物語行為と心理療法

—Narratological approach and Psychotherapy—

安 達 圭一郎

1．はじめに

心理療法は、通常、クライエントと治療者の主として言語を媒介とした相互的なやり取りの中で進行する。そこでは、クライエントは、頭に浮かぶことを取捨選択することなく自由に語るよう求められ、一方、治療者は、クライエントの語る言葉をできるだけ遮ることのないよう注意深く聴く。あえて、単純化してしまえば、こうしたやり取りを通じて、クライエントの語りは、単なる過去の想起としか受け取れなかった内容から徐々にあるまとまったストーリー（物語）へと熟してゆく。しかも、物語としての完成度と、クライエントの問題の軽減度は相関しているように感じる。さしずめ、Freud, S.（1856-1939）であれば、無意識の意識化、あるいは洞察、Klein, M.（1882-1960）であれば抑うつのワークスルーによる抑うつ態勢維持というに相応しい物語が形成されたことに該当する。いずれにせよ、症状の形成過程や自己像について「物語るということ」がクライエントの症状軽減と関連するのである。

こうした経緯については、これまでの臨床活動の中ではあまりにも当たり前すぎて格段注意を寄せてこなかった。否、考えることを怠ってきたとも言える。心理療法の心理療法たる根幹に関わる問題でありながらである。しかし考えてみれば不思議である。単純に言えば、「心理療法場面では、人は語ることで成長を遂げていく（あるいは、症状から解放されていく）。何故そのようなことが可能なのか？」である。

今回この問いにとりあえずの答えを見いだすために、種々ある考え方の中から、野家（2005）の「物語行為」論に注目し、物語ることが自己の生成、変容とどう関わるのかについて考察する。敢えて哲学的な視点からこの問題について思索を深めようと思ったのは、私自身の中に、心理療法をいきおい治療者とクライエントの間で行われる特殊で特別な営みとすることには幾分かのためらいがあったからである。加えて、心理療法という特殊な状況下で生成される「物語」ではなく、我々が日常生活で繰り広げているごく普通の行為としての「物語る」ことの中にこそ、その答えがあると考えるからでもある。

2．物語行為と物語

まず、物語行為とは何か。野家（2005）は、物語行為を次のように規定する。「ここでは、“出来事、コンテクスト、時間系列”という要件を備えた言語行為を、とりあえず“物語行為”と呼んでおこう。もちろん、昔語りやお伽噺に代表される“物語”の伝承が、この物語行為の典型例

を形作っていることは言うまでもない。しかし、…物語行為の射程は単なる“虚構”のみならず“事実”の領域にも及ぶのであり、それは歴史叙述をも包摂することによって、われわれの不可欠かつ根元的な歴史意識の構成に積極的に参与するのである」。

少々荒っぽいが、野家の物語行為論には次の３つの特徴があるように思う。その第一は、物語行為のもつ解釈機能。過去に生起した出来事は、物語行為によって語られた内容の中にしか存在し得ない。言い換えれば、過去の想起とは、単なる知覚的体験の忠実な写しではなく、解釈学的変形の操作によって構成された事柄のことである。例えば、歴史的叙述は、過去の事実を客観的・網羅的に述べたものではなく、語り手の解釈によって再構成された物語と言うこともできるのである。同じ歴史的事実でありながら、立場の相違によって歴史意識に大きな開きがでてくるという例は枚挙にいとまがない。

その第二は、物語の備える因果関係的コンテクスト。物語が物語として成立するのは、時間を隔てた二つの出来事のうち、時間的に先行する前者が、その後に生じた後者に照らして記述される（関係づけられる）ときとされる。「幼い頃の母の度重なる不在が、私を依存的にした」を例にとると、時間的に先行する「幼い頃の度重なる母の不在」は、後続の「私を依存的にした」というコンテクストに関連づけられることによって始めて物語としての意味をもつのである。後続のコンテクストに関連づけられなければ、「度重なる母の不在」は単なる過去の事象であり、物語としての体裁が整っていない。つまり有意味性は、後続する時間的コンテクストの中で生ずるのであり、物語は複数の出来事を時間的コンテクストの中に位置づけ、関連づけることによって構成されるのである。逆に、一定のコンテクストに位置づけられない個々の出来事の集合は、脈絡のない膨大な歴史年表のようなものであり、再び記憶の闇の中に消え入る運命にあるのである。

最後に、物語が構造化され共同化されるためには「間主観的場」における物語の生成が必要である点。Husserl, E.（1954）も、「心の意識空間内にある形象として置かれているもともとの人格内部的な起源」（主観的明証性）が「言語共同体」「伝達共同体」を通して客観的明証性へと至るとしている。つまり、音声や文字による感性的表現の「間主観化」の中で始めて物語としての明証性が担保されるのである。

３．心理療法における「物語行為」とは—自己を物語る

さて、一般に心理療法場面でクライエントは、現在の悩み（主訴）や悩みの経緯、あるいは現在の関心事など広く自分自身に関連する内容について語る。しかも、この自分を語るという行為は、何も心理療法場面に特徴的に認められるものではなく、友人との語らい、家族間でのコミュニケーションなど、日常当たり前に見られる営みでもある。その構造は、語り手が自分に関する過去の出来事を時間系列にそった一定のコンテクストの中で想起し、聞き手に語るということになる。自分自身のことを他者に物語ることで、語り手と聞き手にどのようなことが生ずるのであろうか。先に述べた「物語行為」論を基に考察を加えてみたい。

①　自己の産出

野家は、人間を「物語る動物」あるいは「物語る欲望に取りつかれた動物」と規定し、「人間が物語る動物であるということは、それが無慈悲な時間の流れを物語ることによってせき止め、記

憶と歴史（共同体の記憶）の厚みの中で自己確認（identify）を行いつつ生きている動物であるということを意味している。」とした。また、木村（1980）は、「私が自己に目を向けていないときには、自己は自己として存在していない。私が自己に目を向けるたびごとに、自己がそのつど自己自身として立ち現れる。自己は自覚されるたびごとにそのつど自己になる。自己は元来存在するものではなくて、絶えず繰り返し生成するものである。」と述べる。

つまり、自分自身を語るたびに、そのつどの自己が絶えず繰り返し産出されるのである。自己を物語ることは、つまりは自らの過去の行為や体験を取捨選択し、一定のコンテクストに位置づけ、関連付けることによってまとまりや整合性を備えた自己を産出する行為なのである。従って、過去の行為や体験を取捨選択する視角やコンテクストの変化（解釈の変化とも言える）は、産出されるそのつどの自己の変容を促進するのである。

木村（1976）は離人神経症の一女性を症例報告した。その女性は、17歳のある日、突然「どう言ってよいのかわからない大変な恐怖感」に襲われ、「もし私が自分の心を一点に集中することができなかったなら、大変なことになるだろうと」考えた瞬間に、まるで暗示にかかったようにそのとおりになってしまった。「自分というものがなくなってしまった」と感じ、それと同時に見るもの聞くもののすべてが現実性を失ってしまった。「以前は音楽を聞いたり絵を見たりするのが大好きだったのに、今はそういうものが美しいということがまるでわからない。…なんの内容もないし意味も感じない」状態になったのである。この女性は突然の恐怖をきっかけに、「音楽や絵が好きな自己」から「そういうものが美しいということがまるでわからない、無意味にすら感じる自己」へと変容してしまった。しかし、常識的に考えてみると、音楽や絵が好きなときは、四六時中いつも好きであったとは考えにくい。いくら好きであっても、時には好きなものから距離をとりたくなる時もあったであろう。こうした中、音楽や絵が好きな自己が産出されるのは、整合性を備えた体験を取捨選択して関連づけた結果である。決してそのような自己が元々存在していた訳ではない。同じような体験であっても、「そういうものが“美しい”“意味がある”とは感じない」体験を取捨選択し意味づける（物語る）ことで、産出される自己は180度異なるのである（とりあえず離人症的自己とでも呼んでおこう）。

②　間主観性

自己を見いだす契機として、もう一点触れておかなければならい主題がある。先に物語行為の第３の特徴として挙げた物語生成の場としての「間主観的場」の必要性である。

木村（1980）は、物語ることによる自己確認に続けて、さらに「自己は自分ひとりで自己完結的に自己自身であることはできない。自己が自己として自覚されるのは、常に自己ならざるものとの出会いの場においてである」と述べる。そして、自己ならざるものとの出会いの場を「自己と自己ならざるものが現勢化したあかつきに、両者の“あいだ”となるべき場所」とした。つまり、ここでは２つの側面が指摘される。１点目は、自己ならざるものとの間主観的場で語る者の自己が産出されるという側面。２点目は、自己ならざるものが他者であれば、間主観的場（あいだ）において彼自身も、同時に自己の自覚が促進されるという側面（自己と自己ならざるものは１つのセットとして相互交流が行われる）。こうした考えは、精神分析家Kohut, H.（1971）にも色濃く反映されている。

心理療法場面で、クライエントは治療者とのあいだで自身を物語る。いわば自己ならざるもの（＝治療者）との出会いの場（間主観的な場）で自己を物語ることで、クライエントの意識空間

内における主観的言明でしかなかったものが、客観的明証性を備えた自己物語として姿を現すのである。このようにして、クライエントひとりでは決して果たし得なかった自己の自覚が可能となるのである。一方、治療者自身も単なる観察者ではありえず、クライエントとの「あいだ」で次々と立ち現れる自己との対決を迫られることになるのである。

とすれば、心理療法場面とは、クライエントと治療者が相互交流の中で繰返し自己や自己ならざるものに出会い続け、双方が双方の自己の産出に立ち会う空間であると規定できよう。

4．物語行為と症状の変化

ここまで野家の物語行為論を基礎に、クライエントの物語行為について考察してきた。クライエントは自分を物語るという行為を通して、繰返し自己に出会う。しかも、それは治療者とクライエントの「あいだ」（あるいは間主観的場）においてであった。そしてこのことはクライエントのみならず、治療者においても同様である。

さて、こうした相互交流的な自己の産出過程で、クライエントの症状に変化がおこるのは何故であろうか。

「自己は、恒常的な実体もしくは持続的な状態として同一性を保っているのではない」（木村、1980）のように、自己は絶えず繰返し自己と出会う中で、「そのつど新たな存在可能を決断的に投企しつつ自己自身を反復する」のである。端的に言えば、語りを通してクライエントと治療者は、絶えず繰返し自己の変容を確認するのである。これまでに取捨選択されなかった故に物語りえず、従って無いに等しい過去の体験や行為（これを無意識と言い換えても差し支えなかろう）を想起し選択する中で、新たな自己が物語りとして登場するのである。

物語行為の治療的根拠はまさにこの点に求められるのではなかろうか。この繰返し新たな自己が生成される面接場面であるからこそ、語ることは、すなわち自己の変容を誘発する事態なのであろう。加えて、治療場面は、クライエントのみならず治療者にとっても無傷ではいられない空間なのである。

5．臨床素材

ここで臨床素材を呈示するが、種々の事情から実際のセッションの細部に関しては、主題を損なわない程度で大幅な改変を加えていることを予めお断りしておきたい。

対象は醜形恐怖に悩む20歳代の女性である。高校卒業の頃から自らを「醜い顔をもった自己」と位置づけ、そのために複数の大学退学を余儀なくされた。退学後は、仕事に就くでもなく、歯列矯正を受けながら悶々とした日々を送っていた。時に親友からの呼び出しに応じ遊びに行くが、自宅に戻ると自分の醜さを嘆き悲しむのが常だった。現在は自宅に引きこもった状況にあり、面接セッションも休みがちであった。途切れ途切れの面接では、決まって自己の醜さを嘆き、それ故に自信が持てず、満足に外出すらできないことを訴え続けた（よくある話であるが、実際の彼女は決して醜い顔などではなく、むしろ母親似でとても整った容貌の持ち主である）。しかし、徐々にではあるが、その醜さに対しても現実以上に自分が思い込んでしまっているということにも気

づきつつあった。

そんなある日のセッションである。彼女は私に夢を報告した。内容は『自分の前世だと思う。江戸時代の私はある商家の箱入り一人娘でした。ある夜、その商家に盗賊が入り、両親や奉公人を次々と殺害し家財を奪ったのち、ついには家に火を放って逃亡したんです。私は、恐ろしさの余り両親や奉公人を助けることもなくただひたすら隠れていました。罰があたったんでしょう。私は火にまかれ顔の半分に火傷を負いました…』というものだった。私は「前世のあなたもそれ以降、自分の顔を嘆きながら生きていったんでしょうか…」と呟いた。しばらく沈黙が続いたが、みるみる彼女の顔は朗らかになっていった。彼女は「先生、私が私の顔に自信が持てなかった理由が今はっきり分りました。今の私が醜いのではなく、前世の私こそが醜かったんです。その悲しみや嘆きを今の私が引き継いでしまっていたんです。前世の親に対する申し訳ない気持ちと一緒に！」と語った。私も戸惑いはしたが「十分納得のいく理由ですね。」と応じた。

それ以降の彼女は少しずつ自信を取り戻し、引きこもりから一歩社会に前進したのである。

これまで考察してきたことと照らし合わせてみると、この彼女の変化はまさに、私と彼女との間主観的場で生じた新しい自己物語の生成と深く関係するとは言えないであろうか。彼女の「醜い顔を持った自己」物語は、治療場面で彼女自身の夢物語を物語ることで、「醜い前世を背負った自己」物語へと変化したものとみるのが最も腑に落ちる。それは、治療者である私のみならず、当の本人である彼女自身こそが最も腑に落ちた物語であった。

6．おわりに—今後に向けて

おわりに今後の課題を列挙したい。

① 近年、語り／物語（narrative）は、心理臨床の諸学派の違いを超えた、言わば全体を統合的に再構築するための概念装置として注目を集めつつある（下山、2000；野村、2006）。本論での考察は、自己と他者の関係性を重視する点において（Gergen, K、1999）、narrative approachの理論的基礎である「社会構成主義」の考えと軌を一にするわけであるが、「社会構成主義」の主張点を十分に踏まえてなされた議論ではない。従って、本論で主張する内容と社会構成主義の考えがどういう関係にあるのかについては、今後に譲ることにしたい。

② 本論は「物語行為」を言葉の領域から考察したにすぎない。Merleau-Ponty, M.（1945）が述べたように、身体をも含めた全体的な布置から考察すべき問題でもある。神田橋（2006）も、特に心理療法のような生身の体の情報が直接参与せず、ファントム（言語）のみによって形成される物語は粗雑とならざるを得ないと警鐘している。

③ 物語る中で、人間はそのつど自己に出会う。その際、生成される自己は、取捨選択された過去の行為や経験が一定のコンテクストに関連づけられながら産出されるとした。ここで、十分に触れられていないのは、取捨選択の基準となるものである。それがなんなのか今のところ明確な答えを持ち合わせていないが、荒削りながら現段階では以下のように考えている。これまで“取捨選択”という言葉で表現してきたが、そもそも取捨選択が主体の明確な意識のもとでなされているのかについては、はなはだ不明である。むしろ、精神分析でいうところの「自由

連想」といったニュアンスのほうが適切なのかもしれない。そこでは、前に語られた本人自身の連想（言葉、イメージ、身体感覚等）や聞き手の反応（表情、言葉、しぐさ等々）が重要であり、それが呼び水となって過去の行為や経験が言葉にされるのである。つまり、治療者とクライエント、語り手と聞き手といった間主観的場が特に重要となるのである。さらに、言葉にされた過去の行為や経験が一定のコンテクストの中に位置づけられるかどうかは、語り手の「しっくりくる」「腑に落ちる」といった主観的判断に任されるのである。しっくりくればコンテクストの中でまとまりをもつようになる。

参 考 文 献

Freud S (1916) : Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. 懸田克躬・高橋義孝 (1971) フロイド著作集１　精神分析入門（正・続）人文書院

Gergen K (1999) : An invitation to social construction. 東村知子訳 (2004) : あなたの社会構成主義　ナカニシヤ出版

Husserl E (1954) : Die krisis der europäischen Wissenschaften und die transzendentale Phënomenologie. 細谷恒夫・木田元訳 (1954) ヨーロッパ諸学の危機と超越論的現象学　中央公論社

神田橋條治 (2006) :「現場からの治療論」という物語　岩崎学術出版社

木村敏 (1976) : 離人症の精神病理. 木村敏著 (2006) :『時間・あいだ・自己』ちくま学芸文庫

木村敏 (1980) : 自己・あいだ・分裂病. 木村敏著 (2006) :『時間・あいだ・自己』　ちくま学芸文庫

Kohut H (1971) : The analysis of self. 水野信義・笠原嘉監訳 (1994) 自己の分析　みすず書房

Klein M (1957) : Envy and Gratitude: in The Writings of MELANIE KLEIN 小此木啓吾・岩崎徹也（編訳）メラニークライン著作集５　羨望と感謝　誠信書房

Merleau-ponty M (1945) : Phénoménologie de la perception. Gallimard, Collection TEL, 203-232. 中山元訳 (1999) 表現としての身体と言語　中山元（編）メルロ＝ポンティコレクション　ちくま学芸文庫

野家啓一 : (2005) 物語の哲学　岩崎書店