

# 家族療法

## 家族療法とは

家族療法は、家族全員を集めて行う心理療法という形態をイメージされがちですが、実は心理療法の形式ではなく、「関係療法」とも呼ばれる心理療法の考え方です。つまり、個人が表現している症状や問題は「関係」の問題であり、関わりをもった人々が無意識につくる関係性の問題が個人の症状、問題として表現されていると捉えます。

家族とは、性・年齢・性格特性の異なった個人が家族内外の人々と交流しながら成長・変化している集団であり、家族メンバーが所属する学校や会社、コミュニティ、国、世界、生態系の変化に適応し、躰つまぎき（問題や症状をもち）、ケアし合っている集団です。

家族療法の目的は、問題や症状をもった人だけを治療するのではなく、家族メンバーが相互に多重な関係性と複雑な変化を生きていくために、さまざまな資源を最大限に活用して関係の変化を援けることとなります。家族療法では、問題行動や症状を示す人をIP（Identified Patient = 患者と同定された者）と呼び、IPはIPを取り巻く家族、所属機関、コミュニティなどの関係性の機能不全を表現していると理解します。したがって、家族療法は、「システム（相互作用をしている構成体がさらにほかの構成体と相互の関係性と組織性をもっている統合体）に焦点を当てた支援」という意味で、システムック・アプローチとも呼ばれ、システムシステムの特性を基盤にした理論・技法が開発されています。

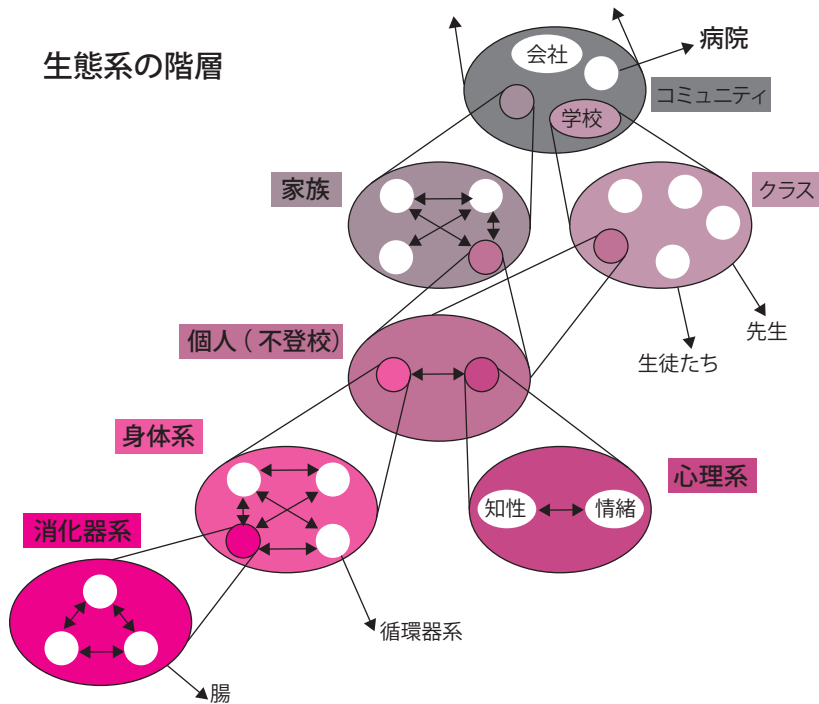
## キーワード

- 関係性
- IP
- システム
- 関係療法

## システムック・アプローチの基礎理論

- ① 個人も家族も発達という時間の経過を生きている。
- ② 個人も家族も家族を取り巻く環境の変化との相互作用の中で自らも適応しながら変化し、またほかにも変化を及ぼしている。（図参照）
- ③ その時間的、環境的变化は、集団で生活する人間の世界では個人の感情・認知・行動の変化として表現されると同時に、それらが集団の内外で循環的に作用し合って限りない変化を及ぼしていくので、IPの問題行動や症状の表現は、その限りない相互作用の過程で生じた家族やほかのシステムの関係性の問題と危機を知らせる信号である。

- ④ したがって支援の焦点は、IP の変化だけではなく、IP の所属する家族、機関、コミュニティとの関係性の変化に当てる必要がある。  
 関係性の変化はコミュニケーションによって実現できることが明らかになり近年、支援の中軸は関係性を重視した支援者のコミュニケーションになっていることが注目されています。



## <参考文献>

- Carr, A. (2012) *Family Therapy: Concepts, Process and Practice*. (3rd ed.) Wiley- Blackwell.
- 平木典子 (2003) カウンセリングスキルを学ぶ—個人心理療法と家族療法の統合 金剛出版
- McGoldrick, M., Carter, B. & Garcia-Preto, N. (2011) *The Expanded Family Life Cycle: Individual, Family, and Social Perspectives*. (4th ed.) Allyn & Bacon.
- 日本家族研究・家族療法学会編 (2013) 家族療法テキストブック 金剛出版
- 日本家族心理学会編 (2018) 家族心理学ハンドブック 金子書房 (近刊予定)
- 遊佐安一郎 (1984) 家族療法入門—システムズ・アプローチの理論と実際 星和書店