

## 第9章

## タテの学びからヨコの学びへ、そして今

八巻 秀

## I はじめに

「私がどのように“学び”のスタイルをつかみ、いかに“臨床を学び、自分を育ててきた”か」

本小論では、このようなテーマで、少し過去に遡って、私自身の「学び」の歴史を振り返るところから書かせていただくことにする。

振り返ってみると、中学校・高校時代は、ずっと部活動の卓球に熱中し、卓球の戦術・戦略については考えることはあったが、それ以外は勉強・学びというものをほとんどしなかった「卓球バカ」であった。当然の如く、大学受験に失敗し、恥ずかしながら、受験浪人時代になってやっと「学ぶ」ということを意識し始めたのである。そこから始まり現在までに至る私の「学び」のあり方の変遷を辿りながら、最終的に「臨床を学ぶ」ことの特異性や意義について、現在の私の考えを述べてみたい。

## II 大学浪人時代の「学び」

私に「学ぶこと」の面白さを初めて体験させてくれたのは、大学受験予備校の数学講師の渡辺次男（通称「なべつぐ」）先生である。なべつぐ先生と初めてお会いしたのは、受験浪人が決まり、故郷の岩手から上京して、東京での浪人生活が始まってすぐの某予備校での春期講習であった。その当時、成績は全くダメだったが、なぜか「数学」に惹かれていた自分がいた。さっそく朝から夕方まで数学だけをやる春期講習を受講し、その担当講師がなべつぐ先生だった。その当時で思い出せることは、まずはなべつぐ先生の授業が抜群に面白かったこと。授業中

は先生の説明がどんどん自分の中に入ってくるのを感じ、授業の合間の休み時間の度にわからなかったところを、しつこく何度も講師室にいる先生に質問しに行ったことも思い出す。

何度目かの質問を終えて、教室に戻ろうと背を向けた時、後ろからなべつぐ先生に「おい！」と大きな声で呼び止められた。その時は「あまりにしつこく質問するので、怒られる！」と瞬間的に思いビクッとしながら振り返ると、なべつぐ先生から出てきたセリフは

「君はホント頑張るな！」

そのことばを聞いた瞬間から自分の「学び」の意欲に、ハッキリと火がついた（やる気スイッチが入った?!）のを今でも鮮明に覚えている。この時、「今、自分は頑張って“学んでいる”んだ!」、そんな意識が芽生えたのだと思う。

今振り返ると、ここから始まった浪人時代に、自分の最初の「学び」のスタイルが作られたと思う。そのスタイルとは「しっかりとその専門の“師匠”について教えを乞うこと」。そのことによって「学び」を深めていくことができるということを、浪人時代の経験を通して得たと言って良いだろう。この「学び」のスタイルは、その後の大学生活や私立学校の数学教員生活、そして臨床心理学の学びに変わってからも、その道の「師匠」を常に求めていく学びの姿勢として、しばらくの間、続いたのである。

### Ⅲ 心理職の修行時代の「臨床の学び」

#### 1. 心理職駆け出しの時代の学び

大学を出て私立中高一貫校の数学教師になったが、そこでのさまざまな体験から「心理学を学びたい！ 臨床心理士になりたい！」という思いが強くなり、思い切って教師を辞め、駒澤大学大学院に入り直した。そこに非常勤講師で来られていた精神科医の柴田出先生と出会う。その柴田先生からお誘いを受けて、当時先生が院長をしておられた精神科クリニックで「心理職としての学び」が始まることになった。1992年のことである。結局クリニックには8年間お世話になったが、この8年間は、まさに自分にとって心理職としての修行の時代であった（八巻，2007）。

最初は、院長の診察の陪席から始まり、精神科クリニックに訪れるさまざまな患者の病態像の多様さに、ただただ驚くばかり。次第にケースを担当するようになっていったが、最初はドロップアウトや、うまく展開できないケースが多く、担当したケースについて院長に報告をしに行く度にダメ出しの連続。ある時には

「八巻君は、まだまだ臨床の基本がわかっていませんね！」とまで言われてしまう始末であった。その頃のクリニック勤務の帰り道では情けない気持ちでいっぱいになり、「やはり自分は心理職には向いていないんじゃないか？」と自問する日々が続いていた。

当時のクリニック全体は、院長が志向する精神分析と催眠の理論や技法を大切にしていたので、その考え方や技法を、院長からのスーパーバイズや教育分析などによって、徹底的に叩き込まれていた。そのような中、ある時は院長から「八巻君は、3歳までに母親から愛されたことが少ない『口愛期固着』がありますね！」とも言われ、クリニックのトイレで理由もわからず混乱して涙を流したこともあった（その直後に、実家に電話をして、3歳までの育て方を母親に尋ね、「何バカなこと言っているの！」と怒られたのは、今から思えば、赤面もののエピソードである）。

実は、すでに教員時代にアドラー心理学の本（野田, 1989）を偶然本屋で見つけて、Adler, A. の考え方に惹かれていた自分がいたのだが、この頃の私は「師匠（＝院長）の精神分析的“教え”を守っていかなければ、この世界で生きていけない！」という危機意識を持っていたため、アドラーはいったん封印していたのだった。今から思うに、この頃は予備校時代に培った「師匠からの教えを懸命に学ぶ」ことに必死だったのである。

## 2. 医療事務Uさんからのスーパーバイズ

そのような「師匠から学ぶ」という「臨床の学び」のスタイルが、大きく変わるきっかけとなった1つの出来事がある。

それはクリニックに勤め始めて4年目の梅雨の頃であった。その日もケースを担当した後、院長からの指導を受けながら、やはり私の臨床についてダメ出しをされて、落ち込み気味で院長室から隣の待合室に出た時だった。待合室の奥にはガラス越しに事務室があり、そこにはいつも医療事務のUさんが座っていた。待合室を出た自分とUさんと目が合った途端、Uさんはニコッと笑みを浮かべながら私を手招きしたのである。そこで事務室に入ると、Uさんから

「何、また院長から怒られたの？」と言われ、

「はい……」と気弱なか細い声で答えると、Uさんからは意外なことばが返ってきた。

「まあ～あまり気にすることないよ。今日は院長、機嫌が悪い日だから」とUさんが優しく自分を慰めてくれていると思い、ありがたい気持ちを感じながらも

「そうなんですか？ いや～でも自分の力が至らないから……」と答えると、U

さんから、

「八巻さんさ～院長のことちゃんと見てる？ 院長も一人の人間なのよ」ということば。

「えっ？ 院長のことをちゃんと見てるって……」Uさんからの意外なことばに驚きながら返事をすると、さらにUさんから

「ちゃんと院長の心理を読んでクセを知ることよ。まあ、ここに立って見てごらん、3分以内に院長が院長室から出てくるから」と予言めいたセリフ。そのことばに従い、事務室にそのまま残ってUさんの隣に立っていると、何と、ものの1分もしないうちに、Uさんの予言通り院長が出てきたのである。そして院長はUさんに声をかけて、すぐに院長室に戻っていった。啞然としている私を横目に見てUさんがさらに語る。

「八巻さん、もっと院長をじっくり観察しなきゃ。このクリニックは院長が中心の現場なんだ。その院長の特徴をじっくりつかまなきゃ、ここでのカウンセリングはいつまで経ってもうまくなならないよ！」

### 3. 「あらゆる人たちから学ぶ」という発想

そのUさんのことばは、私に強い衝撃を与えた。いや、目から鱗が落ちたという表現が良いかもしれない。それまでは、専門書を読み、患者の状態やその心理、そして自分の心理を観察し、また院長という師匠の教えを乞いながら、一生懸命「臨床」を学ぼうとしていたスタンスに対して、Uさんは「もっと幅広い視野や発想を持って学べ！」と私にアドバイス、いやスーパーバイズしてくれたのだった。

この日を境にして、それからはケースに限らず、事あるごとに事務室に立ち寄り、Uさんの観察による「事務室から見える患者や院長・スタッフの様子」を尋ねる機会が増えていった。そのことを通してUさんからは、院長や他の心理スタッフからとは明らかに違う「視点・ものの見方」を学ぶことができたのである。

その視点とは、

「このクリニックでのセラピーは、自分一人だけでやっているのではなく、院長はじめクリニックにいるすべてのスタッフからの影響も受けている、このクリニック全体でセラピーをしていると考えて、個人のセラピーに臨むこと」という考え方に集約できるかもしれない。

このような考え方を自分の中に浸透させながら、日々の臨床に臨んでいったところ、面白いことに、それからは、クリニックにおいて自分が担当するケースのドロップアウトがほぼなくなり、さらに良い展開をするケースが増えていったの

である。

この頃はまだ「システム論」という考えを知らなかったが、今から思うに、この出来事をきっかけに「システム論」的ものの見方も大切にした臨床を始めたと言っても良いだろう。さらに面白いことには、この出来事から半年と経たないうちに、東豊先生（当時は九州大学。現在は龍谷大学）のワークショップを受ける機会にも恵まれ、「システム論」の考え方や「ジョイニング」という技法を初めて学ぶとともに、その発想に強く共鳴し、「この考え方や技法を自分の臨床に取り入れていこう！」と強く思ったのも、今から思うと偶然のような、いや必然であったのかもしれない。

## IV 「臨床の学び」のスタイルの変化

### 1. 主体的な「臨床の学び」へ

この「システム論」の考えを自分の臨床に取り入れるようになってから、不思議と院長のスーパービジョンで、自分が傷つく「怯え・恐れ」というものがなくなっていた。そして、院長からだけでなく、医療事務のUさんを始めクリニックの他のスタッフと、自分の臨床について積極的・主体的に意見交換する機会を作るようになっていったのである。特に土曜日はケース数も多く、とても忙しい勤務日だったが、そんなケースの合間に事務室でUさんを囲んで他の心理のスタッフと一緒にケースのことなどについて話し合う「プチ・カンファレンス」は、とても勉強になる時間であった。そんな経験を積み重ねて、次第に自分が臨床していく際の「肩の力」が抜け、ある意味「楽」に臨床ができるようになっていった。

また、それまでどこか受け身気味で参加・発表していた学会に対しても「もっと自分の臨床を多くの方に見ていただいて、いろいろな意見をもらう機会が学会なんだ」と主体的に考えるようになり、積極的に参加し学会発表するようになっていった。それまでは1つだけの学会で発表をしていたが、他の学会でも参加・発表しようと、日本ブリーフサイコセラピー学会にも入会し、入会直後の大会（東先生が大会長をされた第10回米子大会）で、学会発表をしたのである。この時の発表演題は「セラピストが『主体的になる』ということ」（八巻, 2002）。発表内容は、当時自分が大切だと思っていた臨床における考えを発表したものだったが、参加者の反応は賛否両論（?!）。ただ、この発表をきっかけにして、学会でいろいろな方から声をかけられることが多くなり、少しずつ意見交換をする機会ができていった。

## 2. 「師匠から学ぶ」から「仲間から学ぶ」への変化

この頃から、それまでの「師匠」を探そう・学ぼうとする自分ではなく、ともに臨床について語り合う「仲間」を作り・学ぼうとする自分に、次第に変化していったように思う。この頃に出会った「仲間」は、ブリーフサイコセラピー学会はじめさまざまな学会や研究会で出会った同業者だけでなく、受付業務や看護師、医師、弁護士などの異職種の方もいた。それらの方々は皆日々臨床現場で格闘している「仲間」として、臨床における悩みや、時々プライベートの話なども、時には酒などを酌み交わしながら、熱く語り合ったものである。それらの体験は、それまでの「師匠からの学び」とは明らかに違う、新しい「仲間からの学び」だったと思う。

この「仲間」の一人を紹介するとしたら、同じ臨床仲間であった高橋規子さん（心理技術研究所）だろう。残念ながら高橋さんは2011年にがんで亡くなられ、その思い出については1度書かせていただいた（八巻，2011）。そこでも少し描いた高橋さんからの「学び」は、やはりストイックなまでの臨床家としての「認識論」を徹底的に追求し続けた姿勢である。師匠の命のもと、モダニズムからポスト・モダン（社会構成主義～ナラティブ・アプローチ）への自分の臨床における認識論を変更させようと格闘・苦悩し、そしてそれを乗り越えていく様子を、学会や研究会での高橋さんの姿から見せていただいた（高橋ら，2011）。そしてがんの闘病の最中であっても、その格闘の結実としての「外在文化（人）」という臨床思想（八巻，2017b）をまとめ上げていった心理臨床家・実践的研究者としての真摯な姿勢は、今でも思い出たびに、身が引き締まる思いになる。同時に「八巻さん、ちゃんと臨床やっている？」と今でも高橋さんが天国から語りかけているようにも思う。

## 3. 大学院生と共に「学ぶ」

2001年から秋田大学に勤務し始め、そこから臨床心理士養成のための大学院教育がメインの仕事となった。その時から現在の駒澤大学まで続く臨床心理士・公認心理師を目指す志のある大学院生たちとの対話も、私にとって「臨床の学び」の大きな経験である。

大学に勤務し始めた当初から、自分が担当するケースには必ず大学院生を陪席させ、ケース終了後に院生からの感想をはじめ疑問やコメントなどを聞くようにしていた。これはすでに封印を解いていたアドラーの臨床指導のやり方（Adler, 1930）を真似たものであった。アドラーがウィーンのエデュカチオン研究所で実際にやって

いた方法を参考にしたケース後の院生との対話は、次第にケースについてだけでなく、心理臨床全般についての議論へと展開していった。その時間は、名目上は「臨床指導」ではあるが、実際は院生からもらうコメントやそれを通しての意見交換の場であり、私にとって大きな「ともに学び合う、学びの場」になっていったのである。

このような「大学院生と共に学ぶ」ことができたのは、アドラーを参考にしたこともあったが、「最近の若い者は～」という平成の親父的(?)なセリフや態度をとることに、元々嫌悪感を抱いていたこともあり、大学教員になった当初から、一人ひとりの大学院生を一社会人として、そして対等な「臨床を学ぶ仲間」として捉えていた自分がいたこともあったかもしれない。

年齢や立場、あるいはキャリアを越えて、人として対等なヨコの関係・水平的な関係であるのが「仲間」であり、その「仲間」関係では「対話」によって「学び」が創出されるだと思う。

## V これまでの「学び」を振り返って

### 1. 臨床における「タテの学び」と「ヨコの学び」

こうして自分の「学び」の歴史を振り返ってみると、浪人時代から始まった「師匠を求め、その教えから学ぶ」という「タテ方向の垂直的な関係による学び」を求めるスタンスから、「仲間を作り、その対話から学ぶ」という「ヨコ方向の水平的な関係による学び」を志向するようになってきたと言えるだろう。

今となって思えば、自分の「臨床の学び」のスタイルは、「ヨコ・水平的」な方が肌に合っていたのかもしれない。そして、現在の自分の臨床実践のスタイルそのものも、クライアントや家族と「仲間」になり、ともに「対話」することを大切にしている。当然そこでは、クライアントや家族という「仲間」から「学び」ながら、より良い「解決」を一緒に作るという作業をしているのだと思う（八巻、2017a）。

しかしながら「臨床の学び」のあり方の結論として、

「タテの（垂直的な）学びより、ヨコの（水平的な）学びの方が良い」

と言いたいわけではない。あくまでもタテとヨコの学びのどちらを優先して学ぶかは、その人自身のタイプや嗜好性、その時に必要なタイミングなどにもよるものだと思う。

今、あらためて「臨床の学び」について思うことは、

「臨床の学びのプロセスにおいて、タテとヨコの学びのいずれかが優位になる、

あるいは優先することがあるのは当然であるが、結果的には両方の学びをバランスよく持っていくようにするのが良い」と思っている。例えば、高橋規子さんは、師匠からの「タテの学び」をしつつも、その師匠のお弟子さん達と「家族」のような「ヨコの関係での学び」をしていたと思う（八巻，2011）。

## 2. 現在の私の「臨床の学び」のスタイル

そして、あらためて現在の自分の「学び」のスタイルはどうなっているかと考えてみると、「ヨコ（水平）的な学び」を続けながら臨床実践を行っているが、その一方で「タテの学び」として「心のスーパーバイザー」を持っていることも自覚するようになってきたのである（八巻，2017a）。

今でも臨床で迷うことは、もちろんある。そんな時、臨床家として尊敬するアドラーや高橋規子さんの著作（Adler, 1929；吉川編，2013）などを読み返してみると、それらの本を通して、お二人の臨床家からスーパービジョン、いや、別の見方を提示してくれるエクストラ・ビジョン（岡野，2003）を受けているように思えるのである。これは東（2021）が述べている「縦型P循環」によるエクストラ・ビジョンと言えるのかもしれない。

これからも、仲間との語り合いによる「ヨコの水平的関係による学び」と、心のスーパーバイザーとの対話による「タテの垂直的な関係による学び」の両方を続けながら、日々精進しながら臨床にのぞんでいきたい。この論文を書き終えようとしている今、あらためてそう思う。

## 文 献

- Adler, A. (1929) *The Science of Living*. New York; Doubleday Anchor Books. (岸見一郎訳(2012) 個人心理学講義：生きることの科学. アルテ.)
- Adler, A. (1930) *The Pattern of Life*. Edited by Walter B. Wolfe. New York; Greenberg. (岩井俊憲訳(2004) アドラーのケース・セミナー：ライフ・パターンの心理学. 一光社.)
- 東豊(2021) 超かんたん 自分でできる 人生の流れを変えるちょっと不思議なサイコセラピー. 遠見書房.
- 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. アニマ 2001.
- 岡野憲一郎(2003) 自然流精神療法のすすめ：精神療法，カウンセリングをめざす人のために. 星和書店.
- 高橋規子・八巻秀(2011) ナラティヴ，あるいはコラボレイティヴな臨床実践をめざすセラピストのために. 遠見書房.
- 高橋規子著，吉川悟編(2013) 高橋規子論文集 ナラティヴ・プラクティス—セラピストとして能く生きるということ. 遠見書房.
- 八巻秀(2002) 心理療法においてセラピストが「主体的になること」. 秋田大学臨床心理相談研究, 2; 1-10.



- 八巻秀（2007）ブリーフセラピーが心理臨床家の要請に貢献できることは何か：スクールカウンセリングの現場から．ブリーフサイコセラピー研究，16(1); 30-35.
- 八巻秀（2011）高橋規子先生を偲んで．ブリーフサイコセラピー研究，20(2); 111-115.
- 八巻秀（2017a）トランス空間を作り，その中で主体的に振る舞う—私が心理臨床をしていく上で大切にしている8つのこと．In: 松木繁編著: 催眠トランス空間と心理療法. 遠見書房, pp.169-180.
- 八巻秀（2017b）〈ブリーフ〉はどこから来たのか，そして，どこへ向かうのか：〈ブリーフ〉の臨床思想の試案．ブリーフサイコセラピー研究，26(1); 7-20.