

# 心理臨床における「不完全さ」

田上 恭子(看護学部)

## ＊ 心理臨床的援助の特質

心理療法や心理カウンセリングなど心理臨床的援助は、個と個の相互作用・**関係性**の中で行われ、そこでは援助を求めてきた人(クライアント)の**主体性の回復**が目指されているといえます。主体性の回復には、一方的な助言や指導ではなく、クライアントその人に耳を傾けることが求められます。耳を傾けるということは非常に奥深く難しいもので、援助者(セラピスト)とクライアントとの会話やコミュニケーションは、通常のもののように見えてそれとは微妙に異なります。それが援助のひとつの特質と考えられます。

そして心という目に見えないものを理解しようとし働きかけようとする心理臨床的援助では、セラピストが**謙虚さ**を持つことや、完全に理解することは決してできないと認識することが大切であると考えられています。つまり、セラピストが正しい答えを持っているというわけではなく、またセラピストが万能であるから援助できるということではないのです。

## ＊ 関係の中で浮かび上がる現象—転移/逆転移—

心理臨床的援助の中では、「**転移**」「**逆転移**」といった現象が生じます。そもそもは精神分析における概念で、「**転移**」とはクライアントからセラピストに向けられる感情や言動のことを指し、過去の重要な対象像との反復を表すものと考えられています。「**逆転移**」とはその逆で、セラピストからクライアントに向けられる感情や言動を意味します。セラピストもクライアントも同じ人間であり、**セラピスト自身も葛藤を抱える存在**なのです。だからこそ、セラピストには「**自己の心の動きに開かれていること**」が求められます。

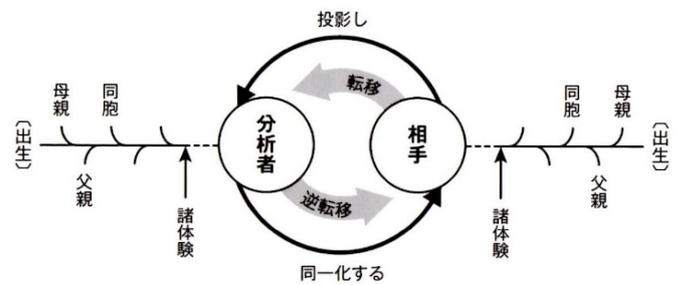


図 転移と逆転移

—前田重治『新図説 精神分析的面接入門』誠信書房、2014年、p.25

婦人患者の恋愛は、分析状況を通して、法的にひき起こされるものであって、分析医の個人的な人格が優秀であるからというわけではない。したがって彼は分析治療以外の場合に普通言われるように、そのような「征服」を自慢する理由は全然ないことを自覚しなければならない。また、このことを常に自戒しているのはよいことである。

—フロイト、S.(1915)小此木啓吾訳「転移性恋愛について」『フロイト著作集：技法・症例篇9』人文書院、1983年、p.117

逆転移についての精神分析の文献は、逆転移が、患者の提供する材料の隠れた意味に対する分析者の理解を手助けする重要な現象であると考えられ始めたときから、めざましく発展した。そこで提出された基本的な考えというのは、分析者のなかには、患者に生じる過程を理解し、感知する要素があるということ、そしてこれらの要素は、直接に意識されることはないが、もしも分析者が患者の話を傾聴する一方で、自分自身の心の連想に耳を傾けていれば、発見可能であるということである。

—サンドラー、J.他『患者と分析者：精神分析臨床の基礎』誠信書房、1980年、p.65

## ＊ 「不完全さ」の重要性

心理臨床的援助の終結過程は**離乳**の過程になぞらえられます。それはセラピストに対する脱理想化ともいえるかもしれませんが、クライアントの万能空想の諦めともいえるかもしれません。いわば、完全というものは存在しないのだと分かることが、心理臨床的援助のひとつのゴールといえるのかもしれません。

そういった意味でも、セラピスト自身が**不完全さ**に開かれていることが心理臨床的援助において極めて重要であると考えられます。事実、セラピストは自分の限界をよく知っておくべきであるといわれています。また、自身の弱さを感じ、知り、認めることで、その専門性が磨き上げられるともいわれます。

そしてその不完全さゆえにセラピストは、時にスーパーヴァイザー等の**他者の手を借りながら**、常に自身を振り返る必要があります。

仮にセラピストが自分は完全無欠にプログラムされたコンピュータではなく、不完全な人間であること、そしてどんなに頑張ったところで全部は自覚できないシグナルや手がかりをあれこれと発していること、こういったことを忘れたならば、クライアントに深刻な損害をもたらしてしまうだろう。 —マイケル・カーン『セラピストとクライアント：フロイト、ロジャーズ、ギル、コフォートの統合』誠信書房、2000年、p.101