

臨床心理学における研究とは何か 特集にあたって

濱野清志

1. 臨床心理学と心理臨床学

日本における臨床心理学は、その学問的集まりのもっとも規模の大きな学会が日本心理臨床学会と呼ばれるように、心理臨床学という名称でも通用している。臨床心理学も心理臨床学も英語ではともに clinical psychology であって、日本のこの領域が発展してきた歴史的事情によって二通りの呼び方が生まれているということもできる。しかし、一方で、日本心理臨床学会が誕生してほぼ40年近くになるなか、心理臨床学という言葉に臨床心理学にはない独自性を育ててきたのも事実であろう。

広く心理学という学問のなかで、教育をあつかう教育心理学があり発達をあつかう発達心理学があるように、臨床を扱う臨床心理学がある。医療や教育、福祉などの臨床領域でのさまざまな心の問題を研究する心理学である。心理学のそもそものはじまりは近代自然科学の興隆のなかにあり、物理学に範をとって心の現象を研究しようとした。これはのちに見るように、対象を客観的に捉え数量化することで心理的な事象の間に存在する法則を明らかにしようとする試みである。実験的手法を用いた研究がその中心にあるが、意識調査というかたちで質問紙を構成し、その応答を数量化して事象間の関係を読み解こうとする方法も広く使われている。

この場合、臨床心理学は相談活動や心理的支援の活動、もしくは問題行動や病的な現象について、一定の限定をもうけて、その枠組みの中での事象間の関係を明らかにしようとする。こ

ういった研究を通じて、心理的支援の改善、問題行動や病的現象の理解などを臨床現場にもたらししていくことのできる重要な研究領域である。

ただし、この研究は臨床現場で働く者の困りごとを抱えた他者への援助の仕方を、それぞれの人に応じたあり方で工夫していく生身の対人関係の技術とは異なる。心理臨床学はこの生身の人間関係の技術にかかわる学である。かつてH・S・サリヴァンが「関与しながらの観察」をその姿勢の核に置きながら精神医学の方法として緻密に描き出そうとした対人関係技術は、ここでいう心理臨床学に属している。心理臨床学の本質は、客体として対象化して扱うことができない、研究者自身をそこに入れて考えざるを得ない関係性にある。さかのぼればフロイトやユングの力動的な心理療法も、一回かぎりの対人関係の展開をいかにその関係性の力を用いて援助につなげていくのか、そういう技術の蓄積を試みたものである。このように心理臨床学の源は、こういった医療の現場での個別の対人関係を通じた支援活動の工夫の積み重ねにある。

しかし、フロイトやユング、もしくはサリヴァンも、みな医師という職業をもち、彼らはその実践の背景に医療行為ということがあるのであって、そこには患者の病気の治療を第一とすることが大前提としてある。それゆえ、彼らの活動は大きなくりでいえば精神医学の中に納まることになる。ただし、精神科医療をより有効に進めていくためには、治療という文脈以前に患者との生身の対人関係技術を工夫していく

ことがその基盤に求められる。彼らはみなこの点に注目し、いずれも学際的な要素を十二分に持ちつつその体系を構想していったのである。

さて、この基盤は、その学際性が示すとおり、医療にのみ限定される基盤ではなく、教育や福祉、司法などはもとより、広く対人関係をもとに進められる実践領域に共通した基盤である。これらはすべて生身の人の心の機微に関わるものであり、その基盤の学にきわめて近接しているのが心理臨床学ではないかと思われる。

もちろん、20世紀なかばに登場した人間性心理学の動向も、日本の心理臨床学の成立に大きな影響を与えていることをここで付言しておきたい。第二次大戦後の新生日本の立て直しのなかで、教育領域で大きな影響をもたらしたのがロジャーズのカウンセリング技術であった。

心理臨床学では心の問題に関わる臨床学という点に力点が移行する。この力点の移行は従来の心理学にとどまらない視野を開くことになる。心理臨床学の対象領域は、この世界を生きる生身の人間の暮らしに関わるすべての事象に広がる。事例研究をベースに展開してきた心理臨床学は、対人関係において生じる人間同士の影響関係が、それぞれの実存的なあり方にもたらす変化を記述し、援助を受けるものの暮らしをよりよくしていくための知恵、工夫を集積していくものである。それぞれの生身の人間の実存的なあり方はこの世界に向って開かれている。人生がどのように展開していくのか、それはその時代、その地域、その人をとりまく人間関係と社会のあり方など、繰り返しのきかない一回性の世界に向って開かれているのである。

このように考えていくと、私たちが議論する臨床心理学研究には、心理学としての臨床心理学研究と臨床学としての心理臨床学研究という2つの研究を一つにまとめた研究領域を想定しているということが分かるだろう。これをより

広い意味での臨床心理学を形づくる基盤ととらえ、その学としての全体像を構築していくことがこれからの私たちには必要であろう。

この広い意味での臨床心理学という学問は、そういう点で非常に間口の広い学問である。少し方向性の違う二つの学が臨床心理学の中に包摂されているということは、この学問が新たな人間知を生み出していく可能性を持っているともいえるし、ときには一方が他方を駆逐するかのような勢いを示し、どちらかに偏ってしまうことにもなりやすい。

1980年代以降2000年代はじめは臨床心理学の中の心理臨床学的要素が強く、いわゆる心理学としての臨床心理学をそこから押し出そうとする勢いすら持っていたように思われる。しかし、ここ10数年の臨床心理学は、心理学としての臨床心理学になじみの深い認知行動療法が広まっていく中で、逆に心理臨床学的要素を独立した学としてとらえる勢いが落ちてきているようにみえる。この動きは、誰にでも活用することのできる技術として臨床心理学的支援の方法が広く使われるようになっていくことでもあり、日本の社会にとって望ましい方向であると考えられる。

とはいえ、今後、認知行動療法やその後に展開する新たな技術が広まるなかで、当然のことだが、それを実施する専門家と非援助者との関係性によって、この技術がより有効に役立てられることもあれば、逆に働くこともあるという事実現場は直面していくはずである。そのときに必要になるのが心理臨床学の知恵ということになるだろう。臨床心理学の発展はこの2つの方向性の振り幅を大きくとり、その臨床実践を十二分に生かすことのできる学問としての枠を形づくることになるのだろう。

2. 本質の学をすすめる現象学的立場

自然科学の延長に生まれた心理学は人の心の現象を客観的に捉えうるものとして研究をすすめてきた。その流れのなかで、21世紀に入る前後からめざましい進歩を遂げてきた脳神経科学は、心の問題を研究する上で無視するわけにはいかない。私たち人間がこの世界を生きる上で獲得してきた物質的なスペックのきわめて精緻な研究は、主観的な世界のできごとを物質から取り分け、心理学の研究対象としてきた領域にも踏み込みつつある。

鴨川のほとりの乾いた土くれを底の平らなたらいに入れ、3センチくらいの厚みになったところで、一定の微細な振動を加えて土くれを揺さぶり続ける。そうすると、だんだんと比重の違いによってたらいの土が少しずつ層に分かれていくだろう。たらいの中はひとつの宇宙であり、その中の砂粒ひとつひとつがその宇宙に存在する生命現象の単体だとする。そこに一定の圧が微振動として加えられ続ける時、砂粒はこの宇宙空間の持つ法則に従ってふるまい、この土くれは1つの構造を明らかにしていく。

心の現象も、このような物質の整然とした構造化に向って動く力に従っている。しかし一方、その土くれのどこかにある直径1ミリもない砂粒の1つは、他の砂粒と同じ振る舞いをしているだろうか。その砂粒は、たらいの中のある一定の位置からスタートして一定の層で落ち着くことはすでに指摘したとおりだが、そこに到るまでの動きとしてどの砂粒とどこでこすれあっていたのかを記録してみると、これはもはや1つとして同じ軌跡を辿るものはないだろう。

砂粒が振動を経て層状に構造化した位置に移動するまで、どんな振る舞いをしたのか、その違いを云々することに意味はあるのか。これを人間という生命現象としてみると、この振る舞

いの違いこそがその人の人生を彩り、暮らしをその人固有の一回かぎりの暮らしとして際立たせることになる。

今後、人間が有機的な物質としてこの世界に誕生し、年を経て生命現象としての機能を終了し分解していくまで、その物質の振る舞いについての研究はかなりの精度まで追求されて行くであろう。心理現象に関する脳神経科学研究の展開は、フリストンによる自由エネルギー原理の導入などをみても、心を脳神経系を中心とした生命の化学現象として十分に説明できる可能性を示し始めている（乾・阪口, 2020, 2021）。

このように生命現象の化学的プロセスを明らかにしようとすることは、砂粒がたらいの中で層構造をなしていくプロセスを明らかにし、その動きを理解しようすることにあたる。しかし、個々の人間から見ると、この化学的プロセスの個別の実現態を経験として意識し、記憶し、一連の時間的な一貫性のなかで自分の体験として捉え、総合することで、私たちは自分の人生を固有のものとして認識しているのである。このように自分を一回かぎりの存在として捉える自我の観点からすると、そこで生じたできごとはきわめて個別なできごととして捉えられ、そこにさまざまな意味を見出し、生きていることに固有の価値を見出すようになる。

この後者が、心理臨床学の視点となる。実験で繰り返し確かめられる一般法則を心理事象の中に見出そうとすることとは違って、私たちが主体的に生きるこの不可逆的な時間の流れのなかで、ただ一回限りの出来事のつながりのなかにそれぞれの事象固有の意味を見出すことが心理臨床学研究法の目的である。

この一回かぎりの人間の事象の固有性を把握し、共有することで、対人関係の技術が工夫され、個々の心理職が、それぞれの個性を生かしつつ、被援助者とのかかわりを深めていくこと

を可能にする。私たちはこれまで事例研究という方法によってこれを推し進めてきたのである。

心理臨床における事例研究は、私たちが心理臨床実践の経験を振り返り、よりよい援助をすすめていくために欠かすことのできない方法である。そのすすめ方の基本は、心理臨床実践場面のできごとを自分の体験として記録し振り返っていき、被援助者との関係性を軸にそこで何が起こっていたのか、そのできごとがその人の人生にとってどのように役立っていたのか、いかなかったのか、そういったことを言語的に他の臨床家に伝わるように書いていくことにある。そして、言葉に表現できないけれども、何か大切な関わりやできごとが生じていると感じられるところをできるかぎり言葉にすることによって浮かび上がるようにする。言語化以前の体験過程にさまざまな角度から言葉化を試み、それが事象理解の新たな言葉を生む。

こういった事例研究の姿勢は、フッサールが推進した現象学的理解をその範とするとはよいのではないかと筆者は考えている。この立場では、私たちの物事の認識は、どんなものであれすべて主観の認識であり、主体の確信 - 信憑なのだとする（竹田, 2015）。フッサールは、近代科学の発展のなかに、客観的現実世界の存在を素朴に信じ、私たちが自分自身を除外して、客観的世界を対象化できると思い始めていることに、人間的な学問の危機を感じ取ったのである（Husserl, 1936）。フッサールは、日常世界を生きる私たちが自分の意識的に体験できる認識を自分の考えの出発点とするしかなく、しかも、その体験についての認識はすべてそれぞれの主体の確信 - 信憑なのだ指摘する。そしてだからこそ、その確信 - 信憑をそういうものとして表明し、他者の確信 - 信憑と突き合わせていくことによって、私たちがこの世界をともに生き

る人々と共有しうる学を成立させようとする。

確信 - 信憑というのは、「たしからしき」ということであって、例えば目の前にクライアントが座っているということは、私がこの現実を確からしいと思って、そのように認識している私の主観だということになる。このことと、客観的にクライアントが目の前にいるということとどこがちがうのか。

この場合、私の目の前にクライアントが座っているということは、私の確信 - 信憑ではあるけれど、このことは、目の前にいるクライアントが体験しているであろう確信 - 信憑と重なり合う確率は非常に高く、相互主観的に妥当な体験ということになる。

しかしこれが、目の前のクライアントは母親との関係に傷つき、自尊心を持ってない状態にある、という認識だとするとどうだろうか。クライアントもそう語り、私のなかでそういう思いがはっきりと確信に変わる。しかしあくまでこれも私の確信 - 信憑にすぎない。クライアントとの間で相互主観的に妥当な理解をどのように発見していくことができるか。そのプロセスこそが心理臨床的な実践の核心にあるのだが、この相互主観的に妥当な理解を模索することは、その都度の関係性のなかで一回性の理解として立ち現れるダイナミックな試みなのである。

こういったやりとりが、相互主観的に妥当な世界を他者と共有することとなり、この共有の広がりが大きくなっていくとき、私たちの暮らす社会のコンセンサス・リアリティを成立させることになる。近代科学が対象とする客観的世界についての記述はフッサールによると事実についての学であり、人間的な生活世界に関わるできごとは、事実の学とは別に本質の学が求められ、それを区別しなければならないとフッサールは考えた（竹田, 2015）。人々が共有するコンセンサス・リアリティがそもそも人間にとっ

てよいものになっているのか、よい社会とは何なのか、よい暮らしとは何なのか、成熟した人格とはどんな人格なのか、そういったことは事実の学の対象ではなく、本質の学の対象である。この点で、心理臨床学は本質の学だといわねばならないだろう。

3. おわりに 臨床心理学研究の特集にあたって

ここ数年、本学の大学院において、大学院生が専門的な研究の一步を踏み出していくにあたって、私たちはどのように研究の方向性を捉え、指導していくべきか、大学院教育を進めていくうえで今一度振り返るべき大きな課題となっていた。修士課程の2年間という短い期間で心理臨床実践の基礎的な技術を身につけ、また、その上で、臨床心理学研究をすすめ、論文にしていく。これは実はなかなかハードなことである。これを両立させていくには、研究が実践とつながりをもってすすめられなければならない。そんなことを考えていかねばならないという機運が臨床心理学研究科の教員のなかで高まり、この点をめぐってワーキング・グループを形成し検討をすすめてきた。以下の井上、倉西、千秋の3名の論文はその際に議論してきたことを出発点に、文献研究、質的研究、事例研究についてそれぞれの先生の最新の論考を書いていた。

井上論文は、論文作成の形式を整えるために文献の整理をするのではなく、本来この領域での問題意識を明確にし、そこに新たな視点を導入しようとする、常に新しい試みを開くものであることを指摘し、そこに実は文献研究の意義が大いに含まれていることを指摘している。倉西論文は、質的研究法をめぐって、心理臨床体験をその研究組上に載せていくとそこに不可逆

な時間の流れをどのように入れていくのかがテーマとなるのであって、それを動的研究という視点から明らかにしようとする意欲的な論となっている。また、千秋論文は、面接記録の振り返りから、未来に何が開かれていくのかという事例研究の問題点に歴史的な視点を導入して、その可能性を明らかにしようとしており、これも非常に読みごたえのある論となっている。

本特集は、臨床心理学研究を考えていくうえで、心理臨床学という視点に重点を置いた研究手法を取り上げ、そういった議論のはじまりとしての座標軸を提供しようとしたものである。また、高石の論考は、筆者と同じくやや老いの入った年長の研究者からみて、若い研究者に研究についてこんな姿勢を持ってほしいという私見を述べたものである。これは本来特集としては依頼したものではなかったが、偶然本紙に投稿された内容が本特集に関わるものであったのでここに掲載することとした。

この特集が、これからの臨床心理学の研究をより実のあるものにしていく手がかりの1つとなることを願い、また、読者諸賢の忌憚のないご意見を聞かせていただければと願っている。

参考文献

- Husserl, E. 1936 Die Krisis der Europaeischen Wissenschaften und die Transzendente Phänomenologie (フッサール『ヨーロッパ諸学の危機と超越論的現象学』細谷恒夫・木田元訳 中公新書 1995)
- 乾敏郎・阪口豊 2020 『脳の大統一理論 自由エネルギー原理とはなにか』岩波科学ライブラリー 岩波書店
- 乾敏郎・阪口豊 2021 『自由エネルギー原理入門 知覚・行動・コミュニケーションの計算理論』岩波書店
- 竹田青嗣 2015 「人文科学の本質学的展開」小林隆児・西研編著『人間科学におけるエヴィデンスとは何か 現象学と実践をつなぐ』新曜社 1-60

