

■ 書 評



心理療法家の気づきと想像 —生活を視野に入れた心理臨床—

村瀬嘉代子 著

金剛出版

2015年9月 280頁

定価 本体 3,000円+税

本書のあとがきに、著者が日本臨床心理士会や日本心理研修センターの要職に就かれた2008年以降に執筆された文章を編む形で作られたとある。この“編む”という言葉は、文章を集めて本を作るという編集以外に、細いものを組み合わせて1つのものをくみ上げるという意味を持つ。“編む”という作業で作られる代表的なものとして織物があるが、それらは経糸（たていと）と緯糸（よこいと）が互い違いに組み合わされており、経糸は無色であり、表には出ず、見えてはいけないもので、織物の内側でじっと支えている。経糸がしっかりと通っていて初めて緯糸は自由に動くことになり、緯糸を織り成すという、様々な創意工夫と丁寧な作業を通じて1つの作品が作られていくとされる。

ここで、本書においては、控え目ながらじっと支える役目の経糸に相当するのは、著者の心理臨床へのスタンスであり、(表題でもある)“気づきと想像”の大切さという点であると思われる。この点について『緻密に観察眼をさりげなく働かせて気づくこと、気づいた素材に対して、ジェネラルアーツを総動員して、根拠ある想像力を瞬時に働かせること、これがクライアントを理解し、コミュニケーションを生じる素であろう。』と著者によりまとめられている。アインシュタインの有名な言葉に「想像は知識より大切である」とあり、“想像力”は多くの分野で大切なものであるが、本書において述べられている心理療法において大切な“想像すること”は、さりげない気づきと共に根拠となる様々な知識を前提としたより確かな概念であると感じられる。

一方、織り成された要素としての緯糸に相当するものとして、生活に根付いた心理臨床であり、著者の援助活動のなかでの実際的な経験が中心であるが、それらには心理学の専門家や書籍との出会いが含まれて

いる。著者は観察者としての気づきの大切さを自らの経験から語っている。例えば、まったく話さないクライアントへの様々なアプローチが上手くいかず、拒まれている事実を認めて、「(話すことを求められて) 疲れたでしょう」と独り言のようにつぶやいたことから、状況が急展開してU子が話すようになったいきさつや、ある児童の行動観察で、水道の蛇口をおそるおそる捻る様子から、思い切って撥水をする、身体のこわばりも溶けるのでは、という発想を得て、対応法を思いついたという経験からは現場に即した個別の対応の大切さが感じられた。

心理学の専門家との出会いについては、ウェクスラー博士のスーパーバイズでのコメントより、検査時の観察の大切さを学んだこと、フロム・ライヒマンの治療を受けた作家(ハナ・グリーン)の言葉を紹介し、治療者(ライヒマン)が自らの考えや理論を喜んで捨ててくれた姿勢に感謝しているという話から治療者の柔軟さの重要性に言及しているが、これらは検査を施行する者や心理療法を行う場合に大切な“気づきと想像”についての実例を表わしているように思えた。

援助活動や治療後についても言及されているが、『今できる最善を尽くして課題にあたった後は、中井(2009)の「人に自然治癒力があるように『事態(状況)』にも自然治癒力があると私は信じている」という言葉をそっと思い出し、クライアントの力を信じたい。(P.82)』とある。援助に限界があることをわきまえて、生活のあり方に配慮し、事象そのものに自然治癒力があることなどを信じてゆだねる姿勢が大切であることが感じられた。著者は別の著作で子どもの心理臨床に与える動植物(自然)の効果についても記述しており、このような周囲の環境のもつ意味を含めた観察眼の大切さも示されているように感じられた。

以上、本書は、著者の長い臨床心理の活動の中で、様々な時期に経験し、執筆した文章を集めたものであるが、コラボレーションのあり方など部分的な要素と全体の構成が調和しており、著者の心理臨床へのスタンスがよくわかる。また著者をよく理解している編集者との共同作業で生み出された点でも本書自身が協働という意識の大切さを示していると思えた。今日の精神科医にとって、特に新専門医制度が発足しようとする時期でもあり、より深い人間理解と研鑽のあり方について、示唆となる内容が多いと感じている。

(谷井久志)