

熊野先生とマクレオッド先生のコメントを読んで

村瀬嘉代子^{a,b}

^a 大正大学

^b 連絡先 170-8470 東京都豊島区西巣鴨3-20-1 大正大学

Email: kayoko.murase.phd@gmail.com

要約

二人の国内外の先生のコメントを拝読し、改めて本ケースについて、そして心理療法の基本について再考する機会をいただけたことを深く感謝したい。いずれの指定討論者も本事例におけるセラピストのありかた、クライアントとのかかわり、クライアントとクライアントの世界の理解、描画の使用、そして文化の伝承という深遠なテーマを取り上げ、Mr. Rの事例を通じた対話を通してさまざまな貴重な示唆をくださった。熊野先生のコメントのうち、事実をどのようにアセスメントしたのか、どのような理由から描画を導入したのか、ということについてのコメントに答えた。マクレオッド先生のコメントのうち、セラピストの基本的姿勢としてのプレゼンス、セラピイの目的、スーパーヴィジョン、相互似顔絵法の導入の経緯とその手法の着想の背景、クライアントのアタッチメントに関するアセスメント、について答え、最後に筆者の考える心理療法の原則を示して結びとした。

キーワード: 描画, 統合的心理療法, 日本人のクライアント, 治療的コミュニケーション, 治療関係, パーソナリティ障害

熊野先生のコメントを読んで

はじめに

心理療法とは人が少しでも生きやすくなることを目的として、心理学の理論と技法を用いて支援することである。従って、理論や技法は異なり、その過程の様相は異なっても、心理療法のゴールは同じはずであろう。そもそも、心理臨床の営みにおいては、理論や技法の特質を示すために、はじめに方法論ありきという姿勢でクライアントに出会うのではない。クライアントが解決を求めている問題の質、その生成要因、クライアントの背景のさまざま、さらには彼（彼女）がこれまでどう生きてきたのか、自分自身や世界をどう捉えているのか、これからどうなりたいのか、つまり、

クライアントが何を必要としているか、クライアントの治癒や改善に役立つリソースは何かとアセスメントを行って、それに相応しい心理療法の理論や技法を適用していくのが心理臨床の基本である。

行動療法家でいらっしゃるが、精神分析、内観療法や森田療法など幅広くさまざまな心理療法に造詣深い熊野先生にコメントを戴けるならば、アプローチは違っても心理支援に必要な要因とはどういうことかについて、より明らかになるであろうとコメントをお願いした。期待に違わず、さまざまな示唆を戴いて深謝している。以下、熊野先生の御論考の流れにそって、感想を記す。

事例報告の方法と技法について—はじめに事実ありき—

私ははじめに描画療法を試みようとしたのではなかった。このクライアントとの初回の面接を終えるに際して、クライアント自身の望む方向と私が彼のその時の全体像、及びそれまでの治療展開の次第、家族を含む諸々の資料—いわゆる前治療歴や受理面接、それに伴う諸々の検査結果データを総合した資料ではなく、与えられた点のような素材をもとに想像を巡らした内容ではあるが—を基に、次のように考えた。第一にいわゆる言語を中心とした面接では上滑りの観念の次元での理論闘争的やり取りになってしまうことが危惧されたこと、第二に長期に不登校を続け、他者との交流が乏しい中で身につけた彼の言葉（一見、難しいもったもんな理屈に聞こえても）は、一見知的で論理的のようではあるが、それは本当に彼自身の感情や考えを正確に現しえてはいないのではないか。

内面をよりそのまま言葉以前の概念のレベルでの表現を可能にするのは絵（それも自由画）をと考えたのであった。言葉はその個々の言葉自体が他者と共有しうる共通の意味を伝えるものであるが、言語化するともはやそれはその言葉の発言者の感情や思考を現したのものとして受けとられ、言い逃れや完全な打ち消しは難しい。その点、絵に込められた感情や思考内容は受けとり方に委ねられ、言語化して明示するよりも暗示的表現することが可能である。この暗示的意味を状況に応じて的確にくみ取るとは治療の進展に役立つと言えよう。面接者が暗示された内容をあえて言語化することを控えながら、しかしクライアントのその微妙な心情をくみ取ることが可能になるという点は重要であろう。

例えば、R氏が本人自身は言語化して語らないが、面接開始後ほどなく、スターリンの肖像や崩れたようなチューリップからR氏の父親イメージ、母親イメージを推測、ひいては家族関係を思い描くことを可能にしている。このことによって、本来は他者に秘しておきたい背景事情を自分は他者に伝えてしまったという後悔に似た気持ちといややはり分かってほしいという葛藤にR氏が陥ることから護っていると考えられる。言語化して応える際に抱く微妙な葛藤を少なくしつつ、かたや

R氏の親子関係を思い描く技法として、この事例において、描画は相応しかつたと考えられる。

「目前の課題をよく把握してから、それに適合する方法を適用する (p. J-47)」という基本姿勢を持ち、常に自分の技法のレパートリーを殖やす、既成の技法に頼るばかりでなく、時にはそのクライアントの状況に相応しい技法を考案して用いることもその技法適用の功罪を十分吟味の上、あり得ると言えよう。この事例において、R氏を面接者の家族とともに夕食をとる機会を設けたのはこの一例とも言えよう。これはR氏との適切な距離感が損なわれることや過剰な期待感を引き出して強い依存を引き起こす可能性を予測させたが、面接者が確固としたニュートラルな姿勢を堅持することと全体状況を俯瞰する姿勢とR氏の気持や体験世界を思い描き、理解しようと努めることで、関係性の基盤は崩れないと考えた。

観念過剰な姿勢を貫くことで、不自然ながら自分を護っていたR氏は「団欒という意味が初めて分かった (p. J-38)」と述懐しているのに象徴されるように、ことばとその意味が実感を持って理解され解るという経験を生み出している。また、彼の家族は数年ぶりに共に食卓について、家族として話し合う、考えと気持を分かち合う体験をした。その瞬間を凌いで過ごしすぎるような生活から、時間を現在が未来へ繋がるものとして考え将来を思い描こうとし始めている。これは面接者によって、間接的なアレンジメントがなされ状況設定が行われたが、R氏も家族も直接的に指示や示唆を受けるのではなく、自身で気づき、言語化して考え、話し合いを行うという久しく絶えてなかった経験を通して、自分のうちに潜んでいたレジリエンスの芽に気づき、自分たちの課題を自分で引き受けようという進展をもたらしたという点で、いささか大胆であるにせよ効果のある試みであったと考えられる。

事実から出発するという大原則に則ってセラピーが行われる場合は、多くの専門家とのコミュニケーションを可能にすること、この事例研究と行動療法のそれとは表現は違うが共通点がむしろ多いと熊野先生が述べられているのは、本文の冒頭に記した私の心理療法について基本的に考えが再認共有されたものと思う。

変容を促す条件、セラピストの熟達と文化の伝承

熊野先生はこの事例について、クライアントの変容をもたらした要因は描画という技法がこのクライアントには合っていたこととセラピストのぶれない率直さを挙げて下さった。これについて、少し普遍化した視点から具体的に述べてみよう。まず、アセスメントを的確に刻々行って、それに基づきながらそのクライアントのその状況に相応しい技法をなるべく自然に治療経過の中に適用していくこと、その経過の進行を支えるのはセラピストの役割である。そして同時に、セラピストはクライアントの主体性を重んじて、彼（彼女）の表現するもの、伝えようとすることを受けとめよ

うとしつつ、経過の進行につれてクライアントが裏付けのある自尊心や自分自身について根拠のある効力感に気づけるように支持的に接する。

また、熊野先生はセラピストの熟達、或いは育成という表現を採らずに文化の伝承という本質的なテーマに言及されたのも示唆深く思われた。これは二つの点についてふれている。一つは、私がセラピストは不断の努力を終生続けることが必要で、セラピストの熟達は基本的に一代限りというニュアンスの捉え方をしていることについてである。そして、R氏の甥が母親からR氏が変容していくのを高校生時代に聞き、心理療法のインパクトをつぶさに感じ取った経験を聞き、心理的支援者を志向するようになったことである。心理療法のインパクトはそういう影響の及ぼし方をもするのだと改めて納得した。秘かにそっと生じるプラスの方向への変容が当事者のみでなく他者、それも複数もあり得て伝わる可能性があるのだ。

私はエビデンスを示すことや自分の行為について説明責任が果たせるように、いわゆる数値化して表現することになじまないような事実についても、事実をして語らしめる表現、換言すれば、自分の営為についてできるかぎり客観的に捉えようとする視点を持つと同時に対象に身を添わせて共に世界を眺め、感じ考える姿勢に極力近づけるようでありたいと考えている。しかもその事実の特質を個別的でありながら、その中には普遍性があることを示せる表現を事例研究では志向しているのである。

マクレオッド先生のコメントを読んで

先生（以下、先生と記す）のコメントを拝見して、強く感銘を受けた。先生が心理療法におけるセラピストの人としてトータルなあり方、プレゼンスの大切さに言及され、この事例の底流にはこれがあると指摘されたからである。これは心理療法についての討論の中で、技法論として要素的、技術的問題として言及されてはきたが、人としての基本姿勢としてはあまり論じられることが少なかったように思われる。これはあまりにも自明のことであることと同時に、俗にいう人柄という次元の理解で終わってしまいがちなこともその背景要因としてあったかもしれない。

しかし、私は〇〇療法、△△の技法と称しても、それがどういうセラピストが用いるかによって、効果の程は異なるのが事実であることをこれまで多く観取してきた。従って、このセラピイの促進に影響を及ぼし、クライアントの変容を支えるセラピストのあり方を人柄といった一般的包括的な次元で捉えて納得してしまうのではなく、これに内包される特質についてより明らかにしたいと考えてきた。その他、先生は緻密さと繊細さをもって、この事例で用いられている技法について、新たな技法の可能性として多くの文献を渉猟されながらご指摘下さった。

ここでは先生が最後に掲げられた質問に簡略ながらお応えし、次いで、先生が一見、心理療法の

原則にもとるような私の行為（例：R氏を食事に招いた）がいわゆる行動化として、問題を起こさず、そこでなぜ変容の契機が生まれるのかという点について、私見を述べさせて戴きたい。

質問への御返事

1. セラピイの目的について何時、どのように話し合ったか

父親からは数多くの診療機関や相談機関で誰とも継続した関係を持たず、改善の兆しが無い。R自身がサイコセラピイを求めたのは初めてである。まず、この状態から変容が起こるように、と求められ、やむなく了承した。

R氏は「人が信じられない、おばさんと話してみたい」と（p. J-25）。セラピストは〈まず、話せることから無理せず話しあい、そこから転機が見つかるように〉と初回のはじめに話した。（R氏は半ば懐疑的という表情ながらうなづいた。お手並み拝見という空気が感じられた。そこで、正直にありのままに、しかしR氏を脅かしたり自信を損わせるようなことがないように留意しようと考えた。）

2. この困難な事例を担当するに際して、スーパーヴィジョンは必要だと思うが、その点は如何に？

私の直前にR氏を担当していたセラピストのスーパーヴァイザーをしていた臨床心理学者の村瀬孝雄（夫、1998年没）と精神科医の土居健郎先生。（村瀬は東大の助手時代、大学の中に当時としては先進的な試みの、外来心理相談室を立ち上げた。ほどなく、そこでの臨床実践の営みに満足せず、より難しい現場での実践・研究を求めて、精神科病院の心理士（ほとんど前例がない時代）になり、続いてフルブライターとして渡米し、ジェンドリンに出会う。常に未開の領域に道を求めていた。後半、土居健郎先生の精神療法研究会に事例提出した。二人の導き手は具体的な示唆や意見は述べられなかったが、存在自体が支えであった。）

3. なぜ、この場合、描画が技法として適していると考えたか。「相互似顔絵法」とはどういう方法か。英文の文献はあるのか。

R氏は知的素質は高いが閉じこもった生活をそれも成長期に送り、かれの一見知的で鋭い言語表現は言葉だけが観念的に上滑りしているように観察された。言葉だけのやり取りでは観念的次元の討論会のような、言葉の応酬になりそうだと危惧された。自分の気持ちや言語化しにくい自分自身の感情に触れ、自分を受けとめ、まとまりの感覚を持つためには描画を考えた。描画は、言葉にしにくい内面の感情や思考内容が自然に表出される可能性があること、しかも言葉ではないので、そこはかたなく、あるいはさりげなく今、受けとめられる内容をR氏、セラピストそれぞれが感じ取

り考えられるので、抵抗感少なく進められる可能性があると考えた。

「相互似顔絵法」の英文はない。和文の単行本はある（村瀬，2005）。

ある時、私は重複聴覚障害者の施設から、入所者（聴覚障害の他に発達障害、精神疾患、身体障害を併せ持ち、多くは就学もままならず、手話、文字表現、指文字などを使わず、コミュニケーションが容易ではない重篤な生き難さを持つ成人の人々）が無為に時を過ごしていること、職員の士気も停滞している、何か少しでも入所者が活気を取り戻し、厳しくともその生を享受できるように心理的支援をしてほしい、と要請された。

コミュニケーション手段も持たず、生きるハリを持たず生き乏しく暮らす入所者に出会って、私は何が出来るのか途方にくれた。だが、入所者一人一人に「自分に気づいてほしい」と手鏡をプレゼントし、それに映る自分を描くことをすすめた。戸惑いながらもこの試みは入所者たちに「自分、私」という自意識を呼び覚ましたようで、それから髭を剃る、髪型を整える、人の前に出るときは襟元を合わせて整えるというような行動がなされるようになり、他者を意識し、自分を大切に整えたい、というような傾向が生じてきた。そういう中で、強く引き籠って来た、あるいは他者を恐れてわずかなことでも泣き出し止まらない、衝動的に暴力を振るうなどなど、行動上の問題が激しい入所者たちに対して、原則一人一回、30分で何かしらの行動の改善が生まれるような働きかけを依頼された。

私にはそれは不可能な依頼であった。だが、終日、めそめそ泣いている、奇声を発して、疎んぜられている人、食事と入浴以外は石造のように硬直して座り続ける人々を見て、ささやかでも生きる喜びにつながる実感を味わってほしい、と考えた。そこで、入所者と私が相互に相手の似顔絵スケッチを描いて交換するという描画のバリエーションを思いついた。私がただの写実ではなく、この人が気分が良いときは、もし笑ったらと想像し、その人だと分かるが現実のその人より気分がよければこういう顔であろうと想像される似顔絵を描いたのであった。

これは想像以上に入所者に受け入れられた。私の顔をぞんざいに機械的に仕上げた入所者が自分が微笑している表情で描かれたことに気づき、私を最初はへのへのもへじで描いたのを訂正して顔らしく書き直したり、ある人は私の淡いブルーの服の色を出そうと、私の傍らにクレヨンを携えて近寄り、服の上にもいろいろクレヨンを載せては実物の淡い色調を現そうと試みた。そして彼らは一様に私が描いた似顔絵を大切に自室に飾ったのである。

面会に訪れたある家族は「息子を感じよく青年らしく描いてもらえた・・・」と涙ぐまれたりした。これが契機で、大方の入所者は物事への注意が増し、相互に気遣いあう、障害の重い人をそつと手助けしようという気風がわずかづつだが育ち、疲弊していた職員の間にも「関わり方で人は変わるのですね」という声も聞かれるようになり、対応の仕方にも工夫がみられる方向へ進み始め

た。

4. 最初の電話での R 氏の愛着の強さをどのように理解しているのだろうか。

R 氏はまず一人の人として同じ地平で遇してほしいと切実に願っているのであろうと思われた。セラピストの言動には目的を意識するからこそとはいえ、どこか操作的ニュアンスを感じ取っていて（事実の如何はともかく、R 氏の受け取り方として）、そういう治療の対象者としての自分の立場を素直に受け入れられない、それでいて人との純粋なコミュニケーションを切望している矛盾した辛い状態にあるのだと考えられた。

治療的变化の原則

紙数の制限もあるので、上述の四つの質問のほかの先生による何れも貴重な問題提起に対して、いずれの場合にも、それらにお応えする場合に通底すると考えられる私が心理療法の原則と考え、実践していることを述べて結びとしたい。

私は自分の時・所・位を常に相対化して捉えることが基底として大切だと考えている。まず第一に、今はどういう時代か、クライアントはライフサイクルのどういう時期にあるのか、セラピストはプロフェッショナルとしてまた個人としてライフサイクルのどういうステージ、どれくらいの熟達度にあるのかを相対化した視点で理解していること。また、クライアントとの心理療法はどのような時間的流れの中に展開し、どういう状態にあるのか、これら時間にまつわる要因を自覚・認識していること。

第二に、セラピストとしてどういう場（機関）に在るのか、その機関の機能と役割は何か、クライアントと出会っている場の特質は何かを十分認識している。第三に位置を認識する。セラピストは所属する場にあつて、どういう位置にあるのか、組織の在り方や自分の立ち位置を自覚する。自分の出来ること、出来ないこと、してはいけないこと、責任が取れるところはどこまでか、相談や指示をどう受けるのか。これら、三つの要因について即時に判断自覚する力を持つことが望まれる。

次にアセスメントを的確に常に行っていて、良質の受動性、つまりクライアントの主体性を大切にしながらも、全体状況とクライアントに対して意味ある関係を持つ人々、広くはクライアントの環境全体について、アセスメントを行っている。しかも刻々移りゆく状況の中にあつて、その推移の様相を熟知することに努める。その瞬間大切な焦点を捉えつつ同時に背景としての全体状況をも視野に収めて的確に事態を理解するようにする。次いで、クライアントに接する場合、次のような三つの人称の姿勢を同時並行にバランスよく持ち機能させることがセラピストには期待される。

まず一人称的視点：クライアントに身を添わせる気持ちで、その体験世界を想像する、クライアントと同じ景色を眺めているような、分かち合っているような、いわば *viceral* な感覚でその気持ちを分かろうとする。二人称的視点：そういう生き難さ、苦しみ、悲しみ、痛みを感じている貴方（貴女）はね、と語り掛けるような、一体感より距離感があるが関係性がある視点。三人称的視点：クライアントの状態を客観的に対象化して捉え理解しようとする。全体の状態像、環境の性質、問題の由来などが公共性に馴染む表現で示しうる視点である。質の高い心理臨床とはこの三つの人称をバランスよく併せ持つことだと私は考えている。

この三つの人称の視点を併せ持ち、自分の内面に生起する感情や思考内容について正直に自覚している、これが判断を的確なものにするための必須要件であると考え、実行しようとしてきた。この基本的バランスが取れていると、どこまでがセラピストが責任を持って対応できるか、どこからは控えるべきか、さらにはしかるべきかたちのリファーマーや関係が必要であるかの判断がぶれずに可能になる。R氏を食事に招くということもただ思いついて実行したのではない。この試みに際しての留意点は何か、この施行がもつプラスと留意すべきマイナス点は何かを十分に検討した。その結果、注意すべき点は多々あるが、それでもこの試みがもたらす効果の可能性が大きかったので、種々の注意の上、実行したのである。

三つの人称の視点をバランスよく合わせもって働かせる、エンパシクであるが同時に冷静で相対的視点を見失わない、そしてクライアントに生き難さを持つ一人の人として出会う、周到に観察し考えて行動しているが、人のところに触れる畏れを知って、常に自分の足らなさをより良きものにしたいと慄きつつあること、これが心理療法の基本として求められているのではあるまいか。

文献

Kumano, H. (2015). Discontinuous change facilitated by emotional expression through drawing and the accurate verbal responsiveness of the therapist. *Pragmatic Case Studies in Psychotherapy*, 11(4), Article 3, 255-263. Available: <http://pcsp.libraries.rutgers.edu>

村瀬嘉代子 (2005). 聴覚障害者への統合的アプローチ: コミュニケーションの糸口を求めて. 日本評論社.

McLeod, J. (2015). Narrative case studies and practice-based learning: Reflections on the case of "Mr. R." *Pragmatic Case Studies in Psychotherapy*, 11 (4), Article 2, 239-254. Available: <http://pcsp.libraries.rutgers.edu>