

行動科学職業特にケースワークに おける自己覚知の意義と方法

国 分 康 孝

序 言

1930年前後の精神分析の影響によってケースワークは甚だ精神療法化したのであるが、その後第二次大戦は更にこの傾向を促進した。そして今日ではケースワークも精神療法もそしてまたカウンセリングも実際場面では殆ど区別がつかないくらいに類似性がつよくなった。そこでこれらの三専門職業は纏て統合されてひとつの新しい職門職業即ち行動科学職業 behavior science occupation を形づくるであろうといわれている¹⁾。それ故これら三者を別々に考えるよりも、むしろひとつのものの三局面として関連的にとらえる方が現実に即していると思われる。三者を関連的にとらえるとはケースのある部分はカウンセリング的に、また、ある部分は精神療法的に、そして更にある部分はケースワーク的というようにダイナミックに理解することである。この場合三者を貫く共通性として先ず考えられのは、その何れもが面接 interviewing を中核にするということである。即ち行動科学職業者としての評価は彼の面接法熟達の程度如何が、重要な決定因であるといっても過言ではなからう。

面接法に熟達するというこの意味は人により異なるであろう。例えば分析的な精神療法では解釈投与の巧拙が問われるであろうし、ロジャーズ的カウンセリングでは受容の態度・雰囲気特に重視されるであろう。またケースワークでは、例えば竹内教授の如く器官言語 organ language 及び行動言語 behavioral language を口頭言語 verbal language に切り替えることに面接の意義を見出

すもの、換言すれば情緒的吐露を重視するものや、Garrett のようにクライアントとその環境を理解するための情報を集めることに面接の主な機能をおいているものもある。

このように面接の意味はその力点のおき所によって相異なるが等しく共通することは、あらゆる面接は、面接者と被面接者との間の関係 relationship を通してなされるということである。関係 relationship とは狭義には感情転移 transference か又は意識的現実的な対人関係 conscious reality relationship から生ずる感情関係を指すが、広義にはその両者を包含する感情関係であると解せよう²⁾。狭義にせよ広義にせよその関係が陽性 positive であるとき、われわれはこれをラポールと称して面接の成果を挙げる不可欠の条件としている。陰性 negative の場面はこれを抵抗と称し、抵抗の処理は面接上の重要な課題となっている。例えば、分析的な精神療法において解釈が受入れられるにはクライアントの陽性感情を前提条件とするし、ケースワークにおける十分な感情吐露もクライアント対ワーカーのラポールが成立しているとき可能である。また、カウンセリングにおいて被受容感を持ち得るのは、カウンセラーとの間にある関係が樹立しているからである。

ワーカーとクライアントの間に成立する関係は、それを通して両者が作用し合う手段であり道具である。即ち面接に熟達するとはこの関係を上手に駆使 use・展開 develop・制禦 control し得るかどうかということになると思われる。これはあらゆる面接に共通していえることではなからうか。面接における関係の駆使・展開・制禦の重要性を典型的に示しているのは、精神分析療法乃至

精神分析的な精神療法における感情転移の分析である。即ちここでは感情転移現象にこそそのクライアントの性格・心理のすべてが表現されていると解し、分析の主な対象は感情転移現象であるとする。また感情転移を活用した修正感情体験 *corrective emotional experience* 又は情緒的再教育 *emotional re-education* の治療上の効果と重要性は等しく認められているところである。特に神経症の治療では転移現象を積極的に高めて所謂感情転移神経症 *transference neurosis* を作り、これを分析することによって原神経症 *original neurosis* を治療しようとするのである。このように感情転移という関係の駆使・展開は治療上不可欠の事柄であり、分析的精神療法においては *transference* は唯一の道具 *tool* なのである。

このことは程度の差はあろうがケースワークに於てもいえるのではなからうか。

自己覚知の必要性

ところがこのようにワーカーが対クライアント関係を駆使・展開する際に、ワーカーの側にこれを妨げる要因が生じる場合がある。それはワーカーの逆転移、又は対抗感情転移 *counter-transference* であると考えられる。即ち、ワーカーが自分の個人的感情をクライアントに対して投出することである。かかる現象の生じる原因は何であろうか。

まず考えられることは、ワーカーがクライアントに向ける共感 *empathy* についてである。共感とはワーカーに必要な能力であるが、共感とは相手と同じように相手の世界を知覚することであるから、必然的にワーカーはクライアントに対して同一化をなすのである³⁾。それ故ワーカーとしては同一化機制を通して自己の主観が混入しないように絶えず同一化を意識し制禦しなければならない。即ち、盲目的な自他融合 *attachment* ではなくて客観的な自他の観察 *detachment* を心掛けねばならない。このことは臆ておこるであろう過度同一化 *over-identification* を防ぐ上にも必要なことである。

逆転移の第二の原因として考えられることは、クライアントに対するワーカーの防禦機制であら

う。即ち、クライアントの言動がワーカーの抑圧感情を刺戟するとワーカーは反動形成、合理化、逃避などの機制を以ってクライアントに応じがちであるが、そのために中立的であるべきワーカーの態度が破壊されてしまうのである。ワーカーのかかる無意識的防禦機制はワーカー自身があるがままの自己を受容していないことに由来すると思われる。Rogers 的に云えば既成の自己概念に合致しない事実が指摘されるとそれを受け入れまいとする機制が働くのである。もし、非審判的受容の雰囲気があれば、彼は従来の自己概念に合致しない事実をも容認することができ、そのことによって自己概念の変容を達成するであろう。しかし乍ら、クライアントがワーカーに対して許容的態度を示すことは先ず考えられないから、もし自己受容のなし得ないワーカーであれば、反射的にクライアントの言動に拒否 *denial* の態度を以って臨むのである。

以上、逆転移の原因としてワーカーの共感と防禦機制の二つを挙げたが、その何れにも共通していえることは、ワーカーが自己の感情生活の実態を知らねばならないということである。一言でいえば自己覚知 *self-awareness* の必要性である。

しかし、自己覚知の必要性は上述の如く逆転移の防止からのみ論じられているのではない。次のようなことも考えられる。即ち、ワーカーは職業上クライアントから信頼、愛、称讃、感謝などを受けることが多いが、そのために自己を過大評価しがちなことである。自己の能力、欠点、限界等についての客観的な識別がつきにくくなるということである。このことは Freud, S. が既に「分析することは、分析者を *spoil* する」と警告している如くである⁴⁾。それ故にこそ分析者やカウンセラー、或はケースワーカーには自己覚知が要請されるのである。

その他の自己覚知必要論として、例えば、Hamilton は対クライアント関係においてワーカーが自己 *self* を駆使しようと思うならば、自己について知らねばならぬ。具体的に云えば、その職業を選択した動機や自己の偏見について知らねばならないといっている⁵⁾。更に、同女史は自己の感情を知らずして、人の感情を知る能わずともいっ

ている⁶⁾。また竹内教授は職業選択の動機の覚知を特に強調し、その大著「専門社会事業研究」に於て詳細な分析を試みていられる。

上述の如く自己覚知の必要性の根拠については諸説があるが、自己覚知がワーカーにとって不可欠条件であることには異論がないと思われる。そして今日では、自己覚知の問題はケースワークにおける主要課題のひとつであることは、Garrettの指摘している如くである。即ち、Garrett⁷⁾は今日のケースワークの課題として、1) パーソナリティの発達の問題、2) ケースワークの社会的側面、3) 自己覚知、4) ケースワークの一般的 generic 側面を挙げている。

自己覚知の意味

前節において自己覚知とは、自己の感情生活の実態を知ることであるという説明を与えたにすぎないが、更に厳密にこの概念を検討してみたいと思う。

先ず自己 self であるが、これは他者と区別された I とか me とかの感情である。幼児は自我が未分化であるから、かかる意味に於て self は未確立であるといえよう。自己 self に類似した語で自我 ego があるが、これは自己の一部、特に意識的現実的部分を指すものと解される。従って自己とは分析的用語で表現すれば、自我・超自我・エスのすべてを含むものといえよう。

覚知とは意識化と同義に解してもよいと思われる概念である。従って自己覚知とは自己のあるがままを意識化することであると考えられる。ここで問題となるのは、自己のあるがままということである。幼少期よりの経験の集積たる無意識界をも含めて自己のあるがままという場合もあるし、現在の対人関係での行動型を指してあるがままの自己という場合もあるようである。この点について二三の見解を参照し考察してみよう。

ケースワーク的治療法についてのすぐれた研究者 Florence Hollis⁸⁾ においては self awareness は insight よりも浅層の感情即ち「抑制された前意識的材料」suppressed preconscious-material の明確化を意味しており、彼女はケースワーク治療では insight よりむしろ self-awareness に重点をおくとの見解である。

Grossbard⁹⁾ は自己覚知とは自分が外界にどう反応するか、また、外界が自分にどう反応するかを認識する能力であるといっている。

Abrahamson (ワシントン大学 Social Work 助教授) のように対クライアント関係におけるワーカーの役割の認識を self-awareness の中核と考え、具体的には対個人感情(クライアント、同僚、職員、実習学生等) 対グループ感情、対施設・機関感情、対職業感情等のプラス面及マイナス面を等しく意識することであるとするものもある。

以上の見解は何れも social work の分野からのものであるが、social work における自己覚知はその対象を比較的に現実的且意識的且対人関係面 (intra-personal でなく inter-personal) に限定しているように思われる。

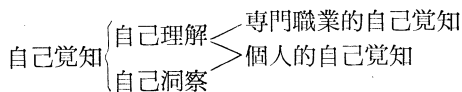
一方分析的精神療法では覚知よりも洞察なる語を用いることが多いようであるが、ここでは洞察を無意識的葛藤の意識化と考えている。この場合、正統派では幼少期の経験に由来する葛藤の意識化に重点をおくが、新分析派では現在の対人関係の型への洞察 insight into present patterns of interaction を重視するという相異はある。しかし、個人の全パーソナリティの変容に関心を有する点においては共通している、といえよう。

social work 的自己覚知と精神療法的自己覚知とは、覚知の内容に深淺の差があるように思われる。この点 Rogers の概念はこの両者を含むものようである。即ち、insight と self-awareness を同義に解する Rogers は insight を知覚領域の再構成 reorganization of perceptual field¹¹⁾ となっている。自己概念に合致しないために否認 denial されていた生活経験をより多く覚知 awareness にもちこむことが洞察であり、かくて得られた状態を指して自己覚知といっているようである。即ち、Rogers は自己覚知とは、「自己知覚の全領域 total field of self-percepts¹²⁾」であると定義している。自己知覚の全領域とは如何なるものか。彼によれば、それは次の二大分野を意味するものの如くである¹²⁾。A) 性格に関する自己知覚 a percept of self alone as a self-characteristic B) 対人関係における自己知覚 a percept of self-in-relation to someone or something else

である。前者は精神療法的、後者は social work 的な意味での自己覚知であると解される。これと同じことを Rogers はまた「insight は個人の役割の認識と同時に、個人内の抑圧された衝動の認識をも含む¹³⁾」とも表現し、自己覚知にもちこまれる経験や感情が現在のものか、過去のものか、深い層のものか、浅い層のものかを問わないとの見解を示している。

このように自己覚知には現在の行動型の認識を意味するものと、その行動型の原因を更に幼少期経験或は性格構造にまで遡って探究することを意味するものがあるようである。そして普通には、Abrahamson¹⁴⁾も指摘しているように、前者の意味即ち、自己理解 knowledge of self と後者の意味即ち自己洞察 insight into self との区別が必ずしも明瞭ではないと思われる。しかし、理論的にも技術的にも両者は区別されるべきであろう。このことは、ワーカーの自己覚知を論ずる場合に、特に重要だと思うのである。即ち、ワーカーには職業上クライアントに相対する場合の自己即ち専門職業的自己 professional self と、職業外の日常生活における私的個人的自己 personal self とがあるが、対クライアント関係における自己の態度・反応等の意識化は自己理解のレベルに属するものであり、かかる態度・反応等の根源を幼少期の対両親関係の中に発見したとすれば、それは自己洞察と称し得るであろう。

以上述べたところを整理してみると下記の如くなるであろう。



次に自己覚知は如何にしてなし得るかが問われねばならない。竹内教授は「スーパーヴァイザーとの面接、精神分析者による分析、或はそれが可能な場合自己検討乃至自己分析」(専門社会事業研究 p.295)を挙げておられるが、これを手がかりにして、自己覚知の方法とその問題点を考察したい。

スーパービジョン

スーパービジョン supervision は教育分析が

一般化してケースワーカーの教育に取り入れられ次いで精神療法にもとり入れられたものであって¹⁵⁾、精神療法的傾向のつよい個別的教育法又は指導法である。その目標或は内容は論者によって相異なるが、自己覚知をその主目標のひとつにしている点に於ては大体一致しているようである。

例えば、Robinson¹⁶⁾は professional-self と professional skill の発達とをその目標としているし、Williamson¹⁷⁾は、カウンセリング、教授 teaching 及行政監督 administration を挙げている。Holcomb¹⁸⁾は New Haven 家族福祉協会の討議を引用して、スーパービジョンは教育(教授、指示、指導、激励、矯正等)、相談 Consultative、行政監督の三機能を有すると述べている。Rogers¹⁹⁾はスーパービジョンの目標として(1)学生の自信・技術を尊重する、(2)態度を明確化する、(3)他の思考法行動法を発見させる等を挙げている。また、McCaffery²⁰⁾は直接スーパービジョンにふれてはいないが、実習教育 field workの目標として学生が、(1)道徳的態度をとらないこと、(2)理解し受容すること、(3)自己の感情を制御できること、(4)患者の行動の意味を早くつかむことなどを具体的に提示している。

以上諸家の見解は何れも、supervision を通してワーカーは単に技術・知識を習得するだけでなく、専門家としての態度をも養成するものであることを示唆している。では supervision が専門家としての自己の態度・反応を覚知せしめ得るのは何故であるか。

一体自己覚知をなすには自己受容 self acceptance が不可欠の前提条件であると考えられたが、この自己受容の能力を増すには先ず他から受容される経験をもつことが必要である。非審判的雰囲気を与えられてこそ彼は初めて自己受容をなし得るからである。即ち supervision、厳密に云えば supervisory conference が、彼にかかる雰囲気を与えてくれるからである。第二は supervisor がワーカーの自己盲点 blind spot を指摘するからである。これは精神療法における解釈 interpretation の如く深層部に及ぶものではないが、ワーカーの自己覚知を容容させるものであることは疑いないであろう。

supervision は自己覚知の促進をその目標のひ

とつとしていられると考えられ、現実には、どの程度の効果を期待出来るのであろうか。NASW (National Association of Social Workers) の支部²¹⁾はかつて (1956—7年) 現職ケースワーカーに supervision の効果を彼らの体験に基いて、11項目からいくつかえらんで回答させたことがある。

(100名のケースワーカーが supervision から得たと思うもの。NASW 調査)

	パーセント
思考の刺激になった	88
支持感・激励が得られた	77
努力を認められた	71
自己の最高の活用を教えられた	65
知識を得た	62
権威の後立てが得られた	59
受容的關係	56
自信が得られた	49
自己理解の助けになった	49
苦しみを分かち合う気概が生じた	35
理想追求	23

その結果自己覚知は11項目中8乃至9位であるから、自己覚知に与える supervision の効果は、この調査による限り必ずしも大きいとは云えない。その原因として次のことが考えられる。

supervision の中核となす supervisory conferenceは 精神療法的面接と類似した点もあるが、やはり、本来精神療法ではなく教育法であるから職業的技術の訓練が主となって、自己覚知による人格・態度変容は第二義的にならざるを得ないからだと思われる。このことは supervisorはワーカーの個人的問題には解れないようにし、もしふれねばならない場合は、セラピストに依頼することによって、psychotherapist にならないように自戒を求められていることにも伺えるであろう。例えば²²⁾、金銭の扱いに問題をおこすワーカーを supervise するときは、そのワーカーの肛門期経験や幼少期の金銭教育にはふれずに、そのワーカーが金銭を人に与えるときの気持はどうか、公的扶助の仕事はどう思っているかなどをとりあげるわけである。supervision はこのように 対象を professional self に限定し personal self については極力深入りしないように努めるので、自然自己覚知にも限界が生じるのであると思われる。即ち精神療法は自己覚知を第一義の目標におく

が、supervision はワーカーのクライアント理解を援助することを第一義にし、間接的に専門職業の場に於ける自己理解を深めようとするものであるといえよう。

このことは必ずしも supervision で得られる自己覚知では不十分であるというわけではない。精神療法や psychiatric case work 以外の分野ならば supervision による自己覚知だけで充分であるかもしれない。しかし近年 casework がより一層情緒問題を扱う傾向がつよいので、できれば更に深い自己覚知が必要ではないかと思われるのである。例えば、transferenceがさほど強くない状態ならば、ワーカーは「自分は短気だ」と自覚しているだけで、それを制御できるであろうが、感情転移が高まってきた場合、もし短気の原因を洞察しこれを克服していないと、逆転移をおこしやすいと考えられる。それ故にワーカーは対クライアント関係の制御即ち、professional self の覚知だけに止まらず、個人的或は私的自己 personal self の性格・感情の変容を試みなければならぬであろう。健全な personal self に基いた professional selfこそ最も好ましいと思われる。

そのために必要なことはワーカー自身が精神療法をうけることによって、一層深い自己洞察を得ることである。即ち教育分析 didactic analysis, 訓練分析 training analysis, 個人分析 personal analysis, 或は個人治療 personal therapy 等と称される専門職業者養成課程の一部としての精神療法をうけることである。

教育分析

ケースワーカーに教育分析が必要であるか、ということについては、まだ論議がなされていないのが現状のようである²³⁾。Garrett²⁴⁾は分析者は逆転移を防ぐために自から分析をうけ且その上 supervision も経験するが、caseworker は supervision によってそれを防ぐのであるといい、ワーカーの教育分析については積極的関心を示していない。尤も教育分析の必要論も散見できるが、まだ、示唆とか問題提起に留まっているようである。

例えば、Irvine²⁵⁾は分析されたワーカーは、分析されていないワーカーと感情転移の処理の仕方が異なるであろうといっている。また、Shafer²⁶⁾

によると、個人開業ケースワーカーの多くは、個人分析の必要を認めているとのことである。ケースワーク、カウンセリング及び精神療法は行動科学職業として統合されるべきものだと前述したが、この中で、casework が教育分析について最も関心が薄いように思われる。精神療法に於ては、教育分析が不可欠とされていることは言うまでもないが、カウンセラー教育に於ても亦 personal therapy を必修コースとしている²⁷⁾。その理由は、セラピストの共感能力をますためであると Rogers²⁸⁾ はいっているが、思うにカウンセリングに於ては、クライアントを変容するものはカウンセラーの技術ではなく、カウンセラーの態度・人格であり、技術は態度の補助手段であると彼らは考えるので、特に personal therapy によるカウンセラーの personality 変容を意図するのであろう。

このことはケースワーカー教育にも適用されるのではなかろうか。即ちケースワークの授業・実習・関連科目を習得しさえすれば、誰でもワーカーの資格があるとは云えないと思うのである。勿論ケースワークは科学的職業であって名人芸ではないから、一定の養成課程を踏めば多くの人が達成し得る筈のものではあるが、特にそれが人間関係を対象にする力動的、流動的且デリケートなものであるために、すべての人がケースワーカーになり得るかどうかについては、若干の疑問を否定することはできない。例えば、ワーカーが他を受容できないほどに、未成熟の personality であったり、コンプレックスが未解決である場合は、教育分析によって彼の personality を変容しない限り、彼の専門的知識も技術も実際場面に於ては活用し得られないであろう。面接技術を一種の art と見なすことがあるのは、かかる間の消息を物語っているのではなかろうか。

教育分析にはワーカーの自己洞察のほかにも、若干の目標があることを附言しておきたい。即ち(1) 微妙な治療技術は実際体験を通してのみ習得できることである。例えば、transference の意味は自分が教育分析場面に於て、分析者に実際に転移感情をおこし、それを解釈されたとき始めて

実感的に理解できるであろう。更にまた、(2) 教育分析による自己探究は人間関係研究の一方法である。即ち、教育分析は research の一方法とも解されるのである。このことは教育分析の期間が3~4年にも及び、supertherapy なる呼称すら与えられていることにも窺えるのである²⁹⁾。最後に、(3) 教育分析による人格変容という事実を自から体験することは専門職業者としてクライアントに対する場合、職業的自信又は安定感を与えるであろう。

以上のような意義と機能を有する教育分析の問題点又は困難性は何か。また、治療分析との相異は何か。これについては Nacht³⁰⁾、Groot³¹⁾、Balint³²⁾などの示唆に富む見解を参照にして考えてみたい。

教育分析の直接目的は症状除去ではなく、ワーカーの性格即ち防禦機制の再構成であるから、性格分析又は自我分析が主になるといえよう。而もこの際に生じる抵抗は治療分析の場合よりも処理しにくいと思われる。その理由として、(1) ワーカーにはある程度の分析知識があるので、これを合理化の武器に用いやすいこと、(2) 面接室以外での社会的接触(学会や研究会など)があること、(3) 教育分析者の社会的及学問的評価について見聞する機会も多いので、分析者の「かくれ身」が保証されにくいこと、(4) 分析修了後も師弟関係が永続すること、(5) 教育分析を通して専門職業者として適当な personality か否かの評価がなされること等々が挙げられるのである。これらは何れも治療分析との相異であると共に教育分析の困難性でもある。

最後に分析期間の問題がある。教育分析発達の初期には、週二回くらいそれも夕食後散歩し乍ら話合う程度のことを数週間乃至数カ月続けるに過ぎなかったが、臆て教育分析も治療分析くらい長期に行なわれなければならないと考えられるようになった(第二期)。その後、Ferenczi などの提唱で教育分析は治療分析よりも長期に、即ち3~4年に涉り徹底的に行なう傾向が生じつつある。而もその上、Kubie³³⁾などのように、卒業後或は学会入会後再び教育分析をうけることを主

張するものもいる(第三期)。今日の大勢はまだ第二期であり、第三期にすすんでいるところは少ない³⁴⁾。本論文でいう教育分析とは、分析期間に関しては第二期の意味に於てである。

さて、ケースワーカー教育に、上述の如き分析者養成用の教育分析を要求すべきかということである。サイキアトリック・ケースワーカーで精神療法を担当するものは実質的には psychotherapist 或は psychoanalyst と殆ど差異はないであろうから、上述の如き教育分析が必要であろうが、すべてのワーカーに様にこれを求める必要は必ずしもないであろう。しかし教育分析は自己覚知にとっては最善の方法であるから、出来得ればすべてのワーカーが経験するのが好ましいと思う。そこで簡便法 brief method を用いて期間や回数を若干短縮減少させるのも一方法だと思われる。そしてその目標は第三期のように research 的である必要もないし、第二期のように一応の終結を目指す必要もないであろう。自己分析の能力がつけば、期間の長短に関係なく教育分析を修了させても差支えないのではなかろうか。

自己分析

自己覚知の方法として以上 supervision と教育分析をあげたのであるが、これらは何れも自己分析に引継がれることによって一層意義あるものとなるのである。即ち、supervision は最初の数年は定期的に supervisory conference をもつことによって行なわれるが、随てその回数も減じ、後は随時的な指導面接即ち consultation に移行していくのである。それ故に supervision の終結と共に自己分析の必要度が徐々に増大していくと考えられる。殊に supervisor や consultant は他から指導されることも少ないから、自己分析が唯一の自己覚知の方法になるであろう。教育分析も有力な方法ではあるが、死ぬまでそれを続けるわけにはいかないから、遅かれ早かれ自己分析に譲らねばならないものである。而も一人の分析者が扱ひ得るワーカーの数には限度があるから、自己分析で補うことも考えねばならないであろう。

自己分析については纏った研究がまだなされていないようである。Horney³⁵⁾の自己分析論が学術的なものとしては唯一のものではなかろうか。そこで Horney の所説に従いつつワーカーの自己覚知法としての自己分析を考えてみたいと思う。

自己分析とは自分が分析者になって、自己というクライアントを分析することであるが、この場合の分析の対象は日常生活の些細な出事柄から慢性的性格傾向に至るまで、およそ自己に観察されたものは一切含まれるのである。従って対クライアント関係におけるワーカーとしての態度・反応の覚知即ち professional self の分析も、或はまたかかる態度・反応の根源たる性格の覚知、即ち personal self の分析も含まるのである。後述するように、前者は、主に随時的自己分析 occasional self-analysis、後者は主に系統的自己分析 systematic self-analysis によって行なわれるといえよう。

周知の如く、精神分析の人格論、病理論及び治療論は、リビドー、コンプレクス、自我・超自我・エス、心理機制等の諸概念に基くものであるが、Horney のそれは神経症的傾向 neurotic trends なる概念が中核を占めている。Horney は神経症的傾向を12群に分類している³⁶⁾。即ち(1)愛情、(2)依存、(3)平穩無事、(4)権力、(5)論理、(6)意志力、(7)人の利用、(8)名声、(9)称讃、(10)野心(11)自立、(12)完全性等々への神経症的欲求である。

Horney がここで神経症的という意味は、先ずその行為が強迫的 compulsive であるということである。強迫的とは何か。それは次の二事象を指すという³⁷⁾。(1)行動の対象に区別がつけられない。例えば、愛情への神経症的欲求があるものは敵からも味方からも、雇主からも街頭の靴磨きからも愛情を得んとするであろう。或は完全への神経症的欲求のあるものは、机上の整頓にも重要書類の作成にも同じくらい真険になるのである。(2)行動が現実や自分の本当の興味を無視して行なわれることである。例えば、余り気乗りがしないのに会合には出席せずにおれないとか、勉強したくないのにせずつにおれないなどである。或は相手が自分を好んでいるかどうかの現実も確かめず

にものを頼んだり、結婚の申込みをしたりするのがこれである。

然らば、かかる強迫性は如何にして生じるのか。それは、抑圧された欲求が反動形成的に発現するからであると考えられる。例えば、ある娘は強気の母に対する敵意・憎悪を燃していたが、その露見するのを恐れて極度に大人しくなり、成人後も人に対して謙虚で決して人を批判せず、非を常に自分に求めるというような、積極性、創造性の乏しい personality になったが、これが反動形成である。しかし、反動形成はすべて神経症的というわけではない。即ち、意識的、意図的にそうする場合は神経症的とはいわないのである。例えば、上役が支配的・圧制的である場合、部下はその上役の前では批判的言辭をひかえ、上役の競争相手を称讃するように心掛けるであろう。しかし、彼は他の上役に対してはまた別の態度をとることが出来るのである。従って第二に、神経症的とは幼少期に養育者に対してとったと同じ反応を後年も繰返すことを意味するのである。

上述の如き特性を有する神経症的傾向を自から発見し克服するのが自己分析であるが、Horneyはその過程を三段階にわけている³⁸⁾。第一段階は、神経症的傾向の発見である。例えば、医師に診て貰いたがらない、人に道を尋ねるのが臆却である、店員の説明をきいて買物するのがいやである等の具体的事実が観察されれば、そこから、「自立・独立への神経症的欲求」が自分に存在することに気付くことである。第二段階は、かかる傾向の原因を探究し、且その具体的な顕現を他にも発見することである。原因の多くは、幼少期経験の中に見出されるであろうが、この洞察だけで強迫性が除去されることも少なくないのである。第三段階は、自己の有するいくつかの神経症的傾向相互の関連性を吟味し、性格を全体的に理解することである。即ち、神経症的傾向が相互に葛藤し合ったり、悪循環したりしている状態を知ることである。神経症的傾向相互の葛藤や悪循環が症状形成の原因であると Horney は解しているので、この段階は症状の意味を理解する段階であるともいえよう。

自己分析は原則的にはこのような段階を経るが、分析材料や分析方法の相異によって Horney は随時的自己分析 occasional self-analysis と系統的自己分析 systematic self-analysis に分けている。随時法は日常生活の具体的な障碍—頭痛、腹痛、失敗、もの忘れ等—の原因を探究していくものであり、系統法は根本的に性格の変容を目指すものである。方法は前者が何か事件・出来柄に遭遇する都度、それについて自由連想をなすが、系統法は継続的に自由連想をなしそれを筆録するのである。

Horney の挙げている随時法の実例を紹介しつつ、更に詳細に考察しようと思う。

随時的自己分析

ある男が観劇中頭痛を感じた。劇がつまらないからだろうと思ってみたが、つまらない劇をみて皆が皆頭痛になるわけではないから、他に原因があるにちがいないと考え、更に連想を続けた。すると彼は実はほかの芝居をみたいのに、仲間に無理に誘われて来たことを想起した。そしてそのために腹が立っていることに気付くや頭痛は消えた。処が数日後の早朝、再び頭痛がおきた。昨夜の深酒のせいかと思ったが、一向になおらない。そのうち夢の一部を思い出した。それは吸取紙で二匹の南京虫を押し潰している夢である。彼が吸取紙から連想したことは幼年時代に千代紙を上手に切って母に見せたのに、母がほめてくれなかったことである。更に千代紙から連想したことは、会社の役員会のときに退屈のぎに彼が落書していた紙きれのことである。その紙きれに彼は議長と彼の論敵の似顔を描いたのであるが、その日の役員会で彼の意見は無視されたのであった。ここまで連想したとき彼は夢の中で議長と論敵に復讐したのだということがわかった。このあとも数回頭痛があったが、その都度彼が「怒り」を発見すると、頭痛は消えたのである。その後頭痛は完全に消えた。

随時法にはこのような効果があるが、それには次のような限界があることを認めなければならない。第一には、疾病利得の機制があると随時法では困難だということである。例えば、本事例の頭

痛は純粋に怒りの抑圧だけに起因していたから、上述の如く成功したのだと云える。第二は、随時法は性格全体の変容には至らないということである。この例でいえば、仲間や会社役員に対して強く自己主張できないような性格傾向にはふれていないし、また怒りを抑圧せずにおれない原因については追究していない。更に「怒り」といっても、それは自分に強制する人に対してのものか、自己主張できない自分に対してのものかが究明されていない。

随時法でもしかし乍ら、次例のようにやや性格にふれることはできるのである。ある青年が恋人と登山の途中呼吸が苦しくなり、一時横にならねばならなかった。彼は疲労と吹雪のためだろうと思った。翌日彼女を先頭にして歩いていると、突然彼女を岩壁からつき落したい衝動にかられた。すると間もなく、昨日と同じように呼吸困難に陥り、心臓が激しく動悸した。そこで、始めて彼は恋人に対する憎悪の存在に気付いたのである。愛憎の葛藤がこのような不安発作になっていることがわかったが、尚も連想を続け乍ら歩いた。彼は前日、彼女が彼の友人をほめたとき、非常に腹を立てたことを思い出したが、このことは彼に次のような光景を想起させた。彼が4、5才の頃木登りができずにいると、兄が木の上から彼を嘲笑したこと、母が兄をほめただけと残されたことなどである。これは、前日恋人が彼の友人をほめたのと同じことであると彼は気付くと、登山が楽になり、恋人に対しても再びやさしくなった。

第二例は、憎悪の発見だけに留まらず、その由来を幼少期の sibling rivalry に見出した点が、第一例よりも深いと思われる。しかし、第一例が観劇中、役員会及びその他数回の異なる状況での頭痛を分析したのに対して、第二例は、登山以外の状況に於ける不安発作を観察分析していないのが欠点であろう。また、人を突落すほどの強い怒りは、如何にして生じたのか、それほどに傷つけられ易い弱点とは一体何であるか、彼女への敵意の原因はほかにもないか、等の問題が残されている。

次に述べる第三例には種々の状況における自己

観察があり、また、具体的障碍の根底たる性格傾向にまで分析を及ぼしているのが、第一例及第二例の欠陥を補う模範例であろうかと思われる。ある成功せる弁護士が高所恐怖の主訴で分析を受けた。貧苦に打克って今日の地位を得た彼には、いつまた、蹴落されるかもしれぬという不安があった。それ故高所に立つと落ちるのではないかと考えるのであった。このことを洞察するや彼のめまいは消えた。ここで分析者による分析 professional analysis は修了したが、彼には高所恐怖のほか法廷での弁論や重要な依頼人との面談を恐怖する癖がまだ残っていた。彼はこれについて自己分析しようと思っていたところ、たまたま担当裁判官がうるさ型の人に変更になり、それが彼には恐怖の種になった。何故こんなに恐いのかと連想をたどったところ、学生時代の歴史の先生を思い出した。この先生は彼の答案が美辞麗句の羅列であって確実な事実に乏しいと批評したことがある。そのことから、彼は子供の頃親に叱られそうになると素速く逃げたり、予習をしていかないでうまくごまかしていたことを想起した。ここまできたとき、自分に事態を適当につくろう傾向のあることに気付いた。そういえば、裁判官がこわいのも自分が申立書を丹精こめずに要領よくかいているので、それを見破られるのがこわいからだ、結局歴史の先生と裁判官とは自分にとって同じことなのだと洞察した。すると自分は婦人や友人との社交に於ても冗談や魅力で以って人気を得ようとし、誠実性をもって人に相対していないことに気付いた。弁護士としての高い地位から落ちる不安も、自分が正攻法で努力せず、無理に豪放磊落ぶって人気を得それで地位を守っていたので、何れ人に自分の虚偽を指摘され、蹴落されるのではないかと不安になるのであった。そこで、彼は先ず、上申書を丁寧誠実にかくことから始めることによって法廷での弁論恐怖や依頼人との面談恐怖を処理したのである。

系統的自己分析

系統的自己分析も出発点は、随時的自己分析と同じように、具体的障碍から始まるのであるが、それだけに留まらず、かかる障碍の根底にある性

格それ自体を追究するものであることは前述の如くである。随時法は具体的障碍の除去をもって一応終結するものであるが、系統法は極言すれば永久に続くべきものである。というのは、系統法の目指す性格の変容は完成なきものだからである。従って系統法に於ては、自己にとり組もうとする意欲・気構えが要求されるのである。特にこれが随時法との根本的差異である。

随時法との技術的な相異は、第一に自由連想を記録することである。それは、筆録を繰返し読むことによって、より深い解釈(理解)を得るためである。第二は、自由連想の回数を重ねる点である。連想の日時の規則性は随時法よりは厳格であるが、しかし、専門家による分析の場合ほど厳守する必要はないと Horney は述べている。規則性を厳守すると自己分析を「義務」でするようになり、却って自己分析への意欲が減少するであろうからである。俗に云えば分析がだらけるわけである。分析を義務的にすると分析への抵抗があることを意味するが、かかる抵抗は何れ自から追究したくなるまで、そのままの成行にまかせておくのがよいといっている³⁹⁾。

自由連想の筆録と日記との相異は何であろうか。日記は意識的感情・思考の記録であるから、その感情・思考の無意識的動機は追究しないといえよう。例えば、ルソーは「懺悔録」においてマゾヒスティックな生活経験を告白しているが、彼はそれがマゾヒスティックであることに気付かず、ましてやその原因についても認識していないと思われる。日記はまた人に読まれることを多少とも意識するので抑制が働くが、自由連想は純粹に自分のためのものであるから、もし第三者を意識してなされるなら、それは既に自由連想としては無価値であろう。系統的自己分析の技術的な諸原理の骨子は、次の如くに要約されるであろう⁴⁰⁾。

- (1) 自由連想では真の感情を出すこと。
- (2) 自由連想の方向づけはせず、自由にまかせる。興味に従って連想を続ける。
- (3) 連想中に不可解な個所に出会ったら連想を中断して考える。

- (4) 幾通りかの解釈が役立つときは、そのままにしておく。あとで何れわかってくる。
- (5) 実感の湧かない解釈は無理に受入れる必要はない。
- (6) 洞察は断片的でなく相互に関連性があり全体構造的であること。
- (7) 分析中に生起する外的事件は問題視するに及ばない。

ここで一考を要するのは抵抗の問題である。抵抗とは現状維持の心理である。現状維持とは、いつまでも神経症的でありたいという意味ではなくて、神経症の状態のもたらず利益をいつまでも受けていたいという心理である。具体的に云えば、神経症であることによって得ていた愛とか力とか独立とか依存とかを求めていたのである。これが現状維持 status quo の心理即ち抵抗である⁴¹⁾。自己分析にける抵抗の発見のためには、その顕現型態について知らねばならないであろう。Horney は 抵抗には、次の三種の顕現型態があるという⁴²⁾。

1. 顕在的斗争 open fight (例、分析者への非難)
2. 防禦的情緒反応 defensive emotional reaction (例、不安、恥しさ、罪障感、腹立ち)
3. 防禦的禁制 defensive inhibition (例、分析したらない)

分析者を相手としない自己分析では1は生起しないであろうが、とにかく、抵抗を発見したら、その抵抗について連想をするわけである。

以上自己分析の方法として随時法と系統法をのべてきたが、最後に自己分析の限界又は困難性について若干考察してみたい。

精神分析理論は元来自己分析の可能性に対しては非観的であった。というのは患者は症状が苦しいから分析を希望するのであって、症状の消失と共に分析への関心は弱まるものである、従って特に症状もない人間が自からを分析するのは、その motivation が稀薄だということである。これに対

して Horney は人間には成長への意欲 incentive to grow があって、それ故にこそ症状の有無に拘らず、自己分析を続けようとの気概が湧いてくるのであると主張する。

第二の難点は、精神分析の素人にも自己分析ができるかとの疑問であるが、Horney は庭園師でないといふと庭木が刈れないとか、工具でないと車輪が修繕できないとかの理がないと同じであると専門家偏重を警告している。

第三にむしろ自己分析の有利の点は、分析者がいつも自己と共にいるので専門分析者よりも自己について広く知っていることである。理解の深さの点に於ては分析者に劣るかもしれないが、観察の広さの点で深さの欠如を補うであろうという。

このように Horney は自己分析の可能性に対しては肯定的見解を示しているが、しかし、次に掲げるような場合には、自己分析も至難であることを認めている。ここに自己分析の限界があるのではなからうか。

- 1) 人生に絶望してもはや自己自身或は人生にとり組もうとの意欲のない人
- 2) 神経症的傾向が何らかのかたちで満足されている場合。例えば、神経症的依存性が結婚によって満たされている場合、彼は自分の依存性を変容しようとはしないであろう。
- 3) 疾病利得の心理が強いと万事このままでよしと思ひ、態度・性格の変容を好まないから分析を拒否する。
- 4) 破壊性・攻撃性が潜在し、これが拒否として発現する場合は分析をうけつけない。

結局自己分析の成否は自己分析への意欲の大小に存すると思われる。即ち、自己分析に対してどのくらい気になるかが自己分析の効果の決定因になると思われる。

結 語

以上自己覚知の方法としてスーパービジョン、教育分析、及び自己分析を概観したのであるが、本論文でふれ得なかつたものに集団精神療法又は集団カウンセリングの理論と方法の応用型態たる集団学習法 group learning がある。Helen

Driver 編著「カウンセリングと小集団討議学習法」⁴³⁾に収録されている数十の事例報告は、この学習法が自己覚知にも役立つことを示している。わが国では、友田不二男氏主宰の東京カウンセリング・センターが、毎夏この集団学習法を用いてカウンセリング研究会を行なっているが、これはカウンセリングの技術・知識の習得もさることながら、自己覚知——即ち、ロジャーズ的に云えば、自己概念の変容、又は自己知覚領域の拡大化——が得られるとは参加者の多くが認めているところである。集団学習法は今後の価値ある研究課題であると思う。

ふれ得なかつた第二の問題は、指導者養成に関してである。即ち、supervision における supervisor, 教育分析における training analyst, 自己分析における consultant, 集団学習における leader 等の養成の問題である。例えば、行動科学職業に関する教育制度の確立(例、大学院制度の樹立)、教育方法の改善(例、実習教育の組織化)及び教育内容の再構成(例、必修科目の配列 sequence と範囲scope)等の問題である。所謂専門職業教育 professional education を再検討する必要があるように思われる。

- 1) 竹内愛二 専門社会事業研究 昭34 p. 328,
- 2) Garrett, A., The Worker-Client Relationship, in Parad's Ego Psychology and Dynamic Casework, 1958, p. 53.
- 3) Heimann, p, Problems of the Training Analysis, Int. J. of Psycho-Analysis, V. 35 —Part II, 1954.
- 4) Groot J. L., Problems of Psychoanalytic Training, Int. J. of Rsycho-Analysis, V35-Part II, 1954.
- 5) Hamilton, G., Theory and Practice of Social Casework, 1951, Lnd. ed., p. 41.
- 6) Hamilton, G., Self-Awareness in Professional Education, Social Casework, Nov. 1954.
- 7) Garrett, A., Modern Casework; The Contribution of Ego Psychology, in Ego Psychology and Dynamic Casework ed. by Parad, 1958.
- 8) Hallis, F., Personality Diagnosis in Casework, in Parad's Ego Psychology and Dynamic Casework, 1958.
- 9) Grossbard, Hymann. Methodology for

- Developing Self-Awareness, in Social Casework, Nov. 1954.
- 10) Abrahamson, Aurther., Group Methods in Supervision and Staff Development, 1959. pp. 73-74.
 - 11) Hadley, John, Clinical and Counseling Psychology, 1958, p. 99.
 - 12) Rogers, C. & Dymond R., Psychotherapy and Personality Change, 1954, p. 149.
 - 13) Rogers, C., Counseling and Psychotherapy, 1942, p. 179.
 - 14) Abrahamson, A., *Ibid*, p. 74.
 - 15) 高木四郎, 児童精神医学総論, 昭35, p. 267.
 - 16) Robinson, V., The Dynamics of Supervision under Functional Controls, 1949, p. 35.
 - 17) Williamson, Margaret, Supervision-Principles and Methods, 1950,
 - 18) Holcomb, Emerson, An Analysis of the Supervisory Job, Social Casework, March 1956.
 - 19) Rogers, C., Client-Centered Therapy, 1951, p. 471.
 - 20) McCaffery, Mirian: Criteria for Student Progress in Field Work, in Social Casework, Jan. 1947.
 - 21) NASW, Opinion on Supervision: A Chapter Study i Social Work, Vol.3 No. 1, Jan. 1958.
 - 22) Hamilton, G., *Ibid*, p. 375.
 - 23) Hamilton, G, A Theory of Personality :Freud's Contribution to Social Work, in Parad's Ego Psychology and Dynamic Casework, 1958.
 - 24) Garrett, A., The Worker-Client Relationship, in Parad's Ego Psychology and Dynamic Casework, 1958.
 - 25) Irvine, E., Transference and Reality in the Casework Relationship, B. J. of P. S. W, 1956, V3-N
 - 26) Shafer, C., The Family Agency and the Private Casework Practitioner, Social Casework, Dec. 1959.
 - 27) Rogers, C., Client-Centered Therapy, 1951, p.437.
 - 28) Rogers, C., op cit, p. 433.
 - 29) Balint, Michael. Analytic Training and Training Analysis, Int. J. of Psycho-Analysis, V35-Part II, 1954.
 - 30) Nacht, S., The Difficulties of Didactic Psycho-Analysis in Relation to Therapeutic Psychoanalysis, Int. J. of Psycho Analysis, V. XXXV-Part II, 1954.
 - 31) Groot, L, *Ibid*
 - 32) Balint, M., *Ibid*
 - 33) Bibring, Grete, the Training Analysis and Its Place in Psycho-Analytic Training, Int. J. of Psycho-Analysis, Vol. XXXV-Part II, 1954.
 - 34) Balint, M., *Ibid*
 - 35) Horney, K., Self-Analysis, 1942.
 - 36) Horney, K., op. cit. pp. 54-60.
邦訳紹介：国分康孝, 性格改造のための自己分析
愛育心理, 昭35年10月号。
 - 37) Horney, K., op. cit. p. 41.
 - 38) op. cit. Charter 3.
 - 39) op. cit. p. 185.
 - 40) op. cit. Chapter 9.
 - 41) op. cit p. 271.
 - 42) op. cit. p. 274.
 - 43) Driver, Helen, Counseling and Learning Through Small-Group Discussion, 1958.