

多重人格モデルのアドラー心理学

野田俊作（大阪）

ただ假名あり。これは名字にして本なく因なし。
強いて為して名を立てて衆生と為す
—小品般若経

要旨

キーワード：

0. はじめに

人格(personality)あるいは性格(character)は一人の人間に一つしかないと思われてきました。しかし、これはひとつの「思い込み」でしかありません。たとえば、中世のカトリック神学は、心のなかに神的なものと悪魔的なものが住んでいて、ひとつのできごとに対して両者が同時に反応するので、自我は両者の言い分から自由意志でもってどちらかの言い分を選ぶと考えていたそうです。これは一種の多重人格モデルです。

このような中世的な多重人格モデルを批判しつつ、一人の人間に一つだけの人格があるという議論、すなわち単一人格モデルが主流になったのはルネサンス時代のことです。それは、啓蒙主義の時代を通じて洗練され、近代社会の「常識」になりました。しかも、そのようにして想定された単一人格には、本質的に理性的で合目的的であるという特質があると、近代西欧思想は前提しました。こういう思想を「モダニズム(modernism)」といいます。

古典アドラー心理学は典型的なモダニズム思想で、唯一の人格(ライフスタイル)を想定し、しかもそれは本質的には理性的で合目的的であると考えました。この論文では、この考え方の限界を指摘し、臨床の実際により即していると考えられる多重人格モデルをアドラー心理学に導入することを試みます。

1. 単一人格理論の限界

社会学者ヴィヴィアン・バー(Vivian Burr)は次のように書いています^[1]。

「パーソナリティ」の概念は、現代の西欧社会のわれわれの思考にしっかりと根を下ろしているので、それを疑うことは、まずないと言ってよい。われわれの知る人びとは実にさまざまなパーソナリティをもつこと、そしてそれらは生涯を通じて比較的恒常であること、これはわれわれに

とって疑いえない事実であると思われる。(中略)したがって、個人差と恒常性とは、「パーソナリティ」の語の意味する二つの側面なのだ。しかし、そればかりではない。(中略)われわれが自他の中に見るものは、統合されたパーソナリティであり、統一された調和性ある自己なのである。パーソナリティのそれらの三つの側面—個人差・恒常性・統一性—だけでなく、そこにはまた、われわれのパーソナリティの行動への関係という、第四の側面がある。われわれは、ふつうこの関係を、一方通行のものと考えている。つまり、われわれはパーソナリティを、行動に対してきわめて強い影響を与えるもの—すなわち、われわれの行なうことは、われわれがどんな種類の人であるかの結果にほかならない(われわれが強制されていたのでもない限り)—、そう思っている。(pp.27-29)

このように彼女は、「個別性・恒常性・統一性・主宰性」の4点を西洋的なパーソナリティ概念の特徴としてあげています。アドラー心理学も当然そのように前提していて、ライフスタイルは人ごとに違っているし(個別性)、ひとたび形成されると変わりにくいし(恒常性)、一人に一つしかない整合的な全体であるし(統一性)、それが行動を決定している(主宰性)と考えてきました。これらのことはあまりにも当然のこととされ、議論されることさえありませんでした。しかし、これらの前提には何も証拠がないのです。西欧的な「常識」の中で、われわれがただそのように思い込んでいるだけのことであるかもしれません。前述のバーも次のように書いています^[1]。

日常生活では、われわれはあたかもパーソナリティといったものが存在するかのように行為し、そうすることによってたいいはいは、まずまずうまくいくと言ってもよい。しかし、ここから、パーソナリティが実在する(諸特性が、われわれの精神構造に存在するとか、遺伝物質に書き込まれている、という意味で)と言うのは、大きな飛躍である。(p.34)

2. 多重人格モデルの発祥

治療室での経験

バーが言うように、ふつうの生活をし、あるいはふつうの心理療法をしている限りは、単一人格モデルを批判的に検討することもないし、多重人格モデルの必要性を感じることもありません。しかし、心理療法の歴史を振り返ると、多重人格モデルの方が説明に便利であるような状況がいくつかありました。

たとえば、1950年代から家族同席面接がおこなわれるようになり、それがやがて、1970年ごろ、個人療法とは違った理論と技法を持つ家族療法に発展しました。家族療法家たちは、個人療法で出会ったときのクライアントと、家族療法の中で出会ったクライアントとがまったく違った行動特性をもっているという経験をしました。たとえば、おとなしくて上品な母親が、子どもを叱るときには鬼のように変身する、というようなことです。その母親は、個人療法で子どもを叱ることについて話していたかもしれませんが、しかし、現場で叱っているその人は、叱ることについて話しているその人とはまるで似ていないのです。身体つきも表情も動作も声の調子も言葉使いも、すべてが違っているように見えます。つまり、まるで別の人格に見えるのです。

また、心理劇や、それに影響を受けたロールプレイを用いる治療でも、冷静に話をしているときとはまったく違う人格に出会う機会がありました。ロールプレイが始まる前に問題状況につい

て話しているときと、実際に問題状況を再現しているときとでは、同一人物とは思えないほど行動特性が違っていたりするのです。もちろんそれは役割演技です。しかし、「聞くと見るとは大違い」で、実際の行動を見てみると、話を聞いて想像していたのとはまったく違う感じであったりするのです。別の人格が存在したのだと考えるほうが、同じ人格が別のことをしていると考えたよりは、はるかに自然に説明できそうに思われるのです。

また、催眠を用いた治療をしていると、普段の人格とは違った人格が出現することがあります。むしろ、普段とは違った人格を呼び出すことが催眠療法の主要な技法のひとつであると言ってもいいと、私は考えています。その「普段と違った人格」というのは、催眠の中にだけ存在する特殊な人格なのでしょうか。そうではないと思います。それは、家族療法の中で出現した人格や、心理劇の中で出現した人格と同じように、治療状況とは別の社会的文脈の中では普段も使われている人格なのだと思います。

ふり返って考えてみると、アドラーやフロイトなどが出会っていたクライアントは、「治療室にいるクライアント」であって「現場にいるクライアント」ではなかったのです。家族療法や心理劇や催眠療法では、「現場にいるクライアント」が出現して、その人格は「治療室にいるクライアント」とは、まるで別人のようだったのです。ということは、古典アドラー心理学は「治療室にいるクライアント」についての理論であって、かならずしも「現場にいるクライアント」には当てはまらないかもしれません。つまり「頭」で行動しているときのクライアントについての理論であって、「身体」で行動しているときのクライアントを記述しているわけではないのです。

治療は、現場にいる「身体」であるクライアントに対しておこなわれるべきであると、私は思います。そのためには、単一人格モデルは不便なのです。治療室で冷静にしゃべっているクライアントの人格について、どのような操作をしても、現場で問題行動をしている人格は別人で、その人格にはなにも影響を与えることができていないかもしれません。

治療的楽観性

治療室での実践的な体験の他に、理論的にも多重人格モデルを支持する根拠があります。それは、モダニズム的な単一人格理論にもとづいていると、「性格を変える」ということをテーマに治療することがとても困難になることです。なぜなら、性格の恒常性が前提されているからです。

単一人格モデルにもとづいた治療構造は、人格の問題点を「洞察」するという操作が中心になります。アドラー心理学に即していえば、ライフスタイルを分析して、その問題点を洞察し、それにかわるより合理的な信念を身につけるために訓練をするという手続きが必要になりますが、これは、クライアントにとって、多かれ少なかれ苦痛をともなうプロセスですし、また治療時間も長くかかります。

もし多重人格モデルを採用することができるなら、個々の人格には恒常性があるかもしれませんが、人格を交代させることができるので、問題を解決できるタイプの人格を探し出し、それを使うように勇気づければいいことになります。この方法であれば、クライアントの負担も少ないし、治療時間も短くて済む可能性があります。この可能性については後に詳述します。

差別構造

さらに、単一人格モデルを採用すると、思想的な問題がおこりえます。たとえば精神病患者は、全人格が精神病に犯されていることになります。逆にいうと、全人格が正常でないことになりません。このような考え方は、容易に精神病患者を差別する思想に結びつきます。しかし、多重人格モ

デルを採用すると、人はすべて健康な人格も精神的な人格も持っていることになって、本質的な差はないことになるので、差別思想につながりにくいのです。

精神医学や臨床心理学の理論構造が、そのまま障害者への社会的差別を助長することになるという点について、レイン(Laing, R.D.)らの反精神医学(antipsychiatry)運動やフーコー(Foucault, M.)らポスト構造主義者が激しく批判しました。これは臨床に従事するものとして無視できない批判だと思います。理論構造が差別的契機を含んでいるかぎり、どんなに注意していても、無意識的に障害者を差別してしまうと思うのです。その点で、多重人格モデルはそういう危険がないので、安心して使えると思います。

3. 多重人格モデルの理論背景

多重人格モデルの可能性

単一人格モデルが正しいのか多重人格モデルが正しいのかは、決定できません。要は、どちらのモデルが心理現象を予想し制御する上で便利であるかだと思います。理論というのは所詮そういうものであって、「客観的」な「事実」なり「真理」なりとかならずしも関係しているわけではないと、私は考えています。仮に、一人の人間に複数のライフスタイルがあると考えてみて、その方が心理現象を説明するのにより都合がよければ、そうしたモデルを採用してもかまわないと思われまます。バーは、多重人格モデルの可能性について、次のように書いています^[1]。

そこで、単一の、統合された固定的自己をもつ人々の代わりに、おそらくわれわれは、断片化されていて、お互いに必ずしも調和しない、多数の潜在的諸自己(potential selves)を持つのだ。(p. 45)

彼女が控えめな言い方をしているのは、ひとつの仮説としてこの考え方を提示しているからです。私も、単一人格モデルは間違っていて多重人格モデルが正しいと主張しようとしているわけではなく、ひとつの仮説としてこれを提示しています。

ペルソナ

多重人格モデルを採用することにするとして、私は、複数の人格のひとつひとつをペルソナ(persona)と呼ぶことにしています。ペルソナの原義は、仮面劇の仮面のことですが、ちょうどそのように、そのときの社会的文脈に応じてひとつのペルソナが選択され使用されるのだと考えています。通常、ペルソナは、一時に一つしか使われません。ペルソナは相互に矛盾していることもありますが、同時に使われることがないので、矛盾は顕在化しません。しかし、通時的に行動を見ていくと、一貫性がないことになります。このことをバーは「お互いに必ずしも調和しない、多数の潜在的諸自己」と言い表しているのだと思います。

具体例をあげると、機嫌のいいときに、夫が妻に「この次の休暇は一緒に遊びに行こう」と約束しておいたのに、機嫌が悪くなるとすっかり忘れてしまって、「休暇は一日家で寝ていることにする」と宣言するようなものです。単一人格モデルは「遊びに行こう」と言っている人格も「寝ていることにする」という人格も同一人格だと考え、「忘却」という仮説でもって両者の矛盾を調停していたのですが、多重人格モデルでは、両者は異なったペルソナであって、記憶にも連続

性がないと考えます。それにもかかわらず、おのおのひとつだけのペルソナを取り出してみれば、一貫性がある内部矛盾がないのです。

数多くあるであろうペルソナの中で、日常普通に使っているペルソナを「自我(ego)」と呼ぶことにしています。どれが自我なのか、自我とはどういうものなのかは、治療者とクライアントの合意で決まるので、あらかじめ明確に決まっているわけではないし、また、いったん決まっても、ときとしてその意味は変異します。そういう意味の不確定性が、治療上はかえって都合がよいのです。すべてのペルソナについて、この不確定性はつきまといます。

自我の他に、ありふれたペルソナとしては、「性的ペルソナ(sexual persona)」があります。性行為をするときのペルソナです。日常の普通の場面では性行為をおこなうことは社会的に禁止されているので、自我は性行為を忌避するのが普通です。そこで、発達の過程で、自我の他に、もっぱら性行為に関係する場面だけで使われる性的ペルソナが準備されるのです。

自我や性的ペルソナの他に、個人ごとに個性のある無数のペルソナがあると考えられます。それらは、アドラーがライフスタイルについて考えたように、幼少期の経験によって形成されてゆくのだと思います。もっとも、治療室の経験からは、大人になってからでも新しいペルソナを形成することができないではないように思いますが、これは今後研究すべきテーマです。

無意識

このように私は、複数の相互に矛盾するペルソナを考えるのですが、アドラー心理学にもとづいて考える限り、人格の全体的な統一性を考えなければなりません。ペルソナは意識的なもので、それらの中には相互矛盾があって統一性がないのですから、人格の統一性は無意識的なものであることになります。無意識的な人格が一つしかないのか複数あるのかは、無意識が定義上観察不可能なものであるので、証明できないことですが、アドラー心理学の理論的整合性からは一つしかないと考えざるをえません。アドラー心理学的な多重人格モデルは、一つの「無意識(unconscious)」の上に複数のペルソナが乗っているというモデルになります。そういうものの全体としての「個人(individual)」があって、それが全体として一つの目標を追求していると考えられるのです。

前述したように、一時にはひとつのペルソナが使われ、同時に複数のペルソナが使われることはありません。その結果、短時間的に見ると、意識的人格も統一的であるかのように見えますが、通時的に観察するとペルソナが入れ替わるので、意識的人格の統一性は見られなくなります。それでもなお、無意識的には単一方向性をもった統一的な流れがあるのだと考えます。

誤解を避けるために書いておきますが、ペルソナも無意識も実在ではありません。催眠家オハンロン(O'Hanlon, W.H.)は次のように言っています^[2]。

分割 *splitting* とは、まだ分けられていないものを二つに区別することです。つまり、一つのもののみなされているものを区別したり、いくつかに分けたりすることを指します。意識の心 *conscious mind* と無意識の心 *unconscious mind* を分割して誘導するアプローチが典型的なものでしょう。こういう言語的な分割や区別は、実在するものを分けることではないということを心に留めておいてください。どんなに解剖をしても、決して無意識の心や意識の心は身体の中から発見されないでしょう。人工的な区別です。(p.47)

私は彼に賛成です。ペルソナも無意識も、ともに仮説構成体であって、遺伝子に書き込まれた情報でもなければ、脳の一定の部分に占める領域でもありません。ただ、心理現象の予測と制御

のために便宜上考え出され使用される概念であるにすぎません。

4. 基本前提との関係

全体論

古典アドラー心理学では、個人を構成する要素は、意識・無意識・理性・感情・身体などだと考えられていたのですが、多重人格モデルでは、要素ひとつひとつがペルソナだと考えてもよいと思います。ペルソナは、考えや感情やイメージや記憶や身体反応のまとまりのあるセットです。それらがいくつもあって、全体としての個人を形成していると考ええると、アドラー心理学の基本前提と矛盾が生じません。

古典アドラー心理学では、さまざまな感情や思考やイメージや記憶が、相互に矛盾せず、目標のために使用されていたと考えたのですが、多重人格モデルでは、ある社会的文脈によってある感情・思考・イメージ・記憶等の組み合わせが一括して呼び出されると考えます、そのようなセットがペルソナです。ひとつのペルソナの中の感情・思考・イメージ・記憶は、相互に矛盾しないように選ばれますので、個々のペルソナは内的に整合的です。しかし、ペルソナと別のペルソナの間には矛盾があります。しかし、単一の無意識があって、それがペルソナを状況に応じて使い分けつつ単一の目標を追求するので、個人全体を見れば内的矛盾はないのです。

目的論

アドラー心理学における多重人格モデルでは、単一の無意識の存在を前提します。それは、生存という生物学的目標や所属という社会学的目標を追求しています。個々のペルソナは、そのための手段として適宜使用されます。

モザク(Mosak,H.)が提唱した、信念体系(conviction system)としてのライフスタイルは、無意識のライフスタイルではなく、自我のライフスタイルだと私は考えています。自我以外のペルソナは、それとは違う信念体系をもっている可能性があります。そういう意味で、信念体系、すなわちペルソナのレベルでのライフスタイル、は複数あるということが出来ます。

しかし、アドラーは、認知的な信念体系に近い「人生の青写真(cognitive blueprint)」としてではなく、もっと無意識的な行動傾向である「運動の線(line of movement)」としてライフスタイルを定義することもありました。これは、すべてのペルソナと無意識とをすべて含めた個人全体の運動の線を意味していると思われれます。すなわち、アドラーは、ペルソナのひとつである自我の性格としてのライフスタイルと、個人全体あるいは無意識の性格としての全体的なライフスタイルと、2つの意味でこの用語を使っていたこととなります。

そうなると、従来のライフスタイル分析は自我のライフスタイルの分析であって、個人全体のライフスタイルの分析ではないこととなります。しかも、多重人格モデルでは、自我のライフスタイルの改善を考える必要がなくなり、問題解決に適したペルソナを探し出して使えばいいので、信念体系としてのライフスタイル分析はしなくてよくなります。しかしながら、「運動の線」としてのライフスタイル概念はもっていることとなります。もっとも、それは分析するほどものではなく、生存や所属に向かう、いわば無個性なものです。

対人関係論と認知論

対人関係論と認知論は、相互に深い関係があることがわかってきました。1960年代の構成主義(constructivism)的な認知心理学では、認知構造が現実を構成すると考えました。すなわち、認知システムのあり方が現実の見え方を規定するので、認知システム以前には現実はないと考えました。しかし、構成主義では、認知構造は、いったんできてしまうと、コミュニケーションの影響を受けて変わることはあまりないものだと考えられていました。その後、1980年代ごろから、一部の心理学者たちは、認知構造(=人格)はコミュニケーションによってたえず変化すると考えるようになりました。

このような心理学全般の発展にともなって、アドラー心理学の理論研究においても、対人関係論と認知論の関係についての理解は、時代とともにたえず変わってきました。1970年代の認知的心理学的なアドラー心理学解釈では、信念体系はいったん形成されてしまうと、コミュニケーションによってそう簡単には変わらないと考えられていました。しかし、多重人格モデルを採用すると、ペルソナは社会的文脈によって変化すると考えられるので、認知構造がコミュニケーションでたえず変化することになります。しかし、まったく無制限にどんな風にでも変化するわけではなく、ひとつひとつのペルソナは、すくなくともある年齢以後は恒常性をもっており、そのような恒常性を持った複数のペルソナが、コミュニケーションの文脈によって、たえず交代するので、こうして、対人関係論と認知論とは総合的に理解されることになります。

ともあれ、このようにして、アドラー心理学の基本前提に変更を加えることなく多重人格モデルを採用できますし、多重人格モデルを採用した方が、対人関係論と認知論についての従来の曖昧さが解消できると思います。

5. 治療的実践

アドラー心理学の治療法の歴史的変遷

アドラーの時代には、ライフスタイルを洞察することが、治療の中心だったようです。しかし、これは簡単な治療ではありません。アドラーと一緒に仕事をしていたカール・フルトミュラーは、次のように書いています^[3]。

最後にさらに困難な課題がやってきます。それはライフスタイルを変えることの必要性を理解すること、自分の問題と徹底的に向かいあうこと、そして幻想的に歪曲された世界で空想上の勝利を得ることをあきらめて、アドラーが言うところの「人生の鉄則」、すなわち現実の世界で現実の協力をする決心をすることです。(p.358)

こういう治療が可能なのは、治療意欲も高く知的能力もある一部のクライアントだけではないかと思われまます。

ドライカースの時代には、代替案を助言して、その実行を訓練する方法がより好まれるようになりました。この方法は、洞察的な治療に較べれば困難さは少ないのですが、あらかじめ答えとしての「アドラー心理学的生き方」が用意されていて、それを教え込むという雰囲気が高く、クライアントの個性にあわせて柔軟な対応をしているとはいいがたい面がなかったとは申せません。

多重人格モデルを採用すると、ペルソナの問題点を洞察する必要はまったくなくなります。そうではなくて、問題解決に適したペルソナを見つけ出せばいいのです。それが見つからないとき

には、ドライカースの時代のように、新しいペルソナを身につけるように訓練する必要がありますが、もし問題解決に適したペルソナがあらかじめ存在すれば、ただそれを呼び出して使うだけでよく、訓練をする必要もありません。すなわち、クライアントへの負担はきわめて軽微なものになり、治療意欲がそれほど高くなくても、知的能力に問題があっても、治療の障害になりません。これがいわゆる「解決構成的(solution constructive)」な治療です。

よいペルソナを探す3つの方法(1)

では、どのようにして問題解決に適したペルソナを探し出せばいいのでしょうか。それには3つの方法があると考えられます。

1. 同じ相手にうまく対応できている場合のペルソナを使う。
2. 別の相手の同じ課題についてうまく対応できている場合のペルソナを使う。
3. 同じ相手の同じ課題についてうまく対応できる他の人のペルソナを使う。

以下、おのおのについて説明します。

たとえば、幼い子どもがなかなか寝つかないので、母親はついカッとして叱ってしまい、その結果、かえって子どもは眠らなくなるとしましょう。こんなとき、母親に、違う状況で子どもとやさしく接しているときの雰囲気を思い出してもらい、その雰囲気のままで子どもに眠るように頼んでもらいます。そうするとうまくいくかもしれません。

このように同じ相手(子ども)に対しても、うまく対応できない場合だけではなく、うまく対応できている場合もあります。多重人格モデルでは、この二つの場合には、別のペルソナが使われているのだと考えます。そこで、うまく対応できているときのペルソナを思い出して、その特徴を抽出してもらいます。そのためには、相手との位置関係、立っているか座っているか、距離は遠いか近いか、視線はどうか、身体緊張はどうか、声の調子や大きさは、など、非言語的な要素をまず点検します。そうして、問題解決につながりそうなペルソナが呼び出された状態で、相手に向かって語りかけます。語りかける内容は、新しく考えてもよいのですが、失敗したペルソナが使っていた言葉をそのまま使って、新しいペルソナの口調で言うことで問題が解決する場合があります。つまり、言語的には同じ内容で、非言語的にだけ違う表現法を採用するのです。この方が、新しい言い方を考えなくて済む分だけ、クライアントへの負担が少なくてすみます。もちろん、新しい言い方を工夫するのもかまいません。

この方法は、ド・シェイザー(Shazer, S. de)の解決志向的短期療法などで「例外的な場合を思い出してやってみる」と技法と同じものです。解決志向的(solution focused)というのは、多重人格モデルから考えると、問題解決に適したペルソナを探し出して使用するという意味だと解釈できます。

よいペルソナを探す3つの方法(2)

たとえば、学校のクラスでいつも問題を起こす子がいて、その子が授業中に隣の子としゃべっていたので、教師はその子に注意したところ、かえってこじれてしまったとします。もしクラスに、他にもっと教師との関係がいい子どもがいたとして、その子に対してだったらどういう風に言っただろうかを思い出します。そうして、そのときのペルソナを呼び出して、関係の悪い子に使ってみると、問題が解決するかもしれません。これがよいペルソナを探す第2の方法、すなわ

ち「別の相手の同じ課題についてうまく対応できている場合のペルソナを使う」です。

ドライカースは、「自分のもっとも尊敬する人に接するときのように、あなたの子どもと接しなさい」と言ったそうです。これは、多重人格モデルの立場から見ると、別のペルソナを呼び出そうとしているのです。

よいペルソナを探す3つの方法(3)

他者のペルソナを「輸入」することも可能です。たとえば、子どもに対してつい感情的になってしまう母親に、誰か知り合いで、子どもにやさしく接することができる人を知っているか尋ね、もしおれば、その人になったつもりになって子どもと接してもらう。役割を演じるのですが、尊敬している他者のイメージはペルソナの形でとりこまれているようで、うまくいけば問題解決につながります。

心理療法家はしばしばこの方法を使います。たとえば、家族療法家キーニー(Keeney, B.)は、治療の中で行き詰まったとき、スーパーヴァイザーであったオルガ・シルバーステインのことを思い出し、「オルガだったら、この場合どんな風に考えるか」と考えることでもって、治療の行き詰まりを脱したといます^[4]。また、ミルトン・エリクソン(Erickson, M.H.)の生徒であった催眠療法家ウィリアム・オハンロンは、いつもエリクソンが自分の後ろにいて助言してくれると感じながら治療をするといえます。

ペルソナに名前をつける

こうして、問題解決につながりそうなペルソナがみつかったら、それに名前をつけることがあります。たとえば、ある母親がいて、子どもをひどく叱ってしまい、そのことを後で後悔するとしましょう。そしてやさしく接します。しかし、また叱ってしまって、また後悔します。このようなとき、多重人格モデルでは、叱ってしまう母親のペルソナと後悔しやさしく接する母親のペルソナを、いちおう別人であるかのように扱って、おのおのに名前をつけることもあります。母親に「叱ってしまうときのあなたに名前をつけていただけませんか？」と問うと、「キングギドラかな」と言う。「じゃあ、やさしい方のあなたは？」と問うと、「みちよというのはどうですか？」と言うので、「みちよさんって、誰ですか？」と言うと、「別に誰ということはないが好きな名前です」と言うかもしれません。このようにして名前をつけておいて、子どもに感情的になりそうになったら、「キングギドラさん、あっちへ行ってください。みちよさん、来てください」などと唱えます。簡単だが、けっこう効果的な治療技法です。

6. 現代思想との関係

私が多重人格モデルを思いついたのは社会構築主義(social constructionism)とよばれる社会学の一学派のおかげです。ちなみに、冒頭に紹介したバーは社会構築主義者です。社会構築主義者は、ポスト構造主義やポストモダニズムと関係しながら、複数の人格の存在を想定します。この思想は、一昔前の構成主義(constructivism)と紛らわしいのですが、ガーゲン(Gergen, K.J.)は、次の様な違いがあると指摘しています^[5]。

われわれが「現実」だと思っているものについて、それが人間の構築物だということを強調す

る点で、構成主義の視点は構築主義に似ています。主としてこういう理由で、「構成主義」という言葉と「構築主義」という言葉を多くの学者は相互に変換可能なものとして使います。しかしながら、本質的な違いがあることも理解していただきたいのですが、構成主義者にとって世界構築の過程は心理学的なものであって、「頭の中で」おこるのです。これに対して、社会構築主義者にとっては、われわれが現実だとうけとるものは社会的な関係の産物なのです。これは知的にも政治的にも小さな違いではありません。構成主義は西洋の個人主義の伝統と同盟して、個人の心が関心の中心になります。しかし、多くの構築主義者は個人主義的伝統に対して批判的であり、理解や行為というものの関係主義的な代替案を探求しているのです。(p.237)

ピアジェ(Piaget, J.)やケリー(Kelly, G.)などの構成主義者も、バーやガーゲンら社会構築主義者も、どちらも構造主義の影響を受けて、われわれの現実認識は言語によって規定されていると考えます。言語が違えば認識も違うので、「客観的な」認識などというものはなく、現実認識は本質的に「主観的な」ものでしかありえないと考える点でも、両者は一致しています。ただ、構成主義者は、言語の意味はそう簡単に変化しないので、現実認識もそう簡単に変化しないと考えたのに対して、社会構築主義者は、言語の意味は社会的文脈(discourse)に従ってたえず変化するので、現実認識もたえず変化すると考えます。現実認識が変化するとは、「私はなにか」「世界はなにか」という認識が変化するということであり、アドラー心理学風というと、ライフスタイルが変化するということです。こうして、社会構築主義者はたえず変化するライフスタイル、すなわち複数の人格、を想定するようになったのです。

社会構築主義と多重人格モデルのアドラー心理学の間には、2つの重要な違いがあります。ひとつは、社会構築主義者は社会的文脈によって人格は連続的に変化すると考えているようで、いくつかのペルソナがあってそれが交代するのだとは考えていないようです。つまり、社会構築主義者は、個性の存在を否定してしまって、社会的文脈が個人を完全に決定してしまうと考えているようです。これに対して、私は、思考や感情やイメージや記憶がペルソナというセットになって用意されていて、それが社会的文脈で交代すると考えています。したがって個性の存在を認めますし、社会的文脈が人間の行動を完全に規定してしまうとは考えません。

もうひとつは、社会構築主義者は社会的文脈によってたえず変化する人格の背後に単一の無意識を想定することをしません。しかし、私が提唱するアドラー心理学的多重人格モデルでは、文脈によってたえず交代するペルソナの背後に、単一の無意識の存在を仮定します。アドラー心理学が考える無意識について、ここでくどくど説明する必要はないかもしれませんが、それは意識と協力しながら目標を追求するものであり、すなわち合目的なものです。ここでいう合目的性というのは、生存なり所属なりという目標に向かって常に行動を決定しているということです。アドラー心理学は意識も無意識も総合した全体である単一の個人(individual)というものを想定していて、これが最終的に行動を決定するのだと考えます。個人にすべての主体性があるのです。そうでなければアドラー心理学ではありません。この点で、社会構築主義者たちの多重人格モデルとははなはだしく違っています。社会構築主義者たちは、個人の主体性を認めず、社会的文脈が個人を決定してしまうと考えているようです。アドラー心理学は、そのような考え方をしません。個人の現実認識や行動決定は社会的文脈に影響を受けますが、最終的な決定因は個人の決断だと考えます。

私が単一の無意識という概念を支持するのには、アドラー心理学の伝統に忠実でありたいためもちろんありますが、他に2つの理由があります。ひとつは、もし社会構築主義的な考え方を全面的に取り入れると、心理学という学問自体が崩壊してしまいます。ガーゲンが指摘しているように、個人の個性を全面的に否定して、すべてを社会的文脈が決定するという考え方を採用せ

ざるをえないからです。クヴェイル(Kvale, S.)は次のように書いています^[6]。

人間活動を理解するためには、その活動が起こる背景になっている文化や社会的歴史的状況を知ることが必要です。芸術と哲学において、現代はポストモダンの時代です。心理学はモダンな考え方の産物であり、啓蒙主義時代に用語として使われるようになり、19世紀後半に科学として注目されるようになりました。もしこの二つの前提が正しいのであれば—つまり心理学がモダニズムの産物であり現代がポストモダニズムの時代であるとすれば—心理科学は現代に即応できないものであるかもしれません。だとすると、「心理学」という用語と「ポストモダン性」という用語とは両立できないことになり、ポストモダンの心理学というのは用語矛盾であることになります。(p.31)

もうひとつは、西洋人のように、無意識が言語的だとは思っていないことです。フロイトの精神分析学を構造主義的に解釈しなおしたラカン(Lacan,J)などは、無意識も言語的なものだと考えていたようですが、アドラー心理学的な意味での無意識は、生存や所属などを追及する動物的な力をも含みますので、言語のない動物と共通の要素をもっており、すくなくとも一部は非言語的なものだと考えられます。そうすると、社会的文脈という言語的な要因によって、無意識のすべてが支配されるということは考えにくくなるのです。非言語的な無意識がわれわれの中にあると考える不安にならないでおれるのは、私が東洋人だからかもしれません。西洋人は、言語で記述できないものの存在を恐れていますから。

7. 心理療法諸派との関係

私が多重人格モデルの必要性を感じたのは、ミルトン・エリクソン風の催眠療法をアドラー心理学の文脈の中で使うようになったからです。すなわち、ミルトン・エリクソンの治療理論には、多重人格モデルの萌芽があります。

もっとも、エリクソンの流れのすべての治療者が多重人格論者だったわけではありません。いわゆるシステム型家族療法の理論家たちは、多くがエリクソンの影響を受けていますが、多重人格論者ではありませんでした。彼らは個人の人格についてはあまりコメントしませんでした、個別的・恒常的・統一的・主宰的な家族システムの存在を主張しました。つまり、彼らは、個人についてのモダニズム的な考え方を、そのまま家族にあてはめただけであって、やはり一種の単一人格モデルを採用していると言うことができます。

その中から、より多重人格モデルに近い考え方をする人たちがあらわれてきました。たとえばド・シェイザーの短期療法(Brief Therapy)やオハンロンの可能性療法(Possibility Therapy)は、ほとんど私と同じような考え方をします。しかも、彼らは、エリクソンから譲り受けた「賢い無意識」という概念をもっていて、私のモデルにきわめて似ています。

これとは別に、やはりシステム型家族療法への批判から、ナラティブ・セラピー(Narrative Therapy)という、社会構築主義やポストモダニズムの影響をまともに受けた方法もあらわれました。彼らは一種の多重人格モデルによっていますが、それらを統一する全体の存在を一切拒否し、すべてをコミュニケーションの中に解体しようと試みます。このやり方は、私のアドラー心理学解釈とは似ていないと思います。

これら、エリクソンの影響下にある新しい理論以前にも、たとえばユング心理学や、エリック・バーン(Erick Bern)の交流分析(Transaction Analysis)は、一種の多重人格モデルを採用してい

ました。しかし、それらは、たとえば「親的な心(P)」や「大人的な心(A)」や「子どもの心(C)」などの、あらかじめ理論によって決められた複数の人格がすべての個人の中にあるというモデルであって、私の多重人格モデルのアドラー心理学のように、一人ひとりが自分なりの個性的なペルソナを発達させるという考え方とは違っています。自我と性的ペルソナなどはすべての個人の中にあると思いますが、同じ自我とか性的ペルソナといっても、個人ごとにそのあり方はまったく違っていると思います。

ともあれ、新しい心理療法の各派は多重人格モデルを採るものが多く、多重人格モデルにもとづくアドラー心理学と極めて似通った理論構成や技法をもっています。それでは、アドラー心理学のアイデンティティはどうなってしまうのでしょうか。理論としては、やがて臨床心理学全体の中に溶けて消えてしまうかもしれないと、私は思っています。技法面では、本来の技法であるライフスタイル分析をやめてしまうと、その他の技法は他派から借りてきたものがほとんどなので、個性はなくなってしまいます。ただ、アドラーの思想と、運動体としてのアドラー心理学グループだけが、アドラー心理学の個性として残ってゆくと思います。私はそれでいいと思っています。

8. まとめ

心理劇や催眠など多彩な治療技法をアドラー心理学理論と統合的に理解するために、多重人格モデルを提唱しました。これは、アドラー心理学の基本前提と抵触するものではありませんが、ライフスタイル理論は全面的に改定しなければなりません。従来診断されていたライフスタイルは自我の信念体系であると考えられ、「治療室でのクライアント」の信念体系であって、「現場でのクライアント」の信念体系と同じものであるとはかぎりません。仮に「現場でのクライアント」のライフスタイル診断ができないとしても、多重人格モデルに基づく治療は解決志向的で、ライフスタイルの問題点を解明する必要がありませんので、実際上なにも問題がありません。

多重人格モデルの採用によって治療技法の範囲も広がり、それにしたがって治療可能な問題の範囲も広がりますが、それよりも重要なことはクライアントの負担が軽減されることだと思います。まだ研究は緒についたばかりですが、今後、より多くの事例を経験しつつ、理論的にも探求を進めていきたいと思っています。

文献

- [1] ヴィヴィアン・バー著，田中一彦訳『社会的構築主義への招待』川島書店，1997.
- [2] W. H. オハンロン，M. マーチン著，宮田敬一監訳，津川秀夫訳『ミルトン・エリクソンの催眠療法入門』金剛出版，2001.
- [3] Furtmuller, C.: "Alfred Adler: A biographical Essay", in Adler, A.: "Superiority and Social Interest", Norton, New York, 1964.
- [4] Silverstein, O., Keeney, B.: "The Therapeutic Voice of Olga Silverstein". Guilford Press, 1989.
- [5] Gergen, K.J.: "An Invitation to Social Construction". Sage, London, 1999.
- [6] Kvale, S.: "Psychology and Postmodernism". Sage, London, 1992.

更新履歴

2012年12月1日 アドレリアン掲載号より転載