

社会福祉の領域での対人援助の専門職も多様であるが、以前は燃え尽き現象が取り上げられ、職場組織としての対応策が重要視された。しかし、現在では、専門職のスタッフの離職率の高さが著しくなり、このような「専門職への支援」が人材確保の対策としてあみだされるようになった。一方、雇用人口の現象から人材不足が深刻化し、対人援助のサービスを提供できないといった深刻な問題が浮上してきた。

施設・機関としては、組織全体として、対人援助の専門職の擁護に取り組むために、OJT、プリセプター制度、組織へのスーパービジョン体制の導入に力を入れ、新人育成を促進することに必死に取り組んでいるところである。新人ばかりでなく、熟練のスタッフが職場を離れていく社会福祉の現場では、同僚や仲間同士で協力し合って支え合い、スタッフの孤立を防ぐ手段として、ピアスーパービジョンを導入しているところもある。集団で仕事をするユニット型の就労体系を採用している職場が多いが、業務遂行責任が組織単位ではなく、個人単位に任されている、良い仕事をしてそれほど評価されず、失敗をすると個人的に責めを負うことになるという実に厳しい労働環境となってきた。

このような状況下では、コンパッション疲労が生じていても不思議ではない。本書では、そのようなコンパッション疲労を招く以前に、セルフ・コンパッションの方法を習得する術について丁寧に論理的に解説がなされ、また、実践家への自己洞察、自己覚知、自己内省などを促す方法の解説が丁寧になされ、1章から12章までの各章にエクササイズが1～4までが盛り込まれて編集されている。

これらのエクササイズは、自己をありのまま受け入れるためのものであるが、生物・社会・心理的モデルの適用なのか、特に生物学的な5感覚をフルに活用している点が興味深い。たとえば、「すべてを感じる (p.117)」「体の中の複雑な感情に取り組む：和らげ、なだめ、許す (p.116)」「苦痛に対してマインドフルな方法で取り組む (p.98)」「瞬間を味わう (p.271)」「気持ちの良い散歩に出かける (p.244)」「性に関する恥ずかしさから解放される (p.231)」「セルフ・コンパッションのための休憩を取る (p.226)」「苦しみに慈愛を向ける (p.197)」「支援者のケアをする (p.189)」など。

そのエクササイズの効果として次のような記述がある。「セルフ・コンパッションの訓練を受けた人

は共感疲労を経験する頻度が低くなることが明らかとなった。これは、彼らが患者と関わる際に過度のストレスを感じたり、燃え尽きことを回避する技術を持っているからである。さらに、研究はセルフ・コンパッションが(中略)共感満足へと結びつくことを示唆している (p.188)」。]

原著 Neff K : Self-compassion : Stop beating yourself up and leave insecurity behind

甘えたくても甘えられない

母子臨床のゆくえ、発達障碍のいま

小林隆児著

河出書房新社、四六判変形 212 頁、1,650 円、2014 年 12 月刊
(中京大学) 鯨岡 峻

本書は著者が発達障碍に関して一般向けに書いた 2 冊目の著書である。著者は発達障碍ないし自閉症スペクトラム障碍に関して、学界主流の個体論的観点からのアプローチに批判的な立場を取り、関係論的観点からのアプローチの必要性をかねてから強く主張してきた。本書はその自説を一般向けに分かりやすく解き明かしたものである。第 I 部の「発達障碍は今どのように捉えられているか」は、学界の主流をなしている脳障害に起因する個体論的障碍観と自説の関係論的立場とを対比しながら、DSM-5 以降の現状を解説したもので、これが本書の理論編になっている。その鍵になるのが本書の書名でもある「甘えたくても甘えられない」という初期の母子関係に見られるアンビヴァレンスである。子どもが抱えるこのアンビヴァレンスは、その子を養育する母親の抱えるアンビヴァレンスと複雑に絡み合い、そこに生まれる関係障碍とその時間軸上の成り行きが発達障碍と呼ばれる子どもの特異な状態像をかたちづくると著者は見る。この議論の運びに、かつての母原病説を想起する向きもあるかもしれないが、母原病説も脳障害説も、「母親に原因があるのか、子どもに原因があるのか」という点では同じ個体論的原因論の観点に立つものであり、著者の関係論的観点は、母親に原因を求めているのではないという点を銘記すべきである。

第Ⅱ部、第Ⅲ部は理論編に対する臨床編であるとともに、時間軸に沿って障害がどのような現れ方をするかを詳細に明らかにしたものである。乳幼児期を取り上げた第Ⅱ部はこれまでの著書でもかなり詳しく論じられてきた内容である。これに対して第Ⅲ部は著者の最近の臨床経験を踏まえて新たに取り挙げられた内容であり、「甘えのアンビヴァレンス」という考えを基軸に据えて、乳幼児期から成人前期までの多様な臨床像を一貫したかたちで描き出すことを試みた、斬新かつ意欲的な試みである。乳幼児期には臨床面接において母子の関係性を直接観察できる。そこにそれを実践してきた著者の強みがあり、それゆえに母子の関係性を分断して捉える学界主流の考えへの著者の批判も分かりやすい。しかし思春期以降になると、関係性の問題は直接的に観察することができない。それだけに、甘えのアンビヴァレンスの世代間循環という考えを軸に、依存と自立のアンビヴァレンスを青年の臨床において読み解こうという著者の試みが多くの読者の理解を得るまでには、今後多数の事例を詳細に描き出す必要があると同時に、理論化がさらに精緻に推し進められなければならないだろう。著者の考えは筆者の考えと共通するところが多々あるので、本書はほとんど首肯して読むことができたが、最後に一つだけ臨床家でない立場から疑問を投げかけておきたい。つまり、本来は誰もが抱えるはずの「甘えのアンビヴァレンス」が、なぜ発達障害の子どもや青年においては病理にまで至るのか、という問いである。

臨床現場のフォーカシング 変化の本質

アン・ワイザー・コーネル著
大澤美枝子, 木田満里代, 久羽 康,
日笠摩子訳

金剛出版, A5判 340頁, 4,200円, 2014年9月刊
(創価大学大学院) 園田雅代

本書を読んだ感動や高揚感と相まって、美しい桜吹雪のような本書の表紙を見ていたら花見気分になったのか、屋台の景気良い呼びこみをしたくなっ

た。「寄ってらっしゃい、見てらっしゃい。この本はすごくお得です。買わなきゃ損、読まなきゃ大損ですよ〜」と。

著者のアン・ワイザー・コーネルは、ベストセラー「やさしいフォーカシング」などで著名なフォーカシングの第一人者。数多くの著書やワークショップなどを通じて、フォーカシングを誰に対しても明快に、かつ奥深く伝えられる才能の持ち主だ。わかりやすく、それでいて本質の妙味を余すところなく教授できる彼女の能力が、年々、さらに進化・深化していることを本書は如実に示している。著者自身、「中学生が読めないような文章は書かない」と言っているとのこと（本書 大澤美枝子氏の「訳者あとがき」より）、まさにその通りだ。たとえば「フェルトセンス」のことを著者は「ある生の状況全体について感じられる意味感覚を新鮮に形成すること」と定義し、フォーカシングとは「人が、オープンな許容的な態度でフェルトセンスに注意を向けるプロセス」と述べている。本当に読みやすさ・わかりやすさに関してはピカイチの本と言える（それは無論、訳者たちの尽力あればこそ。ひとつの言葉をどう訳すか、知恵を振り絞ったことなどが「訳者あとがき」に書かれているが、と同時に、訳者たちの根底にあるフォーカシングへの熱い思い、センスの良さ、そう、フェルトセンスのみずみずしさといったものも印象深く感じた）。

本書の魅力は、読みやすい・わかりやすいとはいえず、決して「やわ」な本ではないところにもある。たとえば、フォーカシングを通じて変化が生じるのはなぜか、その変化の本質とは何かなどを取り上げている第1章の論考の骨太いこと。著者いわく「意気揚々と哲学的レベルに舞い上がった」というこの章は知的好奇心を大いに賦活してくれる。また、後半の章での「知性化・自己批判などが根強い」クライアントや「トラウマ・嗜癖・抑うつをかかえている」人へのフォーカシングの進め方の例示や、その要点・留意点など、惜しげもなく自分の知恵や勘所を開示してくれる著者の潔さには脱帽だ。さらに、「フォーカシングと他の治療様式がどう統合可能か」が主題の章では、「フォーカシングありき」ではなく「常に最優先されるべきは、クライアントその人と、その人とセラピストの今ここでの関係」だとする著者の基本姿勢の明示など、（当然のことかもしれないが）襟を正される思いがする。そして最終章