



心理臨床における多重関係を考える

地方のありふれた心理士の日常から

本林 友梨

1. 10年目の決心

ここに携わる仕事を始めて10年目、私は一大決心をした。職場で使用する姓を変える、すなわち旧姓を使用することを。

現在の職場は結婚後に入職した職場であり、結婚後の姓で仕事をしている。しかし、地域での生活や心理臨床家としての活動が積み重なってきた今、現在の姓では臨床のやりにくさ、つまり様々な形の多重関係を経験するようになった。それには、私の現在の姓がこの地域で珍しいものであること、夫の職業が私の職業と近接領域であることが大きく影響していると考え。旧姓を使用していくことにより、事前に周知したとしても職場に混乱が生じることが予測でき、また外部関係機関にもご迷惑をかける可能性もある。私としても、これまで積み上げてきた人との繋がりに影響が出たり、プライベート面についての憶測が生じるのだろうと容易に想像でき、不安な気持ちになる。

しかし、そうはいつていられない。私が最も懸念していることは、「私はクライアント

(以下CI)との多重関係について全く気づいていないが、CIが私との多重関係について気づいている、疑っている」が生じる場合である。この場合、もちろん私は何も負担はない(多重関係が判明するまでは・・・判明した後は、相当の罪悪感やその心理臨床に対する迷いなどを抱くだろう)。しかし、CIにとっては「もしかして〇〇さん(夫の姓)の奥さんではないか?」「もしかして、〇〇さん(夫の姓)ところのお嫁さんではないか?」など想像することとなり、あれこれ考え負担に感じることになるかもしれない。治療(病院への受診自体)を滞らすことになるかもしれない。私が気づかずにいる間に、大切なCIが傷ついているかもしれない。これは非常に耐え難い。

姓がここまで私の臨床のやりにくさに繋がってくることは、入職した当時の私には考えられなかった。地域の狭さによる息苦しさや圧倒されるなんて今一つ想像できなかった。一方で、この地域に腰を据えて生活していくことで、こんなにも多くの人が私や私の家族に関わってくれ支えてくれると

いう未来も想像していなかった。多重関係が生じることは、はたまた仕事の姓を変えざるを得ない状況になっていることは、私や家族が地域社会の中でなんとか生きることができているという喜ばしいことの副産物なのではないのだろうか。それならそれを受け入れ、向きあっていかななくてはならない。

2. 私と心理臨床における多重関係

私の臨床における多重関係を持つことに伴う苦しみはいつから生じたのだろうか？ ライフラインチャートを作成し大まかな整理をおこなった。横軸は院卒業後～現在の時間、つまり『心に携わる仕事を行ってきた時間』とし、縦軸は『臨床で多重関係を体験することのしんどさの程度（悩みの程度）』とした。

最初の2年間は臨床の多重関係が連れてくるしんどさを感じなかった。というか、こういうしんどさがあるとも思っていなかった時期である。院卒後は大学近くの医療機関で働いた。出身大学がある地域はそれなりの都市であったこと、出身地とも違う地域であったこともあり、多重関係を伴うことはなかった。またデイケアでの勤務で、デイケアという場の中でメンバーさん達と関わることが仕事であった。よって、心理臨床の文脈におけるCIとの関わり方について大きく注目することはなかった。むしろ、学生時代に習ってきた心理臨床家としてのCIに対する在り方と異なる視点でのあり方があることを知り、そのあり方について注目し、デイケアという場で心理職としての私はどのようにして在ることができるのか、

在るべきなのかと考える日々であった。臨床心理士1年目には出身県に戻ったが、出身地域である田舎の方ではなく、県庁所在地である比較的都会の地域で生活し、大学病院に勤務した。同時にスクールカウンセラーとしても勤務した。配属校は比較的田舎地域にある学校であったが、出身地域ではなかったので対象者との多重関係は経験しなかった。臨床心理臨床家2年目は1年目と同様の働き方をしたが、SC先が1つ変更になり、出身地域からの通学が可能な範囲にある学校となった。そこで、はじめて多重関係を体験した。その多重関係が生じた要因は家族と対象者の繋がりであった。臨床心理臨床家3年目、待ち焦がれていた医療領域の常勤職の求人があり、入職が叶った。それが現在も勤務している、私の出身地域の医療圏域にあって、現在そしてこれからもずっと生活していこう地域にある病院である。当然、応募する際には「ちょっと近くないか・・・」と懸念はしたが、当時その県では医療領域の正職員の求人は非常に珍しく（公認心理師制度開始以降は散見されるようになった）、「これを逃したら次はない！」という気持ちが勝った。また、結婚して病院に近い地域に引っ越ししてきたという時期でもあった。今後の現実的な生活を考えたうえで応募を決めた。多重関係の発生を意識しながらの、自身のキャリアとプライベートを両立させていくための決断だった。ここからあれよあれよと、様々な質の多重関係を体験することとなった。特に子が生まれてからは一気に人との関係が広がり、毎日が鮮やかになる感覚を持つ反面、臨床ではしんどさが増えた。これでいいのかと悩み、相談する勇気も出ず、心理臨床

家としてはどんどん縮こまっていく感覚を持った。

自身のライフラインチャートから、心理臨床における多重関係についての苦しさは「出身地域に近づくほど生じやすくなる」、「心理臨床家であっても業務内容によるかもしれない」という当然なことをはじめ、「パートナーや子など、家族が増えると多重関係はますます不可避となり、私も含めそれぞれ社会で活躍すればするほどますます多重関係が頻発する」ということが確認できた。私として、母として、妻として、心理臨床家として、それぞれの役割を一生懸命すればするほど、多重関係は避けられなくなり、しんどさも強くなる。

3. 私の心理臨床におけるかかわり —関係学の視点から—

心理臨床での多重関係を考える中で、松村康平により提案された関係学が連想されることを以前にも述べた。関係学は「かかわり（関係）構造の分析をすすめて、人間の根源的な自己・人・物の接在共存関係状況を究明し、複雑な人間諸現象をその状況の顕在化の過程においてとらえ、関係発展の実践活動を促進する理論的枠組みを提供する」（松村, 1980）ものである。臨床における多重関係はまさに、私、CI, 地域, 夫, 子など様々なものの“関係”であり、私はその“関係”について深く捉えたいと願っている。よって関係学は私の願いを叶えてくれるだろう理論であるが、いかんせん私にとっては難解だ。そこで、現在の私の理解を整理したい。以下の理解は佐藤啓子氏の『家庭における人間形成』を参考とした。

関係学では人間を関係的存在、つまり、私

たちは関係の中で生きており、その関係は自己・人・物から規定されるとする。例えば今、私は家の一部屋でひとり机に座り、パソコンに向かっている。「締め切り間に合う?!」「なんでいつもギリギリなんやろ」「関係学、難しい・・・!」など頭の中で叫びながらこの対人援助学マガジンの原稿を書いている。私は一人であるので、この場面は「自己（私）」だけで成立すると考えてしまいが、違う。机や椅子、PCは「物」であり、それらが私の家に来るまでには様々な人の手が必要であったろう。また、「締め切り間に合う?!」などの「自己」に問うてる言葉も「物」である。佐藤は言葉について、「コトバという「物」と使って「自己」の思考を進めているのであり、そのコトバは、私個人という自己が作り出したコトバ(物)ではなく、日本人という「人」の間で長い間使われながら、現代風のコトバとして培われてきた「物」なのであって、私は、その「人」と「物」との関係性を「自己」にとり入れながら思考を進めている」と説明する。

このように、今この状況の私は、様々な「人」が関係してからこそこの部屋にあることができる「物（机など）」、獲得した「物（言葉）」によって成立している。人・物の関係があるからこそ私は原稿を書いているのだ。

関係学ではこのように自己・人・物を捉えるが、それぞれがどのように関係をしているのかを示す「かかわりの原理」がある。自己・人・物を○で表し、「かかわりの原理」に即し配置し構造化する。かかわりの原理には、内在・内接・接在・外接・外在という5つのかかわりがある（図1）。

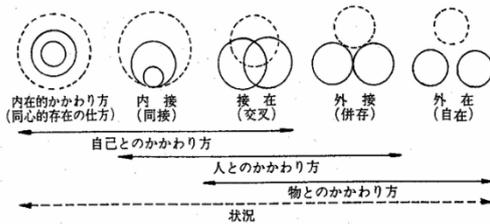


図1. 5つの関係の機能 (佐藤, 1994)

内在的なかかわりとは、その状況に存在する自己・人・物が一体化している状態である。内接的なかかわりとは、その状況に存在する自己・人・物それぞれで接点を持ち、それらが生じさせる環境に少しも逆らわずに即しながらいる状態である。接在的なかかわりとは、例えば、自己が人・物に働きかけ、自己を含めた人や物やその時の状況が快的な事態になるように工夫してかかわる状態のことである。外接的なかかわりとは、自己・人・物がそれぞれ接しているもののそれをきっかけとしてそれぞれが変化しない状態である。例えば自己においてはいえば、その接している人・物がきっかけとした自己の内的世界の展開が認められないかかわりである。外在的なかかわりとは、自己・人・物それぞれの間に交流が生じていない状態のことである。また、自己・人・物と状況とのかかわりは切れておらず共有している状態であるため、その繋がりからかかわりを作っていける可能性がある状態でもあるといえる。これらの5つのかかわりの中で、特に接在的な関わり方、つまり自己・人・物が共に活かされあって共存する状況（接在共存状況）が発展に繋がっていくと考える。

例として、私がスーパーでCIと出遭った場面とその後の心理面接での場面について（匿名性を守る理由から一部を変更、再構成している）、かかわりの原理を考えてみる。

私は言うことを聞かない子に対し、無事に買い物を終えられるように、怖い顔でありながらも必要なメッセージを伝えていた（周囲から見るとただ怒っていただけであるだろう）。その場面を少し離れたところからCIが見ていたようである。この場合は、私（自己）と子（人）が接在し、私（自己）と子（人）に対してCI（人）が外在している状況だと捉えられる。この直後の面接で、CIからスーパーで私の姿を見たことが語られたため、私もそれを認めた。そこでCIにどのような気持ちになったかを尋ね、心理面接における面接室の外で出遭うことの意味について伝え、心理臨床家としての私の気持ちも伝えた。この場合、外在的なかかわり状況であった私（自己）とCI（人）が、多重関係の経験（物）を媒介とすることで心理臨床家とCIとしてなんとか有効な関係継続を志向した状況であり、接在的なかかわりで状況であると考えられる。

私は面接室外で出遭ってしまった際、直後の心理面接で必ずその話題を取り上げるようにしている。出遭ってしまったことについてCIはどう感じたのか、心理面接において面接室外で出遭うことの意味、そして心理臨床家としての私の率直な気持ちや考えをお伝えした上で、今後また経験する可能性のある偶然の出遭いについてどのように対応していくことができるのか相談する。私の臨床では面接室外で出遭ってしまうことは日常茶飯事であり、多くのケースがあてはまる。しかし、上述したように多重関係の経験（物）に逃げずにしっかりと向き合い、心理臨床家である私（自己）とCI（人）の接在的な関係を志向し対話することで、今のところではあるが面接室外で出遭って

しまうことに伴う問題（例えばCIにとって遭遇が非常に苦しいものとして経験されたと伝えられたり感じられたりする）は経験せずに済んでいると感じる（当然なんらかの影響はある）。多重関係を経験した後も、心理臨床家とCIの関係を継続することができている。このように自身の臨床から考えても、接在的なかかわりを志向していくことは心理面接においても非常に重要なものであると理解する。

4. 「私」に求められるもの

本稿では関係学理論について整理しつつ、自身の臨床を関係学視点から捉えなおした。スーパーでCIと出遭ってしまった私（自己）におけるCIへのかかわり状況は外在的なものであった。心理面接内で共に経験した多重関係について取り上げる場面においては、心理臨床家である私（自己）とCIは接在的なかかわり状況であると考えたが、その他の心理面接場面でのかかわり状況はどのようなものであろうか。心理面接とは、いったいどのようなかかわり状況が展開されるものなのだろうか。これは今後の学びの中で明らかにしていくべきことであろう。しかし、スーパーで出遭ってしまった場面のような外在的なかかわりは認められないのではないかと推察する。そうであれば、関係学的視点から心理臨床における多重関係を理解すると、心理臨床家やCIが心理面接内でのかかわり状況のみにはとどまらず、心理面接内では認められないかかわり（外在的なかかわり？）を経験する状況であるとイメージする。

多重関係の頻発を経験する私は、心理臨

床家として様々なかかわりを接在的なかかわりとして成立させていく技量が必要とされる。それを得るためには、心理臨床家としてだけでなく一人の人間として豊かになっていく、つまり物事について多くの視点から考え悩みながらもやっていく、“倫理的に生きる”ということが求められるであろう。

冒頭で、仕事で使用する姓を変更すると述べた。この選択は状況発展に向かうものとなるのだろうか。心理臨床家として居る状況では、心理臨床家である私（自己）が強調し続けられることが重要であり、理想である。しかし、私の臨床ではそれが実現しにくく、そのような中でもなんとかやっていくには様々な自己を、人を、物を、接在共存関係にすることが求められる。しかし、私は姓を変えようとしている。これは妻である私、生活者である私という自己を抑えることになる。つまり、実現しにくいことを理解しているのに心理臨床家としての私を強調しようとしており、いろんな私にとって発展していく可能性を阻んでいることにならないか・・・！！冒頭であんなに力強く明言したのに迷いが出てきてしまった。しかし、旧姓を用いるという考えは、小規模コミュニティにおいて臨床を行う者として、自らの位置を問い続けるための実践であると捉えている。現実に対し向き合い、誠実に考え、悩みながら実践し続けられる心理臨床家でありたい。

.....
本稿において関係学についての理解を記述することを通して、私の中の関係学の輪郭が少し見え始めた。しかし、その輪郭はあくまで仮のものである。この記述を通

してさらに深く考え、また諸先生方からご指摘等いただくことが叶えば、より明確な輪郭を見ることができると考える。私が関係学と接在していくためには、時には間違った理解をしながらも深い理解を目指して、関係学と関わり続けていくことが必要なのである。

.....

- 松村康平(1980). 人間科学としての心理学——2つの著書の書評を中心として. 応用心理学研究, **3・4**,45-65
- 佐藤啓子(1986). 家庭における人間形成 高文堂出版社
- 佐藤啓子(1994). 関係原理とその展開
2)関係とは. 関係学会(編). 関係学ハンドブック.