

心理・社会的課題を有する同胞のケアを担う ヤングケアラーの内的体験

Internal Experiences of Young Carers Caring for Their Siblings with Psychological and Social Issues

藤田 由起*
Yuki FUJITA

Abstract

The purpose of this study is to examine the internal experiences of adults who have siblings with psychological and social issues and have experience in caring roles in their homes and to find solutions to support young carers in such environments. An interview study was conducted with a woman in her twenties who had been responsible for household chores since childhood while supporting her brother who had problems with truancy and social withdrawal. The results suggested the following three possibilities. First of all, supporting siblings in line with their needs could also support young carers and the family. Second, it was necessary to have a viewpoint close to each family member and provide support in a companionable way. Finally, there is a need for a system that does not take a one-size-fits-all view of young carers and their families, but carefully assesses their situation and thoughts of individual families and links them to support.

I. 問題と目的

近年、支援を要する子どもの概念の一つとして「ヤングケアラー」に注目が集まっている。「ヤングケアラー」とは、「家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、18歳未満の子ども」（澁谷, 2018）のことである。近年では、三菱UFJリサーチ&コンサルティング（2021）が実施した全国調査によって、中学2年生の17人に1人、全日制高校2年生の24人に1人がヤングケアラーである可能性が示されたこと、ヤングケアラーが様々な心理・社会的影響を受けうるという調査・研究結果が多く示されるようになったことから、ヤングケアラーを対象とした支援についても拡充されつつある。多くの場合、ヤングケアラーのケアの対象者は障害・疾患を有する者であるが、ヤングケアラーは必ずしもそのような家族をケアする者ばかりではない。ケアラーに関する調査研究や広報啓発を行っている一般社団法人日本ケアラー連盟HPにおいては、「ケアラー」は「こころやからだに不調のある人への『介護』『看病』『療育』『世話』『気づかい』など、ケアに必要な家族や近親者・友人・知人などを無償でケアする人」と定義されている。また、同連盟が示すケアラーの具体例には、「アルコール・薬物依存やひきこもりなどの家族をケアしている」というものも示されている。「ひきこもり」などの心理・社会的課題の背景には精神疾患等が潜んでいる場合も少なくないものの、何らかの診断を一切持たない者がケアの対象である場合も存在すると考えられる。そして、このような傾向はヤングケアラーの場合も同様であると推察される。実際に、北山・石倉（2015）は、日本におけるヤングケアラーをめぐる課題について、ひとり親家庭、貧困、精神障害、虐待など社会の暗部が複雑に絡んでいることや、こうした複雑な事象の一端がヤングケアラーという形となって現れていることを述べている。これを踏まえると、「具体的な診断がついた障害・疾患を有する家族がいる」という場合だけでなく、何らかの心理・社会的課題が家庭内で生じている場合についても、子どものケア役割が発生する可能性があり、そのような場合、ケア以外の側面でも子どもの複雑な内的体験に繋がる要素が多く、

* くらしき作陽大学子ども教育学部 Kurashiki Sakuyo University, Faculty of Childhood Education

子どもの抱える葛藤も強まると推察される。

そして、ヤングケアラーという言葉がわが国において広まる以前より、障害・疾患を有するきょうだい(以下「同胞」)をもつ子ども達が受けうる心理・社会的影響については注目されており、心理学や特別支援教育等の領域で「きょうだい児」と呼ばれ、研究や支援実践がなされてきた。きょうだい児が受けうる具体的な心理・社会的影響としては、以下のようなものが挙げられる。例えばMeyer & Vadasy (1994) は、きょうだい児が「洞察力」「成熟」「誇り」「感謝」などの「得がたい経験」を同胞との関係の中で得る一方で、「恥ずかしいという思い」「罪悪感」「孤独感」「正確な情報の欠如」「将来の不安」などの「特有の悩み」も抱きやすいことを示唆している。また、発達障害の同胞をもつきょうだい児が抱えうる心の問題として、年齢や性別にふさわしくない高すぎる責任感をもつこと、自分を二の次にしてしまうこと、子どもらしく振舞う権利を認められないこと、愛情の不公平感を抱くことなどが示唆されている (Siegel & Silverstein, 1994; Harris, 1994/2003)。さらにきょうだい児は、明確に自身がケア役割を担っていると自覚しているとは限らないが、無意識のうちに同胞を気にかけてながら過ごしている場合が少なくない。実際にSiegel & Silverstein (1994) は、きょうだい児を4つのタイプに分けて捉えており、そのうちの1つとして、「親役割をとる子ども」を挙げている。また、きょうだい児が同胞のお世話や見守りのみならず、家庭内で親に代わり、家事役割等を担う場合もある。実際に2020年度の全国調査において、同胞をケアの対象としているヤングケアラーが担っている役割として「見守り」に加えて「家事」が多いことが示されていた。さらに同調査では、同胞をケアの対象としているヤングケアラーが担っているケア役割による負担感の違いについて分析し、「見守り」が「精神的にきつい」という感覚に、「見守り」および「家事」を担っている場合「時間的余裕がない」という感覚に最も繋がりやすいことを示唆している。これらのことを踏まえると、何らかの支援を要する同胞がいる場合、きょうだい児に養育的役割や家庭内での大人の役割が付与されやすいと推察される。依田 (1990) は、きょうだい関係は「タテ」の人間関係である親子関係と「ヨコ」の人間関係である友人関係を繋ぐ「ナナメ」の人間関係であり、親子関係と友人関係の橋渡しの役割を担うと示唆している。一方で、同胞への養育的役割や家事役割を家庭内で担っている場合、きょうだい関係は「タテ」の人間関係に近くなり、ほぼ対等な関係として協力したり喧嘩をしたりするような経験が持ちづらいうえ、本来は抱く必要のない過剰な責任をきょうだい児に抱かせてしまう可能性があると考えられる。このように、障害・疾患を有する同胞と過ごす生活の中で、大人に近い実務的負担や役割意識を背負うことは、同胞に対してのみならず、親や家族全体に対して強い葛藤を抱くことにも繋がり得ると推察される。

また、同胞が何らかの心理・社会的課題を有するヤングケアラーも存在すると推察される。三並・福山・原田・梶原・松浦・岡 (2014) は、不登校児童生徒のきょうだい児が、不登校に付随する家族の関係の崩壊を辛い経験として捉えやすいこと、「自身のつらさに気付いてもらえていない、理解してもらえない、という寂しさや悲しみ」を感じるものの、親に負担をかけまいと自分を犠牲にし、我慢することを示唆している。他にも和田 (2016) は、ひきこもりの同胞を有するきょうだい児が、「以前の家族のように『変わってほしい』という思いとやっぱり『変わらない』という思いの循環を経験し、葛藤することを示している。さらに、藤森・篠崎・漆山・土岐・松浦 (2017) は、同胞からの精神的暴力の被害経験のある者の方がそのような経験のない者よりも、青年期の精神的健康度が低いことを示唆している。このように、同胞の心理・社会的課題は本人や親のみならず、そのきょうだいにも大きな心理的影響を及ぼしうると推察される。一方で、そのような問題に付随してケア役割が発生した場合のきょうだい児の経験に焦点を当てた研究はほとんど見受けられない。

そこで本研究においては、心理・社会的課題を有するきょうだい児をもち、ケア役割を担った経験のある成人の家庭内での内的体験を探ることを目的とする。本研究の対象者のきょうだい児は何らかの心身の障害の診断名を明確に有しているわけではないが、従来のきょうだい児研究に倣い、対象者のきょうだい児を「同胞」と表記する。本研究では同胞の不登校、ひきこもり等に加え、ひとり親家庭や親との死別といった課題・経験を有する家庭で過ごした成人を対象とし、ヤングケアラーの内的体験の背景を複合的に考察する。これを通して、同胞との関係性はもちろん、家庭全体の関係性や課題に目を向けたヤングケアラーに対する支援の観点を得る。

また、本研究では対象者の成人後の歩みについても分析対象とする。ヤングケアラーは先述の通り18歳未満までを指す概念であるが、18歳以降においてもケア役割を担うことが多様な影響を与えうると示唆されている。具体的には、家族を介護する若者が「ライフコース選択の機会における困難」を抱えやすいこと（松崎，2015）や、ケア役割が過重な場合、今を乗り切ることには精一杯で、先のことを考える余裕がないこと（濱島，2021；田村，2019）等が挙げられる。すなわち、自身のことは後回しにして家族のために尽くすというヤングケアラーの特徴から、青年期に差し掛かり、自身の人生を歩んでいく際に自分の生き方の軸を見いだせない場合があると考えられる。このように、18歳を過ぎたからと言って困り感がなくなるわけではなく、むしろ青年期特有の課題が新たに出現しうると考えられる。これを踏まえ、「18歳」という年齢でケアラーを分けず、「こども・若者ケアラー」という連続的な視点で捉え、支援しようという考えをもつ自治体や団体も増えつつある。したがって、本研究においても対象者の18歳までの体験に限定せず、18歳以降の歩みについても含めて分析することとした。

II. 方法

1. 調査対象者の概要および調査時期

A（20代、女性）を対象とした。父親、兄、Aの3人家族であり、母親はAが小学3年生時に病死している。また、兄は皮膚の疾患を有しており、幼少期からストレスや皮膚疾患を理由として入院することもあった。Aは母親との死別前も母親や兄の入院準備や介助等を手伝っていたが、母親他界後、不登校になった兄と多忙な父親に代わり家事役割を本格的に担うこととなり、不安定な兄に気を遣いながら生活していた。Aに対し、X年6月にオンライン形式で半構造化面接を実施した。Aの兄は上記のような疾患も有していた一方、Aのケア役割は兄の疾患というよりも、主にひとり親家庭という家庭環境や、兄の不登校や精神的に不安定な状況に起因するものであったため、母親他界後のライフストーリーを主に研究対象として取り扱うこととした。

2. 半構造化面接の概要

家庭内でケアを担い始めた時期から現在までを回想してもらった形で半構造化面接を行った。具体的には、各時期の家族成員および家族外の他者との関わりや、家庭内外での生活で感じていたことについて尋ねた。面接の最後では、これまでの家族との経験が、現在の対象者自身にどのように影響していると感じるのかについて尋ねた。

3. 倫理的配慮

本研究の実施にあたり、筆者の所属機関の研究倫理審査委員会にて承認を得た。対象者に対しては、調査手続き前に研究の目的および内容について説明し、研究協力への同意を事前に得た。さらに、負担を感じた際はいつでも中断できること、回答拒否による不利益は一切ないことを説明した。また、面接後にも対象者と連絡を取り、体調の変化がないか確認を行った。

4. 分析方法

(1)KJ法によるカテゴリー抽出：逐語記録をKJ法（川喜田，1967）の手順でラベル抽出・切片化し、時系列ごとに出来事や付随する感情等のカテゴリー分類を行った。グループ化を繰り返し、小カテゴリーとそれをまとめ上げる大カテゴリーを抽出した。

(2)TEM図の作成：(1)のカテゴリーを基に、複線径路・等至性モデル（Trajectory Equifinality Model：TEM）（サトウ，2009）の概念に基づき分岐点、等至点、必須通過点を設定した。さらに、それらのポイントに影響を与えた要因を「社会的方向づけ（Social Direction: 以下「SD」）」及び「社会的ガイド（Social Guidance: 以下「SG」）」として設定し、TEM図を作成した。

Ⅲ. 結果

1. TEMによるモデル図の作成

上述の手順に基づき、TEM図の形で図式化した (Fig1)。また、図中に矢印で示しているSD及びSGの詳細についてTable1、2に示す。本文中では、TEM図中のカテゴリーを<>で示す。また、半構造化面接で得られた発言は『 』内に示す。

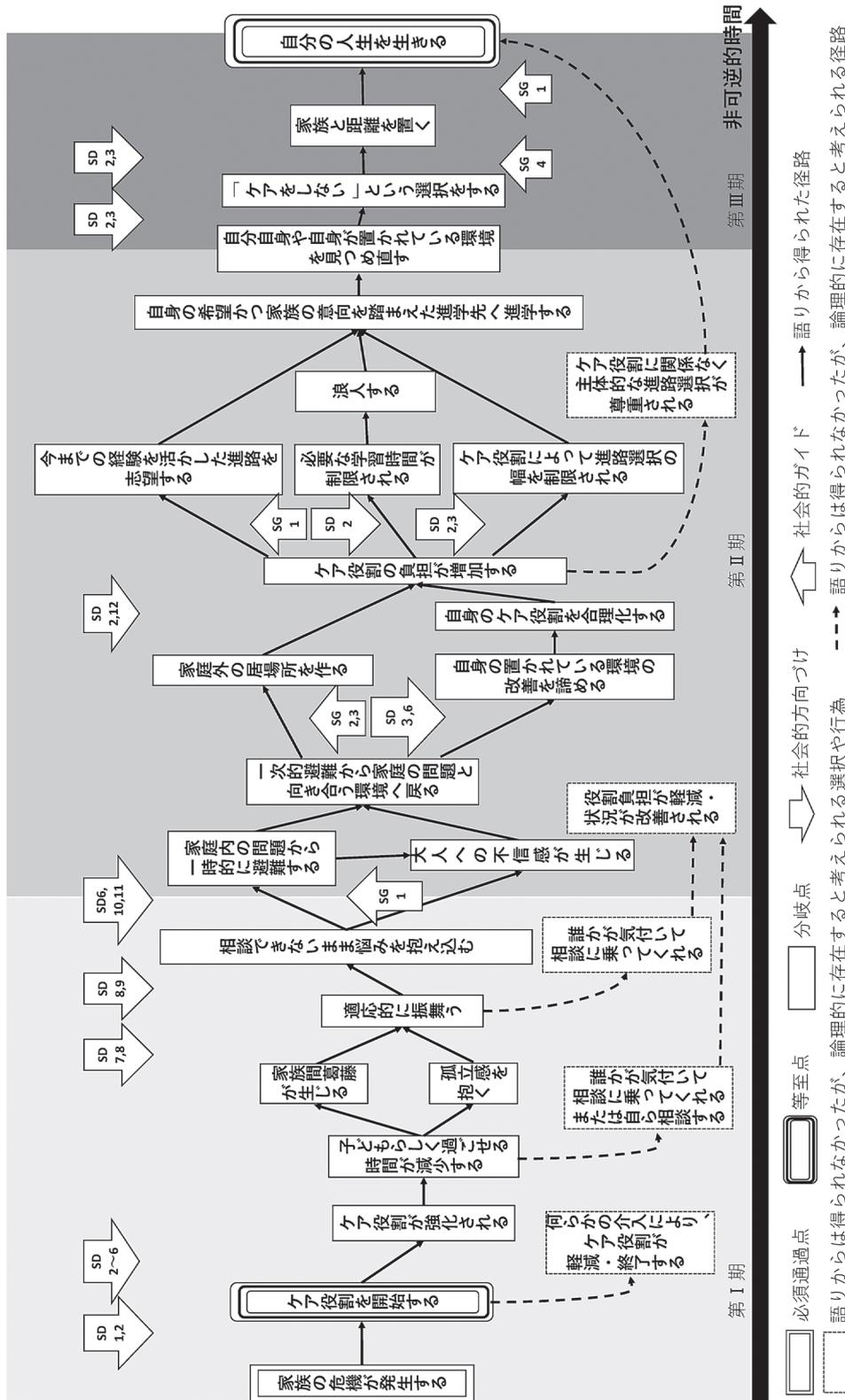


Fig1 Aがケアを担いながら家族と過ごしてきたプロセス

Table 1 Aのストーリーラインから見出された社会的方向付け

SD 1	同胞の精神的ショック
SD 2	同胞の心理・社会的課題
SD 3	家庭の状況改善への父親の消極的態度
SD 4	身近な他者への援助要請に対する父親の消極的態度
SD 5	家族外の他者への同胞の不信感
SD 6	家庭環境に合った社会的資源の不足
SD 7	自身が頼れる資源に関する情報不足
SD 8	開示や相談を躊躇させる社会的背景
SD 9	子どもの適応的態度の背景に目を向ける周囲の大人の視点の不足
SD 10	同胞の心理・社会的課題の長期化・悪化
SD 11	家族を思っの父親の行動
SD 12	父親の仕事の変化

Table 2 Aのストーリーラインから見出された社会的ガイド

SG 1	家族外の他者の配慮・理解
SG 2	父親の理解
SG 3	家以外での活動の充実・やりがい
SG 4	父親の仕事の変化

2. 第Ⅰ期から第Ⅲ期までの各時期について

等至点として、〈ケア役割を開始する〉と〈自分の人生を生きる〉を設定した。そして、〈自分の人生を生きる〉に至るまでのAの体験について、全部で3つの時期に分類した。

第Ⅰ期は、Aが本格的なケア役割を担い始め、ケアの関する悩みを抱え葛藤しながら過ごす時期、第Ⅱ期は、これまでの経験からケア役割への抵抗を諦め、大人への不信感を抱えながらも自身の支えや希望を見出していく時期、第Ⅲ期は、「ケアラー」としての自分から解放され、自分の人生を楽しみながら生きる時期であった。

3. 各時期におけるプロセス

(1)第Ⅰ期：Aは小学校低学年時より癌を患う母親の入院準備の手伝い等を行っていたが、小学校3年生の時母親が他界し、〈家族の危機が発生する〉。母親を亡くした精神的ショックにより『兄は荒れ』(SD1)、その後長い不登校状態となった(SD2)。このような家庭内の変化により、父とAの二人だけで家事を担わなければならないという事態が発生し、Aは家事を主とした〈ケア役割を開始〉した。Aは家にいるのに家事をせず、Aに家事を押し付けてくる兄(SD2)に対しても、そのような状況を積極的に改善しようとする父(SD3)に対しても不満を募らせつつ、ケア役割を担っていた。また、母親他界前は、友人家族や親戚を頼り、支えてもらうことも多かったものの、『父親が遠慮したのか』、そのような家族外の他者を頼ることが少なくなった(SD4)。さらに、母親の他界後、兄が家族外の他者へ強い不信感を抱いており、自宅へ家族以外の人をいれることを拒否していたこと(SD5)、父子家庭というAの家庭環境に合った社会的資源が当時不足していたこと(SD6)などの背景も重なり、Aの〈ケア役割が強化され〉、Aがケア役割を担うことが定着した。それに伴い、友人と遊ぶ時間が制限されるなど、〈子どもらしく過ごせる時間が減少〉した。そのような生活の中でAは〈家族間葛藤〉を深め、さらに同年代からの〈孤立感を抱く〉ようになった。一方で、スクールカウンセラーもAにとっては馴染みがなく、家庭の問題の助けになるという感覚を抱けない存在であった(SD7)。また、『兄が不登校になっているせいで家事をしているんだよ』

とか、(家庭の事情を) 一歩二歩先まで話すのが何となく嫌だった』とAは語っていた。このように家庭内の複雑な事情を誰かに相談することへの抵抗感を生活の中で漠然と感じていたこともあり (SD8)、家庭の悩みを気取られないよう『勉強頑張るいい子ちゃん』として<適応的に振舞って>いた。母親が他界した時期の担任はAの状況を気遣ってくれたものの、A自身の上記のような振舞いから、その他の教員には『ケアをしなきゃいけない子』と捉えられず、気かけられたことはほとんどなかった (SD9)。そのような生活が続く中で、周囲に相談できないまま家庭の悩みを一人で抱え、深めていった。

(2)第Ⅱ期：上記のような状況が続く中、家族外の大人を信用せず、未だ特段の支援に繋がっていなかった兄からAへ手が出るようになった (SD6, 10)。そのような家族の状態を危惧し、Aを守ることや、自身が兄と向き合うことを父親が考えた末 (SD11)、小学校6年生の1年間のみ、伯母宅でAだけが生活することになり、<家庭内の問題から一次的に避難する>こととなった (SG1)。一方でこのような父親の選択は、母親他界当時の担任以外の大人に気かけられる経験がなかったAにとって、父親すらもAよりも『兄を優先』し、自分のことを蔑ろにしているように感じられ、大人への不信感が募る一要因となった。

中学生になると、父親と兄との3人の生活に戻り、<一時的避難から家庭の問題と向き合う環境へ戻った>。この時期になると、父親の中でのAに対する「子ども」としての扱い・認識が薄れており、父親の『小さい子に家事をさせて申し訳ない』という感じがなくなり、『当たり前のように』Aが家事をするようになった。特段家庭外の支援もない中で (SD6)、Aは当たり前に関与役割を担う状況に戻り、半ば<自身の置かれている環境の改善を諦めた>。そのような中で、『これが私の家のやり方だから』と、<自身のケア役割を合理化する>形で、同級生と比較し悲観するようなことは少なくなっていた。

一方で、部活動には同級生と同じように参加できており、『そういう意味では最低限のことはさせてもらっていた』 (SG2)。そして、部活動に充実感ややりがいを感じたり (SG3)、気を遣いすぎず自然な気配りをしてくれる友人ができたりと、<家庭外の居場所を作る>ことができ、この時期の精神的な支えとして機能していた。

そのような中でAが高3になると、父親の単身赴任に伴い、生活費の管理や兄を支える等の<ケア役割の負担が増加する>。この時期には兄のひきこもり状態がやや改善されていたものの、兄の浪費等の行動 (SD2) により、Aの役割負担がますます増加し、受験期においては、<ケア役割によって必要な学習時間も制限>された。

また、進路選択においても、経済的理由やAが兄の面倒を見る前提で遠方の大学は選択肢から外され (SD2, 3)、<ケア役割によって進路選択の幅を制限される>。それでも友人等に支えられ努力し (SG1)、『自分のように苦勞する子どもを減らしたい』と<今までの経験を活かした進路を志望するようになった>。

学習時間の制限もあってか1年<浪人する>が、その後<自身の希望かつ家族の意向を踏まえた進学先へ進学する>ことができた。

(3)第Ⅲ期：大学進学後もAは兄との二人暮らしでケア役割を継続していたが、<自分自身や自身が置かれている環境を見つめ直し>、状況が好転する見込みのなさから (SD2, SD3)『半分諦め・無気力、半分「とりあえず大学生活を楽しみたい」』という気持ちで、家事を放棄し自由に過ごすことも増えた。このように、Aは<「ケアをしない」という選択をする>ことができるように徐々に変わっていった。そのような生活を数年続けた後、父親が定年退職し、家事や兄の世話を父親がすることができるようになったこと (SG4)、『実家の状態に耐えられない』という感情が高まっていたことから、父親を説得し一人暮らしを開始した。さらに、父親には緊急時以外には『連絡しないでくれ』と伝え、実家にはほとんど帰らなくなり<家族と距離を置く>こととなった。現在は就職し、周囲の人間関係にも恵まれながら (SG1)、<自分の人生を生きる>ことができています。

IV. 考察

1. Aのケア役割や家族関係に対するネガティブな感情に影響を及ぼした要因について

Aは、自身のケア役割や家族関係に対して一貫してネガティブな感情を抱いていたが、自身の発達や環境の変化によって、感情が複雑に揺れ動く様子が見受けられた。このような感情に影響を及ぼした要因について、主にSD、SGに設定した項目を基に考察する。

(1)Aの「喪の作業」について：まず、Aは母親の死をきっかけに兄は不登校、父親は仕事と家庭の両方の負担を抱えた多忙な生活を余儀なくされる状態となり、Aが本格的にケア役割を担うこととなった。Aはこの時期、家にいるのに家事をせず、Aに家事を押し付けてくる兄と、そのような状況を積極的には改善しようとしないうち父親両方に対して不満を募らせていたと語っている。ここで兄は不登校という課題を抱えることになったものの、これは自身の悲哀や精神的ダメージを表出できているという見方をすることもでき、それによって兄は学校へ行かず、ケア役割も担わずにゆっくりと過ごす時間が保障されたとも考えることができる。それに対し、A自身も母親の死に対して心理的な揺れを多かれ少なかれ体験したと思われるが、そのような気持ちに十分に配慮されぬまま、家庭の中での責任を負うことになったと推察される。Freud (1917/2023) は、「喪の作業」という言葉で喪失後の心の営みについての理論を提唱している。Freud (1917/2023) は喪失後の心の営みについて、「対象への罪悪感・悔み・償いの心理・対象への恨み・対象からの怒りへの恐怖などのさまざまを体験していくことにより、失った対象への囚われが解消されていく」と述べており、大切な他者を喪失する経験から、複雑な感情が生じうると考えられる。Aは、母親が他界後すぐに本格的にケア役割を担うこととなったため、そのような感情をゆっくり受容していく作業が困難だった可能性が考えられる。そしてAのように、何らかの家族の危機をきっかけとしてケア役割を担うことになるヤングケアラーは多く、家庭を維持していくための緊急措置として、新しい家庭内役割への適応を余儀なくされてしまいやすい。一方で、子どもがケア役割を担わざるを得ない状況であったとしても、子どもの気持ちに対する十分な配慮やフォローがあるか否かによって、ケア役割のある生活で抱く感情も異なると考えられる。したがって、どうしても子どもに何らかのケア役割をお願いせざるを得ない場合、その後子どもの負担が過重になることを防ぐための手立てを考えていくことは勿論、家族が子どもの気持ちに十分配慮する姿勢を持って子どもに関わることができるよう、支援していくことも重要と考えられた。

(2)Aの同胞が抱える心理・社会的課題と、それがAに与えた影響について：また、Aのケア役割や、それに伴うネガティブな感情の背景の一つとして、兄の心理・社会的課題があった。兄は不登校状態になって以降、長きにわたって特段の支援を受けず、ひきこもり状態で過ごしていた。支援に繋がらなかった背景には兄自身の大人への不信感が関係していたものの、兄と伴走的に関わる存在が必要であったと考えられる。伊藤 (2022) は、不登校の児童生徒が家に引きこもり、家族でさえ顔を合わせにくい状況になる時期があるが、その時期は本人もどうしてよいかわからない時期であると述べている。そして伊藤 (2022) は、このような時期には、保護者も本人とどのように接したらよいかわからなくなると述べている。田嶋 (2010) は、不登校援助の基本として、周囲との関係を「切らない、維持する、育む」ことを挙げている。さらに山中 (1978/1996) は、不登校の児童生徒の多くは、自身のエネルギーを無意識的に内側に向け、エネルギーを外側に向けることの苦しさから不登校という状態に至っており、一方でこのような自身の体験を言葉にできない状態にあると述べている。そして、そのような不登校の児童生徒は、必要時に外との関係性を持つことができるよう、こころに「窓」を空けており、「僅かに開けられた『窓』を通じて『君の存在そのものが、意味ある大切なことなんだ』と伝えてやること」が大切であると山中 (1996) は述べている。Aの兄の場合は、このような「窓」から寄り添って関わってくれる大人や、自身のペースに寄り添い、共に歩んでくれる大人が不在であったと推察される。したがって、Aの兄が大人を拒絶していたとしても、その背景に目を向け、兄に最も近い大人である父親と協力しながら兄を支援することが必要であったと考えられる。また、A自身も、父親の目が不登校の兄に向いており、自身の思いに十分に目を向けてもらえな

いといった感覚を抱いていた。加えて兄はAにとって、「自分にケアを押し付けてくる存在」「気を遣いながら関わらなければいけない存在」となっており、ケア役割への葛藤を深める要因となっていた。これらを踏まえると、兄の不登校およびその背景にある心理・社会的課題は、兄は勿論、Aや父親を含めた家族全体の葛藤に繋がっており、さらに家族への支援がない状態が長期的に続いたことによって、家族全体が社会から孤立していくことに繋がったと考えられる。したがって、適応的に過ごしている不登校児童生徒のきょうだいにも目を向け、彼らの主体的な思いに目を向けようとする態度をもつことが、不登校児童生徒の家族全体への支援に繋がり、ケア負担の軽減にも間接的にポジティブな影響を及ぼす可能性が考えられた。

(3)父親の態度がAに与えた影響について：Aがケア役割を担う状況を父親が「仕方ない」と捉え、その状態を改善するために動いてくれなかったことに対し、Aは強い不満を抱いていたと語っていた。Aldridge & Becker (1993) は、子どもの権利条約の観点に基づいて、「ヤングケアラーの権利」を16種類掲げている。その中には、「(子どもであることや介護者(ケアラー)であること、もしくはその両方であることを)自分で選択・決定できる権利」や「話を聞いてもらえ、信じてもらえる権利」、「遊んだり、楽しんだり、余暇をもったりする権利」などが含まれている。Aは、自身がケアラーであることについてどちらかという否定的な感情を強く抱いており、その状況を主に父親に改善してもらうことを望み、実際に主張していた。一方でそのような望みは、Aが青年期に自ら家族と離れるまでの間、Aの望む形でかなえられることはなかった。また、澁谷(2021)も同様に、「家族のケアをするために学校に行くことができなかつたり、学校生活を十分に楽しむことができなかつたり、自分の時間をもつことができなかつたり、生活に大きく影響する事柄について自分の意見を聞いてもらえなかつたりするヤングケアラーは、子どもとしての権利を守られていない」と指摘している。Aからも、ケアによる自身の生活の制限から、友人関係の中で孤立感を抱いたり、思うように勉強に取り組めなかつたりしたことが語られていた。このことから、Aは自身が有する子どもとしての権利やヤングケアラーとしての権利を十分に保障されていなかったと考えられる。したがって、Aの思いや願いが尊重され、子どもらしく過ごすことを保障するという姿勢や、子どもがケアを担う状況を「仕方ない」と捉えずできることを考えるような姿勢が周囲に必要であったと考えられる。

一方で、Aの父親は家族を経済的に支えることや、心理・社会的課題を顕在化させている兄への対応等のために苦心しており、親の努力のみではどうしようもない状況に陥っていたと推察される。実際に濱島(2021)は、ヤングケアラーの保護者も、子どもに対する罪悪感を抱えながら、自身にできることを尽力するものの、それでも子どもがケアを担わざるを得ない状況に陥っている場合があり、「子どものしんどさの後ろには親のしんどさがある」と述べている。したがって、このようなヤングケアラーの権利が保障されていない状況を親のせいにし、親にのみ対応を求めることが解決策になるわけではないと考えられる。このようなことを踏まえると、ヤングケアラーの家庭内の状況を俯瞰的に把握し、必要な資源を提案・提供するような支援システムの構築が必要と考えられる。特に、本研究のケースにおいては、A、兄、父親の3人それぞれで、ケアを伴う家族関係の中で多様な心理的揺れを経験していたと推察される。したがって、Aは勿論、家族それぞれに寄り添い、伴走的に支援するような視点が必要と考えられた。

(4)Aの家庭の社会的資源への繋がりにくさについて：Aの場合は兄に皮膚の疾患以外の心身の障害に関する診断がついていたわけではなかったものの、大きな心理的揺れを経験し、心理・社会的課題や精神的不調を長きにわたって呈していたと見受けられる。一方で、医学的な診断がついていたわけではなかったため、医療機関との繋がりはなく、また兄本人の拒否感から、福祉的・教育的支援に繋がることもなかった。このように、家族の困り感があるにも関わらず、支援に繋がらず見過ごされやすいケースも少なからず存在すると考えられる。またAは、当時は母子家庭と比較し父子家庭向けの支援が少なかったこと等から、支援に繋がりにくかったと振り返っている。これらのことから、多様な家庭の状況に対応する資源が必要と考えられる。具体的には、ヤングケアラーやその家族を画一的な見方で捉えず、個々の家族の状況や思

いを丁寧にアセスメントし、支援に繋げるシステムが必要と考えられた。

さらに、Aの家庭の場合、兄の不登校や母親の他界等について、少なくともAや兄の学校は把握していたが、そこからAのケア役割に関する悩みに誰かが気づき、目を向けるということはほとんどなかった。Aの家庭は上述のように、社会資源に自ら繋がるのが難しい状況であったため、不登校や家族の死などの問題について把握している立場の人々が、それらの問題の子どもへの影響性に注意深く目を向ける必要があると考えられる。澁谷(2017)によると、イギリスにおいては「2014年子どもと家族に関する法律(Children and Families Act 2014)」によって、ヤングケアラーの支援について定められている。この法律においては、ヤングケアラーが「要支援児童」の中に位置づけられている。澁谷(2017)はこのことについて、「ヤングケアラーは第一に子どもであり、まずは子ども法の中で規定されるべきであること」が、法律作成に携わった人々の間で明確に意識されていたことが読み取れると述べている。また、この法律により、地方自治体がヤングケアラーのニーズに関するアセスメントを行うことが義務付けられ、さらにヤングケアラーである可能性があるものの、自ら支援を要請することが難しい子どもに対しても地方自治体から働きかけることが可能になっている。このように、イギリスにおいてはヤングケアラーを要支援児童とみなし、社会が積極的に彼らの困り感に目を向けようとする意識を作るための土台があると考えられる。日本においてはこのような社会の意識は不十分であり、ヤングケアラーに積極的に目を向けるための視点や意識を社会の中で育てていくことが必要と考えられる。また、前述のように日本におけるヤングケアラーは、ひとり親家庭、貧困、精神障害、虐待など社会の暗部が複雑に絡んでいるため(北山・石倉, 2015)、「障害・疾患を有する家族がいる」という観点だけでなく、様々な切り口からヤングケアラーの問題が潜んでいないか意識する必要がある。特に、Aのように子どもを取り巻く環境が変化していることが明らかである場合は、より注意して見守っていく必要があると考えられる。有限責任監査法人トーマツ(2022)が発表した「多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル」においては、様々な専門職がヤングケアラーに気づくための具体的視点が明記されている。このような視点が周知・意識されることが、医療関係者や学校関係者等、子ども達や家族と日常的に関わる専門職の対応をきっかけとしたヤングケアラーの早期発見・早期支援に繋がり、さらには社会でのヤングケアラーの早期発見の意識へと繋がると推察される。さらにAの事例では、上述のように周囲に家庭のことで困っていることを悟られないように、Aが適応的に振舞っていたことから、学校や周囲が気づきにくかったと考えられる。奥山(2020)の中学校教員を対象とした調査では、ヤングケアラーと思われる生徒の「学校生活で生じている問題」として、「遅刻・欠席」が31%と最も多く挙げられている一方、次いで「特になし」が24%と多く示されていた。これを踏まえると、ヤングケアラーは“普通”から外れることや、自身や家族へ偏見の目が向けられることを気にし、自身が思う“普通”の状態を演じたり、何とか保とうとしたりしやすいと推察される。このようなヤングケアラーの心理の背景として、社会に根付いている家族主義的な価値観があると推察される。「ヤングケアラー」という言葉が社会に浸透し、子どもに家族へのケア責任を負わせる状態を改善しようという風潮も高まってきたが、一方で「家族を大事にすべき」という価値観が根強く残っており、それがヤングケアラーの援助要請のしづらさにも繋がっていると推察される。例えば澁谷(2017)は、ヤングケアラーが「家族思いの子ども」といった美談で捉えられやすいと指摘している。また、日本においてはひとり親家庭や共働きの増加など、家族の在り方の変化により、家庭内のケアは人員的にも時間的にも余裕をなくしつつあり(澁谷, 2018)、このような家族の形の変化が生じている一方、河西(2020)は、福祉制度の根幹の考えは、セーフティネットとしての家庭の機能を前提としていると指摘している。このような制度のもと、社会においても「家族」が家庭内ケアの責任者であり、家族をケアするのは当然という価値観も根強く残っていると考えられる。このような家族主義的な価値観が根強く残る日本において、ヤングケアラーが自身のケアや家族に関する困り感を発信することは、「家族を批判している」「家族を蔑ろにしている」と捉えられる可能性もあり、ヤングケアラーの主體的な援助要請を阻むものと考えられる。一方で、家族のために頑張っていることや、その中で身に付けたことがヤングケアラーの自信に繋がる場合もある。したがって、「家族を大事にすべき」という価値観を真っ向から否定することは、ヤングケアラーにとってそのような自身の頑張りを否定されたと感じることに繋がる可能性もある。これらのことから、社会に対しては、

セーフティネットとしての家族の機能を前提とした福祉制度から脱し、社会全体でケアを要する人を支えるという視点をもつこと、ヤングケアラーを支える個人に対しては、自身の家族観というフィルターを通してヤングケアラーを見るのではなく、そのようなフィルターを外し、彼らの率直な思いを傾聴し受容する姿勢が大切と考えられた。

(5)Aを取り巻く環境への社会的スティグマについて：Aの場合は兄の障害・疾患というよりも、不登校や心理・社会的課題を原因としてケア役割を多く担うこととなったが、Aは『兄が不登校になっているせいで家事をしているんだよ』とか、(家庭の事情を)一歩二歩先まで話すのが何となく嫌だった』と語っている。白井(2023)は、不登校児童生徒の保護者が、不登校やひきこもり等に対して社会的な偏見があることで、家庭でそのような問題を抱えていることを知られたくないと感じ、相談しづらさを抱え、結果として孤立感を深めることがあると示唆している。さらに、「先の見えない不安や焦燥感、努力の成果が得られないことによる無力感等から、学校への“行きづらさ”が保護者の“生きづらさ”につながっていくことが懸念される」と白井(2023)は述べている。これは不登校児童生徒の保護者に関する知見であるが、このような不登校への偏見の目に晒され、生きづらさや孤立感を深めるという点は、不登校児童生徒の家族であるきょうだいも同様であると考えられる。このように、障害・疾患への社会的スティグマ以外にも、不登校やひきこもり等、子どもがケアを担う背景にある様々な課題への社会的スティグマが、ヤングケアラーの相談しづらさに繋がり得ると推察される。したがって、ヤングケアラーの周囲の大人がヤングケアラーの家庭環境についてポジティブ・ネガティブ両方の意味で特別視している感じを本人に出しすぎずに、日頃の関わりの中で「気にかけてくれている」とヤングケアラーが感じることはできるよう、日常的な声掛けや関わりを積み重ねていくことが必要と考えられた。その他、ヤングケアラー本人のみに向けてではなく、ヤングケアラーの家庭以外の居場所になる可能性が最も高い学校等において、障害や貧困、不登校等、子どもを取り巻く様々な課題へのスティグマに関する心理教育を日頃から行っておくことも、ヤングケアラーが相談しやすい環境の土台作りに寄与すると考えられた。

2. Aの「家族と距離を取る」、「ケアをしない」という選択の意味やそれに至るまでの内的体験について

Aは、「家族と距離を取る」、「ケアをしない」という選択をする」といった道りを経て、最終的に「自分の人生を生きる」段階へたどり着いている。Aはここへ至るまでに、前項で述べたような様々な社会や家族からの影響により、大人への不信感や自身の置かれている環境の改善の諦めを経験している。一方で、進路選択の際は今までのヤングケアラーとしての経験を活かした進路を自ら志望し、自身の希望と家族の意向をどちらも踏まえた進学先へ進学している。濱島(2021)は、「つらい状況でもやり抜く強さを持つ者や、他者の気持ちを汲み取ることに長けている者、心の底から優しい者、他の人の期待に応えようと精一杯努力する者」など、ヤングケアラーには様々な価値を持つ者がいると述べている。Aについてもこのような価値を身に付けており、自身の経験を他者のために役立てたいという考えに至ったと推察される。また、第Ⅱ期においては、ケア役割の負担が増加し、自身の生活への制限が大きくなることもあったものの、友人の配慮・理解や、家以外の活動において充実感ややりがいを感じるが増えていた。このように、家庭外の生活が充実し、信頼できる存在ができたことが原動力となり、家族から適度に離れ、自身の希望を見つめることに繋がったと推察される。

そして、進学後に自分自身や、自身が置かれている環境を見つめ直した結果、Aは初めて「ケアをしない」という選択をしている。これはケアをせざるを得ない状況への抵抗を諦め、受動的にそのケア責任を引き受けていたAの主體的な選択と見ることができる。Aは当時について『もういいだろう』と思って』家事を放棄し、自由に過ごすことが多くなったと振り返っている。この「もういいだろう」という思いには、「ケアラー」以外の側面の自身を大事にしたいという思いや、これまで家族のために十分やってきたという自負、家族のために頑張ってきたにも関わらず、それが当たり前だと思われていることに対する怒りや反抗心、兄や父親に対する「自分の苦勞や思いをわかってほしい」という思いなど、様々な思いの増幅があっ

たのではと考えられる。前述のように、ヤングケアラーには「自分で選択・決定できる権利」などの権利が本来ある一方、青木（2018）は、ケアの受け手と担い手について、「共依存」という見方ができると述べており、一度「ケアする－される」という関係性が構築されてしまうと、そこから脱しづらく、ケアの受け手はケアの担い手の援助を必要とし、ケアの担い手はケアの受け手から必要とされることで存在意義を見出すという関係性に至りやすいと考えられる。そのような中でAがケアをしない選択をしたことは、Aが自身の権利を行使でき、家族との共依存的な関係の中ではなく、自立した形で人生を形作っていくための第一歩として大きな意味のあることだったと考えられる。Aの場合は自分の中で考えを整理し、このような選択をすることができたが、前述のような家族主義の影響を受け、「ケアをしない」という選択をすることを周囲から批判されることへの恐れや、家族への罪悪感からそのような選択ができないヤングケアラーも少なくないと考えられる。実際に藤田・遠矢（2023）は、ヤングケアラーがケアに対して否定的な感情を抱いた際、そのような感情を抱いてしまったこと自体に罪悪感をもつ可能性を示唆している。したがって、ヤングケアラーの複雑な感情にも配慮し、どのような気持ちでも尊重し受け止める姿勢を周囲の大人が示すことで、ヤングケアラーが自分の気持ちや考えを大事にすることができるようになり、結果として主体的な選択が促されやすくなると推察された。

なお、Aの場合はケアをしない選択をしたことで家族の健康面に多大な影響が及ぶということのない環境であったが、ヤングケアラーによるケアがないとケアの受け手の命にかかわる、健康面に多大な影響が及ぶという環境に置かれているヤングケアラーも一定数存在し、そのような事例の場合、「ケアをしない」という選択をすることが現実的に難しいと考えられる。このように、重い責任をヤングケアラーに課せば課すほど、彼らの主体的な選択権は奪われやすくなると推察される。よって、全てのヤングケアラーに対し、彼らが必要だと思う支援が与えられる仕組みづくりが必要ではあるが、特に上記のような過度な負担・責任のある状況で過ごすヤングケアラーに対しては、最低限「自分が自由な選択をしても家族に重大な影響が及ぶわけでない」と思えるような環境を社会が提供することが必要と考えられる。

そして、Aは家族と物理的にも心理的にも距離を置く選択をしたが、この選択についてもAが家族主義的な社会の価値観に惑わされず、自身の思いと向き合ったうえでの主体的な選択と捉えることができる。ヤングケアラーが「家族思いの子ども」として美談で捉えられやすいことは前述したが（澁谷，2017）、ヤングケアラー自身も周囲から「家族思いの子ども」であることを期待されていると感じ取りやすいのではと考えられる。また、「ケアの受け手と共依存的になりやすい」というケアラーの特徴からも、Aのような選択を取ることが困難な事例もあると考えられる。藤田・遠矢（2023）は、ヤングケアラーが前向き・健康的に生きていくために必要な要因の一つとして、「家族外に家族の状況を話せる存在」がいることを挙げている。家族と共依存的になり、さらには相談できずに孤立してしまうリスクを有するヤングケアラーにそのような他者がいることで、自分の思いを客観的に整理したり、他者からの受容・共感による安心感を得たりすることに繋がると推察される。そのような家族から離れた関係性の中で、自身の生き方を主体的に考え、選択することを後押しすることが、ヤングケアラーにとって大切であると考えられた。

なお、Aの場合はケアをしない選択や、家族から離れる選択をすることが、自分らしく生きることに繋がったが、自分らしく生きることに繋がる選択肢は個々のヤングケアラーによって異なり、個々の選択を尊重すべきと考えられる。藤田・遠矢（2023）では、決してケアをやめる・家族から離れるという選択をしたわけではないものの、充実感を持ちながら生きていくことができるヤングケアラーの事例が挙げられている。そしてこの事例の場合は、そこに至るまでの過程の中で、ヤングケアラーを支える様々な社会的・家庭的資源の存在があった。このことを踏まえると、どのような形の選択であれ、青年期の段階でヤングケアラーが自分なりに選択したことを肯定し、見守ることは勿論重要であるが、青年期に至るまでの過程の中で、ここまで述べてきたような支援を行い、ヤングケアラーが自分の思いを尊重されながら過ごすことを保障することにより、家族とちょうどよい関係性の中で付き合うことと、自分らしく生きることの両立に繋がると考えられた。

付記

本研究の結果の一部は日本特殊教育学会第62回大会にて発表された。

V. 引用文献

- Aldridge, J. & Becker, S. (1993) Children Who Care –Inside the World of Young Carers. Department of Social Sciences, Loughborough University. *Journal of Social Policy*, 23 (1) .
- 青木由美恵 (2018). ケアを担う子ども(ヤングケアラー)・若者ケアラー—認知症の人々の傍らにも—, *認知症ケア研究誌*, 2, 78-84.
- 藤森和美・篠崎なつ美・漆山まみ・土岐祥子・松浦正一 (2017). きょうだい間における精神的暴力の被害経験とトラウマの関連に関する研究. *学校危機とメンタルケア*, 9, 63-81.
- 藤田由起・遠矢浩一 (2023) ヤングケアラーの健康的で前向きな生活を支える要因の検討—複線径路・等至性モデルを用いて—. *リハビリテーション心理学研究*, 49 (1), 31-42.
- Freud, S. (1917) Trauer und Melancholie. 井村恒郎 (訳) フロイト著作集6「悲哀とメランコリー」. 人文書院, 137-149.
- 濱島淑恵 (2021). 子ども介護者—ヤングケアラーの現実と社会の壁. 角川新書.
- Harris, S. (1994). Siblings of children with autism. Woodbine house. 遠矢浩一 (訳) (2003) 自閉症児の「きょうだい」のために—お母さんへのアドバイス—. ナカニシヤ出版.
- 一般社団法人日本ケアラー連盟 (2021). ケアラーとは. <https://carersjapan.com/about-carer/carer/> (2024年7月17日閲覧) .
- 伊藤美奈子 (編著) (2022). 不登校の理解と支援のためのハンドブック 多様な学びの場を保障するために. ミネルヴァ書房.
- 河西優 (2020) 精神障害の親をもつ「ヤングケアラー」の語りにもみる社会的排除:「ケアする存在」と「ケアされる存在」のはざままで. *関西学院大学社会学部紀要*, 135, 129-208.
- 川喜田二郎 (1967) KJ法—混沌をして語らしめる. 中央公論社.
- 北山沙和子・石倉健二 (2015) ヤングケアラーについての実態調査—過剰な家庭内役割を担う中学生—. *兵庫教育大学学校教育学研究*, 27, 25-29.
- 松崎実穂 (2015) メディアにみる「家族を介護する若者」—日本における社会問題化を考える. *Gender and sexuality: journal of Center for Gender Studies, ICU*, 10, 187-201.
- Meyer, D. J. & Vadasy, P. F. (1994) . *Sibshops: Workshop for siblings of children with special needs*. Paul H. Brookes, Baltimore, Maryland.
- 三並めぐる・福山聡美・原田直樹・梶原由紀子・松浦賢長・岡多枝子 (2014). 不登校児童生徒のきょうだいの経験と支援に関する研究. *福岡県立大学看護学研究紀要*, 11, 11-20.
- 三菱UFJリサーチ&コンサルティング (2021). 令和2年度子ども・子育て支援推進調査研究事業 ヤングケアラーの実態に関する調査報告書. https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2021/04/koukai_210412_7.pdf (2024年2月5日閲覧) .
- 奥山滋樹 (2020). 公立中学校教員を対象としたヤングケアラーに関する生活状況および校内での支援に関する調査. *臨床心理学*, 20 (2), 220-228.
- サトウタツヤ (編著) (2009). TEMではじめる質的研究—時間とプロセスを扱う研究を目指して. 誠信書房.
- 澁谷智子 (2017). ヤングケアラーを支える法律—イギリスにおける展開と日本での応用可能性. *成蹊大学文学部紀要*, 52, 1-21.
- 澁谷智子 (2018). ヤングケアラー—介護を担う子ども・若者の現実—. 中央公論新社.
- 澁谷智子 (2021). 「ヤングケアラー」という視点をもった支援へ. *精神科看護*, 48 (7), 4-11.
- 白井絵里子 (2023). “相談のしづらさ”を抱えている人の自助を支える社会資源とは:不登校の児童、生徒を持つ保護者の状況から導かれる考察. *浦和論叢*, 69, 39-62.

- Siegel, B. & Silverstein, S. (1994) . *What about me? : Growing up with a developmental disabled sibling*. Perseus Publishing.
- 田村大幸 (2019). まさか母と同じ双極性障害に。就労でリカバリーする姿を見せてくれた母！. 横山恵子・蔭山正子・こどもぴあ (2019). 静かなる変革者たち 精神障がいのある親に育てられ、成長して支援職に就いた子どもたちの語り. ペンコム. 102-128.
- 和田美香 (2016). ひきこもり青年のきょうだいが家族から自律していく過程：自律を援助するおよび妨げる社会文化的影響. 発達心理学研究, 27, 47-58.
- 山中康裕 (1978). 思春期内閉論. 中井久夫・山中康弘 (1978). 思春期の精神病理と治療. 岩崎学術出版社.
- 山中康裕 (1996). 臨床ユング心理学入門. PHP研究所.
- 依田明 (1990). きょうだいの研究. 大日本図書.
- 有限責任監査法人トーマツ (2022). 令和3年度子ども・子育て支援推進調査研究事業「多機関連携によるヤングケアラーへの支援の在り方に関する調査研究」多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアル～ケアを担う子どもを地域で支えるために～. <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/jp/Documents/life-sciences-health-care/hc/jp-hc-young-carer01R.pdf> (2024年3月13日閲覧)

