



1. 素朴な問題意識

—悩み苦しい多重関係—

毎年10月に入る頃から、私が住む地域は色めき立つ。1年の中で最大の行事であると言っても過言ではない、秋祭りがそこらじゅうで開催されるからだ。私はこの地域で生まれ育った。しかし、私の実家地域の祭りは盛大に行う類ではないためか、どうやら私は祭りの楽しみ方を学習できずに育ったようだ。私にとって祭りは1年の中で最大の行事ではない。祭りを見にいくなら家でゆっくりしたいと思うぐらい、祭りに熱はない。ただ、結婚して家族のつながりが増えてからはそうも言っていられなくなった。家族の一員として祭りに行かなければならないからだ（役割が与えられることもある）。今年も、例年通り気分が乗らない自分を奮い立たせて家を出、お宮周辺で車を停める場所を探すことに努力をしいられ（車がいっぱい、遅めに行く私は車を停める場所がない。だが、不思議なことに、毎年なんやかんやで停めることができてし

まう。），「（祭りに）行かん！」と急に言い出す子どもをなんとか連れて行き（祭りにいる鬼が怖いらしい），神輿をぼお一つと見ている時、見覚えのある人が目に入ってきた。クライアント（以下CI）だ…！瞬時に姿を隠す自分があり、一緒にいる家族に怪訝な顔をされる（守秘義務の観点から、「この場にCIがいる」ということ自体悟られたらいけないので、うまくやらないといけない。これが大変）。

私は今、地方の病院心理士として臨床経験を重ねている。日々感じる最も困難な点は、今述べたような状況、つまり、臨床で関わる方との間に多重関係といえる状況が起こりやすいことだ。これまでもスーパーマーケットなどでしばしばCIと出遭ってきた。単に出遭うというシンプルなものでなく、言うことを聞かない自身の子どもの業を煮やした姿を目撃されたこともある。心理士として面接に臨む気持ちを整えた自分ではなく、子どものせいで気持ちが乱れまくった母親としての自分を、図らずもCIに見せてしまったというわけである。

なぜ多重関係といえる状況が頻発するのか。それは臨床地域が田舎であることと、自身も CI と同じ地域で生活する者であることが大きな要因であろう。ハーマンスが提唱した対話的自己論(2006)では、自己は複数のポジションから成るとされる。私の自己世界には「心理士としての私」はもちろん、「生活者としての私」も存在する。いろいろな私がいる、これ当然のことだ。しかし、ここは人との距離が近いせいか、役割が多いせいか、田舎に住む私は周囲の人にいろんな「～としての私」を知られてしまっている。そのため、状況によって適切な「○○としての私」のみを選択し、不適切(不必要)な「××としての私」を捨て去ることは難しいのである。また、対話的自己論は他者の視点も自己世界に内在化し、他者の存在すら「私」を構成する一部であると考え。状況と時間の変化に応じて「私」を構成するそれぞれの立場(「私」)に視点を移すことを可能とする。そして、それぞれの立場(「私」)に声(voice)が授けられ、視点がそれぞれの立場(「私」)を移動していくことで、それらが対話によって繋がれ(対話的關係)、自己の意味を構築するとする。対話的自己論において CI との多重関係について考えると、「CI としての私」の立場と「心理士としての私」の立場が声(voice)によって繋がれ対話的關係になるからこそ、多重関係に気づくというふうに考えることができる。CI との関係性を強く意識する心理士の特性も相まり、そこに多重関係があればそれに気づくことは必然となろう。このような対話的自己理論と田舎という環境を併せて考えれば、田舎での臨床実践では多重関係の問題はつきまとうものだといえる。

とはいっても、「こんな状況のまま、なるがままに、臨床を続けていったいいのか？」と自問してみれば、すごく悪いことをしている気分になる。さらには、多重関係のような関係が生じているケースで悩んだとしても相談しにくい(「多重関係あるんです」なんて口外したら吊るしあげられるのではないかと思うから)という悩みもある。何より、プライベートの時間でさえも CI に会ってしまうかと思うので、家を一步出れば常に「心理士の私」にならなきゃいけなくなってしまい、しんどい。

2. 多重関係と向き合う

—向き合うパワーをくれた出会い—

そんな時に、東畑開人の『日本のありふれた心理療法—ローカルな日常臨床のための心理学と医療人類学』という本に出会った。2017 年のことだ。東畑は自身の心理臨床家としての経験から、理想的とは言えない臨床環境で様々な妥協をしながら行う臨床を「日本のありふれた心理療法」と名づけた。妥協された心理療法を、心理臨床家が CI の生の現実に向き合った結果として捉えて、これらの心理療法が生成していくプロセスを人類学的視座から探究していくことが心理療法および臨床心理学に貢献していくというのが彼の主張である。この本を読んだ時、自分の臨床実践を「ダメなもの」として捉えていた自分の心が、少し緩んだ。同時に、いろんな理由から思うような(習ってきたような)臨床ができていないと感じている心理士が私だけではないということも実感できた。これだけでかなり救われた。そして、現実の臨床にしっかりと向き

合っていくことこそが自分にできることであり、かつ必要なことであると感じた。

広く知られているように、多重関係は CI の利己的な利用に繋がる恐れから元来避けるべきものとされ、日本公認心理師協会倫理綱領(2020)にも明記される。また、セラピスト自身の安全性を確保するために必要なことでもある。大学院の教育でもこう強く教わった。だが、困ったことに現実はどう。セラピスト個人の努力や都合だけでは多重関係を避けられない場合がある。「家族の一員としての私」があるので祭りには関わらなくては行けないし、「生活者としての私」があるので、スーパーマーケットにも行かなくてはならない。他の心理士に交代してもらいたくても、その他の心理士がいない（一人職場）なんてこともあるだろう。私が所属する都道府県の臨床心理士会では、多重関係にまつわる困り事が話されることもある。多重関係を思わず持つことになってしまい、そこに悩みながら、苦しみながら（教育されてきたことと違うことをしていることの劣等感に）、心理臨床をしている心理士は私だけではない。

無論、多重関係を持ちながらの臨床を肯定したいわけではない。ただ、受けてきた心理臨床の教育と現実における多重関係の位置づけが食い違っているのも、そのズレを理解していく（ズレを埋める視点や考え方を身に着けること）ことが必要なのではないかと思うのだ。多重関係が発生しつつの臨床という「ありふれた」ものについて、「ありふれた」劣等感を持つのではなく、誠実に考えていかなくては行けない。

3. 多重関係における海外の研究

—びっくり仰天な知見?!—

日本の心理臨床において多重関係（が存在する実践）に着目した研究は見当たらない。一方、海外にはいくつかあり、例えば Lazarus(2002)は、CI への中傷や搾取、虐待、性的接触を除く制限や禁止事項は、CI の状態にあわせて柔軟に許容することが可能かつ臨床上有用であると主張する。この見解は、CI とパーティーをしたり、長めの散歩をしたりすることが、診察室の中で明らかになることよりも多くのことを学ばせてくれたという Lazarus の経験に基づいている。心理士が CI と面接室の外で一緒に活動することは、現在の心理士教育を受けてきた私にとっては仰天することで、考えられない。ただし、過去に勤務したデイケアでの臨床経験を思い出すと、メンバーと活動（生活）を共にすることでメンバー自身をより理解していくことに繋がり、アセスメントにも深さがもたらされた。また、前述した、スーパーマーケットで CI と出遭ってしまった後の面接では、CI は笑いながら「先生も普通に怒ったりするんですねー」と安心したように話してくれた。どうやら CI は私を特別ではない“ふつう”の人間として認めてくれたようだった。その後はより対話がスムーズになった感覚がある。これらの経験から、面接室外での関係もその関係の種類や CI の状態にはよるが、治療的に有効な場合もあるのではないかと考えてくる。

また、Lazarus(2002)は、治療における境界について、それを強く求める硬い専門家主義は治療関係を育てるよりは傷つけ、疎外と緊張をもたらしがちであるとする。こ

の点に関しては臨床家として若輩者の私にも思うところがある。CI から私自身に関するパーソナルな質問を受けた時、大学院教育で習ったように「どうして知りたいのですか？」のように質問を質問で返す(話を逸らす)形で答えた時、CI は怪訝そうな表情をし、その後も信頼関係が結べない感覚が一連の面接を通じて続いたことがある。この経験からその後は、CI にはよるが、教育された面接の手続きは少し横において、常識の範囲内の内容で、かつ治療に悪影響がないと判断した質問に対してはそのまま答え、その上で、なぜそれについて尋ねるのかをこちらから質問することになっている。こうするとスムーズに治療を展開していける感覚を持っている(ただし、このようなやりとりの中で多重関係があることに気づいてしまう場合もあるのでリスクは高い)。

繰り返すが、多重関係や境界など心理臨床を行う上で取り扱い注意とされるものは、大学院教育で学んできた通りにするのが最適だ。しかし、そのお作法通りではなかなかうまくいく場合が少ないのも現実だ。まったくつらいものだ。



4. 多重関係にどう向き合えるか

—悩める私がすべきこと—

まず、避けられない多重関係によって CI に害が起こることはどうしても避けたい。これが私の率直な気持ちだし、臨床心理の倫理や大学院の教育とも一致する。精神科や心療科などまだまだ偏見が存在する田舎で、やっとこさ来院し心理士に繋がってくれた CI の頑張りを無駄にはできない。そして、頻繁に発生する多重関係にあたふたしながらも、この先も地域に心理支援を提供し続けられるよう、健康に心理士を続けられるようにしたいという私自身の思いもある。多重関係にまみれた地域の中で、どうしたら有効的に、かつ持続的に心理臨床を行っていけるのだろうか？実践から芽生えた、この疑問を探究したい。

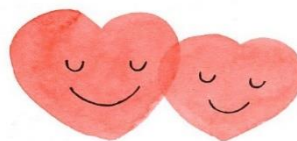
多重関係を一言でいえば、セラピストと CI との間に、職業的な関係以外の関係がある状態である。しかし、その質は様々だろう。例えば、スーパーマーケットや祭りで会うようなセラピストと CI の二者が直接的に結びつく多重関係もあるし、セラピストの家族とその CI が知り合いであるようなセラピストと CI の間に他者が介入して結びつく多重関係もある。こう考えると関係学を連想する。関係学は松村康平により提案された。「かかわり(関係)構造の分析をすすめて、人間の根源的な自己・人・物の接在共存関係状況を究明し、複雑な人間諸現象をその状況の顕在化の過程においてとらえ、関係発展の実践活動を促進する理論的枠組みを提供する」もの(松村, 1980)であり、複数の円の重なり具合によって関係性を表現する。私が経験している多重関係

を関係学のこの表現にならってみようとする
と、円がいっぱいあったり、円が付置さ
れるグラウンドがデコボコだったりツルツル
だったり黒かったり黄色かったりというよ
うなイメージが湧く（家族が関係する場合
や地域性などの文化も影響すると考えるか
ら）。

思わず「うわぁ…」と声を出してしまいそ
うになる。というか、声が出てしまってい
る。多重関係を相手に臨床を行っていくこ
との大変さと困難さが伝わってくる。とは
いえ、円の様子やグラウンドの様子を注視で
きれば、多重関係が心理臨床に及ぼす影響
理解に繋がるのではないか。加えて、より
リアリティを持った探求にするために、マ
イクロ・エスノグラフィー（箕浦, 1999）の
手法を採用することもよいかもしれない。
関係学やマイクロ・エスノグラフィー的
手法を用いて、心理臨床における多重関係
について今一度、捉えることをしてみたい。

「心理臨床における多重関係について考
えたい」ということをこのように文字にす
ることは、正直、罪を犯している感じがす
る（冗談抜きで、“まっとうな”手順の心理臨
床を行われている先生方に刺されるのでは
ないかと心配になる。いや、刺されると言
っても包丁で刺されるという意味ではない
…）。心理士になる為に受けてきた教育が強
くしみ込んでいるからだと思う。これは私
が大学院でかかった呪い（個人的見解）だ
と思うが、実際、社会に出てから戸惑う心理
士は少なくないのではないか。そうであ
れば、心理臨床の実際を含めた見解も、心理
士の養成課程に踏まえていかななくてはな
らないと思う。習った通りにはいかない場合
もあるけれど、それでも誠実に行っている

臨床に対して、必要以上に怖がったり劣等
感を抱いたり自信が持てないでいることを
止めにし、自身の目の前に座る CI のために
心理士として精一杯の役目を果たすために。
そして、いろいろ大変な（個人的見解）心理
士を職業として選ぶぐらい「こころ」の仕
事に憧れた私達が、今後も心理士を続けてい
くために。



注2) 心理シの「シ（士/師）」について。

現段階で、自身は「士」の意味合いの
方を身近に感じているので、本稿で
は「士」を使用している

注1) APA が定める多重関係は、セラピ
スト（以下 Th）が（1）CI に対して
別の役割を持っている場合、（2）CI
と密接に関わっている人、または
CI と親戚関係にある人との間に、
なんらかの関係を持っている場合、
（3）CI に対して、あるいは、CI と
密接に関わっている人、または CI
と親戚関係にある人に対して、将来、
別の関係を持つことを約束してい
る場合、とされる。

（1）は Th と CI の直接的な限定さ
れた関係であり、「狭い多重関係」、

（2）（3）は Th と CI の間に他者が
介在している複雑な関係であり、
「広い多重関係」と捉えることがで
きる。私が日常で経験する、悩まさ
れている多重関係は「広い意多重関
係」であると考えます。

- Hermans, H. & Kempen, H. (2006). *The Dialogical Self: meaning as movement*. San diego, Calif: Academic Press.
(ハーマンス・ケンペン 溝上慎一・水間玲子・森岡正芳 (訳) (2006). 対話的自己：デカルト/ジェームズ/ミードを超えて 新曜社)
- Nagy, T. (2005). *Ethics in Plain English: An Illustration Casebook for Psychologists*. 2rd ed. Washington, D.C.: American Psychological Association. (トマス・F・ネイギー・村本詔司(監訳)・浦谷計子(訳) (2007). APA 倫理規準による心理学倫理問題事例集 創元社)
- 松村康平 (1980). 人間科学としての心理学—2つの著書の書評を中心として 応用心理学研究, 3・4, 45-65.
- 箕浦康子 (1999). フィールドワークの技法と実際
- 溝上慎一 (2008). 自己形成の心理学 他者の森をかけ抜けて自己になる 世界思想社
- 日本公認心理師協会 (2020). 日本公認心理師協会倫理綱領
- Lazarus, A. A. (2002). How certain boundaries and ethics diminish therapeutic effectiveness. Lazarus, A. A. & Zur, O. (Eds.) *Dual relationships and psychotherapy*. Springer Publishing Company. pp. 25-31.
- 東畑開人 (2017). 日本のありふれた心理療法—ローカルな日常臨床のための心理学と医療人類学— 誠信書房