

セラピスト

鶴田 英也

(人間科学研究科准教授)

1. 『セラピスト』

『セラピスト』という本を読まれた方は少なくないのではないだろうか。2014年1月に新潮社から出された本で、著者は『絶対音感』などの著書で知られるルポライター最相葉月。内容はその名の通り日本のセラピストを取材したもので、登場するセラピストはもちろん錚々たる面々である。

筆者は出たばかりのこの本を書店で偶然見つけ、この仕事をしている人間の義務感のようなものから、ろくに開きもせずにとりあえず購入した。しかし買ったものの、なぜかすぐに読み始める気にはなれず、ほぼ一年後に、あえて言うなら意を決して、やっと読むことができた。そして読み始めたら一気に読み終えた。

なかなか読めなかったのはなぜだろう。思うにそこに、このような表現が適切かどうかはわからないが、真の「セラピスト」がいると直観的に感じたからではないか。それは率直に言って、そこに描かれているセラピストが錚々たる面々だったから、ということだけではないような気がする。もちろん、いずれも日本を代表する「セラピスト」であることは間違いないのだが、当然のことながら日本を代表するセラピストは他にもまだまだ大勢いるし、この人選もまったく偏りが無いとは言えない。この本は臨床心理学の教科書でも論文でもなく、クライアントが出会ったセラピストの姿やセラピーの経過が記述されているわけでもない。最相葉月という一人のルポライターが書いたルポルタージュである。しかしそこに描かれているのは、実際に会って取材しなければ感じることでできない「セラピスト」の姿であり、言うなれば最相の「私」の「セラピスト」たちであると言っていいだろう。それゆえそこに私的な偏りというものがあるのはむしろ当然である。そして逆説的だと思われるが、私的だからこそ、筆者

は本物がそこにあると感じたのではないだろうか。そこに本物があるという畏敬の念と自らに対する羞じ。本物に向き合うことは、本物でないおのれと向き合うことでもあって、筆者はそのことに時間を要したのだと思う。

これがもし仮に「臨床心理士」というタイトルならそうはいかないはずである。「私の臨床心理士」と声に出してみればすぐにわかるが、資格名に「私の」というニュアンスはいかにも似つかわしくない。では「カウンセラー」というタイトルでだろうかという、これもまだしっくりとこない。職業名や名詞としてのニュアンスが強すぎて、「私の」というところに留まってはくれない公（おおやけ）性をどうしても帯びている。そう考えると、「私の」と呼ぶのに最もふさわしいのはやはり「セラピスト」以外にないように思われる。もちろん「セラピスト」という言葉も名詞ではあるけれども、「癒し」という動詞性のニュアンスが強いがゆえに、名詞性は背景に退き impersonal な性質を漂わせている。この impersonal な性質こそが「私」物化されることを受け入れてくれる。「カウンセラー」ほどその輪郭が濃くなく、静かな響きがある。思えば癒しというきわめて私的な体験にそっと寄り添ってくれるのが、「セラピスト」なのである。しかしそれにしてもなぜ筆者は、私的な「セラピスト」に本物性なるものを感じたのであろう。

2. 一人称のセラピスト、二人称のセラピスト、三人称のセラピスト

セラピストが「セラピスト」であるかどうかは、率直に言って「そこで行われていることがセラピーであるかどうか」なのであって、本来的には名詞的ではなく動詞的な問いであると言っていいのではないだろうか。ただ、では一体「何がセラピーなのか」という問いについては、流派などによっても異なる

し、どれが正しいということでもないと思われるので、ここではとりあえず括弧に入れておく。ここでは、それぞれのセラピーの定義があるとして、「セラピーであることを認めたり判断したりするのは誰なのか」、セラピストを「セラピスト」にするのは誰かを考えてみる。その主体はシンプルに考えて3つある。一つ目はセラピスト自身である。二つ目はクライアントである。そして最後に三つ目に、ケースカンファレンスやスーパービジョンなどにおける第三者である。それぞれ一人称的、二人称的、三人称的と言ってもいいかもしれない。三人称はわかりやすい。しかし一人称と二人称はそれほど単純ではない。

二人称的視点はクライアントの視点であり、セラピストに対するクライアントの認識でありまなざしである。クライアントはセラピストのことを、セラピーのことをどう思っているのか。そしてわれわれとしては、この視点とどれくらいかわることができるのか。この視点はとらえ難く、恣意的で、私的で、移ろいやすいものであろう。そして、例えばプレイセラピーにおける子どものことを考えればわかりやすいが、クライアント自身も意識していないことの方がむしろ多いのかもしれない。にもかかわらず、おそらく最もリアルなものであり、セラピーの拠りどころとなるものであり、われわれが常に見定めながら最も大切に扱っていかなければならないものでもあろう。セラピストがいくらセラピーだと思っていることも、クライアントにとってセラピーとして体験されなければ意味がないのだし、逆にセラピストの思いもよらないことがクライアントにとってセラピューティックだということはいくらでもある。もしわれわれが職業人でないのなら、二人称的視点においてセラピストであるならそれだけで必要十分であるとさえ言えるのではないだろうか。

筆者が最相の「私的な」セラピストに本物性を感じた理由がここにある。セラピストたちに実際に出会った著者が「セラピスト」と呼んでいる。しかも著者はルポライターという三人称的な立場を取りながらも、その語りや体験はセラピストに会っているクライアントのそれに限りなく近く、つまり二人称的視点のリアリティを強く感じさせるところがある

のである。そして著者自らも執筆の後にクライアントとなったという事実が、そのリアリティを確かなものにしている。角度を変えれば、それがルポライター最相の文章の魅力なのかもしれない。

最後に一人称であるが、これはわれわれ職業集團の側を主体とする、もっとも馴染みのある視点である。「私はセラピストである」というセラピストのアイデンティティにもっとも直接的に関わっていると言っていだろう。しかし実際には、この中にもさらに質の異なるいくつかの場合が考えられる。

例えば、配役や役割としてのセラピストと言っているかわからないが、名詞的な自己同一性の次元へと固執し、「行われていることはセラピーであるかどうか」という動詞的な問いから隔てられている場合がある。初心者に多いとも言えるが、それは無理もないことである。何がセラピーであるかを学び始めたばかりでまだまだ模索していかなければならない中で、ロールポジションとしてはセラピストであることを求められるという難しい課題を突きつけられているのだから。

そしてこの名詞的な問いはさらに、セラピストとしての「適性」への問いへと結びつきやすい。果たして自分はセラピストに向いているのだろうか。適性について考えたことのないセラピストはいないであろうし、適性について考えることは確かに大切である。適性について考えるがゆえに、様々な研修や発表、スーパービジョンや教育分析といった自己研鑽の道に開かれてゆくということも言えるだろう。しかし、自らの臨床において「私はセラピストか」という名詞的なアイデンティティのゆらぎに一喜一憂するあまり、「行われていることはセラピーであるかどうか」という動詞的な問いからは隔てられているとしたら、それは自己愛の殻に閉じこもってクライアントを放ったらかしにしているのと同じである。その場合気づかれるべきは、まずはセラピストかどうかの名詞的な問い、すなわちセラピストとしてのアイデンティティのゆらぎ自体は、セラピストとしてのアイデンティティの根幹を支えているということである。ただそのままではあまりにtherapist centeredであって、次に求められるのは、問いの次元を名詞的なものから動詞的なものへと転換することである。すなわちそこで行われているこ

とはセラピーであるかどうか、この現実的で具体的な問いを続けることが、セラピストとしてのアイデンティティに創造的かつ継続的に寄与するのだと思う。

また一人称的視点においては、先ほどとは別の意味で自己愛的で妄信的なセラピストになる可能性もある。先に述べたようにクライアントの視点には常に気を配る必要があるが、二人称的視点も一人称の視点によって歪められてしまって、セラピストの自己愛的な妄信を強化するだけということは十分に起こりうる。クライアントの方も、そのことに気づくだけの現実検討能力を持っているならまだしも、往々にしてこの手の妄信がもつ独特の魔力に毒されてしまいがちなのは、クライアントという立場からいって無理なからぬことである。そもそも、先に述べた「私のセラピスト」という二人称的視点には、陽性転移という概念、あるいは関係性という視点の存在意義が示しているように、私的で移ろいやすく客観性に欠けるからといって否定するわけにはいかないほどの治療的意義があるだろう。またわれわれは転移や錯覚やファンタジーの意義を知っている。もし職業的契約関係にないのであれば、誰かにとってきつと根源的な支えになるはずである「私のセラピスト」に類する存在や体験をそのまま享受していればいいのかもわからない。しかし、薬になるものは毒にもなるのであって、「私のセラピスト」の治療的意義を知っていてそれを操作することのできる立場にいる職業人としてのわれわれが、陥りやすい罪として最も厳格に自覚し続けていなければならないのは、この手の妄信なのかもしれない。

よって、職業人として理想的なのは、自分のしていることがセラピーであるという動詞的自覚があり、セラピーについての信念もありつつ、常に客観的な自己吟味を続けている場合であると言える。ここでの「私はセラピストである」という自己同一性は、先の妄信的なセラピストの自己主張に比して、「引き受ける」ということや「責任」というものを表している。なおかつこの自己同一性は、反省的かつ円環的運動の中に常にある。すなわち反省的運動とは、セラピストであることとセラピストでないこととの間の揺らぎと言え質のものである。例えばAという同一性は、それが内包している運動性を適

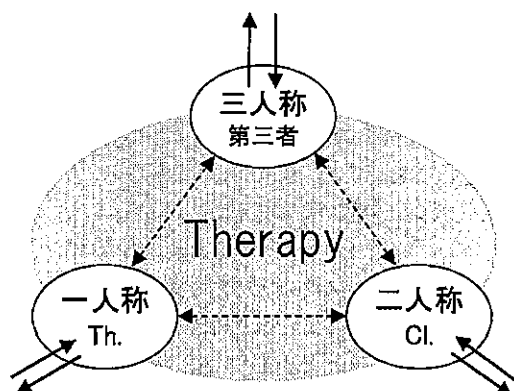


図1

切に表現するなら、Aであり続けるという同一性ということになるが、それは端的に $A = A$ で表される。しかもこれはAから出て（否定、つまり $\Rightarrow \text{not } A$ ）、再び還ってくるという往復運動であり、より正確に表記するなら $A \Leftrightarrow A$ あるいは $A \rightleftharpoons A$ である。セラピストはセラピストでないこととの間の揺らぎの中にいながらセラピストであり続けるということである。また、円環的運動とは、一人称から二人称および三人称へと視点移動、円環し続けることである（図1）。もちろんその円環を延々と巡っているわけにはいかない。その都度どこかでその円環を断ち切り、切り取ったものを引き受けなければならないのが、職業人としての責任であろう。

3. クライアントの揺らぎとセラピストの揺らぎ

セラピストが揺らぎの中にあることは、クライアントが揺らぎの中にあることと密接なかかわりを持っている、いやもっと正確に言うなら、両者は本質的には同じことであろう。というのも、クライアントとセラピストは関係の中にいるのだから、クライアントがクライアントでなければ、同時にセラピストもセラピストではないという見方ができる。では、クライアントの揺らぎはどのように考えていけるだろうか。まずクライアントは、「来る」か「来ない」かである。しかしそれは、「来る」と「来ない」の間の揺らぎの中で、セッション毎に結果的にどちらかに振れて、来たり来なかったりするのである。「来たい」と「来たくない」の間の揺らぎもあるだ

ろう。「来なければならぬ」と「来なくてもいい」の間の揺らぎもあるだろう。母子並行面接の母親ならば、「自分のこととして何とかしなければ」という思いと「自分のことと認めたくない」あるいは「自分のことだと責められるのはかなわない」といった思いとの間の揺らぎもあるだろう。一方、母子並行面接の子どもなら、親を離れる自由や解放感や罪悪感や後ろめたさなどの間で揺らぐこともあるかもしれない。選択とそれ以外の非選択はお互いを規定し合っており、そうした両者の関係を表すのが弁証法であり、揺らぎである。そしてとかく臨床においては、個々の選択そのものよりも、そうした揺らぎや迷いに焦点を当てたり共感したりすることの方が実り多いように筆者には思われる。

それゆえセラピストは、クライアントのそうした揺らぎに対する感受性を磨いておく必要がある。ではそうした感受性を磨いておくにはどうしたらよいか。何よりもまず求められるのは、セラピスト自身の揺らぎに対する感受性を磨くことではないだろうか。そしてセラピストを自ずとそこへ導いてくれるものとして想起されるのが、霜山徳爾の「含羞性」である。

4. 含羞性

筆者はかつてある著名な文化人類学者に研究会の席で自分の専門を聞かれ、「カウンセリングをしています」と答えたところ、「“カウンセリングをしています”ではなくて、“カウンセリングをさせてもらっています”だろ」と修正され、頭を殴られた気持ちになったことがある。その方がその後まもなく亡くなられてしまったこともあって、その言葉はいっそうのこと胸に刻まれることとなった。以前からことあるごとに仲間内で、カウンセラーやセラピストというものはクライアントの悩みや苦しみで飯を食わせてもらっている何とも卑しい職業だと認識し合っていたにもかかわらず、私の言葉にはやはりまだその認識が染み入っていないかったのか、あるいはその認識にはまだ不十分なものがあったのか。今思うと、霜山徳爾が『素足の心理療法』(1989/2012)の中で心理療法家にとって必要なものの一つに挙げている、「含羞性」(Schämhaftigkeit)というものが欠けていたのではないだろうか。含羞性とは恥じ

らいやはいかにみや憤みといった意味の言葉である。

霜山は言う。

「心理療法においては、身体療法における外科手術にも似て、患者を深い退行状態に陥らせ、ないしは人間的な全き信頼関係においてすべてをゆだねる状況をつくり、その人のごく内密な個人的な世界に参入させてもらって必要な情報をとるのであるから、そのようなこと自体が人間に許されるという点に関して、つねに自らを恥じていなければならないのである。」

しかし霜山いわく含羞性とは遠慮とか単なる消極性というものでもなく、もともと「羞」は「至高なるものにささげものをし、おのれの至らなさに想いをはせながら努めること」である。これを霜山は「消極的であり、活動的」とか「明るい暗さ」と表現している。あるいは別の文脈では、「治療者と患者の間の対話(Dialog)は実は両者の対話を『生かす』超・対話(Meta-dialog)的なものによって見守られているというセンスが含羞性には存する」とも言われる。これらに共通するのは超越的な他者の存在である。つまり、超越的な他者に開かれてある、至らないおのれに対する感覚が含羞性なのであり、かつここにのみ積極性が生まれ得る。

自己否定や自己卑下が自己愛の裏返しだと言われるのも、自己と自己との関係に閉じこもっているからであり、超越的な他者に開かれれば、それはもう少し含みをもった恥じらいという姿を取っていくだろう。揺らぎとは、変わることと変わらないことの同時性であり、消極性と積極性の同時性であり、起こりうる変化を内に抱えつつ自らであろうとする個の震え=奮えのようなものであると言える。そしてそれを可能にするのが、超越的な他者への問いと信頼であろう。前述してきたセラピストの揺らぎも、超越的な他者に開かれている限りにおいて、自己愛的に閉じこもらずに、クライアントの揺らぎと共揺れしていくことができるものと考えられる。そしてなおかつそこで踏ん張ることが、セラピストをして治療的積極性を有するセラピストたらしめるのではないだろうか。

昨今、セラピストが職業として社会的に認知され安定していけばいくほど、このような含羞性が取り上げられることはますます減っていき、またその思

いを新鮮に保っていくことは難しくなっていくのかもしれない。しかし、クライアントはセラピストの抱える含羞性に信頼を寄せるという霜山の言葉を忘れないことが、われわれのアイデンティティの生命線でもあるように、個人的には思う。

参考・引用文献

最相葉月（2014）『セラピスト』、新潮社

霜山徳爾（1989/2012）『素足の心理療法』、みすず書房