

ブリーフセラピーの中の「哲学」：石丸論文へのコメント

金沢工業大学 長谷川明弘

はじめに

事例を提示されている石丸雅貴さんは、金沢工業大学の心理情報学科における最初の卒業生の一人です。石丸さんが大学4年生で愛媛大学大学院への進学を決意し、過去問題に出題されていた「ミラクル・クエスチョン」について質問のため同僚を訪ねたおりにブリーフセラピーを専門の一つとしている私を紹介され、親交を持ちました。これを機に、彼は、ブリーフセラピーに関連している学会へ熱心に参加し、私と共に行動する「課外活動」をしながらの数年のつきあいがありました。私は学部での指導教員ではありませんが、石丸さんのイニシャルケースについてコメントをして欲しいとの今回の原稿の依頼があり、大変嬉しく思い、引き受けさせていただきました。

郵送された原稿を拝読させていただき、最初に持った感想は、きれいにまとまった事例だなというものでした。同時に、忠実にソリューションフォーカストアプローチを実践されていることが読み取れ、「教科書」を読んでいる印象を持ちました。

事例研究は、事例という「複合体」から枝葉を切り落としてスッキリさせ、第三者の視点で明瞭にまとめなければなりません。一方で事例をまとめる際に、当事者として臨床現場で生じている雰囲気再現するのに苦心します。今回の原稿からその苦心の跡が伺えました。

技法を学ぶ背後にあるもの-図と地-

「SFA は問題を焦点に当てるのではなく、クライアントの解決に注目して解決構築を行う心理療法の技法である」と引用しています。私は、SFA が技法ではなく哲学や態度であると考えています。ここで「技法」と「哲学」について言及しておきます。哲学のない科学や方法の適用は、その使用者の独りよがりになりやすく、倫理面を含め危険を伴いやす

いでしょう。それ故に、カウンセリングや心理療法といった心理学的介入の技法を修得する場合は、技法とそれが成立するまでの過程や背景にある人間観、といった哲学もしくは態度という土台を踏まえて、やっと適切でかつ妥当と思われる専門活動が可能となります。技法の修得を追求することを通して、必然的に哲学や態度をも包括した理解が可能になると思います。ブリーフセラピーの修得には、技法の背後にあるもの、つまり図ばかり注目しないで地といった「哲学」にも目を向けてほしいです。

また心理学的介入の訓練場面では、技法を取り上げることが多いでしょう。特に昨今、認知行動療法が注目されています。これは「エビデンス」よりもむしろ、疾病別に用いられる複数の技法がパッケージ化されており、教える側も学ぶ側も共に「技法」という形が伝達されて各々に「教えた」「理解した」という満足感が伴っているためであるとみています。技法を通じた知識伝達学習スタイルともいえるでしょう。一方、ブリーフセラピーは、技法がいくつか用意されているものの認知行動療法と比べて技巧性が大きな特徴です。ブリーフセラピーの修得過程は、試行錯誤体験創造学習スタイルと呼べそうです。私たちは、技法を適用する中で、試行錯誤を繰り返して創造的な体験をしながら背後にある哲学をも修得していく必要があります。

面接者は何の専門家？

「SFA では、面接者ではなくクライアントが専門家だと考える」と説明していました。それならば、面接者の専門性をどのように考えているのかを教えてください。本論には記述が見当たりません。ブリーフセラピーの中でもとりわけソリューションフォーカストアプローチ、他にクライアント中心アプローチを実践する人は、とかくクライアントの資源や能力を有していること強調します。その資源

や能力を認める姿勢に私も同意できます。しかし私は、クライアントが力を有するならば、私たち「専門家」が専門性を発揮する必要はないのではないかと疑念を持ちます。私たちは、なぜ面接をするのか? そこに来談する人がいるからだ・・・なんてことはないでしょう。事例報告者はこれから実践活動を本格的に始められるであろうから、私たちの専門性は何かという問いに対する自分なりの考えを持って頂くことを願います。ちなみに現在の私は、専門性を来室した人がある状態から次の状態へ移行(変化)するときにつき添う橋渡し役として機能することと考えています。

質問に含まれている前提や含意について

ブリーフセラピーで用いられる多くの質問技法は、前提や含意を伴っています。たとえば、ミラクル・クエスチョンでは解決像が質問の前提にあり、それにクライアントが答える中でいくつもの解決像が示され、その内容が広がり、その結果、「解決」が生まれたり、「既にあった解決」と結びつくことになります。また 毎セッション終わりに出される課題で、「楽しそうに人と関わっている様子(#2, #3)」「良くなったこと(#4)」「8に近づいたところ(#10)」も前提を含んでいる点で同様です。

この前提を面接対象者によって翻されたのが第#12の冒頭です。「良かったこと」を面接対象者が見いだせなかった報告です。この場面では、訓練中である事例提供者の動揺した様子が初々しくもあり、事例報告にはありのまま記載してあって、真摯で誠実な姿勢が伺えました。ブリーフセラピーが実践と養成を同時に行える特徴を有しているからこそ、この場面では事例提供者がチームに救われたようで私は読んでいて安心しました。#16の類似した場面で動揺しないで面接者がやり過ごし、「前提」に沿って少しでも解決像を共に探そうとしたのだろうと推察され、この変化が頼もしく思えました。

ブリーフセラピーを実践する人の中には、ブリーフセラピーがミルトン・エリクソンによる催眠療法

の伝統を引き継いでいることから言葉の使い方や文脈に細心の注意を払うことがあります。細かい指摘ですが、見出しが「問題歴」と表記されています。この言葉の前提として「問題を持っている人」という意味にとれます。クライアントが資源を有しているとするブリーフセラピーの哲学からは別の表記を用いてもよいと思いました。たとえば、「課題出現までの経過」というのはどうでしょうか?

スケーリング・クエスチョンにおける問いの設定について-効果測定指標としての適用への疑問と提案-

「スケーリング・クエスチョンにより面接当初から比べると8まで良くなっていることが分かった」と考察しています。面接経過では、#8、#10、#14、#17、#22でスケーリング・クエスチョンが提示されていますが、面接対象者の回答が『7』(#10)から終結時である『8』(#22)への変化に過ぎないと読み取れます。#10以降の質問は、スケーリング・クエスチョンが最初に提示された#8とは質問内容が異なっています。面接対象者の枠組みに沿った質問なので数値の間隔を統一する必要はないのでしょうか? 意地悪な指摘ですが、「長さ」を測定していても、センチとインチを比較して同じ数値と述べているようにも読み取れます。可能ならば、面接者は持ち込まれた課題に沿った問いを初回に設定し、面接を通して終結まで一貫して同様の問いを提示することを勧めます。言うまでもないかもしれませんが、面接の展開に沿って新しく質問内容を加える柔軟性を否定しているわけではありません。

おわりに

コメントは、「問題探し」という前提を含んでいます。ソリューションフォーカストアプローチという肯定面に注目することを前提とする文脈には沿わない側面がありました。今回はこのように困難な課題を提示していただき、それに応えてみたつもりです。いかがでしたか?・・・末筆になりましたが、石丸さんの今後のご活躍を期待しております。