

## 語りなおしとしての心理療法

野田俊作 (大阪)

### 要旨

キーワード :

### はじめに

考えや感情がまずあって、それを言葉に写していくのだと、長い間考えられてきた。しかし、そうではない。丸山圭三郎は言う。

私たちはともすれば、表現とは思考なり情念なりの衣だとかその翻訳であるように考えがちですが、実は思考というもの、その言語表現を見出す以前に一種のテキストとして存在しているわけではありません。<sup>[1]</sup>

すなわち、語ると同時に考えや感情が作りだされるのであって、語られる前にはそれほどはっきりした考えも感情もないというのだ。もしそうであるとすれば、同じことを話題にするのも、語り口によって考えや感情は変わってくる。人が問題をかかえるのは、問題をつくりだすような《語り storying》をするからである。語り口を変えれば、それだけで問題は消えていくかもしれない。そのような《語りなおし re-storying》の過程として、心理療法をとらえなおしてみたい。

### 心理療法の過程

#### ●エピソードを聞く

アドラー心理学は伝統的にエピソードを扱ってきた。エピソードとは、「ある日あるところで一回だけおこったできごと」のことである。これにたいして、「いつもこうなんです」というような解説をレポートとって、それは治療の中では中心的な話題としては扱わない。

たとえば、次のようにして治療は始まる。以下、Th は治療者、Cl はクライアントの発言を意味する。この事例は説明のためのまったく架空の創作であって、実際の事例とはなんの関係もない。

Th-01: どんなお話ですか？

Cl-02: 息子とうまくいかないので困っています。

Th-03: 「うまくいかない」というのは、どういうことですか？

Cl-04: たとえば勉強しないし、生活習慣もだらしないし、言うことを聞かないし。

Th-05: 最近、なにかできごとがありましたか？

Cl-06: 毎日のことですからね。

Th-07: たとえばこの一週間で、とくに印象に残ったできごとにはありますか？

Cl-08: そうですね、とくに印象に残ったというほどでもないんですけど、たとえば昨日のことを言いましょうか。昨日は、学校から帰ってくると、すぐに遊びに行っちゃいました。友だちと約束していたんですって。帰ってきたのは7時前ですね。すぐに夕食で、そのあとはテレビを見たりゲームをしたりばかりしているんです。「宿題はないの？」と言っても、生返事をして、テレビに夢中なんです。それでやっと宿題にとりかかったら、もう10時なんですよ。それからお風呂に入って寝るので、12時前にならないと寝ないんです。

Th-09: どういう部分で「うまくいかない」と感じられるんですか？

Cl-10: そうですね、夕食が終わると、テレビを見てくつろぐんです。「宿題は？」と言うと、「この番組が終わったら」って言うんです。それで、その番組が終わったら、ゲームを始めました。マンガを読むこともあるんですが、昨日はゲームです。なんだか、友だちから新しいゲームを借りてきたとか言って、夢中でやるんですよ。「ねえ、宿題はないの？」って言う、「もうちょっとしたらするから」って言います。そのあたりで私はイライラしてきました。でも、喧嘩になるといやなので、なにも言わないでみていると、10時前になってやっととりかかったんです。

Cl-08 と Cl-10 は、いちおう「ある日あるところでのできごと」だから、それほど劇的なものではないけれど、エピソードと考えてよいだろう。これにたいして、Cl-02 や Cl-04 は「いつもこうだ」という解説だから、レポートである。以下、エピソードを題材に話を進める。

なぜエピソードを話題にしてレポートを話題にしないかについては、やっかいな議論になるし本論文の本筋から離れるので、伝統的にそうしてきただけではなく、そうすることに理論上・実践上の十分な理由があると指摘するだけにとどめておく。

#### ●なにが起こったかではなくて、どう語るか

もうすこし尋ねれば、もうすこし詳しく語ってくれるだろう。しかし、「なにが起こったか」を知りたいわけではない。「どう語るか」を知りたいのである。「なにが起こったか」に関心をもって尋ねると、まるで刑事が容疑者の尋問をしているようなことになりかねない。アドラー心理学は現象学的（あるいは認知論的）な心理学理論であって、「事実としてなにが起こったか」にはそれほど関心がなく、「できごとをどう体験したか」に関心がある。たとえばロールプレイや心理劇をする場合などは、家の間取りであるとか、子どもとクライアントの位置関係であるとかというような客観的な状況を聞くかもしれないが、対話のみによる心理療法の場合には、上記の程度の聞きとりから出発してもいいと思う。詳しく聞けばよいというものでもないのである。

#### ●スピーチを決める

エピソードが聞きとれたら、「どの部分でいちばんお困りですか？」などと尋ねて、エピソードの中で、クライアントがもっとも注目している部分を聞きとる。それを《エピソード事態 episodic event》、あるいは単に《事態 event》とよび、それについてクライアントが語った文を《スピー

チ speech)》とよんでおくことにする。

Th-11: どの部分でいちばんお困りですか？

Cl-12: そうですね、時間にだらしないこともですけれど、勉強しないことです。

Th-13: たとえば、先ほどの昨日のお話だと、どの部分でしょうか？

Cl-14: 遊びに行くのはしかたがないと思うのですが、ほんとうは帰ってすぐに勉強してくれると  
いちばんいいんですけれどね。帰ってきて、ご飯を食べて、それから勉強にとりかかるんでも  
いいんです。でも、テレビに夢中になって、「勉強したら？」と言っても、「この番組が終わっ  
たら」と言ってしないし、番組が終わるとゲームをして、「一区切りつくまで」と言って勉強  
を先延ばしするし。それでイライラしてしまうんです。

Th-15: 息子さんが勉強を先延ばしにして遊ばれるのが、あなたが困っておられることですか？

Cl-16: そうですね。いちおう勉強はすることはするんですよ。ただ、さっさととりかからないん  
です。それを見ているのがいやなんです。成績はそんなに悪くないです。ただ、さっさととり  
かからないで、先延ばしにするのがたまらなくいやなんです。

Th-15 で、治療者は「息子が勉強を先延ばしにする」というのがこのエピソードで最も重要な  
話題、すわちスピーチと考えていかどうかを尋ねている。クライアントが合意したので、以  
下、この文の分析を中心にして治療を進める。

#### ●差異から連想系を調べる

「息子が勉強を先延ばしにする」という文は、「息子」「勉強」「先延ばしにする」という3つの  
単語からできている。これらの単語は何を意味しているのだろうか。

ソシュール (Ferdinand de Saussure) は次のように言っている。

以上に述べてきたことは要するに、言語には差異 *différences* しかない、ということに帰する。  
それだけではない：差異といえ、いっばんに積極的辞項を予想し、それらのあいだに成立する  
ものであるが、言語には積極的辞項のない差異しかない。所記をとってみても能記をとってみて  
も、言語がふくむのは、言語体系に先だって存在するような観念でも音でもなく、ただこの体系  
から生じる概念的差異と音的差異とだけである。一個の記号のうちどのような観念または音的  
資料があるかということは、それがどのようなぐあいに他の観念または記号に取りまかされてい  
るかということに比べて、あまり重要でない。<sup>[2]</sup>

すなわち、単語の意味は、積極的・肯定的に定義することはできず、近接する他の単語との差  
異をもって消極的・否定的に定義されるのである。たとえば、クライアントが「息子」というと  
き、クライアントが思い浮かべている記憶像や、それにとまなう考えや感情を、治療者は知るこ  
とができない。ただその言葉は、『「息子でないもの』ではない』ということの意味していること  
だけがわかる。クライアントと治療者が共通の国語で話しているかぎり、このことだけは確実で  
ある。それでは、「息子でないもの」とはなんだろうか。たとえば「他の息子」や「娘」や「隣  
の子」かもしれないし、あるいは「夫」や「父」かもしれない。「息子」という単語は、これら  
の語を排除しているのである。しかし、クライアントが「息子」という単語でもって、具体的に  
どんな語を排除しているのかは、尋ねてみないとわからない。そこで治療者は、「他に子どもさ  
んはおられますか？」というような問いでもって、「息子」をめぐる差異を明らかにしはじめる  
ことができる。

ここでわかっておいてほしいことは、「他に子どもさんはおられますか？」という質問は、家族についての情報を集めようとして問いかけているのではなく、「息子」という単語が排除しているものたちを知ることによって、その単語をめぐる連想系をあきらかにするために使われていることである。このあたりの様子を図1に示した。

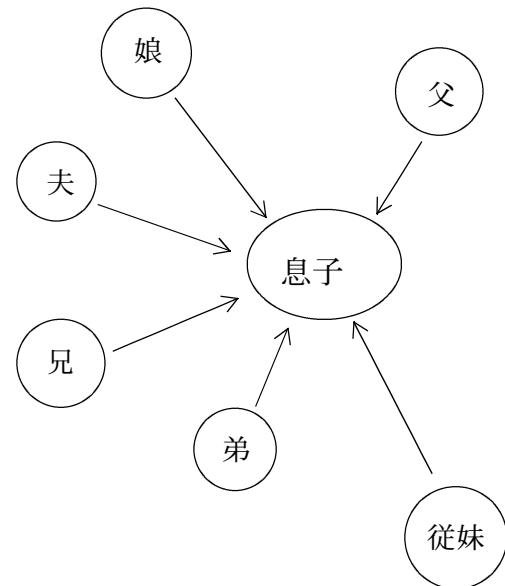


図1 「息子」という単語の連想系

同様に「勉強」という単語は、「勉強でないこと」との対比で語られている。それはたとえば「遊び」であったり「手伝い」であったりするのであろうが、これも尋ねてみないとわからない。「先延ばしにする」というのも同様で、「先延ばしにしない」との対比で語られている。「先延ばしにしない」というのが具体的にどういうことであるかは、尋ねてみないとわからない。このようにして治療者は質問を組み立ててゆく。

## 表層構造を知る

およそ文の中の個々の単語は、その単語でなければならないことはない。たとえば「息子は勉強を先延ばしにする」という文を抽象的に書くと「XはYをZする」のであるが、XやYやZには、他の単語が入ってもいいのである。このことについて、ベイトソン (Gregory Bateson) は次のように言っている。

サイバネティックな説明はつねに「否定的」である。他にどのようなことが起こりえたかを考え、なぜそれらの代替的な経路を出来事が進んでいくことができなかつたか、なぜそれらは断ちきえ、残ったわずかの可能性のうちの一つが実現したのか、ということが問われる。<sup>[3]</sup>

《情報量》という概念がネガティブに定義されるのも、サイバネティックな説明のネガティブな性格に関係している。情報理論では出来事や事物を、それに替わりうるどんなものでもありえたというふうな発想する。<sup>[4]</sup>

XやYやZにはどんな単語が入ってもいいのであるが、クライアントは「息子は勉強を先延ばしにする」という単語を選択した。これは、たとえば、「娘は勉強を先延ばしにしない」とか「夫は仕事を優先する」とかの文と関係しながら意味をもっている。単語の意味が他の単語を排除することによって否定的に定義されるのと同じように、文の意味も他の文を排除することによって否定的に定義されるのである。

「息子は勉強を先延ばしにする」という文の意味を知るためには、主語である「息子」の差異を聞くことからとりかかることもできるし、述語である「勉強」や「先延ばし」の差異を聞くこ

とからとりかかることもできる。ここでは主語の差異からとりかかり、次いで述語の差異を調べてみることにする。先ほどの続きは、次のような対話になるだろう。

Th-15: 息子さんが勉強を先延ばしにして遊ばれるのが、あなたが困っておられることですか？

Cl-16: そうですね。いちおう勉強はすることはするんですよ。ただ、さっさととりかからないんです。それを見ているのがいやなんです。成績はそんなに悪くないです。ただ、さっさととりかからないで、先延ばしにするのがたまらなくいやなんです。

Th-17: 息子さんの他に子どもさんはおられますか？

Cl-18: 下に娘がおります。

Th-19: 娘さんはどうですか？

Cl-20: 娘は言わなくても勉強します。

Th-21: 先延ばしにするの他に、息子さんはどんな子ですか？

Cl-22: よく遊びます。とにかく元気で、帰宅するとすぐに外へ行ってしまって、暗くなるまで遊んでいます。

Th-23: 他に？

Cl-24: なんでも自分でやりたがって、かまうといやがります。

Th-25: 娘さんはどんな子ですか？

Cl-26: おとなしい方だと思います。家で本を読んでいることが多いし、私の言うことを素直に聞きます。でも、自分で決められないようなところもあります。

これらは「事実」を問うているわけでも、クライアントの頭の中にある息子や娘の「イメージ」を問うているわけでもなくて、「息子は勉強を先延ばしにする」というスピーチと関係した差異を聞くことによって、そのスピーチが意味することを明らかにしようとしているのである。

ここまでのところで、表1のような文の対比表ができた。

実際には、もっと複雑なものになって、このような2次元の表には書けなくなるであろうが、このような「息子が勉強を先延ばしにする」というスピーチに関連する語の変換のリストを、そのスピーチに関する《表層構造 shallow structure》とよぶことにする。表層構造は語りの背後にある文法だと考えてもよい。

主語	述語
息子は 娘は	勉強を先延ばしにする 勉強を言わなくてもする
息子は 娘は	外で遊ぶ 家で遊ぶ
息子は 娘は	元気 おとなしい
息子は 娘は	テレビを見たりゲームをする 本を読む
息子は 娘は	かまうといやがる 母の言うことを素直に聞く
息子は 娘は	なんでも自分でやりたがる 自分で決められない

表1 エピソード事態の表層構造

クライアントは、これらの語りによって、体験をこのように切り取ったのだ。体験というのは、内なる考えや感情だけではない。外の世界をどのように見ているかということ、つまり知覚も含まれている。すなわち、クライアントが体験した事実や知識のすべてである。表層構造は、なんらかの事実や知識が先にあって、それを言葉に写しとったものではない。表層構造が先にあって、認識された事実（現象）や知識をそれによって内外の世界から切り取ったのだ。語りが先にあって、体験はそれに従って起こるのだ。

ソシュールは次のように言っている。

心理的にいうと、われわれの思想は、語によるその実現を無視するときは、無定形の不分明なかたまりにすぎない。記号の助けがなくては、われわれは二つの観念を明瞭に、いつもおなじに区別できそうもないことは、哲学者も言語学者もつねに一致して認めてきた。思想は、それだけ取ってみると、星雲のようなものであって、そのなかは必然的に区切られているものは一つもない。<sup>[5]</sup>

クライアントは語りによってはじめて外の世界や心の中を現在知っているように切り取ったのだ。だから、語り口が変わると、外の世界も心の中も、言葉につれて変わるだろう。つまり、治療者の問いかけ次第で表層構造は変わるだろう。

## 早期回想を聞く

あるエピソードから表層構造を取りだすことができれば、次に他のエピソードを聴く。アドラー心理学の場合は伝統的に早期回想、すなわち子ども時代のエピソードを聴くが、別に子ども時代にこだわる必要はないので、複数のエピソードを知りたいだけである。しかし、早期回想はコンパクトにまとまっているので便利である。

早期回想が次のようなものだったとしよう。

Th-27: あなたご自身の子どもの時代のことをなにかおぼえていますか？

Cl-28: 小学校5年生のとき、5月の連休前だったと思うのですが、父が「ディズニーランドに行こう」と言って、とても楽しみにしていたのです。切符などもとって手配していたのですが、急に仕事が入って、父だけ行かなくて、母と妹と3人で行ったんです。父のことは好きでしたが、母は苦手で、あまり嬉しくありませんでした。

Th-29: どの場面がもっとも印象的ですか？

Cl-30: 父が「ごめんな。仕事が入って行けなくなったんだ。3人で行ってくれ」って言う場面です。

Th-31: どう感じましたか？

Cl-32: 「ええっ！」って感じですね。とっても困ったんです。母と行ったら、あれこれ細かいことを言われてうるさいだろうなって思ったし、でも、ディズニーランドは行きたいし。

Th-33: お父さんが「仕事が入って一緒に行けなくなった」とあなたにおっしゃる場面がいちばん印象に残っているのですか？

Cl-34: そうです。その場面を今でもありありと思い出せます。実際にはディズニーランドに行っていて楽しかったと思うんですよ。ところが、ディズニーランドの方は、それほどはっきりおぼえていなくて、父が「一緒に行けなくなった」と言う場面を、とてもはっきりと思い出します。

ここでも同様に、「どの場面がもっとも印象的ですか？」というような問いかけでエピソード事態をあきらかにし、それをスピーチにまとめてもらう。たとえば「お父さんは仕事が入って一緒に行けなくなった」というように。

そこから、最近のエピソードと同じ手続きを経て、表層構造をとりだす。すなわち「お父さん」「仕事」「一緒に行けない」などの差異を聞きだす。

Th-33: お父さんが「仕事が入って一緒に行けなくなった」とあなたにおっしゃる場面がいちばん印象に残っているのですか？

Cl-34: そうです。その場面を今でもありありと思い出せます。実際にはディズニーランドに行っていて楽しかったと思うんですよ。ところが、ディズニーランドの方はそれほどはっきりおぼえていなくて、父が「一緒に行けなくなった」と言う場面を、とてもはっきりと思い出します。

Th-35: お父さんはどんなお仕事をなさっていたんですか？

Cl-36: エンジニアなんです。なんだか特殊な機械の専門家だそうで、不調があると自分しか修理ができないんだって、いつも自慢していました。

Th-37: 急にお仕事が入ることが多かったんですか？

Cl-38: そうです。日曜なんかでもよく呼び出されていました。でも、連休に仕事が入ったのは、あのときだけじゃないかな。

Th-39: 「仕事が入って」と言われて、どう感じましたか？

Cl-40: しかたがないなって思いました。遊びに行くんだったら許せないけれど、仕事ですものね。

Th-41: お父さんは、なにか遊びをなさいましたか？

Cl-42: 囲碁が好きで、なんだかそういうところへよく行っていました。

Th-43: 家でもなさいましたか？

Cl-44: 碁盤を置いて、ひとりであれこれやっていましたね。

Th-45: そういうときでも遊んでくださいましたか？

Cl-46: ええ、「遊んで」って言うと、「よしよし」って言って、碁盤をかたづけて、遊んでくれました。

Th-47: 何をして遊んでくださいましたか？

Cl-48: 小さいときは本を読んでもくれたり、大きくなるとバトミントンかな。

Th-49: ディズニーランドに行こうという話でしたが、お父さんはどこかによく一緒に連れていってくださったのですか？

Cl-50: 忙しい人でしたから、そんなにしばしばは連れていってくれませんでした。でも、考えてみると、あちこち行きましたね。

Th-51: 予定していたのに一緒に行けなくなったのは、このときの他にもありますか？

Cl-52: ないと思います。父は几帳面な人で、約束はきちんと守りましたから。

Th-53: お母さんはどんな方でしたか？

Cl-54: ロウるさい人で、そのわりには体が動かないんです。

Th-55: 体が動かないって？

Cl-56: たとえば洗濯物なんかも取り入れたらそのままだし、冷蔵庫の中もいつも古くなったものでいっぱいだし。料理なんかも好きじゃなくて、私たちにやらせるんです。それなのに、食べるときに「味が濃すぎる」だの「焼きすぎよ」だのって文句を言うんです。

Th-57: お父さまは体は動いたんですか？

Cl-58: とても気軽に動く人でしたし、ロウるさくないんです。どちらかというとなり口な方かな。

主語	述語
父は	仕事をしっかりする
母は	仕事をおろそかにする
父は	先延ばししない
母は	先延ばしする
父は	無口で気軽に動く
母は	口うるさくて体が動かない

表2 早期回想の表層構造

ここから、表2のような表層構造を考えることができる。これも、表1と同じく、表層構造の全てを書いたものではなくて、今後の展開に関係がありそうな一部を示したものであるにすぎない。

●深層構造を考える

最近のできごとの表層構造と早期回想の表層構造を比較すると、そこには共通の構造が存在するはずである。それを《深層構造 deep structure》という。表層構造が「息子は」などというように、特定の主語に関する個別命題であるのに対して、深層構造は述語に関しての全称命題で、「およそ～であるのは」という形をしている。複数のエピソードの共通点を抽出するので、必然的に全称命題の形をとるのである。アドラー心理学は伝統的にこれをライフスタイルとよんできたが、この用語はあいまい性を含んでいるので、ここでは深層構造とよぶことにする。

Th-57: お父さまは体は動いたんですね？

Cl-58: とても気軽に動く人でしたし、口うるさくないんです。どちらかというとなら無口な方かな。

Th-59: その子ども時代の思い出と、最近の息子さんとのできごととの間には、関連がありそうに思うのですが、いかがですか？

Cl-60: 関連ですか？ そうですね、父は先延ばしはしない人でしたが、息子は先延ばしばかりするので、それでイライラするのかな？

Th-61: お母さまは？

Cl-62: 先延ばししますね。もともと、それは私もいくらかするんですよ。だって、家事って、いくらでもあるでしょ。

Th-63: 洗濯物なんかにもすぐに片づけないとか？

Cl-64: 夫によく言われます。「すぐに片づければ、かえって楽なんじゃない？」って。

Th-65: ひょっとして、息子さんは、あなたに似ているんだ。

Cl-66: あはははは、そうですね。夫よりは私にずっと似ていますね。でもね、私は遊んでいて先延ばしにしているんじゃないんですよ。他にいくらでも仕事があるので、つい後回しにしているんです。

Th-67: 息子さんはそうじゃないんですね？

Cl-68: だって、息子の仕事は勉強だけでしょう。後は遊びですもの。

Th-69: じゃあ、遊びのために仕事を先延ばしにするのはいけないが、仕事のために遊びを先延ばしにするのは許せるんだ。お父さんが仕事のために一緒にディズニーランドに行けなくなったときのように。

Cl-70: だから、息子に言うんですよ。「テレビなんかいつでも見れるじゃない」って。すると、「こ



述語の分類	重要なこと	些細なこと
代表	仕事 勉強	遊び テレビ ゲーム
性質	困難 先延ばしにしてはいけない	容易 いつでもできる

表3 静的深層構造

の番組は今日しかやっていない」って言うんです。でも、遊びじゃないですか。

Th-71: それと、お父さんがディズニーランドに行けなくなったことの関係をお教えていただけますか？

Cl-72: 父のは仕事ですし、彼が行くしかなかったんです。先延ばしできなかつたんですよ。息子のは、再放送もあるし、なんだったらビデオに入れておくことだってできるし。

Th-73: ちゃんとした理由があれば先延ばししてもいいということなんですか？

Cl-74: そうです。息子のは、テレビとかゲームとかマンガでしょ。

この対話から、「仕事」と「遊び」の優先順位が現在のエピソードと早期回想に共通していると考えられる。「仕事」は「重要なこと」であり、「遊び」は「些細なこと」であるという二項対立を仮定してみる。人間は無意識的には二項対立的に考える傾向があるように思う。また、表層構造はクライアントが使った言葉をそのまま使って記述するのがよいが、深層構造はクライアント自身も気がついていないことがらであることが多いので、クライアントが使った言葉にこだわらずに考えてみる方が便利である。必要があれば、深層構造の分析の中で使った用語をクライアントに提示して確かめてみることもできるが、必ずそうしなければならないものでもないように思う。そうすると、表3のような深層構造を考えることができる。ただし、これは深層構造のごく一部であって、以後の治療の展開に関係がありそうな部分だけをとりだしてある。

構造には価値観が含まれている。すなわち、「～はよい」とか「～はよくない」とかいう連想がついている。人は「よくない」ものを「よい」ものに変換するために行動する。その方向性に関する構造を《動的深層構造 dynamic deep structure》とよぶことにする。それに対して、表3に示したような、その背景になる述語についての全称命題としての構造を《静的深層構造 static deep structure》とよぶことにする。これはいちおう区別しておいた方が便利である。

表4に、この事例の動的深層構造を示す。人間は、動的深層構造に含まれる価値観にもとづいて行為を決断している。これは、目的論を私なりに言い換えたものである。この事例に則しているように、「息子が遊び（些細で安易なこと）を理由にして勉強（困難で重要なこと）を先延ばしにしているのはよくない。他にちゃんとした理由（重要なこと）があるのであれば先延ばしもやむをえないが、息子にはちゃんとした理由がない。だから、先延ばしをやめさせなければならない」と考えて、クライアントはイライラしていると考えられる。この動的深層構造も、以後の治療に必要であると考えられる部分だけをとりだしてあって、これ以外にもさまざまな価値判断があるかもしれない。

よいこととは ↑ わるいこととは	困難でもまず重要なことからとりかかること ↑ 安易で些細なことを優先して重要なことを先延ばしにすること
------------------------	---

表4 動的深層構造

●語りなおしをうながす

古典的なアドラー心理学では、ここで何らかのかたちでクライアントの「誤った信念」を指摘して、それを修正するように迫る。しかし、そのやり方については、他に書いたように、倫理的に問題を感じる<sup>[6]</sup>。そうではなくて、クライアントの語りを否定することなしに、クライアント自身が新しい語り口で事態を語りなおせるように援助したいと思う。

Th-73: ちゃんとした理由があれば先延ばししてもいいということなんですか？

Cl-74: そうです。息子のは、テレビとかゲームとかマンガでしょ。

Th-75: 息子さんはなぜ再放送やビデオではだめなんですか？

Cl-76: 翌日、友だちと話をしなければならないんだそうです。

Th-77: 友だちづきあいねえ。それは息子さんにとっては重要なことなんですか？

Cl-78: まあ、重要なことなんだろうね。

Th-79: 友だちがたくさんおられるようですが、そのことについてどう思われますか？

Cl-80: いいことだと思っています。勉強ができて、友だちがいなくて困りますからね。

Th-81: 息子さんがテレビを先延ばしにすると、友だちとの関係を保つのは難しくなるんでしょうか？

Cl-82: それはあるかもしれませんね。ああ、それは今まで考えつきませんでした。そうですね、友だちとの関係のために勉強を先延ばしにしているわけですね。

Th-83: テレビは待ってくれませんか。

Cl-84: そうですね。勉強は後でもできるけれど、テレビはそのときでないと見れないし、見えないと友だちからとり残される、ということですね。

Th-85: 息子さんは、友だちとの関係という重要なことのために、勉強を先延ばしにしているみたいですが、勉強についてもそう支障はでていないみたいですね。

Cl-86: 成績も悪くないし、習っていることもわかっているようです。

Th-87: どうなさいますか？

Cl-88: わかりました、もうすこし見守ってみます。

Th-89: これでいいですか？

Cl-90: はい、結構です。ありがとうございました。

実際には、もうすこし長い対話になると思うが、ここでは原理だけを示すために簡略にしてある。この対話以前には、テレビやゲームやコミックは「遊び」であり「些細なこと」であって、「重要なこと」である「勉強」と価値的に排除しあうものたちだったのが、対話を通じて、それらもまた一種の「重要なこと」であり、「勉強」と価値的に排除しあうものではないという方向に《語りなおし》がおこなわれたのである。すなわち、「息子が遊びを理由にして勉強を先延ばしにしているのはよくない。他にちゃんとした理由があるのであれば先延ばしもやむをえないが、

息子にはちゃんとした理由がない。だから、先延ばしをやめさせなければならない」という語り  
が、「息子が勉強を先延ばしにしているのは友だちとの対話（重要なこと）のために必要なのだ  
から、やむをえない。しかも成績は悪くない。だから、勉強の先延ばしをやめさせる必要はかな  
らずしもない」という語りへ変わったのである。そのように語りが変わったとき、クライアントの体  
験が変わる。すなわち、クライアントが知っている事実や知識が変わるのである。

## 考察

### ●問題の共有

数年前に、サルはなぜ絵を描かないのかということに関心を持ち、それと関連して子どもの描  
画について調べたことがある。結論はきわめて単純で、言葉の発達と描画の発達とは完全に連関  
しているということである。たとえば、「おかお」とか「おてて」とか「あし」とかいう言葉を  
話せるようになると同時に、それらを絵に描くようになるし、それらの言葉が使えるようになる  
まではそれらの絵を描かない。サルは言葉がないから絵を描かないのである。

描かないだけではなくて、認識していないかもしれない。ネコを観察したところでは、絵を認  
識しているとは思えないので、サルもおそらくそうだろう。それは言葉が発生する以前の子ども  
も同じことだろう。言葉が発生する以前の子どもは、絵だけではなくて、そもそも世界をどのよ  
うに知覚しているのだろうか。想像するしかないが、おそらく「顔」とか「手」とか「足」とか  
を区分しないで、たえず動き回る区別のない流れのようにして見ているのであろうか。

このことについて、丸山圭三郎は次のように言っている。

私たちはともすれば、コトバ以前に何かを認識して、それからその認識した対象に名前をつけ  
る、というふうに思いがちです。しかし、子どもにとって対象物というものは、それが名前をも  
ったときにはじめて知られる。名前というのは実は事物の本質である。ただ事物の上に貼り付い  
たラベルなどではなくて、事物の中にその色、あるいはその形と同じ資格で住み込んでしまう、  
ということではないでしょうか。<sup>[7]</sup>

語る前に「内面」はないのである。あるかもしれないが、それは漠然としたものであるにすぎ  
ず、語るうちにははっきりと形をとってくる。そうであるとすれば、人の話を聞いて理解するとい  
うのは、その話が始まる前から相手の中にあつた考えや感情を知ることではなく、話の語り  
口そのものから知りうるものを知ることになる。すなわち、個々の単語の差異を知り、  
単語と単語の変換関係がおりなす表層構造や深層構造を知る、ということが、「相手を理解する」  
ということの具体的な内容になる。これを《共感 empathy》という言葉でよぶことは、たとえば  
ロジャーズなどのような、言葉以前に考えや感情が心の中にあると考える実体論者の用語とまぎ  
らわしいので、避けた方が賢明であるように思われる。そこで私は《問題の共有 problem sharing》  
という言葉を使うことにした。

問題の共有の具体的なプロセスは、まず個々の単語の差異を知るために質問を重ね、次に単語と  
単語の変換関係を知るために質問を重ねることである。目標は、治療者がクライアントの語りの  
いちいちの意味が理解できて、問題を「人ごとでない」と感じるようになることである。あるところまでいくと、質問するものにも質問されるものにも、個々の単語やその変換関係が共有できたという感覚が生じる。そこまで、丁寧に聞きとっていくことである。アドラーが、

「相手の目で見、相手の耳で聞き、相手の心で考える」と言ったことの意味を、私はこのように理解している。

#### ●なにを観察するか

臨床心理学が科学的であろうとするならば、まずクライアントの行動を観察することからはじめなければならない。システム型家族療法は、ある治療者が家族全員を面接し、別の治療者が隣の部屋からハーフウェイ・ミラーで面接場面を観察した。このとき、彼らは、客観的に家族の行動を観察しているかのように思いこんでいた。しかし、そこにはたえず観察者の解釈が入り込む。アドラーが言うように「人は意味づけの世界に生きている」のであって、先入観なしに対象を観察できないのである。これを観察の理論負荷性という。

考えてみると、家族療法の中でのクライアントや家族の動きは、その人たちが世界を言葉でもって切り取っていることによっておこっている。動物の行動とは違って、人間の行動は言葉なしにはおこらないのである。しかも、その言葉というのは、そのとき現に発語されている《語り》なのである。丸山圭三郎は次のように指摘している。

すべての表現作用、すなわち「身振る」「描く」「彫る」「歌う」「話す」「書く」という行為においては表現と内容というものは分離できない。ということは、あらかじめ存在する何らかの既成の内容を何らかの手段で表現するのではないということであり、内容は表現と同時に生れ、存在するということなのです。<sup>[8]</sup>

語る前にクライアントの中に考えや感情やイメージがあると考えるはいけないし、さらに、語る前に世界が見えていると考えるはいけないのである。語りが世界をつくり、心の内面をつくりだす。

家族療法でなく、クライアントと治療者の一対一の治療であれば、このことはなお顕著である。つまり、治療者にとって観察可能なクライアントの行動は、クライアントの《語り》の他にはないのである。この場合、語りとは、治療室で観察できるクライアントの言語的および非言語的コミュニケーションのすべてを意味している。

#### ●単語の意味

クライアントが「息子が勉強を先延ばしにするので困る」と言ったとき、発話者が「息子」をどのように知覚しているのか、そのまま知ることはできない。しかし、しかし差異としてなら、発話者が意味するところを正確に知ることができる。それはこういうことである。

「息子」という語は、「息子」以外の対象を排除してある範囲の概念を切り取っている記号である。排除された現象のうち、「息子」の近辺にある概念もあるし、近辺にない概念もある。たとえば「娘」などは近辺にある概念であろうし、「シマウマ」などはふつうは近辺にない概念であろう。「近辺にある」というのは、類義語である場合もあるし反義語である場合もある。

同様に、「勉強」という語も、勉強以外の対象を排除してある範囲の概念を切り取っている記号である。反義語として「遊ぶ」というような語が近辺にあるであろうし、「仕事」というような類義語も近辺にあるかもしれない。しかし、どれだけ類義語や反義語を集めても、「勉強」ということの実体はわからない。

さらに注意すべきことがふたつある。ひとつは、どんなに詳しく聞き取りをしても、クライエ

ントが「息子」や「勉強」や「先延ばしにする」という言葉に込めた記憶像なり考えなり感情なりを、聴き手は知ることができないことである。ふたつめは、それにもかかわらず、言語は疎通することである。個々の単語が他の単語を排除することによって成り立つ連想関係と、文の中の語と語の変換関係を、語り手と聴き手が共有することができれば、語り手が意味することは正確に聴き手に伝わる。

したがって治療者の役割は、クライアントの主観世界を明らかにすることではなくて、クライアントが使っている言葉の構造を明らかにすることである。具体的にいうと、「息子」「勉強」「先延ばしにする」などの言葉にたいする類義語や反義語を聞きとることによって、おのおのの単語の位置をあきらかにし、さらに個々の言葉の間の変換関係が織りなす表層構造や深層構造を知ることによって、クライアントと同じ言葉使いで事態を記述できるようになることである。そうしてはじめて、クライアントの語りを理解することができ、さらにクライアントに語りなおしをうながすことができるようになるのである。

## おわりに

実は、ここで記載した手順はすでに論文に書いたことがある。ただし、そのときは、心理療法ではなくて、『古事記』に記載されているイザナギとイザナミの神話を、フロイト派の北山修の分析法と対照して書いたので、治療の手順などには触れていない。しかし、考え方の構造は同じである<sup>[9]</sup>。

本論文に新しさがあるとすれば、そのようにして分析した深層構造をもとに、語りなおしを起こすことが治療の中核部であると指摘したことである。以前に、アドラー心理学にもとづく心理治療の4つのグランドデザインについて考察したことがあるが<sup>[10]</sup>、本稿で述べたことは、その全てに共通して通用する要素と、そのどれにも含まれない新しい要素とを含んでいると思う。すなわち、問題の共有から構造の分析にいたるプロセスはすべての治療に共通しているが、構造を分析した後の語りなおしの部分は、グランドデザイン5と呼ぶべき、新しい要素を含んでいるかもしれない。あるいは、すべての治療で語りなおしが起こっていると考えられることでもあるので、新しいグランドデザインであると考えられる必要はないかもしれない。

本論文の成立には、梅崎一郎氏との討論がきわめて有益であった。ここに感謝を述べておく。

## 文献

- [1] 丸山圭三郎：ソシュールを読む。岩波書店，p.25, 1983.
- [2] F. ソシュール著，小林英夫訳：一般言語学講義。岩波書店，p.168, 1940.
- [3] G. ベイトソン著，柴田元幸訳：精神の生態学。p.533, 1989.
- [4] 前掲書[3]，p.538.
- [5] 前掲書[2]，p.157.
- [6] 野田俊作：ポストモダン思想とアドラー心理学。アドレリアン 20(2),89-99, 2007.
- [7] 前掲書[1]，pp.45-46.
- [8] 前掲書[1]，p.25.
- [9] 野田俊作：アドラー心理学とフロイト心理学のエピソード分析法。アドレリアン 11(1).1-7, 1997.

[10] 野田俊作：アドレリアン・セラピーとは何か？. アドレリアン 20(1),9-16, 2006.

#### 更新履歴

2013年2月1日 アドレリアン掲載号より転載