

# 自我体験について「語り-聴く」体験をめぐる一考察

清水 亜紀子

## 1. 問題・目的

### 1. 「語り-聴く」体験

"言葉が注意をもって聴き取られることが必要なのではない。注意をもって聴く耳があって、はじめて言葉生まれるのである"と鷺田(1999)が的確に述べるように、語り<sup>1)</sup>は聴き手の存在なくしては成立し得ない。そして、何を、どのように、どこまで語るかは、語り手と聴き手の関係(さらには、その関係の歴史)によって自ずと規定される。何を、どのように、どこまで聴くか、という聴くスタンスについても同様のことがいえる。しかし、その一方で、語るスタンス及び聴くスタンスが、その場における語り手と聴き手の関係そのものを変えていくということも同時に起こってくる。つまり、「語り-聴く」という体験の場は、語るスタンス・聴くスタンスと関係の相互作用の中で創造されていくことになるのである。そこでは、聴き手の「聴く」という関わりなしには起こりえない体験が語り手に生じ、また語り手の「語る」という関わりなしには起こりえない体験が聴き手にも生じてくる。

### 2. 孤独をめぐる体験としての自我体験

「なぜ<私>は私なのか」、「私はどこから来てどこへ行くのか」。これらは、私たちが人間としてこの世に生きる限り避けて通ることのできない根源的な問いである。しかし、この余りにも根源的な問いに向き合い続けることは、日常性を脅かす危険を孕むため、普段私たちはこれらの問いを忘れて生きている。しかし、児童期から思春期を中心に、このような「私という存在そのもの」への根源的な問いが生まれることがある。それが、自我体験(Ich-Elrebnis)と呼ばれる現象である。

自我体験は、ドイツ青年心理学の流れの中で、Bühler, Ch. (1921/1969)によって、最初の記述がなされている。Bühlerは、日記や自伝的小説の分析から、青年期初期に起こる自我の質的変化が青年自らにとって深い体験となっている場合があることを見出し、それを"自我体験"と名付け、"思春期に起こる自我の構造的変化の突然の意識化"、"自我を突如その孤立性と局限性において経験すること"と定義している。ここで、その代表例として挙げられているルドルフ・フォン・デリウスという青年の日記の一部を引用してみたい。

夏の盛りであった。私はおよそ12歳になっていた。・・・私は起き上がり、ふり向いて膝をついたまま外の樹々の葉をじっと見た。この瞬間に私は自我体験をした。すべてが私から離れ、私は突然孤独になったように感じた。・・・そして同時に自分自身に対する不思議な問い、お前はルディ・デリウスか、お前はお前

の友達がそう呼んでいるのと同じ人間か、学校での一定の名前をもち一定の評価を受けるその同じ人間なのか、お前は同一人物か。私の中の第二の私が、ここでまったく客観的に名称としてはたらくこの別の私に向かい合った。それは、今まで無意識にそれと一体をなして生きてきた私の周囲の世界からのほとんど肉体的な分離のごときのものであった。私は突然自分を個体として、取り出されたものとして感じた。私はそのとき、何か永遠に意味深いことが私の内部に起こったのをぼんやり感じた。

この記述では、それまで自明であった具体的経験的な私と、そこには収まりきらない「第二の<私>」との衝撃的な出会いとして自我体験が主観的に描かれている。それは唐突に訪れる非日常の体験であり、それまで一個の統一体をなしてきた私と世界との一体感が失われ、世界からの隔絶感や孤独感が味わわれている。ここから、Bühlerの定義する自我体験とは、私が<私>に出会うという形での主体の質的・構造的変容を体験者がその主観において捉えた体験であるといえる。それは同時に、それまで私と一体をなしてきた世界との分離体験でもある。そして、そこで「私という存在そのもの」への問いやその自明性の揺らぎが析出してくるのは、「第二の<私>」の出現が、<私>が私であるという自己同一性の確保という困難な課題を主体に課すからだと考えられる。「第二の<私>」の出現は、私と<私>が一致しないという事態、いわば私による<私>の疎外を生じさせるのである。こうしてBühlerの定義に準じると、自我体験は、世界からの分離という意味でも、私による<私>の疎外という意味でも、孤独をめぐる体験として捉えることができる。では、そのような体験は、いかにして語られるのだろうか。

### 3. 自我体験について「語り-聴く」体験と心理臨床における「語り-聴く」体験の重なり

先行研究において、自我体験は、他者に語られることが少ないことが明らかにされている（天谷,1998・天谷,2002）。その理由の一つとしてまず、自我体験が主観的で感覚的な体験であるため、言語化自体が難しいという点が挙げられる。また体験時には、自分や世界への強い否定的な感情を経験する者が多いことが報告されており（高石,1988）、そのような感情が周囲との隔絶感や孤独感をより一層意識させ、他者に向けて語ることを思い留まらせるのではないかと考えられる。しかし、その最大の理由は、「私という存在そのもの」の自明性が揺さぶられるという、その体験内容の非日常性にあるのではないか。そのことを、伊藤（2006）は「自我体験」が余りにも日常性からかけ離れたもの、人に話してもとても理解されないような、ときには異常とすら受け取られかねない内容をもつからであろうと的確に述べている。すなわち、自我体験について語ることは、日常性を脅かす危険を孕んでいるといえる。

ここで挙げた3つの特徴、(1) 他者に向けて語られることが少ない、(2) 否定的な感情を伴うことが多い、(3) 体験内容が非日常的である、に注目すると、自我体験について「語り-聴く」という構造は、心理臨床における面接場面と重なるところがあるように思う。心理臨床の面接場面で、クライアントが語ることの多くは、悩みや自分が置かれた苦しい状況など、否定的な感情を伴い、それ故日常場面で誰にでも語るようなことではなく、時にはそれまで誰にも語るのなかった秘密である。また、そこで語られる体験の内容からは、クライアントが「生きる/生きている」世界は決して自明性の下にはない（皆藤,2000）ことを痛感させられる。むろん、調査場面で自我体験について「語り-聴く」とことと、心理臨床の面接場面でクライアントの語りを聴く

ということには決定的な違いがある。しかし、それでも、自我体験について「語り-聴く」体験を詳細に分析していくことは、心理臨床実践に何らかの示唆を与えてくれるのではないか。また、自我体験が、世界（他者）からの隔絶という孤独をめぐる体験であるという側面に注目すると、その体験について語る時、聴き手が他者としていかに現れるか、そして、その語りをどのように聴くか、ということは非常に大切なテーマとなる。

そこで本稿では、自我体験について「語り-聴く」体験を素材とし、自我体験について「語る」という体験が、語り手にとっていかなる体験であるのか、について考察することを目的とする。その際、一つの調査事例を取り上げ、他者の自我体験に触れるという聴き手側の主観的体験にも焦点を当てて検討することで、心理臨床における「語り-聴く」体験について何らかの示唆を得ることも目的としたい。なお、「語り-聴く」体験をテーマにする限りは、語り手側の主観的体験だけでなく、聴き手側（筆者）の主観的体験にも焦点を当てて検討していくという方法論を用いることが必然となることを明記しておきたい。

## II. 方法

以下は、「体験者その人にとっての自我体験」について知ることを目的に行った調査の概要である。本稿で扱う、自我体験について「語り-聴く」体験は全てそこで得られたものである。

1. **被調査者** 大学生及び大学院生350名に「自我体験」についての質問紙調査を行い、その質問紙の中で個別面接調査への協力を依頼したところ、69名（男性26名、女性43名）が個別面接調査に応じると回答した。そのうち、質問紙の自由記述内容が自我体験と判断され<sup>2)</sup>、自由記述への取り組みの姿勢から、その体験を語りうると思われた25名<sup>3)</sup>（男性9名、女性16名、平均年齢20.7歳）を被調査者とした。

2. **調査面接の手続き（半構造化面接）** 質問紙調査で回答済みの質問紙を提示し、「ここに書かれた体験について、思い出せることを自由に話して下さい」という教示のもと、被調査者の自発的な語りを求めた。その後、筆者から、語られた体験の内容そのもの（体験時の具体的状況・思考・感覚・感情など）を詳しく想起してもらい、体験前後での自己観・世界観の変化やこれまでその体験にいかなる態度を示してきたのかについて尋ね、最後に、現時点での体験の意味づけに至るように、時系列順に質問を行った。ただし、質問は被調査者の語りを妨げないよう配慮され、順番やその有無が変わることもあった。

## III. 結果・考察

調査事例を詳細に検討するのに先立って、まずは自我体験について「語る」という体験を調査データから概観していくことにする。

### 1. 自我体験の「語られなさ」－「私だけの体験」が持つ両義性－

既に述べたように、自我体験は他者に向けて語られることが少ない体験である。筆者の調査においては、何らかの形で他者への開示を行っていたのは10名（40%）（体験直後の開示は6名（24%）・日常場面での開示は8名（32%）<sup>4)</sup>）であり、15名（60%）は誰かに向けて語るのは調査場面が初めてであった。この結果からは、日常場面で自我体験が語られることが少ないということがいえる。それは何故なのだろうか。その理由の幾つかについては既に述べたが、ここでは、

体験者自身の「語り」から再度検討していきたい。

まず、多くの被調査者が、『話す機会もない』<sup>5)</sup>と、体験内容の非日常性を強調しており、そのことが日常場面では自我体験が語られることが少ない理由の一つとして挙げられる。別の方向から考えれば、被調査者25名のうち15名(60%)は筆者の調査において初めて自我体験について語ったという事実は、調査のような「語る場」さえあれば、自発的に自我体験について語ろうとする人がいるということを示しているのではないだろうか。

さらに詳しく「語り」を検討していくと、開示しなかった理由として『他人とシェアする問題じゃない(16M)』、『話そうと思ったことがない(3F)』などの語りがみられ、彼らは体験を他者と共有する必要性を感じていないかのようであった。しかし、自我体験について語ることをめぐっては、『話したいけど、話せない(25M)』、『話すのが怖い(21F②)』など、さまざまな思いが複雑に絡み合っていると考えられる。そこで注目したいのが、多くの被調査者が語った『自分しか体験していないものだと思っていた(15F)』という感覚である。

『話しても、分かってもらえない(14F)』、『変な子だと思われるが、絶対嫌(4F)』というように、共有してもらおうにも到底他者には理解されず、自分の異常性すら疑われるような体験として自我体験は捉えられていることが多い。ここでは、分かってもらえないのではという不安のために、「語れない」といえる。すなわち、「私だけの体験」という感覚は、他者とのつながりが断ち切られる隔絶感をもたらすものだと考えられる。また、『話したら怖いことが起こるかも。周りが全部消えてなくなったり、自分も消えてなくなったり(7M)』、『私だけが知っている恐ろしい秘密・・・黙っておかないといけない(21F②)』など、語ることが禁忌の体験として捉えられることもあり、そのような「語れない」体験を自らの内に抱えこまざるを得なかった被調査者の強烈な孤独感を窺い知ることができる。

他方、「私だけの体験」という感覚は、『共有したいけど、自分だけの体験であって欲しい。他人と違っていたいというか、自分だけのものにしたい(19F)』など、他者とは異なる「私という存在」の独自性を証明するものにもなっていると考えられる(河合,1987)。その意味で、体験者にとって自我体験は、他者に依存することなく、その固有性を支えてくれる大切な体験であり、また「この世で私だけが知っている」という優越感をもたらすものともなりえる。だからこそ、「私だけの体験」として秘めておきたい気持ちが生まれてくるのであろう。

以上のことから、「私だけの体験」という感覚は、他者との隔絶感や孤独感と同時に、他者への優越感をもたらす両義性を孕んだものといえる。そして、その両義性ゆえに、「語らない／語れない」という事態が自我体験には生じてくるのではないだろうかと考えられる。

## 2. 秘密が果たす機能—「語らない／語れない」こととしての自我体験—

自我体験に伴われる「この世で私だけが知っている」という感覚は、「私しか知らぬ秘密」に通じる。ここでは、秘密が果たす機能に注目し、自我体験の「語られなさ」を検討してみたい。

秘密が、<私>が私であるという自己同一性の確立と深く結びついていることを論じているのは、小此木(1986)と河合(1987)である。彼らの論に従えば、「私しか知らぬ秘密」を持つことで、他人と自分の心の間に境界を設定し、自分だけの内的世界を作り上げ保つことができるという。この秘密が果たす機能を自我体験にも援用するならば、積極的に「語らない」ということは、秘

密としてその体験を自らの内奥に閉じておくことである。そして、そのような秘密を持つことは、固有の内的世界を持った「個」としての私を成立させる事態として体験者には体験されると考えられる。しかし、秘密には、肯定的機能のみならず、それを持つ者を、他者から離れた孤立へと追いやるといった否定的機能も持ち合わせている。誰にも「語れない」秘密として自我体験が捉えられる時、体験者は他者との隔たりを意識させられ、孤独感に苛まれることになる。したがって、自我体験の「語られなさ」は、「個」としての私の成立を支える側面と他者との隔たりを意識させる側面という矛盾を内包する事態として捉えることができる。ここで気がつくのは、自我体験の「語られなさ」が内包する矛盾が、自我体験そのものが内包するそれと類似している点である。問題部分で筆者は、孤独をめぐる体験として自我体験を説明した。しかし、フォン・デリウスの日記を読み直してみると、そこには世界からの分離や孤独感と同時に、“突然自分を個体として、取り出された”と記されているように、「個」としての私の成立が描かれていることに気づかされる。つまり、自我体験は、「孤独」をめぐる体験であると同時に、「私を私たらしめてくれる」、いわば「個としての私の成立」を支える中核の体験でもある、パラドキシカルな事態として改めて捉えることができる。

### 3. 日常場面で自我体験について「語る」

自我体験について「語る」ことを考えた場合、いつ、誰に向けて、どのように語るかということとは極めて重要な問題となる。そこで、ここでは、日常場面で自我体験について何らかの形で他者に語ったことがある被調査者の「語り」を検討していく。

日常場面で自我体験について語る時、多くの被調査者は、『真剣に話すことはなかった。冗談交じりで。(22F)』など、敢えて深刻に語らないようにしているようである。その理由の一つとして、やはり体験内容の非日常性が挙げられる。敢えて深刻には語らないというスタンスの背後には、異常と思われるのではという不安が潜んでいると考えられる。

しかし、理由はそれだけに留まらない。他の理由を考えていく上で示唆的なのは、24Fの語りである。『母親や仲のいい友達に、時々自分が分からへんようになるみたいな話を軽くはする。あんまり深くは話さずに。<話そうと思ったのは？>否定して欲しかったんだと思う。思い過ごしとか、そんなん考えてたん？って軽く流してもらえるだけでも。<実際に話して？>普通に流されて。別に私も何も思わず。<真剣に受け取られると？>怖い。やっぱり真剣に捉えられたら、真剣に話を返すことになって、また向かい合えないといけない。深く考えながら話すと、何かが起こってしまいそうで怖い。同じ体験が出てきたら、自分がやっぱり崩れてしまいそうな感覚がする。』24Fの自我体験は、『1人の時に、ふと本当に自分が存在しているのかどうかあやふやになってくる』という自分自身の実在感への懐疑を中核とした体験であった。それを他者に語る時、彼女が求めていたのは、共感的に話を受け止めてもらうことではなく、『思い過ごし』と否定されることであった。彼女にとって、真剣に語ることは、自我体験にもう一度向き合うことへとつながる。それは、『何かが起こってしまいそう』と彼女自身が語るように、私という存在の自明性が揺るがされる事態へと再び引き戻される危険性を孕む。だからこそ、「他者による否定」という力を借りてまで、彼女はあやふやになっていく「私」を必死で留めようとしたのではないか。「他者による否定」を得るために彼女は語ったのであるが、語ることは同時に「自我体験を生き

直す」恐怖を伴うため、軽くという形でしか語りえなかったのだと考えられる。この24Fの語りからは、自我体験について語ることは、「その体験を生き直す」ことを語り手に求め、時にそれは恐怖感を伴う事態になることが窺える。それが恐怖感を伴うのは、自我体験が、その人の存在の根源に関わり、時には“自我の奥深くをえぐるような”（天谷,1999）深い体験ともなり得るからである。よって、自我体験そのものが強い否定的な感情を伴って体験された人にとっては、「自我体験を再び生きる」ことはできれば避けたいと思うような事態となる。だからこそ、彼らは敢えて真剣に語らないというスタンスを保とうとするのではないか。しかし、そのように考えた時、新たな問いが浮かぶ。そこまでして、何故彼らは自我体験について語ろうとするのか。

「私だけの体験」と思っていた自我体験が、実は他の人も類似の体験をしているということを知った時、多くの人は『すごく嬉しかった。共感したっていうか、安心した。(5F)』など、「自分だけじゃなかったという安心感」を抱く。それは、自我体験によって一旦隔てられてしまった他者との間に、もう一度つながりを見出せた安心感である。決して自分は異常ではなく、周囲の人達と同じであるという思いが、不安や孤独を癒してくれる。それ故に、彼らは、「自我体験を生き直す」恐怖や不安を抱えながらも、それでも、他者とのつながりを求めて、自我体験について語ろうとするのである。しかし、自我体験が「私だけの体験」ではないと知る時、そこで抱かれるのは安心感だけではない。『私の考えは変なのかもって不安だったので、ホッとした。でも、な～んやっていう風にも思った (21F②)』などの語りからは、「私だけの体験」という特別感が失われることへの落胆の気持ちも読み取ることができる。私たちは他者とのつながりと同時に、他者とは異なる私の固有性を求める。その結果、自我体験について語る時、語り手の中には、「分かってもらいたい気持ち」と「分かってもらいたくない気持ち」の両者が交錯することになるのだと思われる。

また、自我体験が余りにも強い不安を引き起こすために、他者に語らずにはいられなくなる場合もある。その例として10Mの語りを示す。『急に不安になって話した。その時の母親の反応をすごく覚えている。・・・全然分かってもらえなくて、ショックだった。そういうことじゃないのにと不安に。また、他の人は、そういう風に見るのかぁと思って、もうこれ以上言い返せないなぁと思った記憶がある。』10Mの自我体験は、『今生きているのは実は夢を見てるだけで、本当の自分は死の床で伏せている老人かもと不安になった』という、「今ここにいる自分」が主体として存在していることの自明性を揺るがすような体験であった。よって、『僕は夢を見てるだけかもしれないよね?』と尋ねることは、それが肯定される危険性を孕む行為だったはずである。にもかかわらず、強烈な不安に突き動かされるように、彼は自らの体験について母親に語った。しかし、彼が話し終えない内に、母親は『ハハハッと笑って、クルッと父親の方を向いて、「夢と現実の境目が分からなくなったんだって」言った』。そこで、彼が求めたのは、語った内容の真偽の判断ではなく、不安のあまり1人では抱えられないような体験をした自分を丸ごと受け止めてもらうことであった。だからこそ、母親の何気ない応答は、彼にとって『自分が受け入れてもらえなかった』傷つきをもたらすことになったのである。なお、10Mにとっては、この傷つきが自明性の揺らぎから抜け出す契機ともなっている。彼は母親の応答から、他人が自分の考えるような可能性を全く気にせず生きていることを知り、そのような在り方こそが自明性の世界に生きることなのだと思われたのである。しかし、彼は、その可能性自体を捨て去ることまでは

せず、自らの存在が自明ではない可能性を主体的に抱えることで、自我体験を『今の自分のはしり』として意味づけている。また、22Fも体験について語った時のことを、『ほとんどの人には相手にされなくて、ますます落ち込んだ。もう何か突き放されたなという感じ。友達には、なんでそんなこと考えるの？とひかれて。言わない方がいいかなと思って、あんまりこのことを話さなくなった。』と傷つきの体験として回想している。自我体験は、『1人で考えるのには重過ぎて話したいけど、話せない(25M)』と表現されるような、話したくてもなかなか口にするのでできない体験である。そのような体験をやっと口にできた時、他者に受け入れてもらえないと、再び他者との隔絶感を味わわれ、孤独感を一層募らせることになるのである。

#### 4. 調査場面で調査者(筆者)に向けて「語る」

先行研究と同様、筆者の調査でも、『感覚がもやっとしているので、表す言葉が日本語にない(1F)』など、自我体験は感覚的な体験であるため、言語化自体が難しいことが示唆された(9/27体験)。また、『自分の中では結構大切な体験だった気がするのに、なんでこんなに憶えてないのかと不思議(5F)』、『思い出せなくて、もどかしかった。思い出せるものは全部思い出したい(8M)』など、体験を想起すること自体の難しさも指摘された(9/27体験)。この想起の難しさは、体験当時の年月の経過に起因していると考えられる。

しかし、ここで注目したいのは、語ることを通じて、自我体験との隔たり感が改めて意識させられている点である。確かに私が体験した「私を私たらしめている」はずの大切な体験が、今それについて語っている私からは、いかに遠く隔たったものとなってしまったか。それを、語ることを通じて改めて痛感するのである。だからこそ、自我体験について語るとき、『もどかしさ』が生じてくるのだろう。

次に、調査に対して嫌な感じを受けたのは1名(24F)のみであったという結果に注目したい。例えば、17Mは『6年前に聞かれたら、嫌な感じはしただろうけど、今だったら特に何ともない。やっぱり6年前はタイムリーで、真剣に考えている時だから』と調査の感想を述べた。この感想は、隔たりがあるからこそ体験について語れるということを示唆しているように思う。ここから、上記の結果が生じた理由として、多くの被調査者が、時間的な隔たりによって、体験について語ることでできる状態にあったことが挙げられる。また、彼らが自発的に調査に参加しているという点も見逃すことはできない。

しかし、そのような被調査者であっても、自我体験について語ることは時に不安や危機感を伴う。例えば、『自分の中で境目を作っていて、これより先に行くと、また戻るんじゃないかっていうのがあって、なるべく境目よりこっち側から昔の自分を見て、思い出して話していた。昔の自分に戻って、その感覚を思い出さないようにしようという感じがあったので、逆にその時のことをそのまま全部は話せてはいない。』という25Mの語りを考えてみたい。25Mの自我体験とは、彼の言葉を借りれば『とてつもない恐怖感と孤独感』の体験であった。だからこそ、そこに『戻る』、いわば時間的な隔たりを越えて再び自我体験とつながることは、何としてでも避けたい事態であり、自我体験について語るためには、『境目』という隔たりを作らなければならなかったと考えられる。実際、語ることを通じて、時間的な隔たりが外れるような瞬間があったことを報告した者もいた(5/27体験)。『一度だけ当時の感覚がふっと来たような感じがあった(7M)』、

『不思議な感覚が少し蘇った気がした (20M)』などである。ここで注目したいのは、『ような感じ』、『気がした』という彼らの表現である。その表現が意味するのは、彼らがそこで感じたのは、当時の感覚そのものではないということである。たとえ自我体験とのつながりを取り戻したかのようにみえても、そこにはどうしても越えられない隔たりが存在しているのである。結局、体験について語る時、そこで語られ生き直されるのは、隔たりの向こうにある体験そのものではなく、「現在の私」を起点としてこういう体験だったとイメージされることなのである。「現在の私」という地平からしか語りえないからこそ、『自分が話している感情や印象が本当に当時のことと関係があるのかよく分からなくなってくる (16M)』などの感想も生まれてくると考えられる。

他方、『自分で自分のことを見直せた (4F)』などからは、自我体験について語ることが、「自分を見つめ直す」機会になり得ることが示唆された (10/27体験)。隔たりの向こうにあるはずの自我体験について語ることが、何故そのような機会となり得るのか。自我体験について語る時、それを語る「現在の私」は、自我体験との隔たり感を改めて意識する。その隔たり感は、言い換えれば、「現在の私」が「体験当時の私」に戻り一致することは不可能であるということでもある。しかし、自我体験について語り、「現在の私」が「当時の私」と対峙する時、隔たりと同時に、両者が連続しつながりを持ったものとして感じられているのではないか。「個としての私」の連続性、いわば内面の歴史というつながりの感覚があるからこそ、自我体験について語ることが、「自分を見つめ直す」機会になるのだと考えられる。『懐かしかった (18F)』という感想が数人から得られたが、この「懐かしさ」も、2度とそこへ戻ることはできない隔たり感と同時に、それはかつての私が確かに体験した、現在の私とのつながりを持った体験であるという親しみが込められた感覚といえる。すなわち、自我体験について「語る」とは、自我体験あるいは「当時の私」と「現在の私」との隔たりを意識させると同時に、そのつながりを再確認させるような矛盾に満ちた体験として捉えることができるだろう。

## 5. 事例的検討

被調査者Aは18歳の女性である。筆者はAとの調査面接において、「自我体験について語るということは、語り手にとっていかなる体験であるのか」という本稿の出発点となる問いがもたらされる体験をした。それは、次のような体験であった。

Aの語りは非常に迫力があり、既に出来上がっているストーリーを披露するかの如く語る被調査者がいる一方で、まさに今その場で語りが創り出されているというような印象を与えるものであった。それは、Aにとって自我体験がまだ言葉になりえぬ生身さを幾分か残したものであることを知らしめるのに十分な迫力を持っており、聞き手である筆者は、このまま聴き続けていいのだろうか、踏み込みすぎではないか、という迷いを抱いた。しかし、同時に、言葉にならぬ思いを必死で紡ぎだそうとするAの姿に、聴くしかないという思いも強く込み上げ、両者の思いがせめぎ合うのを筆者は感じていた。

本節では、ここまでで得られた自我体験について「語る」体験に関する知見をもとに、Aとの調査事例(表1)を取り上げ、自我体験について「語り-聴く」体験を詳細に検討していく。



表1 Aとの調査面接 (< >は筆者の質問, 地の部分はAの語り, …は省略を示す)

【面接時のAの語り】 急にふと自分で、今家の中にひとりだと思ったら、ひとりだということがすごく誇張されて。すごいずっと怖くて怖くて。どうしたらいいのかわかり分かって。…<いつ頃の体験?>何回もあったのは何となく覚えているけど、一番はっきり覚えているのが中学生位。…誰もいなくて、そこにいるのは自分だけ。もともと自分しかいなくて。今ある世界は、自分の見えている部分だけに思えて。<その時の感覚?>何が怖いのか分からない怖さ。ひとりであることも怖いけど、それ以外にも何かありそう。…本当にこの世界はあって、そこに自分は本当に存在しているのかなって。もともとこの世界は見えているだけで、本当はないんじゃないか。世界があったとしても、自分は本当にそこにいるのかどうか。…いつもと変わらない場所で、目に入ってくるものも全部同じだけど、何か微妙に違う。そこに放り込まれたみたいな感じ。本当だったら、家の周りに道路とか山とか色々あるはずなのに、その空間のことしか考えられなくて。…冷静になってきて、カーテンを開けてみようと思って。開けてパッと外を見たら、元に戻った。ないかと思って、ガッと開けたら、いつも見慣れている風景があって、あぁあった、良かったみたいな。安心した感じ。やっぱりあったみたいな。<体験からの連想?>暗い。夕方、薄暗い。<体験の直後?>最初はひとりだと思って、それがすごく怖くて。泣いてたら落ち着いたのが最初の頃。何回か突発的になる内に、ちょっとずつ自分で、ひとりであることが多分怖いんだろうと思いはじめて、ひとりだということを自分に気付かせないようにしようとして。もう少しすれば親が帰ってくるとか、今見えているのはこれだけだけど、外には道路や家があったりするし、大丈夫と自分に言い聞かせて。…高校の時とかは、これはどういうことなんだろう?なんで起こるのか?って疑問ばかりで。答えを見つけようとずっと考えていて。その時は、答えがあるかもしれないし、ないかもしれないというのがあったけど、最近はない方が強くて、ある感じ。<体験を思い出してみ?>その時の感覚を思い出すのは、ちょっと嫌な感じがあるけど、思い出すこと自体は、一つの記憶かなと。自分が成長していく上で、他の人には何か違う形で何かもっと違う意味を持って体験していて、自分もそういう体験を経て、今の自分になってきているのかなと。<誰かに話したことは?>ない。別に話したくないのと、多分理解されない。当時思っていたのが、自分が考えていることは自分にしか分からないし、他人に分かるわけないと。ひとりだというのが誇張されたっていうのは、自分しか体験していないものだと思ってたから。<この体験の意味や影響?>成長していく上で、必要なことだったと思う。ひとりってことに自分の中で何かがあるんだろうなと思っていて。やっぱり、親が共働きで、家に帰ると誰もいなくて、ひとりだったっていうのがずっとあったんで、それも影響してるのかなと。ひとりというのは、自分の中でキーワード。<話してみ?>最初の内は、過去のことだし、今はあんまり起こってないし、昔ほどそんなに怖いとも思わないし、ただ思い出だけかなって。でも、話したら、何かが感覚として戻ってきて、ちょっとやばいなと思って。そこに戻ってみたい。怖いっていうのが戻ってきた感覚で、ちょっと泣きそう。でも、話せることが大事なかなと。このままひっこめて、どうしようって考えるよりは、話せるなら話した方が良くかなって。…自分なりにずっと考えたりしてて、やっぱりひとりっていうのに意味があるんだろうって。答えが欲しいのは欲しいかな。

【感想用紙】 (1週間後の調査時にAが持参)

○体験について語ることで、何か気付かれたことや変化はありましたか?

ちょっとスッキリした感じだった。一番話したくないし気付かされたくない部分のはずだったのに。単に、何のつながりもない人だから話したのかも知れない。これは、中途半端に話したのではダメだなと思った。久々に振り返ったし、こと細かに考えたので、何が「ひとり」というのを強く感じさせるきっかけに至ったんだろうと思った。

○調査に対して感じられたこと、思われたこと何でも構いませんので、ご自由にお書き下さい。

一応、自分のことは把握しているつもりなので、しゃべって大丈夫かなあという思いはあった。考え始めると、とことん考えるので、振り返ったとして、まだどん底に落ちはしないか、それが心配だった。でも、しゃべって、「良かったかなあ」という思いが生まれた。振り返れるだけになったのかと思うとともに、もう今はこういうことで苦しむことも少ないなあと自分をほめるというか、頑張ったなって言いたくなった。本当に最後の方「泣く」と感じた。同時に「この感覚」どの位感じてなかったのかなあとか思った。答えはないものの、このことが何を現しているのか知りたいなあって思った。

【1週間後のAの語り】<sup>①</sup> 本当に誰にも話してなくて…話しても、多分どうしても私は自分が求める答えをもらえないと、なんか違うかなって思っちゃうところがあるので。誰も分からないかなと思ってたんで、話したら話したらで、多分意味とかは分からないけど、楽にはなったかな。あれは、自分の中では、聞かなくていいかな、なるべくなら知られたくもないし、どこかにしまっておけるならしまっておきたいかなあという部分で。で、話したから、その部分に、もうそんなには着目しなくても、ただ一つの出来事としておいておける。…今だったら答えは、あってなくても、別にどっちでもいいかなと。

A自身も『キーワード』と表現するように、「ひとりである」ことが、Aの自我体験の中核をなすと考えられる。その語りを詳しくみていくと、「ひとりである」というのは、この世に自分ただひとりしか存在しない、つまり自分以外の他者はこの世に存在しないのではという感覚である。そこで体験されていたのは、“他者の実在に関するメタフィジカルにして根源的な懷疑”（渡辺、2002）と説明される独我論的世界に近いものだったといえる。しかし、『本当にこの世界はあって、そこに自分は存在しているのかな』と語るように、他者の実在への懷疑は、同時にA自身の実在をも危うくさせていることが見て取れる。「他者」の実在が疑われる時、なぜ「私」という存在への確信までもが揺らいでしまうのか。この点を考える上で、木村（1983）の論は示唆的である。木村（1983）は、“他者が自己ならざるものとして出現してこないかぎり、自己はそれ自身を「自己」として限定することができない。しかし一方、この他者も、自己が自己として限定されない限り、自己にとって「他なるもの」として限定されることはありえない”と述べ、「私」と「他者」とは相互に否定しあうことで同時に成立するものとして捉えている。この木村の論に従えば、「私」と「他者」は決して切り離すことができないような関係にあり、「他者」の実在が疑われその不在を感じる時、主体は「私」という存在の不確かさまでも感じてしまうといえる。そのように考えると、『ひとりであることも怖いけど、それ以外にも何かありそうな』と表現されたAの恐怖とは、「私」という存在そのものが失われてしまうような、いわば狂気にもつながる恐怖だったのではないと思われる。だからこそ、カーテンを開け『いつも見慣れている風景』を見出した時、Aは安心感を得たのであろう。そこで安心感が得られたのは、窓の向こうに見えた風景を「他」として定位することによって、「私」という存在の確かさがAにもたらされたからだと考えられる。

しかし、そこには、「他」として定位することに失敗する可能性も伴われていたはずである。また、『いつも見慣れている風景』が見えたとしても、それが本当に実在しているかどうかは証明することなどできない。つまり、カーテンを開けるという行為には、「他」の実在を見出せず、「私」の不在をもたらす危険性があったのである。それでもAはカーテンを開けた。このような、限りなく能動的でありながら、同時に自らの存在証明を「他」へと委ねる、まさに「主体を賭けた行為」があったからこそ、その一連の体験が、Aにとって「私」という存在への確信をもたらす体験となったのではないか。こうしてカーテンを開けたエピソードは、安心感の体験として語られたのであるが、しかし、筆者は『やっぱり』というAの言葉の奥に哀しみに近い感情を感じ取っていた。カーテンを開けた瞬間というのは、彼女の独我論的世界観が破れる瞬間でもあったからである。Aにとって「ひとりである」ことは、耐え難い恐怖の体験であると同時に、『自分しか体験していないもの』として、自らの固有性を支えてくれる大切な体験だったのではないか。

続いて、調査の感想をもとに、Aが語る中で体験していたであろうことについて考えてみたい。『中途半端に話していたのではダメだなと思った』という感想からは、語ることを通じて、Aがいかにかに語るかというスタンスを変化させていったことが窺える。おそらく調査に来た時点では、「語りたい気持ち」よりも「語りたくない気持ち」の方が勝っていたのであろう。しかし、両者の気持ちがせめぎ合う中、Aは「語る」ことを選んだ。Aにとって自我体験は『闇』ともいうべき『一番話したくないし、気づかれたくない部分』であったはずである。では、なぜAは「語る」ことを選んだのだろうか。まず、筆者が感じた「聴くことへの迷い」と、Aの「語ることへの

迷い」との重なりに注目したい。そこで筆者が味わったのは、心の奥底に秘められたAの闇に足を踏み入れるような、罪悪感にも近い感覚であったといえる。Aにとって語ることは、カーテンを開けるような体験、すなわち筆者という「他者」を見出すことで、最も大切な「ひとりである」感覚を損なわせ、その世界観を壊すことにつながるのではないかと筆者には感じられたのである。この時、調査だからといって、筆者が情報を聞き出すことに専念していたとしたら、Aは中途半端にしか語らなかつたのではないか。「語り-聞く」体験において、迷いという形の同調現象が起こり、筆者が聴き過ぎることにブレーキをかけながら聴いたことが、「語る」ことへとAを向かわせたと考えられる。

しかし、上記の理由では、誰にも語らずにきた自我体験について、なぜ18歳のこの時にAが語ったのかという問いには答えることができない。既に述べたように、自我体験は、秘密として潜ませておくことで、「私を私たらしめる」中核の体験となる。その意味で、Aにとっても、自我体験を語らずにきたことは必然であったと思われる。また、『答えを見つけようとしてずっと考えて』きたAの中には、自らの自我体験と向き合いたい気持ちがあったことは言うまでもない。しかし、語ることによって、その闇を他者の前に晒さなくとも、自らの内においてそれと向き合うことはできたはずである。では、なぜこの時にAは語ろうとしたのだろうか。そこには、Aの意図を超えた「語る必然性」とでもいうべきものがあるように思われる。その必然性とは、人間が「個」として生きる上で抱えざるをえない矛盾に由来する。その矛盾について、河合(1987)は、「私は私が唯一無二の存在であることを確信したい反面、他の人々とも同じであると思いたいのである」と述べる。人間が「唯一無二の個」として生きる、すなわち「<私>が私となる」ためには、他者との隔たりとつながりのどちらも必要なのである。なぜなら、私という存在は自分だけに固有のものでありながら、それは、他者との関係の中でしか定位できないからである。だからこそ、時に他者とのつながりを見出す必要があり、そのとき「語る」ことが必然となるのである。また、他者に語ることで、自我体験を再び「私だけの体験」として持ち直すという側面も指摘できる。Aが『他人に分かるわけない』と語るように、「他者の心の世界そのものは本質的には不可知である」(藤原, 1999)。語ることが逆説的に、この人間存在に本質的に具わる不可知性を語り手に知らしめ、結果として、その体験は再び「私だけの体験」となるのである。実際、筆者もAの語りに耳を傾けながら、どれだけ詳しく聴いたとしても、これはAと私が共有できる体験ではなく、Aだけの体験であるという感覚を強く抱かずにはいられなかつた。

最後に、自我体験について語ることで、Aに起こった変化について触れておきたい。Aにとって自我体験は、「どういうことなのか?何故起こるのか?」といった疑問をもたらす体験であり、その『答え』をAは探し求め続けてきた。しかし、他者に向けて語った時、その『答え』はあってもなくてもどちらでもいいものとなり、Aは自我体験を『ただ一つの出来事としておいておける』ようになった。これはAの自我体験への関わり方の変化として捉えることができる。そして、そのような変化が生じたのは、Aが他者の前で語るという、まさに「<私>が私となる」ための主体を賭けた営みがそこにあったからこそだと筆者は考えている。

#### IV. おわりに

自我体験のような、その人の存在の根源に関わる深い体験が語られる時、語り手自身の体験を

抱える自我の力を見逃すことはできない。しかし、語り手がどのように語り、その語りを聴き手がどのように受け取るかということも、語り手が体験を受け入れていく過程に大きく影響すると考えられる。そのような体験を他者に語ることは、「<私>が私となる」ための主体を賭けた営みといえる。その営みは、限りなく能動的でありながら、同時に「<私>が私であること」の証明を他者へと委ねる、いわば主体を開け放つ営みでもある。故に、そこには主体を委ねる恐怖がある。また、語る「現在の私」と語られる「体験当時の私」との隔たりが意識され、「私」を対象化することの痛みも伴われる。しかし、それでも語り、その語りが恐怖と痛みを伴って語られているという自覚のもとで聴き入られる時、「語る私」と「語られる私」は、その隔たりと同時につながりを見出すことができるのではないか。それならば、大切なのは、聴き手が、人間存在が具えている矛盾に深いまなざしを向けながらその語りに耳を傾けることである。「分かってもらいたい気持ち」と「分かってもらいたくない気持ち」のどちらにも重心をかけ、その体験が語り手に固有の体験であることを尊重するスタンスが保たれる時、聴き手は、語り手の「私」を支える「他者」としての役目を果たすことができるのである。

#### 【注】

- 1) 本稿では、「語らない/語れない」ということも「語り」に含める。
- 2) 予め筆者が作成した自我体験の判断基準を参考に、筆者と心理臨床学専攻の大学院生1名が独立で、質問紙の自由記述内容が自我体験と見なしうるかの判定を行った。一致率は95%で、判定が異なった場合には、協議して評定を一致させた。
- 3) 質問紙の段階である程度の言語化が可能になっている、記述量が少なすぎないなどから判断した。なお、2人の被調査者から各々2つの自我体験が報告され、合計で27の自我体験の語りが得られた。
- 4) 残りの2名に関しては、1名は筆者の調査とは異なる調査場面において開示しており、1名は医師との診察場面において開示していた。
- 5) 『 』は被調査者の語りを示す。
- 6) 清水(2005)では、自我体験について語ることを検討する目的と共に、語ったことへのフォローアップとしての役割を考え、一週間後に調査面接にて、自我体験の補足インタビューを行っている。

#### 【文献】

- 天谷祐子(1998)「自分というものへの気づき」現象に関する探索的研究：大学生による自我体験の報告から 名古屋大学教育学部紀要,45,75-82.
- 天谷祐子(1999) 面接法による自我体験の調査方法について：名古屋大学教育学部紀要,46,265-274.
- 天谷祐子(2002)「私」への「なぜ」という問いについて：面接法による自我体験の報告から 発達心理学研究,13,221-231.
- Buhler,Ch.(1921) *Des Seelenben des Jugendlichen* (原田茂(訳)(1969)「青年の精神生活」共同出版)
- 藤原勝紀(1999) 心理臨床における関係性の体験からみた共感と解釈 (成田善弘・氏原寛(編)「共感と解釈—続・臨床の現場から」人文書院 所収)
- 伊藤良子(2006) 青年期のクライアントが振り返る10歳のころ 臨床心理学,6(4),492-497.
- 皆藤章(2000) 自明性の揺らぎと「私」の生成—事例との出会い— 臨床心理学事例研究,27,27-30.
- 河合隼雄(1987) 子どもの宇宙 岩波新書
- 木村敏(1983) 自己と他者 (飯田真他(編)「岩波講座 精神の科学 1 精神の科学とは」(1983) 岩波書店 所収)
- 小此木啓吾(1986) 秘密の心理 講談社現代新書
- 千秋佳世(2006) 自我体験をめぐる語り—「つながり」と「へだたり」という視点からの考察— 京都大学

教育学研究科修士論文 未公刊

清水亜紀子(2005) 自我体験についての一考察－体験の語りとロールシャッハ・テストとの関連を手がかりに－ 京都大学教育学研究科修士論文 未公刊

高石恭子(1988) 青年期の自我発達と自我体験について 京都大学教育学部紀要,34,210-220.

鷺田清一(1999) 臨床と言葉-「語り」と「声」について (河合隼雄・鷺田清一(1990)「臨床と言葉-心理学と哲学のあわいに探る臨床の知」 阪急コミュニケーションズ 所収)

渡辺恒夫(2002) 〈私の死〉の謎－世界観の心理学で独我を超える－ ナカニシヤ出版

(臨床心理実践学講座 博士後期課程3回生)

(受稿2007年9月7日、改稿2007年11月30日、受理2007年12月12日)

## A Study on the Experience of "Narrate-Listen" Ego-experiences

SHIMIZU Akiko

This study investigates what it is like to narrate ego-experiences, and acquires suggestions to the experience of "narrate-listen" in psychotherapy. Based on individual semi-structured interviews about ego-experiences, it was observed that narrating one's ego-experiences is a paradoxical experience that causes narrator to realize the estrangement and relation between "I who underwent the ego-experiences" and "I who narrates the ego-experiences" simultaneously. Also, through the analysis of the interview about ego-experiences with A (an 18-year-old woman), it was thought that narrating deep experiences which relate to the root of the existence such as ego-experiences is the action at the risk of the subject to establish one's independence. "The wish to be understood" and "the wish not to be understood" are mixed in narrator of those experiences. The person who listens those experiences is inevitably required to understand the contradiction in a human being to establish one's independence. In other words, the necessity for differences and similarities between "I" and "others" and to recognize that those experiences are experiences unique to the narrator. As a result, the person who listens to those experiences can play the role of "others" that supports the subject of the person who narrates them.