

治療的面接におけるメタファーについて（試論）

Metaphor in Therapeutic Conversation

弘前大学保健管理センター 遠山 宜哉

-
- I メタファーの意義
 - II メタファーという概念
 - 1) 定義
 - 2) 多様なメタファー
 - 3) 構成主義とメタファー
 - III レトリックにおけるメタファーの位置
 - IV 治療場面のメタファーの機能
 - 1) メタファーの多面的な機能
 - 2) メタファーは人を自由にする（間接性）
 - 3) メタファーは創造する（創造性）
 - 4) メタファーはありありと示す（明示性）
 - V 治療的利用における問題
 - 1) 間接性の視点から
 - 2) 創造性の視点から
 - 3) 明示性の視点から
 - VI おわりに
-

key words: metaphor, constructivism, indirective communication

I メタファーの意義

名人五代目志ん生が演じる話に「風呂敷」という落語がある。近所の若い男が長屋を訪ねてやって来るが、男がおかみさんと話しているところへ嫉妬深い亭主がへべれけになって帰ってくる。疑われては大変と男を押し入れに隠すが、都合の悪いことに亭主はその前に座り込んでしまう。そこで知恵者の“兄さん”の登場となる。兄さんは風呂敷を持って酔っ払った亭主のそばにやってくると、「今、ちょっとわきにござたがあってな、口ききをしてきた」と話を始める。「どんなござた」和問う亭主に、嫉妬深い亭主にゆえない疑いを持たれまいと、たまたま訪ねてきた若い男を女房が押し入れに隠したところが、亭主が帰ってきてその前に座り込んでしまったんだと言いなから、どんな風に押し入れの中の男を逃がしたかを実演してみせる。

「そいつは、おめえみてえにそういう風にあぐらをかいてやがってな……、仕方がねえからおれは風呂敷を持って行ってな、……おまえとするね、そいつをさ。そしてばーんとかぶしちゃったんだ、風呂敷を。どうだ、見えるか？ 見えねえだろう。……それでおれがその家の押し入れを開けると、いるんだよ、そいつが。『早く出ろ』こう言ってやったんだ、そこの家で、おれがよ」この調

子でうまく若い男を逃がしてしまうと、まだよそ事と思って聞いている亭主が「なぁーんだ、うまく逃がしやがったな」というのがサゲである。

問題解決に向かった“兄さん”が酔っ払った亭主を説得したり無理に場所の移動を迫っていたら、亭主の強い抵抗にあったらう。よその家のごたごたとして話をしたので亭主も興味を持って成り行きを尋ねたし、救出作戦を実演するのに嫌がらずに付き合ったのである。

この落語から連想するのは、吉本(1993)の「現代催眠」におけるつぎのような暗示の仕方である。

「山田さん、私はここに相談に来る人達とお会いする時、うまく心理的援助がしてゆけるかどうか、不安で、自信がなくなることがあります。そんな時には、あなたがゆったり座っている椅子に腰かけ、静かに深呼吸し、夢想を始めるのです。目の前の椅子に、私の尊敬するある催眠療法家が座っていたら、何と言うだろうかと。

彼は、目の前の椅子に座っている人を、リラックス状態に導いていき、深い安らぎの中を漂っている間に、多くのことを語りかけました。それは、ふだん、見過ごしたり、無視していることです。そして、人の心の奥深くまで見抜き、秘められた希望や夢を探り当てたのです。……」（吉本・加藤、1993, p. 184）

ここで治療者はあくまで自分自身の経験について述べるという形をとっているが、それがクライアントへの暗示として機能している。クライアントは「あなたは……となるでしょう」といった暗示よりずっと自然にこの暗示を受け入れることができる。他にことよせてものを語ることによって生まれる力と言えるだろう。広い意味でのメタファーの力である。

吉本のいう「現代催眠」はミルトン・エリクソンの影響を強く受けているが、エリクソンの影響を受ける他のセラピストたちも、メタファーの使用について非常に自覚的かつ積極的であり、逸話の作り方や具体的な使用法について多くの論文を発表している。しかし、メタファーが重要なのはエリクソニアン・アプローチだけではない。おそらく広義のメタファーはセラピーの本質的な構成要素の一つである。

メタファー研究においてもっとも重要な著作の一つ『レトリックと人生』で、レイコフとジョンソンはつぎのように述べている。

「メタファーというのは、ただ単に言語の、つまり言葉遣いの問題ではない……。それどころか、筆者らは人間の思考過程の大部分がメタファーによって成り立っていると言いたいのである。人間の概念体系がメタファーによって構造を与えられ、規定されているというのはこの意味である。人間の概念体系の中にメタファーが存在しているからこそ、言語表現としてのメタファーが可能なのである」（Lakoff, G. & Johnson, M., 1980. 訳書 p. 7）

たとえば、レイコフらが言う「空間関係づけのメタファー」（spatialization metaphor）には、“楽しきは上、悲しきは下”（HAPPY IS UP; SAD IS DOWN）というのがある。日本語でも事情は同じなので日本語の例を示すと、

- ・舞い上がるような気持ち
- ・気持ちが上向いてきた
- ・上機嫌だ
- ・沈んだ気分になる
- ・どん底にいるような気分だ
- ・すっかり落胆した

といったぐあいである。こうして並べてみると、確かにわれわれが楽しいことを空間的に上に位置づけ、悲しく沈んだことを下に位置づけていることが分かる。この場合には楽しみや悲しみといった概念に空間的な構造が与えられているのであり、われわれの思考にはこうした構造が当たり前のようにインプットされている。

あらゆる言語表現からメタファーによるものを除いていくと残るものはごくわずかである。上一下、内-外といった関係性の概念、物体、内容物などの単純な物理的概念などがそれであると考えられるが、それだけを使って表現できることはかなり限定される。まして抽象概念を操作したり表現したりする時にメタファーを媒介にしないのは困難であることが多い。たとえば、レイコフらの示した例に“考えは植物である”というのがある。

- ・ある考えが芽生えた
- ・思想が開花する
- ・ある考えが実を結んだ

といった表現は、“考え”を植物になぞらえることによって生まれているという。思考についての表現は他にもたくさんあるが、そうした表現は単なる言葉のあやや言い回しの妙ではなく、それによってはじめて“考え”という抽象概念に構造が与えられ概念が理解可能になる本質的な契機なのである。

治療者やカウンセラーと呼ばれている人たちの扱っている心とはこうした抽象概念の代表である。したがって、それを把握し表現するためにはメタファーを用いざるを得ない。まして、その言語表現を媒介にして相手とコミュニケーションを行い、あまつさえ何らかの影響を与えようとする治療者にとっては、こうしたメタファーのありようを知ることは最重要課題のはずである。心についてのメタファーに敏感で自覚的である必要があるということである。しかし、それだけではない。メタファーを積極的に援助や治療に活かすように考えることも求められる。つまり、使わざるを得ないメタファーに対して自覚的であるばかりでなく、メタファーの多様な機能を治療的面接の展開に積極的に利用する視点は、「使える資源は何でも使う」という意味から有用であろう。

さきに述べたように、エリクソンの影響を強く受けた人びとのあいだでは特に逸話の治療的な使い方について多くのことが論じられてきているが、メタファーを用いて心を扱うというテーマはもっと広い裾野をもっているだろう。以下では治療的面接におけるメタファーの位置づけについて、おおまかな全体像を描いてみたい。

Ⅱ メタファーという概念

1) 定義

ここではあるものを別のもので“なぞらえる”働きをひろく“メタファー”として理解することにし、厳密な定義は修辞学に任せておきたい。むしろ、できるだけ広い意味で捉えることで問題の広がりを見すえた方が良いだろう。その後に、さらにカテゴリーを分ける必要も出てくるかもしれないが、それは先の話である。治療論の中でメタファーが論じられることは少なくないが、多くは単純で広い定義か、あるいはこれといった定義を下すことなく自明のこととして議論を始めているようである。

2) 多様なメタファー

フィリップ・バーカー(Philip Barker, 1985)は、メタファーの定義に頁を割くかわりにさまざまな治療的メタファーを列挙している。

- (1) 包括的で長い物語
- (2) 特定の目的のための逸話ないし短いお話
- (3) 特定のポイントを例示し強調するアナロジー、直喩など
- (4) 関係のメタファー
- (5) メタフォリカルな意味をもつ課題、儀礼
- (6) メタフォリカルな“もの”
- (7) 芸術的なメタファー（絵画、塑像など）、夢やファンタジー

このうち、(1)～(3)はおもに単位の大きさとで区別しているものである。たとえば(1)が(2)や(3)の単なる積み重ねであるとは限らないが、メカニズムは同様のものである。実はそのメカニズムを示したのが(4)になっている。「隠喩とは本質的に、一つの現実がいかに他の現実と似ているかということを見る見方ではないのだ。それは、一つの現実を他の現実を通じて見る見方なのである」(Ramanyshyn, R. D., 1982, 訳書 p. 220)。“晩年とは人生の黄昏である”という隠喩の背景には、“人生に晩年があるように、一日には黄昏がある”という理解があり、人生と晩年、一日と黄昏との関係に類似性があるって隠喩が成り立っているというのである。他の例で言えば、ある夫婦を評して“われ鍋にとじ蓋”だと言うとき、夫が蓋と似ているとか、妻が鍋に対応するなどといった類似性が問題にされているのではなくて、夫と妻との関係がわれ鍋ととじ蓋という別の関係によって“なぞらえ”られているのである。

これに対して、(5)～(7)は言語を介した理解を越えて、“もの”や行動を介してメタファーが使われることを示したものである。こうしたメタファーの例としては、東(1994)の紹介している不登校のケースが参考になる。不登校の児童とその親に対して、東は“なまけ虫”がとり憑いていると説明し、なまけ虫を描いた絵を作って毎日、家族全員でそれを叩いて追い出すように指示している。“なまけ虫”は「不登校の原因」のメタファーであるが、それを絵に表し、叩くという課題にしている。ホワイとエプストンが紹介している有名な“ずるがしこいプーの事例”(White, M. & Epston, D, 1990)では、「遺糞症の原因」のメタファーに“ずるがしこいプー”を登場させている。当該の一家は、自分たちの人生や人間関係をそのメタファーを介して“再叙述(re-author)”できるようになる。プーの策略にはまらないように行動をとろうとすると、父母は遺糞をするのは子供自身ではなくその背後にいるプーだと考えるので、それまでとは違った展開が生じる。そして遺糞という“問題行動”がいったんおさまると、ホワイらは「ずるがしこいプーの支配をはねつけることについての認定書」を作って賞状のように授与することによって、メタファーの有効性を保つ工夫をしている。この認定書はメタフォリカルな“もの”の一つであろう。

3) 構成主義とメタファー

“なまけ虫”や“スニーキー・プー”がメタファーだとして、それは何をなぞらえているのだろうか。上述したように前者は「不登校の原因」、後者は「遺糞症の原因」を“なぞらえた”ものと言って良いと思うが、しかし、このメタファーを使った治療者にとって、このメタファー以外に

“本当の”原因は想定されていないはずである。こういう形でメタファーを使う方法は“問題の外在化”と表現されるが、本来は内在しているものを治療の都合で外在化させたというだけのものではないだろう。むしろ、現実とはこのようなメタファーを通じて構築されるものと考えられているのではなかろうか。これが構成主義の立場である。

われわれの心ははっきりと形にして見えるようにはできないものであり、何かに“なぞらえる”ことによってしか理解できないものである。しかし、実体のないものを何かに“なぞらえる”ことは可能なのであろうか。ラマニシャインは、“キイチゴのジュースにちょっと浸ったスズメ”という表現によってムラサキマシコという鳥を知ったネメーロフの例を取り上げて述べている。「ムラサキマシコは、キイチゴのジュースにちょっと浸ったスズメであって、ネメーロフはその隠喩を通じて、この現実を見たのである。しかし、目に見えるものとして事実的にそこにある何かを、彼が見たわけではないことに注意する必要がある。そのマシコは、スズメでもないし、ジュースで濡れてもいけないけれども、それでも彼はキイチゴのジュースにちょっと浸ったスズメを通して、そのムラサキマシコを見たのだ」(訳書p. 216)と。

したがって、心についてのわれわれの認識は、現実の構成というメタファーの創造的な作用によって導かれていることになる。

Ⅲ レトリックにおけるメタファーの位置

メタファーは他のレトリックと比べると、治療的面接における意味が深いと言うことができよう。その理由について述べてみたい。

瀬戸(1995)は代表的なレトリックとして、隠喩(metaphor)・提喩(synecdoche)・換喩(metonymy)の三つを取り上げ、その関係を明快に示している。いわく、“白雪姫”はメタファー、“人魚姫”はシネクドキ、“赤ずきん”はメトニミーである。メトニミーは現実世界のなかでの隣接関係に基づくものであり、“赤ずきん”によって“赤ずきんをかぶった女の子”を表現する。これに対して、シネクドキは意味世界における包含関係に基づくものであって、“人魚”という類によって特定の“姫”を“人魚姫”と表現する。メトニミーが現実世界の関係、シネクドキが意味世界の関係に基づいているとすると、メタファーとはその両方の世界の橋渡しをするものである。そして、私たちの内にある意味世界と外にある現実世界との「両世界を結ぶメタファーは、私たちの身体が媒介する」(p. 206)という。メタファーのこの橋渡し機能こそが、抽象的で形のない心の世界を目に見える形で示し、生き生きとした理解をもたらし、それを操作することさえ可能にしてくれるのである。また、身体を媒介にしていることが論理を越えた直観的・実感的な理解を保証する。これこそ治療的面接にとって非常に重要な点であろう。

尼ヶ崎(1990)は、仕事の邪魔にはならないが部屋の雰囲気を作るようなBGM的な音楽を“壁紙音楽(wall-paper music)”と呼ぶ表現があるのを紹介して、こう述べている。「私が『壁紙音楽』という言葉聞いたとき、私の身体は想像の中で壁紙にとり囲まれた身体をなぞり、その経験の『型』が今音楽を聞く私の身体に具現していることを確かめたのではなかったろうか。とすれば、隠喩の理解とは、そもそも私の身体がなぞりによって隠喩的に変容することである」(p. 199)。ここの“理解”とは、さきの例で言えば、ムラサキマシコについて鳥類図鑑の定義で論理的に把握

するのではなく、キイチゴのジュースにちょっと浸ったスズメとして体験的に会得することなのである。生田(1987)はさらに、声楽家が声の出し方について指導するときに、「目の下に柵を感じて声を出しなさい」「頭をつるようにして声を出しなさい」と表現する例を挙げているし、不立文字をとる禅の世界ではこの種の例に事欠かない。これらはメタファーによってある種の会得（悟り）を目指しているのである。

このような“理解”の違いを心の問題でたとえるならば，“頭では”不合理な考えであり行動であると分かっているにもかかわらずそれを改められないと訴える人びとに対して、論理的に不合理性を説明すると、不合理性を実感できるようにするのとの違いと言えるだろうか。言うまでもなく後者がメタフォリックな理解であり、より治療的・援助的であって、メタファーの面目躍如というところである。

なぜ隠喩に癒しの力があるのだろうか。佐藤(1978)は狭義のメタファー（隠喩）と直喩とを比較してつぎのように述べている。「直喩は『……のやうに』という結合表現によって、非常識的な類似性を読者に強制していることになる。（中略）直喩によって類似性が設定されている」（p. 65）。一方、「隠喩は謎に似ている」。「結論をみちびき出す仕事を読者にゆだねられていて、隠喩の読者は、いわば解法を見つけるゲームによって遊び、みずから発見した解答にささやかな驚きを感じる。（中略）ほとんど無自覚の、一瞬のゲームである。しかし、たしかに読者はそこに参加していることになる」（p. 89）。ここで重要なのは、隠喩の理解とは一種のゲームで、書き手と読み手とのいわば共同作業によって成立するという視点であり、そこにはある発見が伴うという指摘である。つまり、隠喩の理解は創造的発見的なものである。治療的面接では、悩みを抱えたクライアントが隠喩に出会い、そこにこれまで考えていなかった新たなものの見方を発見することによって癒しにつながるのである。また、これまでに述べたように、その見方は生き生きとした直観的なもので、身体的な“なぞり”を媒介にしているので統合的全体的であることも癒しにとって重要な条件である。

Ⅳ 治療場面のメタファーの機能

1) メタファーの多面的な機能

メタファーの利用についてもっとも自覚的であり、かつ積極的であった治療者は、ミルトン・H・エリクソンであろう。特に逸話をうまく使ったことで知られており、ザイク(Zeig, J. K., 1980)はその逸話がどのような目的で使われ、面接においてどのような機能を果たしているのかを詳細に検討し以下のように整理している。

- (1) 診断
- (2) ラポールの確立
- (3) 治療過程
 - a) 問題となるポイントを示したり、明らかにしたりするために
 - b) 解決法を示唆するために
 - c) 人に自分自身を理解してもらうために
 - d) 考えの発展を促したり、動機づけを高めたりするために
 - f) 治療的に対人関係を制御するために

- g)指示を入れるために
- h)抵抗を弱めるために
- i)問題に対して新しい枠組みを与えたり再定義したりするために
- (4) その他
 - a)自我確立を助ける
 - b)コミュニケーションの一つのモデルを提供する
 - c)患者自身のリソースを呼び起こす
 - d)患者の恐怖を脱感作する

これを見ると、治療のあらゆる場面において逸話が用いられることが分かる。その背景にはメタファーとしての基本的な特徴があり、それをうまく利用していると言えるだろう。パーカー(1985)によると物語などのメタファーのもつ治療上の利点は8つあるという。すなわち、

- (1) 物語や逸話には魅力がある
- (2) 人に脅威を与えず、直面化させることもない
- (3) 同じ物語でも、人それぞれのやり方や目的で利用することができる
- (4) 無意識の心や態度に直接影響を及ぼせる物語もある
- (5) 物語には柔軟性があり、多様なコミュニケーションのチャンネルとして使える
- (6) 相手の人間について、あるいは相手に対して、何かを言う時に引用という間接的な形でできる
- (7) 人とのラポール、特に子供とのラポールの形成に貴重である
- (8) コミュニケーションの一つのモデルを提供する

という8点がそうである。しかし、このようなさまざまな機能も、前節までのメタファーについての考察からすると、基本的に三つにまとめられるだろう。以下でそれぞれについて検討してみたい。

2) メタファーは人を自由にする(間接性)

メタファーを使うということは、文字通りには言わないということであろう。つまり“よそごと”のように言うことになる。文字通りの世界から離れたイメージの世界を臨床面接の場面に持ち込むということが、クライアントを自由にする効果をもつ。

a)第一にそれはクライアントにとって魅力あるものになりうる。行き詰まってしまった問題に囚われて、そこばかりに目を向けているクライアントをまずそこから引き離すのである。そのことによって、問題に向き合う姿勢そのものが変化する“遊び”ができる。コップ(Kopp, 1995)は、クライアントがみずから自分の問題を表現しようと用いるメタファーを治療者が引き受け、そのメタファーが変化を起こすよう働きかけることによって治療を進める方法を提唱している。具体的にはつぎのような例を挙げている。

夫と別居中の38歳の女性のケース。夫が予告なく家に尋ねて来るのを不満に思っている。その様子はまるで“機関車”が突入してくるようだという。そこで治療者は、夫が機関車ならあなたは何でしょうかと尋ねる。「トンネルだと思います」と答える婦人に、「そのイメージをもっとあなたにとって望ましいように変えてみることができますか?」と働きかけるのである。婦人がそれに「脱線器(derailer)が良い」と答えたことをきっかけに、彼女は夫に対してより強い態度で臨むよ

うになった。

ここではメタファーを使うことで、直接的に問題を扱うことを避けているが、そのことがクライアントに解決へのイメージを作りやすくさせている。

b)問題から少しでも目をそらす時間をもうけるという意味では、メタファーを場面転換のために用いることもできる。面接があまりにも問題中心になり、そのために次第に行き詰まる感じを持つようになったり、考えも悲観的になりやすくなる場面で、「こんな話があります」と話すやりかたは、たとえそれ自体にさほど重要な意味がなくても治療的には有効であり得る。

c)また、治療者のメッセージがメタファーによって間接的なものになることで、クライアントは“抵抗”を起こしにくくなる。それは、治療者の意図するメッセージの真意をクライアントが受け入れても良いし、メタファーを文字通り受け止めるだけでも構わないからである。逆に言うと、治療者の意図するメッセージ、たとえば介入のための指示には、少なくとも表面的には抵抗できない仕組みになっているとさえ言える。メタファーがそこで語られているという共通理解さえあれば、そこからどのようなものを汲み取るかはすでにクライアントに任せられており、抵抗しなければならないようなメッセージと受け止めるのはクライアント本人だからである。また実際にも、クライアントが治療者から直接的に課題を与えられた場合より、自発的に課題を選んだと考える余地がある間接的な指示の方が受け入れやすい。さらに、治療者のメッセージがいくぶんのはずれだったとしても、そのことによるダメージはメッセージが間接的なものであるほど軽いと言えるだろう。

d)メタファーの受け止め方がクライアントに任されているということから、メタファーを診断的に用いることが可能になる。すなわち、どのようなトピックでどのような間接的表現をするとき、どのように受け止めるかということを観察することによって、クライアントの葛藤、こだわり、関心、能力、資質などさまざまなことが明らかになる。つまりここでは、メタファーが投影法検査の一刺激として機能しているのである。

3) メタファーは創造する(創造性)

メタファーは謎解きであり、治療者とクライアントはその謎を通してものごとの新しい見方、理解、体験を創造し発見していく。その意味では多様な謎、メタファーがあり得るし、それを説き明かしていく過程そのものが治療的な効果をもつという側面も指摘できる。

a)クライアントの訴える問題やその解決について、どのようなメタファーが共有されるかによって、セラピーの展開の仕方はおおいに異なるだろう。メタファーによって、現実を解釈し構成することにより、かなり自由で創造的になりうる。治療モデルというものがあるとすれば、それ自体もメタファーに他ならない。古典的でもっとも体系的なのは精神分析のそれであろう。スペンス(Spence, 1987)は「メタファーとしての精神分析理論」という章でつぎのように述べている。「私たちは精神分析理論の大部分が依然として仮説であって、そのためそれらが発展していないメタファーの断片にすぎないということを認めざるをえない。フロイトは多くの場合、習慣として隠喩的な言語を意図的に用いたのであり、そのことによって私たちは臨床の中で起こっていることを、新しい、異なった見方で見る事が可能になる。けれどもその隠喩がいつも現実に対応する関係をもっているとは限らないのである」(訳書p.1)。メタファーが指し示し作り上げるものの他に、何か対応すべき現実があると想定している点では徹底していない面もあるが、この指摘は重要であらう。

う。治療者が抑圧や抵抗や防衛といった概念＝メタファーを用いることにクライアントも賛成していくならば、そこに新たな現実が創造されるのである。それが精神分析の治療というものであろう。精神分析治療の装置はむしろ、そうしたメタファーの世界にいかにか説得的にクライアントを呼び込むかということに腐心しているように見える。いかにか権威的に、強くメタファーに同意させていくかが精神分析治療の課題であり、治療者とクライアントがメタファーを共有できればそれは洞察を得たに等しく、ゴールはすぐそこなのである。しかし、精神分析のメタファーがすべてではない。

たとえば、シェーファー(Schafer, R.)は、「頑固な抵抗があった」とか「怒りの感情に襲われた」といった形で、名詞で心的過程を語ることを否定し、「頑固に抵抗した」「怒って……した」というふうに行為として語ることを提唱した(妙木, 1989)。同じことをコミュニケーション論の立場から言えば、「頑固に抵抗していることを(人びとに対して)示した」「怒っていることを示した」というようになるだろう。いずれにせよ、メタファーを介して治療者とクライアントに共有される現実が構成されることが重要である。したがって、適切な時と場面で適切なメタファーが使われれば、治療を飛躍的に進めるであろう。

b) コップ(1995)が言うように、メタファーを発信するのは何も治療者だけではない。クライアントも多くのメタファーを発信している。治療者はそれを引き受けて、それを理解し、それをともに発展させることができる。そこにはメタファーを共有し同じ世界に生きるという体験が生じる。もちろん、逆に治療者があるメタファーを提示して、それがクライアントに受け入れられていく過程でもこの共有体験が起こる。そこに共通するのは、世界の共有であり、体験の共有であって、そこにラポールが生じる。そしてそれは共感の喜びを伴ったラポールのはずである。ザイク(1980)によればエリクソンは意識レベルでの共感が成立しにくい人や、それが適切でない人に対しても、メタファーを介して無意識との間にラポールを形成していたと述べている。

c) メタファーによって構成される現実を共有していくとき、これまでとは違った新しいものの見方が生まれることがある。認識の枠組みの変化、つまりリフレーミングが起こるのである。治療的文脈ではないが、レイコフら(1980)もこうした例を示している。

レイコフらの大学に留学していたイラン人は、問題の解決というときにアメリカ人が“溶解(solution)”という言葉を使うのを聞いて、つぎのようにイメージしたという。「ブクブク泡を立て、蒸気を立ち昇らせている大量の液体の中にすべての問題が溶解したり、沈殿したりしている、触媒によって次々とある問題は(一時)溶解し、ある問題は沈殿している」(訳書p. 209)と。これに対してレイコフらは、問題解決をパズルにたとえるやり方よりも、このメタファーの方が優れている点があると指摘して、つぎのように述べる。「このメタファーは、問題というものは決して完全に消えてしまうものではない、一旦解決されれば永遠に解決され、消えてなくなってしまうといった類のものではないということを教えてくれる」。「すべての問題は常時存在しているのであって、ただそれが溶解して液体となっているか、あるいは固体となっているかに過ぎない。われわれが望み得ることはせいぜい、他のものを沈殿させることなくある問題を溶解できるような触媒を見つけ出すことである」(訳書p. 210)

著者自身の簡単な例も紹介しておこう。気分が落ち込んでいるという学生とのカウンセリングで、彼女は飛行機のメタファーを持ち出した。「飛行機が急降下するように気持ちが落ち込んで、今は落ち込んだまま低空飛行です」と。そこで「それなら、機首はだいぶ上がったわけだね」とメタ

ファーの新しい側面を指摘したところ、「なるほどそうですね、上向きになったんですね」と表情を明るくしたのである。ここではカウンセラーがクライアントのメタファーに付き合っただけであるが、別の見方を提供していると言えるだろう。

4) メタファーはありありと示す（明示性）

メタファーは間接的にメッセージを伝えるが、伝わる内容は直接的で生々しい。一見矛盾しているようであるが、受けとろうとして受けとったメタファーのメッセージは前概念的、直観的に理解される。そのことが治療的にみて強い効果をもたらす力の源となる。いったん適切な文脈で適切に伝わったメタファーは、強い力を持つのである。

オハンロン(O'hanlon, 1992) はエリクソンが夜尿の少年を治療する様子を記述している。夜尿は筋肉のコントロールがうまくいかない状態と言えるが、エリクソンは夜尿それ自体にはいっさい触れずに、少年の好きな野球をとりあげてつぎのように述べる。「野球をするときには筋肉をうまく動かす必要があるね。（中略）野球では、ボールが君のところへ飛んできたらグローブを開いて、ボールの真下に正確に体を動かさなければならないね。しかもそれは自然にできて、君はいちいち考える必要はないんだ。ちょうど良いタイミングでグローブを開くと、ボールがそこに入ってくる。そうしたらすぐにグローブの中のボールをつかむ。もう一方の手にボールを移すときには、ちょうどまいタイミングでグローブを開かなくちゃならないね」(p. 133) 以下、しばらく続くのだが、こうして少年の得意な野球の話をもメタファーとして使いながら、そこで筋肉をコントロールしている体験をなぞらせている。ここには前節までに述べてきたような、メタファーの身体的な“なぞり”の効果が使われている。それは言語を媒介にしてはいるが、言語的論理的な理解ではない。「身体がなぞりによって隠喩的に変容」したのである。

イメージを使った心理療法にもメタファーが使われる。たとえば、田嶋(1992)の提唱する壺イメージ法では、「クライアントないし患者に、こころの中のことが入っているいくつかの壺または壺状の容れ物のイメージを浮かべてもらい、次にその中に入って、中の感じを味わってもらい、そして壺の外に出るということを、それぞれの壺ごとに順次試みるという簡単な手続き」(p. 146)をとる。当初は何ものかであったわけでもない壺であるが、そこにいろいろなものが現れたり感じられたりするようになってくるという。イメージを使うものとしては、仏教における「観法」が修行として用いられているのが有名であるが、これもまた癒しの力をもっていると考えられる。

V 治療的利用における問題

メタファーを治療的に利用する場合で、どのような危険性や限界が考えられるかについては、あまり多くの言及がなされていない。あまり問題にされていないというのが実情であろう。そこで以下では前節で述べた三つのメタファーの基本側面のそれぞれについて、メタファー利用の留意点について考察したい。

1) 間接性の視点から

メタファーは間接的なコミュニケーションとして現れるので、より直接的な指示や助言、介入などと比べて害は少ないとされている。的を外したり、時や場所を得ないメタファーは、クライエン

トの方が反応をしないから実害はないという理由である。ゴードン(Gordon, D., 1978)は、知的で成熟した若い男性にメタファーとしておとぎ話を使ったところ、そんな話は嫌いだ、空々しい、といった反応を得たことがあると述べている(p. 159)。彼によれば、しかし、それでも狙いとしている変化の援助はできているはずだと説く。ゴードンはバンドラーやグリンダー (Bandler, R., Grinder, J.)らの影響を強く受けており、メタファーを無意識へのメッセージとして捉えるからであろう。

ただ、不適切なメタファーを使うことでクライアントに不要な迂回をさせることになることは考えられる。新たに適切なメタファーを使えば軌道修正が可能なのがメタファーの柔軟なところであるが、意図しない伝わり方をしていないかがつかめなければ、軌道修正もできない道理である。したがって、メタファーを適切に用い治療を効率的に進めるには、クライアントの関心を引くような魅力的なトピックを考え、メッセージが受け入れられるような状態にあるかどうかを見きわめ、タイミングを心得てメタファーを伝え、それがどのように受け止められるかをおさえる、という一連の注意深い観察が必要になるだろう。

また、メタファーの伝えるメッセージの間接性を確保しておくためには、クライアントから「それはどういう意味でしょうか」と尋ねられないようにする布石が必要かも知れない。

一方、クライアントの方からメタファーが取り上げられる場合もある。この場合には、治療者がそこに込められた意味を敏感にとらえられれば良いのであるが、そこで共感やラポールが成立するというだけでは不十分なことが多い。クライアントは建設的あるいはポジティブでない不適切なメタファーを使うことが多いからである。まさにそのことが問題を問題にしている場合も少なくないから、新たな光を当ててみたり別のメタファーの可能性を探ってみたりしてリフレーミングしていくことが必要になるだろう。

2) 創造性の視点から

メタファーの創造性が損なわれるのは、メタファーが陳腐化してしまうときであろう。レイコフらはこれを「死んだメタファー」と呼んでおり、「椅子の足」などの例を挙げている。メタファーが固定的な意味にとらえられるようになると、コミュニケーションの間接性も保てなくなるし、明示性も失われてしまう。そこでよく知られた寓話などを用いるときには、少しずつ変化を加えたり話をふくらませたりすることが必要である。そうすると、思いがけない発見に至ることもある。もちろんオリジナルなものがあればその方が創造的・発見的であろう。

また、メタファーで取り上げるトピックはクライアントに親しみがある、あるいは関心があるものの方が魅力が増すが、クライアントに比べてあまりに治療者の知識が乏しいと、ちぐはぐなやりとりになるだろうし、治療者が先行きを読めなくなるだろう。治療者には発見的なのに、クライアントにはさほどの印象を与えないかも知れない。

3) 明示性の視点から

メタファーは生き生きとした体験をともなった理解をもたらすが、それは同時に危険性をも孕んでいるだろう。とくにそれが強く現れるのは、イメージを用いた療法の場合である。みずから描いたイメージに圧倒されてしまうクライアントがあるからである。これを防ぐためにそれぞれ工夫がなされていて、一定のクライアントにはメタフォリックなアプローチをとらないというのも一つの解決策であるが、メタファーの利点を生かしながら治療を進めることも可能である。たとえば、壺

イメージ法を提唱している田嶋(1992)は、イメージとの間に距離をおく工夫としてまず壺をイメージしてから、つぎにその中を見たり入ったりするという段階を踏むようにしているという。クライアントがそれを受け入れられる時機が到来しない限り壺の中に入るのを控えることで、危険を回避しているのである。また、「イメージの中でどんなことが起こっても、治療者がとことんつきあっていくから大丈夫という覚悟なり姿勢なり」(p. 142)が伝われば、ひどい害をもたらすことはないとも述べている。

VI おわりに

ここでは治療面接の場面で使われるメタファーの意義について概観を試みた。メタファーを利用する意義がさまざまに述べられている中で、大きく三つの点が核になるものと考えて、修辞学の知見と結び付けて考察したことになる。3点で尽きるとは思えないが、整地されていないどんな凸凹の地面にも三脚なら立てることができる。これを土台としてさらに考察を深めていきたいと考えている。各方面からのご批判等をうかがいたいと思う。

参考・引用文献

- 尼ヶ崎彬 1990 『ことばと身体』勁草書房
- Barker, P. 1985 Using Metaphors in Psychotherapy New York: Brunner/Mazel
- Gordon, D. 1978 Therapeutic Metaphors—Helping Others through the Looking Glass—Cupertino, CA: META Publications
- 生田久美子 1987 『「わざ」から知る』東京大学出版会
- Kopp, R. R. 1995 Metaphor Therapy—Using Client Generated Metaphors in Psychotherapy New York: Brunner/Mazel
- 東 豊 1994 不登校の家族療法 岡堂哲雄編『親子の心理とウェルネス—21世紀の幸福な親子関係を目指して—』現代のエスプリ別冊, 至文堂, pp. 154-165.
- Lakoff, G. & Johnson, M. 1980 Metaphors We Live By Chicago IL: University of Chicago Press. 渡部昇一, 楠瀬淳三, 下谷和幸訳『レトリックと人生』大修館書店 1986
- O'hanlon W. H. 1992 Solution Oriented Hypnosis—An Ericksonian Approach New York: W. W. Norton & Company
- 岡野憲一郎 1989 言葉と洞察—R. シェーファーの臨床的言語論—北山修・妙木浩之編『言葉と精神療法』現代のエスプリ 264号, pp. 113-123.
- Romanyshyn, R. D. 1982 Psychological Life: From Science to Metaphor Austin: University of Texas Press 田中一彦訳『科学からメタファーへ映像としての心理的世界』誠信書房 1983
- 佐藤信夫 1978 『レトリック感覚』講談社
- 瀬戸賢一 1995 『メタファー思考』講談社(現代新書)
- Spence, D. P. 1987 The Freudian Metaphor—Toward Paradigm Change in Psychoanalysis—

New York:W.W.Norton & Company 妙木浩之訳『フロイトのメタファー―精神分析の新しいパラダイム―』産業図書 1992

田嶋誠一 1992 『イメージ体験の心理学』講談社（現代新書）

White, M. & Epston, D. 1990 Narrative Means to Therapeutic Ends New York:W.W.Norton & Company 小森康永訳『物語としての家族』金剛出版 1992

吉本武史・加藤薫 1993 『現代催眠―深層アプローチの技術―』教育メディア

Zeig, J. K. ed. 1980 Teaching Seminar with Milton H. Erickson New York:Brunner/Mazel
成瀬悟策監訳・宮田敬一訳『ミルトン・エリクソンの心理療法セミナー』星和書店 1984