日常的できごとにおける治癒的要因
―心理臨床をめぐる日常性－非日常性―

The Healing Factors in Everyday Occurrences

弘　中　正　美

Masayoshi Hironaka

1.　はじめに

伝統的な心理治療の場は非日常的な空間であるといわれる。治療者は治療の場が日常的空間と一線を画する形で保たれ，人間関係や感情体験が濃密に集約された特別な場となるように努力する。治療構造といわれる心理治療上のルールが強調されるのも，非日常性が安易に破られて治療の場の関係性や体験の密度が薄くなることを防ぐためである。また，日常のさまざまな人間関係や利害関係，常識，道徳観念，コントーロルしがたい感情などなどの望ましからぬ介入から治療の場を守るために他ならない。

しかしながら，日常世界と治療の場で生じる事象が相互に協応的に作用することはしばしば見られる。さらには，日常世界におけるさまざまな出来事が，実は治療の場における出来事と匹敵するぐらいに治癒的な力を発揮することも忘れてはならない。

この小論においては，第一に心理治療の場の非日常性について触れ，第二に日常性の中の非日常性ないし日常性の中の治癒的要因について検討する。筆者の主たる関心は後者にある。その際，子どもの問題に焦点を当てつつ論じていくことにする。子どもと大人とで日常性－非日常性の問題に根本的な違いがあるわけではないが，子どもについて考える方が，いっそう問題の性質が明らかになるからである。

2.　治療の場の非日常性

心理治療の場におけるクライエント（以下ｃｌ）とセラピスト（以下ｔｈ）の関係は，援助される者と援助する者との関係であり，信頼と暖かみに充ちた人間関係である。しかし，それは親子関係とも友達関係とも異なる。相当に深い関係であるにもかかわらず，決して近い関係ではない。深いが近くないとは，ｔｈの側がｃｌとの適切な心理的距離を保つべく細心の注意を払っていることを意味する。そのための基本的なルールを概念化したものが治療構造である。ルールを前提にした関係は，日常の人間関係と比べてどこか不自然であったり，一見ｃｌが欲する援助を満足いくほどに与えてくれないように見えて，深い意味では真の援助を行なっているのである。

このことは，逆に日常世界における援助的な人間関係の破綻を例に考えるとよく理解できる。日常の人間関係における，いわゆる「親切」な人との間で生じる無限定・無制限な援助関係はかえって最終的な責任を伴わないので，問題の性質によっては，援助者が苦心惨憺する割りには必ずしも相手を援助することにならないことが少なくない。

たとえば，ある女子高校生は音楽大学に進むことが夢であり，そのための準備の一環として音大の大学院の男子学生に指導を受けていた。この女性は抑鬱・不安・各種の身体症状を持ち，しかも家族や教師，友人との間で自己顕示的な行為や気分の激しい変動によるさまざまなトラブルを引き起こしていた。彼女は美しく，ちょっと斜めに構えた大人びた態度を身につけ，しかも巧みに甘えるといった奇妙な魅力をも備えていた。大学院生との関係も，音楽の指導にとどまらず，彼女がさまざまな悩みを彼に打ち明ける形となった。大学院生もそれに実に丁寧に応え，まさに彼女の心の支えとならんとしたのである。彼女は魅力的な若い女性であったから，大学院生の側に多少とも親切以上の気持ちが動いていたことは推測に足るところである。彼女の方では明らかな恋愛性の転移が生じていた（日常の場では「転移」という言葉は用いるべきでないのかもしれないが)。彼女は大学院生に電話をしばしばかけるようになった。彼の方も最初はそれに快く応じていた。しかし，それが毎日となり，ついに日に何度となくかかってくるようになる。大学院生は彼女をたしなめ，彼女は表面上はすなおにきく風にしながらも，自分がひどく嫌われたかのように拗ねてみせたり，冷たい態度を取ったりして大学院生を慌てさせた。そして大学院生が少しでも受容的になると，またしてもの電話攻勢をかけた。こうしたことが何度か繰り返された挙句，大学院生はほとほと疲れきり，彼女のことを憎くさえ思ってついに絶交してしまった。

この女子高校生は診断的にはヒステリー性の人格障害と思われる。見捨てられ不安を持つ彼女は，他者に対して自己顕示的に振る舞うことによって弱い自分を防衛しようとする。しかし他者との適切な心理的距離の取り方が分からないため，受容的に接する相手に対しては際限なく侵入的に関わってしまう。相手にまつわりつく様は，それでも相手が自分を見捨てないでくれることを切望しつつ相手を試しているようにも取れるし，また他者に対する根本的な不信感を背景にしていずれは見捨てられることを予想しながらの自虐的な行為のようにも取れる。そして行き着くところは，彼女の最も苦痛とするところの見捨てられの状態に自分を追い込んでしまうのである。

この例は多少特異であるかもしれないが，日常の場における援助が持つ限界性と危険性を分かりやすく示している。たとえこの女子高校生よりも病理的にはずっと軽い人であっても，時として援助する側に対する過度な期待や依存あるいは防衛が働いて，人間関係を混乱に落としめることは十分ありうるのである。

心理治療の場合，ｔｈはｃｌの病理から生じる困難な人間関係においても，恒常的な関係を維持することを訓練されている。深いが近くない関係とは，ｃｌ－ｔｈの関係を破壊するような侵入したりされたりする危険を回避するための治療的なルールを守る一方で，責任をもってｃｌとの治療関係を恒常的に維持することに他ならない。先の女子高校生についていえば，彼女が見捨てられ不安に怯えた人間関係を脱し，真に信頼できる人間関係の心地よさを経験することが治療の大きな目標となるのである。

治療構造のルールによってきちんと整理された治療の場は，さまざまな点で日常的な人間関係とは異なる。一口に云って，治療関係とは，まずもって契約関係を基盤として成り立っているのである。すなわち，治療上の基本的なルール（時間や場所の限定，料金の支払いなど）をｃｌに守ってもらい，その代わりｔｈはｃｌが日常的な人間関係においてはなかなか体験できないような自由でしかも真に守られた場を責任を持って提供しようとするのである。

治療の場が外の日常世界からは区切られた，守られた場であるからこそ，ｃｌは「いま，ここで」ｔｈを受手として最大の自己開示を行なうことができる。治療の場の非日常性について，そこが一種のイリュージョンないしイメージの世界であるという言い方もできよう。ｃｌの抱

えた問題はそれ自体，傷つき歪められたイリュージョン，イメージの性格を持つのであるから，日常の現実的・合理的な認識に照らし合わせても修正・解決するはずがないのである。「夢を現実のように，現実を夢のように」聴くことが必要なのである。そのように，イリュージョン，イメージを自由にかつ真摯に扱い得る場が必要なのであり，治療の場とはそのような性質の場である。

もちろん，全ての心理治療がこうした考え方でなされるわけではない。治療理論によっては，またｃｌの問題あるいは治療プロセスの時期に応じて，ｃｌを支える日常的・現実的・合理的な枠組みを支持・強化する方針が立てられることも少なくないことを断っておかねばならない。

3. 子どもの心理治療における日常と非日常の曖昧さ

さて，子どもの心理治療を考える時，これまで述べてきた意味での非日常性がそのまま通用するであろうか。そもそも子どもには，治療の場が特別の場であるという認識はあっても，それが日常的な場とは異なるものであるという区別はない。

子どもの心理治療における日常と非日常の境界の曖昧さは，まず治療の入口と出口の不確かさとして理解することができる。入口の不確かさとは，子どもが治療を意識しての来談意欲を持っていないこと，何のためにここに来ているのかハッキリした認識を持っていないことである。ｔｈがその点にこだわろうとしても，大人に対するように来談の意味や治療目標を確認することはできない。せいぜい「お母さんが行こうといったから」とか「楽しく遊べるってきいたから」という答えが得られる程度である。出口の不確かさとは，治療が終結する段階に至っても，問題の解決と結びついた何らかの洞察はもとより，来談の意味・効果の確認を子どもから引き出すことが難しいということである。子どもは日常性の中から何となくフラッと治療の場に入ってきて，また日常性の中にフラッと戻っていく傾向がある。

日常－非日常の曖昧さは，また治療のプロセスのただ中においてもそうである。時折，「今度友達を呼んできてもいい？」という子がある。これは必ずしもｔｈとの関わりに満足していないということではなく，自分が発見したすばらしい遊び場所を友達に自慢したいといった気持ちの表れのことがある。神社の裏にこれまで誰も遊んだことのないすてきな場所を見つけた時の気持とそう大差はない。ｔｈにとってはショックかもしれないが，もともと子どもの側では，日常の延長の中で非日常の世界を体験しているのだから無理もないことなのである。

また，遊戯療法で用いる玩具を子どもの方から持ち込んだり，あるいは，子どもが治療室の玩具を持って帰ろうとすることも生じる。永井徹[6]の事例では，ｃｌは大変乱暴な男の子なのであるが，どうしても治療室にある赤ちゃんの人形を持って帰りたがり，ｔｈはやむなくそれを許してしまった。やがて分かったのであるが，子どもはその人形に「クミちゃん」と名前をつけて家で可愛がっていた。治療室が区民センターの中にあったので，子どもは治療室に通うという意識はなく，「区民センターに通っていた」のである。そして，区民センターの人形だから「クミちゃん」というわけである。区民センター（治療室）は，そしてｔｈは，その子どもにとって特別の場所，特別の人ではあっても，日常世界の延長に存在するものである。

このような日常と非日常の相互の侵入が子どもの心理治療でしばしば生じる。実は大人の治療においても本質的には類似したことが生じうるのであるが，大人の場合はｔｈに望めるものと望めないものとの区別が一応ついている場合が多い。もし，大人で日常と非日常の相互の侵入が頻繁に起こるとすると，それはかなり病理性が深いのではないかと疑われてもしかたがない。しかし，子どもでは比較的健康な範囲内で生じる。むしろ，ある程度生じることの方が自

然であり，そうした現象を治療構造のルールの名の下に抑制すること自身がひどくそぐわないことのように思われるほどである。もちろん，ひとつ間違えると子どもが傷ついたり，ｔｈが振り回されることになるので，日常－非日常の世界の区別，コントロールはｔｈにとって大きな課題となることは言うまでもないが。ただ，相互の侵入を抑えるだけでなく，それを治療的に生かすことも必要になってくるのである。永井の事例で言えば，クミちゃんは一種の移行対象としての役割を果たしていることが指摘できる。

子どもの心理治療において，ｔｈとしては，日常性－非日常性の境界がもともと緩いことに注意すべきなのである。ｔｈとしては境界をハッキリさせることが必要なこともあるし，また，緩いことを尊重することが必要なこともある。

4.　子どもの日常性の中の非日常性

このように子どもは心理治療の場を明確に日常と区別しない，あるいはできない，という特性を持つのであるが，それは単に子どもの認識力の未熟さ，社会的スキルの乏しさの問題ではない。そもそも子どもは，日常と非日常をごく自然に行き交いする存在である。遊びはその典型である。すなわち遊びはそれ自身，非日常的なものであるとともに，子どもにとっては日常的な営みである。換言すれば，子どもは非日常としての遊びの世界を日常の中で当たり前のこととして体験しているのである。子どもの心理治療がふつう遊びを媒介として行なわれるので，心理治療を巡る日常性－非日常性の問題はもうひとつ複雑さを加えるわけである。

筆者は，日常で行なわれる遊びと治療の場で行なわれる遊びは，本質的に等質であると考えている。両者とも非日常の世界を作り出すという性質を持つ。ここで言う非日常の世界とは，現実感覚が希薄となり，子どもが没頭する想像とイメージの世界のことである。ただ，日常の遊びでは，第３者あるいは日常世界のルールがいつでも不意に介入してくる可能性がある。そのことは，子どもの遊びを発展させることもある代わりに，それをしばしば中断・破壊する。外で働く力が子どもに対して抑圧的であったり，遊びを作り出す子ども自身の内なる力が弱い場合には，遊びは中断・破壊されがちである。これに比べて，心理治療の中では，「いま，ここで」ならば遊びの非日常的世界を心ゆくまで展開することが保証されている。心理治療の場では，遊びは自由であり守られている。日常の場と治療の場とはその点が異なるだけであり，遊びそれ自体が持つ力――治癒力ないし成長促進力は毫も変わりはしない。

何かの遊びに打ち興じるとき，子どもの意識，エネルギーの全ては非日常の世界に向けられてしまう。イメージの世界，ファンタジーの世界と呼ばれるのがそれである。その世界は絶対的な魅力に充ちたものとして子どもを支配し，子どもを生き生きとさせる。また，子どもに厳粛な何ものかを生々しく体験させる。健康な子どもは日常の世界において，いつでもこうした非日常の世界を現出させる力を持っている。

子どもがファンタジーの世界で何を体験しているかは，センダック[7]の絵本「かいじゅうたちのいるところ」に典型的に示されている。悪戯な男の子マックスは，母親に叱られて夕食を抜かれたまま部屋に閉じこめられる。しかしマックスはへこたれる様子もなく，勇壮なファンタジーの世界に旅立つ。彼は怪獣のいる島に渡り，怪獣たちを降参させて王となり，怪獣たちを従えて怪獣踊りに打ち興じる。マックスは得意の絶頂である。万能感に溢れたマックスは，あたかも怪獣の強大なエネルギーを自身の中に取り込んだかのようである。やがて母親のことを懐かしく思い出したマックスは，家路に着く。もとの部屋に戻ったマックスの前には，暖かい夕食がいつのまにか用意されていた。

ツリガー[11]は「遊びの治癒力」の中で，3人のきょうだいがほぼ3年間にわたって日常の空想遊びとして繰り広げた「サンゴイランド」の世界を紹介している。これも子どもが描くファンタジーの世界の典型といえよう。ツリガーはまた，男の子の集団がキャンプの際に大人の眼を盗んで原始宗教的とも云える秘密の儀式の遊びに熱中していた例について述べている。興味深いことに，この遊びは秘密が破られた時に急速に色褪せ，放棄されてしまった。ローエンフェルトの世界技法（World Technique）の着想にヒントを与えたウェルズ[10]の「フロア・ゲーム」は，ウェルズが日常で自分の子どもと床の上にミニチュア玩具を並べて遊んだ空想の世界の記録である。水木しげる[5]の「のんのんばあとオレ」に描かれたものも，子どもが日常世界のごく周囲に非日常的なファンタジーの充ち溢れた世界を持っていることの例証となる。

大切なことは，子どもは遊びという非日常的世界，ファンタジーの世界，イメージの世界の中で明らかに心理的な成長や癒しをもたらすような体験を得ていることである。それはセンダックやツリガーが提供している例を見れば明らかである。また，映画「禁じられた遊び」の中で演じられた墓を作る遊びが持つ意味を考えても，容易に理解できるであろう。それは，しばしば元型的なものに触れる体験であるのだ。

多くの大人は，そうした非日常的世界を自由に演出する魔法の力を失っている。大人は日常の世界にほとんど埋没しているとさえ言える。しかし，心理的な視点から考えると，非日常的な時空間（ポトス）が人の精神的健康に果たす役割は大きい。子どもだけでなく，大人の場合もそうである。大人にとっての非日常性の問題はかえって深刻である。この問題については，また別の機会に検討することにしたい。

5. 日常的な世界における治療要因

実は遊びに限定するまでもなく，より広く日常的な世界――日常の人間関係や諸現象の中には，子どもの成長的・治癒的な要因がさまざまに含まれている。

ある不登校の男子中学生（A）の場合[1]，立ち直りのひとつのきっかけに友人（N）の活躍があった。朝Aを迎えに行ったNに対し，Aは着せかけられた制服を床に激しく叩きつけて怒りを表した。するとNは，「お！そんな元気があるのか，よし，それなら相手になってやるから，かかってこい！」と真正面からの勝負を挑んだ。取りなそうとする母親を，Nは「おばさん，これは僕とA君のことだから，黙っていてください」と制した。そして，その上で，Nはいさぎよく引き下がり，「明日はきっと行くことにしよう」とAに告げて帰って行ったのである。Nの態度は実に見上げたものである。父性的な治療者像をすら彷彿とさせる（実は，Aの問題の背後には男性的な父親像の欠如があり，このNの言動はAにとって重要な意味のある刺激となったのである）。また，Aがようやく進学を果たした高校は欠席・遅刻に対して非常に厳しい学校であった。頑張って登校していたAであるが，ある時ちょっとしたこだわりから体調を崩し，登校できなかった。担任の若い教師が家まで来たが，担任は彼と会って，叱責の言葉の代わりに，「見たところ具合が悪そうだ。今日一日しっかり休んで身体を治して出てきなさい」とだけ言ってあっさりと帰ってしまった。Aはこれまで自分でもどうにもコントロールできない身体の不調に悩まされ，しかもそれを誰もがAの怠けと見做していると感じていた。厳しいはずの担任があっさりとAの状態をそのまま認め，受け入れてくれたことにAは心からほっとする思いであった。これ以降，Aは登校を続け，完全に回復するに至るのである。

Nにしろ，担任にしろ，実に大事な時に適切な関わりをしてAをサポートしてくれたのである。心理治療のプロセスが，日常世界におけるこうした人たちのタイミングよい登場によって

相当に助けられることがある。一種のコンステレーション（constellation）と解すべきであろう。

日常世界で働く治療的ないし成長的要因は，人間関係を通じたものだけではない。ふとしたできごとが，ある人にとっては課題の解決に繋がる決定的といってもよいような気づきを引き起こすことがある。ここでは下村湖人[8)9)]の「次郎物語」の中に描かれたものを見ることにしたい。この小説は下村自身の自伝的な要素を持っており，子どもの成長過程を丁寧に扱っているので，子どもの成長に強い影響を与える象徴的な内的体験が，子どもの日常生活の中で生じる実例を知ることができる。

乳母の家から実家に引き取られたあと，家族の人間関係の中で疎外され，心細さと悔しさでいっぱいの次郎は，ある時庭先で地鶏とレグホンの闘いを目のあたりにする。もともと，若い新参者の地鶏はふだんぽつんと一羽，淋しそうに群れを離れて立っており，群れに近付こうとするとすぐに群れの支配者である老レグホンに追い立てられてしまうのであった。ところがその時，次郎の目の前で地鶏がレグホンに立ち向う闘いが演じられたのである。地鶏がやられそうになると，次郎は思わず「畜生！」と叫んだ。しかし地鶏は逃げようとしなかった。次第に勝負は互角となり，ついに若さが万事を決定したのである。地鶏は勝鬨（かちどき）をあげ，次郎はほっとする。次郎は急に勇壮な気持ちになり，それ以降，大人に気を遣った卑屈な態度をかなぐり捨てるのであった。[8)]。

次郎の家が没落した時，次郎のよき理解者である正木の老人（次郎の母方の祖父）が次郎を引き取ることを申し出る。祖父と正木の家へ向う道すがら，祖父は夜空を仰いで次郎に北極星を教える。次郎が知ったのは，他の星は全て動いているにもかかわらず，北極星だけはいつまでも動かないということであった。次郎は，これまでに経験したことのない，ある深い感じにうたれた。「永遠」というものが，ほのかに彼の心に芽を出しかけたのである[8)]。ちなみに，今井祥智[2)]の「ぼんぼん」では，主人公の少年がプラネタリウムを観に行った時，動かない星と信じていた北極星が実は長い時間をかけて動いていることを知り，「“ゼッタイに変わらぬはずのもの”が一つ，静かにくずれた」直感的な体験をする。このことについては河合[3)]が述べていることが参考になる。いずれにしても，「永遠に変わらないもの」に触れる体験も，「ゼッタイに変わらぬはずのものが変わる」ことを知る体験も子どもの精神的な成長にとって重要な意味を持つことが指摘されよう。

また，中学生になった次郎はある時，親戚の叔父さんと一緒に山登りをする。途中，大きな岩の裂目に根を張った松の木の近くで弁当を食べた時，叔父さんからこう問われる。「あの岩が動いているのが分かるかい。」叔父さんはさらに「眼で見たってわからんよ，心で見なくちゃあ。」という。問題は，巨大な岩の小さな裂目に飛び込んだ松の種子が，少しずつ少しずつ根を張り，少しずつ少しずつ岩の裂目を広げて大きな松として成長するそのことである。この岩を動かす松の木の体験が，次郎の心の中で「運命を喜ぶ」というテーマに結びついていくのである[9)]。

これらのできごと・体験は次郎に決定的な何かを悟らせ，彼自身の生き方を方向づけるものであった。考えてみれば，こうした深い気づきの体験は，我々の誰しもが多かれ少なかれ持っているはずのものである。

6.　日常世界の成長的・治癒的要因の水路づけ

人の問題・悩みの解決・癒しは，遊び・ある偶然の出来事・日常の人間関係など，日常世界

で生じる事象を通じて行なわれるのが大半である。何らかの課題を背負って困難に陥っても，多くの人は特に心理治療を必要とせずに課題を乗り越えるのも，こうした日常性の中の治癒力のおかげであろう。あえて治療の場を必要とするのは，不幸にして日常世界における治癒的な力が働かなかった場合ともいえる。

もっとも日常世界の事象が治癒力に繋がっていくためには，その事象がきわめて適切なタイミングで生じる必要がある。たとえ偶然の出来事であっても，あたかも必然的に用意されていたかのような生じ方をする。たとえば，Ａがどうしても登校のハードルを飛び越せないで苦しんでいる時に，ポジティブな父性的な強さを持ったＮが現れて活躍する。家族の中で疎外されて沈み込んだ次郎の目の前で，自分と同じような境遇の地鶏がひるまずに老レグホンに立ち向う。ちょうどよい時にＡや次郎がまさに必要としていることが生じ，事態は一歩先に進んでいく。まさに小説に描かれるように，全体がうまくアレンジされている。このことをコンステレーションと呼ぶのである。日常世界の事象が治癒をもたらすのは，それがｃｌの内的な状況と意味的な関連を持っていて，それら内外の状況全体がひとつのコンステレーションを作り出している時なのである。

非日常的世界としての心理治療の場においてｃｌと会うｔｈは，ｃｌの内的な状況と日常世界の事象との関連で生じるコンステレーションに注目している。そして，コンステレーションの展開が適切になされるように心を砕いている。日常性の中に備わる成長的・治癒的要因を重視することは，心理治療の場の持つ非日常性という本質的な性格の重要性をいささかも減じたりはしない。ｔｈは，心理治療を巡る非日常性と日常性のいずれをも大切にし，それらのダイナッミクスに常に注目しているのである。積極的な表現で言えば，ｔｈはコンステレーションの調整役である。治療の場は，日常の中で生じたことが単なる偶然として意味なく流れていかないようにする機能を持つ。水が湧き出しても，それだけではあらぬ方向に流れ去っていくかもしれない。湧いた水を水路づけること，形にならないものをしっかりと温めて形にする作業が心理治療なのである。

これまで子どもに焦点を当てる形で論じてきたが，大人についても日常性の中の成長的・治癒的な力の重要性をほぼ同様に指摘することができよう。ただ，何といっても子どもは，著しい成長過程にあり，それは（人生の）コンステレーションがもっとも目まぐるしく展開し，かつ事態をポジティブな方向に向ける潜在力を秘めた状況である。それだけ，日常性の中の成長力・治癒力の働きは子どもの方がより大きいように思われる。

文　献

1) 弘中　正美（1990）：箱庭療法による登校拒否児の理解　安香　宏編：性格心理学新講座４性格の理解　金子書房
2) 今井　祥智（1973）：ぼんぼん　理論社
3) 河合　隼雄（1985）：子どもの本を読む　光村図書
4) 河合　隼雄（1991）：イメージの心理学　青土社
5) 水木しげる（1992）：のんのんばあとオレ　講談社
6) 永井　　徹（1984）：見捨てられ体験をもつＩ君のプレイセラピーについて　日本心理臨床学会編：心理臨床ケース研究２　誠信書房
7) Sendak,M.（1963）：*Where the Wild Things are.* Harper&Row. 神宮輝夫訳（1975）：かいじゅうたちのいるところ　富山房

8) 下村　湖人 (1954) ：次郎物語第一部　新潮社
9) 下村　湖人 (1954) ：次郎物語第二部　新潮社
10) Wells, H. G. (1975) : *Floor games.* New York : Arno Press. (Originally published, 1911 in England.)
11) Zulliger, H. (1951) : *Heilende Kräfte im kindlichen Spiel.* Ernst Klett Verlag.
堀　要　訳 (1978) ： 遊びの治癒力　黎明書房