

個人内要因、環境要因、システム要因の相互作用の理解の仕方を深める

ー心理相談とハラスメント相談とを1つの連続したスペクトラムとして見ていくためにー

杉 原 保 史*

1. はじめに

学生相談に携わっているカウンセラーは、主に心理療法や心理カウンセリングの訓練を受けてこの仕事に就いていることが多く、心理援助の専門家のアイデンティティを持っていることが多いように思われる。心理援助には多様な考え方が含まれているけれども、そのメインストリームの考え方は、その約1世紀余りの歴史を通して、問題を呈している個人の抱えている苦悩をその個人の生活環境から切り離し、その個人の独立した心理現象として捉え、扱う傾向を強く帯び続けてきたと言える。

このような傾向は、まず、20世紀後半において発展してきた家族療法を中心とするシステム論的な立場から痛烈に批判されてきた。また、これとよく似てはいるが、よりメインストリームの精神分析的アプローチに近いところから、近年発展してきた関係論的精神分析ないし関係論的心理療法の立場からも、ワン・パーソン・セオリーないしワン・ボディ・サイコロジーなどと呼ばれて批判されるようになってきた。

また、心的外傷後ストレス障害 (PTSD) に代表されるような、極度の恐怖や不安を与えるような現実の環境の問題が重要な役割を果たしていると考えられる心理的問題についての諸研究も、伝統的心理療法の見方を批判してきた。伝統的心理療法は、現実の環境の問題を軽視して性格傾向や内的空想などの個人内要因を偏重しがちだからである。

こうした批判は、しばしばフェミニズムの思想や運動によっても支えられ、推進されてきた。それはまた、フェミニスト療法を代表とするジェンダー・センシティブ療法や、それと関連の深い多文化間療法とも共通するものである。これらの療法は、いずれも社会的マイノリティで十分に権利保障がなされていない人々のサポートやエンパワメントに関わるものである。こうした人々の心理援助に携わる心理援助者の間からも、伝統的な心理療法は個人を取り巻く文化的・社会的な環境の問題を軽視し、個人の呈している問題を単純にその個人の問題として、それも単純に援助者の側の文化的・社会的視点から見えている問題としてのみ扱いがちであるという批判がなされてきた。

* 京都大学学生総合支援センター

つまり、伝統的な心理療法は、過度に個人主義的であって、個人の抱えている苦悩や問題を個人内要因によって説明する傾向が強すぎるという批判が様々な方面からなされてきたのである。こうした批判を考慮すれば、われわれは学生からの相談を受けるに当たって、その学生の生活環境の要因に目を向けていく必要があり、さらには学生の生活環境をそのように形成しているシステム的な要因に目を向けていく必要があると言える。

こうしたことは、おそらく、非常に大雑把な概念的レベルでは、今日の多くの学生相談カウンセラーがすでに理解していることであろう。しかしその大雑把な概念的理解を個々のクライアントとの相談現場において具体的にどのように適用していけばいいかについては、きわめて曖昧なままだであることが多いのではないかと思う。つまり、これらの理解は現場の実践からは切り離された単なる知的理解に留まっているのではないかと思われる。

このような状況においては、クライアントのうつや無気力や情緒不安定などの心理的問題が、主としてクライアントの生活環境における重要な人物の理不尽な言動によって影響されたものと考えられるようなケースに触れることは、クライアントの抱えている苦悩や問題を個人内要因によって説明することの限界に気づかせてくれる契機となる。学生相談カウンセラーにとっては、ハラスメント相談に触れることがまさにその契機であった。

周知のように、われわれ学生相談カウンセラーは、この十数年の社会的な情勢の変化によって、大学の中でハラスメント相談員という新たな役割を期待されることが多くなった。京都大学においても、2004年に「セクシャル・ハラスメントの防止等に関する規定」が、ついで2005年に「ハラスメントの防止等に関する規定」が整備され、われわれは学生相談員であるとともにハラスメント相談員ともなった。そのことは、来談する学生の幅に変化をもたらし、またこれまで来談していた学生の話す話題の幅にも変化をもたらした。

このことにより、われわれの目は、必然的に環境要因へと向かうこととなった。ハラスメント相談に携わる中で、われわれは、クライアントの心理状態がいかに環境要因によって左右されているかということを、これまで以上によく知ることとなった。それと同時に、従来の心理相談の理論が、基本的に非常に個人主義的であり、個人内要因による説明に終始しすぎであって、そのためハラスメント相談にはそのまま適用しにくいものであることに困惑することともなった。

ちなみに、多くの心理援助専門家は、ハラスメント相談を、心理相談とは一線を画した、特殊的な相談業務として捉えているように思われる。その大きな理由のひとつは、上述のように、従来の心理相談の理論が、ハラスメント相談にはそのまま適用しにくいことにあるものと思われる。

以下においては、まず伝統的な個人心理療法の基本的な見方が、心理援助の歴史の中でどのようにさまざまな立場の勢力から批判され相対化されてきたかということを、あらためて簡単に振

り返って検討する。

その後、ハラスメント相談と心理相談とを比較しながら、そこで働いている個人内要因、環境要因、システム要因について検討することにした。

ハラスメント相談と心理相談とをともに経験してきた立場からすれば、ハラスメント相談を心理相談とは一線を画した特殊的な相談業務として捉える見方は、不適切なものである。現場において観察される現象は、そのように明確に一線を画することができるようなものではない。ハラスメント相談と心理相談とは、連続的なスペクトラムの両極を成すものではあるが、決して不連続なものではない。

個人内要因、環境要因、システム要因に注目しながら、ハラスメント相談と心理相談とを比較していけば、そうしたことが明らかになるだろう。

2. 伝統的な個人心理療法の基本的な見方に対する批判

ここでは伝統的な個人心理療法の基本的な見方が、心理援助の歴史の中でどのようにさまざまな立場の勢力から批判され相対化されてきたかということを、あらためて簡単に振り返っておく。

2-1) システム論の立場から

伝統的な個人心理療法の基本的な見方は、家族療法をはじめとするシステム論的なアプローチからは、それが直線的な因果律であるとして批判されてきた。たとえば、Lynn Hoffman (1981) は、家族療法の基礎を探究した影響力ある文献において、次のように述べている。

精神的な病は、伝統的には、直線的に考えられてきたのであり、苦悩に対する歴史的、因果的な説明を伴うものであった。…しかし、もしその人を家族とともに、つまり現在の人間関係の文脈の中で見てみるなら、きわめて違ったものが見えてくる。そこにいるすべての人からのコミュニケーションや行動が、双方向に作用する多くの循環的な輪を形成しており、苦悩する個人の行動はより大きな循環的なダンスの一部に過ぎないということが分かるだろう。(pp. 6-7)

このHoffmanの文章は、基本的に、伝統的な個人心理療法の中でもその最も中心的なものである精神分析的アプローチに対して向けられたものと考えられる。

精神分析的アプローチにおいては、心理的問題の起源は現在から遠く離れた過去の体験にあると考えられている。問題を呈している個人は、遠い過去において、何らかの病因的な体験をし、その体験に固着しているものと、あるいはその過去の体験において部分的に発達停止しているものと考えられている。そのため、その病因的な体験は現在なお、その個人の心の無意識の領域に深

く封印されており、それが何らかのやり方で直接的に現在の問題を生み出しているのだと考えられている。

精神分析的アプローチには多様な学派が含まれており、多様な考え方が展開されているが、そのほとんどすべてにおいてこうした考え方（固着モデルないし発達停止モデル）が含まれている。Hoffmanが批判している直線的な因果律というのは、主に精神分析的アプローチのこうした基本的考え方を指している。

システム論は、精神分析的アプローチの直線的因果律を不十分なものと批判し、これに代わって円環的な因果律を提唱するものである。つまり、家族のような重要な対人相互作用をするまとまった単位は、1つのシステムとして機能していると考えるのである。つまり、その構成メンバー間の言動は、原因と結果の連鎖的なフィードバック・ループを形成し、全体としてホメオスタシスを作り出していると考えるのである。このモデルの下では、問題を呈している個人の内部に問題があるとは見なされない。システムに問題があるときに、その構成員である個人に問題が表れるのだと考える。問題は個人の内部にではなく、システムにあるのである。したがって治療の対象は個人ではなく、システムだということになるのである。

2-2) フェミニズムの立場から

フェミニズムは、女性に対して抑圧的な社会のあり方を変革しようとする運動と関連しながらも、ますます多様な考え方を含んで展開してきた。フェミニズムは、精神分析を代表とする伝統的な個人心理療法やカウンセリングに対してさまざまな角度から鋭い批判を加えてきた。そのような批判をまとめて紹介することは私の手には余る仕事であり、ここでそれらについていちいち詳しく述べることはしない。

ただ1つ、フェミニズムの精神分析に対する最も重要な批判の1つを簡単に取り上げておくことにしよう。フェミニズムは、精神分析の理論に依拠している治療者が、クライアントの性被害の報告に接したときに、その被害を空想によるものと見なしがちだという点を激しく批判してきた。Freudは、精神分析理論を構築していく初期の時期においては、現実の性的な外傷体験に起因してさまざまな精神的な症状が生じると考えていた。しかし、後に、患者の訴える性的被害は事実ではなく、願望や空想によるものだ考えるようになった。この理論的展開によって、精神分析理論は、性的被害を受けて症状を発症した少数の人間のための病因論や治療論であることを超えて、性的な願望や空想を抱いて悩むあらゆる人間のための普遍的な心理学となったのである。しかしながら、こうした精神分析の理論は、患者の内的な願望や空想を優先的に探究する傾向を決定的に強めることとなり、最悪の場合、現実環境の問題を無視する結果を導くようにさえなってしまった。

フェミニズムは、こうしたFreudの理論化自体を、Freud自身の差別や偏見の現れだと見なして批判するとともに、クライアントが訴える現実の環境の問題をしっかりと適切に取り上げること

を求めてきた。こうした動きについては、Herman (1992) に詳しく論じられている。

ここで、こうした流れとも密接に関連した動きとして、アメリカ心理学会が発表した「少女と女性のための心理実践のためのガイドライン」(2007) を紹介しておくことにしたい。そこには、次のような11のガイドラインが記載されている(表1)。

表1. 少女と女性に対する心理実践のガイドライン (アメリカ心理学会, 2007)

- | | |
|----------|--|
| ガイドライン1 | 心理援助者は、社会化、ステレオタイプ化、生活上のユニークな出来事が、多様な文化的集団に属する少女と女性の発達に及ぼす影響に注意深くあるよう努力する。 |
| ガイドライン2 | 心理援助者は少女と女性に影響を及ぼす可能性のある、抑圧、特権、同一性発達についての情報をよく認識し、活用するよう励まされる。 |
| ガイドライン3 | 心理援助者は、自分たちの援助対象となる人々の身体的・精神的健康に、偏見と差別が及ぼす影響を理解するよう努力する。 |
| ガイドライン4 | 心理援助者は、少女と女性に援助を提供する際には、ジェンダー・センシティブかつカルチャー・センシティブな、承認的な実践方法を用いるよう努力する。 |
| ガイドライン5 | 心理援助者は、いかに自らのジェンダーに関する社会化、態度、知識が自らの少女と女性への実践に影響を与えているかを認識するよう励まされる。 |
| ガイドライン6 | 心理援助者は、少女と女性が困っている問題の治療において効果的であると見出されてきた介入とアプローチを用いるよう励まされる。 |
| ガイドライン7 | 心理援助者は、少女と女性のイニシアティブを高め、彼女たちをエンパワーし、彼女たちの選択肢を拡張するような治療関係や実践を推し進めるよう努力する。 |
| ガイドライン8 | 心理援助者は、少女と女性との治療において、適切で偏見のないアセスメントと診断を提供するよう努力する。 |
| ガイドライン9 | 心理援助者は、少女と女性の問題を彼女たちの置かれている社会的・政治的な文脈において考えるよう努力する。 |
| ガイドライン10 | 心理援助者は、少女と女性にとって適切なメンタルヘルス、教育、コミュニティのリソースをよく知るよう努力し、またそれらを利用するよう努力する。 |
| ガイドライン11 | 心理援助者は、少女と女性に影響を及ぼしうる制度的・システムの偏見について理解し、その変化に取り組むよう励まされる。 |

このガイドラインには、社会の制度や政治のあり方から人々の日常的な言動に到るさまざまな次元で、その前提に暗黙に含まれている偏見や差別が、少女と女性の身体的・精神的健康に影響を及ぼすこと、そして心理援助自体もまたその例外ではないことが明確に述べられている。われわれ心理援助者には、心理援助が置かれている社会的・文化的な文脈そのものに、もしかしたら含まれているかもしれない否定的な影響力について理解し、常に検討していく必要があるのである。

2-3) 多文化間療法の立場から

伝統的な個人心理療法は、長きにわたって、その心理療法自体が置かれている社会的な文脈を考慮してこなかった。この点を主に批判してきたのが多文化間療法 (cross-cultural/multi-cultural psychotherapy) である。

たとえば、Sueと Sue (2008) は、以下のように述べる。

われわれは誰も、すでに存在している信念、価値、規範、実践という文化的文脈の中に生まれてくる。われわれと同じ文化的構図を共有している個人は、よく似た価値や信念体系を示すものである。…人種、民族、性的志向、ジェンダー、年齢、社会的経済的地位に関連した準拠グループは、われわれに対して強大な影響力を行使し、われわれの世界観に影響を与える。(p. 33)

このような基本的認識を示した後、SueとSueはかなりショッキングな論調で次のように述べている。

カウンセリングと心理療法は、文化的に多様なグループに属する人々に、大きな害をなしてきた。その害は、彼らの人生上の体験の妥当性を否定することによって、彼らの文化的な価値や差異を逸脱や病理として定義することによって、彼らにとって文化的に適切なケアを否定することによって、彼らに優位文化の価値を押しつけることによって、加えられてきた。(p. 34)

日本人から見ると、アメリカ合衆国においては、中流階級の白人と、民族的マイノリティ・グループとの間にある問題が目立って見えるかもしれない。しかしSueとSueが述べている問題は、決してそれだけではないし、わが国においても無関係な問題ではない。学生相談の現場においても然りである。

まず第一に、われわれは、人種、民族、性的志向、ジェンダー、年齢、社会的経済的地位などに関連した準拠グループが人の心理に重大な影響を及ぼすものだということをよく認識しておく必要がある。これらの文化的・社会的要因に配慮することなしに、「科学的に普遍的に正しい心理援助」をその標準的なマニュアル通りに提供しても、効果がないばかりか、有害でさえある場合

もあるのだ。

つまり、われわれは、面接室の外に広がる社会的文脈から切り離されて、面接室だけで独立して普遍的に成立する正しい心理援助など存在しないということをよく認識しておく必要があるのである。

2-4) 田嶋誠一の指摘

わが国において早くからこうした問題に気づき、伝統的心理援助を相対化し、多面的な援助アプローチを展開してきた人物の一人として田嶋誠一を挙げることができる。ここで田嶋の著作の中から、伝統的個人心理療法の基本的考え方の問題点を鋭く浮き彫りにしている部分を取り上げ、考えてみたい。

田嶋誠一(2011)は、子どもの生活環境から暴力をなくすべく取り組むことの重要性を指摘し、まず次のように述べる。

暴力問題は数ある問題または問題行動のひとつとしてみられてきたが、これは実は大きな誤りである。暴力問題は、子どもたちの「成長の基盤としての安心・安全」という最優先で取り組まれるべき課題なのである (p. 30)。

このような基本的な認識を示した上で、田嶋は次のような指摘をしている。

中には、子ども自身が「いじめられている」と訴えているにもかかわらず、「この子はいじめられやすい」ということで、プレイセラピーや箱庭療法を行っているものまである。いじめは、非現実空間で起こっているのではない、現実生活で起こっているのである。いじめられている子に、プレイセラピーや箱庭療法を行うといじめられなくなるであろうという根拠はいったい何なのだろうかとは疑問に思う。…もしその子が、生活場面で暴力にさらされているとすれば、そのことに関心を向けさえしなくてもっばら心理療法を行う心理士とは、その子にとっていったい何者なのだろうか (p. 47)。

ここで田嶋は、伝統的な個人心理療法の教育・訓練を受けてきた心理援助者が陥りやすい重大な問題を指摘していると思う。私自身、さまざまな研修会や事例検討会などに参加していて、田嶋がここで指摘しているのと似たような事例の報告に出会ったことはたびたびある。

たとえば、明確ないじめがあつて不登校になった小学生の子どもが相談に来ているケースでのエピソードである。学校の担任教師から担当カウンセラーにコンサルテーションを受けたいと打診があつたのだが、カウンセラーは、子どもとの二者関係が「外野」からの「雑音」によって乱

されたくないという理由で、担任と会うことを拒否し、純粋な個人心理療法の枠組みを守ったのである。

たとえば、現実にかかなりの虐待的環境で生活しながらも、学校では問題をあまり見せずに適応してきた中学生が、不登校ぎみになってとうとう相談機関にやってきたケースでのエピソードである。その子が、カウンセラーの前で「うちの親はおかしい！ こんな家はおかしい！ うちの家は異常だ！」と何度も嘆く。カウンセラーは、子どもの話を聞いて、彼の家庭環境が確かに常軌を逸しており、虐待的であるとさえ言えるほどだと認識しているにもかかわらず、「中立性」を守る必要があるため、「あなたの親の言動は確かにおかしいね」とは決して言わないのである。

こうした事例報告に出会うとき、私もまた田嶋の指摘する（そしてさまざまな立場の理論家たちが指摘してきた）伝統的心理療法の基本的な考え方の問題を認めるものである。こうした問題は、伝統的な心理療法の基本的な考え方がもたらしている問題であり、現在のわが国の心理援助の教育や訓練の問題であって、必ずしもそのカウンセラー個人の資質の問題ではないということに注意を喚起しておくことが必要であろう。つまり、現在のわが国の心理援助の教育・訓練においては、伝統的な個人心理療法の基本的な考え方が強すぎ、そのため、カウンセラーにおいて、クライアントの生活環境に現実存在している問題への感受性が抑圧されてしまいがちなのだと考えられる。

田嶋はわが国において、こうした問題に早くから気づき、そのことを指摘するとともに、より包括的で革新的な援助アプローチの開発に取り組んできたのである。

2-5) Paul Wachtelの指摘

循環的心理力動アプローチという統合的なアプローチを唱道してきたPaul Wachtelもまた、伝統的な個人心理療法の基本的な考え方に対して重要であるとともに生産的な批判を投げかけてきた。彼の批判にはこれまでに上に述べてきたシステム論やフェミニズムや多文化間療法などと重なる面もある。ここでは、それらとも微妙に重なりつつも、彼にユニークな指摘を取り上げることにしよう。

Wachtel (2011a/2014) は次のように述べている。

面接室の外で、人種、階層、民族、社会経済的環境の現実はいま一つ明らかである（そして、実際、治療者たちが社交の場で集まったときにはよく会話に上る話題である）。しかしながら、心理療法についての著作やその実践においては、こうした社会的現実はいま一つ注目されない。さらに言えば、かなりの数の治療者たちは、実際に患者の生活の経済的あるいは社会的次元に注目するようなことが生じた場合には、「本物」の心理療法をしていないと感じがちである。

(Wachtel, 2011a/2014, p. 50)

ニューヨークで心理療法を実践する臨床家である彼のこのような言葉が、われわれが日常的な心理援助の実践の体験において感じていることと響くことが驚きである。それほどまでに、われわれもまた、伝統的な個人心理療法の基本的考え方を共有しているということであろう。

このように述べたからといって、それは、われわれの専門職がこうした要因の重要性をまったく認めてこなかったと主張しているわけではない。…(略)…むしろ問題は、これらがたいい「付加的な」要因として扱われているということにある。詳細に見ていくと、これらは、治療過程そのものにとっては外在的なものとして見られているのである。もちろん、貧困や人種差別などの困難に取り組むことは、人の生活に非常に重大な影響を与えうることや、治療者はこうした問題に注意を払うべきだということはよく認識されている。しかしこうした「現実生活の」問題は、しばしば治療過程を複雑にするものと見られており、患者の社会的、文化的、経済的な地位とアイデンティティは、治療過程の決定的で内在的な部分であるとは見られないことが多い。(Wachtel, 2011a/2014, pp. 50-51)

このようにWachtelは、伝統的な個人心理療法の基本的な考え方が、歴史的に見て、環境的で社会的で文脈的な観点を欠くところがあったことを認めつつも、現在の臨床家は少なくとも知識としてはこうした問題についてよく認識しているということを前向きに評価している。

Wachtelがここで指摘しているのは、現在の水準では、問題は、知らないことにあるのではないということだ。むしろ問題は、知っているにもかかわらず、それが付加的な要素としてしか見られていないことにあるということである。あくまで治療過程の本質は、個人の心の中にある要因、精神内界的な要因にあり、環境的で社会的な要因は、確かに重要な要因として認められてはいるものの、治療過程にとっては付加的な要因としてしか見られていない。そして治療過程において環境的・社会的要因が大きな役割を果たすような事例の場合、治療者は「本物の」心理療法をしていないと感じるのである。

つまりWachtelは、ここで、そうした事例も、クライアントの心理的な福祉を向上させる努力である限り、立派な心理療法だと指摘しているのである。そしてその主張は、環境的で外的な要因への働きかけは、決して内的な要因への働きかけとは無関係で独立的な事柄ではないという、彼の考えによって裏付けられている。こうした彼の考えについては後述する。

私が直接に見聞きした範囲でも、クライアントの現実の生活を直接的に改善するような種類のアドバイスを与えたり、親や指導教員と連絡を取り合いながら環境調整を行ったりなどした事例を発表することを控えようとする心理援助者が多い。彼らは、そうした事例を「心理療法」ではないと感じているのだし、あるいはそうした事例を発表すると批判されると恐れているのである。

こうした感覚こそが、伝統的な心理援助の基本的な見方にとらわれた感覚である。Wachtelはそのような見方を打破しようとして、次のようにも述べている。

われわれに必要なのは、問題の力動の文脈化された説明、つまり、内的なものと外的なもの、個人的なものと社会的なものとが互いに対立し合う選択肢として扱われるのではなく、本質的に結びついており相互に決定し合うものとして扱われるような説明である。(Wachtel, 2011a/2014, p. 55)

「内的」な影響力と「外的」な影響力という区別は、心理的な領域と社会的な領域との間の基本的な連続性と相互性をぼやかすようなやり方でしばしば用いられてきた。(Wachtel, 2011a/2014, p. 76)

別の著作において、Wachtel (2011b) はまた次のようにも述べている。

われわれが心理的なものと社会的なものを区別してしまうなら、両者の理解はともに貧弱になる。
(Wachtel, 2011b, p. 228)

さらにまた別の著作において、Wachtel (2008) は次のように述べている。

「内的なもの」と「外的なもの」という区別そのものが、精神分析において観察を理論的枠組みに組み込む際の、その特定の組み込み方がもたらした人工的産物なのだ。(Wachtel, 2008, p. ix)

内的状態も、外的な出来事も、いずれかが他よりも基本的であるとか基礎的であるとかいうことはできない。それらはそれぞれ互いの一部分なのであり、分離できないものであり、互いに参照しあうことなしには十分に理解することのできないものである。(Wachtel, 2008, p. 113)

これらのWachtelの言葉は、単に伝統的個人心理療法の見方か、システム論的な見方かという二分法を超えて、その両者を相補的なものとして見る見方、統合的に見る見方を提唱するものである。

このような上位の見方に立つとき、伝統的な個人心理療法の基本的な見方と、家族から社会や文化までをも含んださまざまな環境的要因のシステム論的で文脈的な見方とは、もはや決して相対立するもの、あれかこれかのものではなくなる。そのときには、われわれの中にも、心理療法らしい心理療法と、環境調整が中心の「心理療法」ではない仕事、を区別して捉えるような感覚もなくなるだろう。

また、このことと深く関連しつつ、Wachtelが言う環境要因は、単にクライアントを取り巻く家族や学校や職場の具体的な対人関係だけにとどまるものではないということに注意しておく必要がある。

たとえば彼は「現代社会の病は、心理学の問題を経済学で解決しようとするところから生じて

いる」(Wachtel, 1983)と述べているように、彼の論考によれば、クライアントの心の問題は、政府の金融政策、エネルギー政策、企業の雇用システム、メディアの論調、消費者の消費行動、などなどとも密接に関連しているものなのである。彼は次のように述べている。

現代の生活においてあまりにも重視されている物質主義的な価値や努力は、多くの人々の生活と自己感覚の基礎となっている。こうした力動に捕らえられた人々に対して、治療者は、それらのストレスが、幅広く共有された社会的・文化的・経済的な諸前提と、そしてまたこうした諸前提が生み出す具体的な生活のあり方と、いかに複雑に絡まり合っているかということをよく理解していなければ、彼らの内的葛藤と「心理的」ストレスをうまく治療することはできない。(Wachtel, 2011a/2014, p. 53)

3. 伝統的な心理療法とハラスメント相談

「はじめに」のところで述べたように、われわれの多くは従来の学生相談に加えて、ハラスメント相談という新たな相談領域を経験するようになった。そしてそのことで、伝統的な心理療法の基本的な考え方が持っている問題により具体的に現場において直面せざるをえなくなった。以下においては、これまでの考察を踏まえつつ、そうした現場での経験から、伝統的な心理療法とハラスメント相談との違いや共通性について考えてみることにしたい。

3-1) 伝統的な心理療法の基本的な見方のハラスメント相談への不適合性

そもそも、伝統的な個人心理療法(カウンセリング)は、苦悩を抱え、問題を呈している個人を治療することを目標として掲げている。あるいは、そうした個人を成長へと導くことを目標として掲げている。前者は医療モデルと呼ばれ、後者は成長モデルと呼ばれるが、いずれにせよ、苦悩を抱え、問題を呈している個人を対象とし、その個人に変化をもたらすことを目標としたものであることに変わりはない。気づき、洞察、自己理解、他者理解、体験過程などの変化、人格の変化、学習の生起など、理論的な概念や着眼点は様々であるが、さまざまな学派の心理療法は、いずれも苦悩を抱え問題を呈している個人が個人的に変化することを目標としている。

多くの学派の心理療法においては、面接室におけるクライアントとセラピストとの間の人間関係の中で変化が生じることを重視し、クライアントとセラピストとの間の人間関係に特段の価値を与えている。とりわけ、精神分析的ないしは心理力動的な学派の心理療法では、クライアントの心の内部に埋もれていた、問題を孕んだ過去の人間関係の表象が、セラピストとの間で再現されるようになると考え、このことを非常に重視する。そして、クライアントの内部に長年にわたって埋もれていたものは、クライアントとセラピストとの人間関係の中に再現され、そこで癒やされると考える。

そのように考えるからこそ、伝統的な心理療法では、援助の仕事は基本的にすべて面接室のなかだけで完結してしまい、現実の生活環境との接点を失ってしまう。

そのことは、以下のような点に表れている。たとえば、クライアントに宿題を出して、面接室の外で、クライアントが現在の現実の生活環境の中で何らかの新しい行動（考え方）を試みるよう促すことをしない。クライアントの現在の生活環境について積極的に調べ、そこに何らかの変化させる必要のある要因を見出し、変化させようと試みることはしない。クライアントの現在の生活環境における重要な他者と、（クライアントの理解と了承の下に）積極的にコンタクトを取ろうとはしない。クライアント自身による現実の生活環境についての評価に関して支持も修正もせず、中立であろうとする。

このような伝統的な心理療法の基本的な見方とは対照的に、ハラスメント相談におけるクライアントは、苦悩を抱え、時に問題をも抱えながらも、まず第一に、自らが変化することを求めているわけではない。クライアントが求めているのは、現在の生活環境における特定の人物の行動の変化である。その人物の行動がクライアントに苦痛や苦悩をもたらすとクライアントは考えているのである。

この訴えの性質が、すでに伝統的な心理療法の見方との間に不調和を生じさせる。心理援助専門家の多くは、このように訴えるクライアントを前にして、これは心理療法の適用範囲外の相談であると考えられるかもしれない。

またハラスメント相談は、調査、判定、処遇といった一連のプロセスと結びついたものである。調査、判定、処遇の主体はクライアントと申し立てられた加害者が所属する組織における権威であり、そこには権力が伴う。クライアントは自分ひとりの力では対処できないと感じ、所属する組織の権威の力に解決のための助けを求めているのである。ハラスメント相談は、主として、このような訴えの入り口となる相談である。このような点においても、ハラスメント相談は、伝統的な心理療法とは確かに明らかに異なっている。

このように、確かにハラスメント相談と伝統的な心理療法とは、一見したところ、非常に異なっており、ハラスメント相談は心理援助職にとって特殊的な相談領域であり、心理援助専門家の仕事というよりも、弁護士や特定社会保険労務士の仕事ではないかと考える者さえあるかもしれない。

しかしながら、ハラスメント相談と、伝統的な心理療法とは、一見したところほど異なっているわけではなく、両者の間には実は非常に大きな重なりがある。その重なりは、伝統的な心理療法の側からはあまり明確に注目されることがなかったが、そこに明確に注目することは、心理療法の援助的なポテンシャルを解放し、クオリティを高める上で非常に重要であると考えられる。

3-2) 伝統的な心理療法とハラスメント相談との重なり

上述のように、ハラスメント相談と、伝統的心理療法とは、実際にはかなりの重なりがある。

ハラスメント相談におけるクライアントは、変化すべきは自分ではなく、現在の生活環境における他者の有害な行動であると訴えている。しかし、多くのクライアントはこうした訴えに際してかなりの葛藤を示すものである。クライアントはもちろん自らが苦悩を抱えていることについては確かなのであるが、その苦悩の原因についてはかなり複雑な思いを抱いていることが普通である。最初からはっきりハラスメントだと訴えて来談した場合でも、その対話のプロセスでは「これはハラスメントなのでしょうか」と、揺らぎながら問いかけてくることも多い。そもそも「相手が悪いのか、それとも自分が悪いのか」と、果てしなく自問した挙げ句に、ようやく相談に踏み切ったというようなケースもしばしばある。

これと関連して、心理療法として来談しているクライアントの場合でも、その面接過程でさまざまなことが語られるうちに、実に虐待的な環境で生活していることが明らかになる場合もある。そのクライアントの自信のなさ、自己否定、自己侮蔑といった自己感情、そのクライアントのノンアサーティブで萎縮的な行動、そのクライアントの逃避的な行動、そのクライアントの過去の家庭環境における虐待的経験、そのクライアントの過去のいじめられ体験、そのクライアントの現在の生活環境におけるいじめられている現実。これらはすべて連鎖し合い、相互に原因-結果の連鎖となって長期にわたって形成され続けてきたのであるし、現在も形成され続けているのである。

ハラスメント相談でも、伝統的な心理療法でも、いずれの場面でも、クライアントは、カウンセラーからするとシンプルに被害者だと見える場合において「私は被害者を受けました」と単純に言えず、複雑な思いに絡め取られていることがしばしばある。あるいは、カウンセラーからするとさほどシンプルに被害者だとは見えない場面において、過剰に「私は被害者です」と強弁しているように感じられることがある。あるいは、カウンセラーからするとシンプルに被害者だと見える場面において、過剰に「私が悪いんです」と強弁するように感じられることもある。

このような葛藤を探究し、そこで働いている防衛の力動のあり方をクライアントとともに理解していきながら、加害-被害の現実を見極めていく作業は、ハラスメント相談であれ心理療法であれ、心理援助専門家によるきめ細かな専門的技術を必要とする点において何ら変わらない。

また、ハラスメント相談における多くのクライアントは、何よりもまず自分の苦しみを理解されたいと願って相談に訪れるのだということも、ここで取り上げておこう。もちろん、相談に訪れた時点でなおハラスメントの渦中にあるクライアントは、権威によって何らかの実際的な救済措置がなされることを求めている。しかし、そうした救済措置も、苦しみの理解によって裏付けられたものであるときに初めて、クライアントを心理的に助けるものとなる。せつかくの救済措置も、いかにそれが実際上の被害を停止させたとしても、そのクライアントの苦しみがハラスメ

ントによってもたらされたものだという社会的な認識を伴わないままになされたものであるなら、クライアントの心理的な傷つきを回復させる助けとはなりにくいであろう。

もちろんハラスメント相談は、通常、ハラスメントの認定をする場ではない。ハラスメントの認定は、あくまで調査委員会や人権委員会が行うことである。ハラスメント相談におけるカウンセラーは、ハラスメントの認定には関わらず、その点に関しては組織が定める制度に則ったハラスメントの調査に委ねることを説明し、その手続きに入るかどうかを扱うことが普通である。それでもなお、カウンセラーは、クライアントが、自分の苦しみを理解されたい、被害を受けたと社会的に認められたいと願って相談に来ているのだということを理解している必要がある。クライアントは、自らの体験した出来事が社会的にどのように意味づけられるかを問題にする構えをもって相談に来ているのである。そして、クライアントは、カウンセラーを、社会を代表する存在と見なし、カウンセラーの反応を敏感に伺いながら話しているのである。

このことは、多くの通常の心理相談についても言えることである。クライアントやその家族にとって、カウンセラーは社会を代表する存在であり、カウンセラーの反応は、社会的な意味をもっている。クライアントやその家族は、面接中のカウンセラーの反応から、クライアントが大学に行けないのは、ただ甘えているだけなのか、病気なのか、環境的な問題の犠牲者なのか、といったことをカウンセラーの反応から敏感に読み取ろうとする。カウンセラーがいかに関心を選んで中立的であろうとしても、クライアントやその家族は、カウンセラーの態度や表情や言葉の綾や声のトーンなどから、こうした意味づけを読み取る。いくらカウンセラーがそのような役割を拒否したいと願ったとしても、そこから自由になることは決してできないのである。

4. おわりに

以上、伝統的な個人心理療法の基本的な考え方がいかに個人の内面の要因のみに焦点づけ、環境的、システムの要因への注目を排除しがちであるかを見てきた。そして、そのことによる不具合が端的に表れてくるのが、ハラスメント相談の現場であることを見てきた。その一方で、ハラスメント相談と伝統的心理療法とは、一見して思われるほど異なったものではなく、実際には似ているところ、共通するところもあるということも見てきた。

本稿で展開してきたような議論に従えば、心理療法（心理相談）は、クライアント個人の内面的な要因のみに焦点つけて完結できるものではなく、クライアントを取り巻く、そしてクライアントとセラピストを取り巻く環境やシステムの文脈において捉えることが必要なものである。

また、ハラスメント相談は、クライアントが問題だとする生活環境内の他者が変化すればそれでよいというものではなく、そのことについてのクライアントの思いや感情、クライアントにとっての意味などを扱う必要があるものである。

両者をそのように捉え直すとき、両者はもはやそれぞれ別個の領域とは言えないほど重なり of 大きいものとなり、むしろそれらは連続したスペクトラムを形成するものと見た方が適切なものとなるであろう。そのとき、典型的な心理相談はそのスペクトラムの内面的な要因の比重が大きい極に位置する相談、典型的なハラスメント相談はそのスペクトラムの環境的な要因の比重が大きい極に位置する相談とは言えるだろうが、その境界線はきわめて曖昧で、その中間には両者の要素がさまざまな比率で入り混じった多様な相談が連続的に存在すると考えられるだろう。

現実には、どのような心理相談においても、現実の環境の要因や、システムの要因は同じように作用している。そのような要因が作用していない相談はない。単に實際上、あまりそれらの要因をあからさまに扱わないで進めてもさほど大きな支障がない相談があるというだけである。

同様に、どのようなハラスメント相談においても、個人の内面の要因は作用している。ただ、實際上、そこをあからさまに扱わずに、単に、實際上、クライアントの生活環境内の他者の行動だけを問題にするだけでよい相談があるだけである。

ただし私は、通常、想定されている以上に多くの心理相談において、環境的・システム的な問題を考慮する必要があると考えているし、また、通常、想定されている以上に多くのハラスメント相談において、個人の内面的な要因を考慮する必要があると考えている。それゆえにこそ、この両者を連続的なものと捉え、個人内要因、環境要因、システム要因の相互作用を常に想定する見方に立脚することが必要だと考えている。

心理援助とハラスメント相談とを別のものとして捉える捉え方こそが、心理援助が全体として備えているはずの潜在的な治療力を低下させ、そのポテンシャルに制約を課している。新しい時代に向けて、新しい見方によって、心理援助のポテンシャルを新たに解放していく努力をしなければ、われわれの実践は力も輝きも失ってしまうであろう。それどころか、有害なものとなってしまうかもしれない。本小論はそのための私なりのささやかな努力である。

文献

- American Psychological Association (2007) Guidelines for Psychological Practice with girls and women. *American Psychologist*, 62-9, pp.949-979.
- Herman JL (1992) *Trauma and recovery: The aftermath of violence from domestic abuse to political terror*. Basic Books. 『心的外傷と回復』 中井久夫訳 (1996) みすず書房
- Hoffman L (1981) *Foundations of family therapy*. New York: Basic Books.
- Sue DW & Sue D (2008) *Counseling the culturally diverse: Theory and practice. (5th ed.)*. New York: John Wiley & Sons.
- 田嶋誠一 (2011) 『児童福祉施設における暴力問題の理解と対応: 続・現実に介入しつつ心に関わる』 金剛出版
- Wachtel PL (1983) *Poverty of affluence: A psychological portrait of the American way of life*. The Free Press. 『豊かさの貧困』 土屋政雄訳 (1985) TBSブリタニカ
- Wachtel PL (2008) *Relational theory and the practice of psychotherapy*. The Guilford Press.
- Wachtel PL (2011a) *Therapeutic communication: knowing what to say when. (2nd ed.)*. The Guilford Press. 『心理療法家の言葉の技術 第2版』 杉原保史訳 (2014) 金剛出版
- Wachtel PL (2011b) *Inside the session: what really happens in psychotherapy*. American Psychological Association.