

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）（2017年2月，誠信書房）

臨床心理士 大塚紳一郎

私たちが生業としている心理療法の世界は、いま大きな転換期を迎えている。

もちろん転換が起こるのはその必要があるから、つまり何らかの問題が実際に存在するからである。その際によく指摘されるのは「日本の心理療法は本物なのか？」という問題だ。精神分析も認知行動療法も本物はいつでも海の向こうにあって、日本にあるのはそのまがい物だけ、あるいは本場で訓練を受けたごく少数の臨床家が行うもののみが本物、などという批判は実際に存在する。そしてまったく腹立たしいことに、こうした原理主義的な批判は確かに正論といえば正論なのだ。自分の心理療法は本物でないのかもしれないという秘かな悩み、あるいは後ろめたさは、私たちにとってまったくありふれたもののなのである。

こうした悩ましい現状に本書はじつにユニークな解を示してみせた。その第一の戦略は、事例研究法の価値の再吟味である。長らく臨床心理学の王道であった事例研究法も、昨今ではかなり旗色が悪くなってきた。大規模な効果研究が常識となった現代において、一事例をやたらと詳細に記述することにどれだけの意味があるのか、との批判があるのだ。ただし、本書における事例研究法は従来のそれとは一味違うものになっている。そこに人類学者の眼差し、つまり文化といういくつかの「意味の網目」の中で生きるクライアントに、心理療法という体験が何をもたらしたか、という問いが含まれているのだ。そのもっとも見事な例が、沖縄のユタ文化の中で生きてきた女性が病と心理療法の経験を経て、霊の世界を失っていく様を描いた第7章だろう。独特の抒情性さえ漂う描写に触れながら、評者は何度か人類学者V.ターナーの有名なインフォーマント「ムチョナ」のことを思い出した。彼もまた、文化の狭間を生きざるを得なかった、悲しくも魅力的な人物だったからだ。

そして本書のもう一つの重要な戦略が「合金の心理療法」の肯定である。かつてフロイトは、毎日分析、寝椅子の使用、自由連想の解釈という条件を満たすもののみを「純金の精神分析」とし、その要件を満たさないものを「合金」と呼んだ。これに即して言えば、精神分析に限らず、日本の心理療法の大半は治療構造が十分整備されたものとは言えない「合金の心理療法」だ。しかし本書の各事例は、ローカルなニーズと自らの価値観との間に生じた葛藤に治療者が真剣に取り組んだ時に、必然性を伴って「合金の心理療法」が生まれていく、その様を描いたものでもある。つまり本書の事例研究は「合金の心理療法」についての考察であると同時に、「合金の心理療法」が誕生する瞬間を描いた物語でもあるのだ。純金を持つ人の心を動かす眩しさや希少性を、合金は持ち合わせていないのかもしれない。しかし合金のしなやかさ、強靱さだって、そう捨てたものではないはずだ。

ところで、時代遅れの「純金の心理療法」はもはや不要なのだろうか？ どうやらそうではなさそうだ。著者自身のかかなり個人的な体験まで描かれた第2章や第8章からは、著者が「純金の心理療法」との濃密な交わりを重ねてきたことがひしひしと伝わってくる。「純金」に戸惑い、また魅了され、それ

からローカルな現場へと旅立ち、その後も「純金」との対話や対決を重ねながら鍛え上げられたものこそが、著者に固有の「ありふれた心理療法」なのである。「合金」は「純金」との交わりを欲している。そしてこの交わりは後者にとっても意義のあるものであるはずだ。それは「純金の心理療法」に再び生命を吹き込む出会いでもあるのだと、私は思う。