

早期回想解釈についてのノート

野田俊作（大阪）

要旨

キーワード：

1. ものわकारいの悪い治療者

ライフスタイル分析が上手になるためには、ある意味で敏感に、ある意味で鈍感になる必要があるように思います。たとえば、あまりにもものわकारいのいいセラピストが、クライアントが使っていない言葉でもっていきなりライフスタイルをまとめてしまうと、たとえ原理的には当たっていても、クライアントにはピンとこないことがあって、抵抗されてしまうかもしれません。

母に連れられて近くの神社に七五三に行きました。着物を着て石段のところを登って行って、こけて、着物を少し破ってしまったんです。悲しかった。

というような早期回想に対して、「あらたまった機会には緊張して失敗してしまうということですか？」と解釈しても、まあせいぜいのところ、「そういうところもあるかもしれませんね」と受け流されてしまうだけです。なぜなら、このセラピストは、あまりにも『敏感』にクライアントの論理を先取りしすぎているし、一方あまりにも『鈍感』にクライアントが使った言葉を無視して自分のことばで語っているからです。「あらたまった機会」も「緊張」も「失敗」も、クライアントの言葉ではなくて、カウンセラーの言葉です。クライアントが、七五三の宮参りを「あらたまった機会」であるとしていたかどうか、「緊張」していたかどうか、こけたことを「失敗」であると感じていたかどうか、まったくわからないのです。

それに第一、「あらたまった機会に緊張しない」人なんているのでしょうか？ つまり、これは、クライアントの個性を分析しているのではなくて、人間なら誰でも多かれ少なかれ持っている性質で、当然クライアントも共有しているものを取り出しているにすぎないと思います。たとえ当たっていても、それではライフスタイル分析とはいえません。ライフスタイルとは、他の人とは違ったクライアント独自の個性、『私的論理』のことなのですから、他の人との共通部分を取り出しても意味がありません。

では、どうすればいいかというと、もうちょっと丁寧に手順を踏んで分析しなければならないということです。そこで、まず最初に、「何が悲しかったのですか？」というようなことを尋ねてみることにしましょう。一般論として、感情を糸口として尋ねはじめるのがいいと思います。ある出来事に引き続いてある感情がおこることを、クライアントは自明のことと思っているわけですが、アドラー心理学の教えるところによれば、いかなる感情も自明ではありません。その背

後に、そのような感情がおこってくる私的論理があります。その私的論理がすなわちライフスタイルですから、感情から分析しはじめるのがいいのです。

母は貧しかったんです。けれども、昼間は一生懸命働いて、帰ってから、夜遅くまでかかって、手で縫って私に着物を作ってくれました。だから、母に申し訳なくて。

と、クライアントは言うかもしれません。。これでもまだ、悲しくなることは自明ではないと思う。セラピストは、思いきりものわかりが悪くないといけないと思うのです。「それはそうだろうな」と思ってしまうと、そこで分析が止まる。そこで、今度は、「申し訳ない」という感情にひっかかって、「申し訳ない、ということについて、もう少し説明していただけますか？」と尋ねてみるとよいと思います。

母は、「私はこの子をちゃんと人並に育てていますよ」と言いたかったんじゃないかと思うんです。でも、なんだか、その期待を裏切ってしまったようで、それで申し訳なかったんです。

はじめに思っていたのと、だいぶ話が違ってきましたね。だから、実際のカウンセリングの流れの中でしか、ライフスタイル分析はできないと言うのです。ここでも、たとえば、「あなたはお母さんのことを誇らしく思っておられたのですね」などというのは、ものわかりがよすぎると思う。クライアントが使っていない「誇らしい」というような単語を使わないで、「あなたはそのいうお母さんのことをどうお感じでしたか？」と尋ねる方がいいと思います。

私は、母をとっても好きでした。なんとか母を助けたいと思っていましたし、せめて邪魔にならないようにしたいと思っていました。それなのに、いつも肝腎なところで、母の足を引っ張ってしまうのです。

ここらあたりまでくると、いかにもアドリアン・サイコセラピーですね。ここからどう動くかは、セラピストの個性によると思うのですが、もしクライアントがかなり動揺しているとすれば、このあたりでエンカレッジしておいてあげたいと私などは思う。たとえば、「あなたがこけて着物を破ったことについて、お母さんは何かおっしゃいましたか？」と尋ねます。「母は怒ったり悲しんだりしなかった」という答を期待しつつ。

覚えていません。でも、怒ってはいなかったと思います。母が怒らないので、余計に悲しいというところもありますね。母は、私が失敗しても、いつも怒らないで、かえってなぐさめてくれました。だから、私は余計に悲しかったんです。

こういう答が返ってきても、またもやものわかり悪く、「お母さんが怒らなかったのが余計に悲しかった、というのは、どういうことですか？」と尋ねます。あるいは逆向きに、「お母さんが怒れば、あなたはそれほど悲しくなかったということですか？」と言うこともできるかもしれません。前者は、たとえば、クライアントがひどく消極的な人であったときに採用しますし、後者は、たとえば、クライアントがいつも夫を挑発して怒らせているような場合に採用します。つまり、このあたりまで来ると、セラピー全体の流れが影響してくるということです。

ともあれ、1) クライアントが「完全な人」である母親に対して強い劣等感を持っていること、2) この母親は、夫か誰か、現在身近にいる人と二重映しにされているかもしれないこと、3) クライアントは、自分が完全でなく失敗しやすいと思い込んでいること、4) たぶん、特に自分

の母性に自信を失っていること、5) 積極的に他者に貢献する能力はないと思って消極的になっていること、などが推量できますが、この段階でそういうことを解釈投与してもまったく駄目でしょう。

では、こういう推量は不必要かという、そうでもない。こういうことを一応頭に置いて、開いた質問を重ねながら、結局、クライアント自身が自分の言葉でもってこういうことを自分から語るにまで導いてゆく必要があります。あまり強引に誘導するのもいけません、行き先がわからないのもいけません。このあたりの手加減は、実践で身につけるしかありません。

まあ、こんな風にして分析を進めます。こういうやり方だと、たとえばここで分析を打ち切っても、クライアントはずいぶんたくさんのことを洞察していると思います。また、この早期回想を、これ以外のエピソードと関係づけはじめていると思います。さらに、現在の課題との関係にも気がつきはじめていると思います。

「私は～である」とか「私は～すべきだ」とかというような形式的な分析は、最後に必要があればすばいいので、必要を感じなければしなくてもかまいません。もしするとしても、クライアントが自力でしてくれるのが一番いいし、そうでなくてもせめてクライアント自身の言葉を使ってすべきだと思う。

もっとも、「クライアントの言葉」というのは、クライアントから自発的に出てきた言葉ではなくて、カウンセラーが使った言葉をクライアントが気に入って採用したものであってもいいのです。たとえば、先ほど、「あなたはお母さんのことを誇らしく思っておられたのですね」と尋ねてはいけなかった部分で、敢えてそう尋ねたとします。そうすると、

誇りですか、ああ、そうです。そうですね。私は母をととても誇らしく思っていました。すばらしい女性だと思います。それなのに、私は、そういう母の助けになれなかった。それどころか、やっかいばかりかけていたんです。

と言うかもしれません。認識反射があつてこう言ったとすれば、「誇らしく思う」という言葉はクライアントの言葉になったわけです。このように、クライアントにぴったりくる言葉を提供するのも大事なことだと思います。でも、鈍感にどんどん自分の言葉で語ってはいけぬ。そういう点では、うんと敏感でなければならないと思います。

こうして、母親と自分とを対照的に語ってくれば、たとえば、「どういう点でお母さんとあなたとはもっとも違っていると感じますか？」と尋ねたりして、「完全な人」としての母親像(=自己理想)や、「不完全な人」としての自己像(=自己概念)や、その間の劣等感や、それをつなぐ手段としての、「失敗しないために消極的になろう」という決断やらを明確化してゆくことができます。

2. 解釈の文脈と言葉のニュアンス

最初に例にあげた、

母に連れられて近くの神社に七五三に行きました。着物を着て石段のところを登って行って、こけて、着物を少し破ってしまったんです。悲しかった。

というような早期回想に対して、いきなり、「あなたは失敗を怖れていますか？」とか「あな

たは完全でない自分を許せないんですか？」とか解釈投与しても、結果的にそれが当たっていたとしてさえ、その時点では、「ガーン、そ、そうだったのか！」ということには、まずなりません。そんな言い方でなら、クライアントは言われる前からそのことを知っているでしょうから。つまり、新鮮じゃないのです。新鮮じゃないというのは、クライアントにとって新しい情報を何も含んでいないということです。それでは治療に役に立ちません。治療とは、新しい情報を与えることです。ところが、次のような文脈の中では、この解釈は受容されます。

01：この事件のどの部分が、あなたをもっとも動揺させたのですか？

02：母を傷つけてしまったことです。

03：お母さんはどういうことで傷つかれたと思われるのですか？

04：せっかく母が夜なべをして縫ってくれた着物なのに、私が不注意なばかりに破ってしまったことです。

05：あなたはご自分を責めているんですか？（解釈投与）

06：まあ、そういう部分もありますけれど、ちょっと違うようにも思います。（はずれ）

07：じゃあ、失敗を怖れておられるのでしょうか？（解釈投与）

08：まあ、そういう部分はたしかにありますね。（はずれ）

09：そのとき、お母さんはどうお感じになったと思われませんか？

10：うーん、あまり考えたことはなかったですね。でも、きっと悲しかったと思います。

11：悲しいっていうのは？

12：どう言うのかなあ、母は、女手ひとつで私を育てなければいけなかったので、とても苦労していたんです。そうして、ずいぶん無理をして着物を作ってくれたのに、私はそれを台無しにしてしまったんです。いつだってそうだったような気がします。母の苦労を水の泡にしてしまうんです。そうして母を悲しませるんです。

13：でも、悪意はないわけですよ。悪意はないけれど、不注意で失敗してしまう。（解釈投与）

14：そうなんです。私は母のことが大好きでしたし、母を傷つける気なんかまったくなかったんです。でも、いつも何か失敗をして母を傷つけてしまいました。

→ 15：あなたは、自分が失敗してお母さんを悲しませて傷つけてしまいほしくないかと、いつも怖れておられたのでしょうか？（解釈投与）

16：そうです。失敗して、母を傷つけないようにと、いつもとても緊張していたように思います。

17：ひょっとして、お母さんにかぎらず、あなたによくしてくれる人に対して、特に緊張するのではないですか？（解釈投与）

18：あっ、そうなんだ。だから、主人に対してくつろげないんです。主人がよくしてくれればくれるほど、なんだか重苦しくなってしまうて。

19：ご主人の期待を感じるわけですか？（解釈投与）

20：まあ、そうなのかなあ。（はずれ）

→ 21：失敗して、ご主人を悲しませて傷つけてしまうのを怖れておられるのでしょうか？（解釈投与）

22：そうです。肝腎なところで主人の善意を裏切ってしまうように思うんです。

23：ご主人の期待を裏切ることじゃなくて、ご主人の善意を裏切ることが怖れておられるのでしょうか？（解釈投与）

24：私はあの人に何もしてあげていないように思うんです。裏切ってばかりで。

→ 25：あなたは完全でない自分を許せないんですか？（解釈投与）

26：ああ、そうなんです。そう、私って、とてもダメな妻なんです。

なぜ、こういう文脈でだと、解釈が受容されるのか。それは、「失敗」だとか「完全」だとかいう言葉に、特有のニュアンスがつけ加わって、もはや抽象的な単語ではないからです。ここまでもってゆく操作をしないで、いきなり解釈投与をしても、単語が抽象的なので、一般論にしかならない。

わざと先走りの解釈投与をまぜておきましたが、そういう抽象的な解釈に対するクライアントの反応は、まずこういったものです。解釈が受容されなかったときには、もう一度クライアントが使った言葉に戻って考え直すのがいいと思います。

この次にどう展開させるかですが、たとえば次のようなやりかたがあります。

27：お母さんは、あなたが着物を破ってしまったことについて、何かおっしゃいましたか？

28：よく覚えていないんですけど、何も言わなかったと思います。

29：ご主人は、あなたが失敗したりすると、何かおっしゃいますか？

30：いつもなぐさめてくれます。

31：じゃあ、悲しんだり傷ついたりはしておられないかもしれませんね。

32：そうなんでしょうか。

33：今日帰ったら、ご主人に尋ねてみていただけませんか？『私が失敗したら、どう感じますか？

傷つきますか、悲しいですか、腹が立ちますか』って。（助言）

34：ははは、聞くこともないように思います。あの人はきっと、『なんとも思っていないよ』って言うでしょう。そういう人なんです。

35：実際に何とも思っておられないんでしょうか、それとも、ほんとうは悲しんだり傷ついたりしておられるんでしょうか？

36：いま気がつきましたが、これって私の一人芝居かもしれません。向こうは傷ついていないかもしれないという気がします。

37：私もそうかもしれないと思うんですよ。だとしたら、やはりご主人と話してみられる必要があります。そうに思いますが、おいやですか？

38：いいえ、いやじゃありません。今日帰ったら、話してみます。

「自分が失敗すると相手が傷つくだろう」というのが、クライアントの私的論理であって、事実ではないということ、こちらから言わないで、クライアントがみずから気づくように援助し、かつ、その洞察が現在の家族コミュニケーションの中に持ち込まれるように工夫しています。このようにして、洞察がただの言葉遊びに終わらないように、しかも現在のコミュニケーション・システムを変えるきっかけになるようにデザインします。

3. 推量とセラピストの積極性

この事例で、

27：お母さんは、あなたが着物を破ってしまったことについて、何かおっしゃいましたか？

28：よく覚えていないんですけど、何も言わなかったと思います。

29：ご主人は、あなたが失敗したりすると、何かおっしゃいますか？

という部分で、29 を別の質問に変えると、流れはどうなってゆくかを考えてみましょう。たとえ

ば、

27：お母さんは、あなたが着物を破ってしまったことについて、何かおっしゃいましたか？

28：よく覚えていないんですけど、何も言わなかったと思います。

→ 29：もしあなたが悲しまなかったら、お母さんは何か言われたでしょうか？

30：難しいですね。よくわかりません。

31：ひょっとして怒られたかもしれませんね。(解釈投与)

32：ああ、そうですね。怒ったと思います。私の息子は、悪いことをしてもちっとも反省しないので、とても腹が立つんです。でも、娘は悲しそうな顔をするので、つかわいそうになってしまう。

33：そうすると、あなたがひどく悲しくなったので、お母さんはあなたを叱られなかったのだとも考えられませんか？(解釈投与)

34：ははは、その手は今も使っていますね。主人に叱られそうになると、先に泣いてしまっているように思います。

というように。

このように、カウンセラーの介入法によって、流れはまったく変わります。もっとも、どんなに流れが変わっても、ライフスタイルはひとつなので、同じライフスタイルの別の側面を分析しているだけですが。

それにしても、29の介入によって、このクライアントの人生の流れが、それまで何となくそう思い込んでいた「相手を悲しませないこと」ではなくて、「相手を怒らせないで同情させること」に向いていることが明らかになります。これは大きな違いです。前者だとかなり共同体感覚がありますが、後者だと乏しいということになります。また、ライフスタイル全体も、それまで何となくそう思い込んでいたコントローラーではなくて、ベイビーだということになります。つまり、「完全でなければ」というのは、目標(=自己理想)ではなくて、手段であって、目標は、「人から攻撃されないでおこう、同情されよう」になるということです。

つまり、29でこのように尋ねてみるということは、カウンセラーの頭の中に、このような推量があるということです。すくなくとも、「失敗したときのクライアントの悲しみの目的はなんだろう？」という問題意識があるということです。考えてみると、前回の分析では、早期回想、

母に連れられて近くの神社に七五三に行きました。着物を着て石段のところを登って行って、こけて、着物を少し破ってしまったんです。悲しかった。

の最後の「悲しかった」が軽視されていたのです。感情があるということは目的があるということで、その目的はなんであるのかを考えてみなければなりません。クライアントはそれを「相手を悲しませないこと」だと説明していますが、これはちょっと変です。「子どもが失敗したら母親が悲しがる」というのはもっともですが、「子どもが悲しったら母親は悲しがない」というのはもっともではありません。ここで、「母親が悲しがると思うので、子どもが悲しがる」というのは、原因論であって目的論ではありません。

油断すると、クライアントの論理に巻き込まれてしまいます。いつも基本前提に帰ってもう一度考えてみる。そうして、推量を確認するために積極的な質問を試みる。あまりにもクライアントの言葉に添いすぎてもだめだということですね。かといって、あまりにも強引

にセラピストの解釈を押しつけるのもだめですが、このあたりのことを、「ライフスタイル分析は共同作業だ」というのです。

さて、このように解釈しますと、助言のデザインも当然変わってきます。

35：あなたが泣かないでいると、ご主人は怒られるでしょうか？

36：怒ると思います。

37：ご主人はよく怒られるんですか？あなたや子どもさんたちに。

38：いいえ、あまり怒らない人です。

39：坊っちゃんにも怒られませんか？

40：そうですね、息子にも怒りません。私ひとりで怒っています。

41：では、あなたが完全な妻じゃなくて、ときどき失敗することについても、怒っておられないかもしれませんね。(解釈投与)

42：わからないですけど、そうかもしれません。

43：そのことをご主人に尋ねてみることはできますか？(助言)

44：私に怒っているかどうかですか？

45；ええ。

46：ええ、尋ねてみてもいいですが。

47：じゃあ、ぜひ尋ねてみてください。そして、ご主人がどうおっしゃったかを、この次に報告してください。

前回のものとよく似た助言なのですが、前回の場合には、夫の「悲しんでいない」という答を予想しているのに対して、今回は、「ときどき腹が立つが、先に泣かれるので厳しく言えない」という答であるかもしれないと予想しています。助言をするときには、その結果について予想をしておかなければなりません。

あるいは予想はずれるかもしれません。夫は、「お前に腹を立てたことなんかいいよ」と言うかもしれませんが、それはそれでいいのです。それならそれで流れが変わるだけのことですから。とにかく、予想がないのはいけない。向こうの出方をまったく予想しないで、実際に答を聞いてから次の動きを決めようというのでは、あまりにも無芸です。将棋と同じで、何手か先まで見えていないと、サイコセラピーはできません。

4. 自分の判断に批判的になること

クライアントのライフスタイルを分析するときに、セラピストのライフスタイルが混入しないように、最大限の注意を払わなければなりません。前節までに言った「クライアントの使った言葉を使う」というのもそのためです。もうひとつ、「セラピストが自分自身の判断に批判的である」ということも大切だと思います。たとえば、

母に連れられて近くの神社に七五三に行きました。着物を着て石段のところを登って行って、こけて、着物を少し破ってしまったんです。悲しかった。

という早期回想を聞いたら、この物語を「それはさうだろうな」と納得してしまわないことです。とにかく、「これは変だぞ。わからないぞ」と試してみる。そうして、「いったい、どこ

が変なんだろう」と考えてみることです。

定石として「まず感情に注目しろ」と言いましたが、たとえ感情に注目しても、セラピストが、「そうだよな、この状況だったら、誰でも悲しくなるよな」と思ってしまったら、次の展開が出てきません。せめて、「私だって悲しくなるだろうけれど、私は何に悲しがっているのだろうか。ああ、そうか、せっかくの晴れ着が破れてしまったから悲しいんだな。クライアントもそうなのかな」と思えば、質問が構成できます。でも、

01：あなたは、晴れ着を破ってしまったから悲しかったのですか？

という閉じた質問をいきなり繰り返すのはよくないと思う。閉じた質問は解釈投与に使うものですし、ここでもどこでも、こんな解釈をする必要は何もありません。

01：あなたは、晴れ着を破ってしまったから悲しかったのですか？、

02：ああ、そうだったんですね。言われてはじめてわかりましたが、私は晴れ着を破ってしまったから悲しかったんですね。

と、クライアントは新鮮な驚きとともに洞察すると思いますか？ まあ、こんなことはありえませんよ。クライアントをびっくりさせない解釈投与なんて無意味です。

それに、こんなところで閉じた質問をすると、

01：あなたは、晴れ着を破ってしまったから悲しかったのですか？

02：そうなんでしょうね。

03：その着物が気に入っていたのですか？

04：それはそうですね。

05：あなたは物を大切になさる方なんですね。

06：ええ、家が貧しかったですし、母にいつもそう言われました。

07：お母さんの言いつけを守ってこられたんですね。

08：そうでもないですがね。

09：じゃあ、守ったことと守らなかったことがあったんだ。

10：そうですね。

と、話が無限にアサッテの方へ行ってしまうかねません。つまり、セラピストが強引に話題を押しつけていることになってしまいます。つまり、クライアントのライフスタイルではなくて、セラピストのライフスタイルを分析することになってしまうのです。

また、開いた質問でも、

01：あなたはなぜ悲しかったのですか？

と「なぜ」を使ってしまうと、

01：あなたはなぜ悲しかったのですか？

02：だって、誰でも悲しいんじゃないですか？

03：まあそうですがね。でも、悲しくなる理由はあるわけでしょう？

04 ; せっかくの晴れ着を破ってしまったわけですから。

05 : あなたは、晴れ着を破ってしまったから悲しかったのですか？

06 : そうです。

と、先ほどと同じ落とし穴に落ちてしまうかもしれません。5W1Hのうちで、「なぜ」は、なるべく使わない方がいい。なぜなら、行動の「なぜ」は無意識的であって、クライアント自身も知らないからです。

そこで、

01 : この事件のどの部分が、あなたをもっとも悲しくさせたのですか？

というように「どれ」を使って言い換えています。これだったら、クライアントはほぼ確実に内省してくれます。

次の展開、

01 : この事件のどの部分が、あなたをもっとも悲しくさせたのですか？

02 : 母を傷つけてしまったことです。

についても、同じことをします。「そりゃあ、お母さんは傷つくだろうな」とか「お母さんを傷つけたら悲しいだろうな」とか納得してしまわないで、「おやおや、この人はお母さんを傷つけたと感じているのだ」と思ってみるわけです。そうすると、

03 : お母さんはどういうことで傷つかれたと思われるのですか？

という質問を構成することができます。

あるいは、「お母さんを傷つけたのが原因で、悲しみが結果だっていうのは、理論的に考えて変だな」ということもできますが、これは先の展開が思わしくない。

03 : あなたが悲しむと、お母さんはどうされましたか？

04 : 私、泣いちゃったと思います。母は、なぐさめてくれたんじゃないかな。「わざとやったんじゃないから」って。母はそういう人でした。

05 : あなたが悲しまないと、「わざとやったんじゃない」って伝わらなかったかもしれませんね。
(解釈投与)

06 : え、どういうことですか？

07 : たとえば、あなたが泣かないでいたらどうだったでしょうか？ ケロッとして、「私わざとこけたんじゃない」って言ったら。

08 : そんな風にしたことがないのでわかりません。(はずれ)

09 : 他の人があなたに対して、そういう風にふるまわれるとしましょう。あなたはどうお感じになりますか？

10 : 腹を立てるでしょうね。

11 : だとすると、あなたがケロッとしていると、お母さんは腹を立てられたかもしれませんね。
(解釈投与)

12：そうかもしれません。(はずれ)

13：あなたが悲しんで泣くと、お母さんはやさしくしてくださったわけですね。(解釈投与)

14：そういうわけじゃないと思います。母はとにかくやさしい人でしたから。(はずれ)

というようなことになる可能性大です。回りを固めないうちに王様の前に歩を打っても、返り討ちにあうだけです。定石として、「感情の目的は最後に解釈する」と考えておいた方がいいと思います。

5. いつでも基本前提に帰って考える

だいたい、「晴れ着を破ってしまったから悲しくなった」というのは変です。これは原因論です。また、これを目的論に読み変えようとしても、「晴れ着を破るために悲しくなる」というのは変です。ですから、

01：あなたは、晴れ着を破ってしまったから悲しかったのですか？

というような質問を構成するのは、基本前提が理解できていない証拠です。ところが、一生懸命工夫して、

01：この事件のどの部分が、あなたをもっとも悲しくさせたのですか？

と尋ねたのに、

01：この事件のどの部分が、あなたをもっとも悲しくさせたのですか？

02：母を傷つけてしまったことです。

というように展開せず、

01：この事件のどの部分が、あなたをもっとも悲しくさせたのですか？

02：せっかくの晴れ着を破ってしまったことです。

というようなところへ落ち込むかもしれません。こうなったときに、「もっともだ」と思って、ホイホイとクライアントの答に乗ってしまうと、後がおかしくなります。この時点でも、「変だな」と思い、「悲しくなったことの目的は何か？」と思う頭がないと、次の質問が構成できません。感情の目的に注目すれば、次には対人関係論で、「悲しいという感情は、お母さんに対して使われているんじゃないかな？」ということに思いつけることができます。定石：「いつも相手役との関係に注目せよ」。

さて、具体的にはどういう質問を構成しましょうか。感情の目的を尋ねるのは、もっと後に回しましょう。そうすると、いったんクライアントから離れて、相手役の行動について尋ねてみるのがいいでしょう。それも、「もしもあなたが悲しまなかったら」というような仮定の質問ではなくて、現におこった（とクライアントが思っている）ことについて尋ねるのがいいでしょう。仮定の質問も悪くはありませんが、これも十分にまわりを囲んでから行なわないと失敗します。

行動というのは、行為と感情と思考とイメージですが、相手役の行動となると、行為か感情でしょう。イメージについてはわかるはずがないし、思考についてあまり尋ねると、クライアントをパラノイアにしてしまいます。すなわち、定石：「相手役について尋ねるときは、行為と感情に的を絞れ」。

01：この事件のどの部分が、あなたをもっとも悲しくさせたのですか？

02：せっかくの晴れ着を破ってしまったことです。

03：お母さんは、何かおっしゃいましたか？

と、まずは行為を尋ねましょうか。そうすると、

04：別に何も言わなかったように思います。

と言うかもしれません。そこで、次に感情を尋ねます。

05：お母さんはどうお感じになったと思われませんか？

06：そりゃあ、傷ついたと思います。

こうして、行くべきところへ行き着きます。クライアントにとって、「母親が傷ついた」という信念があまりに自明であるときには、これくらいの手間をかけないと言ってくれません。「言うまでもない」と思っているからです。

さてここで、また考えます。「悲しみの目的は、お母さんを傷つけることだったのだろうか？」。そうすると、「そうではなくて、傷つけないことだ」ということに気がつきます。しかし、ここで、

07：あなたは、お母さんを傷つけたくなかったんですね。

と、素朴に解釈投与しても、クライアントはびっくりしてくれません。そこで、この解釈は心の中に置いておくことにします。これは感情の目的についての解釈ですから、定石に従って、後に回すのです。

それよりも、「傷つく」という言葉にひっかかってみます。およそ、感情をあらわす言葉は信用できません。同じ単語を、クライアントはセラピストとはまったく違う意味で使っているかもしれないのです。とは言っても、

07：傷つくというのはどういうことですか？

と尋ねたのでは、クライアントは答に窮するでしょう。そこで、

07：お母さんは、どういうことに傷つかれたと思われませんか？

というように「どういうことに」を使って尋ねます。これも定石ですね。定石：「感情語の意味を問う時は、『どういうことに～と感じたのか』と問え」。これはすでに、

01：この事件のどの部分が、あなたをもっとも悲しくさせたのですか？

でも使っています。

しかし、これだけ工夫しても、

07：お母さんは、どういうことに傷つかれたと思われませんか？

08：私が晴れ着を破ったから傷ついたので。

と、どうどうめぐりに陥るかもしれません。あまり知的でないクライアントの場合には、しばしばこういうことが起こります。それまでと違った見方で事態を見てみることに慣れていないからです。さまざまの立場から事態を見てみない人のことを「知的でない」というのです。このような人には、時間をかけて、別の方向から事態を見ることを援助するしかありません。

ここでもう一度、基本前提に戻りましょう。「お母さんは、クライアントに晴れ着を破らせる目的で傷ついたのでだろうか」と考えてみるということです。クライアントはもちろん原因論者ですから、「私が晴れ着を破ったのが原因で、母親が傷ついたので結果だ」と考えています。しかし、セラピストは、どんな場合にも原因論者であってはけません。目的論的に考えると、「お母さんは、クライアントに晴れ着を破らせない目的で傷ついたので」ということに思ったりします。つまり、母親の期待に気がつくわけです。といっても、現象学ですから、実際の母親の期待ではなくて、クライアントが感じていた期待です。そうすると、それについて尋ねることに思ったりします。

しかし、素朴にいきなり、

09：お母さんはあなたにどういう期待をかけておられたと思われませんか？

と尋ねても、クライアントは答に窮するでしょう。「期待」なんていう単語を、クライアントは使っていませんし。たとえ後でこう尋ねるにしても、今はもうちょっと丁寧に話を運んであげる必要があります。

09：他に、お母さんはどういうときに傷つきましたか？

というように聞くのはいいと思います。「晴れ着」から話が離れて、他の例について内省してくれるでしょうから。まさか、

09：他に、お母さんはどういうときに傷つきましたか？

10：晴れ着を破ったときだけです。

とは言わないでしょう。こちらの目的は、クライアントの意識を「晴れ着」から引き離すことにあるわけですから、この質問はかならず成功します。

09：他に、お母さんはどういうときに傷つきましたか？

10：私が悪いことをしたときです。

と言うかもしれない。ここで、クライアントは、晴れ着を破ったのを「悪いこと」だととらえていることがわかります。良いとか悪いとかいう価値判断も、感情語と同じく、自明ではありません。つまり、もっとも私的な論理なのです。

11：晴れ着を破ったことがどのように悪いことだとお感じになるのですか？

という質問を構成することができます。これはクライアントをびっくりさせるでしょう。それが悪いことであるのは自明だと思っていたわけですから。

11：晴れ着を破ったことがどのように悪いことだとお感じになるのですか？

12：だって、悪いことでしょう。せっかく作ってくれた着物を破ってしまったんですから。

13：お母さんにすまないと思われたのですか？（解釈投与）

14：ええ、そうです。

15：お母さんの期待を裏切ってしまったと感じられたのですか？（解釈投与）

16：ええ、そうです。

17：お母さんは、あなたがどんな子であるように期待しておられたのですか？

と、このように展開して、期待の話に持ち込むことができます。ここでまさか、

18：着物を破らない子であるように期待していました。

とは言わないでしょう。つまり、クライアントは立ち止まって考えることになるでしょう。

あるいは、晴れ着を破ったことが、アドラー心理学的に言えば、『失敗』ではあっても『不適切な行動』ではないことに注目して、分析をちょっと休憩して、クライアントを勇気づける手もあります。つまり、

09：他に、お母さんはどういうときに傷つけられましたか？

10：私が悪いことをしたときです。

11：でも、あなたは故意に晴れ着を破られたのではないですよ。

12：ええ、もちろん。

13：そんな気はなかったんだけど、こけてしまった。

14：そうです。

15：つまり、あなたは悪意はなかったんだけど、失敗してしまったわけですね。

16：失敗ですか。そうですね、失敗です。

17：悪いことをしたというわけではないですよ。ただ、失敗しただけで。それでも、お母さんは傷ついたと思われるんですか？

18：失敗であっても、着物を破ったのは事実ですから。

19：余程特別の着物だったんですか？

20：ええ、そうです。母が自分で縫ってくれたんです。

というような展開も可能です。

更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載