

## 引き籠もりになった 息子と暮らす 憂うつな日々

公益社団法人家庭問題情報センター 春日 完和

A子さん（六十歳）は、半年前に夫と死別し、長男（三十歳・会社員）が二男（二十八歳・無職）と喧嘩して家を出てしまい、二男との二人暮らしになりました。二男は数か月くらいで転職を繰り返して、父親が亡くなってからは食事のほかは自室に引き籠もる生活で、A子さんが話しかけても顔を合わせようとしません。  
A子さんは、家族がばらばらになってしまい、先行きどうなるのか不安が募り、寝付けな日々を過ごしているということです。

**A（A子）** 夫に先立たれ気持ちが落ち込んでいたこともあり、二人の言い争いを聞いていて二男を責めるようなことを言ったんです。二男は黙ってしまったので気まずい思いになりました。

以前から兄弟仲が良くなかったことを考えると、その場で言うべきではなかったと後悔しているんです。

**カ（カウンセラー）** そうでしたか。いつごろから兄弟仲が悪くなったのでしょうか。

**A** 長男は中学のときから成績が良くて公立の志望校に入学できたのですが、二男は中学のとき一時不登校になったりしたこともあって、兄の高校には進めなかつたのです。その頃から何かと兄のことを意識して、親との関係に敏感になっていると感じました。

**カ** 同性で年齢が近いと成長とともに優劣の心理が強くなるように、勝ち負けにこだわったり、特に親との関係では、劣等感を持っている方は他方との違いに敏感に

なるので、親も気苦労が多くなりますね。  
**A** そうでしたね。長男は叱られたり説教されるようなことはなかったのですが、二男にはどう言ったらいいのか悩むことが多かったのです。

夫は穏やかな性格で「父親として言うてほしい」と思うことを言わないので、私から言うことが多くなってしまったと、今になって反省してらんです。

**カ** そのお考え、お気持ちはよく分かります。二男は、自分は親の期待に応えることができないうの思いを引きずってきいていると考えられるのですが、父親と二男との関係はどのようだったのでしょうか。

**A** 父親は口数が少なくて叱ったり説教するようなことはなかったのですが、二男は聞かれたことに反発したりせず答えていました。夫に「父親としてもっと厳しく言うてほしい」と言ったとき、夫からは「あいつの気持ちを分かってくれたいんだ」と言われ、言い返せませんでした。

**カ** そうでしたか……夫が考えていたことを理解できたんですね……。父親は二男のありのままを受け入れようとしていたのかもしれないですね。それを感じていた二男は父親の問いかけに素直な気持ちになれたのではと思います。

人は誰でも「自分はだめなんだ」と自分を決めつけて前向きな気持ちを持てずにい

るとき、気持ちを聴いてくれる人との対話は、心を動かす豊かにする力になるんです。親子関係ではとても大切なことなのです。

**A** 夫は入退院を繰り返していたんですが、長くはないことを覚悟していたようです。私の生活のことや長男の結婚、二男の仕事のことなどを気にかけてくれていました。穏やかな人でしたから何でも気兼ねなく相談していたんです。それができなくなっただうしようもない寂しさに耐えていたのに、頼りにしたいと思っていた長男が出て行ってしまつて……（涙）。

**力** 信頼して生活していた夫がお亡くなりになったことはとても辛いことですね。

先ほど伺った、母親として心配している二男について「あいつの気持ちを持ってやりたいんだ」というお考えを持っていた父親は、家族の絆にとつても大切な存在だったんだと私の心に伝わってきました。心を通わせる身近な人との死別によつて襲われる「喪失感」は、長男にとつても二男にとつても最も辛い感情・思いなんです。

長男が家を出るきっかけになつた喧嘩とはどのような原因だったのですか。

**A** 二男の仕事のことでした。夕食のとき二男に「○○の仕事しているの」と聞いてみたんです。「辞めた」と言つて黙つていたので、長男が、私を心配させちゃだめだと

か、今何をしているんだ、仕事捜してるのかとか言つたんです。黙つて聞いていた二男が「偉そうなことを言うな」と怒つて言い返したんです。

長男は結婚したら住まいをどうするかを考えていたようでした。私が二男に「どうして辞めてしまったの？長く続けられる仕事が見つかるか」と言つたんです。が黙つたままでした。

**力** そうでしたか。先々のことについてそれぞれが考えていることや思いがあるので、お互いに理解しあえるようなコミュニケーションが持てるようになるか分らないですね。

**A** 私にはどうしたらいいのか分からなくなつたんです。

**力** お話を伺つていて、私は良い関係を取り戻すことができるのではと思いました。頼りにしていた夫・父親との死別はとても辛く悲しいことでしたが、両親の仲が良かった家庭で育つた子供たちは家族の大切さを学んできているので、父親との死別で心を痛め不安定になつても、家族の絆を自ら切つてしまうことはないんです。

二男は自分を肯定的に考えられなくなつて、前向きな気持ちをなくしているのか「どうして……」とか聞かれたくないんです。

**A** そうかもしれませんね。

**力** 母親として今望ましいコミュニケーション

ンは、「説得」ではなく、心に沿う（受容的な）コミュニケーションなんです。

**A** それはどうしたらいいんでしょうか。

**力** これまで二人で暮らすことになつたことを会話したことがありましたか。

**A** してないです。

**力** 一緒に食事をしているとき、二男と生活していることが気持ちの支えになつていふことを静かに伝えることができるか、いいですね。

誰でもそうですが、自分が認められている意識を持てることはとても大切なことです。

**A** そうなんです。これまではとてもそんな気持ちにはなれませんでした。

**力** 気持ちを切り替えて、あきらめないで、穏やかな表情で接してみてもどうでしょう。その気持ちが通じるのではと思いません。

**A** 私の考え方を切り替えるといいんですね。

またご相談に伺つてもいいでしょうか。

子どもたちのことなどについてA子さんの悩みを傾聴し対話する経過の中で、A子さんの表情には当初のような暗さを感じられなくなつたことを伝えて助言し、面接を終えました。