

日常をまなざす心の作業としての心理臨床

谷 野 幸 子

1、はじめに

「でもボクはこのままいく」。高1から不登校となつて一室に引きこもり、17歳の秋に臨床心理士である筆者と訪問面接で出会って後、計13回目の面接で彼が放った言葉である。きっぱり言い切られたこの言葉は、彼が自身の人生を引き受けていくための定期面接のスタートを決定付けるものとなった。たとえどのような過酷な背景があったとしても、自分はこの日常の中で生きていくという宣言である。

「一生の仕事かあ」。婚約者の裏切り、妊娠中絶。必死の心の作業を続けながら、並行して進められた卒業のための研究や就職試験。自ら課した日常の全課題をクリアし終え、巣立つ時を目前にして発せられた言葉がこの一言であった。自分が今生きるのはこの道。全身の力みが抜け、柔らかな笑顔と共に出てきたその一言は、真の日常に今帰りつく彼女の思いを凝縮しているかのように思われた。

日常はクライアントにとって、そこにいてそこに帰るところである。心理臨床の場で出会う人たちは、日常に亀裂を抱え、現実と折り合えない課題や症状を抱いて来談するが、彼等が日常の中で生き、その一部の時間を切り取って臨床家と出会っていることを忘れてはいけない。かつて精神医療では、治療の必要性という名目による長期入院が逆に患者の社会への適応を阻害したという苦い体験がある。確たる治療法のない時代から薬物療法の時代へと大いなる展開を遂げた精神医療も、生きて生活するという人間の本質をないがしろにしては大きな後悔を残すことになったのである。

河合（2003）が指摘するように、心理臨床において心的内界を重視する立場の心理療法では、面接場面と日常との境界をなす治療枠が強調される。その治療枠は、心理臨床の場の広がりに伴い、また、クライアントの状況によって、時に敢えて超えられる場合も生じるのであるが、それに関して積極的に論じた研究は少ない。治療枠の性格に関連し、大山（2005）は、「クライアントは、日常性に突然に生じた深淵に出会った時点で、すでに日常性から疎外されて異なる世界へと開かれているのである。したがって、心理療法家の仕事とは、けっしてクライアントを日常性から離脱させることではない。日常性から強烈に疎外されると同時に日常性への沈潜を始めたクライアントが、もう一度あらたな日常性を創造するまで寄り添っていくことである。すなわち、日常性の否定と日常性への内在という矛盾した契機を含む『臨床性』を生き抜き、新たな日常性に着地することに寄り添うことである」と言う。心理臨床の現場にあるとき、これはまさしく実感である。クライアントは日常にありながら日常に疎外され、それに目覚めるからこそ日常の中

の存在として心理臨床家のもとを訪れると考えられる。とすれば、心理臨床において心理臨床家は彼等の日常をまなざすことを恐れてはならないだろう。しかし、大山が「日常性に暗い深淵をもたらす大きな力と接していくためには、その力が強大で尊厳をもって扱われるべきであればあるほど、よりしっかりした場を用意する必要がある。そうでなければ、私たちはその巨大な力に飲み込まれてしまうことであろう」と指摘するように、クライアントと共に心の作業と取り組む心理臨床家は、クライアントの日常の扱いに無防備であってはならないだろう。クライアントの日常はクライアントのものであり、そこに生じた深淵の深さを体感するのはクライアントでしかありえず、心理臨床家はその日常を垣間見るだけの存在に過ぎない。

筆者は、心理臨床家はその臨床プロセスにおいて、クライアントの実感に従ってクライアントの日常をイメージし続ける時、そこからクライアント独自の枠が立ち現れるのではないかと考える。そのイメージは時に手助けのサインを伴う場合があり、その時はクライアントの先導によって、それを行うことがプロセスを促進するのではないかと考えている。それは、クライアントの日常をまなざしながら、クライアントと共に心の作業を行っていくあり方である。

2、心理臨床と現実をめぐって ― 既存理論との対比 ―

心理臨床と現実とのかかわりについて、クライアントの生活を重視する村瀬（2004b）は、「心理療法というものを使うひとが見落としがちなのは、二人関係ですとか、治療者関係ですとか、いま内的な成長がどれだけ進んでいるかということが、目的のすべてのように思いがちですけど、それはたまたまその人の生活全体がよりよく適応的になるための一助にしか過ぎない」と指摘し、当人を含めた様々なリソースや周囲のサポート的なファクターによっては能動的なかわりを抜きにすることができないとしている。村瀬（2004a）はまた、「心理臨床の営みにおいて、ことに当たっての理解とそれへの対応に際しては、この時間と空間との軸を考えること、言い換えれば、全体を捉えつつ目的に沿って焦点づけた観察と思索がバランスよく行われると、より現実的で適切な援助が行える」と主張する。村瀬の言う能動的なかわりは、心理臨床家がクライアントの時間的・空間的全体を捉え得ることを前提に、いわば臨床家を起点として始められる現実への直接的働きかけを示すものと見て取れる。筆者は、村瀬が言うように、現実的手助けを必要とする事例が確かに存在すると考えている。しかし、一方で、人はそれほどに他者の全体を見渡せ得るものなのかという疑問を持つ。心理臨床家の立場において、クライアントを取り巻くどれだけの事実を心理臨床家はその手にすることが可能なのだろうか。

心理臨床において、日常は次の3つの現実として考えることが可能であろう。第一に、クライアントが捉え心理臨床家に語る現実（クライアントにとっての日常）、第二に、クライアントの日常にあるクライアント以外の第三者から寄せられた情報としてのクライアントの現実（第三者にとってのクライアントの日常）、そして第三に、それらの情報や目のクライアントから心理臨床家がめぐるクライアントの現実（心理臨床家が思い描くクライアントの日常）である。第一は当人との面接において、第二は、面接初期の見立てのための面接や併行面接における家族面接の中などに表現されるものである。そして、第一、第二の内容は、必ずしも一致しない。それらに対し、心理臨床家は想像力を働かせ第三の日常を自らの内に作り出す。ここで、村瀬は第三

の現実、限りなく客観的事実としての現実を重ね、あるいは、求めていると考えられる。そのように考えていくとき、村瀬の言う「全体を捉え、目的に沿って焦点づけた観察と思索がバランスよく行われる」ことは、心理臨床家に非常な高みを求めるもののように思われる。しかし、全体が捉えられなければ、目的に沿ったはずの思索はバランスを欠き、能動的な動きはクライアントの真実を離れた操作に過ぎなくなる。村瀬（2004a）は、援助者に求められることは、「援助者が良かれと方向性を決めてクライアントに操作的に向かうことではあるまい」と言及している。筆者はその考え方にも賛同する。そしてまた反面、村瀬が言うように操作的でなく援助を行うことは決して簡単ではないとも考えるのである。もし現実の全体を捉えることが可能だったとして、多くの情報を手にして具体的な援助に取り組もうとすると、人はどれだけ非操作的になり得るのであろうか。山上（2004）が村瀬の著書の書評において、「まっすぐに正しいことは心地よいことである」と賛辞を送りつつ、「自らを省みて（中略）正しいことはむずかしいことであるとも思うのである」と記している。山上は村瀬の姿勢全体をこのように形容しているのだが、筆者は上記にも言えることであろうと考える。村瀬の到達したあり方は切れる刃物にも例えられよう。それは時と対象と使う人が選択され慎重に使用されるべきものであろう。筆者は、村瀬のあり方は、表現が困難で保護が必要なクライアントにおいて、第一に考えられるありようではないかと考えている。どのような形であれクライアント自身が表現可能な時、心理臨床家はクライアントの語りからクライアントの暮らしをイメージしつつ、クライアントからのサインの先導により現実的助けを行っていくことが肝要なのではないだろうか。

現実との接点については、心理臨床の実証性を強調する立場からも論じられている。下山（2004）は、臨床心理学の新しい形としての構造を提案し、「中心となるのはアセスメント（assessment）と介入（intervention）によって現実にかかわっていく臨床過程である。」と言う。そこでは、「データに基づいて問題のアセスメントを行い、ケース・フォーミュレーション（case formulation）として問題の所在と問題解決に向けての介入方法についての仮説（見立て）を形成し、それに基づき介入」と言う。その基になるのはデータ収集であり、実証性が強調される。

ところで、心理療法のプロセスは、必ずしも直線的な推移を示すわけではないであろう。引きこもりを例にとれば、引きこもりから脱するためにこそ内面の課題と取り組み、苦しみを味わう。そのようなプロセスにおいて、下山の言うアセスメントの指標はどのようなものになるのであろうか。内面の作業を伴う心理臨床において、心が形あるものでないだけに、多かれ少なかれブラックボックスは存在すると考えられる。それは力をためる時期でもあろう。心理療法家はブラックボックスが次の展開につながることを信じ、次のサインがクライアントの中から出てくるのを待つばかりである。このとき実証的な意味でのアセスメントは成立しにくい。実証的なデータに基づくことを前提とする下山の構造論は、土台となる理論を異にする認知行動療法を前提にするものであり、構造論は結局技法論に帰着するように思われる。下山（2001）は、「近年の日本の臨床心理学は、心理療法での枠組みで個人の心を社会から切り離し、その中で心の深層に焦点を当てる方法論を中心に発展してきたといえる」とも言い、心理療法のあり方そのものについて危惧しているのである。しかし、実際、個人の心や心の深層は、その本質として、社会から切り離して存在しうるものなのであろうか。換言すれば、クライアントの心は、簡単に社会から切り離さ

れるほどに孤立したものなのかということが疑問となる。

河合（1992a）は、「心理療法は最初は相当に限定された意味をもって出発したが、人間の心にかかわることは、結局は人間存在全体にまでかかわってくるので、人間の生き方や人生全般のことまで考えないと、心理療法を行うことができなくなってしまう」と言う。また、「心理療法とは、悩みや問題の解決のために来談した人に対して、専門的な訓練を受けた者が、主として心理的な接近法によって、可能な限り来談者の全存在に対する配慮をもちつつ、来談者が人生の過程を発見的に歩むのを援助すること、である」と続け、「『主として心理的な接近法によって』と、わざわざ『主として』をいれたのは、場合によっては環境の調整が必要であったり、身体的なアプローチを必要とすることがあるからである」と述べている。実際、河合（1992b）は事例検討の場で、「セラピストがもう一つやらなきゃならないのは、まったく、非常に現実的に方針をたてなければいけないということです。現実的方針として、この子はこういう内的に深い問題をやりつつなおかつ学校へ行った方が得か、一年遅れてもこちらの方をやってから行った方が得かということ、これはもうrealisticに判断していいわけです。」と発言し、心理療法では内的な作業を進めながらも、クライアントの現実である日常を切り離してはならないことを強調している。河合の見地からは、深層心理を扱う心理療法にあっても、筆者が論ずる「日常をまなざす心の作業のあり方」は可能になると考えられる。

認知行動療法では、表面に現れた課題を評定するが、当然ながらクライアントの感じる評定も含まれる。心理臨床はクライアントの捉えるものから離れることはできない。筆者はクライアントと共にしたプロセスの最後に、「あなたに会えて良かった」という言葉を聴き、自らの目的が達せられたと感じた。心理臨床という営みは、「原因—結果」というように「治す—治される関係」ではなく、実は、「会えて良かった」という言葉に象徴される包括的な事態を目しているのではないだろうか。実証性は客観性を示すかに見え、そればかりが強調されれば、心理臨床が人と会っているという本質から目を背けることに通じてしまうであろう。多様化する時代にあって、心理臨床が提示する方法もまた多様性を求められ、選択はクライアントの手に委ねられる。

3、限りある命の采配の中で — 生きるということへのかかわり —

命には限界がある。それは誰しもが知ることである。しかし、精神障害者の入院が当の患者の命の時間や生活の時間を消費していることを、どれだけの人が意識していたのであろうか。心理臨床においても、命と直結する例外的な場を除いて、クライアントの生活時間の消費が大きく意識されることは少ないのではないだろうか。しかし、人は時に命の終わりの唐突さに驚かされる。

<事例1> クライアント：A、70代男性

Aは四肢に軽い麻痺があり、リハビリを専門とする病院に訓練と社会復帰の準備のために入院してきた。生活には車椅子が必要とされ、退院後は娘の家を改造して受け入れられることになっていた。彼は無気力で反応が少なく、痴呆を疑われて心理部門に送られた。筆者は暫くの時間をAのこれまでの生活を聴くことに費やし、知能検査を行った。検査の結果、彼の能力に問題は認められず、むしろ、Aの語りからは人生に裏打ちされた豊かさが感じられた。筆者は入院患者を対象とするグループ・アプローチの場（谷野，1986）をAに紹介し、Aは、「何の役にも立てま

せんよ」と言いながらも週一回のグループに参加するようになった。当初、グループでのAは無口であったが、折りしも終戦記念日が近づき彼の語りが始まった。興味を示したメンバーの後押しもあってグループ場面で「Aの話を聴く会」の様相を呈した頃、元気になったAの退院後の受け入れについて、再度の話し合いがもたれた。その時、Aはきっぱりと自宅への退院希望を伝えたのである。自宅はささやかな店を営んでいたが既に古く、車椅子での生活を支える大きな改修は困難であった。また、年老いた妻との二人暮らしとなり、介護の手も十分とはいえなかった。しかし、Aは、車椅子を店の土間に置き、昼間はそこで過ごす生活を選択した。スタッフも折れて早々に退院が決まった。Aは面接やグループ場面で、店を築いてきた道のりや近隣での自らの位置づけ、絆について語っていた。Aの自宅には、Aがそこにいるだけで、生きて掴んできた大切なものが集ってくることが言葉の端々から伝わって来た。それがたとえ土間であろうと、彼が生きて行くエネルギーがそこから生まれることが筆者には実感された。Aはグループメンバーに別れを告げ、退院していった。

数ヶ月後、妻の丁寧な礼状と共に、Aの車椅子が病院に寄付されてきた。Aは心臓発作によって他界した。妻の手紙には、亡くなるまでの数ヶ月間、不自由ながらも幸せな時を過ごせたことへの感謝の気持ちが記されてあった。

<事例2> クライアントB：60代男性

Bは老人ホームに入所していた。入所前と同様、ホームにおいてもBは孤立し、目下の課題は入浴拒否であった。隘路打開を求めて、隔週に施設を訪れる筆者との面接が計画された。初回、Bの話は途切れがちで前後が錯綜したが、都会の大学に進学して古書店街で楽しんだコーヒーの美味しさが語られる頃にはダンディーな青年に戻っているかのようなようだった。面接終盤にBは水虫が酷いと嘆き、靴下下の皮膚のただれに筆者は息を呑んだ。Bは、「痔が酷くて・・・、どうしたら良いと思いますか」と続けた。医師も薬も否定的なBに、筆者は血行改善が大切だということを告げ、Bが入浴しないのでスタッフが心配する様子を伝えて、「そろそろ”入ってやる”のはどうだろう」ともちかけた。入浴の問題は解消し、Bは面接を心待ちにするようになった。スタッフとの壁が取れ、背景を知ったスタッフが疎遠だった息子との面会に積極的になり、久々に交流が再開された。まもなくBは急速に衰え始め、ある日誤嚥によって他界した。

筆者が知る限り、二人の早い死は周囲の誰もが予測してはいなかった。しかし、筆者と二人との出会いやその後の過程を顧みると、一連の出来事は彼等の“来る死”を前に、あたかも予定されたものであるかのように嵌まり込む。彼等と筆者との出会いは、彼等が生きたことを語り、今を生きるあり方を選び取る機会となった。筆者が彼等と歩んだ短いプロセスは、筆者の力を超えたところで彼等の残りの命を生きることに繋がっており、彼等は自らの人生を生き抜くために、その時、筆者との出会いのありようを選択したようにも思える。それは恐らく意識されたものではないであろう。しかし、二人にとっては、筆者との出会いのときが、生きる転機の「その時」として働いたように思えるのである。

人は自らを生き切ろうとする時、自らの中に「時」の存在をみるのではないだろうか。それは生きる日常の全てを包含した生きる主体の感覚であり、自らは力及ばぬところの采配に身を委ね

ながらも、自身で「その時」を選ぶのではないだろうか。そうすることによって、人は人生の節目を越えていくのかもしれない。そうだとすれば、クライアントの人生の一部を切り取り、共に時を過ごす心理臨床にあっても、心理臨床家はクライアントの暮らす日常や人生の時間に思いを致し、クライアントの内なる実感からの叫びに耳を澄ましていくことが肝要となろう。筆者がクライアントの日常をまなざすあり方として、クライアントの実感の先導によることを考える一つの理由である。またそれは、クライアントの力を信頼するあり方でもある。

4、クライアントの日常の時間枠(1)ークライアント自らが設定するタイムリミットー

命の時間のみならず、心理臨床においては、クライアントの日常にかかわる時間枠がしばしばあらわれるように思われる。クライアントは、自身の中に暫定的なタイムリミットを設定し、それを自らの生きる原動力とすることがある。

<事例3> クライアント：C、10代男性

Cの家は山あいの町にあった。10代で早世した兄に代わり、婿を取って跡を継いでいた母はCが中学生の時に家出し、老齢の祖父母と無口な父の下にCと弟二人が残された。まもなくCは、志望していた地方都市での進学を断念し、地元の高校に進学したが、早々に期待とのずれに直面する。6月、夏服が調わないことを機にCの不登校が始まった。高校に戻ろうと努力もしたが、予期せぬ事態も重なり起きて、終に退学せざるを得なくなった。不眠に陥り精神科を受診したが効果はなく、Cは荒れて一室に引きこもるようになった。やがて地元相談員の訪問が開始されたが解決の糸口はつかめず、地方都市の公的機関に相談が持ち込まれた。料金は無料である。

筆者がCの家を訪問し、相談員の橋渡しでCと会った時、Cのひきこもりは既に1年以上を経過していた。初回訪問でCは自ら経緯を語った。Cは同級生に2年の遅れをとっていることを焦っていた。診察により重篤な疾患はないことが確認され、数回の訪問面接の後に共に外出し、それ以降は来談による面接が可能となった。面接はその都度約束され、ファンタジーに彩られた内的世界と現実的な高校再受験の希望などが交錯するように語られた。2ヵ月後の年末、同年で他界した伯父と自分を重ねていたCは高熱に襲われ、「生きていたい」と思う自分を発見した。久しぶりに来談したCは、胸に秘めてきた数々の思いを語り、「でも僕はこのままいく」と言い切った。その後、Cの激しく苦しむ面接が続き、遂には入院も口にしたが、再度医師と会ったCは定時制高校への進学希望を伝え、一步を踏み出すよう背中を押された。戸惑い哀願するような眼差しを筆者に向けるCに、筆者は1度だけの約束で共に高校や職安に向向くことになる。しかし、その後もCは進学手続きについて必要な援助を家族に切り出せない。「狂いそうだ」と苦しみ家出をほのめかすCに、「狂ってもその時はそのままこへ来れば良い」と応じた次の回、Cの来所はなかった。電話を入れると祖母を相手に暴れている最中であり、筆者はCに代わって祖母に希望を伝えた。

再進学を果たしたCのその後の動きはめざましかった。自ら仕事先を探し、昼はアルバイト、夜は遠距離通学を開始し、ほどなく大学検定に合格した。その後、恋と大学受験の間を揺れることもあったが、大学への入学を果たした暫く後に筆者の元を去って行った。(谷野, 1985)

Cは早い時期から同級生に後れを取ることを懸念しているが、当初、筆者はCの内面に目を向け、彼の「時」へのこだわりについては耳を傾けるにとどめている。それは具体的な形を伴わず、Cの焦りとして筆者に映った。しかし、「僕はそのまま行く」という象徴的な言葉でCの姿勢が定まり面接が定期的になった後、筆者は一度ならず意図的に治療枠を踏み出して、Cの求める日常での手助けを行った。それはとっさの判断であったが、『現地を見てきたい』、『手続きをしたい』というCの日常への希求が強く筆者に伝わり、Cが動くしかないところにきていることを直感したからである。筆者が敢えて治療枠から踏み出した後のCは、まさに水を得た魚であり、外部との接点に筆者を必要とすることはなく、自らの目標に向かって自力で道を切り開いていった。筆者の助力はCを依存的にさせることもなく、むしろCのスタート台になったように思われた。Cが自ら作った新しい着地点としての日常は、等身大に同級生と肩を並べる「時」を重視したものであった。受験時期は一旦通過させれば、また1年間の時間を必要とする。同級生と並ぶことへの時間枠は早い時期からCの背景としてあり続けたが、受験時期という現実の時間と遭遇し、Cの中のタイムリミットは実体のあるものへと変化したのであろう。Cが強く時間枠にこだわることによって、Cの日常をまなざしてきた筆者の動きが引き出され、総体としてCの等身大への動きも促進されたとと言えるのではないだろうか。

ここで、筆者がCの日常へのかかわりを決めた際、Cの「時」への思いに加え、Cが筆者に援助を期待する背景への判断が働いたことを記さなければならない。仮定することは難しいが、Cの家族のリソースとしての貧しさがなければ、筆者の判断もまた形を変えていた可能性がある。Cの「時」に遭遇し、それまでの日常を含めたCのイメージを描き出す作業から、筆者には総体として、「今、自らの動きが必要」との直観が生じたと言える。

5、クライアントの日常の時間枠(2) —あらかじめ設定された場の時間枠の中で—

<事例4> クライアント：D、20代女性

Dは結婚を前提として交際する恋人がいた。共に翌年春に卒業を控え、恋人の就職先が決まれば共にその地に赴く予定であった。しかし、ある朝突然にDは別れを告げられ、同時に妊娠も判明し、混乱して学生相談の場に訪れた。Dはどう生きるのか、面接では刻一刻変化する現実の事態と、それに対するDなりの対処の一部始終が語られ続けた。卒業を目前にしたDの日常には進路の問題や研究など課題が多く、その一つ一つを自らの力でクリアしながら、面接は途切れることなく継続された。そして現実問題の方向がほぼ定まったころ、Dの語りには「わからない」という言葉が頻回に出現し、失ったものに対する苦悩が続いた。更に3カ月が経過し、一つのエピソードを機会に「わからない」苦悩は「わからないということがわかった」として消失し、子供を亡くした寂しさがしみじみと語られ、更に1ヶ月後、Dは、「自分は亡くした子への申し訳なさを相手に責めることに向けていたが、それは自分に向くものだった」と述懐した。折しも彼女の心の中で育っていた胎児の出産予定の時期であった。Dは周囲が卒業で浮きたつ中、一人「燃えつき」と称して沈潜するように過ごした。時間の感覚が麻痺したように「何にもしない」一時期を過ごしたDは、駆け抜けた9か月を心に収める作業をしているかに見えた。Dは最後に、貰いものではない自分で作り出す自信の大切さなどを語り、ほどなく卒業の日を迎えて旅立っていっ

た。筆者には、Dが今を生きる何かをつかんだように感じられた。

心理療法の定義づけを試みた河合（2003）は、心理療法の本質を定義しているのは形式と内容であり、形式の多くは治療枠にかかわるものだという。河合は、時間、場所、料金といったリミットセッティングに加え、「さらにはそのような制限のある中で、特定の目標を立てたり、治療回数を限ったりせずに、治療をオープンな形に保つことである」としている。そこに期間の制限はあり得ない。しかし実際問題として、このような治療枠は心理臨床のすべての領域で確保できるものではない。近年、心理臨床の場は大きく広がり、それらの多くの場が、所属や身体的側面から設定された時間を基準に管理され、クライアントとセラピストの関係もその枠の中で規定される。河合も原則を崩さざるを得ない場合があることに触れ、「形式として狭義の心理療法の形をとれないものが、必ず表面的な相談になるとは限らない」と言っている。

Dとの面接は、卒業という、場の持つ所属の時間枠の中で進行した。Dとの面接には日常が溢れ、多くの起きている事柄がその場で語られた。急遽出てきた就職試験という課題を前に、Dは大きく動揺した。表面的に見えるその日常の問題は、自らの未来を失うということと直結し、内面と繋がるようであった。日常と格闘しているかに見えたDの面接は、やがて毎回沈黙が先行するようになった。面接場面と近接して多くの現実処理を伴う日常が、語りを始める前の時間を必要としているように見え、Dが取り組もうとしている課題の重さを感じさせた。Dの面接に残された時間は9カ月と定まっていた。それ以上にとどまることは卒業しないということである。筆者はDの語る日常の努力から、Dにとっての論文の完成と卒業は、期限の中で自分の立ち処を確保するための条件であり、喪の作業と併行して達成されなければならない必要な課題なのであろうと考えていた。定められた期間の終盤で、Dは恋人との問題が実は自らに返る問題なのだと気づいた。それは卒業が1、2ヶ月後に準備された時であり、Dも筆者もそれ以上を進む道は選ばなかった。まずは日常を確保するありようを共に生きようとしたのである。

大学在籍という時間枠は、あらかじめ設定された場の時間枠であると同時に、個々のクライアントの日常としてクライアント自身が設定する二重の枠である。Dはその時間枠の中で精一杯生きたように筆者には思える。これを機会にこのような対人関係をもつクライアントのあり方を面接で深め、内省を求めるという心理臨床のあり方もあるとは考えられる。しかし、Dの日常をまなざす時、以前とは異なるものではあるが、緩やかに確実にクライアントの日常を取り戻しそこへと戻るあり方が、このときのDが求め、また、必要としているものと筆者は捉えた。

青木との対談で村瀬（2004b）は、「そもそも援助というのは、とりあえず生きやすくなる手伝い」だと指摘し、青木も賛同して、「治療者は、（略）しんどいときの一時の支えであって、いかに消えていくか」だと言っている。人はその一生をかけて、あらゆる場で成長を遂げるものであろう。心理療法において、クライアントが大切に思う日常を考慮せず、その枠を越えるよう強制したり、枠を考えずに内面の問題を取り上げ、結果的にクライアント一人を深みに置き去りにするようなことは許されない。心理臨床家は、クライアントがとりあえず今をどう生きようとしているのかを含めてクライアントの捉える日常をまなざし、まずは人生の一時期を乗り越える手助けをするものではないだろうか。クライアントが自らの力を蓄えることで、次の「時」への助走が可能となるよう、制限の時間枠をも守りに変えるあり方が心理臨床ではないかと考えている。

6、クライアントが心理臨床から日常に持ち出すもの

心理臨床に日常が持ち込まれ、日常の場にクライアントの手で何かが持ち出されるとき、それらは相乗的に大きな力を発することがあるように思われる。

<事例5> クライアント：E、20代女性

Eは、大学が入学時に実施したメンタルヘルス関係の検査結果のフィードバックを希望して相談室を訪れた。内心気になることはあったが自ら切り出す気はなく、初対面の筆者の出方を待った。Eの検査結果は既成の枠に嵌りきらない特異さがあり、筆者は逆にEに心当たりを問いかけた。Eは、「何からやっていいのかわからない。人の言っていることがわからない」、と内心の懸念を打ち明け、「どう思う？」と問い返した。Eについての二人の探索が始まった。筆者は、Eの実感やEを介して母から得た成育歴、既往症から、Eの懸念する内容は軽度の発達障害から来ているものではないかと考えた。見立てた内容をEに説明し、Eの意向を確認しながら神経学的なものを含めた2, 3の検査を実施し、上記見立てにほぼ確信をもった。しかし、当時の環境にあって対策の手立てにめばしいものがなく、話し合いの末、上記懸念については経過を見ることで合意したとき、Eから新たな相談が持ち出された。高校時代からのリストカットをここで治したいのだと言う。母のみが知る秘密であった。

あらためて面接が開始され、リストカットはすぐに収まった。しかし、問題が目前にある時は自分で「不思議」と形容するほどに内面を眺め話す半面、そうすることはEには馴染みのない気恥ずかしいものでもあった。目の前の問題がない時は、独特の見通しのなさも手伝って、日程がぶつかり合い、直前キャンセルや予約なし来訪、延期などが続いた。4か月後、5回目の面接で、Eは「絶好調！」と報告し、暫く様子を見たいと申し出た。

半年後、Eは駆け込み同然に来訪した。久しぶりにリストカットが再発したのを教員に見咎められ、トラブルが大きくなってのSOSであった。Eは、リストカットについての教員の追及を嫌って相談室でのカウンセリングを引き合いに出し、教員は自分にすべてを打ち明けて頼って来ようとしないうちに苛立っていた。長時間に亘って留められ叱責されたEが、家で大泣きし大学を休み始めたことから、家族が憤慨して乗り出そうとしていた。Eははやる家族を押しとどめて来談し、筆者に双方への介入を求めた。筆者はこれを受けることにした。教員はEへの個人的な援助をしないことになり、母親は電話口で、Eが自分の弱みを他人に話したことへの驚きを伝え、筆者への一任を告げた。この騒動で、偶発的に家族の長時間にわたる語り合いが生れた。Eにとっては初めての家族の心からの声を聴く体験であり、家族の中に起きていた事柄（力動）を具体的に知ること、如何に自分が可愛がられてきたかを実感することになった。Eはその語り合いを「大きいこと」と形容し、「今はもう親から捨てられるとは思っていない」と語った。また、違和感を含めた全ての問題が一挙に消失し、自分の変化を「すごい！」と表現した。教員の援助なしを歓迎し、面接なしで「大丈夫！」と請け合った。Eの面接はそれが最終回となり、数か月後、Eは自発的に教員のもとに向いて融和を図り、教員はEの変化を感じとった。

クライアントの日常をまなざすことは、クライアントを見立てることに通じる。Eの場合、軽度の発達障害があると思われたが、それはEの語りに現れる日常の人間関係にも現われていた。

Eが相談室を訪れた当初の目的は、自分がどんな人間であるのかを自分で知ることであった。その経過から、Eは自分の違和感を明らかにするためには労力を厭わない様子であったが、結果を知るだけで満足し、それ以上を求めなかった。知識を取り込むことには積極的であるが、内省は苦手であり、友人とも表面の形ばかりを合わせようとするEの姿がそこにある。Eとの面接や全体の過程は、そのようなEの特質から若干異質性を帯びるものとなったが、筆者にはやむを得ないものと思われた。Eはアセスメントを通じて筆者とはかなりの関係性が生まれながら、内省的な面接に切り替わったのちも、率直に自分の内面を見ようとするときと、自分を第三者のように突き放す時があり、落差が大きかった。トラブルで来訪した時も、継続は「弱い人みたい」と拒否し、Eは自分流の処理を貫きたいように見えた。そんなときに、Eを取り巻く家族にとって大きな意味を持つ話し合いがもたれた。Eは自分の受けてきた愛情や、してきた行動の結果に衝撃を受ける。

その話し合いはまったく偶然に起きたことであるが、Eが心理臨床の場を訪れていたことと全く無関係ではないように思われる。Eは面接場面で自らを語る体験をしており、それは、「こんな考え、したことない」、「こんな風に話すの、初めて」と形容されるものであった。元来の分かりにくさをベースに、高校時代からは「誰も信じない」というところから出発し、表面のみを生きようと決めていたEであったが、面接は自ら心の中を見つめる作業であった。また、Eは筆者を「ほんとはちゃんと信じてない」と言いながら、面接が中断している間も面接室を拠点にしていた感がある。Eは意識せず「時」を知り、教員や親を筆者に繋いだのではないだろうか。

筆者が教員や親との接触を決めたのは、そのような家族の話し合いの到来までを見込んだものではない。Eにとって日常の一部である大学の所属学科の特徴や相談室との関係、Eの特質を誤解する周囲の状況の実感、一方では、休み続ける自分を律しようとし、周囲に巻き起こった事柄に振り回されるままにならず、親をも留めて要で事態を収束させようとするEの力を信じ、その方向に手を差し伸べようとする判断でもあった。それらは、Eとの面接の延長線上にあるEとの関係をベースにした筆者の直観を含むものである。Eがそのような動いた結果、家族の目は大学ではなくEに向けられ、Eは話し合う準備を内面に備えて、この家族に必要な「大きな語り合い」が生じたように考えられる。河合（1992a）は、「心理療法的には一人の人に会っていても、必要に応じて家族に会う必要があるのは当然である」と言う。そのようなときのアプローチの仕方は「治療者の好みの問題」であるとも言う。心理臨床のあり方、技法の選択は心理臨床家の責任のもとにあり、筆者は面接の延長線上で日常をまなざし、クライアントを軸にした僅かの手助けを慎重に行うあり方を選択した。

家族の問題に限らず、心理臨床は時に大きなうねりの中で動き出すものがあるように思われる。詳述しないが、この事例ではEの動きにつれて教員側にもうねりが生じた。心理臨床という心の作業の中で、クライアントは大きな力を放っていく。それは面接室から少し離れている時も日常に持ち出され、「時」を迎えて心理臨床を背景にその力を示す場合があるのではないかと考える。その時クライアントから求められる日常とのかかわりを、心理臨床家は同様にまなざし決断していく必要があるものと考えている。

7、日常をまなざしかかわるあり方と他職種とのco-work

前項では、日常をまなざすことで面接室外のかかわりを持つことになった事例について紹介した。一般に、心理臨床において社会とのかかわりの必要性が生じた場合、ソーシャル・ワーカー（以下、SWと記す）とのco-workが考えられる。筆者も様々な場面でSWとのco-workを行ってきたが、その状況によって、面接の延長線上にあるものとして心理臨床家が、またあるものはチームの中でSWがかかわるというように使い分けることが望ましいと考えている。

Perlman (1957) は、ケースワークを行う際の問題の焦点をつかむ考察点の一つに「ケースワーカーの専門職としての判断は、可能にして願わしい解決として何を指示するか」を挙げ、「ケースワーク過程の第一歩は、(中略)、問題の事実を確実にし、かつ明晰にすることである」として、「特に問題が心理的な混乱と非現実的な知覚を伴っている場合には、より十分に事実を追求する」と述べている。SWの活動は、クライアントとの信頼関係を媒介としながらも、客観的事実に基づいたSW側の判断が重視される。その点で、基本的にはクライアントの内的現実と主体性を尊重しようとする心理臨床家のあり方とは異なる。それゆえ、社会との接点で心理臨床家が自ら動くかSWに託すかは、状況によって判断されることになるだろう。

co-workerとしての心理臨床家とSWの関係を時系列的にみると、①クライアントに会う時からチームでかかわる場合、②先に心理臨床家がクライアントにかかわり、必要が生じたときにSWが加わる場合、③SWがクライアントとかかわっていて、心理臨床家のかかわりも求められる場合、の3種が考えられる。筆者の経験から、③の場合は、SWにとって事例の全貌が見えやすく、社会との接点は全面的にSWが担うことになることが多いようである。逆に②のように心理臨床家が先にかかわっている場合、SWはすでに形成された関係性の中に参画することになり、SWの統制的な姿勢と、既にあるブラックボックス的な関係性との間で齟齬が生じやすい上、事前の打ち合わせが必要となり、急な対応には適さないと思われる。心理臨床家とSWがco-workする場合は、①の、最初からチームを形成し、互いに情報を交換しながらプロセスを進め、急な時は既に共有された関係の中で援助へとステップを進めるのが实际的であろう。一方、クライアントとの面接プロセスで、具体的な社会とのかかわりの必要性は頻回に生じるものではない。それゆえ、①の形態をとるか否かは、臨床の場や個々の事例に即して考えられる性質のものであるだろう。

青木 (2004 b) は、役割の細分化は「あまり治療的にならない場合が少なくないのではないか」「外を見る人と内を見る人が一緒であるというところに、治療的なポイントがあるのではないか」と言う。筆者は面接自体が日常をまなざされるものとの前提で、クライアントと心理臨床家の関係性の上に、クライアントの内からの呼び声で社会との接点を持ち込まれるとき、他者を介在させることはむしろプロセスを破壊するものであらうと考えている。社会との接点で心理臨床家が行うことは、クライアントに内在する力動的な背景を抱え持ちながらの作業である。心理臨床家が連続的にかかわることが、心理臨床のプロセス全体と絡み合い、単なる社会的援助以上の意味を持つことになるのではないかと考えている。

8、おわりに

「クライアントの日常」をキーワードに、心理臨床の場やクライアント自身の抱え持つ時間枠、

人知を超えるものなどについて、心理臨床とのかかわりを見てきた。

筆者はかつて、クライアントの内面を推し量ることに気を取られ、その人が現実生きる時間の区切りを見落としていることに気づいてヒヤリとしたことがある。また、遊戯療法室での子供の姿と、家庭を訪問した時にその子が周囲のものとかかわるあり方との違いに、日常という場の持つ意味の大きさを感じたことがある。臨床とはそもそも、クライアントの人生に関わりながら日常に役立つことを意図して行われるものであろう。しかし、一方で、心理臨床は近視眼的に目の前の役立ちだけを目指すものではなく、心理臨床家が日常の場に出かければ良いというものでもない。本論文では、ほかならぬ心理臨床家として、クライアントの日常をまなざすあり方を事例に基づいて述べた。筆者が述べたことは臨床からの実感であるが、内容は特別のことではなく、一部先達たちの知恵として言葉にされたことをも含んでいる。それは従来、臨床現場の「勘」と言われてきたようなものであり、それゆえに体系だって論じられることはなかった。心理臨床において、日常の問題はある意味当たり前のことと言えるかも知れないが、本論文は、臨床現場における「クライアントの日常」についての当たり前のことの言語化の試みでもある。

付記 今回記載した事例は、既に亡くなっている方々を除き、クライアント本人の了解を得て使用させていただきました。快く承諾くださった皆さんに心から感謝いたします。

文献

- 河合隼雄 (1992a) : 心理療法序説 岩波書店
- 河合隼雄 (1992b) : 河合隼雄語録 ―事例に寄せて― 京都大学教育学部心理教育相談室
- 河合隼雄・茂木健一郎 (2007) : ところと脳の対話 潮出版社
- 河合俊雄 (2003) : カウンセリングと心理療法 精神療法, 29 (1), 8~13.
- 村瀬嘉代子 (2004a) : 心理的援助と生活を支える視点 臨床心理学, 4 (2), 161~166.
- 村瀬嘉代子・青木省三 (2004b) : 心理療法とは何か―一生きられた時間を求めて― 金剛出版
- 大山泰宏 (2005) : 日常性と臨床性 ところの科学, 120, 180~185.
- Perlman HH (1957) : Social Casework, A Problem-solving Process. 松本武子 (訳) (1967) : ソーシャル・ケースワーク 問題解決の過程 全国社会福祉協議会
- 下山晴彦 (2001) : 日本の臨床心理学の課題. 下山晴彦ら(編) : 講座臨床心理学① 東京大学出版会, 121~134.
- 下山晴彦 (2004) : 臨床心理学の新しいかたち 誠信書房
- 谷野幸子 (1985) : 一青年の引きこもりからの旅立ち 心理臨床ケース研究, 3, 145~159.
- 谷野幸子 (1986) : リハビリテーション病院におけるグループ・アプローチの試み 臨床心理学の諸領域 (金沢大学臨床心理学研究室紀要), 5, 28~37.
- 山上敏子 (2004) : 書評 村瀬嘉代子著「統合的心理療法の考え方 心理療法の基礎となるもの」ところの科学, 115 (5), 94.

(臨床実践指導学講座 博士後期課程2回生)

(受稿2008年9月8日、改稿2008年12月1日、受理2008年12月11日)

Psychotherapy as a Psychological Task Work Focusing on Everyday Life

TANINO Yukiko

Concern regarding the day-to-day life of a client is indispensable for the process of psychotherapy. There is an "immediate reality" in the day-to-day life of clients that affects them and the process of psychotherapy. When interviewing a client, the psychotherapist must have an image of the client's day-to-day life in order to help the client psychologically. Sometimes just taking the day-to-day life frame of the client into consideration and helping the client in time frame results in therapeutic progress. In this study, the relationship between reality and psychotherapy was compared from the perspectives of different theories. The process of treating a client by giving special consideration to the time frames, including time limitations faced by the client, such as the client's remaining lifetime, the time limit set by the client, and the period of time left until graduation, among others, alongside the different day-to-day frames is described concretely and discussed from the above perspective. Moreover, other adjacent occupations related to life are compared and discussed.