

KONAN UNIVERSITY

指定討論 (2012年度 公開シンポジウム報告 自伝的記憶と心理療法 - 記憶に触れることの困難と意義 -)

著者	西 欣也, 森 茂起, 北川 恵, 福井 義一, 富樫 公一
雑誌名	心の危機と臨床の知
巻	15
ページ	26-35
発行年	2014-02-28
URL	http://doi.org/10.14990/00002769

素を取り除いてから統合していく。特に、治療段階の最終盤に使うことなので、僕らとしては最初からそれに触れることは減多になくて、まずは一所懸命その前の段階をやるのだというようなことです。ということ、時間をちよつとオーバーしてしまいましたけれども、ご清聴ありがとうございました。

司会（富樫） ありがとうございます。先生のこういった話は引き込まれますね。何があやしいのか、あやしくないのか、非常にクリアになってきて面白いと思います。

一つ質問なのですが、自伝的記憶の再編成は必要だと、そういうプロセスがあると語られていましたけれども、そうすると、そもそも自伝的記憶というのは別に語りや想起ではないという可能性が出てきますが、先生の今日のお立場では、記憶とはいったい何でしょうか。それからもう一つ、語ることによってトラウマが変化していく。記憶が変化していくということもあるということ、語ることと身体の関係について、もし何かあればお願いします。

福井 難しいことを言いますね。それは来年の叢書か何かで、また皆さんで書いていかれればいいかなと思うようなテーマです。すね。

記憶とは何かというのは一言で言うのはちょっと難しいですね。答えそのものにはなっていないですけど、今の自己概念と

いうのは、すべてアクセス可能な記憶群から抽出されたものだと考えていますので、その基盤になるようなものです。それは無意識レベルと意識レベルも関係ないし、宣言的であるか非宣言的であるかも関係ないです、それらすべてを含んだネットワーク構造を成している。われわれはそこにポコンと浮かんでいて、どのアクセス可能な記憶に根っこを置いているかで、今の自分に対する概念とか、内的な行動に関するモデルが形成されていると考えています。

二つ目はまた後ほどにしたいと思います。

■指定討論

司会（富樫） それでは、西先生の指定討論をお願いします。かなり濃厚なテーマです。

西 皆さん、こんにちは。西と申します。哲学や芸術理論、文学を専門としています。ご承知のとおり、甲南大学人間科学科では心理学と他の人文諸学が協力して学際的に研究を行なっています。本日は、心理学以外のスタッフの代表として招いていただきました。

「自伝的な記憶が臨床心理にとってどれだけ有効か」という今回のテーマは、私のような門外漢にはあまり立ち入って論じることができません。私自身は、少し離れた視点からこの問題

を考えるヒントを提示させていただけたら、と考えています。ちなみに、これまでお話を伺った限りでは、自伝的記憶の有効性はケース・バイ・ケースで、二つの立場がはつきりと衝突するわけではないのだなと感じておりました。

さて、臨床心理学を離れて本日の議論が持つ意味を考えていきますと、おそらく次のようなことが問題となります。人間というのは他の動物と違って「世界」なり、自分の「人生」なりに意味を見出す動物ですね。世界の中に自分が生きていることに対して、たえず「物語」を与えるわけです。ところが、この「物語」（これが自伝的記憶にあたるのでしょうか）が、どうもうまく機能しなくなる事態が生じる。そうした場合に病や障害として問題化するのかな、と私自身は受け取りました。

そこで、私が重要と考えるポイントを二つだけ述べさせていただきます。まず、本日のテーマは、治療のために物語が有効かどうか、というふうにもまとめられるでしょうが、治療を通じて治る、という出来事そのものが、一つの方向性を持った「意味」だとも言えます。症状が軽くなるとか、癒されるとかということそのものが、一つの「物語」なのです。

治らなくても同じじゃないか、と言いたいわけではありませんが「無意味」かというところはいいのですけれど、治らない人生に対して、自分や家族が腹を立てて、「こんなことなら生ま

れてこないほうがよかった」と思う場合もあるでしょうし、「いや、よく生きた。最終的にはうまく行かなくても、彼の人生はよかったんだ」と結論づけることもあるかもしれない。そんなふうには私たちはずっと物語を作り続けるわけです。そして、カウンセリングに行くことのない私たちでも、物語がうまく作れない事態はしばしば起こるのではないかと、というのが第一のポイントです。自分の時間経験をうまく収めることは、普通の人間にとってもそんなに簡単なことではないのではないかと、ということです。

哲学の領域では、伝統的に時間に対する二つの捉え方があります。一つは《前》と《後》からなる時間で、時間が《過去》から《現在》を通過して《未来》へ進んでいくというものです。森先生が見せてくださったスライドの中にロープの映像がありましたけれども、時間もあのロープのように後ろから前へ一本に繋がっている。「ギリシヤ的」な伝統によれば、時間はそういう客観的な時間です。しかしその対極に、「ユダヤ・キリスト教的」な時間の考え方があります。こちらは、常に《現在》の私を起点にして、《過去》と《未来》に意味を与え続けるという主観的な時間像です。この二つの見方が完全には噛み合ないために、様々な逆説や錯覚が生じるのです。

客観的な時間の線の中で見ると、たとえば六〇年前の経験は昔の経験なので「遠い」はずですね。しかし主観的に見れば、

自分はその六〇年間も、ずっとその経験と一緒に生きてきたわけです。それだけ、その思い出と「つきあいが長い」とも言える。これに比べれば、去年とか昨日のような「近い」過去にあったこと、私とはわずか一日とか一年のつきあいがいい体験です。それから、自分と「縁が浅い」体験だということになるかもしれない。この二つの考え方のあいだのギャップは、そう簡単には埋まりません。日常的な感覚からしても、一つにまとめることは困難ですが、哲学的思索の中でもこの二つの時間の対立は解決できない難問となっています。「記憶」をめぐる議論の一つの背景として、まずこの点を述べさせていただきます。

さてもう一点は、世界や自分を意味づけることの「失敗」が、今日は心理臨床のテーマとして議論されましたけれども、特に二〇世紀の芸術作品の中で同じような現象が出てきたとき、それが一つの価値として認められます。これも森先生のお話の中に、戦争中の記憶がダラダラとした文章となって表れる例がありましたけれども、一見あれに似たものが、二〇世紀の文学の中にたくさんあります。マルセル・ブルーストは、ある瞬間の自分の記憶を掘り下げていった結果、三〇〇〇ページ書き続けました。二〇世紀の初め、一九一〇年代のことです。一九二〇年代ぐらいになると、「意識の流れ」という文学の方向性が出てきて、バージニア・ウルフとかジェイムズ・ジョイスが、段落も句点もないような文章で、人間がその瞬間その瞬間に感じ

たことを延々と述べて、素晴らしい文学を生み出しました。私自身は、そうした文章を、心理学の専門家がどうご覧になるか、非常に興味があります。

私の付け加えたかったポイントは以上の二つです。《前・後》からなる客観的な時間と、主観的で実存的な時間のずれがあった、それが私たち「普通」の人間にとっても実にやっかいな問題になっている、ということが一つ。もう一つは、いわゆる困難や障害とは別に、文学的な価値として記憶の「ほころび」や「裂け目」が生じる、ということ です。

司会（富樫） それではここで、フロアの皆様に戻しましょう。いろいろな立場の方がいると思います。初学者の方もいれば、非常に経験の多い臨床家の方もおられると思いますけれども、どんな意見でも構いません。あるいは質問でも構いません。挙げただければマイクをお持ちします。

発言者1 奈良の帝塚山大学の三木「善彦」と言います。内観療法をやっています。内観療法では自分の人生を、世話になったこと、して返したこと、迷惑をかけたことの三つに焦点を絞って、過去の記憶をずっと思い出していくというやり方をしています。

ですから、森先生のおっしゃるようなトラウマについては触れない。たとえ小さい頃ひどい目に遭わされたということがあつ

たとしても、それはちよつと置いておきましょう。それで、世話になったこと、して返したこと、迷惑をかけたことを思い出す。普通は宿泊形式の場でしたら一週間、一時間とか二時間に一度、三分から五分の面接を繰り返していく。

トラウマ的な記憶があったとしても、それはちよつと横に置いておいてということをやっていきますと、何日かたつにつれて、そのトラウマ的な記憶が変化していく。自分の人生にとって、あれはものすごく大きな出来事だったと思っていたことが小さくなっていくとか、意味づけが変化していくとか。それこそ先ほど北川先生がおっしゃったような、「あのおかげで強くなったんだ」ということももちろん時にはあります。だから、トラウマに直接接近しなくてもよい治療法もあるのでないかということを言いたかっただけです。面接を重ねていけば、いつの日にか変化するかもしれないから。

司会（富樫） 非常に面白いですね。記憶をたどるということとトラウマに直接触れるということは、必ずしもイコールではないということですよ。福井先生だったか、記憶の位置を解離されているとか、別の場に置かれているとありましたけれども、別のルートからトラウマにたどるということは、可能なのでしょうか。先生方の中で、ご意見のある方がいたら、お願いします。

森 お答えする前に、私、それぞれの先生方のお話を改めて聞

きましたて、こういう議論ができる場というのは結構なくて、学会でもたぶん討論されたことがないので、非常に貴重な場になってよかったです。まずそれが感想です。

私はトラウマに触れる治療についてお話ししました。触れることの意義を提言して、今それに対する反論を受けたわけですが、私自身も触れることが治療のすべてであると思っただけではありません。ただ、患者さんのモチベーションとして、過去を整理したいという方が実際あるんですね。自分には大変なことがあって、そこに苦しめられているので、一度それを整理したいというモチベーションを持って相談にこられる方はあります。そういう方に、「思い切ってきつちり整理してみましよう」というアプローチは用意しておく必要があるかなと。NETという技法はその一つと思います。

それから、NETはトラウマ記憶に特に焦点を当てるものの、それ以外の記憶の意味が同時に変わってきます。先生がおっしゃるように、ほかの記憶の重みが増えてくるとか、その中にいい記憶があつて、今までのつらい記憶に覆われて見えなかったものが見えてきたりとか、そういうことが自然に起こってきますので、決してトラウマ記憶だけに焦点を当て続けるわけではありません。先ほどのひもで言えば、最初に花がなかった人が花も出てくる。そういうことがあります。簡単ですが、とりあえずこのぐらいとします。

北川 先生、ありがとうございます。アタッチメントの角度から話したことは本当に一つの切り口でして、プロセスで考えていくと、本当にこんなことをされてという被害的な体験に覆われている人が、先生がされているような、迷惑をかけたこと、してもらったことという角度から振り返っていくときに、「でも、そのおかげで強くなった」とか言うふうなプロセスを経ていくことはすごく大事な過程だと思うんです。それをプロセスという視点でこちらが見ておくことができるかどうかということが、たぶん大事な事だと思います。

それから、西先生のコメントの中に、ずっと流れている時間と、今から過去、未来を見るところという視点のつながりとありますけれども、そこはすごく臨床的にはチャンスでもあるんです。本当に昔へさかのぼって返ることはできなくても、今見る視点をふちどり直すことが今から未来へ、人のスタンスを変えていくことにもなります。そこを逆にすごく意識的に使うことは非常によくあります。

たとえば、いろいろな現場でお仕事をしますが、家庭裁判所で両親が離婚で紛争中だと、親が子どもにもう一人の親の悪口を言ったり、子どもが自分のせいで親が争っていると思ってしまうことが多い。それがいかに子どもにとってよくないか。

「お父さんやお母さんはあなたのことを思って、今一番いい方法を考えているんだ」と、子どもにとって意味づける。例えば

施設に子どもが入るにしても、育てることが無理だからということじゃなくて、「今のお母さんの状態ではあなたは安全に守ることができないから、あなたを一番守るためにこうしたんだ」と、周りが意味づけを変えていくことはすごく意味が大きいと考えています。

福井 ありがとうございます。ちょっと熱のせいか頭が整理されていないんですけども、変なことを言っていたらうわ言だと思って、聞き流していただけたらと思います。先ほどトラウマ記憶に触れるやり方、触れないやり方があるんだとおっしゃったんですけども、まさにそのとおりです。自己概念というのがアクセス可能な記憶のほうから抽出されているという話をさせてもらったんですが、心理療法というのはそういう面で考えると、まさに今アクセスしているところの根っここの土をきれいにするという作業も必要だし、あるいは根っこをそこに入れるんじゃなくて、もつときれない別なところへ移してあげるということも大事になってくると思うんですね。そのバランスをとって進めていくのが僕らがやっているトラウマ治療です。

今日はトラウマ記憶とか、記憶にずっと焦点を当ててお話しさせていただきましたけれども、実際やっているところはいかに別なところに根っこを下ろしてもらうかとかを随分重視してやっております。それとともに、どうしてもそこからなかなか抜けないものに関しては、土をきれいにしていくという発想で

やらせていただいています。統合されていく必要もあるし、いろいろなアプローチをしています。

森先生がさつき感想でおっしゃいましたけれども、今までこういうふうな話がでる機会すらなかつた。それはまたこれからも考えていきたいなと思っております。本当にいいご意見をありがとうございます。

森 いくらでも話すネタは出てきますが、西先生への返答を何もしていなかったので、お話しします。「記憶の物語化がでなくなることが」誰にでもあるというのは、本当にそうなんです。混乱とか記憶の問題はみんなそれぞれ多かれ少なかれ抱えています。治療だけがそれを扱う手段ではなくて、アートという方法、芸術という方法、小説に書かれる方もあれば、美術を作られる方もある。その通りだと思います。

自分の経てきた人生の中で背負ったものがあまりに大きすぎて、自分の固有の力ではなんともならない。いろいろしようとしてきたけれども、もうへとへとで、なんともできないので、なんとかならないかということでもドアをたたかれるのが心理療法や心理相談です。そういう方に、それを整理していく方法、何らかの処理をしていく方法を提供していくことはやはり必要ではないかと思えます。

一方で、アート活動をされる方の背後に大変な人生を抱えている方はやっぱり多いと思うんです。だからこそ、それをなん

とかしようという努力の中で作品が生まれてくる。

私はトラウマのほうからばっかり物を見る人が多いです。そういう中でバージニア・ウルフも扱ったことがあります。バージニア・ウルフはトラウマの体験に非常に繊細で敏感な人ですね。彼女自身被害を受けているということも読んだことがあります。性被害体験をそのままの形で表現するのではなくて、今生きている感覚を繊細に描写する中でそこに由来する感覚も表現していったのではないかと考えているのですが、他方でバージニア・ウルフがNETのような治療を受けたらどうなっただろうと想像してみたくもなります。もし整理できたら何をしたらかなと思ったりもします。こういうことを芸術家に対して言うのは不遜かもしれませんが、議論のネタとして申し上げます。

発言者2 子ども家庭センターのコシダと申します。貴重なお話、ありがとうございます。

すごくレベルの低い質問になってしまったら申し訳ないですけれども、今のトラウマ記憶ということで、記憶の中でも色付けがすごく濃くされている記憶についてのお話をたくさんいただきました。今勤務しているセンターで、トラウマというほどネガティブな色付けはされていないんですけど、親御さんに対してネガティブな思いを持っているような子どもさんも結構

いらつしやって、そういう子どもさんの対応に苦慮しているところがあります。

子ども家庭センターの特性上、どうしても二、三回勝負で面接を終わらせてしまつて、記憶の深い部分にまでは入っていないことも多いんです。そういった場合に、どうしてもわかつた部分だけで曖昧な仮説をして、親御さんに、「この子は今でも実はこういう体験をこんなふう抱えておるんです」とフィードバックすると、親御さんが、「ああ、そうですか」と言つて、それで帰つてしまふ。僕のケースだと七割方それで、なんとなく釈然としないまま終わっていることが多いです。

そういう親御さんへのフィードバック、本人さんに働きかけずに親御さんに子どもさんの状態を伝える。そこで親御さんが少しでもかかわりを変えてくだされば、それでもやつぱり子どもさんの記憶への効果は望めるのかなということをお教えいただければと思います。

司会（富樫） どの先生に、というのはございますか。
登言者 2 全く。

司会（富樫） 色付けのそれほど強くない記憶、時間的制約で、深いところの記憶に触られないこと、そして親に対するフィードバックというテーマです。先生方、どなたかお答えできますか。

森 二、三回の中でコンサルテーションとして何ができるかと

いう問いだと思えます。また、アセスメントを正確にして、コンサルテーションとして親にどういうことを返していけるかという問題だと思います。今日私は、子どもの記憶の形成の話はできなかったのですが、自伝的記憶が安定して形成されるために家庭内での語りはものすごく重要なわけです。子どもは自分の体験を家庭で語る。今日こんなことがあつたとか、この間あんなことがあつたけど嫌だつたとか語つて、それが理解されて、話すことで気持ちが楽になる。そういうことを繰り返すことで、記憶は整理されていきますので、親子関係の修復は将来の安定した自伝的記憶の基盤になると言えます。アタッチメントという観点からも同じことが言えると思えます。

ですから、子どもの記憶を直接治療として扱うアプローチではなくて、その背景となつている関係をどう修復していけばいいか。そのために親にどういう視点で子どもとの関係を変えていってもらえばよいかを考えればよいのではないかと思ひます。子どもの理解を深めてもらうとか、あるいは具体的に行動としてこんなことをやってみたらどうかと助言できることもあるかもしれません。その辺は臨床的なケース・バイ・ケースの判断だと思ひますけれども、あくまで関係に目を向けていくのがいいのではないかという気がしましたが、いかがでしょうか。

北川 関係性の問題があるようなお子さんに二、三回お会いして、それを保護者にフィードバックするという状況なんですよ

ね。まず、アセスメントは大事ですよ。どういう状況か。もちろんそれはされていると思いますけれども、安全ということ、さすがに大事なことで、この家庭の中で虐待的なことが起こってしまうような状況ですと、家庭の中にそのまま子どもさんがいるということは非常に危険ですので、そういうアセスメントはもちろんされた上でというお話ですよ。

それがあれば、かかわりの質ということですが、しっかり支援していくということになると、例えば「お子さんがまだこういうところをすごく抱えているんですよ」ということだけ伝えても、親も誰かに気持ちに寄り添ってもらった経験がすごく少ないことが多いので、子どもの視点に立つのが難しいということもありますので、それはちょっとプロセスが必要になってくると思います。

今日はちょっと先生方のところに宣伝の資料を入れさせてもらいましたけれども、アタッチメントに基づく親子関係支援プログラムというのをしています。これも限られた回数です。際にどんな工夫ができるか、いろいろ試行錯誤しています。回数が短ければ短いほど具体的に今の親子でいいところを見つけて、そこを増やしてもらうことを強調します。本当にその親子の中で、子どもが求めているようなかわりを親ができた瞬間、そこを強調して、それをもっと増やしてもらう。それだけで循環が変わっていくこともあります。そんなのがヒントにな

ればなと思います。

発言者3 京都大学人間・環境学研究所というところで哲学を研究しています山川と申します。専門外なので、素朴な質問をお聞きできればと思うんですけども、自伝的記憶の信憑性についての質問です。例えば臨床とか実証的研究の現場で被験者なりクライエントの方が本当に自分の経験を語っているのかどうか。無意識的なレベルで記憶が改変されている可能性もあるでしょうし、特に大人の方だと意識的に嘘をついている場合もあるのではないかと思います。非常に素朴に考えると、カウンセリングの場合、嘘をついていたらカウンセリングが成功しないように思ってしまうんですが、その証言の信憑性について、今のところ被験者なりクライエントの方が本当のことを言っていると前提しているのか、括弧に入れられているのか。その辺、どうなのかという実情をお聞きできればと思います。

司会（富樫） 素朴な、しかし、とても中核に迫るご意見ですね。こういうことは大事ですよ。

森 N E Tの話をしみますと、作成される自伝は事実通りなのかと、素朴な疑問として寄せられることはよくあるのですが、臨床的な実感としては、むしろ作業する前に持っていた記憶のほうが事実とずれている場合が多いと思います。ある部分だけが強調されたり、誇張されたり、嫌な部分だけが大きくなってい

たり、ある主観で色付けられているわけですね。それをより細かな記憶をできるだけだどっていつて、実はあんなこともあったとか、こう思っていたけども、その前にはこんなこともあった、その後であれが起こったのかといった風に、本人自身が新しく気づいていく。その中で再構成して物語を作っていくと、初めに持っていた記憶よりも実際にあったことに即しているであろうと思われる物語になっていく。

自分の思いとか、理解も含まれた物語ですから、すべてがそのまま事実という感覚を持っているわけではありません。あくまで今の自分から理解した自分の人生の物語が形成される。ただ、それは実際にあったことと大きくずれない方向に形成されていく。そういう作業をしているのではないかと思います。どこまで行っても事実そのものではないということはあるにそうなんです、臨床家としては、少しでも近づければいいということであって、それが私たちの人生かなと思っています。

福井 ご質問ありがとうございます。まさに心理療法では事実を特定するとか、いかに事実を再現するかということが目的ではありませんで、もつと積極的に、記憶そのものは思い出すたびに、想起されるたびに改ざんされていると心理学では考えています。

例えば「嫌な出来事を思い浮かべて、絵に描いてください」と言ったら、半分ぐらいの人は観察者視点で絵を描きます。そ

の記憶像の中に自分がいるというようなことは既に視点が改ざんされていると見てもいいわけです。それが事実かどうかということは全く問題ではない訳です。

現実的な話をする、問題になるのは回復された記憶が裁判で使われるときですね。その場合は、いろいろな問題が出ます。催眠のトランス中に思い出してしまった記憶はご本人さんに、これは絶対あったことだという確信度が非常に強まってしまふという残念な特徴があります。催眠で思い出された記憶は、特にアメリカでは裁判の証拠としては採用できないことになっています。ですから、僕は記憶を扱うときにあまり催眠は使わないですけれども、身体志向のトラウマ・ケアで出てくるような過去の記憶は、たとえ改ざんされたとしても、本人はこれは事実として起こっていないかつたと分かつた上で、実はこうだったけども、完了するために別の成功した記憶を作る、ということもあるんですね。それが本当に起こったことと混同されることがないようには注意しています。そういう技法は、こういうところではなるべく使わないという注意はしています。ちょっと拡散しましたけれども、そんなところを感じました。

司会（富樫） 最後に西先生、哲学の立場から今の議論に参加ください。

西 今の論点は、富樫先生がおっしゃった事後性の問題とも深く関わりますね。

また、時間軸とは別の対立軸として「個人」と「集団」が考えられると思います。事実に対する意味づけのされ方を考えていくと、個人レベルではなくて、ある程度共有されている人間同士の関係が無視できなくなるのではないのでしょうか。北川先生は母親との関係を論じてくださいましたが、私たちは時代や日本社会全体とも共同関係を結んでいるわけで、例えば「戦後民主主義の時代はよかった」という認識には、理想化も入るし、政治的挫折の意識も入っているはずです。そういう改変がどういうふうに共有されるのかということに、非常に興味を引かれます。

森 理想化されている場合は、過去を振り返っていくと、北川先生のお話のように、親のいいところを何とか見ようと頑張ってきたけれども、考えれば考えるほど親は自分のことを考えていなかったなということがわかってくることもあります。

その場合、以前に思っていたのは自分の思い込みで、理想化していたということがわかった上で、では自分はどう生きていくかと考える中でポジティブなものを見つけていく作業が始まりますので、理想化しているだけではポジティブとは言えないのではないかと思います。

司会（富樫） 先生方、ほかにもいろいろあると思いますが、時間が来てしまいました。非常に凝縮された時間だったと思います。たくさんの方に来ていただきまして、今日は本当にあり

がとうございました。それぞれの立場でいろいろ考えていただいたのではないかと思います。司会もそうですし、互いに学習し合って、理解が深まった部分があると思います。

人間科学研究所では今後もこういったシンポジウムを開いていきたいと思えますので、機会があれば、またぜひお越しください。お手元にアンケートがありますので、お帰り前にお忙しいところ申し訳ありませんが、書いていただくと大変ありがたいと思います。それでは、皆さん、ありがとうございました。

「拍手」

〈終了〉

註

- (1) 森茂起編『甲南大学人間科学研究所叢書 心の危機と臨床の知— 五 自伝的記憶と心理療法』平凡社、二〇一三年。
- (2) Howard Steele; Miriam Steele, *Clinical Applications of the Adult Attachment Interview*, Guilford Press, 2008.