

ナラティブ・セラピー
—ナラティブ, 社会構成主義, ポストモダン—

若島孔文*

Narrative Therapy:
About Narrative, Postmodern, and Social Constructionism
Koubun Wakashima PhD.
Department of Psychology, Rissho University

This thesis was the record of workshop “Narrative therapy”.

I tried to make the manuscript, and to reproduce the content that I had spoken in the workshop accurately.

The theme of this workshop was Narrative, postmodern, and social constructionism. I explained these, and showed my opinion concisely. The possibility that we clinical psychologists took these into practice was spoken. That is, I discuss these concepts from the aspect of pragmatism.

キーワード

ナラティブ narrative

社会構成主義 social constructionism

ポストモダン postmodern

家族療法 family therapy

プラグマティズム pragmatism

* 立正大学心理学部

I. システム理論から物語論へ

私は長谷川啓三先生が主催しているITC家族心理研究センターでトレーニングを受け、その後ずっと家族療法を実践している。家族療法の変遷の中で、このナラティブ・セラピーに出会うことになった。すなわち、システム理論から物語論への変遷を経験しているところである。家族療法というアプローチの流れのなかで、システム理論という一つの大きな軸があったが、そこから物語論というもう一つのパラダイムへの流れが起こっている。

ファースト・オーダー・サイバネティクスとセカンド・オーダー・サイバネティクスという区分が家族療法の中で1980年を境になされ始めた。この分類をしたのは、フォン・フォルスター(von Foerster, H., 1982)である。フォルスターが言いたかったことは何か？それは家族療法に適用するならばどうか？

ファースト・オーダー・サイバネティクスという1980年代以前の考え方では家族面接場面での家族と治療者というのは、それぞれに独立した存在という見方をしていた。従って、治療者、あるいは治療協力者たちはその家族の実際のやり取りを客観的に観察できる存在だと思われており、また、外側からその家族の固定的な動きに対して介入していくという考え方をもっていた。しかし1980年以降のセカンド・オーダー・サイバネティクスへの動きでは、家族面接のなかに治療者も含めたなかでその動きが生じているという考え方に変更されていく。家族システムとこれまで言っていたものが、家族のなかで治療者も含めた場面これ自体を重視し、治療システムという言い方に変えるという見方が出てきたのである。つまりここまでは家族に対して第三者である人間が家族に課題を提示して、家族がそれをもって帰り、家族システムを変えていくという考え方が中心だったが、それが治療者も含めてこの場面自体、治療システム自体がとても重要になってきたのである。これを問題とした時にこの治療場面がどういうやり取りを、治療者を含めてなされるのか、すなわち、会話が重要になってきたのである。これは物語論への流れを作り上げる一つの動きだったと考えられる。

そしてもう一つの流れはサイバネティクスからセカンド・サイバネティクスへというシステム理論の変遷とも通じている。これは「オーダー」という言葉が入るか入らないかで言っていることが違うので気をつけなくてはならない。まずサイバネティクスは何かと言うと、現在の家族システムに変化、ゆらぎが起ると、それをもとに戻そうとする制御がかかるという視点の重視である。その制御に関するフィードバック

がかかるといふシステムの性質を言っていたのがサイバネティクスといふ考え方である。一方、セカンド・サイバネティクスは何かといふとサイバネティクスの中では変化が説明できないといふ問題点をもつ。つまり、ある一定のルール自体が一体どのように変更されていくか、そういう変化・発展・進化について、サイバネティクスの制御といふ考え方、概念では説明できないのではないかとマルヤマ (Maruyama, M., 1963) は考えた。つまり、マルヤマによるセカンド・サイバネティクスといふのはシステムが発展したり、変化・創造したりといふ過程について述べた新しいサイバネティクスといふことになる。また、変化といふことを考えた時点で実は時間概念といふものが暗にシステム理論の中に取り込まれていくこととなる。これまでの家族療法といふと時間概念をあまり考えていなかった。逆に言うならば、例えば精神分析的な考え方が過去といふ時間をもっていることに対するアンチテーゼの意味をもっていたために、時間概念をある意味捨て去ったといふ面がある。そうした家族療法に再び時間概念が入ってくるといふことになった。この時間概念といふのは意味の創造を管理している。これも物語論への動きとなっていた。

次に3つ目になるが、「システム」といふ言葉を聞くと皆さんはどのようなイメージをもつかといふことを考えていただければよいと思う。家族療法をよく勉強している方にとってはシステムとは非常に有機的な意味をもっているということが理解できる。しかし一般的に「システム」といふ言葉を聞くとこのイメージといふのは無機的に感じられる。例えば、まったく関係ない人に「システム」といふと、システムキッチンとかを思い浮かべるかもしれない (笑)。

さて、システムのイメージといふと無機的であつたり、何か機械的であつたり、あとハードの重視であつて、中身、ソフトを軽視する。どういふ順序を辿つて回路が回っているのかといふことの重視であつて、その中身、そこから何が生み出されていくかといふ意味について軽視されているイメージがあるといふこと。

また、回路の動きは非常に画一的である。一方で、物語りといふものがどういふイメージをもつかといふと、物語りと聞くと「日本昔話」など、ちょっと柔らかいイメージを感じていく。ここでは有機的、人間的、ソフトの重視と意味の重視、そして意味の世界とは多様であり、多様性といふイメージが出てくることになる。多様であるといふこの違いがモダン、ポストモダンと非常に結びついていくこととなる。

II. モダンからポストモダンへ

ポストモダンは理解しにくい。なぜならば、ポストモダンには実体がないからである。一方で、モダンとは非常にイメージしやすい。モダン焼きとかもあるし（笑）。だからモダンについて理解した方がよい。そのモダンを超えるという動き、これがポストモダンであって、実際それは私たちが明確に規定することができないのがポストモダンである。そうしたことからここでは、モダンについてなるべく分かりやすく説明したいと思う。

まず、社会学者であるフーコー（Foucault, M. : 1926～1984）を参考にしようと思う。

モダンの象徴的なモデルとしてベンサム（Bentham, J.）の設計したパノプティコンという建築物を彼はあげている。パノプティコンとは何か？円状になった収容所。その真ん中に監視塔がある。監視塔の方は暗くなっていて、そして円状になった収容所は、背後から光がさすようになっている。そして、監視塔から「あそこの囚人が糸鋸で切ってるな」と即座に見える。そのような設計をされた建築物。これはフーコーに言わせるとモダン、近代の象徴だと。ちなみに『知と権力』というフーコーの有名な著作があるが、フーコーの言う「知」とは情報と情報の蓄積を意味する。そしてそれイコール「力」になると、説明している。つまり、力と言うともっと物理的であったり、お金とか、そういうイメージがあったりすると思うが、情報が力なんだと、彼はその時代にすでに述べていたわけである。従って、インターネットみたいに、あらゆる人が一気に情報を出せる社会は権力者にとっては危機的である。私は犬が好きで、それを例にあげると、昔は犬を輸入するというと、怪しいブローカーが仲介する。その人に頼むと、その人がだいたいお金を取って、そして安いお金で犬を買うから良い犬が入って来ない。でも、この人に頼まないと、外国のどういうところに行ったらその犬のブリーダーがいるのか分からない。ただし、今だったらインターネットで調べると誰でも分かるので、直接やりとりができる。そうするとこの人の力が、この仕事自体がなくなっていく。消費者の金銭的コストは半減する。こういうことをフーコーが予測していた。先のベンサムの建築図で言うならば、監視塔にいる人が情報を一方的に収集し、それが力になる。つまり、それによって多くの収容者を統制できる。現在、私たちはこのモダンのなかに生きている。モダンのなかにすっぽり浸かっている。例えば、ここの教室に何でこの教壇があるのか？これは私みたいな背の低い教員が

ちようどよくなるためにあるわけではない。つまり、教室の様子をばあ一つと見渡せる。それが教壇である。つまり、私が情報を一気にばあ一と収集できる。それによってここを統制できるためにこれはここにある。これはまさにパノプティコンと同じ構造である。プチ・パノプティコン。私たちの社会ではあらゆるところにこの構造が埋め込まれている。情報を私がおもって統制できるならば、非常に効率が良い。すなわちモダンというのは何かと言うと、「効率を重視する」。従って、モダンにおける一元的な価値観の基本は「効率」である。非常に一元的な価値観を私たちは叩き込まれている。だから効率を考える。で、効率というふうに大きく述べたが、さらに細かく述べると、速い。例えば2種類のコンピュータで同じ値段だったら、処理の速い方を私たちは選びたい。わざわざ遅い方を買わない。ある社会学者がモダンの象徴としてマクドナルドをあげている。速い。タオルや手拭きは紙で、紙で口を拭く。効率がよい。また、よく教育場面で一元的価値じゃなく多様性を認めなきゃだめだと、言う。こういうふうに言うが、言う人は一元性とは何かを理解していない。だから勉強ができなくても、運動ができればいいんだとか言うことになる。これは同じである。つまり速い、美しい、強いという価値観は大きな枠では効率とつながっているが、この枠で語っていく限り、実は多様性ではない。本来、ではそのポストモダンというのは何かと言うと効率が悪くてもいい、遅くてもいい、美しくなくてもいい、強くなくてもいいということである。これが近代、すなわちモダンの価値を超える価値観である。ただし私たちはなかなかそこに行き着くことができない。先程述べたが、同じ値段を出してわざわざ処理のえらい遅いコンピュータを買わない。デザインがすごく醜い、醜い色のコンピューター？ムラサキにトラの縞柄とか。そういうのを買わないわけである。ここからはなかなか逃れられない。しかし最近、ニュースで見たがファーストフードの逆で「スローフード」。イタリアかどこかだったと思うが、スローフードと言って、その場でゆっくり作って食べさせようと…そんな現象が出てきた。

しかし、一般的に私たちは速い方がいい。やっぱり速く出てこないと「遅いよ、もうだいたい前に頼んだんですけど…」とすぐに言いたくなる。しかし、やはりポストモダンの動きが出てくるところっていうのはイタリアとかラテンだと私は思う。だからポストモダンを理解したい場合、是非、学会にラテンの人を呼んだらいいと思う。ラテンの人を呼んだらすぐ分かる。つまり、学会が終わってから到着するから（笑）。そうした時にこれがポストモダンかあ〜と実感される、かもしれない（笑）。

もう一つ重要なことは、ポストモダンはモダンの価値を否定するものではないとい

うこと。例えば、エビデンス・ベーストとナラティブ・ベーストを並べるというやり方、これは実はポストモダンではない。言いたいことが矛盾している。すなわち、モダンを否定するポストモダンではありえない。それも一つの価値として、包含していき、それが超えるということである。しかし、ではどうして、こういう形になりやすいのかと言うと、私たちが新しいことについて語ろうとする時はこれまであったことについて、それと対比しながら、その違いを述べながらしか新しいことを提示することができないという文法構造による。現在、私たちがもっている文法構造の問題によるところが大きいと思える。従って、あたかもV. S. のように、あたかもあるものを否定するかのように語らないと新しいものを提示できない。貴乃花が言いたいことは、若乃花を否定する形においてしか言えない、そういうことである。

さてここでモダンを一言で言うと「一元的世界観」、これがモダンの世界であるということである。科学というのがモダンとして位置づけられるのは、それは科学というのが先程言った大きい枠の効率というところに結びついているからである。そういう意味で科学もまたモダンの象徴である。そしてポストモダンというのは「多元的世界観」、すなわち、「マルチバース」である。ユニバースというのが単一の世界観だとすると、マルチバースというのは多様な世界観とこういうことになる。ここで、一つ結びつきができる。システムというどちらかと言うと画一的なイメージをもたらすもの、これはモダンと非常に結びついていく。これはイメージの問題。なぜならば、システム論を家族療法に導入したベイトソン (Bateson, G., 1979) や中心的な人物たちこそが、ポストモダンの先駆けだということも私はできると思うからである。従って、これは一つのイメージの問題として考えておく。そして、物語りというのは多様性、マルチバースと結びついてくる。こういう関連がみられるということである。

少し補足する。ベイトソンという家族療法の理論的父、非常に貢献した人がいる。そのベイトソンがどうしてポストモダンの先駆けと言えるのかと言うと、それは精神という現象を個人というものから個を超えるシステムのなかで説明し始めたからである。モダンは実は個が中心になった時代である。彼は、個というものを超えようと、その一つの形としての家族に進んでいく。例えば、統合失調症という個に還元できる現象を、それを家族というもう少し個を超えた形で見ると一体どういう現象なのか、そういうふうな疑問を持って研究された成果が『統合失調症の理論化に向けて』(Bateson, G. et al., 1956 ; Bateson, G. et al., 1963) という論文である。そこでダブル・バインドという概念が提示されたのである。そういう意味で私はポストモダン

の先駆けと述べたのである。

Ⅲ. ポストモダンのセラピー

次に、ポストモダンのセラピーと言われているものにはどんなものがあるのか、これはいろいろ言えると思うが、今の言い方をするとベイトソン以来、つまり家族療法自体がポストモダンだという言い方になるので、そうすると家族療法全てが入ってくることになる。しかし、一般的に取り上げられているものを述べると、一つ目は「コラボレーティブ・ランゲージ・システムズ・アプローチ」。これは米国ガルベストンのグリーンシャーンとアンダーソンによるものである (Anderson, H., 1997; Anderson, H. & Goolishian, H., 1988; Anderson, H & Goolishian, H., 1992)。グリーンシャーンはそれこそベイトソンが抜けた後に家族療法のグループを作っていたメンタル・リサーチ・インスティテュートという研究所とやはり関わりをもっていた人物である。アンダーソンももちろん同じである。そういう人たちが家族療法の発祥の一つの研究所で研究をしているなかでずっといろんな疑問をもちながらやっけていて、そしてこの「コラボレーティブ・ランゲージ・システムズ・アプローチ」を提示していったという経緯がある。有名なのはこのアプローチの考え方「無知の姿勢 (not knowing position)」である。

二つ目が「リフレクティング・プロセス」である。これはノルウェーのアンデルセン (Andersen, T., 1991) による。現在は大体ポストモダンや社会構成主義に関心をもちセラピーを行う人たちは、おおよそこのグループでも、例えばアンダーソンを中心としたグループでも「リフレクティング・プロセス」を取り入れている。

三つ目は「ナラティブ・モデル」である。「ナラティブ・モデル」は「コラボレーティブ・ランゲージ・システムズ・アプローチ」のアンダーソンの視点から見ると、モダンであると言われている。「ナラティブ・モデル」はと言うと、ホワイトとエプストン (White, M. & Epston, D., 1990) によるもので、外在化という方法がよく知られている。外在化というのは一つの方法であって、実際重要なのは現在のストーリーをそれ以外のストーリーに変えていく、「ドミナントストーリー」という現在の問題を含むストーリーに対して、そこに新たな要素、あるいは新たな要素に対する意識を向けるように働きかけていく、そして新たなストーリーを構成していく。

ではどうして彼らがポストモダンと言われるのか？まず、「無知の姿勢」というの

はどういうことか？つまり援助者側がその家族や個人よりも専門的な知識をもっている、自分たちが情報をもっているから、例えば「この人はこうだから、こうしなさい」とそういうふうには考えない。つまりクライアントに関する知識はクライアント自身が私たち援助者以上にもっているという考え方である。つまり、専門家が情報を一方的にもっているということは先程言った権力のこと、力をもってしまうということに結びつく。この批判である。フーコーの『知と権力』という考え方を知っていれば簡単にどこがポストモダンなのか理解できる。

次に、家族療法における一つの構造として、面接室とそれを別の部屋から専門家チームが観察している、というものがある。あと、その2つの部屋はワン・ウェイ・ミラーやインターコムが装備されている。しかし、これに対してアンデルセンは次のように思った。チームの方が情報を一方的に取っていると。しかし、クライアントはどんな人が観察室にいて、どんな話がされているのか、これは分からない。つまり、情報の格差がある。これがまた情報と力の関係に繋がっていくわけである。一方が情報をもって効率良く家族を統制していく構造ではないかということである。彼らはそこでツェ・ウェイに変えた。つまり、こちらの話聞きたい、今話し合った意見を聞きたいという時にはスイッチを入れ替える。観察者の話し合いをクライアントが見ることができる。

さて、今述べたように、情報の格差をなくすことによってモダンからポストモダンへという移行を示そうとした。

実はポストモダンというのはマルクス主義崩壊後のユートピア思想ではないかと私は考えている。与党は現実に対処しなければいけないためモダン思想になる。一方、野党は現実に対処しなくてよいからポストモダン思想になる。このように政治を読むこともできる。

IV. 構成主義と社会構成主義

さて、もう一つ重要な概念、考え方がある。構成主義 (constructivism) と社会構成主義 (social constructionism)。まず、実際の場面、臨床的な場面にこの構成主義という考え方をもち込んだのは、やっぱり中心的な人物はワツラウィック (Watzlawick, P. et al., 1967) である。そして、心理学の世界では、ケリー (George Kelly) という人がいる。つまり、「私たちの現実は少なくとも知覚と言語に制限を受けて構成される」

と、知覚と言語に制限されて現実を捉えると。例えば、ここに今起こっていること、皆さんの顔もあるし、椅子もある。そしてこれは現実である。これは幻覚だと思っている人はいないであろう。しかしこれがもし、極端な例を言うと、トンボの目みたいな目をつけていたら全然違って見えるのである、おそらく。私たちはある範囲の光しか見ていないし、耳も同じである。これは現実だと思っているけれど、実は、まず、知覚に制限されている。また、もう一つは言語。知覚と言語というのは密接に循環的に結びついている。例えば、私たちにとって、これは何色ですか、みたいなこと聞いたら、何と答えるか。例えば、白と答える。白に関して私たちは、あまり言語をもっていない。イヌイトなど白い世界に住んでいる人たちは白についての言語をたくさんもっている。知覚の弁別もできるし、また知覚の弁別ができるから言語も存在する。言語があるから、また弁別的に認識していく。これが循環的な関係をもつ。私たちにとっては、つまり言語の制限、白は白で、この白と、あの白で、あまり私たちの行動に異なる影響を与えてることはない。しかし、イヌイトにとっては、そこが重要かもしれない。行動に影響を与えている。イヌイトにとっては、この白とあの白が違う。何白というのか分からないが、何とか白、何とか白、「岸部四郎」とか(笑)。

つまり、私たちの現実というものはリアルにそのものを反映したものではなくて、実際には内的構造に従い構成されていく。外からの影響を受けて内的構造に従い構成されていくと、こういう考え方である。しかしながら、ここでさらに述べておきたいのは、ワツラウィックが構成主義を実際の臨床的場面にもち込んできた背景には、もう少し違った視点があった。彼は、コミュニケーションを重視する家族療法家であった。彼は先に述べた構成主義の考え方をさらに超えた形でこの構成主義を引用している。つまりコミュニケーションによって相手と相互にやり取りをすること、彼らのコミュニケーション論で言えば相互拘束ということになるが、相互に相手とやり取りをし合いながら、現実の意味が構成されていくと、こういう視点をもっていたわけである。もう一点、構成主義が重要になってきた点として、実際の臨床場面では、自ずとみえてくると思うが、同じ現象をみても、家族の誰からみているかによって、全然意味合いが変わってきてしまうということ。例えば、若貴騒動をみても若側の視点からみているのか、その仲間からなのか、貴側からの視点からみているのかにより現実の構成が変わる。どっちかが嘘をついてるとか嘘をついていないということ以前に、構成のされ方が違う。どの視点からみているか、それによって現実が違ってしまふと、こういうようなことを家族療法家は目の当たりにするのである。家族療法家

たちは全然違った語りが生まれてくることを、目の当たりにする。このような構成主義は元々どこから来たかという、おそらく新カント派の考え方からであると考えられる。関心がある人のために言っておく。

さて、さらに、1980年代に、治療者が内側に入った治療システムというのを考えた述べてたが、ワツラウィックは次のような関心をもった。家族がどういう動きをしているかということをつまらぬ、その治療者のこと。ワツラウィックは同様に問題にしていた。ここでつまり、家族がどういう動きをするかをつまらぬ治療者の現実の構成、これに関心をもっていたという点がある。

次に社会構成主義について説明する。簡単に定義すると、「私たちの現実というのは、言葉や記号を媒介としたやり取りによって構成される」という考え方である。究極的なところで言うならば、「いす」というものがここに存在している。確かに。つまり、まず、「いす」というものは、ある一定の人にとってその言語によって認識されるようになった。同意されるようになった共通の現実である。しかし、ある一定であつて、違う社会に行けば、英語で言えば“イス”である（笑）。“チェア”というようにいろいろ変わっていくということである。

もう一つ例を出すと、イドがあつて、自我があつて、超自我があつてという精神力動論である。精神力動論というのはひとつのシエマである。そして人間の行動や現象、何かがあると、それを精神力動論の視点で見るとある解説あるいは、あるアプローチが考えられるようになる。この時に、精神力動論の概念というものはどういうものなのかということ、フロイト (Freud, S.) が提示し、そして私たち心理や精神医学の人間が大学や大学院でそれを広める。ある一定のところによって同意された概念でこのものの見方が出来ているわけである。つまり、全員知っているわけではないが、ある一定の同意によって出来上がった概念で、その視点で人間をみると確かにそういうところが見えてきて、そしてその見方をするとある一定のアプローチが出てくる。一方で、違うシエマを使ってみることもできる。決して人間をみる時は精神力動論だけではない。例えば家族療法的なコミュニケーション論のシエマで見ると、また違ったアプローチが考えられるということになる。どこまでいっても一定の人々によってその言語でやり取りされて、記号や言語を媒介として作られた一つの現実であると、こういう例で言っておきたい。ただこれも学問的に突き詰めたことと、臨床場面での実用という、違いが出てくる。つまり、学問的に詰めたものを臨床場面にもち込んだならば、それは、多分崩壊する。従つて、ここではこのくらいの説明にしておきたいと思う。

V. プラグマティズムの立場から

さて、私が述べておかなければならないと強く思っていることについて述べていきたい。モダンとポストモダン。つまり、ポストモダンを語る時に、モダンというテーゼとアンチテーゼの形を取らないとなかなか語ることができない。しかし、例えばモダンの一つの中心的な形としての科学を否定するのかと、あるいは個へ還元するという考え方を否定してしまうかとなると、私たちが、特に患者さんと関わっている方々が現場でそういう考え方をもってしまった瞬間、その現場にいるということ自体が、患者さんの生命を危険にさらす。そういった問題を含んでしまうということになる。

臨床家として私がこの今起こっているナラティブや社会構成主義などの考え方をいったいどのように臨床で用いるか、これが最大の関心であり、もっと言えば唯一の関心である。私は臨床をするために家族療法をやっている。すなわち、プラグマティズム、つまり、実用性、実用主義。

実用的なことを考えると、どうしても、先程言った効果というものが重要となり、効率というものと結びついてきてしまう。けれども効果のないようなことをやってお金を取っていくことはできない。また、医療では効果がない治療をすることによって生命を危険にさらす、こういうわけにもいかない。これは大前提である。

まず、ポストモダンで多様であるということだけがよいのかどうか、それは場面による。風邪をひいて病院に行った。ある視点を取ると風邪かもしれないし、ある視点を取ると…こんなこと言われると困るのである。私の可愛い犬が、そんなこと言われたらその獣医さんを信頼しなくなるということも有り得る。モダンや一元性、専門性は全て悪いのか、そうではないであろう。この構成主義、そしてナラティブ、物語というもののプラグマティズムというテーマに一つの視点を導く。

私は病気・障害システムと問題システムと分類し、考えることによって臨床場面で応用している。まず、病気とか障害というシステムと問題というシステムを分けて考えてみる。例えば私が家族療法をやるなかで何を扱っているのかというと、問題システムを扱っている。例えば統合失調症の子どもさんがいるご家族に対して、統合失調症にアプローチするのではない。統合失調症を取り巻いて今生じている、例えば薬を飲まないというような問題。薬に毒が入っていると言う。病気・障害システムに対して薬ということが一つのアプローチだとしたら、薬を飲まないという現在の問題、付随する問題、このシステムを扱っていく。従って、例えば、統合失調症の患者さんや

その家族と言っても、その時に、どういうことが問題となっているのかということ、これはもう話を聞かなければ分からない。その個人や家族によって違うし、その時々によって違うし、年齢によっても違うし、いろんなことで違いが生じる。つまり、問題システムの方が相対的に病気・障害システムより多様である。この問題システムを扱っていく。

次に、病気とか障害に対してはより確立された視点が私は必要だと思っている。つまり、科学とか実証性に基づいたことというのがとても重要だと思う。もちろんある程度の多様はあると思う。しかしやはり、例えばうちの犬が腰痛だとする。その時にいったいどうすればよいのか。風呂に入れて薬を塗るといふ、こういうことを教えて欲しい。一定のこういった、こうするとうまくいったという実証的なこと、そして科学性に基づいて、治療というものが行われる。それが前提でないといふ、私たちは問題システムを単に扱うことができない。面白い例がある。薬を全く否定するある先生がいる。で、自分は歯が痛いといふ薬を飲んでいる。何だ、この矛盾は!! つまりこれは一学問として薬を否定することも必要かもしれないが、私たちは臨床といふものを、これをやはり中心に見据えなければ話は進んでいかない。

さて、一方で病気や障害を取り巻く問題はより多様であるので多様な視点と多様な声ヒントになる場合がある。そういう多様な声が必要になってくるとこういうことがある。今のところをまとめて言うならば、物語論といふのは治療論ではないと、これを私は述べておきたい。だから、ナラティブ・セラピーといふ「セラピー」といふ言語をもち込むのは、私は反対である。セラピーといふと病気や障害を扱うイメージをもつからである。私たちの行いは問題とその解消をしていく問題解消論だと述べておきたい。

VI. ツイン・リフレクティング場面の映像から

さて、三澤文紀先生がやり始めたコ・スーパービジョン法としてのツイン・リフレクティングといふ方法がある(参考として、若島, 2004)。彼は東北大学大学院在学中の後輩である。ツイン・リフレクティングでは専門家が集まって専門家もリフレクティングされていく。つまりクライアントとして面接の行き詰まりを話す専門家、その人に対するリフレクティングが一つ。もう一つはカウンセラー役の人に対してリフレクティングを行う。それでツイン。

先のVTRでは、母子寮に勤めているという話で、母子寮はできたばかりでそこに国籍は日本だけれども、日本語をよくしゃべれないというお母さんとその子どもさんがいて、その子どもさんが、施設の方々から見ると非常に、少なくともこのAさんという方から見ると問題行動を起こしているということだったと思う。

彼らは外在的な話し合いを進めていた。外在化技法というのはよく知られているが、外在的なもの見方というのは、つまりAさんが問題ではなくて、Aさんが今問題に対してアプローチしているという形をとる。Aさんの能力が問題になっているのではなくて、Aさんが問題に取り組んでいるという視点である。

内側に問題をみた場合には、比喩的な言い方をすると、その人の人格を貫通しないと、カウンセラーは問題にふれることができなくなる。これが問題を内在化している状態である。問題を外在化している状態とは、私は今こういう問題に直面していてこの子どもさんに対して取り組みを行っている、そして、その問題に対してどうすればよいかという話し合いをする。こうすると人格を貫通しなくてもよいことになる。人格を貫通というのは、みのもんた先生が「あなたそのままじゃだめですよ」という言い方をすれば、その人の内側が、自分自身が否定されたような、問題が内側にあってそれを変えなければいけないという自分の人格や自我を否定されたような、そういう感覚になるであろう。それと比べて、問題を外に出す外在化を行っておくと、この問題への取り組みを援助者と被援助者が、共同作業として協力できるという重要な関係が出来あがる。これは行政と住民でも同じ。行政が内側に問題を隠していて、それがちょっとずつ出ていって隠していることが住民に分かると行政がつっこまれる。しかしながら、例えばこういう取り組みをしなければいけないというように行政が問題点をスパンと出してしまふ、そうすると行政はこういうふうに取り組むし、住民の方はこう取り組むし、という協力関係ができる。ここで初めて協働が達成される。住民と行政の協働という前提には問題の外在化、すなわち、この場合、情報開示が前提になるわけである。外在化というのはもう一つ心理学のシエマを使って説明すると、自分自身の内側にあるというのは、その問題が固定的なものにみえてくることになる。安定しているようにみえてくる。つまり動かしにくいと。これを帰属理論と言う。しかしながら、自分の内側、内的なものではなく、外に出すことによって、コントロールの可能性、コントロールの感覚が出てくるということになっていく。ツイン・リフレクティングで彼らは一貫してこの姿勢を貫いていた。

次に、実際にテクニックはいろいろある。外在化する時に、例えば名前をつけると

か、しかし、一番重要なことというのは、私は概念だと考える。例えば、病気というものに焦点を当てるのではなくて、問題に焦点を当てる。こういう見方を明確にしているということはその視点に沿ったいろんな言葉、言ってみれば、即興のテクニク、これが、どんどん生み出されていくという意味で重要である。

最後に述べておきたいこと、それは技術的な面について、皆さんが学びたいという場合には、それはやはり、これを機会として何回も何回も実践して欲しいということである。やはり、武道でも医療でも何でもそうだと思うが、最初本を見て、空手だったらこういうふうに打つんだと、いくら見てもあまりうまくいかないし逆にぎこちなくなるだけかもしれない。それよりは、ちょっとどっぶり浸かってみる。そして、その見方に浸かってしばらくトレーニングしていく。そういうことが実際大切であると思う。極真空手の大山倍達総裁が言った。「千日をもって初心とし、万日をもって極める、これすなわち、極真の極意である」と。

引用文献

- 1) Andersen, T. : The Reflecting team. *Family Process*, 26, 415-428, 1987
- 2) Andersen, T. : The Reflecting team (The Reflecting processes). New York : W. W. Norton, 1991 (鈴木浩二監訳：リフレクティング・プロセス, 金剛出版, 東京, 2001)
- 3) Anderson, H. : Conversation, language, and possibilities. New York ; Basic Books, 1997
- 4) Anderson, H. & Goolishian, H. : Human systems as linguistic system. *Family Process*, 27, 371-393, 1988
- 5) Anderson, H. & Goolishian, H. : The client is the expert : a not-knowing approach to therapy. In McNamy & Gergen (Eds.). *Therapy as social construction*. London : Sage, 1992 (野口裕二, 野村直樹訳：クライアントこそ専門家である。マクナミー, S. & ガーゲン, K.J.編。野口裕二, 野村直樹訳。ナラティブ・セラピー, 59-88, 金剛出版, 東京, 1997)
- 6) Bateson, G. : *Mind and nature*. New York : Brockman, Inc, 1979 (佐藤良明訳：精神と自然 (改訂版) —生きた世界の認識論—, 新思索社, 東京, 2001)
- 7) Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J., & Weakland, J. H. : Toward a theory of Schizophrenia. *Behavioral Science*, 1, 251-261, 1956

- 8) Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J., & Weakland, J. H. : A note on the double bind-1962. *Family Process*, 2, 154-161, 1963
- 9) Maruyama, M. (1963) : The Second cybernetics : deviation-amplifying mutual causal processes. In W. Buckley (Ed.), *Modern Systems Research for the Behavioral Scientist*. Chicago : Aldine, 1968
- 10) von Foerster, H. : *Observing Systems*. Seaside, CA : Intersystems Publications, 1982
- 11) 若島孔文編 : *脱学習のブリーフセラピー ー構成主義に基づく心理療法の理論と実践ー*, 金子書房, 東京, 2004
- 12) Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. D. : *Pragmatics of human communication : A study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes*. New York : W. W. Norton & Company, 1967 (山本和郎監訳 : *人間コミュニケーションの語用論ー相互作用パターン, 病理とパラドックスの研究ー*, 二瓶社, 東京, 1998)
- 13) White, M. & Epston, D. : *Narrative means to therapeutic ends*. New York : W. W. Norton, 1990 (小森康永訳 : *物語としての家族*, 金剛出版, 東京, 1992)