

とらわれの理解と治療 社会構成主義の視点から

立命館大学応用人間科学研究科
臨床心理学領域

筆者は、症状や「こうあるべき」という価値観などにとらわれて苦しんでいるクライアントを理解するために、「とらわれ」という概念に着目した。本論の目的は、とらわれのメカニズムを明らかにし、効果的な援助方法について検討することである。

章では、森田療法における「とらわれの機制」の概念と治療論を紹介する。その後、とらわれを理解するためには個人の性格特異的な問題として症状を捉えるだけでは不十分であること、入院森田療法のような体験の場を設定できない一対一の心理療法において、どのように森田療法の治療論を取り入れていけばよいか、といった課題について検討する。

章では、とらわれという観点から理解できるとされる二つの事例を挙げる。それぞれの事例において、筆者が森田療法の理論を参考にしつつ行ったアプローチと、面接の経過を述べる。また、二つの事例の特徴を比較検討し、両者にはとらわれの対象となる「内容」の面に相違点がある一方、何かにとらわれて他のものが見えなくなっているという「機能」の面では共通点があると考察する。

章では、森田療法のとらわれ理解とは別の角度から、筆者が考えるとらわれのメカニズムについて論じる。まず、森田療法における「思想の矛盾」のメカニズムを再検討する。とらわれの状態にあるクライアントは自己に不一致を抱えており、症状との関係の持ち方において自己内に矛盾する二種類の力関係を想定しているために、どちらを選択することもできない二重拘束状態に陥っていると主張する。

次いで、この二重拘束状態に加えて、時間的・発達的变化や社会的交流といった観点を踏まえてとらわれを理解するために、社会構成主義の議論を援用する。社会構成主義では、現実や自己は他者との相互作用の中で絶えず新たに構成されると理解される。筆者は、こうした相互作用と現実の構成が停滞した状態、すなわち、主観的現実が他者との交流の中で問い直されることのないままに、客観的現実として立ち現れてくる、自己完結的な循環に陥る状態としてとらわれを定義する。また、自明性の揺らぎに対する防衛的な戦略として、本来の循環が別の循環に置き換えられる「仮想の自明性へのとらわれ」と、症状に限定することにより揺らぎを低減する「局所化された揺らぎへのとらわれ」という、2つのとらわれの理解を提出する。

章では、前章で論じたとらわれの悪循環からクライアントが抜け出し、新たな現実が治療者と構成されること、変化が構成されることが心理療法の目的であると主張し、治療論について検討する。まず、クライアントの内的悪循環に巻き込まれないために、治療者は「クライアントと治療者の二人が共同で現実を構成する」というルールを治療の場に作り出すことが必要であると論じる。また、クライアントと治療者の関係において、治療者自身が解決像を前提として持つ限り、両者の関係は上下関係となり、クライアントの抵抗を生むと論じる。こうした問題を解消するために、社会構成主義から発展した「無知のアプローチ」を提示する。「無知のアプローチ」の、問題をクライアントと治療者が語り合う

2003年度 修了

なかで新たな物語が生まれるとする観点から、事例に対する筆者のアプローチを再検討する。成功事例について、問題についての客観的指標を共有することによって、クライアントの主観的現実が治療者とともに確認される客観的現実となり、相互作用を通じた現実の再構成が行われるようになったため、とらわれから抜け出せたと結論づける。