	0.075	-0.053
<b>父への応答の遅延 <math>\alpha=.670</math></b>				
30 父からのライン、メールには時間を置いて返事をする。	0.013	0.171	0.717	0.212
28 父からの電話には時間を置いて返事をする。	0.118	-0.061	0.712	-0.016
24 父からの電話には必ず出る。	0.293	0.249	-0.37	0.217
<b>父への線引き <math>\alpha=.574</math></b>				
38 父と話す際は一歩引いて話す。	-0.045	-0.004	0.009	0.717
34 父の顔色を窺って話すことがある。	0.188	-0.08	0.142	0.492
58 父には必要なことだけ伝える。	-0.229	-0.082	-0.008	0.484
因子間相関	I	II	III	IV
I		0.555	0.03	-0.173
II			0.112	0.001
III				0.218
IV				

第1因子は5項目で構成され、「父への気兼ねなさ」と命名した。第2因子は3項目で構成され、「父との対面」と命名した。第3因子は3項目で構成され、「父への応答の遅延」と命名した。第4因子は3項目で構成され、「父への線引き」と命名した。クロンバックの $\alpha$ 係数はそれぞれ、 $\alpha=.813$ 、 $.667$ 、 $.670$ 、 $.574$ であった。

## (3)母子間コミュニケーションの内容的側面についての因子分析

因子分析結果を表4に示す。

表 4. 母子間コミュニケーションの内容的側面の因子分析

(最尤法・プロマックス回転)

項目内容	I	II	III
<b>今の気持ち <math>\alpha=.919</math></b>			
37 自分が最近楽しかったエピソードを母と話す。	0.905	0.087	-0.046
56 母の誕生日におめでとくと伝える。	0.823	-0.173	0.059
54 最近自分が上手いかなかったことについて母と話す。	0.777	0.093	-0.093
52 最近自分が上手いことについて母と話す。	0.75	-0.14	0.194
27 今不安に思っていることについて母と話す。	0.721	0.16	0.008
29 自分が何か変わったことについて母と話す。	0.595	0.195	0.045
48 自分がその日何をしていたか母と話す。	0.573	0.012	0.113
<b>父の話題 <math>\alpha=.762</math></b>			
35 自分が気付いた父の行動の変化について母と話す。	0.069	0.805	-0.181
33 母が気付いた父の行動の変化について母と話す。	-0.102	0.721	0.222
59 父の失敗談について母と話す。	0.015	0.567	-0.014
5 父の仕事について母と話す。	-0.044	0.525	0.192
<b>両親のブーム <math>\alpha=.842</math></b>			
11 父の趣味について母と話す。	0.007	-0.019	0.748
20 母が今後したいことについて母と話す。	0.148	0.047	0.686
13 母の趣味について母と話す。	0.227	0.033	0.665
因子間相関	I	II	III
I		0.652	0.744
II			0.634
III			

第 1 因子は 7 項目で構成され、「今の気持ち」と命名した。第 2 因子は 4 項目で構成され、「父の話題」と命名した。第 3 因子は 3 項目で構成され、「両親のブーム」と命名した。クロンバックの  $\alpha$  係数はそれぞれ、 $\alpha=.919$ 、 $.762$ 、 $.842$  であった。

## (4) 母子間コミュニケーションのマネジメント的側面についての因子分析

因子分析結果を表 5 に示す。

表 5. 母子間コミュニケーションのマネジメント的側面の因子分析

(最尤法・プロマックス回転)

項目内容	I	II	III
<b>母との対面 <math>\alpha=.779</math></b>			
51 母と他愛もない話をする際は 1 対 1 で話す(対面、文面含む)。	0.915	0.136	-0.063
49 大事な話をする際は母と 1 対 1 で話し合う(対面、文面含む)。	0.65	0.069	-0.159
57 母には感情や気持ちを直接伝える。	0.607	-0.111	0.227
45 母と他愛もない話をする時は直接(電話含む)話す。	0.466	-0.04	0.283
<b>母への応答の遅延 <math>\alpha=.720</math></b>			
26 母からの電話には時間を置いて返事をする。	-0.06	0.863	0.223
28 母からのライン、メールには時間を置いて返事をする。	0.273	0.805	-0.04
24 母からのライン、メールにはすぐ返事をする。	0.226	-0.496	0.264
<b>関わりの緩急 <math>\alpha=.757</math></b>			
61 母と会話をしている時、父を会話に巻き込む。	-0.22	0.125	0.948
38 母にライン、メールを送る際絵文字を使う。	0.201	0.062	0.416
19 自分に何かあったら母にすぐ伝える。	0.289	-0.05	0.394
因子間相関	I	II	III
I		-0.045	0.578
II			-0.109
III			

第1因子は4項目で構成され、「母との対面」と命名した。第2因子は3項目で構成され、「母への応答の遅延」と命名した。第3因子は3項目で構成され、「関わりの緩急」と命名した。クロンバックの  $\alpha$  係数はそれぞれ、 $\alpha=.779$ 、 $.720$ 、 $.757$  であった。

## 2. 父子・母子間のコミュニケーションが家族レジリエンスに与える影響

### (1) コミュニケーションの内容的側面が家族レジリエンスに与える影響

目的変数を家族レジリエンス尺度、父子・母子間におけるコミュニケーションの内容的側面を説明変数としてステップワイズ法により重回帰分析を行った。その結果を図1に示す。

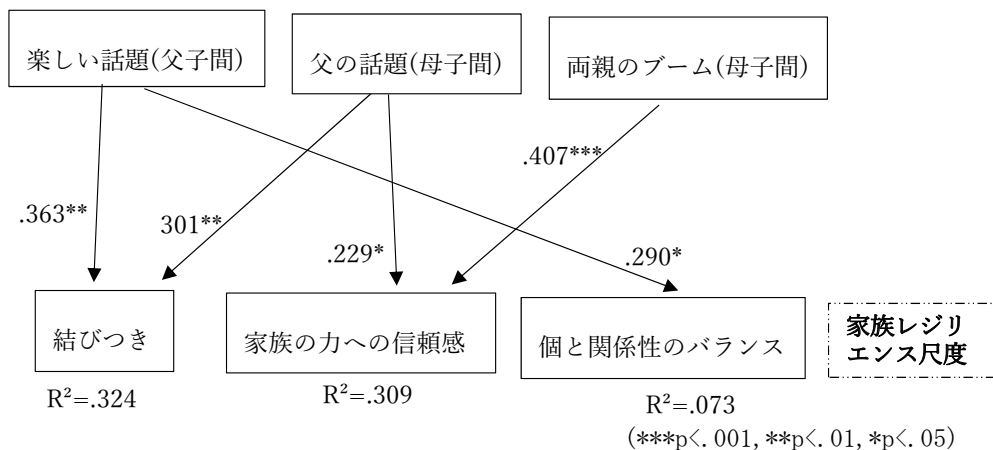


図1. コミュニケーションの内容的側面が家族レジリエンスに与える影響

### (2) コミュニケーションのマネジメント的側面が家族レジリエンスに与える影響

目的変数を家族レジリエンス尺度、父子・母子間におけるコミュニケーションのマネジメント的側面を説明変数としてステップワイズ法により重回帰分析を行った。その結果を図2に示す。

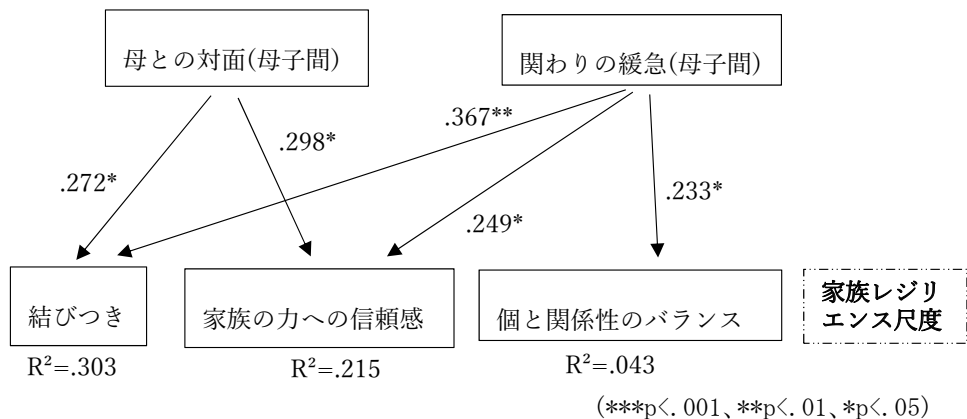


図2. コミュニケーションのマネジメント的側面が家族レジリエンスに与える影響



## IV.考察

### (1)父子間コミュニケーションについて

因子分析の結果より、父子間コミュニケーションの内容的側面として抽出された因子は、「楽しい話題」「子が抱く不安」「家族の関係への言及」の3因子であった。よって、父親と子どもの間で話される内容は、第一に「楽しい話題」であり、子どもが最近楽しかったエピソードを父親と話していることが示唆された。つまり、青年期の子どもと父親は対等な関係に近づき、会話を楽しんでいることが考えられる。それは、子どもが実家を出て一人で暮らすようになったことにより適度な心理的距離が生まれ、父親と子どもがよりフランクに接することができるようになったことが推察される。一方、「子が抱く不安」も父親に話していることが示されている。青年期の子どもは、楽しい話題だけではなく、現在直面している不安についても父親と話していることになる。実家を離れた子どもと連絡を取って日常的な会話をするのは父親より母親が多く、父親はどちらかというと、現実的に問題になっていることを話す傾向にあることが推察される。さらに、子どもが父親に「家族の関係への言及」を行っている。これは、子どもが気づいた母親の行動の変化を話すなど、自分たちの家族関係を話題にしていることが示されている。実家を出た子どもは父親より母親とコミュニケーションする機会が多いため、そこで気づいた変化をたまに会った父親に話しているのではないかと推察される。寺田(2006)によると、中高年期の夫婦はお互いが変化していることを理解することが難しくなることを指摘しているが、父親が子どもとの会話を通して妻や家族についての情報共有を行うことで、家族の変化を理解していくことが促進されると考えられる。

一方、父子間コミュニケーションのマネジメント的側面として抽出された因子は、「父への気兼ねなさ」「父との対面」「父への応答の遅延」「父への線引き」の4因子であった。「父への気兼ねなさ」は、子どもが自分から父親に伝える姿勢が示されたことより、青年期になって父親に心理的に接近することが示唆されたといえる。実家を離れて暮らすことで、父に相談し意見を求めるような関わりあることが推察される。「父との対面」は、他の家族メンバーがいる中で父親と関わるというよりも、1対1で個別的な関わりを行っていることが示された。つまり、青年期の子どもは父親と能動的に関わるようになることが考えられる。また、「父への応答への遅延」は、父親からのライン、メール、電話に時間をおいて反応することが示されている。生活リズムの違いもあることも予想されるが、青年期の子どもは父親との対応を即時的なものとして捉えていないことが推察される。さらに、「父への線引き」は、父親の顔をうかがうなど、父親と心理的距離を取るような関わりが示されている。これは、青年期の子どもにとって日本の家族に未だ存在する根強い父権的な父親イメージがあり、一線を引いていることが考えられる。

### (2)母子間コミュニケーションについて

因子分析の結果より、母子間コミュニケーションの内容的側面として抽出された因子は、「今の気持ち」「父の話題」「両親のブーム」の3因子であった。よって、母親と子どもの間で話される内容は、第一に子どもの「今の気持ち」であり、最近楽しかったことや不安に思っていることなど、子ども自身が感じていることを話していることが示された。このことから、青年期の子どもは実家を出たとしても、母親とは日常的な出来事を共有してい



ることが考えられる。よって、母親も子どもの現状を把握していることが予想される。「父の話題」を子どもが話すことは、子どもが気付いた父の行動の変化など、父親について母親と情報共有していることがうかがわれる。父子間では、母親についてというよりも、家族全体について話される傾向があったため、母子間と父子間では会話内容が異なることが考えられる。母子間で父親の話をする事で、青年期の子どもが父親との心理的距離を近くする可能性も予想できる。また、母子間で「両親のブーム」を話すことは、両親の趣味など現在両親が興味を持っていることについて話題にすることが示された。このような会話を通して子どもは両親についての情報を知り、年を重ねていく両親の今後のことを考えるきっかけになるかもしれない。

一方、母子間コミュニケーションのマネジメント的側面として抽出された因子は、「母との対面」「母への応答の遅延」「関わりの緩急」の3因子であった。「母との対面」では、子どもが母と1対1で話すことが示されている。実家を出た青年期の子どもにとって、母子間、父子間の両方の関係性において、親への積極的な関わり方がみられるようになることが示唆された。また、「母への応答の遅延」では、母からの連絡に時間をおいて反応するなど、即時的な関わりを回避し距離を取るようなコミュニケーションがうかがえた。これは、父子間でも同様な関わりがあったため、青年期の子どもの特徴であると考えられる。さらに、「関わりの緩急」では、子どもが自分に何かあったら母にすぐに伝えて心理的距離を近くしたり、逆に、母との会話中に父を巻き込むなどして、母子間の距離を調節しようとしていることが考えられる。このことから、青年期の子どもにとって母子間の関わりが揺れ動く時期であるとも推察される。

### **(3)離れて暮らす親子間コミュニケーションが家族レジリエンスに与える影響**

重回帰分析の結果より、家族レジリエンスを高める会話内容としては、父子間では楽しい話題を取り上げ、母子間では、父の話題や両親のブームを話すことが示唆された。また、家族レジリエンスを高めるコミュニケーションのマネジメント的側面は、母子の関係を個別的に構築する中で、関わりの緩急をつけることであると示された。

母子間におけるマネジメント的コミュニケーションである「関わりの緩急」と「母との対面」が、家族レジリエンスの「結びつき」や「家族の力への信頼」を促進させ、母子間のコミュニケーションの内容的側面である「両親のブーム」と「父の話題」が「家族の力への信頼」を促進することが示唆された。つまり、青年期の子どもと母親は、父親について話題にすることが家族レジリエンスを高めることになる。この結果は、母親による子への父親の普段の様子と言及が、家族機能を促進することを示した Hagidai, Okuno & Wakashima (2018)の知見と一致することが考えられる。さらに、「父の話題」は「結びつき」に、「関わりの緩急」は「個と関係性のバランス」に正の寄与を示していた。子どもが実家を出てから関わるのは母親が多くなるため、母子間の関わりが家族レジリエンスに影響することが示唆されたといえる。つまり、実家を出てからの子どもと家族をつなぐ架け橋的な役割を母親が担っていることが考えられる。そこで、父親も含めた家族の話題を話すことで、子どもも両親の状況を理解するようになり、家族の「結びつき」や「家族の力への信頼」が促進されると推察される。特に、「関わりの緩急」は、家族レジリエンスの下位尺度全てに正の影響を与えており、母子間のコミュニケーションにおいて状況に応じて

母との距離を調節しようとする試みが、家族レジリエンスを高めることに効果的であると考えられる。また、父子間コミュニケーションの内容的側面である「楽しい話題」は父子間コミュニケーションが家族レジリエンスに影響を与える唯一の因子であり、「結びつき」と「個と関係性のバランス」に正の寄与を与えていた。このことから、父子間のコミュニケーションにおいて、互いが楽しめる話題を取り上げることで父親との心理的距離を近くなるような関係性の変化が、家族関係にポジティブな影響を及ぼすことが推察される。

#### (4)臨床への示唆と今後の課題

本研究の結果から、子どもの巣立ち後も家族レジリエンスが高い家族では、母親と個別적인関わりを持ち、情報の伝え方に変化をつけ、両親の現在について話すことが有効であると示唆された。特に、母親とのコミュニケーションを行う際、母へ親しみやすさを伝えるだけではなく、父親も巻き込むといったように、子どもから家族全体のバランスをとる伝え方が家族レジリエンスに影響していることが示されている。

実家を出た子どもが、仮に、空の巣症候群のような親の症状を見出し、親との距離をどのように調整すべきかについて苦悩した際は、適度な距離を取りつつも、緩急をつけた関わりを行うことが家族の変化を促進できるといえる。このことは、子どもが実家を出ることで親が寂しくなり、子どもに近づいて子どもが引いてしまう、さらに、子どもが引くことで親が近寄るといった、「子が引く、親が寄る」を繰り返す悪循環を予防することにつながる。子どもは時に心理的に親に寄っていくことも、家族関係の新たな変化を促進しうると考えられる。

本研究は、実家を出てから2年以上経過し、現在両親が2人で暮らしている青年期の子どもを対象としたが、核家族あるいは多世代家族、兄弟の人数などの家族構成なども考慮に入れて今後の研究を行う必要がある。また、両親が共働きか否かといった家族状況によっても、子どもの巣立ちをどのように捉えるかが異なる可能性がある。さらに、本研究の知見を、子どもの巣立ちに伴う家族支援に活かした事例研究の累積も求められる。

#### 【引用文献】

- 得津慎子・日下菜穂子（2006）．家族レジリエンス尺度作成による家族レジリエンス概念の臨床的導入のための検討 家族心理学研究, 20(2), 99-108.
- 藤松裕子・野島一彦（2002）．母親による子どもの自立の受容に関する研究:父親の家族との関わり方をめぐって 九州大学心理学研究, 3, 59-68.
- Hagidai, M., Okuno, M. & Wakashka, K. (2018). The Effect of way of mother's communication with father's image to their children on father's image and family function. *International Journal of Brief Therapy and Family Science*, 8, 70-86.
- 金子俊子（1989）．青年期女子の親子・友人関係における心理的距離の研究 青年心理学研究, 3, 10-19
- 長谷川啓三（2005）．ソリューションバンクーブリーフセラピーの哲学と新展開— 金子書房 pp.36-54.
- 宮下一博・渡辺朝美（1992）．青年期における自我同一性と友人関係 千葉大学教育学部研究紀要, 40, 107-111.

- 森岡清美 (1993). 現代家族変動論 ミネルヴァ書房
- 大山寧寧・野末武義 (2013). 家族レジリンス測定尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 家族心理学研究, 27(1), 57-70
- 岡堂哲雄 (1999). 家族心理学入門 培風館
- Overbeek, G., Stattin, H., Vermulst, A., Ha, T. & Engels, R.C. (2007). Parent-child relationships, partner relationships, and emotional adjustment: A birth-to-maturity prospective study. *Developmental psychology*, 43, 429-437.
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience. *Family Process*, 35, 261-281.
- Watzlawick, P., Bavelas, B. J. & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes*. New York : W.W.Norton & Company. (山本和郎(監訳)(1998). 人間コミュニケーションの語用論 ―相互作用パターン、病理とパラドックスの研究― 二瓶社)
- 吉谷地康平・奥野雅子 (2017). ミドル・エイジ期の家族関係再構築プロセス―夫婦に焦点を当てて― 東北心理学会第 71 回大会, 東北心理学研究, 67, p5.
- 吉谷地康平・奥野雅子 (2018). 子どもの巣立ちに伴う家族関係再構築プロセス―青年期の子どもに焦点を当てて― 日本家族心理学会第 35 回大会発表論文集, 64-65.