

能動的心理療法における「工夫」の検討

名 島 潤 慈

An Examination of “The Making an Ingenious Plan” in Active Psychotherapy

Junji NAJIMA

(Received October 27, 2000)

Generally speaking, our life is full of suffering. Many troubles and difficulties lie in our way. However, we have to survive. Active Psychotherapy gives the client a vital opportunity to develop an ingenious plan and find a way out of his troubles in relation to the therapist. In the paper the author examined how to make an ingenious plan. The crucial point was that the therapist offered the client a suggestion by which he could think out a practicable plan or solution.

Key words: Active Psychotherapy, activeness, inventiveness, ingenuity

I 本稿のねらい

クライアントの能動性 (activeness) の育成と回復をめざす「能動的心理療法 (能動療法)」はもっぱら観察と工夫から成り立っているが、このうち最も重要なのは工夫である。生活上のトラブルを切り抜けるための工夫を、いかにしてクライアントのなかから引き出すかということが要となるからである。

本稿では、ある中学校の相談員が行っていた母親面接に関して筆者が単発的コンサルテーションを行なった事例をもとにして、能動的心理療法における工夫の問題について吟味してみたい。なお、本事例のコンサルテーションはずっと以前に終了しているが、クライアント (以下、CI と略す) のプライバシー保護のため、CI ならびに CI の家族についての詳細は、記述に必要なこと以外はすべて省略・修正した。

II 事例の紹介と相談員の母親面接

CI は中年の母親。CI の次男の T は、中学 1 年生。T が小学校 6 年のときに T を可愛がっていた祖母が死亡。中学 1 年の夏休みには愛犬が死亡して、T はひどい精神的ショックを受ける。もともとその愛犬は、祖母が可愛がっていたものであった。

Tは中1の1学期までは元気に登校していたが、8月に愛犬が死亡し、2学期（9月）から不登校。いわゆる「^{そとづら}外面のいい子」で、周囲の期待に自分を合わせ、一生懸命にやりすぎては疲れはてるといった性格である。相談員はTが不登校となってしばらくの後、CIとほぼ1週間に1回のペースで母親面接を開始した。

Tは学校に行けないまま自宅でテレビゲームをしたりして過ごしていたが、相談員の示唆によるCIの態度の変化もあって、年末には教科書を広げて勉強をはじめた。しかし、翌年の1月、離婚していた父親がTの家に電話をかけてきて、Tに対して、Tが学校に行かないのならもう養育費は払えない云々と言った。父親のこの言葉はTを叱咤激励しようとする好意的な意図のもとに発せられたものと推測されるが、それはともかくとして、Tはこの電話の後、勉学意欲をすっかり喪失し、時には包丁を持ってCIの前に立ち、「自分はだめな子なので殺してくれ」とか、「自分の存在を抹殺してくれ」などと叫んだりした。もっとも、2月に入ると、長男の家庭教師であった大学生がTの勉強をみってくれるようになり、それによって数学の勉強が少し進んだが、Tは相変わらず「自分はだめなやつだ」と言い、苛立ったときにはCIを叩いたりした。CIは、「私をぶって気がすむなら叩いたらいい。でも、あなたが立ち上がらないとどうしようもない」とTに述べていた。Tはまた、両親の離婚のことでCIをあからさまに責めたてたりすることもあった。

さて、このような状況のなかで3月に入ったが、Tの状態はほとんど変わらなかった。以前と同様CIを激しく叩いたりなぐったりすることもあり、さすがにCIはTの入院治療といったことさえ考えたことがあった。ちなみに、筆者が相談員からのコンサルテーションの要請を受けたのは、この時点であった。相談員は、Tを入院させたいというCIの希望に対してどのように対処すればよいのか迷っていた。筆者は相談員に対して、今の時点での入院云々は時期尚早ではないかと答えた。TがCIに対して暴力をふるうといっても、それはCIが怪我をするほどひどいものではなかった。つまり、Tは彼なりに暴力をコントロールしていた。そのうえ、落ち着いている時のTは、CIに甘えるような態度すら見せていたからである。

ところでCIは、週日こそ会社員として働いていたが、週末は自宅の畑で農作業をしていた。相談員はCIから、TがまれにCIと一緒に畑に行って畑で土いじりをすると少し元気になるということを知っていたので、相談員はCIに対して、週末にCIが春先の農作業をするさいにTを引っ張って行って、Tの身体が泥まみれになるまで思う存分土いじりをさせてみたらどうかと示唆した。もともとTは部活が運動部であり、愛犬が死ぬまでは夏休みの毎日、運動場で泥まみれになって運動していたのであった。また、相談員は箱庭療法に関心があり、Tの自宅においてTに箱庭療法をやらせるとしたらいったいどのようなことが可能であろうかということが、かねてから相談員の念頭にあった。

CIは考えた末、3月中旬の土曜日と日曜日にTに畑で思う存分に泥遊びをさせてみた。すると2日目の日曜日の夜、TはCIに対して、明日登校したいので友人のYに電話してくれないかと言った。Yというのは、Tが信頼していた友人であった。CIはすぐにYに電話した。Yは了承した。翌朝Tは、迎えに来てくれたYと一緒に登校した。約半年ぶりの登校であった。Tはそれから約2週間、2日学校に行っては1日休むといったペースで登校しつづけ、学校は春休みに入った。春休みの間Tは、時々運動部に顔を出した。

その後のTは、4月の2年生になってからは始業式の日から登校し続け、5月の連休明

けには数日間学校を休んだ。しかし、「休み始めると癖になる」などと言いつつまた登校を続けていった。運動部のほうは、部活の顧問の先生の助言もあって、きつくなった時には手を抜いて休むことにした。つまり、きつい時には適当に手を抜くというやり方をT自身が素直に受け入れられるようになったのである。その後のTは、「登校し、きつくなったら少し休んで、また登校する」といったことを繰り返しながら学校生活を送っていった。CIとしては、3月の時点で1回既に乗り越えているので、Tの時折の苛立ちや休みがあっても、あまり動揺しないで対応することができた。CIの心配はむしろ、Tの兄のことに移っていった。相談員はCIに対して、「子どもさんたちの調子がおかしくなってきたら、お母さんがお父さんになっている証拠ですよ」といった言い方をしていた。長い間、女手1つで子どもたちを育ててきた「きつい性格」(CIの言葉)のCIは、この相談員の助言を念頭に置きながら、その後の子育てを継続していった。

Ⅲ 考察

1 本事例における工夫について

本事例における工夫は、Tの母親であるCIがTを積極的に畑に誘い、Tの思うがままに泥遊びをさせたことである。明るい太陽のもとで土と水にまみれながらの泥遊びは、Tの持つ建設的な力を急速に顕在化させた。たとえば、CI自身が一時的な「セラピスト」となって、「クライアント」のTに対して一種の芸術療法を行なったものといえよう。もちろんTはそれ以前にも畑で泥遊びをしてはいたが、しかしそれはあくまでも、農作業を行なうCIについていったTがCIの農作業をうまく手伝えず、所在なく土をいじっていたというものであった。3月の泥遊びは、Tの回復を能動的に図ろうとするCIの側の意図のもとになされたものであった。

CIがこのような工夫を行なうことができたのは、相談員の助言であった。しかしながら、もともとのきっかけは、土いじりをするとTが元気になることがあるというCI自身の観察であった。もちろん、その観察をうまく活用したのは相談員である。そして、CIの観察をうまく活用できたのは、箱庭療法を家庭で行なうにはどうしたらいいかということがつねづね相談員の念頭にあったことによるものである。結果的に、Kalf(1966)のいう「自由であると同時に保護された空間 (freien und zugleich geschutzen Raum)」がうまく母子間に形成されたわけである。なお、相談員の助言が比較的スムーズにCIに受け入れられたのは、相談員とCIとの関係性が良質のものであったことに起因していよう。

2 工夫のあり方について

工夫という場合、それがセラピストからの一方的な助言に基づくものであれば、工夫は強制となり、したがってクライアント側の能動性の発露は期待できないことになる。強制は、もしもその結果がうまくいった場合にはセラピストに対するクライアントの受動性と依存性を増大させることになるし、結果がうまくいかなかった場合にはセラピストに対する恨みや失望を引き起こすことになる。

一方、工夫という場合、それがまったくのクライアント任せのものであれば、もともと心理的に混乱しているクライアントにとってよい工夫を考え出すことはなかなかの難事であり、クライアントの心的負担が逆に増大することになる。場合によれば、面接の中断に

至ってしまうことになる。

このように考えてみると、トラブルや危機を切り抜けていくための工夫の創出は、クライアントの言葉や行動などを手がかりとして、クライアントが無理なく実行できるようなものをセラピストが示唆することによってなされると言ってもよい。ただしその場合、セラピスト－クライアント関係の質のあり方が重要なものとなる。セラピストの示唆を取り入れて工夫を案出・実行するのは、あくまでもクライアント自身だからである。なお、クライアントとの関係を良質なものとするには、セラピストの側に、クライアントのなかに内在している「建設的自己 (constructive self)」(名島, 2000) にたえず呼びかけていくというセラピスト側の能動的な姿勢が必要となる。

IV おわりに

建設的自己といっても、これはあくまでも仮説的概念であり、目に見えるものではない。それは例えば、「各人のうちに住まわっている、自我を統合する力 (the ego-integrative forces residing within each individual)」(Rogers, 1947)とか「精神の健康へと向かう衝動 (the drive toward mental health)」(Sullivan, 1954)などと似たようなものであろう。もっとも、建設的という方向性があれば当然、その逆の破壊的という方向性もある。自己は、建設的自己と破壊的自己 (destructive self) とが互いにせめぎ合う精妙な力動体であるといってもよい。建設と破壊の相克は、身体的・生理的レベルのみでなく、心理的レベルにおいても存在しよう。

NTC's American English learner's dictionary (Spears, ed., 1998) によれば、constructiveとは、“helpful” “able to be used in a helpful way” という意味である。constructive self は文字通り、人の役に立つ有用な自己であり、このような自己をいかにして活性化させるかということがセラピストの大きな仕事となる。

引用文献

- Kalff, D. M. 1966 *Sandspiel: Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche*.
Zürich und Stuttgart: Rascher Verlag. (河合隼雄監訳 1972 カルフ箱庭療法
誠信書房)
- 名島潤慈 2000 能動的な心理療法－事例検討 山口大学教育学部研究論叢, 50, 第3部,
37-44.
- Rogers, C. R. 1947 Some observations on the organization of personality.
American Psychologist, 2, 358-368.
- Spears, R. A., ed. 1998 *NTC's American English learner's dictionary: The
essential vocabulary of American language and culture*. Lincolnwood, Illinois:
NTC/Contemporary Publishing group.
- Sullivan, H. S. 1954 *The psychiatric interview*. New York: W. W. Norton.
(中井久夫・松川周悟・秋山 剛・宮崎隆吉・野口昌也・山口直彦訳 1986 精神医学
的面接 みすず書房)