

## 特集・学校現場で活かすアドラー心理学

## 学校臨床活動における原点としてのアドラー心理学

八巻 秀\*

\* 駒澤大学／やまき心理臨床オフィス

## I はじめに

本稿では、学校臨床活動にアドラー心理学がどう活かされるのかを論考するにあたって、2つのアドラーのエピソードをご紹介します。

精神分析など、深層心理学の理論のルーツを考える際に、その創始者の個人体験・経験のエピソードが紹介されることはよくある。フロイトやユングの個人での体験が、それぞれの心理学理論の構成につながっていったのと同じように、彼らと同時代を生きたアドラー自身のさまざまな経験が、やはり、その後のアドラー心理学の理論や思想の創出につながっていったと考えられる。

ただし、ユングやフロイトの理論が個人内「体験」から導き出されたものであるのに対して、アドラーの場合は、実際の「経験」などの外的なエピソードから、さまざまな発想の始まりを窺い知ることができるというのが、大きな違いであろう。

フロイトやユングの心理学が深層心理学と呼ばれるのに対して、アドラーの心理学は「文脈心理学 (Context Psychology)」と呼ばれているが、まさにアドラーの1つのエピソードの文脈をたどることによって、それが学校を始めとしたさまざまな臨床現場で、現在もなお活かすことができるアドラー心理学の思想について、考察可能であると考えられる。

では、1911年にフロイトと決別したアドラーが、その後、第一次世界大戦に軍医として参戦していた時のエピソードから紹介しよう。

## II 戦争体験からの「新しい思想」の発見

第一次世界大戦が勃発した時、当時44歳だったアドラーは、徴兵は免れること

ができたが、軍医として陸軍病院の神経精神科に所属することになった。そこでの主な任務は、戦争神経症に罹患して入院してくる兵士に対して、退院後にまた兵役に就けるかどうかを判断するというものだった。前線に戻った兵士を殺すことにもなりうるこのような任務は、元々マルクス主義に傾倒し、戦争は組織的な殺人であると考えていたアドラーにとって、日々眠れぬ夜を過ごさせるほど、かなりの精神的苦痛を与えた。そして、そのような軍医としての体験は、マルクス主義者だったアドラーを、次第に新しい考え方・思想に転換させていったのである。いや、その経験が「新しい思想」を発見させたと言っても良いのかもしれない。

アドラーは、兵役期間中の休暇に立ち寄ったウィーンのカフェで、仲間たちに突如として、「世界が今必要としているのは、新しい大砲でも、新しい政府でもない。それは共同体感覚（Gemeinschaftsgefühl）だ」と熱く話し始めた（Bottome, 1957）。

そこにいた仲間たちは、その発言におそらく驚き困惑したことであろう。なぜならば、この Gemeinschaftsgefühl という語は、ドイツ語では、倫理的な、ほとんど宗教的な意味を持っていたからである。

このような宗教的とも言えるアドラーの新しい思想に対して、意見を異にする仲間は多かった。その中の1人は、後に次のように語っている（Bottome, 1957）。

「突然のこの宣教師がというような共同体感覚という考えに、我々はどう対処することができたであろう？ 医師という仕事につくものは、何よりも科学を優先しなければならない。アドラーは科学者としてこのことを知っていたはずであり、このような宗教的な科学を非専門家の間で広めると主張するのであれば、専門家としての我々が彼を支持できないということを知っているべきだった」

それまで共にしてきた多くの仲間が、このようにしてアドラーのもとを去っていったのである。

このエピソードが示すように、アドラー心理学の後期の重要概念である共同体感覚は、一つの価値判断を含んでおり、科学的というよりは、思想的、哲学的、あるいは倫理的といえる部分を、その中に内在させていると言えるだろう。

### III 共同体感覚について

ちなみに、共同体感覚をシンプルに言えば、他者を「仲間である」とみなす意識と行為のことである。

アドラーは共同体感覚について、次のように解説している (Adler, 1932)。

われわれのまわりには他者がいる。そしてわれわれは他者と結びついて生きている。人間は、個人としては弱く限界があるので、一人では自分の目標を達成することはできない。もしも一人で生き、問題に一人で対処しようとすれば、滅びてしまうだろう。自分自身の生を続けることもできないし、人類の生も続けることはできないだろう。そこで人は、弱さ、欠点、限界のために、いつも他者と結びついているのである。自分自身の幸福と人類の幸福のためにもっとも貢献するのは共同体感覚である。

ここで言われている共同体とは、さしあたって自分が所属している家族、学校、職場、社会、国家、人類など全てを指している。さらに現在、過去、未来のすべての人類、さらに生きているものもいないものも含めた、この宇宙全体を指すと、アドラーは述べている。ここまで考えると壮大な思想になるが、共同体感覚を英訳する時、アドラーが social interest という言葉を選んだことを考えると、共同体感覚は、まずは「他者への関心」を持ち、他者に貢献していこう、他者と仲間になっていこうとすることから始まると言えるだろう。

フロイトが戦争での残虐行為を通して「人間には生得的な攻撃欲求がある」と見なしたのに対して、アドラーは戦争での軍医体験を通して「人間は互いに貢献し合う仲間である」というまったく逆の思想にたどり着いたのであった。

#### IV 第一次世界大戦後のアドラーの学校臨床活動

もう1つ、アドラーのエピソードをご紹介します。

第一次世界大戦後、アドラーはロシア革命の現実を知り、マルクス主義に失望する。そして、社会を変えるのは政治ではなく、育児や教育という社会を構成する人間そのものを変えていくことが必要と、アドラーは考えるようになる。

終戦後、経済的に破綻し、勇気をくじかれた若者による犯罪が増加していたウィーンで、戦地から戻ってからのアドラーの活躍は、目覚ましいものがあった。それまでの個人の診療所での診察にとどまらず、アドラーはウィーン市の労働者委員に就任し、市に働きかけ、教育改革の一環として、世界で初めての児童相談所を設立する。そこで、無料で教育困難とされた子どもたちとその親のカウンセリングを積極的に行った。またアドラーはウィーンのエデュカチオン研究所の講師として、教師の前で講義や公開カウンセリング等の場を設けて、自らの治療法を積極的に公開するようになる。そこでの活動についてアドラーは、後に次のように振り返っている (Adler, 1973)。

私は長年の間に個人心理学（＝アドラー心理学）をただ理論的に完璧な方法で発達させるだけでなく、精神医学の訓練を受けた医師、教師、親と個人的に共同作業をすることで、教育困難な子どもたち、神経症の子どもたちの教育に不可欠に見える実践的な能力を訓練し、発達させることを試みてきた。

このようにアドラーは 1920 年代から、子どもに対しての治療を行うだけにとどまらず、学校の教師や親に対しても、現在でいうところのコンサルテーション活動を行っていた。それは所属感と自信を失った子どもや親、そして教師たちに勇気を与える、勇気づけることでもあった。

深沢（2015）は、この時期のアドラーの臨床活動が、臨床心理学における学校臨床のスタートといっても良いかもしれないと述べている。

このようにアドラーにとって、第一次世界大戦からその後にかけての時期は、共同体感覚がアドラーの思想の中に生まれた時期であると同時に、ウィーンにおけるアドラーの学校臨床活動への展開と活性化がなされる時期でもあった。

アドラーが個人の治療のための心理学を考えた時代から、広く人々に対する予防的・教育的な心理学へ移行していった時期と、この共同体感覚を唱え始めた時期がほぼ重なっているのは、注目すべきことだと思われる。それは単なる偶然ではなく、アドラーにとって、ウィーンでの学校臨床活動を行っていく活力、そしてそれが活性化する原点として、この共同体感覚を発見し唱えていったことが、1 つの鍵を握っているのではないかと考えられるのである。

## V 「理論」と「技法・技術」だけでなく——「思想」の重要性

ところで、学校現場で働く者にとって、学校という場は、例えてみると、アスリートにとっての競技場のようなものかもしれない。教師やスクールカウンセラーなどがある学校現場だけに限ったことではないが、生徒や保護者など人に関わる職業は、日々是決戦、いや日々是修行のような感じである。「この考え・この方法があるから大丈夫」という決定的なものはないと言って良いだろう。

そんな中で、アスリートが日々トレーニングを積むように、我々はさまざまな研修を受けたり、本などを読んで学んだり、あるいは自分の経験からくる勘などにも頼りながら、日々の仕事に取り組んでいる。

そんな中で、しばしば日々の仕事や生活に流されている自分に、ふと気づくこともあるかもしれない。

「日々の仕事や生活において“どうしたらよいか (how)”という考えに流されずに、自分は“どうあるべきか (what)”というしっかりとした柱や芯のような考えを持つには？」

若かりし頃、筆者もそのような“あるべき”芯を求める「おのれの生き方に対する問い」のようなものを考えたことがあった。そう考え続けながら、最終的に“どうする”という考えは「理論」や「技法・技術」につながるものであり、“どうある”と考え続けることは「思想」につながっていくと気づいたのは、恥ずかしながらここ数年のことである。

## VI 「臨床思想」としての共同体感覚

アドラー心理学の特徴は、「理論」や「技法・技術」だけでなく、「人はどうすれば幸福になれるのか」「いかに生きていくのか」などという、人生や生き方についての明白な「思想」も持っていることであると言われている（野田，1989）。このアドラー心理学が持つ思想は、前述のように戦争体験を通して発見された共同体感覚を含むものでもあるが、臨床家であったアドラーが行った日々の臨床実践の中から生まれてきた思想でもあると言えるだろう。そこで、筆者はこのような日々の臨床活動の中から生まれてきた思想を「臨床思想」と名付けた（鈴木ら，2015）。

あらためてアドラー心理学における「臨床思想」を簡潔に述べるとすれば、以下のようなになるだろう。

子育てや教育、そしてカウンセリングの究極の目標は『共同体感覚の育成』である。

これまで臨床心理学においては、さまざまな「臨床技法」や「臨床理論」が開発され、輸入・紹介されてきていたが、このような「臨床思想」について、しっかりと論じられることは少なかった。この点では、もともと「臨床思想」を持っているアドラー心理学と、他のこれまでの臨床心理学とは異なっていると言える。

ちなみに近年の臨床心理学は、クライアントや現場のニーズを重要視するところがあり、田嶋（2009）が述べるような「現場のニーズを『汲み取る、引き出す、応える』」というモットーは、多くの心理臨床家が共有できる部分であろう。また、東（2013）が述べている「P・N循環理論」は、東の臨床実践の中から生まれてきたセラピストの「人間関係」についての考え方、あるいは一つの「人間観」であり、その点ではこれらのモットーや考え方は、多くの臨床心理学がもともと内

包していた「臨床思想」が、次第に明らかに提示されつつあると言っても過言ではないだろう。

筆者もブリーフセラピーなどの心理臨床活動が内在的に持っている「臨床思想」として、「セラピストは、クライアントを信頼し、クライアントが持っているリソースやクライアントの成長・良い変化（P要素）に注目するスタンスによって、良好な相互協力（P要素が循環する）関係を、クライアントとセラピストとの間で構築する」ことがあげられることを述べ、さらに、このようなブリーフセラピーなどの「臨床思想」と、前述したアドラー心理学の「臨床思想」とが共通していることを指摘した（八巻，2010）。

このような「臨床思想」を、学校臨床に携わる者が意識しながら活動していくことは、結果的にその人が行う振る舞い方にも大きく影響を及ぼすことになるだろう。その「臨床思想」の中でもアドラー心理学が提供する「臨床思想」である「共同体感覚の育成」あるいは「共同体感覚の意識を高めていくこと」を意識していくことが、学校臨床活動をさらに活性化させる力になることは、前述した戦後のウィーンでのアドラーの学校臨床の活動ぶりからも明らかであろう。

今後は、学校臨床実践者の中でも、学校臨床活動における原点となる「臨床思想」について、さらに議論され、意識されていく必要があるのではないだろうか。そして、その「臨床思想」の中でも、アドラー心理学が提示している共同体感覚は、それを学校臨床活動の原点としておくことにより、第一次世界大戦後のウィーンで活躍したアドラーがそうであったように、学校臨床活動をより展開・活性化させる大きな力になるものと思われる。

## 文 献

Alfred Adler. (1973) *Individualpsychologie in der Schule*. Fischer Taschenbuch Verlag. (岸見一郎訳 (2008) 教育困難な子どもたち. アルテ.)

Alfred Adler. (1932) *What Life Could Mean to You*. Timeless Wisdom Collection Book 196. (岸見一郎訳 (2010) 人生の意味の心理学. アルテ.)

Bottome, P. (1957) *Alfred Adler: Portrait from Life*. New York: Vanguard.

東豊 (2013) リフレーミングの秘訣. 日本評論社.

深沢孝之編著 (2015) アドラー心理学によるスクールカウンセリング入門. アルテ.

野田俊作 (1989) アドラー心理学トーキングセミナー—性格はいつでも変えられる. 星雲社.

八巻秀 (2010) アドラー心理学とブリーフセラピーの臨床思想的共通項. 日本ブリーフサイコセラピー学会第20回大会, 32.

鈴木義也・八巻秀・深沢孝之 (2015) アドラー臨床心理学入門. アルテ.

田嶋誠一 (2009) 現実に介入しつつ心に関わる. 金剛出版.