

## 「勇気づけ」で生きる

岩井俊憲

### 要旨

### キーワード：

アドラー心理学の治療の基本構造を一言でのべると、「共同体に建設的な行動をとれるようクライアントを勇気づけること」と、乱暴だが、言えるかもしれない。

「共同体感覚」と「勇気づけ」とは、「ライフスタイル」、「ライフタスク」と同様、あるいは、それ以上に重要な鍵概念です。しかし、ひんばんに使われる割には、きちんと定義されないままあちこち跳び歩いているように思われます。

「クライアントを勇気づけて...」、「子どもには勇気づけを」とよく聞きますが、そう口にしていて本人が支配的であったり、やたらに競合的であったりすると、一時代前に産業界ではやり文句になっていた「動機づけ」と一体どこが違うのか、と首をかしげたくくなります。

私には「動機づけ」がうさん臭い気がしてなりません。ありていに書くと、「操作主義」の香りプンプンなのです。えらそうに「部下を動機づけるには～を」なんて言っている上司がいたら、もうゴメンです。

「動機づけ」は、張本人の動機づけが全く欠落しているのに、部下とか子どもとか、自分以外の人間を動かそうとしているように——たぶん私の僻目でしょうが——受け止められて仕方ありません。

もし、「勇気づけ」を私の僻目の「動機づけ」と同じように扱ったら、寂しい限りです。同じことをアドラー心理学の鍵概念の一つで述べているのに他なりませんから。

「ヨコの人間関係なんてムリよ。子どもをずっと育ててきて、今更ヨコの関係なんて考えられます？」と言うご婦人とは、あまり近づきたくありませんし、それ以上に「勇気づけ」を口にしてほしくありません。「勇気づけ」が支配的なツールにされているようで、これまた寂しい限りです。

「勇気づけ」を「動機づけ」と決定的に区分するのは、勇気づけ、動機づけされる側にあるのではなく、勇気づける本人側にあると、私は理解しています。

さらには、細かい技法を学ぶことよりも、勇気づける人の心構えに影響されるようです。

勇気づけの基礎は、相互信頼・相互尊敬の架け橋を他人との間に渡す前に、自分自身を受け入れ、勇気づけることにあります。自分を勇気づけることができない人は、自分を好きでない人が他人を好きになれない、自分が幸せでない人が他人を幸せにできないように、他人を勇気づけることができるはずがないことは自明です。

私たちは、アドラー心理学と関わりを持って、知らず知らずのうちに人が、自分が変わっていく場面によく遭遇します。たぶん生活の中のどこか小さなところが変わり始めて、小さな幸福が

積み重なっていくのかもしれませんが。

だから、「勇気づけを学ぶ」とは、「勇気づけで生きる」ことであり、アドラー心理学を学ぶとは、アドラー心理学で生活のどこかを変えてみることもかもしれません。その意味で現代版の知行合一の実験場が、私たちの身近にあり、私たちが貢献できる地味な分野があるように思われます。

花の香りは風に逆らっては進んで行かない。梅檀もタガラの花もジャスミンもみなそうである。しかし徳のある人々の香りは、風に逆らって進んで行く。徳のある人はすべての方向に薫る。

「真理のことば（法句経）」50

『ブッダの真理のことば・感興のことば』

（中村元訳、岩波文庫）

## 更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載