

## 【論文】

# 強い父親を構成するためのユーモア使用に関する理論的研究 —家族療法的観点から—

二本松 直人(東北大学大学院)  
吉谷地 康平(岩手大学大学院)  
萩臺 美紀(東北大学大学院)  
奥野 雅子(岩手大学人文社会科学部)

## I はじめに

本稿では、家族が用いるユーモアに着目する。特に、父親が家族の中でどのようにユーモアを用いていけば、家族がより幸せになっていけるのかについての論考である。近年より、家族の中で父親が弱くなったということが問題視されている。そういった経緯から家族の問題が生起していることも指摘されている。そこで、本稿では、父親がユーモアを用いることで強い父親として構成されていくことについて、家族療法の視点から考察を加え、理論的に検討を行うことを目的とする。

## II 父親をめぐるコミュニケーション

### 1. 「父親不在」の問題

日本は古くから父権的な家族形態を取り続けてきており、一昔前は父親が強いということはごく当たり前のことだった。しかし近年では、社会の変化に伴い多様な家族形態が出現している。その中で、「父親不在」といった父親の存在が希薄化することによって発生する問題が指摘されるようになった(長谷川, 2005; 田村, 1997)。「父親不在」とは、家庭における父親の物理的な不在と、物理的には存在しているにも関わらず、コミュニケーションに参加しない、または父親として役割を果たしていない心理的・機能的な不在に分けられる(尾形, 2011)。このような中で父親の存在感が低下し、父親の家族に対する影響力は弱くなる(長谷川, 2005; 岡田, 2015)。その一方で、父親が家庭内で影響力を発揮することや、家族との良好な関係性の構築が子どもの適応や家族機能に対して重要な役割を果たすことは多くの研究で指摘されている(花嶋, 2007; 前島・小口, 2001; 中見・桂田, 2008; 田村, 1997)。

また、父親不在とともに扱われるトピックが「母子密着」である。日本家族において、子どもと関わる時間は圧倒的に母親と子ども間が多くなり、他の国と比べても父親と子どもが関わる時間は短い(国立女性教育会館, 2006)。父親と家族とのコミュニケーションが減少するほど、母子の相互作用が多くなり、母子間の結びつきは父子間と比べて相対的に強くなる。このような状況に加えて、母子密着は母子間で父親の否定的なイメージを共有することで成立するという指摘もある(飛田・狩屋, 1992; 板倉・長谷川, 2012)。また、母親が自身の子育てを自らの領域とし、そこに夫を参加させないような働きをすることで、父親が家族内で阻害されてしまう可能性もある。田村(1997)は、娘の不登校を主

訴とした両親面接のなかで、父親の対応に不満を抱く母親に対して、母親が子どもにうまく関わっているために、父親が出る幕がないことを指摘し、家庭内で父親の出番を作るように介入した。その結果、家族内のコミュニケーションが改善し、主訴が解決したことを報告している。これらの知見から、日本では母子密着になりやすいといえるが、そのような状況に加え、父親が疎外されるコミュニケーションとして、父親の否定的な点を母子間で共有する、母親が父親のことを参加させないようにするというパターンが考えられる。

したがって、家族における父親不在とは、父親の問題、母親の問題という特定の個人に帰属するのではなく、父親と母子間との相互作用を含めた視点が必要であり、家族システム間の相互作用として捉えていくべき問題であることが分かる。

## 2. 父親を強くする—構成主義的視点の導入—

それでは、父親が家庭内で存在感を示すためにはどのような方法があるのだろうか。ここでは父親が家庭内で存在感を示すことを父親が「強い」という表現を用いることにする。逆に、父親が家庭内での存在感がないことを「弱い」という表現を使用する。ここで、父親の「強さ」の捉え方には、2つの側面があると考えられる。1つは、父親のパーソナリティの側面である。このとき、父親の強さは父親がこれまでの生育歴の中で身に付けてきたものであるとする。例えば、父親が学生生活のなかでリーダー的な役割を多く経験してきた人物であれば、そのような特性は磨かれて発達しており、素質があるといえる。一方で、父親の強さは相互作用によって発揮されるとする捉え方もある。長谷川（2005）は、空間的ジェンダー論の観点から、“男性的にみえる男性でも周りの状況によってはむしろ女性的にもなりえる”と述べており、ジェンダーをコミュニケーションの相互作用によって作り上げられるものとしている。このような見解を踏まえ、奥野（2016）は、ジェンダーについて、ある人が生育歴を通して所有するジェンダーと、他者との相互作用によって表出するジェンダーは必ずしも方向性が一致しないと述べ、ある人が持っているジェンダーは周囲との相互作用によって抑制あるいは表出されるというように、ゆらぎのあるものであることを指摘している。

これらの指摘から、ジェンダーのようなある程度固定化されているとみなされがちなものであっても、相互作用によって変化するものであることが分かる。また、それは周囲との相互作用によって作り上げられるため、生育歴のなかで身に付けてきたものと捉えるよりも、変化させやすいものであると考えることができる。父親の強さに当てはめてみると、父親が多かれ少なかれパーソナリティとして所有している「強さ」は、ある程度固定的で、可変性が低いものである。一方で、相互作用的に周囲とのコミュニケーションによって父親の「強さ」を表出することは可能であり、父親の「強さ」を変化させることができるのではないかと考えられる。

このような、個人の現実が人と人の相互作用によって作り上げられているとする考え方を構成主義（長谷川，1991）という。空間的ジェンダー論もこの考え方に基づいていると考えることができる。長谷川（2005）は、問題行動を呈する子どもの母親が父親を弱いと評価していたため、母親から子どもに父親に強いエピソードを伝えるという介入を行い、その後子どもの問題行動が解決した事例を報告している。実証的な研究においても、母親が父親の肯定的な情報を伝えることで、子どもの父親像が構成する可能性が示唆されてい

る(萩臺・奥野・若島, 2016; 萩臺・若島, 2017)。ここで重要なのは、父親が実際にパーソナリティとして強くなることなく、相互作用的に父親を強くすることが可能になるということである。

以上より、家庭内において父親を「強く」するためには、父親と家族との相互作用に着目することが有効であると考えられる。ところが、これまでの研究では、父親と家族のどのようなコミュニケーションのあり方が父親を「強く」するかについて検討はなされてこなかった。そこで、以下ではユーモアに着目し、父親が家庭内で「強く」なる方法について理論的に検討を行うこととする。

### III 家族療法的観点からのユーモア

#### 1. ユーモアと家族

ユーモアとは、面白いと感じる心的過程、面白いものを感じさせるものなどのことをいう(Martin, 2007)。ユーモアには相手をからかい、皮肉を言う「攻撃的ユーモア」、自分の失敗やコンプレックスを笑う「自虐的ユーモア」、単純な言葉遊びや駄洒落などの「遊戯的ユーモア」といった分類が存在する(塚脇・樋口・深田, 2009)。こういったユーモアは父親にとってコミュニケーション開始・継続、そしてコミュニケーションの活性化としての有効な手段として機能するといえる。なぜなら、ユーモアは笑うことを共有することによる親密性の強化といった機能も持っているからである(Martin, 2007)。たとえば、仕事から帰宅した父親が食卓で、妻や子に「今日はどうだった?」とごちなく尋ねるよりも、「なんか今日葬式みたいな雰囲気じゃない?」と昨日と今日の違いをユーモラスに指摘する方がコミュニケーションを始めやすい。佐藤(1986)は父親不在の問題を語るなかで、仕事から帰ってきた父親が子どもに権威主義的に「勉強してるか?」と訊くような権威主義的なかわりは止めて、ゆったりと無理のない関わりをする必要性を指摘している。このように、家族関係が父親のユーモア使用によって影響を受けることが考えられる。

次に、家族内で実際にみられるようなユーモアについて紹介する。Lauer et al. (1990)によれば、結婚生活が50年を超える男女が、長く安定している秘訣は何か、と尋ねられたときに最も多く回答する1つが、「一緒によく笑うことである」という。また、子どもの反抗期や自立の時期にあたる中年期の夫婦は、葛藤場面においてユーモアを比較的多く表現するという報告もある(Gottman & Notarius, 2000)。他にも、幸せな夫婦のコミュニケーションの特徴として、ユーモアなどのポジティブな感情の交流があることが指摘されている(Driver & Gottman, 2004; Driver et al., 2012)。つまり、適応的で安定している家族内ではユーモアが用いられていることが推察される。

それでは、家族内でみられるユーモアがどのようにして適応的な家族を構成していくのだろうか。そこで、家族内にユーモアを持ち込んでより適応的な家族を構成するためにユーモアを使用している家族療法の観点(長谷川, 1997; 若島・長谷川, 2000)から、ユーモアの使い方について理論的に検討していく。

#### 2. 家族療法

家族療法は、アッカーマンによる精神分析的な家族療法や、システムとコミュニケーションに着目した、アメリカ西海岸パロアルトにある Mental Research Institute (以下、

MRI と略記) などから始まり、今では様々な学派に分かれている。なかでも、グレゴリー・ベイトソンやミルトン・エリクソンから影響を受けている MRI の家族療法では、家族をシステムと捉え、家族内のコミュニケーションに着目している。そして、MRI のアプローチでは、様々なコミュニケーション論やシステム理論が提唱されている (Watzlawick et al., 1967)。これらのアプローチを用いる学派は、ミラノ派のシステムック・アプローチ、ジェイ・ヘイリーの「戦略的心理療法」、家族療法から派生した「短期療法 (Brief Therapy)」など様々な名称があるが、本研究ではまとめて家族療法的観点と呼ぶ。これらの家族療法では、コミュニケーションを構成主義的に相互作用として捉え、時として常識的ではないようなユーモアなどの逆説的アプローチが用いられる場合がある。

構成主義に基づいた家族療法では、治療現実を構成していくようなリフレーミングや逆説的アプローチなどの技術を用いる。たとえば、『ルビンの壺』を見るとわかるように、ある人には壺が見え、ある人には 2 人の顔に見える。つまり、同じ経験をしたとしても、捉え方によってはそれぞれの人が構成する現実とは異なるといえる。長谷川 (1987) は、クライエント家族にとっての「現実」から、次の新しい「現実」へ変換することが治療であると述べている。ここでは、リフレーミングという現象がなされている。リフレーミングとは起きた事実は事実として認めるが、その事実を支えている枠組みの方を変えて、全体としての意味は全く変えてしまおうという技術である (長谷川, 1997)。

リフレーミングは、逆説的アプローチとともに用いられることもある。ミラノ派の家族療法家である Palazzoli, Boscolo, Cecchin, & Prata (1978) は「肯定的意味づけ (positive connotation)」と呼び、この肯定的意味づけが逆説に至るプロセスの準備であると述べている。また、変化する力を引き出すことも主張している。逆説的アプローチの例では、以下の事例で説明できる。ある洗浄癖のクライエントに対し、セラピストが「清潔はいいことだ。しかし、洗いすぎると老年になって皮膚が荒れるかもしれないから、できるだけ高価で良質な石鹸を買ってそれしか使わないこと。それを不便でも持ち歩くこと。腕から手に汚れが移っていくかもしれないから、腕も毎回洗うこと。また、その都度に額を洗ってもいい。恋人にわけを言って手伝ってもらってね。」と過重課題を出すことを提案している (長谷川, 1997)。これは、洗浄することは良いことだとリフレーミングした後に、より洗浄癖を深刻化させてしまうような逆説的な指示をしている。すると、指示を受けたクライエントはそのようなことをするくらいなら、洗わない方が良く、と結果的に洗浄癖が消失することに繋がったことが推察される。

## IV 強い父親を構成するユーモア

### 1. 問題の提示

問題が生じている場面でユーモアを含む逆説的アプローチの効果を活用することが可能であることを述べてきた。家族療法の観点から、父親不在の家庭でより適応的な家族内コミュニケーションを行うには、父親がユーモアを用いたコミュニケーション参加をして、相互作用的に「強い」父親像を構成する必要がある。本節では、父親不在のリスクを抱えた仮想事例を検討し、父親の効果的なユーモア使用について具体的に提示することを試みたい。

父親不在のパターンやプロセスを先行研究に基づいて 2 つの仮想事例を作成した。それ

らを表1と表2に示す。事例①は、母子密着化が進行して父親の否定的イメージや愚痴の共有をしている「愚痴共有タイプ」である。事例②は、父親が母親によって育児に参加させてもらえないような「母親独走タイプ」である。これらの事例のようにならないように、もしくはそのタイプになってしまったときにどのように応答することが父親を「強く」することに繋がるのだろうか。

**表1 家族の会話①**

**事例①：「愚痴共有タイプ」**

(家族全員、居間にて)

母：お父さん、最近汗臭いよね。

娘：洗濯物別にしてよ、臭い移るから。

父：そんなこと言わないで…

**表2 家族の会話②**

**事例②：「母親独走タイプ」**

(居間にて)

母：夜遅く帰って来たら一言声かけてって言うてるでしょ！

子：うるさいな。お母さんはいつもそうだ。

父：母さんそんなことで怒るなよ。

母：お父さんは何も言ってくれないんだから甘やかさないでよ！

父：…

## 2. コミュニケーションの理論的検討

### (1) 事例①

事例①は、母子密着化しており、父親の否定的イメージを共有している「愚痴共有タイプ」である。この場合考えられる父の反応は、加齢臭について謝るという弱い立場の甘受か、それとも否定するなどして反発するなどが考えられる。しかし、これらの反応を父親がしたとしても劣勢であり、どのように反応しても最終的には互いに回避的になってしまうだろう。そして、長谷川（1991）が指摘しているように、劣勢や回避という行動はやがて家族内において弱い父親像を構成する。したがって、この悪循環に陥らないようにするためには、「劣勢にみえないコミュニケーション」が求められる。そこで、父のユーモア使

用が必要となる。

Watzlawick et al. (1974) や Saposnek (1980) では、相手から攻撃を受けた時に、反発するのではなくむしろ歓迎することで相手のバランスを崩すことができると述べている。具体的にいえば、父は「じゃあ洗濯機を2つ目買おうか？」と相手の攻撃に便乗して応答すべきである。Fish et al. (1982) では、一方が批判し一方がそれを否定するという硬直化を「攻め手/守り手のゲーム」と呼び、その硬直化を打破するには、批判を受けた際に同意して受け入れる必要があると指摘している。つまり、父親は母子と一緒に自分自身を攻撃するという行動をとることで、コミュニケーションのルールを変えることができる。そして、ユーモアの効果によって父親は母子とのラポールを構築することもできるだろう (若島・長谷川, 2000)。したがって、事例①において父親不在が深刻化しないような効果的な父親の関わり方は次のようにいえる。父親は否定的に関わるのではなく、肯定的かつユーモラスにコミュニケーション参加をすることで相互作用的に強い父親像を構築しながら、母子と適切な対人関係を構築できる。具体例を表3に示す。ただし、父親のコミカルな反応が、母子の期待を生み、父親への攻撃をより促進してしまうリスクがあるかもしれない。

表3 家族の会話③

<p><b>事例①の変化バージョン</b></p> <p>母：お父さん、最近汗臭いよね。 娘：洗濯物別にしてよ、臭い移るから。 父：「じゃこう」より、マニアックな香りだぜ～</p> <p>注：じゃこうとは雄のジャコウジカの腹部より取った分泌物で香料、生薬</p>
---

## (2) 事例②

この事例は、母親が子どもに過干渉・過保護で、父親の家庭における存在が相対的に希薄化してきている状態である。この事例は、心配性で過保護な母親が、頼りないと思っている父親にも苛立ち、言うことを聞かない子どもにも頭を抱えてしまっている「母親独走型」である。このような母親には、冗談によるリフレーミング技法が役に立つ。長谷川 (1987) によれば、リフレーミングには様々なものがあるが、ガミガミ言う母親にはその動機を褒めることに加えて、子どもの発達段階的に普通の現象であること伝えることが効果的である。例えば、母親と子どもがいる場で「待ちきれないほど気にかけているんだな。愛されすぎて。でも、俺も高校生のときは遅く帰って怒られてたし、お前(子ども)よりも遅く帰っていたかもしれない。」とユーモラスに伝える。母親から「お父さんは黙ってて！」を防ぐために重要なポイントは、母親の動機の部分を褒めることを忘れないことである。なぜなら、反発してきた相手ではなく、自分を肯定的に賞賛するような相手を制止したり攻撃したりすることはなかなか難しく、バランスが崩されるからである。そして同時に、子

どもの行動を異常なものではなく普通の現象とすることで誰か特定の人物に肩入れをしている状態も防ぐことができる。このリフレーミングが成功し、母親の過保護が弱まれば、家庭における父親の存在感は相対的に強まるだろう。したがって、事例②において父親不在が深刻化しないような効果的な父親の関わり方は次のようにいえる。母親の過保護もしくは母親にとって異常に見えるような子どもの行動のどちらかを、父親がユーモラスにリフレーミングして伝えるというやりとりを行うことで、相互作用的に強い父親像を構成できる。具体例を表 4 に示す。母子の関係を取り持つことができたならば、父親は「強く」見えるに違いない。

**表 4 家族の会話④**

**事例②の変化バージョン**

母：夜遅く帰って来たら一言声かけてって言うてるでしょ！

子：うるさいな。お母さんはいつもそうだ。

父：母さんに愛されてんな～ 母さん待ちきれなかったんだよ！

俺なんか、高校生で午前様して、こっぴどく母ちゃんにしかられてたなあ～

## V まとめと今後の展望

本稿では、父親不在における家庭の父親がどのように母子のコミュニケーションに参加すれば、強い父親像を構成できるかについて家族療法的観点から検討してきた。そして、父親不在の問題を起こしそうな家族内コミュニケーションを先行研究に基づいて2つの仮想事例を作成・検討し、具体的な父親の効果的なコミュニケーション参加を例示した。

事例①では、ユーモラスにコミュニケーション参加をするような、一見母子の愚痴共有を深刻化させてしまうような逆説的なアプローチを導入することが効果的である。そして、事例②では共感性とユーモアを用いたリフレーミングで応答することで相互作用的に強い父親像を構成できるかもしれない。

また、本稿では、父親のパーソナルティとしての特性論的ではなく相互作用的な強い父親像を構成するようなコミュニケーションを理論的な検討を行った。しかし、あくまで理論として提示できるのみであって、どのような家族にでも当てはまるコミュニケーションとはいえないだろう。また、今回父親に提示したコミュニケーションは、家族療法的であるため、父親をセラピストとして暗黙に想定している部分がある。その弊害として、内部から家族を変えようとするのが難しい家族には効果的なコミュニケーションが概ね当てはまらない可能性がある。これらの点を踏まえて今後は、仮想事例ではなく、実際に父親の影響力や存在感が弱まってしまっている家族のコミュニケーションを分析し、より現実的に検討することが求められる。

## <謝辞>

本論文は、現代行動科学会第34回大会において口頭発表を行ったものを再検討し、新たな考察を加えたものです。当日、貴重なコメントをいただきました皆様に心よりお礼申し上げます。

## <引用文献>

- Driver, J., & Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process*, 43(3), 301-314.
- Driver, J., Tabares, A., Shapiro, A. F., & Gottman, J. M. (2012). Couple Interaction In Happy and Unhappy Marriages. In Walsh, F. (Ed.), *Normal family processes: growing diversity and complexity* (pp. 57-77) (4th ed.). Guilford Press.
- Fish, R., Weakland, J. H., & Segal, L. (1982). *The tactics of change: Doing Therapy briefly*. Jossey-Bass Publishers. (フィッシュ, R., ウィークランド, J. H., & シーガル, L. 鈴木浩二・鈴木和子 (監訳) (1986). 変化の技法—MRI 短期集中療法— 金剛出版)
- Gottman, J. M. & Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 927-947.
- 萩臺美紀・奥野雅子・若島孔文 (2016). 母親による父親イメージの伝え方に関する研究—構成主義的視点からの検討— 日本家族心理学会第33回大会発表抄録集, pp. 39.
- 萩臺美紀・若島孔文 (2017). 母親による子どもの父親像の構成に関する研究—マネジメントコミュニケーションに着目して— 日本家族心理学会第34回大会発表抄録集, pp. 68-69.
- 花嶋裕久 (2007). 男性のひきこもり者から父子関係と父親から見た父子関係—ひきこもりの家族における父—息子関係の諸特徴— 家族心理学研究, 21(2), 7-94.
- 長谷川啓三 (1987). 家族内パラドックス—逆説と構成主義— 彩古書房
- 長谷川啓三 (1991). 構成主義とことば、短期療法の関係 長谷川啓三(編) 構成主義—ことばと短期療法—(pp. 5-16) 現代のエスプリ, 287, 至文堂
- 長谷川啓三 (2005). ソリューション・バンクブリーフセラピーの哲学と新展開 金子書房
- 飛田操・狩谷佳子 (1992). 両親の「仲の良さ」の認知と親子関係 福島大学教育学論文集, 51, 55-61.
- 板倉憲政・長谷川啓三 (2012). 青年期の親子関係と父母関係の関連性に関する基礎研究 対人社会心理学研究, 12, 85-81.
- 国立女性教育会館 (2006). 平成16、17年度家庭教育に関する国際比較調査報告書
- Lauer, R. H., Lauer, J. C., & Kerr, S. T. (1990). The long-term marriage: perceptions of stability and satisfaction. *The International Journal of Aging and Human Development*, 31(3), 189-195.
- 前島芳名子・小口孝司 (2001). 父母の不和が子供の自尊心、情緒安定性ならびに攻撃性に及ぼす影響—父は情緒に、母は行動に— 家族心理学研究, 15(1), 45-56.

- Martin, R. A. (2007). *The Psychology of Humor ; an Integrative Approach*. MA: Elsevier Inc. (マーティン, R. A. 野村亮太・雨宮俊彦・丸野俊一 (監訳) (2011). ユーモア心理学ハンドブック 北大路書房)
- 中見仁美・桂田恵美子 (2008). 大学生における父親認知と家族機能の関連 家族心理学研究, 22(1), 42-51.
- 奥野雅子 (2016). 心理療法におけるジェンダーに関する配慮のあり方についての一考察—家族療法の面接場面に着目した検討— アルテスリベラレス(岩手大学人文社会科学部紀要), 99, 53-65.
- Palazolli, M. S., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. (1978). *Paradox and Counterparadox: A New Model in the Therapy of the Family in Schizophrenic Transaction*. New York: Jason Aronson, Inc. (パラツォーリ, M. S., ボスコロ, L., チキン, G., & プラタ, G. 鈴木浩二 (監訳) (1989). 逆説と対抗逆説 星和書店)
- Saposnek, D. T. (1980). Aikido: A Model for Brief Strategic Therapy. *Family Process*, 19(3), 227-238.
- 佐藤悦子(1986). 家族内コミュニケーション 勁草書房
- 田村毅 (1997). 性役割と父親不在一家族システムにおける男性性という構築— 家族療法研究, 14(2), 95-103.
- 塚脇涼太・樋口匡貴・深田博己 (2009). ユーモア表出と自己受容,攻撃性,愛他性との関係 心理学研究, 80(4), 339-344.
- Watzlawick, P., Beavelas, J., & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes*. NY: W. W. Norton. (ワツラウィック, P., バーベラス, J., & ジャクソン, D. D. 山本和郎 (監訳) (2007). 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— (第2版) 二瓶社 (初版, 1998))
- Watzlawick, P., Weakland, J. H., & Fish, R. (1974). *Change: Principles of problem formation and problem resolution*. New York: W. W. Norton. (ワツラウィック, P., ウィークランド, J. H., & フィッシュ, R. 長谷川啓三 (訳) (1992). 変化の原理—問題の形成と解決— 法政大学出版局)
- 若島孔文・長谷川啓三 (2000). よく分かる! 短期療法ガイドブック 金剛出版