

集団心理療法における劇的正対の有用性 THE USE OF DRAMATIC CONFRONTATION IN GROUP PSYCHOTHERAPY*

バーナード・H・シャルマン (Bernard H. Shulman)
大竹優子 訳 (大阪)

要旨

キーワード :

はじめに

著者は最近の論文で、ある集団療法技法について報告した。その技法は、あるタイプのクライアント、つまり、グループの他のメンバーを微妙に挑発するようなタイプのクライアントに対して、その行動についての洞察を援助するために有用と考えられた。そのようなタイプのクライアントは大抵、競合的だしグループが共有する目的に多少そぐわないところある、と他のメンバーから見られている。

その技法は次のような仮説を基にしている。すなわち、(1) 全ての行動には目的があり、(2) グループでのそれぞれの人の行動には、他のメンバーについてのその人の精神的な「動き」があらわれるが、(3) この「動き」がクライアント隠れた目的である「私的目標(private goals)」をあらわす、ということである。また、これらの仮説に加えて、さらに次のことも仮定された。それは、クライアントに、通常無意識的に隠されている目的を劇的に正対することは、「劇的なあばき(dramatic uncovering)」の効果によって、より洞察が起きやすくなり、問い詰めたり賢い解釈をしたり、再保証したり理性的に説明するよりも、クライアントにとって、はるかに受け入れやすいものとなるであろう、ということである。

技法の要点は以下の通りである。グループは、ことによるとセラピストの薦めに従って、問題となっているクライアントの行動について話し合い、その行動の「私的目標」を特定する。これは、クライアントの行動そのものを分析したり、短い投影法検査によって行われる。つまりクライアントから早期回想を聞き取り、それを分析するのである(シャルマン(Shulman^[1]))。グループは、通常クライアントの承諾を得て、クライアントの神経症的要求を「大げさに取り入れながら」、クライアントの行動に反応することにするのである。(「もし彼が赤ちゃんでいたいのだしたら、彼を赤ちゃんのように扱きましょう」)

この技法は、このようなタイプのクライアントが建設的な方向へと変化を遂げたり、グループの親近感を強くするのに大変有用であった。そこで著者は、グループの中でも治療への抵抗がみ

られたり、治療の進展が遅いクライアント全てに、その効果を試した。前著ではこの技法を用いた4例について報告した。今回、別の事例を提示し、この技法の有用性を一層明確にしていくとともに、その力動のもつ複雑さについてさらなる解説を加えていく。

事例 1 .

パメラ、30才。子育て中の主婦で、再発する「うつ」に苦しめられていた。グループのメンバーからは大変好かれており、話好きで親切で勇気づけがうまいが、彼女はいつも、なかなか治らないの、とこぼしていた。彼女はあらゆる場面で家族を喜ばせようとするのだが、症状に邪魔をされて家族を楽しませることができなかった。実際のところ彼女は全ての人を喜ばせようとしていたし、自分が非難をおそれていることを公然と認めてもいた。時折彼女は、どうして他の人が自分を好きになってくれるのかわからないわ、だって自分と一緒にいてあまり楽しい人間とは言えないもの、と言っていた。著者の指示のもと、グループはパメラの「私的目標」が何かを推定してみることにした。すると、彼女の物語は、子ども時代に人から愛され受け入れられるために、彼女がいつも「いい子」でいたことを示した。しかしまた同時に、心の中では、自分の努力は無駄になっていると感じてもいたのだった。その結果、彼女は「自分をかわいそうに」思い、そして自己批判と親切な心遣いの両方を使って、「かわいそうな私」を続けたり、他人の同情を引いていたのだった。

そこでグループは「みんなでパメラのことをかわいそうがることにしましょう」ということにした。セッションの残りの時間は、彼女に同情したり彼女の自己批判の言葉全てに賛成することにあてられた。パメラは異議を申し立てたり、赤面したり、不安をつのらせて、私はこんなことを望んでいたのではまったくくないのに、と言った。グループは即座にそれに食いつき、彼女がまた苦しんでいるわ、と心痛を表現したが、それはつまり、彼女はグループからいじめられてかわいそうだわ、という意味になったのだった。この時点からパメラは話しをしなくなった。

次のセッションでパメラは、自分はあることを学んだと報告した。前のセッションが強く印象に残ったので、この一週間自分を観察した、というのである。そして彼女は、自分が不幸になるための理由を探しているところを取り押さえた、と述べた。そうして彼女は、自分の問題を解決するための、もっと良い方法を探そうと決心したのだった。そのときからパメラに変化があらわれた。彼女はあまり自己批判的でなくなり、その一方でグループの他のメンバーに対してはより批評的になった。また、自分を評価するときはより客観的になり、そして、必死になって人を喜ばせようとするのが少なくなった。このときから彼女は快方へ向かったのである。

事例 2 .

20代半ばの魅力的な女性、セリア。彼女の現在の問題は、次々と新しいボーイフレンドに恋してしまい、そして彼を自分に恋「させる」ために全力を注ぎ込んでしまう、ということであった。その男性が彼女に恋するやいなや、彼女は彼に飽きてしまって、会うのをやめたいと思うようになるのだった。この行動をしていると結婚のチャンスを逃すと気づいて、彼女はセラピーに訪れた。グループでは彼女は無口で、自分自身については全く語らず、感情をあらわしたりするもの

か、質問で「釘付け」にされたりするものか、といった風であった。彼女は質問に質問でもって答えるか、あるいは「わかりません」と答えるのだった。グループメンバーの中には、そうした彼女を冷たいと思う人や、彼女のことがつかめないとこぼす人もいた。セリアはそのような苦情に対して、一切の無実を主張することで応じていた。

セリアのライフスタイル分析は、彼女が人生を「先んずればすなわち人を制す」というゲームと見ていることを示した。彼女の全ての対人関係が競合的であり、あらゆる場面で支配者であり続けることが、彼女にとってはいつでも重要なものだった。グループでは、自分の短所を認めないことや、自分のポジションにダメージを与えるような意見を避けることで、彼女はこのゲームを行っていたのである。セリアには、「白状すること」ができなかった。なぜなら、「白状する」と彼女の欠点や弱みがあらわになってしまい、それは他の人が彼女に「先んじて」しまう事を意味するからであった。

このことがわかると、セリアは最初、一段と引きこもるようになった。そこで治療者は、全てを彼女に譲ることで彼女に優位を与えるように、とグループに指示した。彼女は常に座りたい椅子に座り、他の人は彼女に賞賛の言葉を述べ、そして、全ての事柄について、彼女の暗黙の了解をとってから話し合うようにした。グループの中でもさらに競合的な何人かのメンバーたちにとっては、これに従うのはたやすいことではなかったにせよ、このルールは参加者には総じてよく守られた。数分後、セリアは「口を割り」、自分の問題を陳述し始めたのである。グループは共感をもってそれを聴いていた。

次のセッションにセリアは初めて（グループとは無関係な）夢を持ち込んだ。それ以来彼女は、以前よりも積極的に、自分自身のことや自分の感情をグループに語るようになった。質問に答えたり、議論に加わったり、感情をよりオープンに見せたりするようになったのだった。

事例 3 .

ある事例では、このテクニックは明らかに失敗に終わった。エディスは知的で美しい 30 代の未婚女性であり、グループ中で唯一の黒人であった。自分の仕事に深くやりがいを感じていたが、仕事以外の場面では、彼女は他の人間とはほとんど接触を持たず、孤独な生活を送り、自分は認めてもらえないとか拒絶されていると感じていた。彼女はいつも、グループの隅のドアに一番近い場所に席をとった。グループで、彼女にとって興味深い話題が出たとき、そしてそれで場を自分の物にできそうなきをを除いて、彼女はグループの会話にはあまり加わらなかった。

彼女は他人に対して極めて批判的で、「私が言ったことにみんながどんな反応をするか見てみたいの」と言い、わざわざ人を怒らせるような振る舞いをするのだった。彼女は論争には決して負けることがなかった。そのために用いる手段はシンプルで、他の誰の論理も決して受け入れない、というものであった。最も幼い頃の早期回想から、彼女が、人生と人々は自分に対して不公平であると考えていること、また、私は大変特別な人で、優れているのに人々のねたみの犠牲者となっている、と自分自身をとらえている事がわかった。

グループは、エディスの願いはいつも優位で特別であることと、いつも「場を自分のものに」していることだと判断した。それで、彼女の椅子をグループの中央に置いて、他の人は彼女の周りをぐるりと取り巻いて座り、みんなですべての発言を彼女に向かってするようにした。エディ

スは眼を閉じて座り、イライラしたり決まり悪そうにしていた。彼女は一言も発言しなかった。後のセッションにおいて、この技法が彼女にとって何らかの援助となったことを表す徴候は、結局見られなかった。

考察

この技法を著者とともに研究していた共同研究者が、技法名を提案してくれた^[2]。彼はこれを、「ミダス・テクニック (Midas technique)」と名付けた。黄金を渴望したミダス王 (King Midas) の伝説に因んだのである。ミダスは、人生での願いは、欲しい黄金を全て手に入れることだけではないのだ、と即座に悟り、「ミダス・タッチ (golden touch)」は祝福というよりはむしろ呪いだと思いついたのだった。

(訳注：ミダス王は、ギリシャ神話に登場する王の一人。ミダスは彼が触れたものが全て黄金に変わるようにと願い、その願いはかなえられるのだが、しかし彼が触れたものは、食べ物や彼自身の娘まで黄金に変わってしまうのだった。そのため彼は黄金を嫌悪し、自分のした願い事を呪うようになったという。この、触ったもの全てを黄金に変える能力は、一般に Midas touch として知られており、原文の "golden touch" はこれを意味すると考えられる。)

文献では「ミダス・テクニック」とまったく同様のものは報告されていないが、ザーカ・モレノ (Zerka Moreno)^[3]の最近の論文に書かれている「補助世界 (auxiliary world)」法とは、ある面で共通点がある。「補助世界 (auxiliary world)」法では、グループメンバーや治療者たちがクライアントのために、クライアントの望んでいる世界や望んでいる関係性のようなものを作り出す役割を演じている。これは正対の一種と考えられるであろう。

他の著者も、グループセラピーでの正対の技法について述べている。ウルフ (Wolf)^[4]は、「クライアントの挑発的な役柄をデモンストレーションするとき、グループは自然で効果的な媒介となる」と述べている。グループメンバーがクライアントを「解剖する」ことによって、クライアントが「自分の挑発的な役柄を発見する」のをどんなに効果的に援助するかを、ウルフは述べている。ミダス・テクニックもやはりクライアントを「解剖する」技法の一つである。しかしながら、それがクライアントに対して敵対的となったり、侮辱的となったりしてはならないのである。

コーシーニ (Corsini)^[5]は矯正施設での心理劇についての検討の中で、困難事例においては、劇的技法が治療効果のみせる唯一の方法となることがしばしばある、と言及している。「反抗的侮辱的精神病質的青年」についての検討において、「彼が犯罪者への道をうまく歩んだ事は明らかである。…彼に向けられたあらゆる強制的な力やコミュニケーションの方法は全く無益であった。…問題は、彼の行動から起こりうる結末を、どのようにして彼に印象づけるかであった。」と述べている。

クライアントをその行動と正対させるにあたってのグループの有用性は、分析的な集団心理療法についての検討^[6]の中で、これもコーシーニによって記されている。彼は、同性愛と性器搔痒症に対して罪悪感を持つ男性に、グループがどのように正対したかを報告した。グループは彼が股間を搔きたがっていることを知っているし、さらに彼が椅子の上でそわそわするよりは股間を搔く方が好ましいとグループは思っている、という情報でもって彼に正対したのだった。

先に述べたような、グループの「親近性」を促すこと^[1]に加え、著者はこの技法の主たる有用性について、次のような見解を持っている。それは、治療者はこの技法によって、クライアントの抵抗や挑発のシステムという扉を開いておくための、くさびを手に入れることができる、ということである。まさにこの抵抗のシステムのおかげで、クライアントは分析や解釈に対して聞く耳を持たなくなってしまうのであるが、この抵抗は、クライアントがそれまでの治療の場を、意味のある経験へと翻訳できなかつたために起きていたのである。グループにおいて「生きた」経験ができることは、アッカーマン(Ackerman)^[7]が述べているように、グループ療法の有用性の中でも重要な項目のうちの一つであると考えられる。

クライアントを誤った目標と正対させることは、より大きく自発的な行動や洞察、再評価へと導くばかりでなく、次のような特殊な点においても洞察や再評価を促す。すなわち

1. クライアントは自分の隠れた目標が何かを知らされる。
2. 他の人が彼の秘密に気づいていることを知らされる。
3. それは他の人にとって受け入れ可能なものであること、そして他の人はクライアントがそれに到達するのを手伝おうとさえしていることを知らされる。
4. しかしながら、そうすることによって、クライアントがそんなに高く評価していることは、他の人にとっては全く評価に値しないことだと示す。(パパネク(Papanek) [8]が述べるとおり)誰も欲しがらないものは、価値がいくらか下がるのである。
5. 戦略は見破られると失敗する。グループは予期しないやり方で振るまいながら「クライアントのスープに唾を吐く」のである。
6. 結果として、自分の行動への気づきや、グループが見当をつけた解釈への気づきが、クライアントに突然起こり、問題の行動は抑制傾向をみせる。
7. 演技に誘い込む事はクライアントにとって息抜きとなり、さらに行動に抑制がかかる。
8. グループがクライアントの神経症的要求に対して拒否的でないのであれば、あえてそれを取り上げて扱う必要はないと思われる。そんなに容易にその人を受け入れることができるのであれば、何の心配があるのか？ グループがその人を受け入れようとしているなら、どうして戦うことがあるのか？

エディスの事例について、他の人を援助するのにかくも効果的であったこの技法がこの例では失敗した理由について検討したところ、次のような結論が考えられた。

- (a.) グループメンバーは技法とその目的について自由に討論し、理解していなければならない。
- (b.) 目的はメンバーを援助することでなければならない。決して罰したり傷つけることであってはならない。
- (c.) フレンドリーな雰囲気でないといけない。グループはクライアントに、あるものを提供することに専念するのである。それは、彼が密かにあるいは無意識的に欲しているものなのであって、クライアントを否定したり制止したりするのではないのである。
- (d.) 結果としてクライアントがやりたくないことをやらされることになってはならない。エディスは、外れたところにいたいと行動では示していたのに、中央に来るように強いられた。その結果彼女は、グループに喜んで受け入れられたとは感じられず、強制されたと感じてしまった。さらに、
- (e.) クライアントの私的目標が何であれ、たとえ同情、服従、賞賛などであろうとも、グルー

プはそれを提供しなければならない。実際、グループはそれを誇張された形で提供するのである。焦点を正確にするためには誇張することが特に必要となるのだ。エディスの場合、目標は「成功した優れた存在」ではなかったもので、従って、誤った判断の下に技法が使われていた事になる。この事例では、治療者もグループもエディスを、優位で上位であろうとしているだけ見ていた。彼女の目標はむしろ、「自分は決して望みどおりには受け入れてもらえないし、いつも自分は不公平な人生の犠牲者なのだ」ということを、みんなに証明することかもしれない、とは考えずにいた。こうして間違っただ判断の下に技法を使用することで、彼女の悲観主義を強化することになってしまったのであった。

- (f) グループは、クライアントの目標が、あたかも社会において道理にかなったものであるかのように、純粹にそれを受け入れようとしなければならないし、クライアントをコントロールしようとする必要を感じないくらいに自由でいなければならない。
- (g) ミダス・テクニックは明らかにグループの側にユーモアのセンスを必要とする。我々は、何かクライアントのやっていることを（クライアントその人を冷やかさないように注意しながら）冷やかすのであるが、優しさと友情を持ってそれを行わなければならないのである。

*Shulman, Bernard H.:THE USE OF DRAMATIC CONFRONTATION IN GROUP PSYCHOTHERAPY, Contributions to Individual Psychology, Selected papers by Bernard H. Shulman, M.D.,Alfred Adler Institute, Chicago,1973,pp188-195. Reprinted by permission from The Psychiatric Quarterly, 1962, 36, 93-99.

参考文献

- [1] Shulman, Bernard H.:A psychodramatically oriented action technique in group psychotherapy. Group Psychother.,XIII: 34-39, 1960.
- [2] Mosak, Harold H.: Personal communication.
- [3] Moreno, Zerka T.:A survey of psycho-dramatic techniques.Group Psychother., XII: 5-14, 1959.
- [4] Wolf, Alexander: The psychoanalysis of groups. Am. J. Psychother., III: 529-558, 1949.
- [5] Corsini, Raymond J.: Psychodrama with a psychopath. Group Psychother., XI: 33-39, 1958.
- [6] ----: Methods of Group Psychotherapy. P. 166. McGraw-Hill. New York. 1951.
- [7] Ackerman, N. S.: Psychoneurotic adults. In: The Practice of Group Therapy. S. R. Slavson, editor. Chapter 7. International Universities Press. New York. 1947.
- [8] Papanek, H.: Change of ethical values in group psychotherapy. Int. J. Group Psychother., XIII: 435-444, 1958.

更新履歴

2013年5月1日 アドレリアン掲載号より転載