

# 臨床心理学の実践教育における今日的課題

——「型」へのコミットメントから「主体的な」コミットメントへ——

今 田 雄 三

(キーワード：型，主体性，冗長性，臨床心理学，スーパービジョン)

## 1. はじめに

筆者は臨床心理士養成指定大学院の教員として、日頃から大学院生に対してスーパービジョンを行い、臨床心理面接の実践指導に携わる立場にある。本学では多くの場合、大学院生は臨床心理学に関する授業を十分に受けた後、修士課程1年の後期から大学附属の教育心理相談室で実際の事例の面接を担当することになる。もちろん大学院生は皆、今まで学んだ知識を元に真剣にケースに取り組もうとしている。しかし経験不足から、あるいは臨床実践の本質に関する理解の不足といったもののために、思わぬ齟齬やつまずきをきたす例が少なくないように思われる。そして筆者は、最近の初心者セラピストたちが陥る問題について、表層の現象を追うだけではなく、その深層に横たわる要因にまで踏み込んで考えてみる必要を痛感するに至った。

本論文では、まず臨床心理学的援助の実践を開始して間もない初心者が知らず知らずのうちに陥ってしまいやすい錯誤の背後には「異文化受容における本質の変容」や「型の文化の持つ易行性」といった現象が影響していることを示唆する。次に、それを踏まえて、臨床心理学の実践教育に当たっては「主体的なコミットメント」や「冗長性」といった概念の導入が有用であることを論じる。最後に、初学者が臨床心理学的実践において留意すべき要点を整理し、具体的な提言を行う。本研究は初学者への臨床心理学教育の背後に存在する問題を提起し、それに対する実践的な処方箋を提示することで臨床心理士養成に資することを目的とする。

## 2. 現代における青年期像とその深層

### (1) 現代における青年期像とは—主体性確立というパラダイムの衰微—

滝川 (2004) は、「私たちはこの思春期 (=青年期) に対してひとつの定型的なイメージをもってきた。たとえば『疾風怒濤の時代』『反抗の時代』『不安定な年頃』、あるいは『第二の誕生期』…。しかし、このような伝統的な思春期像は、ある時代的・社会的な背景のなかで造形されてきたもので、現代の私たちの社会においてそっくりそのまま普遍性をもってはかぎらない。現代の私たちの社会における思春期心性は、いかなる姿をとっているだろうか。そうした『新しい思春期像』を造形しなおす必要がある」との問題提起を行っている。

それに対し滝川自身は、まず古典的な思春期像が「近代的な自意識となお根強く残る家父長的な家族制度との間の対立、それを取り巻く伝統社会的な規範や默契との間の軋轢」という形で葛藤の色彩を帯びたものであり、「思春期が親や社会への激しい『反抗(批判)の時期』として捉えられてきた」と総括する一方、「現代社会ではこれらの背景はすでに遠く退いてしまっている。もはや古典的な思春期像は、一般的には、その像を結ばなくなって当然だろう」と述べている。それに対し、現代の青年たちは概ね明るくしなやかに思春期を潜り抜けているかに見えるものの、現実的障壁のなさからくる浮遊感や手応えのなさ、人生目標の持ちにくさ、対象のはっきりしない不安といったものに基づく、新しい思春期の葛藤や病理の存在を示唆している(滝川, 2004)。

河合 (2010b) も、前近代的な共同体に包まれているようなあり方を出て、近代的な主体や近代意識をさせようとするときに生じる不安や葛藤に関係して生じる典型的な症状である「対人恐怖」が近年激減していることに言及し、「近代主体の確立という課題は日本において、いつの間にかもはや重要でなくなって、葛藤や罪悪感のない、いわば『ポストモダンの意識』を目指す方向になっているのではないか」と論じつつも、しかし我が国において、西洋と同じように共同体からの自立という形での近代主体の課題がすでに克服されたのかといえば、「周囲の考えを気にする」「意見が曖昧」といった傾向は変わらず、「日本人が西洋的な主体を確立したとはとても思えない」[主体確立の課題は終わったわけではなくて、実は主体確立をめぐる歴史は続いているかもしれず、

それが違った形での病理を生んでいるのかもしれない」とも指摘している。

また岩宮（2009）も、最近の思春期について「自分の内面へ悩みを抱えたり、葛藤に苦しんだりするような意識の持ち方とは違う意識が若い世代に芽生えてきている」としている。さらに「自分を強く否定されるような嫌悪」については「理屈抜きで感覚的に理解しているから、トラブルを避け、スムーズなコミュニケーションを心がけるために、親しく交流を結ぼうとする」ので、「表面的な対人スキルはかなり高いけれど、自分という主体はない」と述べ、「主体などなくても、現実適応がスムーズにいくのであればそれでいいのではないかと」ふと思ふこともあると漏らしながらも、「しかし、主体がないというのは、自分という入れ物の中に芯になるものが入っていないということである。そうすると、周囲の環境に恵まれて、自分の能力もそれに見合うだけ高ければ、それはそれで幸せに生きていけると思うが、何か大きな環境の変化は、強い影響力（しかもマイナスの）に見舞われたとき、あっという間に自分を乗っ取られてしまう。それはとても危険なことである」と指摘している。

要するに、現代社会においては、「前近代的な価値観との衝突やそれによる抑圧」などが青年期的人格形成に大きな影響を与えるといった図式は消滅し、ある種居心地の良い自由な社会が到来したのである。だがそれが青年期における「主体性の確立」をもたらしたのかといえばそうではない。現代の若者は「自分という主体」には乏しいものの、それなりに表面的な対人スキルを身につけて人間関係をそつなくこなしているようであるが、一方で「手応えのなさ」や「対象のはっきりしない不安」といった現代的な不全感を抱えているというのが偽りのない姿であることが見て取れるのである。

## (2) 現代青年としての初心者セラピスト像—主体性の乏しさと受け身的な姿勢—

ここで翻って考えると、現在臨床心理学を学んでいる大学院生たちも、現代に生きる若者であることに違いはない。もちろん大学院生たちの大半は健康度が高く、能力の高い人たちであり、自分たち自身は心理的な支援を受ける必要があるという訳ではない。しかし、入学してきた時には「素人さん」であった大学院生たちが、修士課程の2年間にわたる教育を受けて、「臨床の専門家」へと変貌していく過程は決して平坦な道のりではない。むしろ、ある種の心理的危機に何度か直面することなしに終えられるような性質のものではない筈である。筆者はそのようにしてもがき苦しみながらも、臨床家として成長していった教え子たちを幾人も社会に送り出してきた。しかし、いつの頃からか、自分が指導する大学院生たちから感じる「肌合い」の印象といったものに、微妙な変化が出てきたことを感じるようになった。

その「肌合い」とはどのようなものであるかと言うと、たとえば、「決して不真面目でも怠惰でもないが、それでいて妙に受け身的であり、具体的に指示を受けるまで自分からは動こうという姿勢に乏しい」とか、「評価されることに敏感であり、もし自分への評価が低いものであった時の傷つきが随分強い」とか、「とりあえず教員から指摘されたことは『はい』と言って受けるものの、それに対する自分なりの意見、反論といったものがあまり出てこない」とか、「院生同士お互い微妙に気を遣い合って、相手をうっかり傷つけてしまわないように注意し、とりあえず自分が『引く』ということで場の緊張や対立を事前に回避している様子に見える」などなど、細かく観察すればさらに列挙出来るだろう。そして、ここで挙げた最近の大学院生気質は、前項で引用した各研究者の指摘している現代の青年期像の特徴と当然ながら非常に合致しているのである。さて、このような大学院生たちがやがて実際に事例を担当することになる。先にも述べたが、心理療法のセラピストを担当するということは、いろいろな意味で自分という人間が試されるような体験である。それは前項で引用した岩宮（2009）の言葉を借りれば、「何か大きな環境の変化」を意味するであろうし、「強い影響力」（ある意味でマイナスの面も含む）に見舞われることにもなる。そうすると何か無意識的なものの影響を受けて「あっという間に自分を乗っ取られてしま」わないかと心配になる。「それはとても危険なことである」のだから。

事例を少し紹介してみる（なお以下は筆者が経験した複数のケースを元にその本質を損ねないように改変を加えたものである）。たとえば、スーパービジョンの中で、あるスーパーバイザーが持参した面接記録に目を通して、ある場面でのクライアントの言動にスーパーバイザー（筆者）が目し、「この場面で、クライアントの背後にはどんな心理が働いていたと思いますか？」と尋ねても、「さあ、わかりません」という言葉が悪びれる様子もなく即答で返ってきたりする。同じような質問に対しての別の反応として「あ、それをクライアントさんにお聴きすればよかったですか？」というパターンもある。とにかく、こちらとしては当然スーパーバイザーたちが沈黙黙考し、「…私はこう思います」と答えてくれるのを待っているの、見事に肩すかしを食わされてしまうのである。あまりにもこういう例が多いので、ある年度などは、「スーパーバイザーが何か具体的な意見を持って来ない限り、スーパーバイザーから何も意見は言いません」と宣言したこともある（しかし、その方針を貫こうとすると、場合によっては数週間もケースに対してコメント出来なくなるという事態に陥りそうにな

り、ある程度は示唆を与えるということで妥協せざるを得なかった。どうやら最近の初心者セラピストであるスーパーバイザーにとって「ケースについて自分で意見を考えてきてスーパーバイザーに述べる」ということは「難しすぎる宿題」になってしまっているらしい。

また別の例を挙げると、たとえばある面接を振り返っていて、セラピストが内心クライアントの発言に違和感を覚えた場面があり、スーパーバイザーが「ここでセラピストが『おやっ?』と感じたことを、面接の中でどのように生かしていけるでしょうか?」と訪ねても、スーパーバイザーは「えー、でも『おやっ?』と思ったことなんてクライアントさんに言える訳なかったですし…。そんなことを言ったら傷つけてしまうと思いますから」と素朴に答え、筆者が意地悪く「ということは、この面接でセラピストは自己一致できていなかったということになりますね?というか本当は共感出来ていなかったのに、『共感している振り』をしていたことにもなりますよね?」と指摘し、結果スーパーバイザーは返答に窮し沈黙することになるのである(別に筆者は「セラピストの違和感をそのまま100%クライアントにぶつける」というのと、「セラピストが違和感を感じているなんて口が裂けてもクライアントには伝えるな」というのと、どちらかを二者択一せよとは言っていない。それなのに、スーパーバイザーの方が勝手に思考と選択の幅を狭めて立ち往生してしまうのである。現実の面接場面でセラピストが取れる対応とは、その両極の間でバランスを取って「ほどよい加減でセラピストの感じたことをクライアントに伝えたり、あるいはよほど機が熟さない限りはセラピストの胸に秘めたままにしておく部分も残してあったりする」というものでしかないと思うのだが、筆者より二回り程若い筈のスーパーバイザーたちの「自分の頭を使って考えるという習慣の乏しさ」を見せつけられるたび、筆者としては悄然とする他ないのである)。

さらに別の例を挙げると、たとえば発達障害のクライアントを担当することになったスーパーバイザーに、「どの位発達障害の心理療法に関する本を読んでからこのクライアントの面接に臨みましたか?」と尋ねても、「いや、まだちょっと読んでいなくて…」という返答が返ってくることすらある。啞然として次回までに何か必ず読むように言ったが、案の定その次も読んでいない。そこでやむなくスーパーバイザーが具体的な書名を挙げたり、時には自分の蔵書から選んで渡すと、やっと読んでくれるという運びになる。こうした実例をたびたび経験した当初、筆者は「最近の大学院生は学習意欲が低下しているのではないか?」と訝しんだものだが、一方では学外での実習などには皆熱心に参加しており、現場からも院生たちの真面目な態度については好意的な評判に接することが多い。だとすれば先程の件を単純に大学院生側の学習意欲の問題に帰結させるのは妥当な判断ではないような気がしてくる。果たして上記に挙げたような、スーパーバイザーたちの奇妙に受け身的で「のれんに腕押し」的な反応は、いかなる背景から発しているものなのであろうか。以下では、表層で生じている現象のみに目を奪われることなく、その深層に達するような分析を試みたいと考えている。またその結果を踏まえて、臨床心理学の実践教育における具体的な提言を行っていく必要があるだろう。

### (3) 「カウンセリングの教え」に頼る初心者セラピスト

川畑(2008)は、日本の臨床心理学教育の抱える課題、特にカウンセリング教育の問題について、米国の精神分析研究所で学んだ経験から論じている。その中で川畑は「日本の臨床心理教育では、はっきりとした理論的背景に基づく心理療法ではなく、どこか輪郭のはっきりしないカウンセリング教育が主流となっている」といい、「根拠の分からない、時には滑稽とも、奇異とも言えるような『教え』がまことしやかに信じ込まれている」と指摘し、「心理療法の力量をあげるように指導しようと思うと、どこからともなくこのカウンセリングの教えが呼び起こされ、頑強に抵抗し始める。大学院生や若い臨床心理士に、その教えはどこで誰から教わったのか尋ねても、由来ははっきりしない」と述べている。川畑によれば、「教えは山ほどあって、かなり長い一覧リストが作れるほどである」といい、たとえば「クライアントと会い始めたら髪型を変えてはいけない」「クライアントと町で会っても挨拶してはいけない」「クライアントの住んでいる町の喫茶店に入ってはいけない」「いつもの面接日時に都合がつかないとき、他の曜日に面接を変えてはならない」「親子並行面接をするとき、親担当と子担当とは情報交換してはいけない」「カウンセリングでは相手の話すままに聞き続け、ひたすらオウム返しをするだけで、こちらから質問をしたり、口を挟んではいけない」といった例が挙げられている。川畑はそれに対し「こうした教えはほんとうにたくさんあって、それを教えられた多くの人は、はじめはおかしいと感じても、だんだんそれに縛られるようになって、ついには金科玉条のようになっていく。そして、一度埋め込まれると、恐ろしいほど修正が難しく、いくら合理的に説明しても変えることができない。カルトの教えと同じように、それを破ると追放されるという強力な超自我が植え付けられるのであろう」と推論しつつ、「このような状態になった背景の分析にはもう少し時間がかかるが、少なくともこれが心理療法の指導にとって大きな足かせになっている」と筆者は感じている」と指摘している。



この指摘は我が国の臨床心理学教育の現状のある一面に関する、非常に的を得た問題提起であると思われる。筆者としても同意する部分が多い。思うに、先に筆者が述べた大学院生たちの姿と、ここで川畑の指摘している大学院生たちの姿とは、一見するとやや印象が異なるように感じられるが、それは表面に出ている行動のパターンが違うだけで、根っこにあるものは共通しているように思われる。要するに、どちらにおいても大学院生たちは「主体性に乏しく受け身的である」点では全く同じである。ただし筆者の指摘においては「具体的に指示されるまでは余計なことはしないでおこう」という面が前景に立っており、川畑の指摘においては「そうすることに決まっているらしいから、自分もそれに合わせておこう」という、表面的なスキルに頼って対処しようという面が目立っているという違いがあるだけなのではないかと思われるのである。

ところで、こうした「教え」がどのようにして広まり、初心者セラピストたちを呪縛するに至ったのかについて、筆者はある仮説を持っている。川畑も論文の中で「その教えはどこで誰から教わったのか尋ねても、由来ははっきりしない」と述べている通り、この「教え」は誰かがある意図を持って「布教」を行った結果広まったというような性質のものではないとの印象を受ける。むしろ、初学者たちが臨床心理学の知識を学び、何とか自分のものにしようと懸命に努力している際に、思いがけないような形で心理的反応が生じてくる。その影響を受け、いつの間にか「臨床心理学」が備えているべき本質の部分さえも何か別の異質なものの（「日本型カウンセリング」）へと姿を変えようとしている、といった現象が起こっているのではないだろうか。次項では、その「心理的反応」とはいったいどんなものであるのか、大胆に推論を試みたい。

### 3. 現代の初心者セラピストについての精神的考察

#### (1) 異文化としての「臨床心理学」が受容される時—隠れキリシタンの精神歴史学的研究から—

岩宮（2009）は現代の思春期における特有の意識のあり方に関して、「それが近代の意識とは違うからといって、必ずしも新しい意識とは言えないのではないかという気もする。実は大昔の意識に逆行しているのかもしれない」と述べている。その例として、最近の子どもたちはケータイで知り合い、メールのやりとりをただけで、直接会ったこともない人と恋愛に発展することがよくあるが、実は古代の恋愛も、顔も知らない人に恋をして、香を焚きしめた文を交わして盛り上がり、実際に会ったときには一挙に性関係を結ぶというプロセスをとっていたのであり、ツールは違えどパターンは似ている点を挙げ、「何だか新しいというより、実は『超古い』んじゃないのかなと感じさせられる」と率直な印象を述べている。ここで岩宮の指摘しているように、現代の若者の意識のあり方を考える時、それが「一見新しいようで、実は大昔の意識に逆行しているのかもしれない」という観点は意外に有効に働くものであるように筆者は考える。というのも、実は筆者が前項で述べた「ある仮説」を着想する上で参考になったのが、老松ら（1992）による隠れキリシタンの精神歴史学的研究であったからである。現代の臨床心理学教育の問題と、隠れキリシタンの精神史というのは少々突飛な取り合わせだと思われる向きも多いと思われるが、筆者の中でこの二つが何故結びついたのか、以下に順を追って説明していきたい。

老松ら（1992）は、キリスト教が日本に伝来した後、その教義がどのように変容していったのかについて、隠れキリシタンに口伝として伝わっていた『天地始之事』という神話を分析することで検討を行っている。また後に河合（1993）もこの研究に基づいて隠れキリシタン神話における変容過程について考察を行っている。さて老松ら（1992）によれば、『天地始之事』は「数百年に及ぶ厳しいキリシタン弾圧の中で、潜伏を余儀なくされた彼らの信仰を、その根底で支えていたものと思われる」と述べ、「一連の物語の内容は、天地創造に始まり、マリアの受難、キリストの処刑、そして最後の審判へと至るが、聖書や聖書外典における本来の物語と比較すると、多くの点で興味深い相違が認められる」という。たとえば禁断の木の実を食べたため楽園を追放された「ゑわ（イブ）」と「あだん（アダム）」が、四百余年の後悔をすれば許されることになったと伝えられており、原罪思想がなくなってしまっていたり、反対に本来聖書には本来なかった「ゑわ」の子どもたちが兄弟婚を行って子孫を増やしていった話が加えられているという。また『天地始之事』における神「でうす」のあり方は、「全体にきわめて母性的な雰囲気醸し出して」おり、神と人間の関係も「聖書にみられる厳父と子の関係ではなく、やはり慈母と子、ないしは祖父と孫の関係である」という、いかにも日本人的な心性に馴染むような変容が生じていることが述べられている。さらに興味深いのは、隠れキリシタンたちが厳しい弾圧に耐え、幕末の宣教師の再訪を迎え、明治維新後に禁教令が解かれることになったが、「皮肉にも、この後キリシタンの信仰は急速に衰えていく」との指摘である。老松ら（1992）は「禁教撤廃・預言成就と軌を一にして衰退するキリシタンの姿から、理不尽と矛盾に満ちた弾圧下の彼らこそが最も救済に近かったことがみてとれる。彼らの苦難は、救済のためとい

う実存的意義をもつものとしてよりも、むしろ救済そのものとして生きられたといえるだろう」「驚くべきことに、彼らは苦難の実存的意味を徹底して問い詰めることを重視しなかった。苦難は元々そこにある。いったん問うては理不尽と矛盾に満ち、そのままの状況でよしとするのである」という、弾圧がキリシタン信仰に及ぼした逆説的だが重要な役割を指摘している。また河合（1993）は、キリスト教における原罪思想は、そのままの形で隠れキリシタンの信仰には入っていかなかったものの、毎年行われる「絵踏み」によって犯した罪を「一年間かけて一生懸命になってつぐなおうという」日本人の生活や心性に馴染む円環的なパターンとして取り入れられることになったのではないかと指摘し、「極端にいいますと、絵踏みということがなくなったので、隠れキリシタンたちはだんだん宗教性を失っていったのじゃないかなと思っています。要するに、弾圧がなくなると何のためにやっているのかわからなくなるのじゃないかと、これはちょっと大胆すぎるかもしれませんが」とも述べている。また老松ら（1992）は、「先祖が命懸けで守ってきた信仰なのだからという形で、信仰の誇りと日本古来の先祖崇拝がどうしても結びつく」「殉教したキリシタンは、生前いかにもキリスト教的な精神の持ち主であったとしても、次代の者に対しては先祖として語り出す。次代以降には、彼らの信仰の一部はどうしても、先祖が貫いてきた『イエ』の宗教にもなってしまうのである」という図式での隠れキリシタン信者における信仰の変質についても指摘している。要するに、老松ら（1992）の研究によって、日本人にとってはきわめて異質な精神性を伴っていたキリスト教が伝来し、キリシタンの信者がそれを受容していく際に、本来キリスト教にとって本質である筈の原罪思想や父性的な教義などが変容し、日本人にとって受け入れやすい循環的で母性的なものとなっていったという事実が明らかにされたのである。

さてここで、先に紹介した「日本型カウンセリングの教え」のことを思い出してみたい。先に老松ら（1992）から引用した、聖書の物語が『天地始之事』の物語へと変容したこと、臨床心理学の理論が「日本型カウンセリングの教え」へと変容しかかっていることとの間には、かなりの共通性が見て取れるのではないだろうか。つまり、臨床心理学を学ぶ若い世代の人たちは、決していい加減な気持ちでそれを学ぼうとしている訳ではない。それは日々大学院生たちと接している私の実感からも確かなことである。しかし、ただ真面目で一生懸命だからといって、それだけで大学院生たちに「臨床心理学の本質」といったものが正確に伝わっていくとは限らない。思い出して欲しいのだが、隠れキリシタンたちも、文字通り「命懸けで自分たちの信仰を貫いていた」のである。決して「隠れキリシタンの信仰心がいい加減だったから、教義が歪められて受け取られてしまった」という訳ではないのである。もし、川畑（2008）の指摘するような現象がかなり広汎にわたって認められるのであれば、それはある種の集合的な問題であると考えられる。よって単純に学ぶ側の資質や、教える側の怠慢といった表層の問題に還元して捉え、マニュアル的な対策を施したとしても、容易に解決には至らない性質のものなのである。むしろ問題の本質は、臨床心理学を学び、実際のケースを担当し始める際に、初学者たちの心にどのような揺れが生じ、それに懸命に対処しようとするうちに、本人たちにとっても思いがけないような心理的反応が生じ、それがいつの間にか教科書の記載や教員に教えられたことよりも優先され、さらに共に学ぶ者同士や、先輩後輩の間でのインフォーマルなコミュニティの中で伝達され、次第にあるまとまった「教え」のようなものとして権威を持つまでになっているらしいというところにある。そしてそれは、異文化思想の受容が行われる際に不可避的に生じる現象に極めて類似していると思われるのである。さらに始末の悪いことには、隠れキリシタンにおいて「弾圧」が却って信仰を強固なものにしたという側面があると同様に、指導者が「その考えは間違っている」といくら厳格に指導したとしても、「教え」に強固にとらわれている初心者は、（弾圧に耐え続けて？）さらに懸命に「教え」に殉教するかのような方向性で努力を継続しかねないという図式さえ想定されるということである。川畑（2008）が「カルトからの脱却」になぞらえる程、この「教え」が強固な信念と化していることは軽視してはならない。

老松ら（1992）は、『天地始之事』で本来の物語からの変形が認められることについて、「しかしながら問題は、それを単なる相違あるいは誤謬として片付けてしまってもよいかどうかである。たしかに浅薄とも思える置き換えや、失笑を誘うような誤解もなしとはしないが、ことはそう簡単ではない。物語は、われわれ日本人にとっては、むしろ本来の記事よりもじっくりく感じるを抱かせながら展開することもあるからである。この『天地始之事』を通して眺めてみると、そこには、キリスト教という真に西洋的なものを日本人が受容していくにあたって、どのようにその姿を変容させざるを得なかったか、その苦しみの軌跡が残されているように思えてくる」と述べている。筆者としても、臨床心理学を学ぶ初学者たちが、何か勘違いを起こしてしまっていたとしても、ただそれを失笑したり叱責していれば済むものではないと考える。老松らの言葉をなぞって言わせてもらえば、「初学者たちの誤解を通して眺めてみると、そこには臨床心理学というものをわれわれが受容していくにあたって、今ま

さにどのようにその姿を変容させられようとしているのか、その苦しみの軌跡を読み取ろうとする」必要性を感じざるを得なくなってくる。臨床心理学を教える立場にある者には、そうした観点からの柔軟な取り組みが必要なのではないだろうか。

以上、本項では川畑（2008）の指摘する「日本型カウンセリングの教え」の成立に関して、「臨床心理学」という今まで大学院生たちが生きてきたとは別のカルチャー（異文化）に属する思想を受容しようとする際に、必然的に生じる変容のダイナミズムという観点の導入が必要であることを明らかにした。次項では、異文化としての臨床心理学が受容される際、具体的などのような精神性と結びついて変容をきたしていくのかについて、もう少し具体的に考えてみたい。

## (2) 臨床心理学教育と日本の「型」の文化—「易行」という方法論をめぐって—

河合（1998）は、日本における稽古事などの習得において、「易行」と呼ばれる考え方があることを紹介している。たとえばお茶やお花などを習う場合、ちゃんと教えられた通りの「型」を守って続けていると、誰でもそれが出来るようになるし、位も上がっていく。才能とか素質などと難しいことを言わず、誰でも平等に始めることが出来る。従ってそれは「易行」（やさしい行い）と呼んでいいのではないか、いうことである。日本文化史の研究者である熊倉（1992）は、「型の文化のもつ易行性」ということについて、「多くの芸談や秘伝書が語っているように、型の取得は困難を極める。だからといって型を学ぶことが限られた天才にのみ許される道だというわけではない。むしろ逆に型は誰にでも許される大乗的な道なのである。もし型がなかったら能を演じることも茶をたてることも、非常に難しいに違いない。柳宗悦も指摘しているように、自由気儘に茶をたてることは決して真の自由ではない。型を破ることは独創性に富んだ芸術家において可能であろうけれど、凡人には困難である。しかし型どおりに茶をたてるなら天才と同じように誰にでもできる。つまり型は天才のためにあるのではなく、凡人のためにある文化だった」と指摘し、こうした日本的な型の文化は中世を通じて徐々に展開しやがて「マニュアルどおりに手順を踏んで」ゆけばよく、「易しい型から難しい型へと進むカリキュラムも作られ、ますます易行性は高められ」て、いわゆる家元制度による型の文化が完成され、複雑化して体系化されたのは十七世紀後半であると述べている（参考までに指摘しておく、これは奇しくもキリスト教が我が国伝来し、急速に布教が進み、やがてその影響力を恐れて禁教化され、信者たちが隠れキリシタンとなって密かに信仰を守るようになっていった時期とほぼ重なっている。これは偶然なのか必然なのか、いずれにせよきわめて興味深い「事実」ではある）。

さて河合（1998）によると、西洋から日本にもたらされたものに対しても、「易行」という方法論がそのまま通じると思い込むと問題が生じるという。「西洋の文化は個人差の存在を前提として出発している。各人は自分の個性に適したところで活躍すべきだと考えられているので、誰でも平等にできる方法など考えられない。『才能ある人』『素質のある人』がそれを鍛えて伸びてゆき、競争によって成長してゆく。そこで、各人は自分の進むべき道を自ら選び、競争に勝ち抜くためには、自分にふさわしい生き方を探し出してゆかねばならない。これは熊倉さんの言う『易行』に比べると、実に『難行』であるというべきだろう。ところが日本人は西洋から輸入した学問やスポーツなどの習得においても、日本式『易行』を適用しようとする。つまり、勉強でもスポーツでもだれでも平等に、しっかりと続けてやっておればできる筈だと思ってしまう。従って、勉強でもスポーツでもできない者は『怠け者』であり、もっと『頑張れ』ということになる。このために『易行』の筈が『苦行』になってしまう。そして、苦行の果てに日本式のあきらめが来て終わりになる」と指摘している。

この指摘に照らして考えると、臨床心理学も西洋から輸入された学問の一つであり、その習得に当たって知らず知らずのうちに、「易行」から「苦行」へというパターンに陥ってしまわないかが危惧されるが、すでにそうした現象が存在していたようである。河合（1995）は、1950年代頃に我が国でロジャーズのカウンセリングがもっとも影響力をもったのは、「『型』とか『易行』という考え方と結びついたために、日本人にうけ入れやすかったのだと思います。もっとも、このような考えというか理解は、ロジャーズ自身の考えとは異なるものになったと思われませんが」と述べ、「『非指示』という『型』さえ身につければ誰でもよいカウンセラーになれる。そこで非指示という『型』を身につけさせるために、指導者が厳しい指示を与える、というような涙ぐましい努力が続けられたのです」と指摘し、「アメリカにおいては、『近代の自我』をもった人が、ロジャーズの考えを実行しようとしているのに対し、日本では『易行』としての『型』を身につけるために、自我を否定する方向への努力を重ねました。このことによっても、ある程度の成果をあげることができたが、うまくゆかぬことがあったもの当然でしょう。当時、私もこのような日本人の傾向に従いながら、どうもおかしいと感じていました」「このようにしていたのでは、クライアントはよくなるかもしれないが『私が死んでしまう』というのが実感でした。自分



自身が頼りとし得る考えや理論をもち、なぜよくなっていったのかがよく理解できるようにならなくては駄目だと思った」ことが河合に留学を決心させ、ユング心理学を学ぶ道につながったと語られている。

それから5、60年が経過しているのだが、現代の大学院生が臨床心理学を修めようと懸命に頑張っていると、そこでもやはり知らず知らずのうちに日本的な型の文化に基づく「易行」的なパターンが発現してしまい、「『臨床心理学の型(?)』さえしっかり守って続けていると、誰でもそれが出来るようになるし、位(?)も上がっていく」という思考過程に陥ってしまうというパターンが繰り返されているのではないだろうか。そしてやはりある程度うまくいったり、うまくいかなかったりしているようである。ただし、それを河合は主体性の否定(『私が死んでしまう』という実感)という危機の到来として捉えていたことと、現代の大学院生たちが「自分たちがどう振る舞えばいいのかについての『型』を与えられたことに安堵している」ように見えることとの間には、「全く正反対」と感じられる程の印象の違いが存在する。ここにも現代の青年期像が映し出されているように思われる。

ともあれ、こうした「『型』をひたすら守ることこそが技芸習得への道である」という信念が日本人の深層心理に根深くインプットされているのだとすれば、先述した川畑(2008)の「日本型のカウンセリングの教え」というものが、いかにも「師匠や先達からの口伝」のような形式で流布しているという現象を無理なく説明出来るように思われる。つまり、初心者であるセラピストが臨床実践を始める際には当然不安を強く覚える。それにどうやって対処すべきなのか悩んでセラピストの心が揺らぎ、一種の心理的危機の状態に陥る。するとセラピストの心には、無意識的に我が国で伝統的に存在する「易行」的な観念が呼び起こされ、本人にさえ十分自覚されないままに「易行」が実行され、またそれが同じような状況下にある大学院生集団の中で無意識的に共有され、先輩から後輩へと伝承され、ふと気がつくとも本来の臨床心理学の理論や方法論とは随分異なった「教え」の体をなす程の状況に至ったのではないかと、ということが十分蓋然性を持って推測可能なのである。これは決して突飛な空想ではない。前項で紹介した隠れキリシタンの例を見ても明らかな通り、本来自分たちが持っていたのは別のカルチャーからの思想を受容しようとする時、場合によっては本来の思想にとって本質的な部分が改変されてしまうという現象は十分に起こりえるのだ。

河合(1998)は「西洋流の学問やスポーツなどをするのだったら、何のためにどれほどのことをなぜ『私』はするのか、ということをよく考えてみる必要があるのではなからうか」「易行も結構だが、自分の個性ということを見いだす『難行』に挑戦することもこれからは必要になると思われる」と指摘している。この指摘を参考にすれば、臨床心理学の修得に当たって求められるのは、日本的な「易行」にすぎることではなく、「自分の主体性を発揮しながらも、現実を柔軟に受け止め、それに対処しながら少しずつ自分の能力を伸ばしていこうとする」ような、地に足のついた学習者としての姿勢なのではないか。少なくとも筆者はそう考えたい。

### (3) 現代の初心者セラピストにおける問題点のまとめ

本項では、これまで述べてきた論点に基づきながら、現状において初心者セラピストの臨床実践にはどのような誤解が存在し、その結果どのような対応が行われがちなのかについて、以下に出来るだけ具体的に整理してまとめてみた。

- ①初心者セラピストは、現実の臨床実践場面において、自分がセラピストとしてうまく振る舞えるかどうか非常に不安であり、自信が持たにくい。
- ②そのためセラピストは、今まで自分が習得した知識に基づき、クライアントの現状とニーズに鑑み、柔軟かつ適切な対処を行うという、本来セラピストとして果たすべき役割を主体的に発揮することが困難となる。
- ③むしろセラピストは半ば無意識的に、今まで教わった内容や自分の属する学習者の集団内での伝聞や流布している「教え」などを元に、セラピストという役割の「型」を想定し、それを墨守することなら自分にも出来るのではないかと感じ、実行する。
- ④しかしクライアントの現状やニーズへの考慮を欠いた型どおりの対応が功を奏することは少なく、面接は噛み合わず、セラピストにも面接がうまく行っていないことが自覚され、さらなる不安や焦りを生じる。
- ⑤セラピストは自責的になり、さらに無理な努力を続けようとする中で、面接はますます噛み合わないものとなり、クライアント、セラピスト双方にとって満足のゆかないものに終わる。
- ⑥スーパーバイザーとスーパーバイジーの関係においても、よほど注意しておかないと「お稽古をつける師匠とその弟子」のような関係性が入り込みやすくなり、スーパーバイジーの主体性が発揮されにくくなる恐れがある。

①②に関しては、特に説明は必要ないだろう。初心者であれば実践に際して不安を覚えない方が不自然である。なおかつ、その不安に圧倒されず、自分が学んできた知識を適切に使いこなしながら実践を組み立てていく、という作業が臨床心理学の実践において根幹をなしている、ということを否定する者は誰もいないだろう。

③に関しては、少し具体的に考えてみたい。先にも述べたように、日本人が「型」を重視し、ひたすらに「型」を守ることで何事かがなすとげられる、という図式は非常に馴染みのあるものであり、日本人のメンタリティの奥底に深くすり込まれているようにさえ思われる。だがこの日本的な「型」の重視は大きな問題を孕んでいる。それは何かというと、「型を重視し、型を守ることはあまりにも日本人のメンタリティにはまりすぎるため、本来の文脈を逸脱して『型を守っていることが一番大事である』という本末転倒が起こりやすい」ということである。わかりやすく言うと、「四の五の理屈を言わずにただ型をしっかり守っていればよい」という姿勢をセラピストが自らに課してしまうというパターンにより、いかにも日本人的な(?)な超自我圧力がとても強まってしまったため、「セラピストの主体性」というものが否定されてしまうことになる。このように、「型にはまる」ことで、臨床心理学の実践における根幹が変質してしまいかねない事態が大いに懸念されるのである。

それにしても、一見したところでは現在の若い世代は表面的にはさして「型」を重視したり、「型」というものには拘泥されていないように感じられるにもかかわらず、「自分がセラピストとしてクライアントの相談に対応する」という、今までの人生経験になかった状況に立たされた時、そこできっぱりと自らの主体性を発揮させるのではなく、意外にも「型をひたすらこなす」というような「超古い」日本的な方法論が無意識的に顔を出してきているのではないか、という見方はかなり示唆に富んだ指摘かもしれない。筆者の経験でも、初心者が「いかにも型にはまった対応をしてしまっている」と感じたり、「どう対応すればいいのかをセラピスト自身で考えるのではなく、どこかで既に出ている正解を知り、それに従いたがっているように思える」ということが少なくない。今まで筆者は、「それはセラピスト各自の資質の問題である」と捉えがちであった。だがこれはむしろ、日本人にとって集合的な問題であり、未経験で自信が持てない状況に立たされた時、「型に頼ろうとする」ことは誰もが無意識のうちに取ってしまいやすい行動であることを前提に考えるべき課題なのであろう。そしてこうした姿勢が固定化することなく、セラピストとして本来あるべき対応へと導くにはどうしたらよいか、具体的な方法論を構築することこそが現実的な対応となるだろう。

④について考えてみると、このような事態が生じるのはごく当然である。下山(2003)は、臨床心理学の実践活動の技能を「コミュニケーション」「ケース・マネジメント」「システム・オーガニゼーション」の3つの次元に分けている。そして「コミュニケーションは、臨床心理士と事例の当事者(関係者)との間のやりとりの次元です。このやりとりを通して臨床心理士と事例の当事者(関係者)との間で専門的な援助関係が形成され、それを媒介として社会活動としての心理臨床が展開されます。したがって、コミュニケーションは、心理臨床の活動の基本となる関係を構成する機能です」と説明している(下山, 2000)。この指摘の通り、臨床場面においては、セラピストがクライアントのことを理解し、関与するためのあらゆる局面においてコミュニケーションを必要とする。具体的には、クライアントの訴えを聞くのも、何らかの働きかけを行う場合にも、クライアントとセラピストの間でのコミュニケーションが不可欠である。極端な話、コミュニケーションが適切に成立していない限り、セラピストはセラピストとしての役割を果たすことが出来ないとすら言えるだろう。ところで、臨床心理学の実践におけるセラピストのコミュニケーションとは、家族や友人との間におけるような日常的なコミュニケーションとは随分趣を異にするものであり、それはクライアントの心理的変容という目的を達成するための特殊なコミュニケーションであり、セラピストであれば必ず身につけておかななくてはならない基本的な技術の一つである。しかし、初手からこうした専門的技術としてのコミュニケーションを身につけている者などほとんどいないだろう。むしろ、初心者セラピストが初めてクライアントを担当すると、コミュニケーション技術が身につけていないための混乱や齟齬がおこることは不可避であるように思われる。そもそも初心者セラピストが「型どおり」に考えたり、何かを尋ねたとしても、そこには「生きた」コミュニケーションはなかなか生じてこないから。

しかし⑤で述べたように、その時セラピストは冷静に状況判断を行い、「自分が型にはまりすぎているために面接が齟齬をきたしている」という結論にはなかなか達し得ない。要するに「自分が努力の方向性を間違えている」とは思わずに、「自分が未熟で努力がたりないせいだ」という見当違いの結論に達してしまう。そしてますます間違った方向で懸命に努力しようとするので、その論理的帰結として面接はますます上手く行かなくなってしまうのである。河合(1998)が指摘したように、自分が何をしようとしているのかを落ち着いて考えてみる必要があるにもかかわらず、それが成立しえないことが悲劇なのである。

⑥に関しては、筆者も先に示したように、スーパーバイザーの姿勢が消極的というか、受け身的で物足りないと感じる時が少なくない。それについて今回日本的な「易行」という視点から改めて見直してみると、決してスーパーバイザーたちの学ぶ態度が悪かったのではないのかもしれないと思ひ直すことになった。いわばスーパーバ



イジーたちは無意識のうちに「師匠にお稽古をつけて頂く」ような心持ちで、「賢しらに理屈をこねたりせず」、「未熟な自分などが独断で差し出た振る舞いには及ばず」、「ただ無心に、真っ白な心持ちで」スーパーバイズに臨もうとしていただけだったのかもしれない。だとすれば、スーパーバイザーの主体性が発揮されることを期待しているスーパーバイザーの姿勢とは全く噛み合っていないのであるが、お互いにそれに気づけなかったことに問題があったということになる。しかも、もしここでスーパーバイザーがスーパーバイザーたちの不勉強を指摘しても、無意識的には「易行から苦行に至る」図式が働いて、スーパーバイザーはますます主体性を押し殺して教えられたことを「型」として墨守することに固執する姿勢を強めていくという、厄介な事態をもたらしかねないのである。

#### 4. 臨床心理学における「主体的なコミットメント」の重要性

ここまで何度か指摘してきたが、臨床心理学に基づいた実践行為において最も重要な前提の一つが、「人間の主体性を尊重する」という姿勢である。河合（2010a）は「心理療法は主体を前提とし、またそれを尊重している。まず、医療とは異なって、問題や症状をもつ人に必ずしも焦点を当てるのではなく、問題を感じて、主体的に相談室や心理療法家のもとを訪ねてくる人がクライアントであり、心理療法の対象になる。だから子どもの不登校のことで親が心理療法に通ってくるなどということがあり、たとえ子どもが通ってこなくても、心理療法として成立し、成果がもたらされる」と述べている。さらに「実際の心理療法においても、セラピストのほうで解決やアドバイスを提供するのではなく、時間と場所を決めて会っていくことによって、クライアントが主体的に問題と向き合い、自分で解決を探していく場を提供することが心理療法の中心になる。クライアントとしては周りの人によってほしいと思ひ、そのように誰かが働きかけてくれないかと望み、またさらにはセラピストに助けてほしいと願うけれども、実のところは、いかに自分が主体的に取り組んで、変わっていくかが大切になる」「よく言われるような、セラピストが何もしないことによってクライアントが治っていったり、変化していったりするというのは、実はクライアントの主体性に働きかけ、主体性が動き出すのを待っているのである」と指摘している。

さらにセラピストの主体性に関し、河合は2010年に開催された日本箱庭療法学会第24回大会のシンポジウムにおいて、以下のような注目すべき発言を行っている（山中ら、2011）。「多くのクライアントにあたり、多くのスーパービジョンをしたりしていると、もうたいていのセラピストは何がおこっているのかわかっていないんじゃないかなというふうになるように思いました。そこで本当は何がおこっているのかにはあまり気づかずに、無数の勘違いやズレがある。でも心理療法の素晴らしいところのだけど、セラピーは進み、クライアントは良くなる。これはいったいどういうことなんだろうと思うので、これを最後に考えてみたいのです。そうすると、判断とか解釈とか理解によって、セラピストが自分とか主体をセラピーの中に入れていくことが大切だからじゃないかなと私は考えています。だから、そもそも正しく理解している／していないというのはあまり問題ではないんじゃないかと、セラピーの実際を考えると思えるわけです」「クライアントやセラピストがどこにコミットしたか、それがコミットによって最終的にどのような動きがあったか、それによってどのような動きが生まれたか、そういうレベルでの解釈がまたもう一回できてくるんじゃないかなと思います。だから、そこを捉えるということはそれこそ学問としてとても意味があるんじゃないか。つまり本当に何が起こっていたんだろうということだと思います。それはある種、失敗が成功につながるような弁証法的な動きではないかと。そういう動きをもたらすような解釈というのがとても大事じゃないかなと思います」

要するに、心理療法においてセラピストの役割として重要なのは、「セラピストの解釈や対応が正しいか／正しくないか」ということなのではなく、「セラピストの主体性が入ったコミットメントを行うことで動きを生み出していく」ことであるという、大胆かつ本質を突いた指摘を河合は行っているのである。この指摘は、初学者であるセラピストが、臨床場面において「正しい答え」に従って何とか面接を進めていこうと汲々としている姿とは対照的である。上記の河合の指摘に従うのであれば、本来セラピストが心を砕くべきは「正しいことをしよう」ということではなく、「主体性を持ってしっかりクライアントにコミットメントしていこう」ということなのである。だが残念なことに、「易行」的な行動原理に従っている限り、セラピストは「己を殺してただひたすらに型に従っている」状態に陥っているため、河合の指摘するようなセラピストとしての主体的なコミットメントが生じにくくなってしまふ。こうした状況を打破するためには「間違えてはいけない」という初心者セラピストの強固な認識に対し、一種の逆説的な働きかけを仕掛ける必要があるだろう。次の項ではそのことを試みて

みたい。

## 5. セラピーにおける「冗長性」という概念の導入

冗長性というのは、平たく言えばあるシステムにおいて「無駄になっている」「無駄に使われている」部分などの程度含まれているかの度合いのことである。たとえば筆者が在住している四国から東京に旅行しようとした場合、飛行機、鉄道、高速バス、フェリー、自家用車などさまざまな交通手段が存在する。しかし筆者は出張の際は毎回飛行機を利用し、他の交通手段で上京したことはないの、極端な言い方をすれば、「筆者にとって東京行きの交通手段は飛行機さえあればよいのであって、他は無駄である」ということになってしまう。「無駄」というのはそれこそ昨今の社会的風潮では「諸悪の根源」のように扱われているが、全く無駄を含まないシステムは何らかのトラブルが生じた際に予備的に働く部分すら欠いているので、些細なトラブルでシステム全体がダウンしてしまいかねない危険性を孕んでいる。先に述べた例で言えば、もし悪天候や飛行機の故障で航空便がストップした場合、他の交通手段が全くないのではあれば諦める他ないが、複数の選択肢があれば代替が可能となることも期待出来ることになる。現実にはこうした例は数多く、たとえばコンピュータシステムなどの場合にも、万一のトラブルの際の安全性を見越した冗長性設計が行われるのが必須となっている。

翻って人間の心の場合を考えてみると、「些細なトラブルによって心のシステム全体がダウンする」という現象が日常茶飯事的に生じているようには思われぬ。人間同士がコミュニケーションを取っている場合には、コンピューターに演算させる際のように、「数万行のプログラムのうちたった一行が誤っていた」からといっていきなりフリーズしたり、誤作動が生じるという訳ではないだろう。むしろ人間同士のコミュニケーションにおいては、かなりルーズに、またさまざまなルートをたどっても、最終的には割とよく似た結論にたどり着いている、という現象は日常的にごくありふれた経験であるように実感される。つまり人間の心とか、人間同士のコミュニケーションとは、かなり冗長性を含んだシステムであると仮定することが可能であろう。

そう考えれば、人間の心を扱う心理療法というものについても、「それを適切に進めていくための道筋がたった1通りしかない」といったような、「全く無駄を含まない、極めて冗長性の乏しいシステムである」と仮定するのは、我々の実感に全く合致しない。そうではなくて、むしろ心理療法とは、「かなりの冗長性を有するシステムである」と考える方がよほど臨床実践での実感に合致する。そう考えるのならば、たとえば「あるクライアントとの初回面接で、セラピストが最初にどんな一言を発するかによって、数年後の面接終結が全く異なる結末を迎える」というような、極端な決定論的な見方に振り回されなくてもよいということになる。また「各回の面接で、セラピストがどのようなコミットメントを行っていくのか」についても、「適切なコミットメントとは常にピンポイントの範囲にしか存在しない」などと考え過ぎる必要はない、と考えるのが現実に合致しているのではないだろうか。「緩やかな、いくつもある筈の『適切なコミットメント』のどれかに乗って焦らず進んでいささえすれば、冗長性の波が心理療法過程を落ちつくべきところに運んでくれるのだ」という信頼感をセラピストが持つのと持たないのでは、意外に実際の面接の成否を左右する程の違いが生まれそうである。

また、この冗長性という概念を導入することで、心理療法には様々な学派や技法があり、それらが併存して実施され、またそれらが一定の効果を上げているという現実を無理なく説明出来るように思われる。もしも、心理療法というものが「ピンポイントのごく限定された正解しか持ち得ない」性質のものであると仮定すると、最終的に心理療法の方法論は唯一の正解である「〇〇療法」へと収束し、全ての臨床家が同じ方法論を取るようになっていく筈である。ところが現状は「諸子百家」と言っても差し支えない程の多様な方法論が共存しながら実践が行われており、先の仮定は矛盾していることになる。むしろ、心理療法の方法論は狭い範囲に限定される性質のものではなく、導入の間口も広く、展開の筋道も多様であり、またどのような経路をたどったとしても、CIが精神的な安定を取り戻し、自分の問題をひとまず解決出来た際の終着点も、各技法によってさほどの差がないように見える。

このことをうまく説明するためには、「人間の心」というものを取り扱う心理療法にはかなり高度の冗長性が働いており、いくつかの基本的な原則さえ守られていれば、複数の方法論が十分有効に働くのだという見方を採用するしかないように思われる。なお、この場合の原則とは、「セラピストとクライアントとの間に信頼関係が存在している」とか「自分の採用している心理療法の方法論の体系を正確に理解し、実行している」とかいった、あまりにも当然な、常識的なものでしかないように思われる。

また、セラピストが技法を選択する場合、「どの技法が優れているか？」といった観点に拠るのではなく、「こ

のクライアントにはどの技法が合っているのだろうか？」という観点で選ぶということの方が実益につながると思われる。たとえば、筆者は描画療法とコラージュ療法を専門としているが、もし「この二つの療法があらゆる心理療法の中で最も優れた技法である」と信じて、自分が担当するクライアントの面接で、毎回、機械的に絵を描いてもらったり、コラージュを作ってもらったとしたら、おそらくどのケースもうまくいかなくなるだろう。実際、むしろ自分が専門としている技法を使用する頻度は思ったより低く（臨床的実感では恐らく一割程度かもしれない）、クライアントによっては一度も行わないということも珍しくない。何より、クライアント自身がそうした技法に興味を感じたり、そうした方法に合っているかいないかによって技法は選択されるべきなのである。もし先に述べたように「何か外部に予め決まった正解が存在する」という概念がセラピストの頭にあると、「正解」としての技法を振り回すような愚を演じてしまうかも知れないが、もし現実の臨床実践でそのような選択を行ってしまったら臨床家の倫理にすら抵触するゆゆしき事態だと思われる。ここで改めて確認しておきたいが、「正解にこだわるのではなく、今この面接の中でセラピストがいかに主体的なコミットメントを行うか」ということこそが心理療法の成否を分かち鍵なのである。

なお本項では冗長性などという聞き慣れない用語を使ってしまったが、もっと日常に馴染む言い方に直せば、「人間の持っている可能性を信じる」という言い方になるかもしれない。山下（1999）は、「カウンセリングや心理療法の大前提は、人間には成長する力（自己実現の力、自己治癒力、可能性）が存在することである。そしてカウンセリングの目標とは、カウンセラーがクライアント（来談者）の成長力を信じ注目することによって、クライアント本人が成長力を発揮し、主体的に問題を解決していくということである。実際、多くのクライアントと面接していると、誰もが成長力を持っていることを実感させられる。そしてこれはカウンセリングに限ったことではなく、教育現場においても、教師はそれぞれの生徒の成長力を実感していることであろう」と述べている。要するに、セラピストがあまりにも細かくセラピーを操作的なものにしなければ、クライアントの症状や問題が好転しないと汲々とするのではなく、「クライアントはセラピストとのコミットメントの中で自ずと好ましい方向へと変わっていきける潜在的な力を秘めている」ものであることを、セラピストがきちんと信頼出来ているということと、上で筆者が述べた「心理療法における冗長性の存在を考慮している」ということは、その示すところはほとんど等価であるように思われる。

ここまで述べてきたことを踏まえ、敢えて極端な言い方をすれば「高度の冗長性を有する心理療法過程においては、個々の局面においては一見『失敗』をおかしているように見えても、それが決定的な要因となってセラピー自体が失敗に終わることには直ちに繋がったりはしない」「むしろ問題なのは、失敗を恐れるあまりセラピストの腰が引けてしまって、セラピストが自らの主体性を入れ込んでクライアントや面接にコミットメントすることを手控えてしまうと、それは『セラピストがコミットメントに消極的である』というコミットメントを実行していることになり、セラピーの進展を抑制する要因として作用してしまう」ということである。少々逆説的ではあるが、ここまで指摘されれば「失敗を恐れる」初心者セラピストは、案外進んで「正しいかどうかにかかわらず」自分なりにクライアントにコミットメントをしていこうとするかもしれない。何しろ「個々の局面で失敗しているかどうか」はこの際不問に伏されているので、セラピストはとても安心して面接に臨めることになるのであるから。

## 6. 臨床心理学教育における実際的な工夫

### (1) 川畑（2008）による提言

川畑（2008）は、臨床心理学教育における現状を変革するための提言として、次頁の8つの点を指摘している。

一読すれば、どれも実践的で有益な指摘であることがわかる。一応筆者が述べてきた観点から整理してみると、面接中やスーパービジョン、事例検討会において、「易行」的なものが無意識的に作用して、セラピスト（スーパーバイザー、事例提供者）の主体性が抑制されてしまうと、自分で考えるのではなく、借り物の「カウンセリングの教え」に頼ってしまったり、適切な見立てをすることなく場当たり的に対応してしまうという事態をいかにして回避すればいいかという点に関して、かなり具体的なノウハウが網羅された提言となっているように思われる。

ただし、川畑は精神分析学の立場で臨床実践を行うことを前提としているので、どちらとえばセラピストの思考的な側面に焦点を当てている。つまりセラピストがいかに面接過程を論理的かつ統制されたものとして機能させることが出来るのかについての工夫が中心になっているように思われる。それに対し、筆者はむしろ初心者



- ①現在流布している和風カウンセリングの教えに振り回されないこと。「こうすべき」「こうしてはいけない」という絶対命令あるいは禁止型の教えに対しては、まずは何がその根拠になっているのかを問う習慣をつける必要がある。
- ②心理療法というのは特定の目的を持った仕事であり、何をを目指しているのか理解できないまま心理療法は出来ない。あいまいな目的性をもう少し明確で自覚的なものにする必要がある。
- ③何が問題になっているのかということを経験的な視点から把握出来るための、精神医学的診断に限られない意味での診断の枠組みを自分の中に持つことを考える必要がある。
- ④クライアントと生き生きと関わることが出来るかが決め手であり、質問の有効利用が必要である。しっかり相手の話を聞くことはもちろん大切だが、そこで聞き手であるセラピストの中に湧き上がってきたいろいろな疑問や感想をうまくキャッチして使えるようになる必要がある。聞きながら持つ疑問を大切に、それをクライアントにも共有してもらうように、うまく質問の仕方を工夫しながら尋ねていくのである。
- ⑤セラピストが持つ感想や着想をうまくクライアントに役立ててもらえるように、コメントする技術を磨く必要がある。そうした質問やコメントが、心理療法における介入となる。このとき「カウンセリングでは助言をしない」という教えに惑わされないようにする。むしろ、クライアントが心理的な問題を解決するのに役立つ助言をするのが心理療法だと、考えるくらいの方がよい。
- ⑥理論を学ぶ必要がある。数ある疑問の中から、何を質問として投げかけるのか、あるいは何をコメントとして伝えようとするのか、そこには優先順位がある。この優先順位を教えてくれるのが心理療法の理論である。臨床実践のレベルでは、自分が依拠しない学派が強調するポイントも参考になる。その意味で、さまざまな理論を学ぶとよい。
- ⑦スーパービジョンの受け方を工夫する。現実の臨床実践でどうするかは理論を学ぶだけでは身につかない。個別状況での作業の進め方を学ぶためには、スーパービジョンを受ける必要がある。よいスーパーバイザーは、さまざまな経験を自分の依拠する理論と照らし合わせながら、自分なりの作業原理を築いており、それに基づく思考の流れをスーパービジョンの中で披露してくれる。スーパーバイザーの考え方から、使えそうなものを盗み取り、それを実践で試してみることで、徐々に自分なりの作業原理が出来ていくのである。
- ⑧事例検討会を有効に活用する。参加者が自由に発言出来、しかも発表者をサポートしようとする雰囲気が確保されること。ディスカッションに時間を取るために、報告にかける時間は短くしてもよい。いろいろな人のアイデアを持ち寄りながら、実践場面をシュミレーションする場の一つとして機能させる。

※川畑（2008）より引用

セラピストの不安をいかに低減して、セラピストの主体性がいきいきと発揮させることが出来るかという観点での提言が必要であると感じている。次項ではそれを具体的に紹介したい。

## (2) 筆者による提言

筆者は、川畑の指摘を補完する意味で、初心者セラピストがケースの面接やスーパービジョンに入るまでの段階で、以下のような点を自分自身について、繰り返し確認しておくことを提案してみたい。

- ①自分に自信がなく不安であることを自覚し、自分がそうになっていることを認め、許すこと。
- ②自分に自信がなく不安でいると、つい絶対的な教えのようなものに無批判に従うことで安心したくなり、自らの主体性を抑圧してしまうことにつながる。自分がそのような状態に陥っていないか、常に確認し、もしそうならすぐに止めること。
- ③自分は「セラピストとして失敗してはいけない」と思っていることを自覚し、「失敗しないでは不可能であり、むしろクライアントへのコミットメントを妨げる」と考えること。
- ④自分が「唯一の正解を出さなければならない」と考えてしまっていることを自覚し、「正解に至る道はいくつもある」と信じて、その時その時の状況で適切だと思われたことを実行していくこと。
- ⑤面接がセラピストの主体性とクライアントの主体性が生き生きと発揮され、交流している場となることをまずは目指すこと。
- ⑥スーパービジョンにおいても、スーパーバイザーの主体性がしっかりと発揮されるようにすること。主体性を抑え込んで、スーパーバイザーに一つ一つ細かい指示をしてもらい、その通りに面接を行えばよいといった姿勢ではなく、あくまで自分で感じ、考えたものを携えてスーパーバイザーに臨み、それについてスーパーバイザーと検討すること。

読んで頂ければおわりの通り、上記の6点は、初心者セラピストの不安や自信のなさといった感情面にまず注目し、そこから「易行」的な態度に陥らないように注意し、いかにセラピストの主体性が遺憾なく発揮されるかを重視したもので、知識の啓発やより専門的な技法の習得に関しては言及していない。なぜなら山下（1999）の指摘するように、心の土台としての情緒の安定が揺らいでいる状態のままでは、より高次の機能である自発性、意欲、知的な学習などといったものを扱おうとしてもうまくいかないからである。初心者セラピストは、まず最初に自分の不安と向き合い、その存在を認めた上で、なおかつ不安に揺さぶられることなくクライアントと関わり、専門家としての役割を果たしていかなければならないのである。

## (3) 「型」へのコミットメントから「主体的な」コミットメントへ

熊倉（1992）は、茶道の聖典とも言われる『南方録』についての論文の中で、厳重な規矩をとまなう型の文化を「日本的」と呼ぶことさえ憚られるように、それ自体ははなはだ普遍的なものといえるだろうと述べ、型の文

化の日本の特性を示していると思われる点は、その厳密性ではなくて、「ゆらめく」ことによって、真の完成が求められている点であると指摘している。規則性では捉えられない、あいまいな「ゆらめき」こそが「間」である。「間」はいわば「型」の「ゆらめき」の中に生じ、その意味では「不定型の型」と呼ぶことも可能である。このような「不定型の型」に支えられて、はじめて「定型の型」は存在価値があった。つまり、型の文化を説く日本の伝統文化は、常にその究極の型の崩壊を予測し、期待していた。型の取得を「格」と捉えるならば、「格」は常に「破格」と対になってはじめて成立する。既成の洗練されつくした型を学び、体得することが格であり、別の言葉で語れば「守」であり、守はその型をやぶる「破」、さらに格をやぶった破をも含めて総てを忘却してしまう「離」の世界が究極とされていたのだという。ちなみにこのような「型」を破った先の境地の存在については河合（1998）も、「そこ（易行）を抜け出て達人とか名人とかいうことになる、話は別であるが」と述べて示唆している。

さて、今まで筆者は日本文化における「型」の重視について、「いかにも形式主義的である」とか、「個人の主体性をスポイルしてしまう」という否定的な見方に傾いて述べていたようである。しかし、その神髄として「型」を守りながらそれを破り、型にとらわれない境地」が隠されていたことに触れると、浅薄に「型」を批判したことに対し恥じ入りたいような気持ちが浮かばぬでもない。しかし、それでも、この現代の日本社会において「型」を復権し、以前と同様に扱えるかという、それは甚だ疑問である。なぜなら、上記に引用した「破」「離」といった段階に達するためには、ただひたすらに「守」の段階を何十年もかけて行う必要があり、その上で限られた者のみが「名人は危うきに遊ぶ」境地に達し得るといった性質のものだからである。熊倉（1992）も、その境地ではなく、その境地に至る根本を知らなければならぬと述べている。しかし残念ながら、もはや現代の日本人は、そこまで何かを信じ、受け入れた上で、ただ黙々と何十年も「型」をさらうというような営みに対して、しっかりとコミットメントすることなど出来なくなっているのではないか。現代社会においては「効率」や「根拠」といったものが強く求められるようになっており、たとえ現代の日本人が「型」にコミットメントしているつもりでも、昔の日本人がそうしていたのとは全く内実が変質してしまっているであろうことは容易に想像される。そう考えると、先に述べた「日本型カウンセリングの教え」とは、臨床心理学教育における無意識的な動きとして、初心者セラピストの心の中に生じてきたものではあるが、そこにはもはや真摯に「型」と向き合おうとするコミットメントは成立してはいない、ということをおぼろげに悟らねばならない。だがそれは「型」や「易行」といったシステムそのものが悪だとか無効であるとかいうことでは決してない。ただ我々がそうした「型」に対して、もはや十分なコミットメントが行えなくなっているのにもかかわらず、そうした「形骸化」したシステムに知らず知らずはまり込み、無意識的のうちに「型」らしきものを演じてしまっている、という点に対して無防備であったことこそが問題なのである。

やはり、現代の社会を生きる我々が臨床心理学に基づいた実践を行おうとする場合、「既に形骸化した『易行』のシステム」に頼るのではなく、セラピストが主体性を十分に発揮しつつクライアントへコミットメントしていくという姿勢を身につけることが必要であることを意識し、地道に訓練を受ける他ないのである。もはや本当の意味で『型』に全身全霊を捧げる」というコミットメントを行えなくなってしまう我々が、この先歩んでいく道は河合（1998）のいう「難行」にこそあると思われるのだから。

## 7. おわりに

以上、大学院生をはじめとした初心者セラピストに共通して認められ、臨床心理学の実践教育を阻害する要因として、もはや指導する側も学ぶ側も十分に「型」へコミットメント出来なくなっているにもかかわらず、未だ「易行」的な力が働いてしまいがちであることを指摘した。そして現代に生きる我々にとって、セラピストが自らの主体性を存分に発揮してクライアントに関わるという臨床心理学の方法論に拠ってこそ可能性が開かれていくものと考えられる。本論文がこれから臨床心理学を学び、実践を目指す諸氏にとって些かでも参考となり、生かして頂けることを願うものである。

## 引用文献

- 岩宮恵子 フツーの子の思春期—心理臨床の現場から 岩波書店 2009  
河合隼雄 隠れキリシタン神話の変容過程 河合隼雄 物語と人間の科学 岩波書店 1993 84—136

- 河合隼雄 ユング心理学と仏教 岩波書店 1995
- 河合隼雄 易行と難行 河合隼雄 しあわせ眼鏡 海鳴社 1998 89-92
- 河合俊雄 はじめに - 発達障害と心理療法 河合俊雄編 発達障害への心理療法的アプローチ 創元社 2010a 5-26
- 河合俊雄 対人恐怖から発達障害まで - 主体確立をめぐる - 河合俊雄編 発達障害への心理療法的アプローチ 創元社 2010b 133-154
- 川畑直人 セラピー力を高めるために - 海外で学んだ経験から日本の臨床心理学教育について考える - 臨床心理研究 京都文教大学心理臨床センター紀要 10 2008 87-92
- 熊倉功夫 型の厳密性とゆらめき - 茶書『南方録』にみる型の特質 - 源了圓 編 型と日本文化 創文社 1992 71-93
- 老松克博, 太田清史, 田中かよ子 『天地始之事』を通してみた, キリシタンの精神歴史学的研究 日本病跡学会雑誌 44 1992 69-78
- 下山晴彦 心理臨床の発想と実践 岩波書店 2000
- 下山晴彦 臨床心理実習の理念と方法 下山晴彦編 臨床心理学全書4 臨床心理学実習論 誠信書房 2003 2-36
- 滝川一廣 新しい思春期像と精神療法 金剛出版 2004
- 山中康裕, 伊藤良子, 河合俊雄, 岸本寛史, 平松清志 箱庭療法と解釈 箱庭療法学研究 24(1) 2011 117-128
- 山下一夫 生徒指導の知と心 日本評論社 1999

## 参考文献

- 前田重治 「芸」に学ぶ心理面接法 - 初心者のための心覚え 誠信書房 1999
- 前田重治 芸論からみた心理面接 - 初心者のために 誠信書房 2003



# **Present Issues in Educational Practice of Clinicalpsychology –from “Mannerism” to “Independence”–**

IMADA Yuzo

This paper points out the problems of beginner students practicing clinical psychology, and suggests some solutions. Beginners are prone to make mistakes influenced by the way of thinking such as “modification of nature in accepting different cultures”, and “igyō-sei of cultures emphasizing mannerism”. Introducing concepts of “independent commitment”, and “redundancy” is necessary in educational settings of training clinical psychologist.