

教員という立場のサイコ・セラピスト —外在化を使ったナラティブ・セラピーの実践—

加藤 吉和（子ども心理学科・教授）

I はじめに

クラスアドバイザーやゼミ担当教員として、学生たちから様々な相談を聞く機会が多い。多くは助言程度で終わられるのだが、中には、一人で抱え続けていた悩みを吐露させてくる学生たちもいる。

そのような問題に向き合うとき、「このまま相談を受けるのがいいのか、受けない方がいいのか」と度々自問する。何故なら、心奥に「教員という立場にある者が心理療法（以下、セラピー）をやっているのか、やれるのか」、との疑問が常在しているからである。しかし、「そうか、このことを相談したかったのか」と会話の姿勢を新たにすれば、そこにはもう「クライアントとサイコ・セラピスト（以下、セラピスト）の関係性」が生じてくる。

II 問題

「自分の問題を他人に語る勇気への敬意」、「語られ始めた話の内容をもっと知りたいとの思い」、「語りの持つ力と危険性についての認識」、これらが輻輳するとき、筆者は学生の話に聴く姿勢を崩せなくなる。そうありながらも、「セラピーをやれるのか、やっているのか」と当惑に還るのは、「教員がセラピーを行う際に生じる問題」に思い至るからである。その問題とは何か。

サイコ・セラピストとしての立ち位置を明らかにしたい。筆者が依拠するセラピー理論は「ナラティブ・アプローチ」である。中でも、デイヴィッド・エプストン（Epston, D.）とマイケル・ホワイト（White, M.）の“外在化”を実践の基礎とし、ハーレーン・アンダーソン（Anderson, H.）とハロルド・グーリシャン（Goolishian, H.）の“コラボレイティブ・アプローチ”を標榜している。

ナラティブ・セラピーは、セラピストがクライアントに隠然として持つ権力（上下の関係性）を嫌う。しかし、セラピストが「教員というポジション」を身にまとっている限り、自身のセラピーをいかように定義し、どのように実践しても、そこにはセラピーの中で微かに匂う権力／支配構造が定かに構築されてしまう。何故なら、教育の場に於いては、「教員は学生を教育・評価する者で、学生は教育・評価される者」だからである。この関係に於いては、教員はドミナント（優位）で学生はサブドミナント（劣位）のポジションにある。それ故、相談に来た学生がセラピストの中に教員という姿を同定し続ける限り、セラピストは「権力者 vs. 非権力者（教員 vs. セラピスト）」という二項対立の状態に身を置くことになる。学生に対してカウンセリングやセラピーを行う際に、セラピスト／カウンセラーはこのことに敏感でなければならない。セラピー理論や技法上の仔細、互いの差異を論ずる前に、まずはこの事実気付かなければならないのだ。

では、「教員というポジションにあるセラピスト」は、どのようにしてこの関係性を回

避するのか。いかにすればこの二項対立から逃れることができるのか。問題をこう定置する。

III ナラティブ・セラピー

エプストンとホワイトは、“ここでは「ストーリー」を〈自分の経験を枠づける意味のまとまり〉と定義しておこう。生きた経験はこうしたストーリーを通して解釈される。われわれは自分のストーリーの中へ出演者として入っていき、また他者のストーリーのなかの出演者にもなっていく。私たちはこうしたストーリーを通して人生を生きる”と述べている (Epston, D., White, M. 1992)。

アンダーソンとグーリシャンは、“セラピストとクライアントは、新しい意味、新しい現実、そして、新しい物語を共同で開発する。治療者の役割、専門性、そして力点は、自由な会話の領域を開拓し、「新しい何か」が生じるような対話プロセスの発生を促進することにある。大切なのは変化を起こすことではなく、会話のための空間を広げることである”と言う (Anderson, H., Goolishian, H. 1992)。また、“not-knowing (無知の姿勢)”という概念を提示し、“無知の姿勢とは、セラピストの旺盛で純粋な好奇心がその振る舞いから伝わってくるような態度ないしはスタンスのことである。つまり、セラピストの行為や態度は、話されたことについてもっと深く知りたいという欲求を表すもので、クライアント、問題、変化すべきものについて前もって用意された意見や期待を表すものではない。したがって、セラピストは、クライアントによってたえず「教えてもらう」立場にある”と言う (Anderson, H., Goolishian, H. 1992)。この無知の姿勢の意味を、野口 (2002) は“セラピストは何について「無知」なのかといえば、「クライアントの生きる世界」について無知なのである。だからこそ、「好奇心」に導かれ、「もっと深く知りたい」と思い、「教えてもらう」という姿勢になる”と説明する。

ナラティブ・セラピーは“治療的会話”によって実践されるのであり、その構造はクライアントとセラピストが共同して新しいストーリーを構成するための空間なのだ。ここには、セラピストとクライアントの「対等な関係性」が必須となる。

これに対して、従来の“医学モデル”や“科学”に依拠する(したいと希求する)セラピーは、「セラピストがクライアントを治す／セラピストが真実の方向を示す」との認識を含意するが故に、セラピストの権力性 (one up position) を内包する。何故なら、“治療する者／真実を知る者” vs. 「治療される者／真実を知らされる者」の関係に於いては、常にセラピストがドミナントでクライアントはサブドミナントとして位置づけられてしまうからである。

このセラピストとクライアントの関係性に異を唱えるナラティブ・セラピストは、「セラピストとは、クライアントの自我を強化する者でも、十分に機能する人にする者でも、間違った認知を正しい認知に修正する者でもない (セラピストの判断で決められたゴールを目指す者ではない)」と考える。そもそも、ナラティブ・セラピーの依って立つメタ理論は、「自己とは言葉によって社会的に構成され続けるもの」との認識を持つ。そこでは“自律的自我”、“機能する人間”、“正しい認知”などの存在は認められることはない。

IV 外在化

「外在化」とは、文字どおり何かを外部に位置付けるということであり、その反対は「内在化」である（野口2002）。エプストンは、クライアントが問題としている「問題そのもの（問題の原因ではない）」を外在化する。彼らは、自分たちのセラピーを“書きかえ療法”と呼び、“その人の人生や人間関係を貧しいものにしていく知識や物語から、その人自身が〈離れられるよう〉手助けをする”、「その人が服従を余儀なくされている自己や人間関係に〈対抗できるよう〉援助する」、そして「その人にとって望ましい結果をもたらすオルタナティブな知見またはストーリーに沿った方向で、自分の人生を〈書きかえられるよう〉励ます」ものと説明する（Epston, D., White, M. 1992）。クライアントの問題とは“問題として語られてきたストーリー（ドミナント・ストーリー）”であり、この“ドミナント・ストーリー”が“問題の染み込んでいない新たなストーリー（オルタナティブ・ストーリー）”に書きかえられることで問題は解消（解決ではない）するのである。“外在化”とは、クライアントが人生のストーリーを再著述することを可能にする方法なのだ。

彼らは“問題が今まで自分の人生や人間関係にどのような影響を及ぼしてきたか”を問う。“影響相対化質問”と呼ばれる方法である。少し例をあげてみる。セラピストはクライアントに対して、「その問題は、今まであなたの人生をどんな大変なものにしてきたのでしょうか?」、「その問題のせいで、あなたは今までどんな辛い人生を歩んできたのでしょうか?」、「あなたやあなたの周囲の人たちは、どうやってその困難な状況に立ち向かってきたのでしょうか?」などと問う。また、問題そのものに名前をつけることをクライアントに求めて外在化を進める。加えて、次のセッションまでの間に、日々の生活の中で“問題に支配されずに済んだ出来事”や、“問題に対抗できたり、無視できたこと”を発見するように促す。

考えてみれば、クライアントは常に問題に左右されているばかりではない。日常では、問題に影響されずにやれていることもあるはずだ。けれども、クライアントがドミナント・ストーリーに支配されている限り、その事実自ら気づくことはない。「病のストーリーを語り続ける」ことにより、「病を構成し続ける」悪循環に陥っているのだ。この問題に影響を受けていない出来事を、エプストンは“ユニークな結果”と呼ぶ。ユニークな結果を見つけ、それをセラピストに報告することは、クライアントがオルタナティブ・ストーリーを語ることに繋がっていく。

更に、彼らはセッション中に生じたことやセラピストが感じたことなどを、“手紙”にしてクライアントへ投函する。この「手紙によるセラピストの語り」はクライアントの新たな語りを生み出すだけではない。野口（2007）は“こうして新たに生まれたオルタナティブ・ストーリーもまた誰かに語らなければならないという点である。それをたしかに聞き取るひとびとの存在がその新しい物語をより確かなものにする”と述べている。手紙はオルタナティブ・ストーリーを「共有したことの証」であるとともに、クライアントの変化に「証明」を与える機能も持っているのである。

1. もう一つの外在化

筆者はセラピーに入る前に、上述した外在化の前に、「もう一つの外在化」を試みている。それは、セラピーを行う上で障害となる「教員とセラピストの間に生じる二項対立

(権力者 vs. 非権力者)」を回避するための一方法として考えだされたものである。この外在化は次のような会話を通して行われる。

「あなたの相談と一緒に考えていく上で困ったことがあるんです。あなたは学生で私は教員だけど、そういう関係じゃ私はあなたのお話がうまく聴けないんです。教員ということが邪魔になるんですよね。だから、あなたとお話をする時、私は教員という名前をここに置いて（と言いながら隣の椅子を指さし、上着を掛けたりすることもある）、一人のセラピストになりたいと思うんです。どうでしょう、こんな私にお話をしてもらえますか？」と学生に語る。つまり、身にまとう教員というポジションを外在化して、セラピストになろうとするのだ。

この時、大概の学生は戸惑いの表情を見せる。確かに、今の今まで教員と認識していた相談相手から、突然、「話を聞くときは教員ではない、カウンセラーだ、セラピストだ」と言われても、そのような思考法に慣れていない人間が、即座に「はい、そうですか」というわけにはいかないのは至極当然の成り行きである。けれども、最初は怪訝な表情を見せる学生たちも、間もなくこの提案の意味を理解できるようになる。加えて、「教員というポジションを外に置く」という一種の外在化を相手から言動で示されることにより、セラピーの中でホワイトらの言う外在化のやり方を比較的スムーズに会得できていくようである。

では何故、さほど無理なく、学生たちはこの外在化の方法を理解するのだろうか。その答えは、「なぜ学生が自らの意思で相談しに来たのか」という問いに置き直して考えることで理解できるように思う。学生は、筆者が教員だからという理由で自分の抱える問題を相談したいのではないだろう。もちろん、クラスアドバイザーやゼミ指導教員ということも、来談に至った一つ要因であろう（そのポジションで学生のいろいろな相談を受け、助言・指導するのも教員としての役割である）。だが恐らくそれ以上に、筆者が昔も今もセラピストだった／である、という認識が学生たちにあるからではないかと推察している。学生の中には、筆者が子どもや親、それに家族に様々なセラピーを行っていたことを知っている者がいるらしい。そうであるなら、教員でありながらも、それらの問題を引き受けなければならない。教員／権力者としてのポジションを外在化し、学生のストーリーを聴き、自らもセラピストとしてのストーリーを語っていかなければならないのだ。このように、教員のポジションを外在化する作業が「もう一つの外在化」の趣意である。

2. 事例研究における問題と外在化

セラピー研究に主要な「事例研究」では、他者がセラピーの経過を追体験できるように記述がなされ、セラピーの有効性についての論議はそのテキストに基づいて行われることになる。この事例研究に対しては、科学的心理学を自認する研究者群から「事例研究は主観であり、人間行動の客観的事実を探究する我々から見れば、それは科学ではない」との批判がある。言い換えれば、「セラピーとはローカルなものだから、そこでの推論や結論は研究者の持つ偏見の産物に過ぎない」との指摘であろう。

しかし、逆説的に言えば、ローカルな共同実践を基盤とするのがナラティブ・アプローチなのだ。「ナラティブは社会・文化・歴史的な文脈の網の目に深く埋め込まれていて、それは人々との関係性の中から立ち上がってくる」との認識に立てば、クライアントやセラピストのストーリーは決して主観にとどまることはない。このような認識に立つナラティブ

ヴ・アプローチの研究者は、「人間行動に関する研究はユニバーサルでなければならない」との言説を唱導する研究者群との会話を望んでいるのだ。

杉万（2005）は“あるローカルな場所・時代から発信された知識は、抽象化のおかげで、他のローカルな場所・時代に伝播していく。あるローカルな場所・時代から発信された知識は、他のローカルな場所・時代にいる人（たち）によってキャッチされ、実践の参考にされるかもしれない”と述べている。この観点から言えば、ナラティブ・セラピストには、ローカルな共同実践の積み重ねと、そこから得られた知見をインターローカルなそれへと拡げていく努力が肝要となる。

「エビデンス・ベイスト・メディスン」を要求される医学の影響を受け、セラピーの世界に於いても「エビデンス・ベイスト・セラピー」が求められている。そうであっても、心理臨床の分野に於いてナラティブ・アプローチを実践する者は、エビデンス・ベイストの重要性を理解しつつも、「ナラティブ・ベイスト」を視座とする姿勢を保ち続けていく必要があるのは言うまでもないだろう。

ところが、事例研究の在り方にも問題が生じてくる。ナラティブ・セラピーに於いては、セラピストとクライアントの関係に優劣はない。互いにストーリーを語りあい、相互に影響を与えながら新たなストーリーの共同構成を目指すからである。そこでは、「クライアントは問題の専門家でありセラピストは対話のプロセスを促進させる専門家」、という関係性が構築されなければならない。しかし、先述した事例研究に於いては、セラピー過程の記述はセラピストが行うのが通例である。だが、そのように書きあげられたテキストはセラピストのストーリーではないのか。「共同構成」を目指して実践されたナラティブ・セラピーの内容をセラピストの視点でのみ記述するとき、明らかにそれはセラピストのストーリーに転換されてしまう。「私とあなた（一人称 vs. 二人称）の関係」から、「私と彼／彼女（一人称 vs. 三人称）の関係」への意識されざる変換には、「クライアントの三人称化によって客観性を担保したい」との素意が伏在しているようにも見えてくる。だが、そこでは「あなたと私のストーリー（二人で作りに上げたストーリー）」は置き忘れられ、従来の如く主観と指摘されるセラピストのテキストのみが顕在してしまうのではないか。だとすれば、ナラティブ・セラピストは、自身の実践とこの事例研究との間に矛盾や齟齬を感じることはないのか。

この点を省察し、従来の事例研究の問題点を鋭く指摘しているのが高橋¹⁾であろう。高橋は家族研究・家族療法学会第24大会（2007）の大会企画“クライアントベースの臨床研究”に於いて、“来談者と面接者の「共同事例発表」ができるまで”という演題でこの問題を克服すべく事例を発表している。その中で高橋はクライアントを“共同研究者”と措定し、セラピーの経過を彼ら／彼女らと協力して記述する方法を提示している。ここで高橋はある外在化を試みる。簡略して言えば、それは“私はセラピストであるけれど、研究者でもある。あなたとのセラピーの経過を学会で発表したいけど、そうしたいのはセラピストとしての私ではなく研究者としての私である。研究者の私に協力して一緒に発表原稿を書いてもらえないだろうか”とクライアントに尋ね、同意があれば共同して事例をテキストにする方法である。「セラピストのポジション」を外在化して、研究者のそれになりきろうとする意思と同時に、「クライアントは共同研究者」との了知がなければできない試みであろう。この外在化を行うことによって、高橋は事例研究がセラピストのストー

リーに陥ることを回避し、ナラティブ・セラピーの真髄をクライアントの共同研究の中で実践することに成功している。それだけではない。事例研究に求められる“倫理の遵守”をも解決可能にしているのだ。

先に述べた「もう一つの外在化」、すなわち教員というポジションを外在化してセラピストになりきる方法は、この高橋の行う外在化に示唆を得たものである²⁾。高橋の実践は、ナラティブ・セラピーを実践する研究者が事例を記述・発表する際に生じる問題の解消に有用な視点を提供しているのではないだろうか。つまり、「クライアントとの共同研究」という方法は、ナラティブ・セラピストが事例研究・事例発表を行う際の有力な手段だと考える。³⁾

V 手紙から電脳空間での会話へ

エプストンらはセラピーのセッションの中で生じたことや感じたことなどを手紙にしてクライアントに投函すると既述したが、筆者は“電子メール”を用いて同様の実践を試みている。プライバシー遵守のため事例は紹介できないので、代わりに「仮構のメール交換」をテキストにして次に載せる。仮構とはいえ、特にクライアントからの返信部分は、実際のメールに書かれた文章をケース毎に慎重に断片化し、それぞれの切片を繋ぎ合わせ、できる限り事例のニュアンスを失わないように可視化したものである。

【セッション終了後の送信メール（仮構、仮名）】

大船花子 様

今日は誰にも言えないことを私に教えてくれて、とても感謝しています。本当に嬉しく思いました。でも、私にお話をするには、とっても勇気のいることだったでしょうね。大船さんは勇気のある人だと感心しています。大船さんのお話を聞いているうちに、私はとても胸が痛みました。でも、同時に大船さんの持っている強さに驚いていたのですよ。そして、そのような辛い体験をしながら、どうやって今日まで明るく生活してきたのか不思議に思い、もっともっと大船さんのことを知りたいと思うようになりました。

大船さんの勇気や強さに感心しながら、でも「昔の花子」（大船さんがつけた名前です）という存在がいて、それが大船さんをとっても苦しめてきたことがよくわかりました。ご家庭の事情は、大船さんのせいではないって一緒に考えましたよね。それと、ご両親から距離をとったのもアナタの強さだし、それはとても賢明なことだったのかもしれないです。アナタが言ったように、いつまでも親の犠牲になっているわけにはいかないのですから。「私のことなんて産まなきゃよかったのに…」という大船さんの言葉の中に、ご両親を恨んでいる気持ちが感じられ（でも、なんとかうまくやっていきたい気持ちもありましたね）、本当に胸が痛くなってしまいました。でも、大船さんはこの世界の中に存在しているのでしたね。「昔の花子」としてではなく、強いアナタとして。

「花子」…とてもいい名前ですよ。きっとご両親も、いろいろな思いを込めてそう名付けたのだらうと思います。それでも、何かの拍子にお互いの歯車が狂うと、その後は全てがうまくいかなくなるものなのですね。私も似たような経験をしているので、大船さ

んにご両親の関係がよく理解できた気がします。でも、アナタはその状況を客観的に見られる力を持っている人のようですね。それは「昔の花子」とは全く違った存在のようです。「昔の花子」だけで過ごしてきたのなら、アナタはいなかったでしょうから。本当に私はそう思っています。小さい時から仲の悪いご両親の姿ばかり見続け、どちらにも甘えられず（一方に甘えれば他方を捨てることになる、という辛い状況なのでしたね）に育った結果、「昔の花子」が大船花子の心の中で大きく育ってしまったのだと思います。でも、「昔の花子」ではないアナタを見つけることができ、私はとても感動しました。そして、「昔の花子」ではない大船花子を、アナタと一緒に見つけていきたいなと思うようになりました。私でよければお手伝いさせてください。もしかしたら、「昔の花子」がいろいろアナタの邪魔をするかもしれません。それでも、「昔の花子」ではできないこと、考えられないことが毎日の生活の中にあると思うのです。それをこれから発見していってもらえますか？　これが私から大船さんへの、ほんの少しのお願いでしたよね。

「昔の花子」という名前をつけた大船さんを「アナタ」と書きました。「アナタ」と「昔の花子」はもう違う人のようですね。意味わかる？　ちょっと難しいかな？　でも、このことはとても大事なことだと思うのです。次にお会いするまで考えておいてください。お願いが増えてしまいました。ごめんなさい。

二週間後にお会いして、また一緒にお話しできるのを嬉しく思っています。きっと、アナタはいろいろなことを発見して私に教えてくださるでしょうね。どんな小さなことでもいいのですよ。私はそれを聞くのをとても楽しみにしています。それではまた。

セラピストの加藤より

【学生からの返信メール（仮構）】

加藤先生

昨日はありがとうございました。家族に言えないこともあって、先生に話せたことはとても大きいことでした。先生とは接点がありましたけど、それ以上に学校生活の中で、先生の授業を受けて、先生に話してみたら何かまとまるかもしれない、相談してみたいと思っていました。とても有意義な時間でした。ありがとうございました。最初は意味がよくわからなかったけど、いろいろ悩み苦しみ、中途半端でグチャグチャ考えすぎる自分という意味で「昔の花子」にしてみました。「昔の花子」と距離を置く練習をして、客観的に「昔の花子」を見られるように頑張っていこうと思います。先生に背中を押してほしいというのも、もしかしたらあったのかもしれませんが。本当にありがとうございました。うれしかったです。少しすっきりしました。先生の宿題をやってみます。うまくできるかどうかかわからないけど、何か見つかったらうれしいです。見つけたら次の時に先生に報告します。もう一つの宿題も考えてみます。またよろしくお願いします。

大船花子

若者から手紙というコミュニケーション手段が衰退してきている。学生たちもその例に漏れないようだ。携帯メール、パソコンメール、若者のみならず現代に生きる我々にとっ

でも優勢となっているのが、これら電腦空間を通してのコミュニケーションである。それでは、手紙の代わりにメールを用いることでセラピー上に何が生じてくるのか。

結論から先に述べる。エプストンらが実践した手紙の効果とともに、メールのやりとりが学生との間で頻繁になって、対面によるセラピーの回数が減る。セラピー構造が変化し、メールセラピーと対面でのセラピーが併存したそれへと変化すると言ってもよい。では、メールセラピーは真にセラピーになり得るのであろうか。

簡単に言えば、メールは匿名性を確保でき、相手と向かい合う際の気遣いもいらない。誰でも気軽にディスプレイ上で自分のことを書き言葉に変換して語ることができる。絵文字を巧みに使えばメタ・メッセージも添えられる。面倒になったらキーボードに置いた手を止めればいい。嫌になったら自分と相手の文面を削除すればそれで済む。それによって互いの関係は簡単かつ自動的に終了する。何とも気楽な作業である。電子メールとは、実に簡単便利な、現代に生きる若者向きの電腦用具なのだ。換言すれば、このようなコミュニケーションの形態が新しい若者文化を構成してきているとも言えるのだろう。

だが、メールはこれだけでは終わらない。そこには自分の考えや想いを言葉に変換していく過程がある。自分の問題を文字という媒介物を通じて可視化することで、問題そのものを相対化して捉え直すことも可能になる。相手から送信されるメールの内容は、消去されない限り音声のように消え去ることもない。自分のメールも相談相手からのメールも、必要に応じて何度でも読み返すことができる。印刷すれば手紙のようにテキストとして手元に残せるのだ。

これらが、メール・カウンセリングに治療的な効果を付与している要因なのだろうと思う。けれども、通常のナラティブ・セラピーと併用しながらメール交換を用いる実践は、純正なメールセラピーに異味を加えているであろう。従って、このメール交換がナラティブ・セラピー全体の中で持つ機能と、その活用の効果を明らかにすることが今後の研究の課題となる。

VI おわりに

教員という立場にあるセラピストが学生にナラティブ・セラピーを行う際の問題点を、「教員とセラピスト間に生じる権力的ポジションの相違」として捉えた。その上で、そこに生じる二項対立（権力 vs. 非権力）を回避する手段として、ナラティブ・セラピーにおける技法の一つである“外在化”をキーワードにして論じた。加えて、それらに付随する問題についても考察した。

付言しておきたいことがある。「学生たちは筆者をカウンセラー、セラピストと認識して相談に来るのだろう」と理解し、「教員というポジションを外在化することが有効である」と論じた。だが、省察するに、ナラティブ・アプローチの認識からすれば、これらも「セラピストによって語られた物語の一つに過ぎない」と指摘されるだろう。何故なら、ここにも「クライアントの語り」がないからだ。そうであるなら、この小論という物語と、ここに登場する学生たちの物語が互いに出会う空間が必要になる。そして、そこに「新たなセラピー物語」が共同構成されていく過程が綴られれば、筆者が実践しているナラティブ・セラピーの全姿が見えてくるに違いない。

最後に、ポスト・モダンの認識を持つ西欧のセラピストから提示された“not-knowing

(無知の姿勢)”と比較する意味で、禅僧良寛の「偈」を引く。次の五言詩である。⁴⁾

花無心招蝶	花は無心に蝶を招き
蝶無心尋花	蝶は無心に花を尋ぬ
花開時蝶来	花開く時蝶来り
蝶来時花開	蝶来る時花開く
吾亦不知人	吾も亦人を知らず
人亦不知	人も亦吾を知らず
不知従帝則	知らずとも帝則に従う

「花は無心に蝶を迎え、蝶もまた無心に花を訪れる。花が咲くと蝶が訪れ、蝶が来ると花は咲く。花や蝶のように、私も人というものを知らない。人もまた、私を知らない。知らなくても、それは理法に従っているのだ」と現代文にできよう。

「花と蝶は互いを知らなくとも（不知）何の妄念もなく（無心）、機を得て互いに応じ合っている（啐啄）。それは、ありのままの姿（自然）で、人為を離れた法理に従っている（帝則）のだ。人も同じではないか。私は人を知らない、人も私を知らない。いいではないか。それは法理に従って自然にそうあるのだ（現成）から」⁵⁾と良寛は語る。村人たちは良寛を慕い、その温顔のもとに集まったという。⁶⁾雪深い越後の国の寒村に佇む長閑な庵の中で、良寛と村人たちは、般若湯を酌み交わしながら豊穡な物語を語りあっていたに違いない。彼らの関係は「不知」、「無心」、「啐啄」のそれであり、ただ「帝則」に従った「現前成就」であったのだろう。

ここには西洋の哲学とはまた違った東洋のそれがある。今から200年程も前に、透徹した禅の思惟が我が国にあった。アンダーソンらの“not-knowing”が何故に“無知の姿勢”と邦訳されたのか、どうして「不知の姿勢」とされなかったのか。「無知」と「不知」は同じ意味を持つ異字に過ぎないのか、そうではないのか。更に言えば、如何なる理由で敢えて“姿勢”を付加する必要があったのか。

ナラティブ・セラピー研究に於いて、西洋の思想と東洋のそれとが互いに語りあう場所が必要になってくるようだ。ただ双方に言えるのは、現代に至る長い歴史の途次には心理療法などその形態もなく、そこでは「多様な物語」が人の癒しを能くする術であった、ということである。

<注>

- 1) 高橋規子（心理技術研究所）
- 2) 東京学芸大学での研究会「ナラティブな共同研究」に参加（平成20年8月）し、セラピストの事例記述の問題点を討論した。主催者は田村毅（東京学芸大学）、発話者は高橋規子（心理技術研究所）、コメンテーターは野口裕二（東京学芸大学）。
- 3) 日本家族研究・家族療法学会第26回大会（平成21年6月）に於いて“利用者の語りから考える”という演題で自主シンポジウムを実施し、児童虐待の加害者を理由にグループ療法を受けている父親二人が、自身の体験を会場で直接聴衆に語り、シンポジストとフロアーとでディスカッションを行った。他のシンポジストは、主催者の田村毅（東京学芸大学）、中村正（立命館大学）、市村

彰英（埼玉県立大学）。コメンテーターは中村伸一（中村心理研究所）。

- 4) 「Andersen, H. (1997) *Conversation, Language, and Possibilities*」の邦訳書（「会話・言語・そして可能性 金剛出版、2001.」）に於いて、訳者はあとがきの中でこの漢詩を紹介し、“「無心」や「不知」は「心ない」、「知らない」というよりもわれわれの知の及ばない法則に依って成り立っているという。「無知の姿勢」とすれすれのところにあり、全く同じではないが一脈通じているものが見え隠れし、東洋の視点が浮かび上がっている”と述べている。
- 5) 意識、禅の思想、どちらに関しても門外漢である。専門家の指導を仰ぎたい。
- 6) 良寛は禅僧ながら酒好きで、それを般若湯と称して村人たちと酒を酌み交わしたという。そんな良寛を慕い、人々は好んで良寛の庵を訪ねていたらしい。

文献

- Andersen, H. (1997) *Conversation, Language, and Possibilities*. Basic Books. (野村直樹・青木義子・吉川悟訳「会話・言語・そして可能性」金剛出版, 2001.)
- Andersen, H. & Goolishian, H. (1992) *The Client is the Expert: A not-knowing approach to therapy*. in S. McNamee & K. J. Gergen. ed. (1992) *Therapy as Social Construction*. London, Sage. (「クライエントこそ専門家である」、野口裕二・野村直樹訳「ナラティブ・セラピー：社会構成主義の実践」金剛出版, 1997.)
- Epston, D. & White, M. (1992) *A Proposal for a Reauthoring Therapy: Rose's revisioning of her life and a commentary*. in S. McNamee & K. J. Gergen. ed. (1992) *Therapy as Social Construction*. London, Sage. (「書きかえ療法：人生というストーリーの再著述」、野口裕二・野村直樹訳前掲書)
- K. J. Gergen. (1994) *Realities and Relationship Soundings in social construction*. Harvard University Press. (永田素彦, 深尾誠訳：社会構成主義の理論と実践ナカニシヤ出版, 2007.)
- K. J. Gergen. (1999) *An Invitation to Construction*. London, Sage. (東村知子訳「あなたへの社会構成主義」ナカニシヤ出版, 2006.)
- 小森康永、野口裕二、野村直樹「ナラティブ・セラピーの世界」日本評論社, 1999.
- 杉万俊夫 (2005) 「社会構成主義と心理学—『内なる心』の観念を超えて」下山晴彦 (編著) 心理学論の新しいかたち 誠信書房, 66-84.
- 田村毅 (2001) 「インターネット・カウンセリングの効用と限界」最新精神医学6 (5), 477-488.
- 田村毅 (2002) 「メール・カウンセリング」現代のエスプリ No. 418, 75-83.
- 榎林理一郎・野口裕二・小森康永・高橋規子・児島達美 (2009) 「特集 ナラティブ・アプローチの現在」家族療法研究 Vol.26 No.2, 95-145.
- John McLeod. (1997): *Narrative and Psychotherapy*. London, Sage. (下山晴彦監訳・野村晴夫訳「物語としての心理療法」誠信書房, 2007.)
- 野口裕二 (2002) 「物語としてのケア」医学書院
- 野口裕二 (2009) 「ナラティブ・アプローチ」勁草書房,.
- 野村幸正 (2005) 「東洋思想と心理学—理論から人の働きへ」下山晴彦 (編著) 心理学論の新しいかたち 誠信書房, 85-106.
- White, M., Epston, D. (1990): *Narrative means to therapeutic ends*. Norton. (小森康永訳「物語としての家族」金剛出版, 1992.)