

## ■ 書 評



### 日本のありふれた心理療法 —ローカルな日常臨床のための心理学と医療人類学—

東畑開人 著  
誠信書房  
2017年2月 328頁  
本体価格 3,400円+税

演芸の世界では日常生活で多くの人が経験しているようなありがちな事柄や身の回りの些細な出来事を取り挙げて、人々の共感を得て、笑いを取る1つの手法に“あるあるネタ”がある。本書の初めの方に現状の心理療法について、「週一回の治療構造で作りたいが、気づけばオンデマンドで行われるようになる。」「心理療法の間隔が当初の毎週から二週に一回、月一回になっていく。」「キャンセルが続き、何となく心理療法は終わっている。」などと実例を挙げている。それらはまさにありがちな現状であり、気がつけば漫然と続いていたり、終わってしまったりする心理療法の実態がわかりやすく紹介されているが、その他の事例なども相まって本書の面白さの底流となっている。

著者は『ありふれた心理療法』についてさまざまな形で記述している。いくつかを抜粋すると「現場レベルでの妥協」「プリコラージュ（手持ちのものをあれこれやりくりする方法）」「認知行動療法をトッピングした精神分析もどきのユンギアンフレイヴァー溢れるロジュリアンと揶揄されるような心理療法」などである。日本人の心理学理論の特徴としてこころの中心には何もないという考え方を紹介し、友田不二男の真空、河合隼雄の中空、鷗幹一郎の（中核自我のない）「アモルファス自我」、北山修や前田重治が治療者-クライアント関係の混淆を合金化と呼んだことなどがあり、精神分析と支持的療法が混ぜ合わされているとした。

本書はさらに「心理学すること」に「人類学すること」を混入させようとする試みの中で心理療法とローカルな文化との交流に焦点を当てている。そして、『我々のありふれた心理療法ではより多様な治療文化が「心理学すること」をキメラ化する』とし、文化と

文化が出会い、交流し、混淆する「間文化性」の問題について論じている。これら心理療法と文化人類学的視点を併せて議論する際に著者が援用している理論的背景に医療人類学者クラインマンのヘルス・ケア・システム理論、特にクラインマンによる説明モデルがある。説明モデルは、「文化と個々の治療の間を橋渡しするもの」あり、臨床コミュニケーションは異なる説明モデルが摩擦を起こし、交渉し、共有しうるものへ改変していくプロセスとしている。

著者自身の心理療法のあり方について「グローバル・スタンダードを目指す心理療法へのゲリラ戦」「ステイ・ローカル」と表現しているが、ありふれた心理療法を記述する方法として事例研究の重要性を指摘している（第8章 野生の事例研究論）。そして補章『ありふれた事例研究執筆マニュアル』では具体的な実践のために、①頑張ってケースに取り組もう、②先行研究を把握しておこう、③三段論法で問題を書こう、④お決まりの物語と文体を模倣して、事例を編集しよう、⑤事例を心理学用語に翻訳して考察しよう、⑥発表したら、意見をくれた相手を正気の間人だと思って対話しよう、と6つのステップを提案している。ごく基本的なありふれた作業ともいえるが、このような積み上げが「現場の力」を作っていくようにも感じた。

最近の地域に根差した企業活動のあり方や地域創生を考える上で、Think locally, Act regionally, Leverage globally（現地で考え、地域にあわせて行動し、グローバルの仕組みを活用する）という言葉が議論されることがある。前述のクラインマンは精神科医師で出発し、台湾や中国本土での精神医療の研究を通じて、文化と精神医療について関心を持ち、患者の視点から医療や文化を考察するようになったというバックグラウンドを持つ。日本に生きる精神科医としてのわれわれが地域に根差して精神医療を行う上で本書のような視点は多くの示唆を与えるのではないかと思うとともに、日本のありふれた精神医療とは何かと思いを馳せてみるのも意味があるのではないかと感じている。

(谷井久志)