

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. 理解の外の実践

大学院生の時、実習指導の中で「患者を連れて海外に行ったりしている精神科医師がいる」ということを聞いた。この話をしてくれた指導者は、それを逸脱的な実践として批判的に語るのではなく、どこか楽しげであったことを覚えている。しかし、私は驚き戸惑いを隠せなかった。医師と心理士という異なる職種といえども、同じような方を対象としてかかわっていく職種であり、基本的に面接室以外で関わることはご法度と教えられてきた私は頭の中に？がたくさん浮かんだ。どうなって患者と海外に行くことになるのか？指導者はなぜこの話を楽しげに、魅力的だという風に語るのか。私は疑問が多すぎた故、処理することを諦め、この話題について向き合うことをしなかった。それから数年が立ち、また同じ話を聞いた。全く別の心理臨床家からだ。しかも、かなり詳しく教えてもらうことができた。その実践について聞きながらも、私はそれを十分に理解することができなかった。興味深く感じる一方で、私がこれまで学んできた心

理臨床の枠組みとはやはり大きく異なるようにも思われたからである。なぜそのような関わりが成立しうるのか、なぜ周囲の臨床家たちがそれを魅力的な実践として語るのか、分からなかった。結局私は、数年前と同じように、その問いをうまく整理することができないまま、再び自分の中の片隅に置いた。その後も、私はこの精神科医の実践について耳にする機会を重ねた。その精神科医とは、ひきこもり支援で知られる宮西照夫氏である。

2. ひきこもり支援における

宮西照夫のかかわり

宮西の実践は一体どういうものであると理解できるのだろうか？宮西のひきこもり者への関わり方は、私が持つ心理臨床の基本的な知識の中には納まらないものであるが、同時に大変興味深く感じるものであることには変わりない。本稿では、これまでうまく整理することのできなかったこの問いについて、関係学を通して向き合いたい。

最初に宮西の紹介をしたい。宮西は医師

であるとともに、医学部在学中にマヤに魅せられたことからマヤ文明の研究者でもある。医師の仕事とともにマヤの研究にも取り組むために、医療の場から大学へと活動の軸足を移した。そこでひきこもり支援の実践をはじめることになり、その後再び医療現場でもひきこもり臨床を行い、現在はひきこもり支援を行うNPO「ヴィダ・リブレ」を設立し活動を行っている。本稿では、宮西が「ひきこもり」をテーマに書いた第3作目の『ひきこもり、自由に生きる』を参照しながら、筆者が特に興味を抱いた実践を述べる。

宮西の実践における姿勢は、基本的にアウトリーチ的なものといえる。病院でひきこもり外来を行っていた際、ひきこもり者が車に乗せられて病院の駐車場まで来ることができるが建物には入ってこられない場合には、車まで行って対応する（宮西は「彼らとの出会いは駐車場で」をモットーとする）。駐車場まで出てこられない場合などは、最終手段としてであるが、訪問を行う。そして、医療者が必要だと判断した場合はメンタルサポーター（ひきこもりを経験した者）をひきこもり者のもとに派遣する。このように、まずはアウトリーチ的な姿勢を持って、なんとか関わりに行こうとする。また、宮西自身のあり方にもアウトリーチ的な姿勢に通ずるところがあるように思われる。宮西は取材など後先考えずになんでも受け入れる。ロシアのテレビ取材依頼が入った際も、先方のことを詳しく聞くことはせず、安易に引き受けた（宮西は自身のこういう性質を「悪い癖」だとしているが）。このように「とりあえず受け入れる」という姿勢は、通常であれば関わりを持つこと自体が

難しい相手に対しても、なんとか関係を開こうとしていくという、アウトリーチと似ているところがある。

宮西の実践は、日常性や自然体である姿勢を大切にする。病院の枠の中では治療者と患者（ひきこもり者）の関係を保つ必要があるものの、病院外で行う実践においては相談者に電話番号を教えたり、家族ぐるみで付き合うことをする（この本にも宮西の妻とひきこもり者とのエピソードがよく記述されている）。多くの場面で特別なことはせず、ただその日常性の中で自然に居続ける。ただし、宮西は決してそこに飲み込まれない。「大学やNPOの利用者や仲間を患者とは考えてない。（中略）ただ、距離の取り方が外来以上に難しく、慎重さを求められる。あまりにも距離が近くなると判断を間違いかねない」と宮西は述べる。

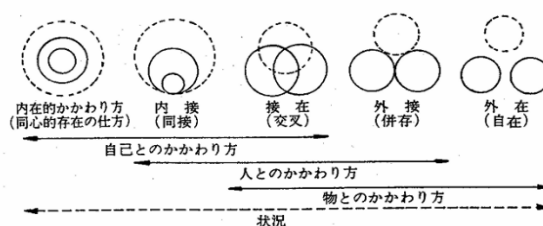
また、特徴的なのは、失敗体験を大切にすること、むしろ奨励することだ。宮西はひきこもり者が社会参加する際に「3回失敗してこい」と言い送り出す。彼らが回復に近い段階になると、彼らの言い分に耳を傾ける必要性があるという。ただ、それを実現するためには家族からの経済的自立が前提となるが、彼らが社会参加する気になっても家族の方が拒むこともある。家族は過去の失敗を思い、彼らが傷ついたり、悪い状態になったり（元通り）することを避けたいからだ。「3回失敗してこい」は、失敗体験を持つ、彼らを成長する力を認めていると同時に、彼ら自身はすでに変化しており、この段階での失敗は過去のそれとはまったく違う意味を持つのだ、という宮西からの家族に対するメッセージであるようにも感じられる。宮西はひきこもりの治療の難しさは母と

ひきこもり者の相互の依存性の強さであり、ひきこもりの治療はこの母とひきこもり者の依存状態を徐々に緩和することから開始されるとする。母とひきこもり者の相互の依存を緩和していくには、一時的に他の適切な依存関係が必要となるとし、それが治療者である宮西への依存である。ひきこもり者の母への依存の背景には父親の不在があると考え、宮西への依存は父親の不在を仮にでも埋めることになり、父とひきこもり者の関係の乖離がある程度まで修復され、母への距離を適切にとれるようになる。しかし、あくまで一時的な依存である必要がある。これを実現するために、自助グループやプチ家出の家をひきこもり者に利用してもらうことで、宮西は彼らからの自身への依存が継続しないことを目指す。また、「私は君たちの家族ではない、君たちの親のように愛情を持ってもないし、君たちを思

3. 関係学からみた宮西の実践

ってもいない」ということを口癖のように伝えているとのことである。

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）のものである。人間を関係的存在とし、その関係は自己・人・者から規定される。この自己・人・物がそれぞれどのように関係しているかを示す原理に「かかわりの原理」がある。「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（図1）があり、



佐藤（1987）によるそれぞれの関わり状況を表1に示した。

図1. 5つの関係の機能（佐藤, 1994）

内在	関係構成単位のそれぞれが一つの構成単位を中心に、成層構造的に一体化しているかかわり方
内接	関係構成単位のそれぞれが他の構成単位に即しながら、交互に影響されながら変化するようなかかわり方
接在	関係構成単位がそれぞれの独自性を生かしながら影響し合い、新たに関係が創られるかかわり方
外接	関係構成単位のそれぞれが独自性を発揮しながらふれあい、それぞれの独自性が明確化するようなかかわり方
外在	関係構成単位それぞれがかかわりあわず、それぞれが別個に特性を発揮するかかわり方

表1. 5つのかかわりの関わり状況（佐藤, 1986）

宮西の様々な実践にはアウトリーチ的な姿勢があると述べた。これは宮西と人（ひきこもり者）や物との関係が、宮西がその人や物の状況に即すような内接的なかかわりから出発すると理解できる。次に、日常性や自然体を重要としながらも距離感も慎重に判断する姿勢は、日常を共に生きることで内接などを含める様々なかかわりを持つが、ひきこもり者が宮西との関係だけに閉じてしまうことを危惧する姿勢と考えられる。つまり、ひきこもり者との内接的なかかわりに固定化されることを避けているのである。失敗体験のすすめは、失敗体験がひきこもり者自身に接在的に関わることで新たな自己が生じ成長することを狙うものである。また、親が過去の子（ひきこもり者）の失敗体験をもとに判断を行う（内接的なかかわり）ような状況において、失敗は悪い事ではないという新たな知識を接在させ、親と失敗体験の新たなかかわり状況を生じさせようとする実践であるとも理解できる。母とひきこもり者の依存関係に宮西という第3

者が入り、ひきこもり者が宮西と内接的なかかわりを持てるようになることで、母とのかかわりを依存関係に限らなくさせ、また父との関係をも変容させる。メンタルサポーターやプチ家出の家など宮西以外の支援リソースとも内接的なかかわりが可能となることで、ひきこもり者は宮西との依存関係から脱することが可能となる。宮西が、自身からひきこもり者を引き離そうとするような口癖は、宮西とひきこもり者を外接的なかかわり状況にさせる。またひきこもり者にその口癖が接在的に関わることで、ひきこもり者自身からも宮西との依存から離れることを実現させていることも推察できる。

ひきこもりは母(家族)と子の依存状態である。例えば、経済的に子が親に依存している場合、母(家族)はその支援を止めれば子が怒って状況が悪くなると考えることで、経済的支援を継続することを選択する。親は子に即して行動しており、また、子も親の判断を受け入れているといえ、親と子は内接的なかかわり状況である。また、親が子の状態はすべて自分のせいであると責任を感じる場合は親と子が一体化しているといえ、内在的なかかわり状況であると考えられる。つまり、ひきこもりにおける母(家族)と子の相互依存状態は内在や内接のかかわり状態である。宮西の実践は、母(家族)とひきこもり者をこのような内在や内接のような一者関係的にとどまらないようにするかかわりであるといえる。かつ宮西自身の立場(自分とあなたは違う)を明確にすることで、内在および内接的なかかわりは継続させない。立場を明確にすることで他者性を保ちながら関わるかかわりは外接的なかかわりであ

ると考える。また注目したい点は、ひきこもり者も宮西に対し、外接的なかかわりを行っていることである。ゲームが好きなひきこもり者が現れた際、ゲームが好きなメンタルサポーターに対応させた際、そのメンタルサポーターはひきこもり者に「先生なんか話してもダメ」と言う。これは宮西に一体化するでもなく即すでもなく、宮西という存在をただ受け止めている言葉であると考えられる。宮西が他者性を保った関わりをするからこそ、ひきこもり者も宮西に依存しない応答を実現しているのかもしれない。宮西とひきこもり者は、相互にかかわりあう関係であると理解できる。

このような一連の実践が、ひきこもり者が生きていく中で接在共存状況(「自己」と「人」と「物」とがともに活かされあって共存している状況)を実現し、そうした中で彼らの回復がみられるのだと考える。回復した段階になれば、彼らは宮西が行う実践の場から去っていくが、それは接在共存状況における外在的なかかわりであると理解できる。

4. 関係の中で“自由に”生きる

大学院生の頃の私は、宮西の実践は心理臨床家になるために学んできた私の理解の外にあるものと感じ、理解することができなかった。しかし、本稿を通して見えてきたのは、宮西は単純にひきこもり者との境界を曖昧にしたり無くしたりするのではなく、ひきこもり者の世界が開かれていくようにかかわりを豊かにしているということであった。宮西は、なんとかしてひきこもり者に近づき、日常を共にし、時に依存を引き受け

る。しかし同時に、その関係に留まり続けな
いためのかかわりも行ってた。つまり、内
在や内接的なかかわりと外接や外在的なか
かわりの双方を用いながら、閉じた関係状
況が、徐々に他者や世界へ開かれていくよ
うにしていたのである。

こうした理解は、心理臨床における多重
関係について考える際にも重要な示唆を持
つように思う。小規模コミュニティにおけ
る臨床では、心理臨床家とクライアントは
生活空間を共有し、関係が重なり合うこと
は不可避である。そのたびに多重関係を問
題として切り分けようとすることは、小規
模コミュニティで営まれる臨床の実情から
切り離してしまっており（外在化）、かえっ
て臨床実践の理解を困難にするように思わ
れる。むしろ重要なのは、関係がどのよう
なかかわりであるのか、またその関係がク
ライアントを閉じ込めるものなのか、ある
いは他者や世界へ開いていくものなのかと
いう視点なのではないだろうか。

心理臨床家としてまだまだ若輩者の私は、
宮西の実践についてすべてを理解できたわ
けではない。しかし、かつて抱いた「何が正
しい関わりなのか」という問いは、「人と人
はいかにしてかかわっていくことができる
のか」という問いとして捉えなおすことは
できたように思う。そして本稿を通して感
じたことは、「どのような心理臨床家が良
い臨床家で、どのような臨床家が悪い臨床
家なのか」という問いそのものが、どこか野
暮なものにも思えてきたということである。
もちろん、心理臨床において倫理は重要で
ある。しかし、人と人の関係が生活の中で
重なることが不可避である以上、良い／悪
いという形では、単純に捉えきれない。小規模

コミュニティで臨床を行う私は、クライ
エントとの境界を気にするあまり縮こまっ
てしまう感じがある。しかし、宮西の実
践は、人との関係の中で生きることそれ
自体を過度に恐れなくてもよいのではな
いか、という視点を与えてくれたように
思う。他者性を失わずに、人と共に生
きていこうとすること。その営みを引
き受け続けることが、臨床家として
だけでなく、一人の人間としても大
切なのではないだろうか。それは自分
勝手に振舞うということではない。関
係の中に生きながらも、そこに縮こま
るのではなく、自由であろうとすること
である。

臨床家、自由に生きる。

引用文献

- 宮西照夫 (2020). ひきこもり、自由に生
きる——社会的氏江宿を育む仲間づく
りと支援 遠見書房
- 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.
- 箕浦康子 (1999). フィールドワークの技
法と実際
- 佐藤啓子 (1986). 家庭における人間形成
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