

高橋規子先生を偲んで



1963.-2011.11.13

111

システムズアプローチやナラティブ・アプローチの心理臨床家かつ論客であり、本学会の理事職も長らく務められた高橋規子先生が、第21回秋田大会が終了して間もない、2011年11月13日、ご家族に見守られながら、都内の病院で静かに息を引き取られました。享年48歳。本当にあまりにも早すぎる死でした。まさに心理臨床の実践的研究者として、これからの日本のブリーフセラピーや家族療法を担っていくと期待されていた先生であっただけに、本当に残念でなりません。奇しくも2年前の同じ日には、システムズアプローチにおける兄貴分でもあった和田憲明先生も亡くなられています。

高橋先生は、一開業心理臨床家の立場から、精力的に臨床実践はもちろんのこと、臨床研究そして臨床教育と、幅広く活躍されていました。それぞれの活動において、新たな世界を切り開こうとしている、常に何かと格闘しながらまっすぐに進んでいる、まさに「新進気鋭」の臨床家でした。その勇気と実行力は、傍らで見ている同業者として、羨ましくもありました。

私が高橋先生との親睦を深めるようになった始まりは、1999年の夏頃、当時私が勤務していた東京カウンセリングセンターでのワークショップ後の懇親会だったと思います。講師であった東豊先生の隣に座り、とても上手にさりげなく周りを気づかう様子を見て、「気持ちの良い配慮ができる人だな～」と感心したことを思い出します。その後も何かと酒の席などでご一緒する機会があり、次第に親しくお話をするようになりました。学会でお見かけする高橋先生は、時折厳しい表情を浮かべながら思索している求道者あるいは修行者然としたところがあり、心理臨床の仕事に対する真剣な姿

勢が自然と表れていましたが、酒の席でご一緒すると、対照的にとてもリラックスした表情で、ざっくばらんに、楽しそうに自分の思いや本音を語っていました。私とは同世代であったこともあり、仕事以外の様々な話題で盛り上がることも多かったように思います。

高橋先生のブリーフセラピーや家族療法に関する臨床研究での貢献や成果は、最後にお示しする数多くの文献をお読みいただくのが一番でしょう。ここでは、そこに描かれていない部分として、高橋先生の心理臨床教育について書きたいと思います。

高橋先生は、心理技術研究所を開業した当初から「システムズアプローチ研究会（略してシス研）」という1年間の心理臨床の継続研修会を企画し、そこで多くの臨床家にロールプレイを主体とした学びの場を提供されていました。その研究会での高橋先生は、研修生からの質問に対して、丁寧にかつ的確に応えながら、言葉だけでは説明しきれない時などは、自らデモンストレーションを行い、それを通して質問に応えることもありました。自らを使いながら、研修生に対して真摯に教えようとする、まさにプロフェッショナルな臨床教育者の姿を見る思いでした。ちなみに、1年間のシス研の最終回には、先生お手製のイタリア料理が研修生に振る舞われるのが定番だったとのこと。私は残念ながら食す機会に恵まれなかったのですが、味は一流のシェフ顔負けだったそうです！

112

高橋先生の臨床教育における強みは、デモンストレーションを行った際の自らの振る舞いとその意図・配慮について、後から詳細に解説することができるという点にありました。その解説を聞きながら、臨床家であるならば、自らの1つひとつの所作に対して、意図を持って振る舞うことが必須であることを痛感させられたことを思い出します。

心理技術研究所での研究会は、他にも定期的にNLPのセミナーや、長谷川メンタルヘルス研究所所長の遊佐安一郎先生と共同で「ヘルピングスキル」の研修会も開催していました。ヘルピングスキルの研修会は、遊佐先生の丁寧な講義の後、高橋先生がやはり自らデモンストレーションを行い、それから参加者同士でロールプレイを行っていくというのが基本構成でした。ある時は、遊佐先生のリクエストに応じて高橋先生が色々なクライアント役を演じて、参加者がセラピスト役でロールプレイをするといった場面もありましたが、そのクライアント役を演じるリアルさは、まさに女優！まるでその役が憑依したよう。高橋先生の実際の心理面接を見る機会にはなかったのですが、そのリアリティーさが彼女の心理面接能力の高さを物語っているように思えました。

高橋先生の心理面接能力+それを説明する臨床教育力の高さに感銘を受けた者の一人として、できるだけ多くの臨床心理士の卵たちにもその技や解説を見せたい・聞かせたいと思い、ここ3年程、駒澤大学大学院の授業にお呼びする機会も作りました。高橋先生の講義やデモをみた大学院生は皆、まさに目から鱗が落ちた表情をして、授業後に行った懇親会では、高橋先生を囲んで大学院生から先生への質問大会となったものでした。そんな時も、高橋先生は、本当に嬉しそうに学生たちの質問に、やはり

丁寧かつ真摯に伝えていました。前述したシス研では、現場で臨床実践を行っている者が対象で、学生は対象外でしたが、ここ数年は自らが駆け出しの臨床家を育てる意義を感じていたのでしょう、駒澤大学だけでなく、文教大学の大学院生のスーパーバイザーも務めるなど、臨床心理士の卵たちである大学院生への教育にも関心を示すようになり、熱心に取り組んでいました。

こうして、あらためて高橋先生のお仕事ぶりをいくつか思い返してみると、その臨床能力の高さ・著書はそれほどたくさん残されなかったけれど、論文はたくさん書いておられること・多くのお弟子さんを育てられたことなど、高橋先生の仕事は、M. エリクソンと重なる部分が多いように思えます。エリクソンがそうであったように、今後、お弟子さんたちやシス研で実際に学ばれた研修生の皆さんから、「高橋規子先生から学んだこと」といったテーマで、高橋臨床をひもといていくような発信が起こってくることを大いに期待したいと思いますし、そのような高橋先生がやってこられた仕事を、我々臨床家があらためて見直してみる意義は大きいと思います。

最後にもう1つだけ、高橋先生は飲むたびに、吉川悟先生をはじめ、阪幸江先生や唐津尚子先生などの吉川先生のお弟子さんたちのグループを、大切な仲間、いや「家族」であると、よく話していました。本当に吉川悟先生を師匠として心から慕っていました。ある時「この仕事を始めた頃は、自分の中に『葛藤』があったが、吉川先生と出会って安定した。余計な事を考えずに、ただ頑張れば良いと思ったから」としみじみと語っていたのを思い出します。高橋先生は、吉川先生によって真のプロの臨床家になれたばかりでなく、父親のような存在である師匠と、兄弟のような同業仲間という心のよりどころを持つことができたのだと思います。臨床家で師匠を持つ方は多いと思いますが、その師匠の他の弟子も含めた「家族のようなシステム」の中で、臨床家としてのアイデンティティーを確認できる、そのような場を持っている方は、なかなかいないのではないでしょうか。そのような臨床家としての自己確認ができるシステムを持つ意義もまた、高橋先生から教わったように思います。

高橋先生は、体調を崩されて入院した後でも、病院先から研究所までタクシーで駆けつけて、シス研の講師を最後の最後まで務めようとされていました。その意思と行動力に敬服するとともに、あらためて、プロの心理臨床家として、臨床・研究・教育といった目の前の課題に、常に緊張感を持ちながら、一生懸命取り組み、最後まで本当に全力で生きた人だった、と思います。

いろいろと、とりとめもなく書いてしまいました。天国の高橋先生に「もう、長々と訳の分からない追悼文を書いちゃダメですよ！」といつものように怒られそうですが、まあ、高橋先生、お許し下さい。でも、やっぱりもっともっと色々な話をしたかった。一緒に色々な仕事をしたかった。今はまだ悲しみが続いています。そちらからお呼びがかかるまで、私もこちらで精一杯頑張っていきます。もしその時が来たら、是非また一緒に飲みましょう。それまで高橋先生は、そちらで和田先生と一緒に飲み過ぎないように気をつけてください。では、またいつかお会いしましょう。

略 歴

1986年 学習院大学文学部心理学科卒業
1990年 某民間心理相談所職員として勤務
1994年 心理技術研究所所長
2011年11月13日 逝去（享年48歳）

学会等の役職

日本ブリーフサイコセラピー学会：理事
日本家族研究・家族療法学会：評議員

主たる業績

1. 著書

高橋規子・吉川 悟（2001）ナラティブ・セラピー入門．金剛出版．
高橋規子・八巻 秀（2011）ナラティブ，あるいはコラボレイティブな臨床実践をめぐすセラピストのために．遠見書房．

2. 「ブリーフサイコセラピー研究」掲載論文

高橋規子（2000）治療者が「『技法』を用いる」ことは可能なのか—社会構成主義に基づく相互作用の検討—．ブリーフサイコセラピー研究，**9**，39-57．
高橋規子（2002）コラボレイティブ・アプローチは，いかにして実践しうるのであるのか．ブリーフサイコセラピー研究，**11**，48-58．（この論文で研究奨励賞を受賞）
高橋規子（2003）ブリーフサイコセラピーの貢献と今後の展望：ナラティブ・セラピーの立場から．ブリーフサイコセラピー研究，**12**，62-66．
高橋規子（2006）ブリーフセラピスト・成長ロードマップ：高橋の場合．ブリーフサイコセラピー研究，**15**（2），151-154．
高橋規子（2007）ブリーフセラピーが心理臨床家の養成に貢献できることは何か：開業の立場から．ブリーフサイコセラピー研究，**16**（1），36-40．
高橋規子（2009）コラボレイティブな事例報告の試み：ある母娘と共同記述をおこなった事例．ブリーフサイコセラピー研究，**18**（1），1-12．
高橋規子（2009）心理療法における関係性をめぐって：最近どう？クライアントとの関係性は？．ブリーフサイコセラピー研究，**18**（1），60-62．

3. 「家族療法研究」掲載論文

高橋規子（1999）社会構成主義は「治療者」をどのように構成していくのか．家族療法研究，**16**（3），196-205．
高橋規子（2001）私と「高橋」にとっての「ナラティブ・セラピー」．家族療法研究，**18**（2），108-111．
高橋規子（2009）ナラティブ・アプローチの現在：あれから「治療者」はどうなっていたのか．家族療法研究，**26**（2），106-110．
高橋規子（2010）家族臨床：私の見立て：たとえばある日の初回面接の場合．家族療法研究，**27**（2），54-58．

4. 「精神療法」掲載論文

高橋規子（1998）離人症性障害患者に対する非分析的アプローチの試み．精神療法，**24**（1）．金剛出版，56-62．

高橋規子・遊佐安一郎 (2010) 家族療法家の訓練. 精神療法, **36** (3). 金剛出版, 324-330.

5. 分担執筆

高橋規子(1999)システム理論の概論. 吉川 悟(編). システム論から見た学校臨床. 金剛出版, 9-27.

高橋規子 (2001) 「男性恐怖」は父親の暴力による「トラウマ」なのか—「堅・長・漠」の「三重苦」をたずさえた事例—. 吉川 悟・村上雅彦 (編). システム論から見た思春期・青年期の困難事例. 金剛出版, 170-182.

高橋規子 (2003) 「目覚めよ」と呼ぶ声に導かれて. 小森康永・野口裕二・野村直樹 (編). セラピストの物語／物語のセラピスト. 日本評論社, 69-86.

高橋規子 (2003) 物語としての家族. 臨床家のための家族療法リソースブック：総説と文献 105. 日本家族研究・家族療法学会 (編). 金剛出版, 238-239.

高橋規子 (2005) ナラティブ・セラピーの現在：家族面接におけるナラティブ・アプローチ. 現在のエスプリ, **451**. 49-57.

高橋規子 (2006) テクはあるか・体力はあるか・勇気はあるか. 牧原浩 (監), 東豊 (編). 家族療法のヒント. 金剛出版, 107-114.

高橋規子(2008)ナラティブ・セラピー：セラピーの最前線. 森岡正芳(編). ナラティブと心理療法. 金剛出版, 24-38.

6. その他の論文

高橋規子 (2007) 家族面接におけるコラボレイティブ・アプローチ：親子分離面接からリフレクテフィング・チームの手法を用いた合同面接へと移行した事例. 思春期青年期精神医学, **18** (1), 1-12.

115

八巻 秀 (駒澤大学文学部・やまき心理臨床オフィス)