

「中年福祉」の必要性と今後の課題 —中年夫婦とのカウンセリングの事例を通じて—

A Trial Study of Social Welfare for Middle-aged People

小川 憲 治*

Kenji Ogawa

はじめに

かねてより、筆者は、約20年間の社会福祉教育や心理臨床活動などを通じて、人生のライフサイクル（発達段階）からみた社会福祉の援助対象者として、「児童福祉」（0歳から18歳まで）と「老人福祉」（65歳以上）の間に制度的にも欠落している、青年期（19歳から30歳台半ばまで）や中年期（30歳台後半から50歳代後半の初老まで）の人々を対象とした広義の社会福祉（相談援助）活動（「青年福祉（仮称）」、「中年福祉（仮称）」）の必要性を折に触れて感じてきた。これまで、社会福祉の対象者は、主に障害児・者、児童、老人、生活保護など、社会資源を活用した援助を必要とするいわゆる「社会的弱者」であり¹⁾、成人した青年や働き盛りの中年に対する相談援助は、これまであまり必要性が感じられなかったのかもしれない。しかしながら、近年の都市化、核家族化、少子化、高齢化、IT化など社会の急激な変化と共に、「青年」の登校拒否、引きこもり、ニート、出社拒否、摂食障害、抑うつ、共依存、ドメスティック・バイオレンス（DV）などの問題、「中年」の出社拒否、帰宅拒否、パワーハラスメント、リストラ、神経症、うつ病、アルコール依存症、自殺、過労死、DV、熟年離婚など職場や家庭における、青年期や中年期の問題が深刻化しつつある。

なかでも「中年」が抱える問題は深刻である。男女を問わず、中年期の人々は人生の半ばを迎え、体力、気力の衰えを感じつつ、職場においては管理職などの重責を担う年代であり（しかし管理職が苦手な四苦八苦している人も多い）、また同時に家庭や地域でも子育てや老親介護などの諸問題をかかえ、2重苦、3重苦の人々も少なくなく、潜在的にもさまざまな相談援助を必要としている世代といってもよいだろう。しかしながら、これまで医療、保健、産業臨床、心理臨床、法律相談などの分野に比べ、社会福祉の分野においては、「中年」に対する相談援助は、病気になったり（医療福祉、精神保健福祉）、怪我や病気で障害者になったり（障害者福祉）、さまざまな事情で働けなくなり経済的に生活が困窮したり（公的扶助（生活保護））しない限り、社会福祉の援助の対象外であったように思われる。しかしながら現代社会においては、従来の社会福祉ではカバーできなかった職場、家庭、地域の（少子化、高齢化の問題を含んだ）諸問題を総合的にケアし、中年期の人々が幸せで豊かな人生を実現するための広義の社会福祉活動（「中年福祉」）が必要と思われる。

本稿では、筆者がこれまで臨床心理士（カウンセラー）として携わってきた民間相談機関での家庭児童相談のカウンセリング事例、企業におけるメンタルヘルス・カウンセリングや看護師管理者

*社会福祉学部教授

研修等の体験、家庭児童相談研究活動の成果などを拠り所として、臨床社会心理学（福祉心理学）および現象学的人間関係学の立場から、そうした視点で、「中年福祉」の必要性和今後の課題を明らかにしたいと思う。

1. 中年の抱える問題と「中年福祉」の必要性

男性にとっても、女性にとっても、35歳くらいからの50歳台後半にかけての中年期（含む初老期）は、身体的変調を伴った心理的危機といっても過言ではない。たとえば、精神科医齊藤学は『家族依存症』の中で次のように述べている。²⁾「中年期にさしかかった人々の漠然とした人生への幻滅、停滞感、疲弊感、圧迫感、焦燥感などを「中年危機（中年期の心理危機）」といいます。・・・ワーカホリックとして職場に過剰適応していた人が、窓際族になったり、昇進したり、同僚に先を越されたりしたことをきっかけとして、自分の限界を実感し、仕事や職場に酔ったような状態から醒める経験をすることがあります。そして人生を直視するにつれて、幻滅と不安、憂鬱と無気力に襲われます。たいていはこうした心理的障害に頭痛、めまい、不眠などの身体的変調が伴います。ワーカホリック男性の更年期障害などと冗談めかして呼ばれたり、上昇停止症候群、昇進うつ病、燃えつき症候群などと呼ばれたりします。」このように、ストレスフルな職場に働く中年男性の中年危機の問題は深刻化しているといっても過言ではない。また管理職の役割を担わなくてはならなくなった、職場のベテラン女子社員、看護師、保育士、社会福祉士などの働く中年女性にとっても同様の問題（危機）に直面しているといってもいいであろう。仕事と家庭の両立に奮闘し、職場の問題だけでなく、家庭では、母親として子どもの登校拒否、家庭内暴力、摂食障害、非行など子育ての問題で悩んだり、苦しんだり、妻として、嫁一姑問題や老親介護問題を抱えているケースも少なくない。

また子育てが一段落し、子どもが自立して巣立った中年の専業主婦は、「空の巣症候群」などと言われる心の虚しさに苛まれたり、自身の人生の意味を問い直さざるを得なくなったり、いわゆ

る人生の「思秋期」を迎えることになる。齊藤学が「35歳というのは、主婦として家庭に入った女性が、職業に生きることを断念する最後の時期なのだそうです。・・・末の子どもも自分の世界を持つようになり、ポッカリ空いた時間ができるようになって、かつての職場が懐かしく感じられるようになるのです。迷ったあげく仕事を諦めると、現在の夫との生活が続くわけですが、こんなことでいいのだろうか、とつくづく思うようになります。一体私はこの男となぜ一緒になったのか、この男の食事を用意して待つ生活に一体何の意味があるのか、と考え出すと空しくなって、食事のしたくもできなくなります。・・・完全癖のある勝ち気な女性にとって、こんなふうにごろごろ時間は屈辱的です。・・・もし、コップ1杯の酒がこうした女性を生き返らせ、鼻歌まじりで家事が進むとしたら、その女性はまっさかさまにアルコール依存症の奈落に落ちる素質を持っている。」と述べているように、アルコール依存症、ギャンブル依存症、買い物依存症などになったり、不倫をしたり、心の虚しさを紛らわさざるを得ない状況に陥りかねない危険性に直面していると言ってもいいだろう。

臨床心理学者河合隼雄も『働きざかりの心理学』の中で、中年の危機について次のように述べている。³⁾「『青年期問題』とか、「老人問題」に目を奪われて、中年はまったく問題がないかのごとく扱われてきたが、中年—働き盛り—の問題はなかなか深刻なのである。・・・昨年（昭和58年）の統計では、自殺者が若者に多かったのは昔のことであり、男子中年に自殺者が一番多いことが示されている。人間の寿命が長くなったことや、社会の変化があまりにも速くなったことによって、人生のなかばにおいて、一人の人間にかかってくる圧力が以前よりはるかに大となったのである。昔であれば、・・・人間の一生は誕生から死ぬまでは、ひとつの山を越すような形をとることができた。ところが、たとえば、急激な技術革新が行われると、中年は青年にすぐ追いこされてしまう不安に脅かされる。・・・現代人の人生は、ひとつの山を越すような曲線ではなく、二山も三山も越えていくほどの覚悟を要するようになったのである。」

これまでこうした中年期の危機に陥った人々に対する相談援助に関しては、精神科医、産業臨床医、企業や教員向けのカウンセラー（臨床心理士）などによって、医療や心理臨床の分野での取り組みが行われてきたように思われる。それに比べて、社会福祉の分野では、残念ながら、年々深刻化する、働き盛りである中年期の人々の危機に対する援助の必要性についての認識がまだまだ不十分であるように思われる。職場や家庭の問題をかかえ、苦悩する中年期の人々への相談援助活動に関しては、社会福祉の分野では、母子相談員、家庭児童相談員などによる相談援助活動（DVや虐待、不登校など子育ての問題、家庭児童問題が中心課題であり、中年の親自身が主役（クライアント）のケースワークやカウンセリングではない。）を除けば、「中年危機」に対する相談援助は、これまでほとんど実践されてこなかったように思われる。しかしながら、今後は精神科医や臨床心理士との連携を図りながら、社会福祉の分野においても、従来の援助対象者だけでなく、苦悩する中年期の人々を対象とした「中年福祉」の実践が必要であると思われる。

そこで次に、かつて筆者が家庭児童問題を専門とする民間相談機関G相談室の非常勤カウンセラー（Co）としてかかわった、中年夫婦（主として妻T子（当初は登校拒否児の母親））とのカウンセリングの事例⁴を通じて、中年期の人々の抱える問題と「中年福祉」の必要性を考えていきたい。

2. 民間相談機関における中年夫婦に対する相談援助（カウンセリング）の事例を通じて

(1) 事例概要

<クライアント>T子（初回面接時43歳）、専業主婦（元幼稚園教諭（約10年間勤務））現在首都圏のA市在住。

<主訴>当初は長女の登校拒否、夫の暴力（DV：ドメスティック・バイオレンス）、2年目以降はT子本人の生き方、対人関係などの悩み、人生後半の課題

<家族構成>夫S郎（44歳、F大学助教授）、長女K子（小学校6年生）

<来談までの経過（インテーク面接時に聴取）>

ここ数年、T子は長女K子の不登校と夫S郎の暴君的な振る舞いとDVに悩んできた。長女が誕生したときは、T子が仕事をしていたこともあり、K子は0歳から3歳まで保育園育ちであり、幼少の頃から自己主張の乏しい病弱な子どもであったという。K子が4歳になった頃T子は仕事をやめ専業主婦になり、子育てに専念したが、両親とも教員だったこともあり、厳しく育ててしまった。小学校3年生の頃、「担任の先生が怖い」と訴え、たびたび学校を休むようになり（欠席は年間約50日）、その後も一進一退を繰り返し、5年生になってから、完全な不登校状態に陥ってしまった。いまだ夜尿も時々ある。K子は、父S郎のことをすごく怖がっており、最近母T子が父S郎に殴られたとき、母親が死んでしまうのではとすごく心配した。S郎は数年前、助教授に昇進してから、職場のストレスもあり、妻T子に対して、急に怒り出したり、暴力を振るうようになっていった。T子も、夫に何をされるかわからないという不安から、親子で常にビクビクして、過ごしているとのこと。S郎の仕事柄、教育相談所、児童相談所などの公的な相談機関に相談しにくい事情から、筆者がカウンセラーをしていた民間の相談機関G相談室に来談した。

(2) 面接過程

T子との約4年間にわたる約70回のカウンセリングおよび夫S郎との数回のカウンセリングのプロセスを通じて、中年男女の夫婦関係、親子関係および生き方、働き方、相談援助のあり方などの諸問題を考察していきたい。（括弧〔 〕内はカウンセラーの発言や所見を表す。）

<初回（インテーク面接）>X年4月中旬

T子は小柄で地味な中年の母親であり、不安でいっぱい様子であった。来談までの経過を聴取したが、話があちこちに飛び、落ち着かなかった。来談までの経過を聴取した結果、長女K子の不登校の問題よりも、DVに苛まれている母親T子のメンタルヘルスケアが最優先課題であると痛感した。そこで、まずはT子をクライアントとする定期的なカウンセリングを行い、K子の不登校問題は、時間をかけて長期的に援助していく

ことにした。[次回以降、親子で来談したときは、K子のカウンセリング(プレイセラピー)は若手のカウンセラーに担当してもらう(並行面接)ことにした。]

<2回>4月下旬

B小学校のK子の担任の先生の対応が不十分であり、誠実さが感じられないこともあり、実家近くの小学校に転校も考えているとのこと。[転校により好転することもあるが、不登校が繰り返されることも多いので、焦らず、冷静に対処方法を考えていく必要があると助言した]

また父S郎は長女の不登校問題に関して非協力的であり、転校にも賛成していないとのこと。T子は、夫であるS郎の暴言、暴力をいつも怖がっており、心が休まらず、離婚も考えているとのこと。[初回面接よりは、表情が和らぎ、話もあまり飛ばなくなり、大分落ち着いてきた様子であった。今後夫婦関係の問題をじっくり相談していくことにした。]

<3回>5月上旬

S郎が以前より帰宅が遅くなった。泥酔して帰宅することも多い。S郎は、K子の転校について、前言を翻し、「早く転校させちゃい」とプブリプ怒っているとのこと。そこでしばらくは夫に頼らず、T子の叔母E子の協力の下、転校先の小学校を探すことにした。そうしたら昨晚はS郎に暴言を吐かれてもあまり怖く感じなかったとのこと。またT子自身とK子の、自己主張が苦手で、喧嘩したり、NOが言えない、人に何かを頼むのも下手な対人関係の問題も明らかとなった。

[ダメでもととの精神で転校をトライしてみてもどうかとアドバイスし、K子が小学6年生から中学生の間、楽しく、のびのびと過ごせる学校環境を模索していくことにした。]

<4回>5月中旬

数日前に、T子の叔母E子が住む、実家近くのC小学校に転校手続きをしたとのこと。家から約30分の電車通学だが、E子の家の近くに母子が宿泊することが可能なアパートを借りたとのこと。また幸運なことに、C小学校の校長はT子の古い友人であり、歓迎されたとのこと。9日よりT子が付き添いで同行し、毎日登校しているとのこと。[「とりあえず転校が吉と出てよかった

ですね」とT子の決断を支持した。]

<5回>5月下旬

K子は転校後2週間無事登校していたが、今朝(月曜日)転校後初めてK子が登校を渋り欠席してしまったとのこと。小動物の飼育を巡り、飼育委員会の2名の友人との関係(いじわるをされた)が問題の様子。[疲れが出る頃です。新しい環境に身体が音をあげたのでしょうか。無理は禁物です。2、3日休養して、様子を見ましょう。]

<6回>6月上旬

K子は4日間欠席した後登校し、小学校で小動物の飼育を楽しんでるとのこと。家でも「子犬を飼いたい」と言い出し、S郎は反対したが、日曜日に母子二人で子犬を買いに行き、家でも飼育を始めた。S郎もしぶしぶ了承した。6月に入っても登校を続け、3日には飼育委員会の友人とも放課後公園で仲良く遊ぶようになり、今朝通学中の電車の中で、K子が「もう送っててもらわなくていいよ」と言ったとのこと。

[K子に自立心が芽生え、T子とS郎の夫婦関係にも多少の変化が感じられた。]

<7回>6月中旬から<10回>7月中旬

[K子の不登校問題に悩むT子の一進一退の日々をサポートした。]

<11回>7月下旬

K子は、この2ヶ月出席、欠席を繰り返しながらも、何とか、登校し続け、今日終業式に出席し夏休みを迎えることが出来、T子もほっとしたとのこと。[とにかく母子二人が夏休みまでだましましやっこられたことを評価しつつ、その一方でK子はいまだ登校できなくて当たり前の状況(身体症状が出る)なので、児童精神科への受診を勧める。またK子やT子がS郎に対してびくびくして生活している状況の打開を(父子関係、夫婦関係の改善を)図らなければ、根本的な解決は難しいと伝えた。]

<12回>8月中旬から<17回>10月下旬

2学期に入っても、一進一退の状況が続き、T子が精神的に不安定になってきた。K子の方は、相変わらず登校したり欠席したりの日々だが、児童精神科医のサポートもあり、中学受験のことも考え始められるようになってきた。

<18回>11月上旬

T子が不調のため、姪を心配したT子の叔母E子が来談した。このところT子とS郎が激しく夫婦喧嘩しなのしり合う状況が続く、K子がおびえているのを看過できず、何とかしたいと痛感した。E子の目から見ても、S郎は外面はいいが、プライドが高く、社会性に乏しい内弁慶であり、自身のカウンセリングの必要性を否定し、来談も見込めない状況にあるとのこと。T子のケアが最優先課題であり、今後E子の協力を得ながら、カウンセリングを継続していくことにした。

<19回>11月中旬から<22回>12月下旬

E子の勧めによりT子も精神科に通院し始め、精神的に大分安定してきたとのこと。K子の進路としては小規模な私立の女子校をめざすことにしたとのこと。[夫婦関係の問題は今後長期的に改善を図るようになればいいので、K子の中学受験が終わるまで、小さなことには目をつぶり、S郎との関係を荒立てないほうがいいとアドバイスした。]

<23回>X+1年1月中旬から<28回>3月下旬

K子の中学受験はなんとか第3志望のD学園中学(小規模な女子校)に合格し一段落し、C小学校を無事卒業したとのこと。その一方で、T子のS郎に対する不満が募り、もっぱら夫に対する不満や愚痴を語り、T子とS郎の中年夫婦の問題が明らかになってきた。

[攻撃的な暴君S郎のケチで金銭的に細かい肛門期的性格や神経症的な行動傾向(部屋がきちんとしてないと気がすまないところなど)が本ケースの根本にあり、そのS郎の存在をいやいやながらも看過し許してこざるを得なかった、自己主張の乏しいT子の対人関係の拙さが明らかとなった。]

<29回>X+1年4月中旬

K子が無事D中学に入学し登校しはじめ、ひとくぎりがついたとのこと。今後は、K子の不登校問題のサポートをしていきながらも、カウンセリングの中心課題を、T子自身の対人関係や生き方の問題にシフトしていくことを提案し、同意を得た。

また、本問題の根本的な解決に向けて、夫S郎の協力が不可欠なため、「一度来談いただきたい」旨のカウンセラーからの書状を手渡した。

<30回>4月下旬

K子は毎日登校しているとのこと。友人も出ると、日曜日には早速友人6人で遊びに行ったとのこと。近くのテニススクールにも通い始めた。最近父S郎がK子の茶碗を使ってお茶を飲んだのをすごく嫌がった。生理的に嫌悪している様子。しかしテニスに行くときは父に車で送ってもらうのはまんざらでもない様子。[思春期特有のアンビバレントな父子関係が見受けられる。]

夫S郎は5月中旬ならば、来談できるとのこと。

<31回>5月上旬

来談するなり、夫S郎の問題を20分ほど切々と語る。K子はなんとか登校を続けている。入学後1ヶ月が経過し、T子もひとまずほっとしたようだ。「自宅の庭の薔薇の花が去年とは違って美しく感じられるし、地に足が着いて歩ける感じがす」と語った。近々S郎が来談するので「くれぐれもよろしく御願います」と語った。

<31-2回>5月中旬(S郎との初めての面接)

腰が低く、人当たりのよい、その一方で神経質そうな、中年男性であった。一見したところ、家庭で妻子に暴言、暴力を振るうようには見えない。まずCo(カウンセラー)が「ご多忙のところ来談ありがとうございます。K子さんが4月から、中学に通えるようになってよかったですね。しかしまだ安心は出来ません。ご自身の父子関係やご夫婦の関係を、時間をかけて改善していただかないと、また不登校になりかねないと思います。」と協力を要請した。またCoが「この1年間、K子さんの不登校問題を含め、先生もご多忙で大変でしたね。」と問いかけると、「職場でも、教育研究だけでなく、入試業務や学生のさまざまな問題に取り組まなきゃならないものですから・・・、大変です。また大学教員の子どもが不登校なんて、恥ですし、酒を飲んで家に帰っても、つまらないことでイライラしてしまい、妻や子どもに暴言を吐いたり、暴力を振るってしまいました。悪いとわかっているのに・・・情けないです。」とこれまでの苦しかった心境を語った。

S郎の職場と家庭の狭間での苦悩を共感しつつ、その一方で「当分Coとして奥様を支えますが、ご主人は仕事に没頭するだけではなく、可能

な範囲で家族関係の改善も図ってください。それから、飲酒だけでなく、休日には健康的なリフレッシュの機会（スポーツなど）を持つことをお勧めします。」と助言した。

<32回>X+1年5月下旬から<57回>X+3年3月下旬までの約2年間

T子の生き方や夫婦関係の問題を中心課題としてカウンセリングを継続した。K子が中学2年になったX+2年の5月頃、T子が「そろそろ復職しようという気になった」と話したので、T子の職歴（新卒で2年間幼稚園教諭、その後コンピュータの専門学校で学びOLになったが、給料はいいが虚しさを感じ、再び別の幼稚園に8年近く勤めた。その後専業主婦。）をあらためて聴取し、時間をかけてT子自身のライフ・キャリアカウンセリングを行っていくことにした。

さまざまな角度から話し合った結果、T子は「S郎の妻、K子の母親だけでなく、これまでの経験を生かして教育現場でまた働きたいし、カウンセリングの勉強もしたい」と今後の方向性を明らかにしたので、CoもT子が再就職を目指すことに賛成し援助していくことにした。

またS郎とも必要に応じて数回カウンセリングを行い、父子関係や夫婦関係の問題だけでなく、S郎の職場の対人関係とメンタルヘルスに関しても相談に応じた。

<58回>X+3年4月下旬

Kが無事中学3年に進級した後、T子は4月中旬久しぶりに幼稚園教諭時代の仲間達と再会したとのこと。「子育てがうまくいっていない家庭（不登校、家庭内暴力など）が多かったので、K子が復学し2年間も無事登校してくれてほんとうによかったと思った」と語った。夫婦関係にも変化があった。S郎がこの4月に教授に昇格したとのこと。[Coも心より祝福した。] その際、家では普段強気のS郎が「不安だ。K子がいないと困る」などと珍しく妻に弱音を吐いたとのこと。T子の「今までの私の人生ってなんだったの?」という人生の苦悩が夫の出世によって救われた気がしたとのこと。[T子もこの2年間で少しづつ、夫に言いたいことを言えるようになってきたようだ。]

<59回>5月下旬から<68回>X+4年3月中旬

までの約1年間

就職活動およびカルチャーセンターでのカウンセリングの学習と取り組んでいるT子自身の再就職問題、中学3年になったK子の高校受験問題、夫婦関係の改善を図るためのカウンセリングを行った。再就職については、S郎の苦勞を目の当たりにして、必ずしも教員でなくてもいいと思えるようになったとのこと。

この1年間で特筆すべきこととしては<64回>11月上旬のカウンセリングの際、夫とのことは「大分開き直った感じです」、数日前に喧嘩したとき、夫に「K子の義務教育もあと半年ですし、離婚しましょう」と言ってしまったとのことである。それに対して夫は「だったら働け!」と暴言を吐いたが、翌日以降S郎の態度に変化が見受けられ、暴言や暴力も少なくなり、K子の問題や家事についても協力的になってきたとのこと。

[T子がS郎に、これまで言えなかった気持ちを思い切って言えて本当によかったと思う。夫との力関係がやっと対等に近くなったと実感した。]

また2月にK子がW高校（女子校）に合格しほっとしたとのこと。K子が父母の問題について「離婚してもいいよ」といつてくれたが、T子は、なかなか踏ん切りがつかず、夫婦関係を再度見直し、「このまま我慢してやっていくのも一案ですね」と、一進一退を繰り返し、揺れている状況であった。「ご夫婦の問題は今すぐに結論を出さなくてもいいと思いますよ。両者が納得できるまで、働きながら時間をかけてお二人で考えていったらどうですか」と助言した。

<69回>X+4年4月下旬

K子はW高校入学後、元気で登校しているとのこと。T子は高校のPTAの役員にもなった。また5月より以前勤めていた幼稚園の園長の紹介で、近くの児童館の臨時職員として就職することになったとのこと。主人は四苦八苦しながら大学教授の仕事がんばっています。最近昔から好きだった趣味の釣りを再開しました。夫婦関係の問題については、「今後時間をかけて考えていきたいし、夫とも向き合って話し合っていきたいと思えます」と語った。主訴の改善が見受けられたので、次回4年間にわたったカウンセリングを終結することにした。

<70回> 6月上旬

K子のはびのびと登校しているとのこと。T子も児童館で子供たちに囲まれて楽しく仕事をしているようだ。「必死で働いていた幼稚園教諭時代には感じられなかった、親の心情や子ども達の姿や思いを、違った立場から、肌で感じる事が出来るようになってよかったです。また大学教授として苦勞して働いている主人のことも多少は理解し、思いやれるようになってきました。」と語った。そこでCoは「夫婦関係の問題は時間をかけて話し合ってください。ご主人によろしくお伝えください。必要があればまた相談に応じます。そのときはお二人でどうぞ。」とアドバイスし、終結した。[その後は必要に応じて手紙でフォローしていくことにした。]

(3) 考察

T子とのカウンセリングの事例は、中年の人々を対象とする「中年福祉」(相談援助)の問題を考える上で、示唆に富む点が多い。

初めての来談当初のT子は、長女の登校拒否と夫のDV(長年苦しんできた夫婦関係の病理)の問題で苦悩していたが、その背景には、人生の「思秋期」を迎えた中年女性の典型的な心理的危機があったように思われる。T子はカウンセリングのプロセスを通じて、母子関係、夫婦関係など自身の対人関係や人生後半の生き方を問い直しながら、母親としてK子の登校拒否問題と取り組み、S郎の妻としてDVを伴った不健康な夫婦関係の改善をはかり、さらには、カウンセリングの勉強を始めたり、幼稚園教諭時代の友人と旧交を温めたり、PTAの役員になったり、職業人として再就職を果たすことが出来るようになるなど「中年危機」を脱しつつある。

また夫であるS郎も、T子と同様に、職場と家庭の狭間で、教師として、夫として、父親として、中年男性の危機を迎えて苦悩していたが、K子が復学し、「教育者の子どもの登校拒否問題」を恥じていた心の負担をなんとか解消できたし、教授に昇進したり、10年ほど中断していた趣味の釣りを友人と楽しむようになったり、心身の健康を取り戻しつつあるようだ。

T子とS郎の夫婦関係については、DVを伴っ

た危機的な状況からは脱しつつあるが、やっと二人で向き合い話が出来るようになってきたところであり、今後時間をかけて夫婦のあり方をじっくりと話し合っていかなければならない両者の課題であろう。場合によっては、夫婦療法⁵⁾、家族療法、離婚調停などの専門家の援助も必要であろう。

早坂泰次郎が『人間関係の心理学』で「日本人は基本的に、「世界—内—存在」(ハイデガー)」というより、むしろ「家族—内—存在」なのであり、「親子—内—存在」なのだ」と指摘している⁶⁾が、この4年間のカウンセリングを通じて、T子の生きる世界がK子との「親子—内—存在」から中年女性としての豊かな「世界—内—存在」へと変容を遂げたのであり、同時にS郎の生きる世界も、仕事人間の教師という「職場—内—存在」から、中年男性としての「世界—内—存在」へと変容したと思われる。

またK子もこの4年間で、母親との閉ざされた「親子—内—存在」から、友人達との学校生活やテニススクールなど開かれた「世界—内—存在」へと、共依存からの脱皮を遂げることが出来たのはまことに幸いであった。もしK子の登校拒否というきっかけが無かったら、例えば摂食障害に陥るなど、問題がさらに深刻化していた可能性も否定できないであろう。

現代社会に生きる中年夫婦とその家族への相談援助(「中年福祉」)の必要性を改めて再認識させられたカウンセリング事例であった。表面化した問題(この事例ではK子の登校拒否)のみならず、多くの中年夫婦が直面している「中年危機」の諸問題に焦点を当てた、相談援助活動(「中年福祉」)の実践が広く求められよう。

3. 「中年福祉」の実践と今後の課題

これまで「中年福祉」の必要性を論じてきたが、ここでは相談援助の実践に向けての今後の課題を明らかにしたいと思う。

(1) 相談機関、相談窓口の整備

中年の男女が直面している自身の問題、家族の問題、職場の問題を相談したり、問題を抱えていなくても「中年危機」の課題や自身の生き方を問い直したり、ライフキャリアカウンセリング⁷⁾を

受けることが出来るような相談機関、相談窓口の整備が今後必要である。

これまで中年の男女自身を対象者（クライアント）とした相談援助の実践は、精神科医療（病院、クリニック）、産業臨床（企業のカウンセリングルームや産業医）、母子相談、離婚相談など限られた分野で、心身の病理やさまざまな問題を抱えた、限られた人々にしか行われてこなかったように思われる。しかしながら、それらの相談援助は基本的には、心身の病気の治療、職場のトラブル解消やメンタルヘルス対策、就労問題、母子家庭問題、離婚問題など、どちらかといえば、単一の問題の解決を目指した専門分野に限った相談援助である。産業臨床においては、職場の問題以外の私的な問題、子どもの登校拒否や老親介護の問題は相談援助の中心課題ではないし、家庭児童相談や高齢者介護相談においては、相談を持ち込んだ中年男女自身の「中年危機」の問題はやはり中心課題ではないのである。

そうした状況の中で、これまで働き盛りの中年男女を対象とした相談援助を行う、総合的な相談機関や相談窓口の整備の必要性が十分認識されてこなかったように思われる。しかしながら、深刻化する苦悩する中年男女の抱えている諸問題や、潜在化している「中年危機」の課題を対象とした、中年男女自身が抱えている問題や、子育てや老親介護など家庭問題、夫婦の問題、職場や仕事の悩み、人生の悩み、生きがいやライフワークの模索などを、気軽に相談に応じてくれる、いわば家庭医的な、総合的な相談機関や相談窓口の設置がぜひ必要と思われる。

理想的には、中年を対象とした相談機関の設置が考えられるが、当面は、地域の福祉事務所や地区センターに、これまで欠落していた、中年の人々自身の相談に応じられる窓口を開設したり、「中年相談員（仮称）」を養成して配置することが考えられる。また産業臨床（企業のカウンセリングルーム）で実践されているメンタルヘルス対策や家庭児童相談機関や児童福祉施設などで、筆者がT子に対して行ってきたような、家庭児童相談だけではなく、中年自身を対象としたライフ・キャリア・カウンセリングやケースワークの実践も出来る相談員を養成することも考えられる

し、地域の在宅支援センターや高齢者福祉施設で、老親介護に苦悩する中年男女に対して、老親の介護問題だけでなく、同様の相談援助の実践が可能と思われる。

(2) 「中年相談員」の専門性の確立

これまで「中年危機」の問題に関しては、先に述べたように、精神科医（精神医学者）や臨床心理士（臨床心理学者）が相談援助活動の実践や「臨床社会心理学」⁸⁾などの研究を重ねてきているが、社会福祉の分野では、その実績があまり無く、今後中年を対象とした相談援助活動の専門性の確立が急務であろう。

かつて筆者が「相談援助の現象学Ⅰ」のなかで、社会福祉分野の相談援助の実践の特徴として「どちらかという公的扶助、施設入所など社会資源を活用した具体的なサービス（somethingness）を提供する相談援助に頼りがちであり、そうしたサービスの提供なしに精神的もしくは心理的な相談援助（nothingness）をおこなうカウンセリングの方法論的基盤の確立は未だ充分とは言えないように思われる」⁹⁾と指摘したように、「nothingness」の積極的な意味を再認識し、専門性の確立を目指していくことが求められよう。

また専門性としては、文学、芸術などのさまざまな人間や社会に関する学問、人生哲学、中年心理学（発達心理学）、精神科医療（サイコセラピー）、教育相談や家庭児童相談（カウンセリング、家族療法）、産業臨床（メンタルヘルス・カウンセリング、キャリアカウンセリング）の資質や自助グループの運営や学校、家庭、職場の調整能力などのソーシャルワーク等を統合した、ライフ・キャリア・カウンセリング、メンタルヘルスヘルスカウンセリング、総合的なソーシャルワークの資質や豊かな人生経験と成熟した人間性が求められる。そうした幅広い専門性を習得するための教育研修プログラムの開発と実践が今後の課題であろう。

(3) 他機関との連携

しかし現実的には、そうした幅広い専門性を一人の相談員が兼ね備えるのは無理がある。実際には、医療機関、産業臨床、職場、学校、警察、弁

護士、社会福祉施設・機関、民間相談機関、地域の人々などとの連携を図りながら、例えば、以前に筆者が「家庭相談員」の調査研究（共同研究）においても提案したが¹⁰⁾、家庭医（ホーム・ドクター）が専門医や専門病院との連携を図りながら患者の治療やケアに応じる様に、自らの専門性が不十分な問題については、援助者自身のネットワークを活用して、他機関との連携を図りながら、多くの中年男女が直面している「中年危機」の諸問題、苦悩している成人病、うつ病、神経症などの心身の病理、出社拒否、帰宅拒否症、児童虐待、DV、アルコール依存症、リストラ、熟年離婚などの問題、親子関係、家族関係の悩み、家庭児童問題（子どものいじめ、登校拒否、家庭内暴力、摂食障害）、老親の介護問題などを対象とした総合的な相談援助を目指していくことが必要であろう。

おわりに

これまで、筆者が痛感してきた「中年福祉」の必要性、相談援助のあり方、今後の課題などを考察してきたが、まだそのスタートラインについたばかりである。今後、共鳴してくれる仲間と共に、臨床心理士として、家庭児童相談（児童の両親）、学生相談（学生の両親）、企業におけるメンタルヘルス・カウンセリング（社員や管理職）¹¹⁾など、苦悩する中年期の人々に対する相談援助活

動の実践と研究を展開していきたいと思う。

<注>

- 1) 古川考順・庄司洋子・安藤丈弘『社会福祉論』有斐閣、1993年
- 2) 齊藤学『家族依存症』新潮文庫、1999年
- 3) 河合隼雄『働き盛りの心理学』PHP文庫、1884年
- 4) 筆者がかつて民間相談機関G相談室の非常勤カウンセラーとしてかかわったカウンセリング事例である。クライアントのプライバシー保護のため、本筋を逸脱しない程度に修正加工してある。本論文執筆にあたり、カウンセリング事例を活用させていただいたクライアントT子ご夫妻とG相談室関係各位に、この場を借りて深く感謝申し上げたい。
- 5) 佐藤悦子『夫婦療法』金剛出版、1999年
- 6) 早坂泰次郎『人間関係の心理学』講談社現代新書、1979年
- 7) ノーマン、C. ガイスバース他『ライフキャリアカウンセリング』生産性出版、2002年
- 8) 小此木啓吾他編著『臨床社会心理学3（成熟と喪失）』（現代のエスプリ別冊）至文堂、1980年
- 9) 小川憲治『IT時代の人間関係とメンタルヘルス・カウンセリング—現象学的臨床社会心理学（福祉心理学）序説—』川島書店、2002年、48頁
- 10) 小川憲治「家庭児童相談員の活動状況と今後の課題」（『長野大学紀要』第17巻第1号）、1995年
- 11) 小川憲治「職場の対人関係とメンタルヘルス—企業におけるカウンセリングの事例を通じて」（『長野大学紀要』第28巻3・4号合併号）、2007年