

# クライアントの怒りへの介入モデルと セラピストの責務および倫理

田 澤 安 弘  
近 田 佳 江

## クライアントの怒りへの介入モデルと セラピストの責務および倫理

田澤 安弘      近田 佳江

### 目次

- I. はじめに
- II. 怒りに対する基本姿勢と怒りの諸様態
- III. 事例提示
- IV. セッションのプロセスとその分析
- V. 考察
- VI. おわりに
- 文献

### 〔要旨〕

本論の目的は、セッション中にセラピストに対して激しい怒りを爆発させた一女性を事例として提示し、怒りの場面におけるクライアントとセラピストの相互交流を詳細に分析することによって、怒りへの介入ステップが段階づけられたひとつのモデルを構成することである。また、クライアントの怒りに触れる際の、セラピストの責務と倫理についても考察される。結果として、以下の5段階のステップを含む介入モデルが抽出された。(ステップ1: 怒りの徴候に注意を喚起し、その気持ちに耳を傾けるつもりであることを伝える。ステップ2: 表出された怒りを受け止めて、メッセージを聞き取る。ステップ3: 怒りのコンテクストを探索する。ステップ4: 怒りの背後にある一次的感情を探索する。ステップ5: セラピストの自己開示によって互いの異質な体験を照らし合い、怒りの心的体験を相互主観的に交叉させる。) 怒りに触れる際の専門家の責務と倫理としては、怒りへの直接介入、専門家としての態度、クライアントのニーズを超えた提案という、三つの視点から論じた。

### I. はじめに

クライアント(以下CI)がセラピスト(以下Th)に向けて激しい怒りを爆発させたとき、われわれはどのように対処すればよいのであろうか。CIの怒りに触れたとき、おそらくThは驚くだけでなく、動揺してたじろいだり、恐怖を感じて怯えたり、怒りを覚えたりもすることであろう。その結果、触発された自分の感情に対する反応としてCIに対する態度が冷たくなったり、厳しくなったりで、その後の治療関係が変質してしまう可能性もあるに違いない。最悪の場合、セラピーそのものが破綻してしまう恐れもある。

怒りの感情をコントロールするためのセラピーは、星の数ほど存在している。ところが、

CIがThに対して激しい怒りを表出したときにどのように対処すればよいのか、そうした介入法について論じた研究はほとんどまったく存在していないようである。もちろん、みずからの臨床経験から怒りへの介入について言及しているThは少なくないのだが、それはあくまで著書の中で一部言及している程度にすぎない。いまのところ日本では、岩壁(2001)や高岡ら(2013)の系統的な研究論文が存在するだけである。怒りへの対処法は、たとえば「ディエスカレーション」(Berring et al., 2016)など、看護の世界でよく発展しているように思われる。しかし、このようにサイコセラピーの世界ではまだ発展途上にあり、検討の余地が大きく残されているのである。

---

キーワード: 怒り(セラピストに対する)、怒りへの介入ステップ、責務と倫理、心的体験

すでに述べたように、CIの激しい怒りの表出は、互いにとってセラピー存続の危機となる場合がある。しかし、「運が良ければ」災い転じて福となすことも可能である。CIの怒りを転機として両者の関係性が深まり、セラピーのプロセスがよりいっそう促進されることもあるのだ。本論は、激しい怒りが表出された後、幸いにして関係が深まってセラピーのプロセスが促進されるにいたった、一人の女性とのセッションを具体的に検討する。CIの心的体験に焦点化された怒りへの介入を詳細に検討すれば、もしかするとセラピーの成否を左右したのは運だけではなく、Thの介入プロセスによっても左右されていたことが分かるのかもしれない。

本論の目的は、セッション中にThに対して激しい怒りを爆発させた一女性を事例として提示し、怒りの場面におけるCIとThの相互交流を詳細に分析することによって、怒りへの介入ステップが段階づけられたひとつのモデルを構成することである。また、CIの怒りに触れる際の、Thの責務と倫理についても考察するつもりである。

## Ⅱ. 怒りに対する基本姿勢と怒りの諸様態

### 1. クライエントの怒りに対する基本姿勢

以下に述べるのは、CIの怒りに対する筆者（筆頭著者）の基本姿勢である。ヒューマニスティックな立場から書かれた、怒りに対する岩壁（2001）の「介入指針と基本的姿勢」に共感するところが大きい。まず、精神分析の考え方と対比するかたちで論じたい。

古典的精神分析において、CIの怒りは抵抗や転移として理解され、それに対してThの解釈が投与されることによって操作が加えられる。CIがThに向ける陰性感情は、あくまで現実から乖離した病理の発現であり、操作することによって克服されるべきものと

どまる。

ここでは、Thに対するCIの怒りをある種の抵抗として把握しておくが、こうしたCIの抵抗に対する理解とアプローチには、古典的精神分析を超えたものも存在している。たとえば、フロイトを離反し、ロジャーズの来談者中心療法に多大な影響を及ぼしたランク（1936）は、みずからの「意志療法（will therapy）」について、「構成的セラピー（constructive therapy）のゴールは、抵抗を克服することではない。そのゴールは、抵抗の根底にある否定的な意志の表出（対抗意志）が、肯定的な表出へと、ひいては創造的な表出へと変容することである」と述べている。

筆者の基本姿勢は、抵抗を克服したり、壊そうとする古典的精神分析ではなく、抵抗の根底にある否定的な意志の表出としての怒りを肯定的な表出へと変容させる、ランクの立場に近いのかもしれない。つまり、CIの怒りを受け止め、Thの意志に対抗するCIの対抗意志（counter-will）を受容し、怒りの心的体験を協働的に語りへと拓いて構成することによって、CIの気づきや自己理解の促進を援助する姿勢である。

すでに述べたが、精神分析では、CIがThに向ける陰性感情は転移や抵抗として扱われる。それに対して、岩壁（2001）のようなヒューマニスティックな立場では、怒りは「治療関係の問題に対する反応」として理解される。筆者は、転移として理解しやすい怒りもあれば、治療関係の問題に端を発しているものと理解しやすい怒りもあると考えている。つまり、CIの怒りを何らかのかたちで直接的に触発するのはThであろうが、そのコンテクストをなしているのは、CI側のイントラパーソナルな要因、ThとCIの治療関係としてのインターパーソナルな要因、それに加えてTh側のイントラパーソナルな要因その他が、複雑に規定し合うことによるダイナミズムであると考えられるのである。

## 2. 怒りの諸様態

ここでは、セラピーの場面に限定されない、一般的な怒りの感情について論じるつもりである。怒りは、われわれ人間にとって自然な感情なのである。

ワロン（1965）が言うように、怒りとは刺激の過剰によってもたらされる感情爆発であり、「興奮が緊張をもたらし、緊張が高まって、活動がそれを流し去りかねるほどになると、怒りが生じる」ことになる。つまり、ある人が誰かに対して怒りを表出する際には、刺激が過剰になって、耐えがたいほど緊張が高まっていると考えられるのである。このように、心理-生理的視点から言えば、怒りは興奮を吐き出す反応である。

怒りと言語の関係も重要である。怒りが表出されるとき、それが激怒であれば大声が発せられることであろう。ヴィゴツキー（2005）は、怒りにおける言語の表現機能と、言語と行動の協応について次のように述べている。

「情動的に高揚した状態、たとえば恐怖、怒りその他の状態では、言語は、一方では特に表現機能を果たすとともに、他方では行動との協応を果たすという適応運動の一般的生物学的複合の一部であることを示すことは容易です。……すなわち、私たちは呼吸するようにして泣き叫ぶのです」

最後に、感情焦点化療法（Greenberg, L. S., 2013）における感情の分類についてふれておく。この分類は、臨床的にも極めて有用であるように思われる。

感情焦点化療法では、人間の感情体験が①一次的感情、②二次的反応感情、③道具感情に分類されている。「一次的感情」とは、状況に対する「いまここ」で起こる即時的で直接的な反応のことで、「一次適応感情反応」と「一次不適応感情」の二種類がある。前者

は、人間が適切な行動をとれるように準備させる正常な感情で、後者は、状況に対して建設的な対処をする助けにはならない機能不全の感情である。「二次的反応感情」とは、一次的な感情や思考に対する二次的反応であり（反応に対する反応）、多くの場合、一次的生成過程を覆い隠してしまう。「道具感情」とは、他者から慰めを得るために悲しみを表したり、脅すために怒りを表すなど、ある目的を達成するために使われる感情のことである。

この分類に照らすと、怒りは多くの場合、何らかの一次的感情に対する反応である。つまり、怒りは二次的反応感情なのである。CIの怒りの感情にかき消されて背景に退いている、恐れや、傷つきや、抑うつを、Thがどれだけ感じ取れるかが、怒りへの介入の成否を左右するカギを握っているように思われる。

## Ⅲ. 事例提示

以下に提示するマテリアルは、プライバシーを保護した上で、学術的な目的のために使用されることがCIから許可されている。ただし、個人が特定されないように記述は最小限とし、内容に修正を加えている。CIは、筆者の私設心理相談室で感情に関するリサーチの参加者を募集したときに申し込んだ方であり、セラピーと研究に関するインフォームド・コンセントを経ている。

### 1. 事例

事例はA子さんで、30代の女性である。自分に自信がない、対人関係が苦手、人ごみが怖いなどの悩みを抱えて来談している。Aさんは、大学卒業後さまざまな職業を転々としている。なかなか、続かないのだという。また、10代の頃に摂食障害が常態化していた時期があったものの、数年間で自然回復したとのことである。なお、精神科受診歴はない。

## 2. MMPI の特徴

MMPI は、1 回目セッションと 2 回目セッションのあいだに実施された。A 子さんの MMPI の結果は、拡張ウェルシュ・コードで「48°67'0213-95/ L#F°K:」と表記されるものであった。臨床尺度のなかでは尺度 4 と尺度 8 が T 得点 80 を超えており、彼女の怒りとそのコントロールに関わる問題がよく示されているようである。

## 3. 多元的ブリーフセラピー

A 子さんは、多元的ブリーフセラピーに導入された。これは、まずインテーク面接に始まり、①問いを立てるセッション、②対話セッション、③ビデオを視聴するセッション、④手紙を開封して振り返るセッション、最後にフォローアップ面接で終わる、4 回の時間制限短期療法のことである。

また、A 子さんにはいくつかホームワークが与えられた。ひとつは、帰宅後にその日のセッションを振り返って、感想などを手紙形式で書くことである。これは、Th も行う。二人が書いた手紙はすべて保管し、④のセッションの際に開封して互いに読み上げる。もうひとつは、毎回のセッションを IC レコーダーに録音して、次回までに自宅で聞くことである。自分の声を聞いた感想については、次のセッションで話し合われた。

## 4. 心理テストから見た思考と感情の変化

A 子さんには、インテーク面接の時点（プリテスト）、最終セッションの時点（ポストテスト）、フォローアップ面接の時点（フォローアップ）で、それぞれ気分や感情を測定する POMS（Profile of Mood States）と、否定的自動思考を測定する DACS（Depression and Anxiety Cognition Scale）という、二つの自己評定尺度を実施した。前者は 6 個、

後者は 5 個の下位尺度から構成されており、正常値は、POMS の「活気」のみ T 得点 40 以上で、その他はすべて 59 以下である。

プリテスト→ポストテスト→フォローアップの順に変化を追うと、POMS においては、全 6 下位尺度中、逸脱値（正常値）を示した下位尺度が、6 (0)→3 (3)→1 (5)のように減少（増加）している。DACS においては、全 5 下位尺度中、逸脱値（正常値）を示した下位尺度が、3 (2)→1 (4)→1 (4)のように減少（増加）している。フォローアップの時点で逸脱値のまま残ったのは、POMS の「抑うつ」（T 得点 = 85→75→62）と、DACS の「将来否定」（T 得点 = 83→63→61）だけである。ほぼすべての下位尺度において、臨床的に有意な効果があったと言えるであろう。また、本論のテーマとの関連で言えば、POMS の A-H（怒り-敵意）が 85→58→49 と低下したことは、特に注目に値するであろう。

## IV. セッションのプロセスとその分析

CI の合意のもと、すべてのセッションを IC レコーダーに録音した。分析の対象は、この音声データである。分析の方法は素朴なもので、あらかじめ作成された文字テキストを目にしながら、筆頭著者と第二著者の二人が音声データを何度も繰り返し聞いて CI と Th の声の連鎖を関連づけ、意味づけることをしている。また、音声データには反映されていないものであるが、働きかけに際しての Th 側の意図や、そのときには見えないものとして背景に退いていた Th の内面も合わせて取り込むことにした。ただし、Th 側の一方的な意味づけにならないように、CI の書いた手紙も併せて掲載し、テキストを双方向的に構成するように心掛けた。なお、今回分析したのは、1 回目セッションと 2 回目セッションである。

## 1. 問いを立てるセッション

自分のことで心理テストから知りたいことを話し合うセッションである。話し合った結果として、三つの問いが立てられた。すなわち、①「何をしても楽しいと思えないのはどうしてか」、②「どうしてそんなに不安になるのか」、③「自分は怒りっぽいのか」である。③については、Thの方から提案するかたちで問いになったものである。インテーク面接での様子から、CI本人はあまり意識していなくても、取り上げるべきテーマであると思われたからである。

このセッションで、CIは怒りを爆発させている。資料1に示すのは、その緊迫した場面である。問いを立てる作業がひと段落して、その他のことを傾聴していたときのことであった。

### 資料1 怒りの場面（開始後44分から）

Th-1： そう、その前にお話されましたけどね、頼んでも嫌な顔されるんだったら、自分でやろうっていう。そのことですけど、あんまり人のこと、信用できない感じ。

CI-1： 全然できないです。

Th-2： 全然。

CI-2： はい。

Th-3： うーん。

CI-3： 二十歳の時に（笑う）、悟ったっていうか。あ、こういうもんなんだなって、すごく強く思ったのが、他人は信用できないんだなっていうことで、親もしょせんは他人。だから、他人なんか信頼してバカ見るんだったら、ずっと一人で生きて行こうって、すごくそれ、いまでもはっきり覚えてるんですけど。

Th-4： ほう。親も信用できないし、他人も全然。

CI-4： 全然ですね。

Th-5： うーん。どうして信用できないんですかって聞かれたら、なんて答えます？

CI-5： そういうものだから（笑う）。

Th-6： ほう。何故って聞かれたら、いや、そういうものだからって。

CI-6： うん。なんだろう。自分の中で、助けてって。助けてもらえと思って期待して、すがったときに、ピシッて跳ね返されたような感覚がずっとあるんですよ。だからもう、怖くて助けてとか。ハーッ（呆れたように溜息をつく）。

Th-7： ああ、そういうことが、いろいろあったんですね？

CI-7： なかったら、そんなこと思わないでしょう（強い口調で）。

Th-8： うんうん。それで、最初から頼まない。

CI-8： （50"の沈黙。ふて腐れているかのような不機嫌な表情）

Th-9： いまのことで少しお話したいんですけど、いまね、私聞いたでしょう。そうしたら、少しイラッとされたのかな？うん。その辺の気持ちを、少し話してもらえますか。大事なことだと思うんですよ。

CI-9： 何でそんなこと、いちいち聞くのかなって。カウンセラーだったら分かるでしょう。（ここで鼻を強くかむ） 怖いから不安になるんです。怖いから誰も信頼できないんです。何で怖いかって言ったら、（声がますます大きくなる） そういう思いしてきてるからです。分かるでしょう、そんなこと。素人だって分かります。いちいちそんなこと聞かないでください。……（涙が加わる）……傷ついて生きてる私が、バカみたいだ（大声で）。……（さらに泣く）……だから嫌だったんだ。誰に言っても、分かってもらえない。プロなら分かってもらえると思ったから、人に話そうと思えたのに。……（嗚咽するように泣く）……（鼻を強くかむ）……

（長い沈黙）

Th-10： お話してもいいですか。

CI-10: はい(すでに態度は平静に戻っている)。

Th-11: うんとね。その、分かってもらえない  
感じっていうのは、普段からありますか。

CI-11: (沈黙)

Th-12: そうか。……ええとね、えーと、何か  
お話されて、それについてもう少し話して  
下さいって聞かれるの、あんまりいい感じが  
しない。

CI-12: うん。

Th-13: ああ、そうか。カウンセリングなので、  
自分のこととか、自分の気持ちを、考えていっ  
て頂く感じなんです。だから、私に分かっ  
てるとか、分かってないとか、そういうこ  
とではなくて、うん、なんていうのかな、考  
えて頂くお手伝いをする感じ、ですね。

CI-13: すいません。なんかいま、父親と話し  
てるような感覚に戻って、すごい腹立ちちゃっ  
て、すいませんでした。

Th-14: ええとね、お父さんといるときに腹立っ  
たら、いまみたいな感じになるんですか？

CI-14: そうですね。こんな感じです。ただ、  
それまでは、聞いてくれないんで、すぐふて  
くされて、しばらく口きかない、っていう。  
……(中略)……声を荒げないと、途中で遮  
られて、聞いてもらえないんで。……(中略)  
……泣きながら、怒りながらじゃないと、言  
えないんです。

おそらくこの文字テキストからは、CIの  
怒りの迫力は伝わらないであろう。彼女は部  
屋中に響き渡るような大声を至近距離で発し  
て、Thを見据える。心拍数が上昇すると同時  
に、息苦しさや身体が圧迫されるような感  
覚に見舞われ、正直に言って、とても怖いと  
感じた。Thはもはや目を合わせることで  
きず、目の前のテーブルに視線を落とす。そ  
して、怒りの振る舞いに泣きが加わりながら、  
CIの感情はますますエスカレートしていく。  
爆発的な怒りのなかでCIが語ったのは、分  
かり切ったことをいちいち聞かないでほしい

ということと、Thが自分のことを分かって  
くれないという気持ちであった。

CIの怒りの爆発は、突然に起こったもの  
ではない。うっとうしそうな溜息(CI-6)、  
強い口調による抗議(CI-7)、沈黙(CI-8)  
に次いで、Thが彼女のいらだちに焦点を合  
わせた(Th-9)結果である。

怒りの爆発とその直後の沈黙の時間は、Th  
にとって待つ時間であった。そのときThが  
行っていたのは、言葉にして出さないインナ  
ースピーチとして「大丈夫。そんなに怒らな  
くても大丈夫。大丈夫。そんなに怒らな  
くても大丈夫」と繰り返すことであった。「大  
丈夫」はTh自身に向けて、「そんなに怒らな  
くても大丈夫」はCIに向けてである。

CI(およびTh自身)が落ち着くのを待つ  
て、Thは声をかける(Th-10)。そして、分  
かってもらえない感じに焦点を合わせるのだ  
が(Th-11)、CIは黙ったままである(CI-11)。  
それからThは、反省点の残る仕方(「私  
が分かっているとか、分かってないとか、そ  
ういうことではなくて」の部分、CIの分  
かってもらえなさを半ば否定する発言であ  
ろう)セラピーの進め方について説明するの  
だが(Th-13)、CIが口にしたのは、まるで精  
神分析の転移解釈なのであった(CI-13)。も  
しも分析家がこのような転移解釈を行ったと  
すれば、CIが怒りをThに対して向けている  
現実から目を転じて、それが親子関係から置  
き移されたものであることを強調するのかも  
しれない。同じように、CIがここで行って  
いるのは、Thに向けている気持ち(分かっ  
てくれない)や、たったいま、ここで表出さ  
れた怒りそのものに関心を向けるのではなく、  
「声を荒げないと、聞いてもらえない」、あ  
るいは「泣きながら、怒りながらじゃないと、  
言えない」という、親子関係における怒りの  
状況に目を転じることである。

Thにとっては怖い瞬間のあるセッション  
であった。しかし、その場ではCIの怒りに

圧倒されるだけで聞き取ることができなかったのだが、後日その場面の音声を聞いてみると、CIの悲しみが怒りの声の背後で響いているかのように感じられた。では、CIはこのセッションをどのように体験したのであろうか。以下は、その日に書かれた手紙の抜粋である。

「今日は感情的に泣いて、先生を攻撃してしまい申し訳ありませんでした。ただ、聞かれたことに答えるたびに、またマズいことをやってしまったような感覚に陥ることが度々あり、正直話すこと自体が苦痛に感じてしまいました。……『ちゃんと聴いてほしい。わかってほしい。共感してほしい。』でもそれを、今求めてもどうにもならないんだなあと改めて思い知りました。……他には、先生の聴き方に、どこか無機質で事務的なものを感じてしまい、話すのが恥ずかしく感じました。」

CIにとって、セラピーは安心感や安全感を与えるものになっていないようである。Thから批判されることを恐れ、話すこと自体が苦痛になっていることが理解される。また、CIがThに求めているのは共感的な聞き方のようであるが、CIにはThの聞き方が無機質で事務的なものに感じられ、落胆している。確かに、Thは共感的に話を聞いてはいない。そこには、共感しようとしてもできない、共感のできなさがあったのである。

## 2. 対話セッション

CIの問いに答えて話し合うセッションが開始され、二つ目の問いについて話し合っているときのことである。CIは、見るからにうとうしそうに強く鼻息を鳴らす。資料2はその場面の逐語化である。セッション開始後、24分が経過していた。話を聞くと、Thから尋問されて責められているような感じがして、それで苛立って溜息をついたようであ

る。

### 資料2 溜息の場面（開始後24分から）

Th-1： いま溜息つきましたよね。どんな気持ちだったんですか？

CI-1： うん、息が詰まっていたんで、ちょっと深呼吸しようと思って。

Th-2： その辺のこと、もう少し話すことができますか？

CI-2： いまの呼吸ですか？

Th-3： はい。

CI-3： うーん。……（爆発的ではないが、かなり苛立って）そうですね、質問の内容が、ちょっと意外な感じがするんです。いちいち。なので、あれ、なんて言ったら分かってもらえるのかなーっていうので、すごい考えて、それでちょっと、息がまた浅くなってたんですね。

Th-4： あー、そうか。

CI-4： ちょっと、私の説明じゃ、わかり、先生、分かりづらいご様子なので。

Th-5： あー、はー。

CI-5： と、私が受け取ったんです。

Th-6： そうそう。そうじゃないの。うんと、さっきも言いましたけど、自分で自分のこと考えて頂くために、こう聞いていくんですよ。だから、分かんないとか、そういうことじゃないんですよ。

CI-6： うん、うん、わかりました。

Th-7： だけどね、聞いていくと、ハーッとなりますね。だから、それ以上は、掘り下げてお話は出来ないんですよ。そこが、なんかこう、ブレーキがかかるところっていうか。うん。

CI-7： ごめんなさい。なんか、尋問されている感じなんですよ。あのときはああ言いましたよね、このときはこう言われましたよねって、なんか、その前に言ったことと、つじつまが合わなかったらいけないのかなーとか、思っちゃうんですよ。だから一生懸命、自己

証明しようとするんですね、わたし。なんか、間違ってますか、私、みたいな。

Th-8： うーん、そうか。

Cl-8： そういうことです。

Th-9： うん。そうしたら、やっぱり、それ以上は聞けないですね。私としてはね。

Cl-9： 私も、責められてる感じがするんです。なんか知らんけど。

Th-10： そうそう。聞くと、責められる感じがして。

Cl-10： うん、責めてないですよね？

Th-11： もちろんですよ。

Cl-11： アハハ。

Th-12： 責められてる感じがして、ハーッ。

Cl-12： アハハ。

Th-13： イライラしてくる感じですか？

Cl-13： うん。

Th-14： あー、そうか。うーん。じゃあ、自分は怒りっぽいのかっていう話に移りますか？

Cl-14： どっちでもいいです。

前回のセッションと同様にして、Th は、ここでClのうっとうしそうな溜息に介入した。Clは、この日もすでに何度か溜息をついていたのだが、Thは怒りの爆発を懸念して介入することを思いとどまっていたのである。

このセッションは、インテーク面接を含めて3回目である。Thにすれば、いったん構築されて崩壊した関係を修復しようとしているのではなく、協働的な関係を構築しようとする試みが怒りによって阻まれ、立ち往生していると言える。具体的には、ThもClも罵り合うわけではないが、互いに自分の言い分を主張するだけで、折り合おうとする姿勢が希薄である。たとえば、それはTh-7とCl-7の継起、それから、Th-9とCl-9の継起に如実に表れているように思われる。

Clは投げやりな態度であったが、このやり取りの直後に、問いの③「自分は怒りっぽ

いのか」について話し合っている。Thは、MMPIプロフィールを提示しながら、以下のようにして話し始めた。しかし、この流れである。おそらくClにとっては、Thの言葉が、一方的に言い渡される権威的な言葉のように感じられていたに違いない。

「説明しますね。これは複数ですね。特に4番目、これです。これがものすごい高いんですね。80点を超えて、90点近く。これと（尺度6）、これも（尺度8）、一応見るんですけどね。三つ高いんです。これ（尺度4）のお話しますけど。ええとね、怒りっぽいのか、どうなのかっていうと、4番目が高いので、かなり怒りっぽいところがあるんですね。それは言えると思いますね。で、それと同時に、ここがね、8番目が高いんで、ここのところが高いと、なかなか、怒りがワーッと出ると、コントロールできないんですね。（そうです） うーん。ということが言えますね。そうね、対人関係で、怒りのことでトラブルになったりとか、いままでけっこうありましたか？（ありました） それ、少し、こういうことがあったとか、聞かせてもらえますか？

Clは怒りの具体例を話し始める。しかし、何年も前の出来事であり、知的な話に傾くと同時に、それはコントロールを失ってトラブルになった話ではなかった。そこで、セッション開始後50分が経過する頃、Thは再びClの溜息を取り上げた（資料3）。ここでは、溜息を吐く際のインナースピーチに焦点を合わせたのだが、「面倒くさい」、「いちいち言わせるな」などの言葉が口にされている。

### 資料3 溜息の内言（開始後50分から）

Th-1： うんと、さっきも言いましたけど、怒りに絡んだお話ですけど、こう、聞いていくと、ハーッとなりますよね？

Cl-1： ハハ。またなってますか？

Th-2： うん。いまはなっていない。そこが、怒りのポイントなんですよね、きっとね。で、繰り返しになるけど、そのとき何を考えてるんですって？

Cl-2： そのときは、そのときは、いちいち言わせんなよって、思ってます。

Th-3： うん、いちいち言わせんなよ。

Cl-3： うん、うん、うん。

Th-4： うん、ハーツ。

Cl-4： アハハ。

Th-5： ハーッていうため息の中に、いちいち言わせんなよ。

Cl-5： うん。

Th-6： もっと言葉にしたら、どんなのありますか？

Cl-6： もっと言葉にしたら、……面倒くさいなとか、自分のことは自分でやってよとか、また私？とか。……うん、面倒くさいなのが、一番大きいです。

Th-7： ほう。面倒くさいな、いちいち言わせんなよと。

Cl-7： うん、うん。

Th-8： うん、そう。で、それ以上、ハーッ、それ以上に、私が聞いていったら、爆発するでしょうね。きっとね。

Cl-8： うん、うん、うん。

Th-9： そこが非常に、難しいなと思います。

Cl-9： うん。

Th-10： なぜならばね、自分のことを振り返って、自分で自分のことを、こう見ていくわけです。特に感情面ですけど。そこにたどり着けないんです。途中で、ハーッ。

Cl-10： アハハ。

Th-11： それ以上、行けない。感情にたどり着く前に、まあ、怒りも感情だけど、ドーンと来ます。

Cl-11： うん。面倒くさい。いちいち言わせるな。面倒くさい。面倒くさい。自分の説明するのに、何で面倒くさいんでしょう？

Th-12： 私に聞いているの？

Cl-12： いや、自分に聞いています（笑う）。

Th-13： ほう。

Cl-13： 自分の説明するのに。そっか。うんうん、なんか、全部、人任せにしてたんですね。私。

Th-14： そっかって、分かりました、いま。何が分かりました？

Cl-14： なん、なんて言うんだらう。自分と他人の境界線を、きちんと理解していないっていうか。

Th がここで行っているのは、怒りが爆発する直前、つまり苛立ちが爆発に転化する寸前に何が起きているのか、怒りのコンテキストを再構成することである。怒りが爆発する寸前の心的体験を、語りによって拓く作業と言ってもよい。心的体験は人格と環境の統一体であるから、ここではCl側の体験をインナースピーチとして拓き、それに対応するTh側の働きかけを説明するかたちで、Thが簡単なストーリーを作り出している。

後半部分でClは、「うん。面倒くさい。いちいち言わせるな。面倒くさい。面倒くさい」（Cl-11）と独り言をつぶやいている。Thとの対話から離れて、内省に向かおうとする瞬間である。ところが、そのセルフトークに続いてClが口にしたのは、「自分の説明するのに、何で面倒くさいんでしょう」というつぶやきであった。言葉の宛先が自分でも相手でもないような、ClとThのあいだの空間に発せられた身寄りのない声のように聞こえる。それに対してThは、その問いが誰に向けられたものであるのか尋ねる（Th-12）。このThの問いかけは、怒りのテーマからは離れてしまったが、Clをある気づきへと導いた。それは、「人任せ」、「自分と他人の境界線」という言葉から知ることができるが、ClとThのセラピー関係を、責任をもった一人の主体として体験し始めたということであろう。

さらにセッション開始後58分が経過した時

点で、Th は、怒りの感情にもう一步踏み込む働きかけを行っている(資料4)。すると、CI は「怖いから怒るんです」と述べ、自分が怒るのは相手が怖いからであると気がついて

**資料4 怖いから怒るんです(開始後58分から)**

Th-1: もう少し言うと、さっきおっしゃって  
たけど、なんですか、その、あんまり感情の  
ことを聞いていくと、弱みを見せることにな  
るんですか?

CI-1: うん。弱みを見せるっていうか、自分  
が、こう感じたんだっていうことを、ばれた  
くない。

Th-2: うん、あ、じゃあ、こう考えることで  
きますか?ばれそうになったときに、怒る、  
みたいな。

CI-2: そう、そうだと思います。

Th-3: ほう。自分の気持ちがばれそうになっ  
たとき。

CI-3: うん。そうです。そうです。

Th-4: ふーん。あー、そうか。

CI-4: うん。はい。そういうことです。ばれ  
たら、そう感じてはいけないよって、正され  
ちゃうんで、正直ではいられないですよね。

Th-5: あー。そう。じゃあ、隠すために怒る、  
みたいなどころがあるんですか?

CI-5: うん、いまはそうだと、おも、思いま  
した。そう言われて。

Th-6: ほう。

CI-6: あなたと、同じ意見だよとも、言いた  
くもないけど、本当の自分も見せたくもない。  
どっちつかず。だから、逃げ出すために怒っ  
てるみたいない感じですね。この問題はなかつ  
たことに、っていう、感じで。もうそれ以上、  
私を掘り下げないでっていう。

Th-7: あー、そう。これ以上、掘り下げない  
でちょうだいってことですね?

CI-7: はい。

Th-8: それ以上掘り下げないで、それ以上踏

み込まないでちょうだいって。

CI-8: はい。

Th-9: うん。相手にしてみたら、はい分かり  
ました、ですね。怒ってるもんだから、  
あー、あー、あー、って感じになりますよね。

CI-9: 怖がってるんです。たぶん。

Th-10: 誰が?

CI-10: 私が。

Th-11: あー、相手じゃなくて、自分が。

CI-11: 怖いから怒るんです。違うよって言わ  
れるのが、すごい怖いんです。そう思っちゃ  
だめだよ、間違ってるって言われるのが、す  
ごく嫌なんです。

ここでのやり取りによって、CI の怒りの  
背景にある一次的感情が言語化されている。  
それは、恐れであった。怒りと恐れ of 錯綜が  
解きほぐされていくプロセスで、Th は初め  
て共感的に耳を傾けている。そこにCI のい  
らだちはなく、怒りと恐れについて協働的に  
理解しようとする雰囲気の流れていた。

CI は最後の部分で「怖がっているんです。  
たぶん」(CI-9)と述べている。この瞬間に  
おいて、CI は「たぶん」と口にしており、  
怖がっている自分を意識しているものの、ま  
だそれがはっきりと自覚にのぼっているわけ  
ではない。それに対してTh が怖がっている  
主体について問うと(Th-10)、CI は「怖い  
から怒るんです。……すごい怖いんです。…  
…すごく嫌なんです」とはっきりとした口調  
で述べ、この瞬間にたんなる意識が自覚へと  
転換したことが理解されるのである。

セッション開始後1時間15分が経過してか  
らのやり取りである(資料5)。ここでは、  
CI だけでなく、Th の気持ちが開示されて、  
互いに対する「怖い」と「怖い」が共振して  
いたことが共有されている。

**資料5 怖いと怖い(開始後1時間15分から)**

CI-1: 怖いっていうことを、たぶん言いたく

なかったんだと思います。このあいだまでは。

Th-1： ほうほう。ここでね、また、興味深いと思うんですけど。怖い。うんとね、なんでですか、仕事の場合は、怒られるのが怖いって言ってますね。でも、自分、怒ることあるんですね。で、ここでの、私とあなたですけど。怖かったんですね？

Cl-2： ちょっと、怖かったんです。

Th-2： そうね、で、それもまた反対にひっくり返ってまして。私が、ちょっと怖かった。

Cl-3： アハハ、先生、怖かったんですか？

Th-3： 怖かった。ちょっとビビってた。

Cl-4： アハハハ。すいません。

Th-4： こ、こういう感じね（震える真似をする）。うん。それは、分かりました？

Cl-5： あ、ちょっと、イラッとされてるだろうなっていうのは、感じてました。

Th-5： ううん、イラッとではなくて、ビビってるなっていう感じはしなかった？それは、なかった。

Cl-6： それは。

Th-6： なんか、怒ったときとかね、さっき、さっきとか。ちょっと、声が震えてたりとか。

Cl-7： アハハハハ。ないです。それは、男の人だから、私のような女を、怖がることはないだろうっていう、たぶんそういう観念があるから、イラッとしてるんだろうなっていうふうには、思わなかったんだと思います。怖がってるとは、夢にも思っていないです。

Th-7： ほうほう。でも、ちょっと怖かったんですよ。

Cl-8： あー、すいません。

Th-8： うん、でも、自分自身、なんか、尋問されてるようで怖いっていう感じがあったんですよね？

Cl-9： うん。怖いと、怖いのが、共振してましたね。

Th-9： うん。興味深いですね。何かひっくり返ってるんですね。

Cl-10： うん。

Th-10： 何かね。ふん。不思議だな。

Cl-11： 不思議ですね（笑う）。

Th-11： うん、で、いまどう見えますか。怖い感じ、ありますか？

Cl-12： いいえ、怖いって言われて、可愛いなっと思いました（笑う）。

Th-12： 可愛い？

Cl-13： はい。正直な気持ちを言われて、あー、可愛らしいなと思いました。

Th-13： あー。すっかり、ひっくり返りましたね。また。怖いのが、可愛いになった。

Cl-14： はい。

Th-14： それ、あれですよ。私がそういうふうに見えるっていうことですね。随分、ガラッと変わるんですね？

Cl-15： そうですね。興味深いですね。

Th-15： ほう。でね、ガラッと変わって見えるわけですよ。私が、別人に見えないですか？

Cl-16： あー、そうですね。うん、一回目の人とは、ちょっと別な人です（笑う）。

Th は、冒頭から怒りと恐れが反転する事態に焦点を合わせようとしている（Th-1）。そして、前回のセッションで Cl の怒りにふれた際に、実は Th の方が怖かったのだと告白している（Th-2）。ところが、Cl にとっては Th の側がいら立っていて（Cl-5）、恐れは Cl の側にあったようである。このようにして Th が自分の気持ちを開示すると、場の雰囲気はさらに柔らかいものに変化した。そして、Cl は「怖いと、怖いのが、共振してましたね」（Cl-9）と、互いの体験を共有する言葉を口にしていく。さらに Cl は、怖かったと Th が正直な気持ちを開示したので、今度は「可愛らしい」と笑みを浮かべていく（Cl-12&13）。緊張の強い硬い表情が、満面の笑みに変化したのである。

さらに Th は、反転をテーマとして介入を続ける。強い情動の影響によって心的体験が変貌し、相手の見え方自体が大きく違ってし

まうことに気づいてほしかったのである。しかし、Thが別人のように見えるところまでは意識できたようであるが、見え方に及ぼす情動の影響までは対話が続かなかった。時間切れである。

Thにとっては、粘り強くCIの怒りと恐れにアプローチするセッションであった。CIは、このセッションをどのように体験したのであろうか。以下は、その日に書かれた手紙の一部である。

「……今日は、話している途中で正直であろうと決めたせいか、少し楽になりました。自分の中で、怒ること、感情を持って表現することは良くないことだという観念が、思っていた以上に強かったのに驚いています。そのせいか、過去に起きた怒りの経験を説明する際、……自分というものが、ひどく小さく恥ずかしい生きもののように感じました。……後半で、先生の表情が少し柔らかくなったと感じた時は、安心しました。一人だけで掘り下げる作業では得られないものを得ている感じがします。(見たくない感情を見るとか)」

前回のセッションと比較して、少し楽に臨んだようである。この手紙には、「後半で、先生の表情が少し柔らかくなったと感じた時は、安心しました」と書かれている。おそらく、Thが自分の気持ちを開示した後のことを言っているのであろう。「小さく恥ずかしい生きもの」としての自分を、おそらく痛みにもかかわらず感じていることは、これを読んだThの胸を打った。また、今回のセッションでCIは、セラピーが協働作業であることを実感したようである。それは「一人だけで掘り下げる作業では得られないものを得ている感じがします。(見たくない感情を見るとか)」という表現に示されているように思われる。

以下は、次回の3回目セッションの後に書

かれた手紙の一部である。怒りと恐れに関する気づきが示されている。

「……ずっと人に怒られるのが怖いと思っていましたが、それは、自分が怒ることそのものが許せずにいたせいだと分かりました。そして、本来なら怒るべきではないけど、怒ってしまうのは、私を怒らせる原因を作る他人のせいとしてきました。……」

この後もセラピーは続いたが、分析はここまでとする。わずかな回数ではあるものの、CIの意識は大きく変化したように思われる。二次的反応感情である怒りを他人のせいにしてきたことに気がついたのも注目されるが、特に注目されるのは、怒りに転じる以前の怖いという一次的感情を、そのまま受け入れられるようになったことであろうか。

また、二人のあいだを覆い尽くしていた張りつめた緊迫感が雲散霧消して、軽やかな雰囲気that漂うようになったことも重要である。文字通り息が詰まるようなセッションはここで終わり、その後は気を楽にして対話するセッションが続いたのである。

## V. 考 察

### 1. 怒りに対する介入のステップ

分析の結果から、怒りに介入する際の各ステップを導き出した。以下の5段階がそれである。ただし、ここに提示するステップは単一事例における偶発的な出来事をもとにしたモデルであり、多くの事例に一般化可能な普遍性を目指したものではない。

ステップ1：怒りの徴候に注意を喚起し、その気持ちに耳を傾けるつもりであることを伝える。

ステップ2：表出された怒りを受け止めて、

メッセージを聞き取る。

ステップ3：怒りのコンテキストを探索する。

ステップ4：怒りの背後にある一次的感情を探索する。

ステップ5：セラピストの自己開示によって互いの異質な体験を照らし合い、怒りの心的体験を相互主観的に交叉させる。

本論では、このような5段階のステップを抽出した。本論のCIの場合、怒りの徴候に注意を喚起した結果として怒りが爆発したわけであるが、そのような徴候なしに突発的に怒りが表出されるCIであれば、ステップ1がスキップされてステップ2から開始されることになるであろう。また、ステップ5は、怒りへの介入に際してすべての事例において到達するとは限らないのかもしれない。その意味で、筆者が必須と考えているのは、ステップ2からステップ4までの3段階である。それから、ステップ2のメッセージを聞き取る部分は、ステップ3のコンテキストを探索することと重複していると言える。CIが怒りのなかで表現するメッセージが、そのコンテキストに関する訴えであることが少なくないからである。

では、各ステップについて、以下に詳しく説明する。

### ステップ1：怒りの徴候に注意を喚起し、その気持ちに耳を傾けるつもりであることを伝える。

まずステップ1では、CIが言語的および非言語的レベルに表出している怒りの徴候に触れ、そこに注意を払うように促す。表情、呼吸、声、身振り、拒否など、あらゆるチャンネルを介して怒りは姿を現わすことである。

次に行うのは、怒りを感じているCIの気持ちに耳を傾けるつもりがあることを伝え、

怒りの心的体験を語りへと拓いて、その気持ちをThに伝えることができるように援助することである。

怒りの徴候に触れるだけでなく傾聴する意志を伝えることには、CIがThから非難されていると感じてしまわないようにする意図もある。強い感情が支配しているあいだは、誰しも、自己と他者の境界線だけでなく知覚や思考も曖昧なものに変化するなど、周囲との接触の仕方がいつもとは別のものになっているはずである。「あなたは怒っている」と一方的に言い渡すのではなく、CIの応答を求めて対話的に呼びかけるような声のトーンを大切にして、明確にメッセージを伝えようとするのが大切である。

本論では、まず資料1「怒りの場面」にあるCI-6の「溜息」や、CI-7の「強い口調」や、CI-8の「ふて腐れたかのような沈黙」などが、Thが認知したCIの怒りの徴候に、Th-9の「少しイラッとされたのかな」が、怒りの徴候への注意喚起に、Th-9の「その辺の気持ちを、少し話してもらえますか。大事なことだと思うんですよ」が、傾聴する姿勢があることのメッセージに、それぞれあたる。加えて、別のセッション、つまり資料2「溜息の場面」にあるTh-1の「いま溜息つきましたよね」が、怒りの徴候への注意喚起に、Th-1の「どんな気持ちだったんですか」や、Th-2の「その辺のこと、もう少し話すことができますか」などが、傾聴する姿勢があることのメッセージに、それぞれあたるであろう。

### ステップ2：表出された怒りを受け止めて、メッセージを聞き取る。

このステップ2では、Thに向けて表出されたCIの怒りをしっかりと受け止めることが重要である。CIは怒りを爆発させて、非難や、罵りや、挑発などによって、攻撃性を

発散するかもしれない。このとき、CIが怒りながらも、あるいは感情を高ぶらせながらも、語りによって自分の気持ちを表現しようとしているのであれば、怒りを鎮静化しようと働きかける必要はない。重要なのは、怒りを受け止めながら、CIが語りによって訴えかけているメッセージを理解することである。したがって、怒りに直接働きかけて宥めるのではなく、怒りを受け止めながらそれがおのずから鎮まるのを待つ姿勢が求められる。そこにわずかでも語りが聞きとれる場合、早急に宥めてはならない。火に油を注ぐことになったり、CIの気持ちがぐすぶるだけである。

怒りそのものへの介入に移行する目安は、そこに何かを訴えかける語りがあるか、ないかである。CIがたんに罵りの言葉を発したり、幼子のように「なんで、なんで、どうして、どうして」と不服の言葉を連発するだけで興奮がエスカレートしていく場合は、もはや語りとは言えない。我を忘れた状態から我に帰るように、怒りに直接介入するディエスカレーションの働きかけを行ったほうがよい。

本論では、まず資料1「怒りの場面」にあるCI-9が、Thに対して怒りが向けられた個所である。CIはそこで自分の気持ちを表現しているものの、爆発的な怒りを伴っていたため、Thは内心たじろいでいる。そのため、怒りをしっかり受け止めながら、「大丈夫。そんなに怒らなくても大丈夫」とインナースピーチを繰り返すことで、自分自身を落ち着かせようとしている。

もうひとつは、資料2「溜息の場面」にあるCI-3とCI-4である。この個所は爆発的な怒りではなく、強い苛立ちと表現した方がよいであろう。この部分のやり取りでは、Thは、怒りの感情をしっかりと受け止めることができていなかったのかもしれない。そのせいか、CIの苛立ちが完全に静まったわけではなく、CI-14の時点でまだ燻ったままであった。燻ったままの怒りのなかで、次のステッ

プである怒りのコンテキストに主題を移していたのである。

### ステップ3：怒りのコンテキストを探索する。

このステップ3では、CIの怒りがどのようなコンテキストによって誘発されたのか探索する。苛立ちや怒りが反応であるとすれば、どんなことが刺激となってその反応が触発されたのか、CIの心的体験を聞き取っていくのである。爆発的な怒りの場合には少し時間をおいて、CIがある程度落ち着いてから行うとよいであろう。苛立ちのレベルであれば、怒りを受け止めてから、すぐこのステップに移行してもよいであろう。

このステップで探索するのは、怒りの心的体験を構成する自己意識ではなく、対象意識である。つまり、自分を怒らせた対象について耳を傾けていくわけである。内省によって自覚的な心的体験が構成されるのは、次のステップである。ここでは、内省よりもむしろThに対するメッセージとなる外在化が重要なのであるが、外在化は苛立ちとともに語ることによって促進されるのであり、この段階では怒りがまだ自分の体験になっていないと言える。そのため、自分の感情を触発する他者や、それとペアになっている受動的な自己について語られるであろう。

まず資料1「怒りの場面」では、ステップ2の介入でもあるThのTh-9が、このステップ3の介入にあたるであろう。継起としては、この介入の直後にCIが怒りを爆発させたわけであるが、CIはその語り(CI-9)のなかで、いちいち聞かれることや分かってもらえないことを怒りの理由として述べている。またCIは、父親と話している感覚になったことも、その理由としてあげている(CI-13)。

資料2「溜息の場面」におけるThの働きかけは、ほぼその全体が怒りのコンテキスト

を探索するための介入である。不機嫌な態度に終始しているものの、CIは息が詰まること（CI-1）、いちいち聞かれて分かってもらえないこと（CI-3）、尋問されているような感じがすること（CI-7）、責められている感じがすること（CI-9）、などについて語っている。

#### ステップ4：怒りの背後にある一次的感情を探索する

このステップ4では、怒りの心的体験に呑みこまれていたときには背景に迫りやられていた一次的感情を探索する。この段階では外在化ではなく、内省によって心的体験に接触していくことになる。そのため、怒りの爆発から時間が経過して、CIが平静な状態になってから行うべきであろう。

ステップ3までは、語りによる心的体験の構成を対象意識の側面から行っていたと言えるのかもしれない。それに対してステップ4で行うのは、対象の触発とそれに対する受動的な対向に関わる意識ではなく、怒りの心的体験に際して行われている自発的な能動的行為について自覚し、随意的な心的体験の意識を形成することである。つまり、怒りの心的体験を我がものとするのである。

資料3「溜息の内言」と資料4「怖いから怒るんです」におけるThの働きかけが、怒りの背後にある一次的感情を探索するための介入である。

まず資料3の介入として、ThはCIのインナースピーチに焦点を合わせている。怒りの場面では口にされなかったものの、そのとき頭の中で考えていたことや、ため息を介して暗に発せられるメッセージを言葉にするとどうなるのか、傾聴していったのである。そのプロセスのなかで、CIは、いちいち言わせんなよ（CI-2）、めんどくさいな（CI-6）、など言葉にしている。直前までは、尋問され

る、責められるといった、受動的体験のかたちで語られていたのだが、ここに至って怒り以前の一次的感情が自覚されて、打って変わった能動的態度のもとに語られていることが注目されるであろう。

この部分の直後に続くのが資料4である。インナースピーチを取り上げることなく、通常の対話形式で進行している。ここではさらに、弱みを見せたくない、ばれたくない（CI-1）、イヤ（CI-11）、という気持ちが口にされた上に、掘り下げないでほしい（CI-6）、踏み込まないでほしい（Th-8）という、他者に対する穏やかなかたちでの要求が姿を現わしており、注目されるであろう。さらに、CIにとっての核心部分と思われるが、CI-9とCI-11では怒りの背後にある一次的感情としての怖さが自覚され、怖いから怒るのだという語りが生成している。この語りによって、なすがまま受動的に触発されるだけの非随意的な怒りの振る舞いから、随意的な意識行為としての怒りの振る舞いに移行したことが理解され、怒りの心的体験が、ここで新たな意識とともに再編されたように思われる。

#### ステップ5：セラピストの自己開示によって互いの異質な体験を照らし合い、怒りの心的体験を相互主観的に交叉させる。

このステップ5では、ThがCIの怒りをどのように体験したのか自己開示し、対話場面におけるひとつの怒りのドラマを二人がどのように異なって体験していたのか照らし合う。そうすることによって、相互主観的に互いの心的体験を交叉させるのである。しかし、互いの異質な体験を照らし合うのであって、異質なものの同士をひとつの心的体験に一致させるのではない。互いの異質な心的諸体験がポリフォニーのように響き合う、間テクスト性を実現するのである。

資料5「怖いと怖い」が、このステップ5に相当する部分である。ここでは、怖かったというThの自己開示によって(Th-2)、その後のプロセスが展開している。和やかな雰囲気の中で、ThだけでなくCIも素直に内的体験を語っていて、そこにはこれまでのような緊迫した雰囲気はなかった。相手に対する互いの認識は同じようにズレていたものの、修正なしに承認しあうばかりであって、それぞれがそのようなものとして響き合うだけである。そして二人の異なる心的体験は、CIの語りによって、互いが交差する界面上の出来事として鮮やかに描き出された。すなわち「怖いと、怖いと、共振しましたね」(CI-9)である。ここには、怒りの心的体験が、「異種混交性 (heteroglossia)」(Bakhtin, 1996) のうちにある二人によって、震動(ふれること)として生きられていたことが示されているように思われる。何よりも、そのことがThではなく、CIによって語られたことが重要である。

## 2. 怒りにふれる際の責務と倫理

### 怒りに直接介入する場合

本論の事例であるA子さんの場合、激しい怒りを爆発させたものの、しばらく待つことによって興奮が沈静化している。したがって、怒りに直接介入して、ディエスカレーションを行うことは無用であった。

しかしながら、CIがThに対して直接的に暴力をふるったり、面接室内の器物を破壊することによって怒りを運動的に発散する場合には、冷静に対応しながら怒りが沈静化するのを待つ必要がある。精神科領域では、内的異常体験が背景にある怒りへの対応は表立って語られることが少ないように思われるのだが、それについては中井(2007)の記述が参考になる。暴力的な怒りへの対応は、特に看

護領域において重要な課題であろう。

もしも、CIの興奮にTh側が引きずり込まれて怒りの悪循環が生じ、興奮のディエスカレーションに失敗した場合、CIはどのようになるのであろうか。ワロン(1938)によれば、怒りの表出やその意識が長く続いてさらに興奮が高まってくると、「わめき声をあげ、まとまりなく激しく身振りする以外にもはや捌け口がなくなってしまう、最後には硬直や痙攣や嗚咽に至る」ような、劇化の側面が強くなるのだという。さらに進むと、蒼白になってチアノーゼ状態に陥り、気絶してしまうこともある。このような事態に陥らないためにも、CIの怒りが尋常でない場合には、傾聴はいったん中止して興奮の鎮静化をはかるべきである。

いずれにせよ、激しい感情の波に呑み込まれると、それになじまない意識や思考が排除されて、心的体験は狭窄してしまう。さらに絶頂に至ると、もはや臓器的な興奮しなくなり、言語的思考を含めた象徴システムが完全にシャットダウンして語りが消失してしまう。おそらく、行動療法のフラッディングやエクスポージャーは、このようなシャットダウンに至るリスクをあらかじめ見込んだうえで、用意周到に進められる技法なのであろう。一方、対話式のセラピーは、語りのないところでは成立しない。そのため、CIの象徴システムがシャットダウンしてその語りが完全に失われる前に、ディエスカレーションを行う必要がある。

このように、アプローチの違いによって、ディエスカレーションへの切り替えを行うべき臨界点は異なってくるように思われる。しかしながら、極度の興奮を繰り返すのは、CIにとって百害あって一利なしであろう。われわれの責務は、CIに安心できる場を提供することが基本である。その基本を前提として、万が一CIの興奮が治まらないときに備えて、その沈静化をはかる手立てを身につけておく

ことも大切である。

## 専門家としての態度

CIの怒りにふれたとき、Thは驚いたり、怖がったり、あるいはそのようなCIに触発されてみずから興奮し、怒りをもって反応してしまう場合もあるかもしれない。人間の自然な反応である。怒りに対するThの個人的反応は、そのまま表出しても好ましくない結果を招くだけであろう。Thは、自分の内面に生じた情動的变化を見つめ、衝動的に反応しないように自制する必要がある。

だが、自制するとは言っても、CIの怒りに対して、超然としたまったく動じない態度で臨むのは逆効果であろう。というのは、怒っても意味がないと、CIに無力感を与えかねないからである。Thが怒りに触れても動じない振りをしたり、超然としているのは、極めて不自然な防衛的態度に他ならない。たとえば、CIに対しては怒りに触れてもびくともしない超人的Thを演じるのではなく、怒りに触れて壊れたとしてもまた修復して元に戻ることを、そのままの姿で示せばよいのである。つまり、専門家然とした立場を固守するのではなく、一人の人間としてその場を生きればよい。常に毅然としている理由はないのである。

いったんセラピーの場面を離れてみよう。思い浮かべてほしい。同じセラピーを生業とする同業者のなかに、とても攻撃的な人物はいないであろうか。おそらく、誰かの顔が思い浮かぶはずである。Thも人間である。いろいろな人がいるものである。では、今度はその目を自分に向けてみよう。自分はどうかであろうか。残念ながら、人間の意識は手暗がりである。自分が攻撃的であるなど、誰も考えないのではあるまいか。Thであるという意識が、手暗がりに拍車をかけている可能性もあるだろう。

本題に戻ろう。考えてほしい。他者から怒りを向けられたとき、自分はどんな反応を示しやすいのかと。自分自身について知っていれば、CIから怒りを向けられたときの自然な反応をある程度調整して、それをセラピーに生かしていくことも可能になるのかもしれない。少なくとも、触発されたThがCIと同様に怒りを爆発させて、非治療的な口論に至る危険性は回避できるはずである。

自分を知ることで、あってはならないことを回避したいものである。私見ではあるが、怒りの臨床においてあってはならない最たるものは、おそらくCIに対するThの復讐であろう。つまり、怒りに関してわれわれが遵守すべき責務と倫理のなかで最も重要なのは、セラピーの名のもとにCIに復讐しないことである。CIが怒りを爆発させたセッションの後、自分の態度は以前よりも冷たいものになっていないだろうか。解釈投与や直面化が厳しくなっていないだろうか。手放して、ThはCIに復讐しないものである、とは決して言えない。復讐しないThの態度は、怒りに対するみずからの反応を知ることによって、努力の末に実現されるのである。

## クライアントのニーズを超えた提案

職業倫理として、Thは、CIが望む範囲を超えた援助を行うべきではない。だが、慈父主義の旗印のもと、CIのためであるからと、そのようなことが合意なしに行われることがあるのかもしれない。これは、明らかに倫理に抵触する行為であろう。では、CIのニーズを超えた何らかの援助が必要ではないかと考え、Thの側から提案するのはどうかであろうか。おそらく、その提案がCIに受け入れられて、双方が合意に至るのであれば、倫理上の問題はないであろう。

本論のCIは当初、自分の怒りの感情については何も訴えていなかった。それにもかか

わらず、セラピーの主題としてそれを取り入れることを提案したのはThである。ここで検討したいのは、Thが提案に至る意志決定過程についてである。

インテーク面接終了後のThの印象である。Thはセッションを終えた後、Clの情動にふれることには慎重でなければと考えていた。というのは、ハラハラする感じがあったからである。それは、Clの怒りの振る舞いから来ていた。たとえば、泣いた後に鼻をかむ行為ひとつとっても、大きな音を立てて、全身に怒りをみなぎらせるかのようにして力むのである。

ところが、Clの訴えに、怒りのコントロールにかかわる主題は皆無であった。確かに、被害的な体験を口にするとき、その態度は怒りに満ちたものである。だが、その怒りの態度によって惹き起こされているであろう日常的なトラブルや、怒りにまつわる苦悩については何も話されない。このときThが考えたのは、Clの怒りはただ生きられているだけであって、これまで怒っている自分を意識して自覚したことがないのではあるまいか、ということであった。

ここでThは、一人の臨床家として決断しなければならない。Clのニーズを超えて怒りを取り上げることを提案すべきか、すべきではないかを。懸念されるのは、以下の二つであった。

① Clの怒りは、Thにとっては見えるものであるが、Cl本人にとっては見えないものである。自分に見えないものと取り組むことを提案されたとして、Clは傷ついて拒絶しないであろうか。

② Thにとって、Clの怒りはかなり強いもののように感じられている。怒りとの取り組みを提案すれば、Thに対して激しい怒りを向けてこないであろうか。

まず、①に関してである。もしも、Thの提案が何の前触れもなしに、唐突に行われた

としたなら、Clは驚いたり、傷ついたりするかもしれない。考えられるのは、セラピーの関係のなかで、怒りを主題としてもよいところまで機が熟するのを待つのがよいということである。あるいは、このように満を持して提案するのではなく、対話の中に怒りに関わる何かが姿を現わすたびにそのつど触れ、進行するプロセスのなかでそれを主題とすることを提案するのがよいのかもしれない。本論では、結果として後者の方法がとられた。

問題は、Clにとって怒りの問題がはっきりと見えていないことであった。怒りの問題が完全に見えないのであれば、Thの提案はClにとって心外であろう。そこには、驚きと傷つきしかないのかもしれない。おそらくThが提案できる限界のラインは、怒りの問題があまり見えていないとしても、うすうすとは感じているような自己覚知の水準にClがあることであろう。つまり、怒りの問題と取り組むための最小限の準備態勢が、Clにあることなのである。

話し合う問題として怒りを取り上げるタイミングを見極めること、つまり、いつ提案すべきか、自己覚知の水準はどの程度なのかあらかじめ見立てることが大切なのだと言うつもりはない。それはあくまでThのモノローグにすぎないのであり、そうすることでむしろタイミングを逸してしまうことになりかねないであろう。では、どうすればよいのか。漸進的に展開するダイアログのフィールドに怒りの主題が「見え隠れ」しているとき、それを今ここで取り上げて主題とすべきか互いに話し合えばよい。Thが提案するときには、すでに怒りに関連する複数の何かがフィールドに姿を現わしていて、それらに対して何度か互いの共同関心が向けられているはずである。これが、Thが提案する際の前提になるであろう。怒りを主題とすることの提案は、互いにとって既知のものたちからなる意味連関の中心に、怒りを置くことの可否をClに

問うことである。その選択をCIに委ねるかぎり、提案すること自体に倫理的問題はないであろうし、主題とされることがCIにとって未知と既知のあいだにあるかぎり、唐突であることから来る驚きと傷つきは回避されるであろう。

このように、Thが提案に至る意志決定過程はあくまでダイアログを基盤とした相互主観的なものであり、倫理的な意味でも、モノログを基盤とした一方的な提案と決定は回避されるべきであろう。本論では、提案に至るプロセスを詳細に記述していないが、言語的及び非言語的なレベルでの怒りに対する共同関心は、それ以前にすでに何度か生起していたと言える。

では、②の問題である。CIの怒りに恐れをなして、怒りを主題とすることを提案しないことにしたとしても、倫理的に大きな問題はないであろう。何故ならば、そもそもCIのニーズには含まれていないからである。本当は提案したいのだが、怒りに触れることを恐れるあまり断念せざるを得ないと考えるのであれば、ちょっとした勇気と、CIの怒りに関する理解が、提案することを後押ししてくれるはずである。Thは他者として、怒りを怒りとして受ける以外にないが、それはあくまで二次的反応感情であって一次的感情ではない。CIの怒りの声の側には、必ず傷つきや悲しみの声が響いている。われわれは、CIの怒りを通じてその悲しみに触れるのであり、そのことを大切にできるかぎり、CIに背を向けることなく互いに触れあうことができるように思われるのである。

## VI. おわりに

CIが怒りを向けるとき、そこには生身のその人がいる。そして、怒りを向けられたThも、専門家としての隠れ蓑を剥ぎ取られて、生身の自分があらわとなる。この喩えで言え

ば、専門家としての隠れ蓑を脱ぐのが本論のステップ2で、生身のThとCIが出会うのがステップ5であろうか。これが関係性の深まりである。それ以外のステップにおいては、CIが怒りの心的体験と接触して、それを語りにもたらすように働きかける姿勢がThには一貫している。この働きかけと表裏をなすのが、セラピーのプロセスの促進である。

では、ここで改めて問うことにする。怒りの爆発の後、関係性が破綻してセラピーのプロセスが行き詰る方向に向かうのではなく、関係性の深まりとセラピーのプロセスの促進へと展開したのは、運がよかったからであろうか？5段階のステップを踏んだからこのような結果になったと因果的に考えるのであれば、それは運のおかげではないと言い切ることができるであろう。しかし、他の事例にこのステップを適用して関与したとして、満足できる確実性をもって、肯定的な結果に終わるとは予測することなどできない。なぜなら、予測とはいつも「事が起こった後カラノ予言」(Weizsacker, 1995)に他ならないからである。結論すれば、このステップに心理学的な技術として成立するような最高度の蓋然性を持った予測能力などないわけで、結局のところ、運のおかげではない(技術による結果の実現である)と言い切ることにはできないということになる。端的に言えば、やってみないと分からないのである。

本論で提示した事例は女性であった。終わりに、女性の怒りについて言及しておく。

最近の印象であるが、感情、特に怒りのコントロールの困難を訴えて来談する女性が増加しつつあるような気がしている。怒りを向ける対象は、パートナー、我が子、親、自分自身、物など、実にさまざまである。なかには、男性に対して暴言を吐くだけでなく、肉体的な暴力を振るう女性もいて(逆DVか?), 時代が変わりつつあることを実感させてくれる。もちろん、女性パートナーの威圧的な言

動に苦しむ男性の相談も皆無ではない。

何かが変わりつつある。変化しつつある従来の男性優位社会の中で、女性と男性の立場が反転し始めたのであろうか。あるいは筆者が、昔からある「かかあ天下」の現象に触れているだけなのであろうか。この点に関する分析は社会学者の領域になるので、これ以上の言及は避けるが、少なくとも支配と服従の権力的構造がたんに男女間で反転するにとどまるのであれば、倫理的に言ってあまり意味がないであろう。たんに逆転するだけでは、女性の暴力に苦しむ男性が増えるだけである。

少しだけ、筆者と本論の事例との関係において考えてみよう。というのは、セラピーの場面における怒りや恐れも、権力的構造を抜きにしては考えることができないからである。

筆者自身は社会構成主義に惹かれているので、実は医学モデルから距離を取っているのだが、来談時のCIのプライマリー・ポジションは、明らかに医学モデルを背景とした権威的な存在に対するものであった。それは端的に、筆者に対する「先生」や「プロのカウンセラー」という呼び方に表われていると言える。いわゆる医学モデルのなかでは、Th側が支配体制を維持して利益を得るようなイデオロギーが優勢である。医学モデルを主体とする治療的統一体にCIが参入しようとすれば、井上（1982）の言葉で言えば「変わり者であることへの自由」を放棄して、権力的構造のなかでThに対して従順であらねばならない。このように考えると、筆者に対するCIの恐れと怒りは、支配と服従の権力的構造に対する大きな“No”であったと考えることもできるであろう。女性のCIが男性のThに対して怒りを向ける場合には、アドラー（2001）の言うような「男性的抗議（masculine protest）」のかたちを取りやすいのかもしれない。

最後に、本論の事例であるA子さんに感謝いたします。A子さんとのセラピーによって、

筆者も自分自身の怒りと恐れを見つめることになり、一人の人間として以前よりも少し成長することができたように思います。今後の人生のご多幸をお祈りしています。

## 文 献

- アドラー著、岸見一郎訳（2001）人はなぜ神経症になるのか。春秋社。
- バフチン著、伊藤一郎訳（1996）小説の言葉。平凡社。
- グリーンバーク著、岩壁茂ら監訳（2013）エモーション・フォーカスト・セラピー入門。金剛出版。
- 井上達夫（1982）共生の作法－会話としての正義。創文社。
- 岩壁茂（2001）治療者に向けられた怒りへの介入法。札幌学院大学心理臨床センター紀要、1-21。
- 中井久夫（2007）こんなとき私はどうしてきたか。医学書院。
- Rank, O. (1936) Will Therapy. Knopf.
- 高岡昂太・糟谷寛子・福島哲夫（2013）怒りを表出したクライエントへの治療的対応に関するプロセス研究－課題分析を応用した合議制質的研究法による実践的対応モデルの生成。臨床心理学, 13(2), 391-400。
- ヴァイツェッカー著、木村敏訳（1995）生命と主体－ゲシュタルトと時間/アノニム。人文書院。
- ヴィゴツキー著、柴田義松・宮坂秀子訳（2005）教育心理学講義。新読書社。（原書は1926年出版）
- フロム（1938）情意的関係－情動について。浜田寿美男訳編（1983）身体・自我・社会。pp.149-182, ミネルヴァ書房。
- フロム著、久保田正人訳（1965）児童における性格の起源－人格意識が成立するまで。明治図書。
- Berring, L.L., Pedersen, L., and Buus, N. (2016) Coping with Violence in Mental Health Care Settings: Patient and Staff Member Perspectives on De-escalation Practices. Archives of Psychiatric Nursing, 30(5), 499-507.