

心理臨床実践の前提としての現実の とらえ方についての一考察

A consideration of how to perceive “Reality”
as a premise for the psychotherapy practice

藤 田 博 康
Hiroyasu Fujita

Key Words : Integration of psychotherapy, Reality as chaos, Geometric epistemology

はじめに

心理臨床、心理療法の理論や方法はさまざまである。むろん、心の不調や苦境、違和感をどうとらえ、どう援助するかは一律に定型化できるものではない。にもかかわらず、心理療法の諸学派は、その理論的正当性や援助の有効性をめぐって論争や対立を重ねてきた。もっとも、そのプロセスが、心理臨床領域の発展を促し、現在における心理援助手法の多様性を導いてきたともいえる。数多くの心理療法理論が並立している現状は功罪両面をあわせ持つが、最近では、いかにクライアントに役立つかということを第一義的にとらえ、心理療法諸学派を折衷または統合的に活用しようという動向が顕著になってきている。

筆者もまた実践の有効性を重視し、単一の学派にとらわれず広く、力動的心理療法から、来談者中心療法、認知行動療法的アプローチ、家族療法、短期療法などのさまざまな手法を折衷的に援用してきた立場にある。その際、実際にさまざまな心理的援助手法を臨機応変かつ有効に活用するためには、その都度、各理論・各手法を成り立たせているところの、いわばメタ次元の現実や現象のとらえ方、つまり、ものの見方や認識のありようを柔軟にシフトさせることが必要であることに気づかされた。

それはまさに、認識とは何か、意識とは何か、心の悩みや精神の不調とは何か、治療援助とは何か、変化とは何か、などといった心理臨床のみならず人間存在にとっても根源的な概念、観念への問いと回答を迫られるプロセスでもあった。そして、心理療法諸学派のアプローチや方向性の相違も、もともとの現象や現実のとらえ方に絶対的に依存しているのであり、それらの異同に基づいて、複数の心理療法学派が統合的に把握できる可能性などに思い当たった。

本研究は、心理臨床実践の前提としての現実のとらえ方について論考し、その観点から「心の悩み」や「心理的援助」とは何かを改めて考え直し、あわせて心理療法諸学派をその本質に即して統合的に把握しようという試みである。

I 混沌としての現実

本論の出発点は「混沌としての現実」である。

「現実」、心理臨床実践に関連づけていえば人の生や心に関する現象は、有限数の因果関係をもってしては、たとえそれがどんなに数多くとも、決してそのすべてを把握、理解しえないという意味での「混沌」である。

すなわち、実際の現実のありようは、人間の理性（意識とも自我とも言い換えられよう）による認識や把握の限界を超えている。そして、そのような混沌とした現実は、人間のまなざしが設けるさまざまな境界線や識別線によって分節化され、有意味的な輪郭、つまり、秩序あるまとまりや現象といった我々にとっての『現実』をかたちづくり（中村 1988）、共有化される。（そこに線形の因果性が見出されると『真実』となる。）

その際に我々が絶対的に依存しているのが言語であり、その分節化作用、概念化作用であることは言うまでもないだろう。言語は本来、連続している事象を恣意的に分節化し差異化するものであり（大山 2001）、世界はその言語の持つ次元性によって線形的に並ぶものとして捉えられ（川崎 2001）、したがって、言語はその骨の髄まで因果律に汚染されている（中井 1997）ものである。すなわち、『現実』、『真実』のたち現れ方、つまり、我々のものの見方、認識のありようは線形因果律を基盤としている。自然科学の方法はその典型的かつ明瞭な手続きに過ぎない。

II 現実の「近似」と心理的安定

認識の限界を超える「混沌としての現実」を前にしたとき、我々はその「現実」をさまざまな形で単純化した、しかし、もとの「現実」を何らかの形で反映したり、もとの「現実」に似通っているだろう『現実』を見ようとする（以下、本来、人知では把握できない「現実」と、人間の認識下の『現実』を区別する）。すなわち、それは「近似」であり、「間接測量」であり、「闇に包まれた人間活動全体の定かならぬ分節化である幾何学（中村 1988）」の把握ともいえる。

いずれにせよ、その「近似」により、認識可能なまとまりである『現実』が立ち現れる一方で、「現実」の本来持つ複雑さや豊かさや重層さなどが、その網の目から零れ落ちる。

その「近似」のありようは、混沌を混沌のままできるだけ豊かにとらえようとする立場から、はたまた徹底的に還元、単純化してとらえようとする立場まで、人によって、状況によって、学問によってさまざまである。そして、その「近似」が単純なものに還元されればされるほど「現

実」の豊穡さが損なわれるが、一方で、混沌の度合いが減ることから因果性や制御感が増し、少なくとも近視眼的には生きるよりどころとしやすくなる。つまり、現実をとらえる豊かさと現実の生きやすさは反比例する。

人間の心理的安定感は、それら二律背反的な現実の豊かさと制御感とのバランスの兼ね合いにあるといえる。心理臨床理論として、もちろん人間の認識の範囲内で営まれるものであるから、何らかのかたちで「現実」の近似、還元を行っていない理論はありえない。以上の前提から、以下の二つの論点が導かれる。

第一に、各心理療法理論それぞれの（つまり援助する側の）近似のありように基づいて、それらを類型化する試みが可能となろう。

第二に、すべての心理臨床理論は人間の心理的安定を目指して考案されたものであることから、援助される側の「現実」の近似、還元のありようという観点から、心理的援助の本質が論考されるべきであろう。

ここで、心理臨床実践の場によく現われる例として「不登校」を挙げてみよう。不登校という現象は、「子どもの意志が弱い」とか「親が過保護すぎる」とか「クラスに嫌がらせをする同級生がいる」などといった単純な原因論で割り切れる問題ではない。にもかかわらず、一般的には、以上に挙げたような単純に原因を特定する言説、つまり直線的因果論によって了解され、原因の修正や原因除去的な対策がとられることが多い。そこまで単純ではないとしても、過去の外傷的体験や葛藤の無意識への抑圧などを、現在の「不登校」という症状の因であるとみなす見方もほぼ線型因果論の範疇である。

これに対して、子どもが幼くして病弱で、親が丹念に手をかけ、子どもが依存的になり、些細な軋轢で学校を休みがちで、さらに親が過保護になり、ますます子どもが家にこもってしまうなど、複数の要素間の相互関係において因果がめぐるのとらえるのが円環的因果論と呼ばれるシステム論の見方である。これは、線型因果論に比較して、複数の現象を円環的に因果関係に組み込んだ、つまりより複雑さを増した「ものの見方」ではあるが、これも、我々人間が、現象やできごとを還元、近似して了解するための工夫に過ぎない。

実際は、ある現象には無限の要因が混沌と絡み合っている。「不登校」を招いたとされる「母の過保護」には、子供の病状はもちろん、母の性格、生い立ち、健康状態、夫との関係、知人のアドバイス、母性神話、その他、さまざまな次元の無数の要因が影響している。そのうちの「子どもの病状」一つ取り上げても、ウィルスの存在はもちろん、気候、地域、体調、食べ物、体質、遺伝子その他、同様に無数の要因が影響している。さらに、そのうちの「気候」に関しても、それを成立させる無数の要因が循環していることは言うまでもない。

このように、「現実」のありようを、すべて正確に認識、把握することは人知においては不可能である。そして、「混沌とした現実」を生きるため、我々は、起きている現象を「近似」した何らかのストーリー（秩序、輪郭）を見出そうとする。先に述べたとおり、そのストーリーが単純なものであればあるほど生の豊かさが損なわれる一方で、混沌が整理され、制御感が増し、生きるよりどころとしやすくなる。ゆえに、人は苦境に陥ったときに単純な因果を求めがちなのだろう。

Ⅲ 現実の多様なとらえ方 ～「近似」の幾何学的次元～

さて、「混沌としての現実」の「近似」の次元を相補的、包括的、統合的にとらえるために、幾何学的比喩を援用する。

まず、原因と結果が一对一で対応する直線的因果論は、混沌としての現実空間を、一本の直線（実際は両端にそれぞれ関係項がある線分）に近似しているとたとえられよう。次に、複数の要素間の関係を円環的に連鎖させた円環的因果論は、まさに円でイメージされる。ここで、直線が円の接線あるいは弧の近似であることから、線型因果論よりも幾分、現実に近い複雑さを残した次元のとらえ方であるといえる。

さらに円環的因果論をより複雑、混沌化する方向でとらえると、「自我」がある程度、秩序を

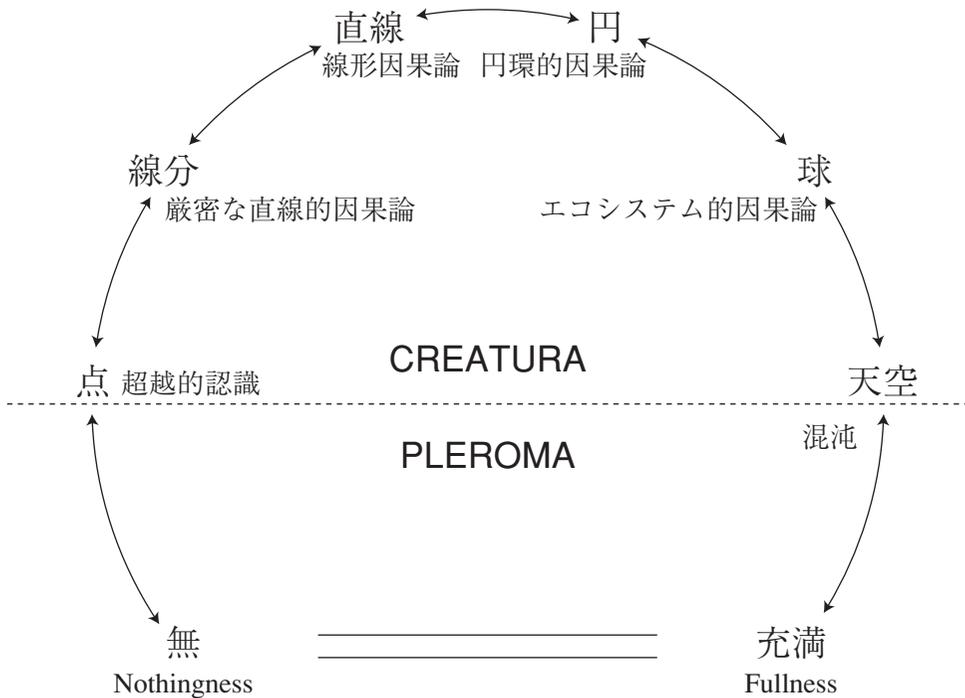


図1 「現実」の認識のありよう ～「近似」の次元～

持って把握できるような空間的範囲で、いろいろな相互作用、循環作用が絡み合っているイメージ、つまり、「自我」を中心とした球体のようなもの（ユングの「自己」のイメージ図がこれに類似しているだろう）が想起できる。これは、「混沌としての現実」を前提の上で、それでもできる限り多くの関連要素を能動的に取り入れて全体的、包括的に現象をとらえてゆこうとする循環的、生態学的認識論の次元に対応するだろうか。球をどこで切ってもその切断面は円であることから、これも円環的因果論次元との近似的関係に対応する。

球のイメージをさらに複雑、混沌化すると、境界が不明確の空間に雑多な要素が秩序なく混沌と存在する、例えるならば、無限の天空に散らばる雑多な星のようなイメージが浮かぶ。さらに進むと、中心としての「自我」は相対化され、視点が「空化（川崎 2001）」し、「混沌」に至る（本来、認識困難な「混沌」も「現実」も人間の視点による命名であるが、これはやむをえない）。「混沌」をあえて視覚的にイメージするならば、無限の広がりを持った空間にさまざまなものが絡み合い充満している状態（Fullness）となる。

他方、逆に直線をさらに単純近似化すると「点」になる。この次元には、根拠の了解が困難で因果論にも満たない「妄信」や、「信じることで救われる」などといった超越的、宗教的な認識のあり方が対応しそうである。さらにもう一步進めて「点」を単純近似すると、とうとう無（Nothingness）に至り、視点も「無化」されることになる。

さて、ここで Jung (1961) によれば、“Nothingness is the same as fullness”であり、無（Nothingness）と充満（Fullness）は同一次元に属する。つまり、現実界をどこまでも近似、還元していても、逆にどこまでその複雑さ、豊かさを追求していても、異次元的な同一地点に辿り着いてしまう。カオス理論やブラックホール理論はおそらくこのプロセスに近いのだろう。

Keeney (1983) は、無（Nothingness）と充満（Fullness）の異次元の領域に、Jung (1961) のプレローマ（Pleroma）を、還元、近似による区別、差異化が可能な現実的次元にクレアトーラ（Creatura）を対比させている。これは、すなわち人間の意識による認識、了解が働く『現実』の次元と、認識不能なそれ以外の次元に対応するであろう。（ちなみに、大山 2001 によれば、「プレローマ」として、事物と心的事象とが「ト・ヘン（一者）」であるところの類心的（プシコイド）領域を仮想することにより、「因果性」を超える「共時性」が説明できるという）

IV 「心の不調」「回復」「治療援助」とは何か

これまでの論を前提とすると、心や精神の不調時は精神活動としての「近似」のありよう（次元または内容によって規定される）である『現実』と、実際の「現実」との間に齟齬が起きているとの推論が可能である。したがって、その齟齬が何らかのかたちで解消されるのが、心理的回復や心理的援助の本質にほかならず、その解消のあり方として以下の4類型を仮定できる。

その前に、ここで論旨が混乱するのを承知で、参考までに以下の二点を付け加えておく。まず第一に、先の不登校の例でも述べたが、一般的に、我々のものの見方の主流な次元は直線的因果論の次元（これは、厳密な直線的因果論をその究極的典型像として、幅のあるその辺縁領域を含む次元であり、本論中では「線型因果論」あるいは単なる「因果論」とも記述している）。これは、人間の認識の基盤である言語がそもそも因果性に依っていること、現代の高度文明社会を成り立たせている自然科学が準拠している近似法であること、人間の成長に不可欠な「学習」が因果論に基づいていることなど、さまざまな理由がある。

第二に、ある人の近似の次元（たいてい線型因果論であることが多いが）は基本的に変わりにくいものであり、必要性に迫られてその次元を移行する（第二次変化）こともあるが、同一次元内の近似の内容の変化（第一次変化）に比べてそれほど容易なことではない。

- A. 近似の次元、内容をそのままに現実行動を変える。つまり、認識、考え方、信念をそのままに、それにそぐうように行動や生き方を変える。

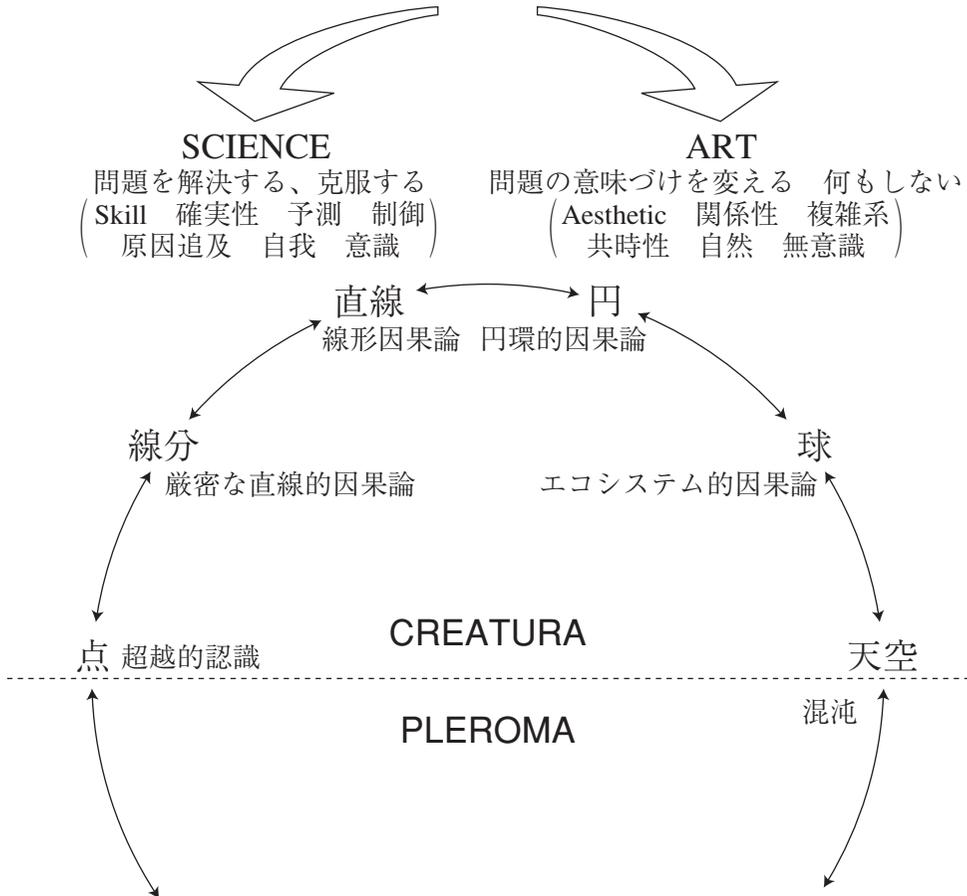


図2 現実の認識のありようと心理的回復・心理的援助

B. 近似の内容を同一次元で変える。多くの場合は、線型因果論の次元で現実にそぐわない因果論を棄て、別の因果論を採用する。

C. 近似の次元を、混沌度が減るような方向に変える。

つまり、混乱した『現実』を収束させ制御する努力であり、いわば“Science”の目指す方向性である。ここでは、西洋医学的モデルのもと、skill、確実性、予測、自我、制御、原因追及、修正、除去、善悪、教育、意識などの概念が重視され、「問題を解決する、克服する」という理念となる。ただし、“Science”領域での最終到着目標は、厳密な直線の因果論次元であり、それがあまりにも行き過ぎると点（「妄信」、「超越的」、「宗教的」）次元に移行してしまう。

D. 近似の次元を、混沌度が増すような方向に変える。

つまり、直線的因果性や制御感を緩めて、因果性の連鎖や循環、あるいはそれらによってとらえられないものを重視しようとするのであり、“Art”の方向性ともいえるであろう。ここでは、aesthetic、関係性、複雑系、自己、共時性、自然（じねん）、雰囲気、感じ、好み、ゆらぎ、無意識などの概念が重視され、「問題の意味づけを変える」、「問題を問題としないシステムを見る」などを経て、「受け入れる」、「自然に任せる」、「諦める」、「何もしない」などといった究極の理念に至る。“Science”的援助の有効性は、治療者による専門的判断であるのに対して、“Art”的援助の有効性の判断は、援助される側の感じや雰囲気、志向、好みなどによる。

V 各心理援助手法の位置づけ

以上、心理的回復、心理的援助のありようの4類型を述べた。それぞれの境界線は必ずしも厳格、明白とは言えないが、さらに各心理援助手法の位置づけを具体的に論ずるならば以下のようなになる。

- 1) 第一次変化である A および B は、克己、叱咤激励、教育、学習などにおける変化のありようのエッセンスである。
- 2) 行動療法、認知療法、古典的精神分析などの因果性に強く準拠する心理療法は、C の認識論を基盤に A または B の手法を方法として取り入れている。
- 3) 家族療法や短期療法などのシステム療法は、D の認識論を基盤に A および B または C の手法を方法として取り入れている。
- 4) わが国の心理臨床家に多く見られるいわゆるユング・ロジャーズ派折衷的な立場は、D が「真正」な心理療法であるという見方をしがちである。

ただし、ここで重要なのは、A～Dのいずれもが尊重されるべき心理的回復、心理的援助のありようであり方法であるということである。なぜならば、いずれもが、我々が日常生活でその必要性に応じて意識的、無意識的に採用している変化のありようだからである。一般人は、第一次変化を主として、状況に応じて、あるいは状況に迫られて、第二次変化をも含んださまざまな変化を繰り返しながら日々の生活を人生を全うしている。したがって、心理援助手法の観点から言っても、被援助者をとりまく状況と近似のありよう（次元と内容）によって適、不適は変動するが、真偽や善悪があるわけではない。

AやB（ときにC）の変化のありようが、「心理療法」ではないと語られることが少なくないのは、心理療法を必要として現場に現われる多くのクライアントが、自己治癒、自己回復としてのAやB（ときにC）の変化の試み、つまり、第一次変化や線形因果論に基づいた変化に行き詰っているように見えることが多いからであろう。

また、ある次元での変化のもくろみが、期せずして、連続している多次元の変化に移行することも少なくない。

VI 神経症・統合失調症・境界例

最後に、心や精神の不調のありようの代表的な類型である神経症、統合失調症、境界例に関して連想を進めてみる。

先に、単純な因果図式が、問題を収束させ制御感を高めることで、少なくとも短視眼的には人を生きやすくさせると述べた。しかし、その線型の「近似」による『現実』は、実際の「現実」からの距離間が遠く、生の豊かさが損なわれがちである。したがって、それにこだわり続けることが、逆に人を拘束し、生きにくくさせる場合がある。すなわち神経症のメカニズムであり、その本質は現実の「近似」の無理とそれへのこだわりである。したがって、神経症の心理的援助は、現実の豊かさ、すなわち本来の混沌とした現実に基づくような「ものの見方」への援助が望ましいといえる。因果性へのこだわりを脱し、人間の全体性の回復を重視する多くの心理療法が、いわゆる神経症的不調の治療に有効であるとされるのも故なしとしない。

逆に、理性や自我のキャパシティーを超えて、混沌に生きようとする、あるいは混沌に生きざるを得ない状況も人の心理的精神的安定を相当に脅かす。錯綜とした多くの情報や現象が混沌と精神に流入し、日常を生きていくうえでのとりあえずの足場となる輪郭や認識やストーリーが統合され得ない状態である。中井 1997 は、「(因果性でとらえきれないようなものが一挙に同時に現前すれば) 私は端的に壊れるだろう。そうでないように護っているものは言語の一次元性かもしれない (括弧内は筆者による)」と述べる。いわゆる統合失調者が、しばしばこしらえる非

常に単純で因果的な「妄想」や「幻覚」は、超越的な「点」次元のものであるが、それはクレア
トラ界における人間の理性や自我が関与しての還元プロセスではなく、近似できない、あるいは
近似が許されない現実を生きざるを得ない状況で、認識を超え、意識を超え、時空を超えてブ
レローマの世界からショートカットしてたどり着いたストーリーといえないだろうか。

ゆえに、「混沌」や統合の失調に苦しんでいる者への「心理的」援助に関しては、現実「輪
郭」や「秩序」を付与する、つまり、自我が関与したうえでの因果性の次元に落ち着かせるよう
な方向が望ましく、神経症の場合のような豊かさや混沌の導入とは逆の方向であるべきであろ
う。具体的には、曖昧な刺激や両義的な物言いは避け、心理教育的手法や SST などの、『現実』
に即したアプローチなどが有効となろうか。

最後に、境界例においては、近似の次元の境界が極端に曖昧で、近似のどの次元にも神出鬼没
に移行しやすいといった特徴があると思われる。あるときは、直線の次元で、あるときは混沌の
次元で、あるときは点の次元で『現実』を認識し『現実』を語る。本人はそれらメタレベルの論
理階層を混交してしまっているので、治療的会話がなかなか成り立たず、援助者や周囲の者は
(そしておそらく本人も) 相当に混乱する。したがって、まずは近似の次元を言語を主体とした
線型因果論のレベルに固定化して、その範囲をむやみに超えない(すなわち、「揺らがない」、「巻き
込まれない」) スタンスを保つことが、援助や回復の第一歩であろう。

おわりに

やや連想が過ぎただろうか。しかし、少なくとも、人がある態度や行動を取る時の前提とし
て、現象をどの次元からとらえているか、さらには、専門家が心理的援助を行う際に、当然のよ
うに前提としている「ものの見方」について自己覚知を高めることの重要性は示せただろう。

現実界の本質は混沌であり、さまざまな見解や理論の差異は、現実の近似、還元、抽象のあり
ようの違いによるという前提により、心理的援助を志す者の、不確実な中にも到底揺るぎそうも
ない二つの基本的な態度が導きだされる。第一に、「専門家」としての自分自身の「ものの見
方」を理解や援助の基本的なよりどころとしながらも、別の「ものの見方」がさらに役立つ可能
性があることを絶えず意識していること、第二に、クライアントやその家族の持つリソース(資
源)や志向性をできる限り生かそうとする姿勢である。言うまでもなく、それらは利他の姿勢に
裏付けられた優れた心理臨床家であれば、その学派を問わず、おのずから実践していることに過
ぎないが。

まだまだ道のはるか手前にある本論者が、心理療法や心理的援助の本質および実践的有効性の活発な論議
の奇禍となることを願う。是非とも、専門家諸氏によるご批判を仰ぎたい。

文献

- 藤田博康 家族臨床 ～多様なものの見方～ 氏原寛ほか編 『現代社会と臨床心理学』金剛出版
- Jung, C. 1961 *Memories, dreams, reflections* (Jaffe, A. Ed. 1961) Vintage Books, New York (Septem sermons ad Mortuos originally published, 1916)
- 川崎克哲 2001 「心理療法において因果律が揺らぐことの意義とその諸形態について」河合隼雄編 講座心理療法第7巻『心理療法と因果的思考』岩波書店
- Keeney, B. 1983 *Aesthetics of Change*. Guilford Press, New York
- 中井久夫 1997 「詩を訳すまで」『アリアドネからの糸』所収 みすず書房
- 中村雄二郎 1988 幾何学と混沌 ～形象の彼方／根底にあるもの『へるめす』第15号
- 大山泰宏 2001 「因果性の虚構とところの現実」河合隼雄編 講座心理療法第7巻『心理療法と因果的思考』岩波書店