

■ 書 評



日本の心理療法 国際比較篇

秋田 巖, 名取琢自 編
新曜社
2017年9月 224頁
本体価格 2,800円+税

本書は「日本の心理療法シリーズ」として、既に刊行された『日本の心理療法 思想篇』『日本の心理療法 自我篇』『日本の心理療法 身体篇』に次ぐもので、2011年9月23日に京都文教大学で開催されたシンポジウムを元に、後日練り直し、執筆した論説をまとめて単行本化されたとのことである。

題名に国際比較とあるが、単なる日本と諸外国の違いを列記したのではなく、国内・海外の執筆陣が実際の心理療法の経験を中心に論考をまとめ、まさに生きた現場での経験が元となっている。また本書では心理療法家とさまざまな方との出会いが描かれているが、その出会いはカウンセラー同士など心理療法に関する関係者間であったり、カウンセラーとクライアントとの出会いであったりする。ここでは執筆者自らの出会いのほか、歴史的な出会いも含んでおり、時間軸や空間軸の広がりや心の内面への掘り下げも含む、多元的なものである。

第1章では主にユングによる分析心理学の歴史が語られているが、心理的理論や考え方は実地の中で得られたことを土台として確かな形で組み立てられていくことが記されている。例えば、ユングは「ブルクヘルツリ精神科クリニックに実験精神病学研究所を立ち上げた。(中略)ユングとピンズワングーは単語連想実験中に生じる身体的変化を精緻に測定する実験方法を編み出した」そして「自我をより深い主体、すなわち意識を超越した主体と結びつける心的プロセスを発見していた」とあり、(実験を含む)実地の活動とそれに続く他者とのコミュニケーションが心理学の発展につながっていく状況が語られている。ユ

ングが深く関与したエラノス会議の主要なテーマは「東西の心理学の融合」「東と西の対話」であったが、第3章では英国で活動する心理臨床家の佐山童子氏が、異文化との葛藤の中より、「ふるさと」の発見として、ふるさとという文化の元型に触れた経験を述べており、このユング心理学の概念が国際比較を行う上でキーコンセプトの1つとなると思われた。

東洋における心理療法の例として取り上げられた箱庭療法に関しては、「鎌倉・室町時代に文化的なフォッサ・マグマ(大きな切れ目)が生じて、この大きな文化的落差が生じて、今日の我が国の生活の隅々まで支配した」(p.33)とあり、中国圏における「沙遊療法」と我が国における「箱庭療法」の違いなどを生んだ日本文化の独自性について解説されている。また第7章では認知行動療法についての3つの潮流を概観し、特に第三の波としての特徴を表すキーワードに「マインドフルネス」や「アクセプタンス」があり、それらは感情や認知を持ったまま、それを「感じて」「受容して」「行動する」「生活する」ことに焦点を当てることなどで、西洋と東洋の文化の交錯を示唆する特徴を見出している。またこれらの治療効果を検証した研究において、治療終了後に改善が持続していたことで、無意識の状態であっても実際に何らかの影響力が働き、マインドフルネスに関する無意識の体験が、治療終了後の改善効果をもたらした可能性が考察されている。箱庭療法などの心理療法の過程で治療中に価値の逆転、つまり治癒が起こる可能性があることや、心理療法はある意味で人間の心の変容を取り扱う特殊な人間関係を基本とするという指摘があるが、これらの点は精神医療における援助的介入においても共通の要素であると考えられた。

日本に生きるわれわれが地域に根差して精神医療を行う上で、「局所性」あるいは「風土」といった本書の視点は多くの示唆を与えるのではないかと思う。それとともに、時間的・空間的に多元性をもつ「文化」に俯瞰的な眼差しを向けつつ日本の精神医療の国際的な位置づけを考えてみることに意味があるのではないかと感じている。

(谷井久志)