
精神療法でわたしは変わった2

「よい子」の危うさ

増井武士著
神田橋條治解説

木立の文庫，四六変型判 144頁，1,760円，2024年7月刊

(東京武蔵野病院) 羽鳥乃路

学生の頃にクラリネットを吹いていた時期がある。プラスチックの安い楽器を使っていたが、上手な人に吹いてもらおうと、その後はなぜだか息の通りがスムーズで、いつもよりも良い音が出る気がした。これまで手にした著者の書籍にはそのような不思議なところがある。ところどころで戸惑いつつも、読み終わると妙に清々しくなり、次に行く面接ではそれまでより自由に動いているように思う。

本書は、「患者さんにとっての良い面接」を伝えることを意図して書かれた3部作（ブログにはその予定とある）の2冊目である。前作のあとがきによれば、このシリーズは、録音をもとにクライアントともやりとりをして作られたとのこと。主にクライアントの目線から描かれた、一篇の小説のような面接の経過報告である。さまざまな型を学び、最終的には型を破って自らの方法にたどり着いた著者である。その方法を示すにあたり、このようなユニークな表し方が選ばれたのであろう。1冊目を通勤中に読んだところ、普段なら居眠りしていても目が覚めるはずの降車駅を乗り過ごしてしまった。そのため、休日を選び、椅子に腰かけて読むことにした。

今回は《よい子》として生きてきた思春期の「私」の物語である。言葉遣いを聴くと、かなり時間をさかのぼる話なのか。セラピスト「北野先生」のもとに通うことを決めるまでと、その後面接に通い、のびのび資質を発揮していく様子が描かれている。クライアントの成長と共に、家族も自らのあり様を再構築していく。面接の「間」、セラピストが繰り出す言葉やワーク、そしてそれがどのように受け取られるのかを、その場に同席しているかのように体感することができる。セラピストが言葉掛けの意図を説明している部分があり、最後には神田橋先生による解題がある。読者は二度ならず、三度味わうこと

ができる。

面白い提案だ、今回はセラピストもクライアントも言葉が多いな、家族はそれぞれ楽になっているようだけど……などと読み進め、あと少しで終結を迎えると思った三つ目の章の後半。伏線が回収されるような展開に、一度立ち上がって座りなおす必要があった。ふと純粹性と抑制について語ったヤーロムの講義録が思い出された。小説的要素もあるため、ネタバレを控え、読了を待ちたい。《よい子》を巡りさまざまな捉え方ができるかもしれないし、正誤の判断をしたくなるかもしれない。面接は生き物とする著者の立場を考えると、いつでもどこでも使える言葉掛けとは思わないほうが良いはずだ。それでもこれは著者のあり様を端的に表すエピソードなのだろう。

豊かな感性と慈しみの気持ちで対すること、一人の人間として相手の言葉をそのまま受け取り誠実に返すこと、そのような姿勢こそが著者が本書を通じて伝えたかったことではないか。それが適切に行われれば確かに人は癒されると思う。私の人生経験とあとがきがその根拠である。
