

耳の調律： ナラティブ・セラピーのリスニング

ジム・ハイベル&マルセラ・ポランコ

ノバ・サウスイースタン大学

本論文で著者は、ナラティブ・アプローチにおけるリスニングに対するメタファーとして、「耳の調律(チューニング)」という言葉を採用する。個人的、理論的、そして政治的意図によって影響を受ける、意図的な行為としてのリスニングが、どのように異なるかについて論じる。中心となる考え方は、「～を聴く(listening to)」ことと、「～を聴こうと耳を澄ます(listening for)」ことの違いを区別することである。これは、セラピストが聴くものと、聴かないものを選択しているのだ、ということを示唆している。意図的なリスニングによって、クライアントとセラピスト双方の人生の様相を反映するような、問題のストーリーによっては予測できない治療的な会話につながるのである、と著者は提唱する。意図的なリスニングのマップとして、「耳の調律マップ(Tuning the Ear Map)」を提示する。このマップは、調律(チューニング)、意図、結果、行動の4つのレベルからなる。ライブ・スーパーヴィジョンのグループにおける会話を抜粋しながら、このマップを解説していく。[1]

1 スーパービジョン・グループのメンバー(Carol Marsh, Cherrie McCrory, Yolanda Sophiali, Yulia Waters, and Aleyah Yasin)に感謝する。

連絡先:

James Hibel, Graduate School of Humanities and Social Sciences, Department of Family Therapy, Nova Southeastern University, 3301 College Avenue, Fort Lauderdale, FL 33314. E-mail: hibelj@nova.edu

Marcela Polanco, Student Counseling Center, Southeastern University, 3301 College Avenue, Fort Lauderdale, FL 33314. E-mail: polanco@nova.edu

最も基本となる美的行為は、ひとつの事実を選択することである。(The most elementary aesthetic act is the selection of a fact)

グレゴリー・ベイトソン

リスニングについては、それぞれの理論的背景に沿った基本的前提に則って、心理療法のアプローチごとに異なった方法で理解されている。ナラティブ・セラピーにおいて、セラピストは、さもなければ取りこぼされてしまう考えや出来事を選び出すために、意図的なリスニングをするという立場を取る。この意図とは、症状の有無を訊いたり、洞察を深めたりすることに留まらず、クライアントのストーリーに対して開かれた状態を維持することも含まれる。このようなリスニングでは、その過程における聴き手の意図を含めながらも、聴き手としてのセラピストよりも相談してきた人の声の特権を与えるのである。このリスニングを通して、人がどのように自分自身を理解し、人生におけるどのような行為がその理解を助けてくれたかについて注意が払われる。これはセラピストが、明確に語られていることだけでなく、かすかにしか語られていないことに対しても感受性を持って聴いていくことを意味する。さらに、クライアントが抱える困難を説明する理由について聴くというよりは、クライアントの意図と希望に敬意を持って聴くことを意味するのだ。

フリードマンとコムズは、セラピストとして学ぶのが最も難しいことの一つは、「人々のストーリーをストーリーとして聴くことである」(Freedman & Combs, 1996, p43)と述べた。「私たちがセラピーとは何かについて知っている物語が、『臨床的に重要な事柄』(私たちがどうすべきかを知っているもの)を見つけた時に、私たちに耳をそばただせて「これだ！」と言わせるように仕向けるのだ」(p.43)と、二人は述べる。敬意と感受性を持って聴くことは良いスタートとなるが、それだけでは十分ではない。リスニングを支えるものは、自分の治療的な指向性に対する理解だけではない、ということに気づくことは有益なことだ、と私たちは信じている。リスニングは、セラピストとしての自分の信念と価値観の中に位置づけられ、セラピストとしてどう在りたいかという願望に関連する。リスニングという行為は、理解をつかさどる複雑な配列によって形作られた文脈の中で行われるだ、ということが私たちの立場である。この理解の複雑な配列には、次のものが含まれるが、それに限定されるということではない。それらは理論的指向性や実践によってもたらされたセラピーをめぐるセラピストの考えや、セラピストの役割に期待されることに関する見解、またものごとはどうあるべきかという自身の観点から見て、その役割はクライアントへの支援方法にどうフィットするか、あるいはセラピストに相談することでクライアントが何を期待するのかをめぐる自身の考え、そして、セラピストとクライアントの関係に対する自身の考え、などである。

ナラティブ・セラピーの枠組みにおける実践では、私たちの人生経験、個人的な信条、そして価値のある人生を構成するものは何か、という好みや、どのような考えが聴き取られ、どのような考えが除外されるのかというフィルターとして機能する、とみなす。他の文脈においては、このようなことを行うフィルターや人生経験は、逆転移とみなされるかも知れない。これは、セラピスト側の歪みや問題、あるいはセラピストの「解決すべきもの」であり、治療プロセスから可能な限り排除されるべきである、とみなされる。ナラティブ・セラピーの実践においては、これらの経験や信念、好みを取り上げて利用することも可能となる。セラピストの人生におけるこれらの側面が、放置されずに正面から取り上げられるとき、何が私たちの注意を引きつけるかということに、さらに気づくことができるだろう。そうすることで、セラピストがクライアントの好ましいアイデンティティの側面を聴くことを助けるのだ。

意図的な耳の調律

フリードマンとコムズが「…リスニングというのは受け身の活動ではない。私たちが聴くときには、好むと好まざるとにかかわらず解釈をしているのだ」(Freedman & Combs, 1996, p.45)と述べていることに、私たちは同意する。リスニングの過程で、セラピストは、意図的にせよ意図的でないにせよ、ある表現を聴くべきものとして選び、他を聴くべきものではないこととして選択している。「人は、自身が価値を置くことを求める際に抱く意図に従って、人生を生きている (people are living out their lives according to intentions that they embrace in the pursuit of what they give value to...)」(White, 2007, p.103)のと同じように、セラピスト自身が価値を置き、自身の実践や人生について信じるものに枠づけられた意図に沿って、セラピストは自身の治療的指向性を発展させていく。自身の意図と調和するスキルを発展させることは、ナラティブ・セラピーのマップや実践を用いて、取り組むことを選択した者にとっては、実に根本的なことのように見える。必須のスキルであるリスニングは、意図、信条、価値観によって形作られるのだ。

この理解を通して私たちは、単に「～を聴く (listening to)」ことと、「～を聴こうと耳を澄ます (listening for)」ことを区別することができる。内容について、どのカテゴリーを聴こうと耳を澄ますかを選択することによって、私たちは何を聴くかを定めることになる。好奇心という観点から行うとすれば、意図的なリスニングは、さもなければ利用できなかったかもしれない会話にアクセスできるようにしてくれるのだ (Freedman & Combs, 1996)。私たちが耳を澄ましていないものの中から、耳を澄ますものを選ぶことによって、まだ語られていないことへの機会を作ることができる (Anderson & Goolishian, 1988; Rober, 2002)。セラピストやスーパーバイザーとして、私たちは、リスニングを特徴づける、個人的な理解をめぐっての気づきを広げるように取り組んでいる。私たちの意図とは、リスニングを特徴づける特定の意図を促したり、定義することではなく、すでにそこにある意図に向けて、私たち自身の、

そしてスーパーバイザーの耳を調律していくことである。ところが、私たちはこの過程における困難に気づいた。ここで、「ミュージシャンになるための訓練」という比喩が役に立つだろう。

ミュージシャンになるため、特に即興で演奏できるようになるためには、2つの課題がある。ミュージシャンはまず、楽器の音を見つける方法を学び、そしてその音が不協和音とならないように、意味のある方法でつなぎ合わせる方法を学ぶ必要がある。これには、勉強と「練習、練習、そして練習(プラクティス)」(White, 2007, p.6)が要求される。楽器の演奏を学んでから次の課題は、音階や理論という形式を越えて踏み出し、他のミュージシャンや聴衆と繋がりながら、その場で演奏できるようになることである。他のミュージシャンと即興で演奏するとき、これらの基本的な技術は、技能や習慣として存在するものの、注目するところの背後に移る。注目するところは、アンサンブル全体の「声」を聴くこと、それぞれのミュージシャンによって作り出される「表明」を聴くこと、そのミックスすることへの貢献を聴くことに移行する。熟練した技術は、その時々で即興と協働の可能性を広げてくれるさまざまな種類のリスニングにとって、欠かすことのできない基盤となるのだ。

セラピストとして、そしてナラティブ・セラピーの実践家としての私たち自身の成長と学生の成長において、ナラティブの基本的な考えや実践を学ぶときの初期段階があることが判明した。ナラティブ・セラピーの「音符と音階」を学ぶためにこの段階が不可欠である一方で、この段階はナラティブの考えを取り入れ、評価する項目として、さらにはその際に何が正しく、何が間違っているかを判断する項目としてナラティブの考えをみるように仕向けることもある。実習中の学生たちは、しばしば、授業やその他の場面で得たナラティブの考えをどのように「使用」するかを学びたいと望むが、ナラティブの考えをどれほど正確に使用できるかで自身を評価してしまう傾向があった。このプロセスが、学生たちの実践を妨げていることを、私たちは発見した。

顕著にはないがそれに平行して存在するのは、ナラティブ・プラクティスの理解とは、セラピストとしての自分、セラピストの役割、そしてクライアントの役割を理解すること、ということだ。他の著者たちと同様に(Freedman & Combs, 1996)、私たちはナラティブ・セラピーを世界観や姿勢であると見なす。私たちは、ナラティブ・アプローチとナラティブの「テクニック」を区別するように注意深く教えており、セラピストは中心化されないが影響を与えるような位置を取るという、クライアントとの関係に留まるようにしている。そして、ライブのチーム・スーパービジョンは、これらの理解を探求し深めていく文脈や、セラピストとして私たち自身の人生経験内にこれらの考えを位置づける文脈を提供できることがわかった。多くの場合、スーパーバイザーは、音は学習できたのだが、それを奏でる機会はなく、それを即興で演奏する機会はずっと少ない。即興には、構造と形式を超えて演奏することが含まれる。私たちの希望は、スーパーバイザーが自身の意図とクライアントの意図に向けて耳を調律することを学ぶように奨励することである。音を弾くのではなく、音と戯れることによって、セラピストがミュージシャンとして成長するのを奨励したいのだ。ここで、「～を聴こうと耳を澄ます」という考えに戻ろう。

リスニングとその影響

社会構成主義やポスト構造主義的理解からの知見を含めて、ナラティブ・セラピーの実践の根底にある前提は、何に向けて耳が澄まされたによって、異なる実践につながっていく、というものである。ごく控えめに述べても、これらの前提は、何か耳を澄まされるべき構造的な「もの」、あるいは解明されるべき事実、または記述されるべき単一の病理があるという考えに疑問をもたらす。むしろこれらの前提は、解明されるべき一つの真理があるわけではない、という考え方を利用可能にする。眼前のいかなる認知にも表れる「事実」の多様さについてのベイトソン(Bateson, 1972)の考えや、ダブル・リスニングに注目するホワイト(White, 2003)の考えとも一致して、調査され、探求されることのできる多様な意味の筋道があるのだ。事実が明らかになるのではなく、利用可能な多くの中から意味が選択されるのだ。これは、明らかになった事実をめぐる正確さに注目するのではなく、聴き手が興味を惹かれた事実注目するような、異なる種類のリスニングにつながるのである。

ここで生じるもう一つの帰結は、選択されなかったために、目に見えない状態に留まっていた事実、出来事や意味に、注意を向けることが可能になる、ということだ。そして、聴き取れるようになったすべてから、選択するもの、選択しないものの影響を再考することが可能となる。それは、選択された出来事が、相談を求める人やセラピストの人生にどのように影響を与えているか、という観点で取り上げられるということである。よって、リスニングの一部として、語られて聴かれたこと、語られたが聴かれなかったこと、語られなかったが聴かれるかも知れないことを、可視化することが含まれるのだ。

以上のことを念頭に置いて、私たちは、「エクササイズ(演習)」とは別のものとして、リスニングのパフォーマンスを支援する方法を考えた。エクササイズは、私たちが開発したコースで重要な役割を持っているが(Hibel & Polanco, 2008)、実際には、エクササイズは学生が置かれた「学習者」としてのポジションを強化する可能性がある。私たちは、学生に異なる種類の経験を提供するという目的の方を選びたかったので、これを避けることにした。私たちはリスニングをめぐるエクササイズの代わりに、セラピストの耳をその意図に沿って調律するのに役立つ4つの重要な側面を検討した。そしてこの目的のために、リスニングに関連した経験についての質問を用いて「耳の調律」マップを開発した。

耳の調律マップ

私たちはマイケル・ホワイト(White, 2007)のマップのメタファーを借用した。このマップは「旅に先立って特定されることはない目的地への道を、見つける助けとして利用する」(p.5)ための案内、そしてまた「より好ましい目的地に向かうのに利用できる経路の多様さ」(p.5)に気づくための案内を提供してくれるからである。このメタファーは、私たち自身の、そしてスーパーバイザーの意図についての気づきを高めることによって耳を調律する、という私たちの考えとも一致している。これらの考えに基づいて、私たちは探求への耳の調律マップを開発した。このマップは、スキルの発展、特にリスニング・スキルを中心に据えながらも、心理治療的実践の理論的な理解の領域を横切ったり、その内に留まったりすることを可能にしてくれる。私たちはまた、スーパーバイザーがもっとも好ましく思うセラピストになるべく励ますために、スーパーバイザーとの関係については、ナラティブの考えをめぐる自分たちの理解も活用している。リスニングに焦点を合わせることによって、スーパーバイザーが自分のクライアントの声に耳を傾けるのと同じく、自分自身の声にも耳を傾けることを可能にしたのだ。

マップは、質問の領域別に構成されている。私たちは、ライブ・スーパービジョンの中で、自分の実践に向けて、そしてスーパーバイザーに向けて、これらの質問を投げかける。ホワイト(White, 2007)の形式にならって、マップは、一番下の階段に最初の一步をかけ、上に向かって登っていくので、下から上に向かって足場づくりされる。ステップ1は、「既知で馴染みのある」ものに最も近く、ステップ4は「知る可能性がある」ことに近くなっていく(White, 2007)。耳の調律マップの質問は、次のように展開する。

4. アクション： 専門家としてのセラピストの実践のさらなる発展のために、そして、さらに広い人生の領域において、このプロセスの影響を探索する。
3. 結果： このリスニングが心理療法におけるインタビューの方向性を決める可能性や、相談を求める人に対する影響を探索する。
2. 意図： 何が聴かれるものとして選択されたかと、聴き手自身の経験、願望、あるいは人生の成功体験との間の関係性を振り返る。
1. 調律(チューニング・イン)： 相談に来た人によって語られたことで、セラピストの注意を捉えたものの明確な描写をする。

マップのそれぞれのレベルは、私たちが自分自身やスーパーバイザーに問いかける異なる種類の質問に関する空間を作り出す。探索の最初のレベルである「調律(チューニング・イン)」では、質問によって、聴き手の注意を捉

えたものを引き出すことが含まれる。何が聴かれるべきことかを描写することについては、クライアントの特定の言葉遣いを、できる限り明確に直接的に認識することが重要であることを、私たちは学んだ。ここで意図されていることは、相談を求めている人を中心に据え、セラピストの解釈が中心となってしまうようにすることである。そこから意味を生成するために、聴かれたものを順に繋いでいく。私たちは、このような繋がりをテーマとして概念化するように努める。マップのこのレベルで尋ねることができる質問例を次に示す。

- 特定の事： 相談者が話したこと、またはしたこと、あなたの注意を引いたものは具体的に何だろうか？
- ひと続きの事： そこに注意を向けたことで、他のどんなことが目立ち、耳を傾けるようになったのだろうか？
- テーマ： あなたの注意を引いたさまざまな出来事を、ひとつにまとめるようなテーマがあっただろうか？

探索の第二のレベルである「意図」では、私たち自身またはスーパーバイザーに次のように問いかけていく。聴き手が選択したものはどのような意味合いを持つのだろうか？ つまり、聴き手自身の経験が、どのようにしてクライアントの経験における特定の側面をより聴こえるようになったのだろうか？ このような経験が自身の経験にどのように共鳴したのだろうか？ クライアントから聴いたことにどのような価値を見出し、よく理解し、そしてまた、そのことがセラピスト自身の人生にどのような意味をもたらしたのだろうか？ これはまた、支配的なディスコースをさらに可視化し、検討する際に利用できるものとしてくれる。同様に私たちは、聴かれなかったものにも興味を示す。支配的なディスコースは、どのようにしてクライアントの特定の話を聴き取れないものとしてしまうのだろうか？ セラピストがそれを聴くことができないかもしれないことを、どう解釈すべきだろうか？ この段階で尋ねることができる質問の例を次に示す。

- 自分のユニークな結果や成功などのなかで、これらの出来事をめぐるクライアントの説明を聴くことができるようにしてくれる、あなた自身の経験があるだろうか？
- 自分の好み、意図、夢、価値や希望の中で、特定の説明に耳を傾けるように促すものが何かあるだろうか？ 何がこのような事柄(性別、宗教、文化的背景、理論的指向性など)に、あなたの耳を傾けさせるように促したのだろうか？

- クライアントの特定の説明を聴く能力を制限したかもしれないような、あなた自身の人生における経験や信条、見解があるだろうか？
- リスニングにおいて、自分の意図が自分の注意の方向性を指示するやり方に、あなたは満足しているだろうか？

マップの第3レベルである「結果」では、何が聴かれたのかの選択と、こうして選択された出来事とセラピストの人生との関連性が、その後の治療的会話を方向付ける可能性について振り返るように、私たち自身とスーパーバイザーに問いかける。これはまた、このような種類のリスニングを通じて、意図的に新しい機会と可能性を利用可能とするものだ。マップのこのレベルで尋ねられる質問の例を次に示す。

- あなたが聴いたことの中で、さらに探求したい領域があるだろうか？
- あなた自身の意図や価値観を考察したとき、ユニークなアウトカム、再著述、またはリ・メンバリングについて、心に浮かぶ質問が何かあるだろうか？
- 聴くべき出来事を自分がどう選択したかについて理解したあとで、あなたが聴き損なったかもしれないような、クライアントが経験した人生の側面で、取り上げたいことがあるだろうか？

マップの第4レベルでは、はじめの3つのレベルにおける見解が、どのような方法で治療的会話の即時性を越えて、私たちの人生に影響を与えるかについて検討するよう、私たち自身とスーパーバイザーを招き入れる。これには、どのような方法で専門的実践が発展または拡張されるかについても含まれる。さらにまた治療的会話が自分に取って何が重要かということをどのように思い出させたのか、自分の人生で選択可能な行動をどのように示唆したのかについての振り返りも含まれる。

- 相談を求める人との会話でその次のステップを考えると、自分自身の人生におけるこれらのステップをさらに進める方法はあるだろうか？
- あなた自身の人生においてこれらのステップを取ることを探求すると、このような行動をとることやその理解が、あなたにとってどのように価値のあるものとなるだろうか？

- このようなステップは、セラピストや人間として、自身の希望、夢、そして願望をどのように反映しているのだろうか？
- あなたが聴いたことや聴かなかったことに関心を向けることによって、このセッションでの出会いを越えて、あなたの実践にどのように影響を与えるものがあるだろうか？

このプロセスは、これまでは目に見えなかったもの(invisible)を目に見える(visible)ようにし、私たちの実践において潜在的なもの(implicit)を明示的に(explicit)にする。このディスカッションは、臨床的スキルに関してのみではなく、個人的な、そして文化的な価値についてのものも含まれる。それによって、セラピストとして好ましいアイデンティティの発展を特徴づけるような、私たち自身の実践や個人の人生への振り返りの姿勢(reflective position)を保つことができるようになる。セラピストのアイデンティティの発展を促すことを目的とする、学生向けのスーパービジョンの中で、自身の価値観、信念、歴史を振り返るための余地を作り出すことは重要なことだろう。なぜならそれは、自分たち自身の臨床的スキルや選択について多くを物語ることになるからだ。クライアントが自分の願望する者となるための旅路をセラピストが探求するナラティブ・セラピーと同様に、このようなりスニング行為は、セラピスト自身が願望する者となる方向に導いていくのだということを、私たちは見出したのだ。また、ナラティブ・セラピーの実践と同じように、このような会話は、ほとんどの場合予期せぬ展開となる。それは、予測せぬ想起がなされ、興味深いそして有益な臨床的質問が浮かび上がってくるからだ。このマップは、実践における自己の能力の開発、チームワーク、そしてスーパービジョンを含むさまざまな文脈で有効であろう、と私たちは信じている。次に、ライブスーパービジョングループにおける会話を通じて、このマップの実践例を紹介する。

実践例

このセクションでは、博士課程実習の、ワンウェイミラーを使用したライブスーパービジョンで、ジムが三人のチームメンバー(アリア、ヨランダ、キャロル)と会話したもののなかから抜粋したものを紹介する。スーパービジョングループは、5名の女子学生で構成され、すべて異なる国籍と文化的背景を有している。ジムは、耳の調律マップに沿いながら、チームメンバーのそれぞれに対してインタビューをしている。これらの会話は、クライアントのスタン[2]とセラピストのアリアがセッションをした後におこなわれたものである。アリアは、このクライアントと何回か面談している。スタンは、公判での結果をめぐって、自分の子供たちと別れることについて、研究所に相談に来たの

である。彼は少しずつ前進はしていたが、子供たちとの和解の進捗は彼にとってひどく苦しいものであり、セラピーにおいても停滞感が相方にあった。

ここで断っておきたいが、私たちはこのような会話を通じて「方法」を示すつもりはない。この場面では、会話がこのような形になったということだけである。最初の3つの抜粋は、マップの最初の3つのレベル(調律、意図、結果)を説明している。そして、最後の抜粋は、マップの第4のレベルである「アクション」で、チーム全体とジムの会話を示している。

3つの最初の抜粋は、マップの最初の3つのレベルの質問を示している。チューニングイン、意図、および結果である。最後の抜粋は、地図の第4レベルに対処するチーム全体とのジムの会話を示している。

2 「スタン」は仮名である一方、グループメンバーの名前は実名である。グループメンバーは、この原稿に使用することについて承諾している。

アリヤ(Aleyah)

調律(チューニングイン)

グループとの会話は、スタンに取り組んでいるセラピストであるアリヤにジムがインタビューすることから始まった。ジムがこれまで示したような調律する質問をアリヤに尋ねた後で、アリヤは「フラストレーション」「孤独」「空虚」というスタンの表現を特に聞いたのだと答えた。そして、州の後見人から子供たちを取り戻すことによって和らぐことを、彼は願っていた。これらの特定の表現を聴くことによって、アリヤは、「無力」というテーマに沿って、他の関係する出来事に耳を澄ませて報告した。その後この会話は、リスニングの背後にあるアリヤの意図のレベルに上がっていった。

意図

意図を探るにあたって、ジムは、聴かれるものとして何が選択されたのかについて、聴き手との関係をさらに探索するために質問していった。

- ジム: 無力な人、抑圧されている人、または孤独感を感じている人に共鳴するような、あなた自身の経験が何かあるのでしょうか？ そのことに対して特に共感できるような何かがあるのでしょうか？ [3]
- アリア: ええ、あります。私は、それがどんなものか知っています…。
- ジム: あなた自身の人生においてうまく行ったことがあったのでしょうか、それとも…。
- アリア: 私はそのような場面でどう感じるかが分かります。特に何か出来事があった時に…、わかることがあるんです。あの、私は5年前に父親をなくしました。それは、私にとって関心深い出来事でした。神を責め、祈るのをやめたんです。だから、そうする理由がまったく見つからないような、何の意味もないような状況で、どう感じるようになるかが分かるんです。
- ジム: あなたは、何の意味も見出せないし、あなたから何かを奪い取っていったものに対して無力を感じたのですね。そして、神を疑うというところまで、または、どんな理由があるのだろうかというところまで、疑ったのでしょうか？
- アリア: はい。
- ジム: そこで、祈りが有効と聴くことができれば…。
- アリア: そうです。
- ジム: それが、あなたが本当に気づいたことなのだろうか？ 「そう、ここに、彼が取り戻せる何かがある」と、なぜならそれは何か…。もしあまりにも個人的なことでなれば、話してもらえますか？
- アリア: 大丈夫です。
- ジム: これは、自分自身のために、あなたが取り戻すものですか？
- アリア: そうですね。それは、私がどのようにしてその状況から抜け出したかということです。私はとても怒っていて…それで、母親とそのことについて話したんです。でもうまく話せなくて、いろいろな問題を持ち出してしまいました。でその時、自分が押しやっていたのだけれど、助けになる唯一のことを思い出したんです。

3 ここで、この瞬間にによく起こることだが、構造主義の言語は、「無力な人」や「抑圧された人」のように、構造化された形で会話に忍び込んでくる。このような構造主義的描写は、ナラティ

ヴの実践を支える考え方とは一致しない。このような描写は、出来事を関係的に位置づけるために、「無力であると自身を説明する人」や「無力だと感じる人」などと言語化されうるだろう。母親の言うことは正しいのだ。自分の言語をしっかりと見張っておく必要がある。

結果

アリヤにとって、スタンの無力感の表明は、彼女と神との関係によって特徴づけられ、彼を救いたいという思いをいだかせたのだ。

アリヤ： 私は彼を助けるために、そのことを持ち出してみたのです。

またこのことは、アリヤにもっと好奇心をかきたてさせ、「…スタンが今いる時点に、どのようにたどり着いたのだろうか？ 神との関係も含めて、どのような関係が彼の手助けをしたらだろうか？ そして、その関係にもう一度戻ることになったら、一体何が起こるだろうか？」というような質問を問うように導いた。

アリヤとジムは、このような考えを持ち出すことには用心深くなる必要があることについて探索してみた。

ジム： ではそこにジレンマがあり得るかもしれないでしょうか。つまり、「うーん、自分にはすごく意義のあることで、役に立ったんです。で、彼はあまりにも空虚なので、それを提供しただけなんです」という風な感じですか。

アリヤ： 提案したくはなかったんです。でも…。

ジム： …気づく必要があるものもありますか？

アリヤ： その通り、それで…。

アクション

この問題をめぐってアリヤがエイジェンシーを経験した方法も含めて、彼女と神との経験に特徴づけられた会話を選択することで、アリヤがスタンの無力感に耳を調律したことから、ジムとアリヤは、アクションへの経路を探索することに目を向けていった。アリヤにとっては、専門性という考えをめぐるセラピストとしての自分の役割を振り

返ることにもつながった。ジムは、自分がアリヤから何を聴いたかを振り返ることによって、アクションの質問のレベルへと踏み出した。

ジム： …このことで、聴くことのできたすべてのことからあなたが気づいた理由であること、本当に聴くことであるとする理由を理解したのでしょうか？

アリヤ： そうですね。そこで私は専門家について、そしてセラピストとしての専門家の役割を考えていました。それで、このことではない、と。それが、これについて考え続けた理由です。

ジム： しかしそこには、あなたに専門知識があることも含まれますか？

アリヤ： それはそうですね。

ジム： そうすると、ジレンマの一部は意識的なものではないかも知れませんね。しかし、「自分の人生において専門知識を持っていて、ギフトとしてそれを分かち合いたい」ということと、「少し待とう、彼に語りたくはないのだ」ということにマインドフルであり、意識的であることもあります。

アリヤ： そうです。自分の役割としては、そうする役割には就いていないのです。

ジム： そうであれば、気を配りながら、どのようにしてあなたの経験を使うことができるでしょうか？ …あなたの人生の重要な部分であるために注意深く耳を傾けて聴くであろうことと、それから、耳を傾けていることであつたとしても、聴かないかも知れない他のこともあるのでしょうか…？

アリヤ： 私は、他の人たちのように、彼の人生について何をすべきかを、彼に伝えるようなことは望んではいないのです。彼が何をしたいのか語ったことについて、オーナーシップを取ることでエンパワーされたと、彼に感じて欲しかったのです。だから、私はそこでもがいていました。「彼にそのことを伝えるべきだろうか、それとも？」って。彼が違うことを持ち出してくれたことがうれしかった。私は、祈りについて、祈りを唱えることについて話していた時に、彼が、そのことについて話してくれたので…。

ヨランダ(Yolanda)

以下の抜粋は、最初の2つのレベルである調律と意図を示している。この抜粋では、ジムはチームメンバーの一人であるヨランダと会話している。アリアとスタンが会話をしている間、メンバーが何を聴いたかについてのジムの質問に対して、ヨランダが答えている。

調律(チューニングイン)

ヨランダ： システムから身を離して…スタンが何かをしようとしていたことを聞いたと思います。大きな領域があなたを押さえつけ続けている時には、方向性を持ってしたいことをするのが難しくなるような感じでしょうか。私の助けになったものは何かというと、「あなたを殺さなかったものが、あなたを強くする(What doesn't kill you makes you stronger)」という格言です。でも、戦うためには究極的に理由がなくてはならないように、彼にとっての理由は、彼自身の遺産を生み出すことです。そして、その思いが彼のファイティングスピリットをさらに強く保ってくれそうです。そのスピリットなしに、私たちは、続けることはできないので…。

ジム： そうすると、あなたはそのファイティングスピリットに、共鳴するのでしょうか？

ヨランダ： そのような状況では、自分を犠牲者とみなさずに済むことは難しいのです。なぜならば、広い見方をすれば、「犠牲者」の位置に陥るのは簡単だからです。だからこそ彼には遺産を生み出す必要性があって…。

ジム： …では、そのような遺産はあなたの人生に置かれているのでしょうか？ どのように生まれてきたのでしょうか？ このことを聞いてもいいのでしょうか？

ヨランダ： それは、まだないかも知れません(笑い)。小さいものかも、でもまだですね…。

ここで、ヨランダは自分の注意を引いたいくつかの点について述べた。「ファイティングスピリット」と彼女が表現したものに、最初ジムは注意を惹かれた。よくあることだが、クライアントが実際に使っていないフレーズ(ファイティングスピリット)を引用するとき、ヨランダは、アリアとスタンが使った表現に調律することによって、これを修正している。そこで、「遺産」という言葉を使ったのだ。ジムは、彼女とその表現に耳を調律する。解釈の危険を避けるために、実際に使われた言葉に焦点をあてる重要性を、このことは強調している。

ジム: そこで代わりに、遺産を作りたいということなのでしょうか？

ヨランダ: そう、そうです。

アリヤが、「無力」についてスタンが語るのを聞いて、祈りと希望についてのディスカッションにつながったところで、ヨランダは、「遺産」の重要性についてスタンが語っているのを聴いたのだ。両方の考えがセッションで提示されたが、異なる考えが聴かれるべきものとして選択されたのである。「意図」のレベルで、なぜそうなったのかについての理由を探索する。

意図

ジム: それはどこから来たのでしょうか？ 遺産を残したいということが、どのようにして現れてきたのかについて、何か感覚を持っていますか？

ヨランダ: そうですね。世界で何かを変えていないのであれば、ただ空間をふさいでいるだけ、と感じると思います。そのようなある種の人々には同情を感じます。その同情がどこから来るのか分からないのですが、どこから来るのか自分で判断してみようとするのですが…情熱を感じていることなんです。

共鳴したという観点から彼女が何を聴いたかという、ヨランダの説明は、スタンが自分の子供たちに遺産を残すという目的を認識することから始まり、同情という遺産を残したいという彼女自身の望み、そして、リ・メンバリングする会話(White, 2007)に、ジムが取り組む機会を与えてくれた。この会話は、ヨランダの遺産についての望みをさらに根付かせ、彼女のリスニングの意図をめぐってそれを振り返る機会を提供した。このような会話は、多くの場合、予測したところからは大変離れた場所に達するものである。

ジム: 自分の家族の中に、それを見たことがありますか？ それとも、政治家や文学者といった人々でしょうか？ または、このような情熱を生み出した誰かを思い浮かべられますか？

ヨランダ: 私のお母さんですね。彼女は宣教師ですから。

ジム: 教会の、ですか？

ヨランダ: ええ。

- ジム: 母親からそれについて何を学んだのでしょうか？ 宣教師だったことから？ それかどのようにして母親の遺産につながったのですか？
- ヨランダ: そうですね(一時の間)。ただ空間をふさぐだけでなく、人生で何か違いを作り出す必要があることでしょうか。「自分のした行いはいずれ自分に返ってくる(what goes comes around)」ということわざが示すとおりだと思います。この小さな考え方だけで、母親は私を育てたのです。
- ジム: それは、お母さんがあなたに言ったことなのでしょう？ それとも、彼女の仕事ぶりから観察したようなことですか？ それとも…。
- ヨランダ: 母親はそう言いましたし、自分で見たことだとも思います。
- ジム: 母親がいったことは彼女がしたことでもあるということ、理解したのですか？
- ヨランダ: ええ。
- ジム: 何か遺産を残したいと思っており、何かしたいと思っていて、違いを作り出したいと思っている。そして、人々に何かしたいと思っているということを考えると、その考えが生まれた場所の一つは、母親であるということでしょうか？
- ヨランダ: そうです。
- ジム: 余計なことかもしれませんが、お母さんの遺産の一部とは、このような遺産の考えをあなたの中に残したことで、とお母さんは知っていたのでしょうか？
- ヨランダ: いいえ…分からないわ。ひょっとしたら…そうかも…。
- ジム: もしお母さんがそれを知ったら、それはお母さんにとって意味があることでしょうか？
- ヨランダ: そう思います。だって、母はいつも…何回も…この仕事で疲れたとき、人の話を聴くのに疲れたとき、またはお金を稼ぎたいので、片手間で不動産屋で仕事をしようと思ったとき、母はいつも、私が取り組みたいことに目を向けさせてくれたのです。私の遺産は、チャレンジされることによって強くなってきています…。不動産業でお金を儲けたし、これをしてあれもしたいのよ、って私が言うでしょう。でも、母親は、それは重要ではないということと、重要なのはその遺産であるということ、伝え続けるの…。最終的には、何が重要なことなのかって…。

ジム: そうなんです。何かポジティブなものを残すことが重要であるという遺産を残すことを、お母さんがやり遂げているということをお母さんは知っているかどうか定かではないということですね？

ヨランダ: そのことを母に伝えるべきだと思います。

ジム: それがお母さんが何を聴いたか、つまり、遺産を残したいのだということがスタンのファイティングスピリットの一部であるということの、説明の一環となるのでしょうか？

ヨランダ: はい、そうです。

結果

ジム: スタンの孤独や空虚であることについては、音量が何となく下がって聞こえたのかもしれませんがね。何か意味のあることに触れたいという願い、このようなことをもっと聴いてみたいと感じたのでしょうか？ どのようにして、何か大きなものをつなげる力をスタンが持つことが可能になるのでしょうか？

ヨランダ: そうですね。

この会話では、ヨランダの意図と、母親の意図とのつながりが前面に出されている。このことによって、もし彼女がスタンと面談をしていたとしたら、どのようなことに取り組もうとしたかについて話すことができる。ちなみに、この会話はヨランダが、彼女の母親に連絡を取るという行動につながった。ヨランダは、これが双方にとって意味のある会話となったと報告した。

要約

ナラティブ・セラピーの理論と実践と、音楽の理論と実践の境界をまたがって、耳を調律することは、リスニングをめぐるナラティブ・セラピーに導かれた考えを描写するためには、適切なメタファーのように思われる。この考え方が、同じような興味を持つ他の人々に有益な目標をもたらす考え方であることを願っている。私たちは、リスニングとは受け身の出来事ではなく、意図的であり、さらには政治的でさえあるという考えから出発した。単に聴くと

いうだけではなく、聴かれるものをめぐってのスキルを公にしたかったのである。会話の中で、私たちは、ミュージシャンと同じようなセラピストのスキルの発展を促す、会話的文脈を作り出したかったのである。これは、セラピストとして、また男性として女性として、自身が好む意図に対して耳を調律するスキルのことである。この考えを念頭に置いて、セラピストが自身の治療的会話において、そして自身の人生において、何を聴くものとして選び、何を聴かないものとして選ぶかの背後にある意図を探索することを、この会話は助けてくれることだろう。

スーパービジョンにおける会話を他の人々と共有するにあたって、容易に利用したり、見直しすることができる導きとなる構造を作るために、マイケル・ホワイトのマップというアナロジーを借用した。セラピストのリスニングスキルの発展に取り組むために、調律、意図、結果、アクションという4つのレベルからなる耳の調律マップについて詳細に述べた。これは、何を聴くものとし、何を聴かないものとするのかについての意思決定の背後にある、セラピストの意図を掘り起こすことによって、最初には予測できなかった場所に向かって、スーパービジョンの会話を導くことができるマップである。

本稿に、実習チームから彼女たちの会話を含めることに対して同意を得ることができたのは幸運であった。このような考えが実際の会話にどのように置き換えられるかという観点から、これが読者の理解を助けることを願うのである。また私たちは、本稿に提示した考えが、読者の実践についての深い考察と再考を通じて、読者の中に続くことを願うのである。みなさんからの意見を楽しみに待つことにしたい。

参考文献

- Anderson, H., & Goolishian, H. (1988). Human systems as linguistic systems: Evolving ideas about the implications for theory and practice. *Family Process*, 29, 157–163.
- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Freedman, J., & Combs, G. (1996). *Narrative therapy: The social construction of preferred realities*. New York: W.W. Norton & Co.
- Hibel, J., & Polanco, M. (2008). Learning narrative therapy within a graduate level course: Teaching and exercises. *The International Journal of Narrative therapy and Community Work*, 1, 61–67.
- Rober, P. (2002). Constructive hypothesizing, dialogic understanding and the therapist's inner conversation: Some ideas about knowing and not knowing in the family therapy session. *Journal of Marriage and Family Therapy*, 28(4), 467–478.
- White, M. (2003). Narrative practice and community assignments. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 2, 17–55.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. New York: W.W. Norton & Co