

## アルフレッド・アドラー ～フィクションとしての心理学～\*

野田俊作 (大阪)

### 1. 仮想

アルフレッド・アドラー(1870-1937)の心理学理論(以下「アドラー心理学」という)を「精神分析」のフレームワークの中で語ることに、いささか抵抗がある。たしかにアドラーは、1902 年からジグムント・フロイトが主催する研究会に参加していたし、後にはその主要なメンバーのひとりになった。しかし、エディプス・コンプレックス学説に公然と反対したことがきっかけとなって、両者は感情的に対立し、1911 年、完全に訣別してしまった。それ以後、アドラー心理学は、フロイトの精神分析学とはまったく無関係に、というよりはアンチテーゼとして、発達したので、精神分析学からの影響がもっとも薄い心理学理論だといっても過言ではない気がするのである。たとえば、フロイトの理論は機械論的であって、人間精神を要素から組み立てられた一種の機械として分析するが、アドラーの理論は社会学的であって、個人を分割できない全体としてみたうえで、行動を社会的文脈の中で理解しようとする。あるいは、フロイトの理論は原因論的で、現在の行動の原因を幼少期に遡って解明しようとするが、アドラーの理論は目的論的で、人は仮想的な目標に向かって行動するのであって、過去は必要に応じて参照されるにすぎないと考える。その他、違いを数え上げれば限りがない。

アドラーが彼独自の理論構成にたどりついたのは、ファイヒンガーの哲学の影響が大きい。ハンス・ファイヒンガー(1852-1933)は、ドイツの新カント派の哲学者である。彼は、アドラーとフロイトが訣別したちょうどその年、1911 年に『かのようにの哲学(Die Philosophie des Als Ob)』を公刊した。この本は、今ではそれほど知られていないが、当時一世を風靡したようで、たとえば当時ドイツに留学していた森鷗外は、「かのやうに」という小編を書いて、ファイヒンガーの哲学に共感しつつ、それと神話を事実であるかのように言い募る天皇制国家論との矛盾に悩む若い歴史学徒を描いている。アドラーは、早くも 1912 年の論文にファイヒンガーを引用している。

ファイヒンガーは、仮想(フィクション)という概念を提唱した。仮想は、現実世界にかかわる観念ではあるが、対応する具体的な対象を持たない。しかも人が現実世界と関係する上で有用な観念のことである。たとえば、「すべての人間は平等である」というのは仮想であって、客観世界に対応する事実を持たないかもしれないし、それどころか、客観世界の実実に反しているかもしれない。それにもかかわらず、この観念は、あたかも事実である「かのように」作用して、人間の生活に大きな影響を与える。

仮想は、仮説とは異なっている。科学的な意味での仮説は、観察ないし実験による検証によって確認され、事実との対応関係を証明されなければならない。これに対して仮想は、単に主観的に構想されたものであるにすぎず、客観事実との対応関係を前提したものではない。

また一方で、独断(ドグマ)とも違っている。独断は、主観的に構想され、しかも検証されて

いないにもかかわらず、事実なり真理なりであると主張されるような観念のことである。これに対して、仮想は、みずからを事実とも真理とも思っておらず、単に便利であるから採用されている観念であるにすぎないことを知っている。

さらに空想（ファンタジー）とも違っている。空想は、現実世界とはまったく無関係に組み立てられるが、仮想は現実世界に対する説明原理として組み立てられる。人は仮想を介して世界とつきあうのであるが、空想を介して世界から逃げ出すのかもしれない。

## 2. 価値

価値と事実とを区別しておこう。価値とは、「かのようにあるべきである」という観念であり、事実とは「このようである」という観念である。価値の領域でファイヒンガーの「かのように哲学」を採用すると、価値相対論になる。すなわち、すべての価値は「かのように」であるにすぎず、仮想であるにすぎない。「絶対的に正しい価値」などというものは存在せず、単に相対的に「より便利な価値」があるにすぎない。便利というのは、時代により文化によって違ってくる相対的な基準であるから、すべての価値は相対的である。

ある患者は、しばしば体調を崩して仕事を休む、ないしやめるのだが、話をしていると、「優秀でなければならない」という強い価値観を持っていることがわかった。その価値を満たすために、やみくもに働く。体力も能力も無視してがんばる。休憩をとることに罪悪感を持っていて、休日なども仕事の準備に使ってしまう。その結果、極端な疲労状態に陥る。そうして能率が落ちてくると、働けない自分に罪悪感をもって、いっそう無理をして働こうとする。最終的にうつ状態に陥って、ドクターストップがかかって、やっとしばらくの間は休める。しかし、すこし回復すると、また働く。

私と話をする中で、患者は、働き者の自分のことを競走馬にたとえた。これに対して、許されるならばそうして暮らしたいもうひとりの自分のことを猫にたとえた。それはわかったが、競走馬でなくなって猫になることに、強い罪悪感を覚えると報告した。これは、子ども時代に親や教師が、競走馬的価値観を、「かのように」であるにすぎない仮想としてではなく、絶対的真理として独断的に、しかも、「この価値に沿って生きていないと、あなたを見捨てますよ」という脅しのないし罰を伴って育てたためかもしれない。尋ねてみると、特に母親がそのように育てたという。そこで、「これからもお母さんの言うことを聞いて、うつ状態になりますか、それとも自分で考えて、ペースを守って暮らしますか？」と尋ねた。患者は、「自分で考えてもいいんですね。そうなんですよね」と言って、「荷物を降ろしたように」楽になった。こうして、患者は、うつ病を発病してドクターストップをもらわなくても、自分の力でペース配分をして暮らせるようになった。しかして、競走馬も仮想、猫も仮想なのである。

## 3. 事実

価値についてはわかったが、事実についてはどうだろう。われわれは客観的な事実を知りうるのか。つまり、仮説と検証にもとづく自然科学的な思考法を信じていいのか。アドラーは、物理学などの物質科学はいざ知らず、こと心理学においては、仮説検証的な思考法は不可能だと考えた。心理学理論は、すべて仮想であり、「かのように」でしかない。

むかし、フロイト派の治療者と議論したことがある。その人いわく、「あなたの言うように治

療は簡単ではない。川を飛び越えようとしても、パンツのゴムが岸にひっかかっている、引き戻される」。これに対して、「パンツを脱げばいいんだ」と私は答えた。フロイト派の彼が言うのは、子ども時代の体験が現在を規定している、子ども時代のこだわりを脱却させておかないと、現在の問題を解決できないということだろう。私が言うのは、そう思えばそうだが、そう思わなければそうでない、ということだ。原因論的な理論は、単なる仮想であるにすぎない。それが便利な場合には使えばいいが、不便な場合には捨てるべきではないか。

アドラー心理学は原因論的な発想は不便だと考えて、完全に捨てることにした。かわりに目的論的に行動を分析することにした。たとえば、すべての行動には、感情や症状を含めて、無意識的な目的があって、その目的を達成するために作り出され使われているのだと考えるのである。しかし、これも事実ではない。治療的に援助するために有用な仮想であるにすぎない。同様に、アドラー心理学は、「意識と無意識は対立しているのではなく、分業し協力しているのだ」と考え、あるいは、「人間の行動はすべて社会的文脈の中でおこなわれており、行動の意味は、過去の出来事や、あるいは精神内界の出来事の中に探すのではなく、現在の対人関係のあり方の中に探すべきだ」とも考えた。これらはすべて仮想であるにすぎない。しかし、治療の中で他者を援助するために有用な仮想である。要するに、アドラー心理学の理論とは、仮想のシステムであって、仮説検証的な自然科学的理論でもないし、また独断でもない。それは有用な「嘘」であるが、「嘘」であることをみずから知っているのである。

仮想は「嘘」でありながら、まるで現実ないし事実である「かのように」作用する。アドラー心理学を信じて世界を見ると、アドラー心理学の理論に従って世界が動いている「かのように」見えてくる。もちろん、フロイトの理論を信じれば、そのように世界が動いている「かのように」見える。仮想を離れた現実というものがもしあるとしても、われわれはそれを知ることができない。仮想が現実を作るのであるし、仮想がすなわち現実なのだ。

#### 4. 治療

たとえば、「無意識」という用語の意味は学者ごとに違っている。そこで、その用語を使ったときに、フロイトが使った意味なのか、アドラーが使った意味なのか、ユングが使った意味なのか、その他の意味なのか、そのあたりが対話する両者の間で合意されていないと、対話が成立しない。いや、そもそも、仮想は対話の中で成立してゆくものなのではないか。先に頭の中に仮想があって、それが話し出されるわけではなくて、まずある言葉が使われ、それが対話を通じて次第に意味をもってくるのではないか。そうだとすると、対話に注目しないと、仮想の意味がわからない。

これは現代風にいうと、社会構築主義に近い立場であり、心理療法ではナラティブ・セラピーに近い立場である。つまり、ある患者がもっている「かのように」は、家族や社会との対話の中で作り出され、対話の中でリアリティを持ち、対話の中でその力を発揮する。治療者がその対話に加わることによって、次第に人々に共有されている「かのように」が変化して、患者にとっても周囲の人々にとってもより有用な「かのように」に変化していく。それが治療である。仮想がすなわち現実であるとする、対話を離れて人は現実を知ることができない。現実是对話の中で作り出される。

ある女性。母が重態になって入院したとき、付き添っていたのだが、熱が下がって落ちついたときに帰宅して入浴した。その間に、母は死んでしまった。こうして母の死に目に会えなかったことに罪悪感をもっていた。母についての思い出を聞くと、次のようなことを語ってくれた。

大学生のころ、夏休みなど帰省して東京に戻るとき、母は必ず私を駅まで見送りにきてくれました。新幹線のホームで私が新幹線に乗り込む場面が思い浮かびました。母は涙ぐんでいました。

小学2年生のころだったと思います。すぐ近くに住んでいた父方の祖父母の家での夕食の場面です。その家に叔母さんも同居していたのですが、私はその人にピアノを習っていました。

その日、叔母さんがお料理を作ってくれ、ピアノの稽古の後、祖父母と迎えにきた母も交えての5人での夕食となりました。一口食べると、まずくて、「ううっ」ときたのですが、残すなんてことは許される状況ではなく、一生懸命飲み込んで食べました。そばで見た母が「無理して食べなくていいのよ」と言ったのです。そして私の背中をさすり始めました。叔母は、「あなた、人が作ってくれたお料理に対してそんな態度って失礼じゃない」と叫びました。すると母は「子どもが食べられないような料理を作る方が悪いのよ」と言いました。そこで大喧嘩が始まりました。祖母が出てきて、母に「私に免じて許してください」と頼みました。母は「申し訳ありませんでした」と言って、「行くわよ」と夕食なんか放り投げて、私を連れて帰りました。帰り道、暗い道で母はワーワー泣いていました。そのとき私は「もっといい子になると、母と叔母が仲良くしてくれる」と思いました。

でもこの日以来、私はピアノも止めさせられて、叔母とのつながりをほとんど絶たれてしまいました。

以下、本人の了解を得て、治療の経過をほぼ逐語的に掲載する。

治療者：このとき、お母さんは、あなたが叔母さんに会わなくてすむようにふるまおうと決心されたと思いませんか？

患者：それは確かに、この出来事の結果として、それ以来叔母と私が会う機会は激減しましたが。でもピアノは続けたかった。

治療者：ピアノは続けたかったかもしれないけれど、叔母さんとお母さんの喧嘩の場面に出会うことはなくなったんですね。

患者：そうです。このとき以来こういう修羅場には会いませんでした。私が祖父母の家に行くよりも、祖父母が私の家に遊びにくるようになったし。祖父母の家に私が遊びに行くときも叔母がいないときを見はからって、祖母が「遊びにおいで」と声をかけてくれるようになりました。

治療者：お母さんは、お父さんやおばあさんに相談して、あなたが叔母さんと会わなくて済むようにされたと思われませんか？

患者：そうかもしれない。

治療者：このとき、お母さんはもうひとつ決心されたことがあると思うのですが、どう思われますか？

患者：う～ん、「悪い母親」になろうと決心したかもしれない。私には、この家の長男家のひとり娘として、行くべき学校から結婚の仕方まで期待されていることがたくさんあったのです。私が浪人したいと言ったとき、女の子が浪人なんて信じられないことだと猛反対した叔母や祖母に「この子を浪人させます」と言ったのも母だし、見合い結婚で家を継がせなければならぬという叔母や祖母に「いいんです。好きな人と結婚させます」と言ったのも母でした。

治療者：そうやってお母さんは「悪い母親」になって、あなたを守ってくれたのですね。

患者：そうですね、母はいつも、自分のことよりも、私のことを先に考えてくれていました。

治療者：それで、お母さんがなくなるときのエピソードについてどう思われますか？ お母さんらしい死に方をされたと思いませんか？

患者：だって、さみしいじゃないですか。死に目に会えないなんて。

治療者：亡くなっていく人の魂にとっては、死ぬ瞬間が大切なのではなくて、死を受け入れるプロセスや、もう死のうと決心する時が大切なんです。あなたが大学時代、駅でお母さんと別れるときも、新幹線のベルが鳴る瞬間はたいしたことじゃないでしょう。ホームで過ごした時間が大切じゃないですか？ あなたは十分に付き添われました。亡くなる日の朝、熱が下がって落ち着いたのは、お母さんの無意識がなにかをしたかったからではないでしょうか？ あなたのお母さんらしいじゃないですか。

患者：そうですね、ほんとうに、そうですね。母は私にもう付き添いは十分だって言いたかったのかもしれない。父もいたし。

治療者：どうですか？

患者：ほんとうに、母に私は甘えっぱなしで、もらってばかりでね。

治療者：だから、あなたもあげなきゃね。

患者：母にしてもらった分、今私の周りにいる人にたくさん返さなきゃね。

治療者：そうね、家族や、お父さんにもね。

ここで、私は対話を通じて、相手の反応を探りながら、新しい仮想を、すなわち新しい現実を、組み立てている。それまでもっていた患者の仮想もまた仮想、新しく組み立てられた仮想もまた仮想で、どちらも「嘘」なのだが、新しい嘘のほうが、患者が生きていくうえで有用なのだ。しかも患者はそれを現実である「かのように」思い込んでいる。治療とはこういうことだ。

## 参考文献

A. アドラー：『個人心理学講義』 岸見一郎訳、一光社、1996

A. アドラー：『子どもの教育』 岸見一郎訳、一光社、1998

A. アドラー：『人はなぜ神経症になるのか』 岸見一郎訳、春秋社、2001

## 更新履歴

2018年12月10日 アドレリアン掲載号より転載