

〈研究ノート〉

適切なメタファーを生成するために必要な 「自分自身を客観的に眺める視点」の理解

—— アイデンティティ早期完了型の学生との出会いをきっかけに ——

稲垣 智則

1. 「教師第一志望」であることと、アイデンティティ早期完了の課題

教員採用に際して、ストレス耐性が高いこと、柔軟性があることを求められる場合は多い。もちろんストレス耐性が高く柔軟性に富む者を採用したいと願うのは教育現場だけではないが、教員養成課程を持つ大学の場合、特有の陥穽があることを意識したほうが良い。それは、アイデンティティ早期完了の課題である。

Marcia(1980)は、大学生のself-structure(「わたし」という構造)として「アイデンティティ確立」、「モラトリアム」、「アイデンティティ早期完了」、「アイデンティティ拡散」を挙げた⁽¹⁾。中でも、アイデンティティの早期完了は、アイデンティティ拡散よりも予後が悪いとされる。

アイデンティティ早期完了とは、権威者の言うとおりのことをそのままself-structureとしている状態である。採択されるself-structureは、権威者がその人に望んだものであり、いわば権威者のalter ego(代理自我)である。たとえば中学時代の「恩師」、高校時代の「尊敬できる担任」など、強いリーダーシップを持った権威者から「あなたは教師に向いている」、「教師になった方が良い」などの言葉がかけられ、大学入学前から教師になることを決め、それ以外を考慮していない状態はあり得る。教師になるという目標が「大学入学前までにかなり悩み、様々な選択肢を熟考し、いろいろな失敗を経て、試行錯誤を経た上で決定されたもの」であるならばその限りではない。しかし権威者の言う通りのことをそのまま「わたし」の構造にしてしまうアイデンティティ早期完了の場合は、

「危機的状況への対応方略は非現実的で実を結ばず、ネガティブな出来事に対して自己弁護的であり、たとえ自分が原因であっても他者や何かの『せい』にする傾向がある。また危機的な状況をマイルドなものにするために具体的に動くわけではないが、目標は高い」

という特徴があるとMarciaは記す⁽²⁾。そして、借り物である「わたし」がうまく機能しない場面に直面すると、「extremely threatend」、つまり「極度に脅かされてしまう状態」に陥る、という。

これは「ストレス耐性が低い人物」の描写と言ってもよい。そのため、教職課程において学生のアイデンティティ早期完了を回避する仕組みを構築した方が良いことになるが、大学の教員からは「大学入学時から教師第一志望であること」は、「好ましい」、「意識が高い」と判断されることも多い。そのためアイデンティティ早期完了の状態にある学生自身が、むしろ「アイデンティティ早期完了の状態の方が好ましい」と解釈してしまうことも考えられる。つまり、「教師第一志望」を過剰に推奨することは、結果的にアイデンティティ早期完了を誘発、あるいは維持してしまう可能性がある。

2. 「教師第一志望」という「役割」への固着から脱フュージョンすること

認知的フュージョンとは、アクセプタンス&コミットメント・セラピー(ACT)の用語で、「意識(awareness)を認知的な物語から区別できなくなってしまう」状態のことである⁽³⁾。ACTでは「物語としての自己」、「プロセスとしての自己」、「視点としての自己」という3つの観点があるとされる。「物語としての自己」は、「虐待をされた」、「一流と言われる大学に合格できなかった」、「結婚している」、「教師である」など、本人が事実であると認識するデータに基づいて構成されたものであり、その中には「役割」が多数含まれる。「プロセスとしての自己」は、その場で起こる身体感覚や情緒をリアルタイムに感じ取る主体である。「視点としての自己」は、ビデオカメラで自分自身の行動を撮影し、他者の視点でリアルタイムに眺めるような、自分自身をモニターする視点のことである。

つまり認知的フュージョンは、世界を認識する際に「物語としての自己」にとらわれてしまった状態のことだ。そして〈自らの認知とフュージョンしている人は、現実には起きている直接的な体験を無視する傾向にあり、環境からの影響に対しても比較的鈍感になりがちである〉という特徴がある⁽⁴⁾。教師が第一志望であることが「いけない」わけではないが、役割(「教師第一志望」という役割)による物語と自分自身の意識がフュージョン(癒着)する状態から脱却することは必要であろう。なぜなら、〈自分自身のルールの外側にはさまざまな可能性が秘められていたとしても、物語の筋に沿わないそういった事実は避けられるか否定されることとなる。この傾向は、その物語がどんなに酷くてもどんなに楽観的でも変わらない。私たちは、物語のつじつまを合わせたいがために、都合の悪い事実を無視しようとして、結果的に新たな事実から学ぶ機会を失ってしまう〉からである⁽⁵⁾。

「物語としての自己」に癒着している状態から脱却するためには、自分自身の置かれた状況や心理状態を客観的に把握する必要がある。状況を把握するために「視点としての自己」を活性化する必要がある、身体状態・心理状態を把握するために「プロセスとしての自己」を活性化する必要がある。それがACTにおける「脱フュージョン」という技法だ。

アイデンティティ早期完了について授業で扱うだけで自分自身を客観視できる学生も存在するが、学生本人に「自分がアイデンティティ早期完了の状態である」自覚がない場合もある。教育実習において「生徒が授業を聞いていない」、「一方的な授業展開であることを指導教諭に指摘された」などの「具体的なネガティブな体験」であっても、本人は「ネガティブな出来事」であると認識していない場合もあるため、大学教員による「ダメ出し」も同様、学生が自分自身を客観視するために有効ではないこともある。「物語の筋に沿わないそういった事実は避けられるか否定される」からである。さらに「ダメ出し」はハラスメントにつながる可能性も高いため他の方略を考案しなければならない。その際、ACTにおける「脱フュージョン」はそのヒントとなり得る。

クライアント(以下Cl)がある1つの固定した枠組みから世界を見ているために視野が狭くなっているとする。その枠組み(フレーム)は、たとえば「自分は性虐待を受けていたので男性とは付き合えない」というような「物語としての自己」である。この「物語としての自己」とフュージョンし、認識過程のほとんどが「物語としての自己」から導き出されるルールに無自覚的に支配されている状態から「脱フュージョン」するために、セラピスト(以下Th)は「メタファー」を用いる。Hayesら(2012)が用いるメタファーは以下のようなものである。

たとえば人生とは目隠しをして草原を歩き回るようなものである。草原には穴があいている。まったく落ちることなく人生を終えることもあるかもしれないが、基本的に穴には落ちてしまうものである。穴に落ちたとして、そこから這い上がるために、さらにスコップで地面を掘っているようなことをあなたはしている。たとえ、外部から縄梯子が降ろされても、地面を掘るという行為しか知らないために、その縄梯子を使って無理やり地面を掘っているのが今のあなたの状態である⁽⁶⁾。

このようなメタファーを用いることで、自分自身の状態を「客観的に」把握する契機とする、ということになる。たとえば「草原を歩き回る」メタファーはあくまで骨子であり、ClとThの関係性によって表現は変化する。

ACTでは、あくまで心理療法におけるやり取りを想定しているが、アイデンティティ早期完了の状態にある学生とやり取りをする大学教員にも活用可能な方略と言えるだろう。

ただし、雛形となるメタファーをいくつも覚え込み、学生対応の際にストックの中から思い出して使用する形態ではなかなか伝わらないことが多い。教員側がその場で、対象となる学生に合ったメタファーを即興で構成できることが望ましい。そのためにはまず、「客観的に自らの状況を眺める」ための基本構造を把握することが重要であろうと思われる。

構造が把握できていなければ有効なメタファーは生成できない⁽⁷⁾。逆に言えば、構造が把握できていればメタファーを生成できる可能性が開かれる。そのため、「最も遠い視座から自分自身を眺める」状態を想定してみたい。たとえば「人生とは目隠しをして草原を歩き回るようなもの」というメタファーは、いわば「神から見た人間の行動」なのである。人間の生きる様子を神の視点から見ると「かのような」構造が内面化されていれば、学生の興味関心と合致し、伝わりやすいメタファーをその場で生成できる可能性がある。

3. 自分を眺める構造の理解

「最も遠い視座」として「神の視点」を例としてあげたが、本節では「東洋的」と呼ばれる観点から「最も遠い視座」ととらえる。元来ACTは禅仏教の考えを取り入れたマインドフルネスとの接点を持つため、その親和性は高い⁽⁸⁾。主に取り上げるのは、ウパニシャッド哲学に影響を受けたショーペンハウアーによる「意志」と「現象」（物理的な現実世界）との関係描写をもとに、華嚴哲学における「真如」と現象、東洋思想に影響を受けたユング心理学における「元型」と現象との関係を再解釈する。「東洋的」な見方の共通する構造は、「異界」のエネルギーが「鏡」に映って物理的な現実世界が現象している、というものだ。そのため、「異界」の在り方は物理的な現実世界の「真逆」ということになり、「時間」は「無時間」となる。

3-1 「遠く」から見ると「喜劇」になること

穴に落ちている人に梯子が降ろされているにも関わらず地面を掘り続けている様子は、ある意味では「滑稽」である。かつて筆者が中学校におけるスクールカウンセラーをしていた際、生徒と「イカ釣り漁」について話したことがあった。「イカの種類にもよるらしいけど、イカ釣りのとき、ピカピカ光る棒みたいのがたくさんついた糸を海に垂らすんだって。そうしたら、イカはそのピカピカの棒にしがみついたら、それを引き上げるんだってさ。ピカピカの棒が餌に見えちゃうんだって」と言うと、生徒は「え、イカ、なんかかわいい」と言った。その生徒がイカを蔑んでいるわけではない。「イカは持てる力を駆使して実直に生きているが、人間の基準から見れば、見当違いな行動になっている様子」なのだ。餌ですらない、餌の形を模してすらいない、ただのピカピカ光る棒にしがみついたがために捕獲されてしまう。イカにとっては悲劇である。しかし、人間の視点で見ると「かわいい」となり得る。滑稽な、コメディになってしまう。

実際のコメディ、たとえば漫才やコントにおいて、「すごく変わった人」と、その人の行動に「とても困る人」がセットの話も多い。もし現実世界でそのようなことに巻き込まれたら本格的に困ったこととして悩むだろう。しかし、過去に起こった「本格的に困ったこと」を思い起こし、それを現在という『遠く』から眺めた場合には、コメディとして成立し得るものも多いことにも気づく。もちろん当事者は困り、苦しみ、嫌な思いをする。また、コメディになりえないような悲惨な事件もある。しかし、「遠く」の位置を「神の視座」まで離れた場合どうなるか。若松(2011)は以下のように述べる。

「喜劇」とは、異界から見た人間界の出来事の総称である。そう考えたのは、チェーホフばかりではない。自らの作品群を「人間喜劇」(La Comédie humaine)と題したバルザックもそうだった。この時、バルザックの念頭にあったのはダンテのLa Commediaである。後年、そこにDivina(神の)の文字を加えたのは、ボッカチオである。私たちが『神曲』と訳すのはそのためだ。もともとは、この作品も単に『喜劇』と題されていたのであった。(…中略…)ダンテやチェーホフが、人間界で生起する事々を「喜劇」と呼ぶところには、真実の意味

適切なメタファーを生成するために必要な「自分自身を客観的に眺める視点」の理解

で「悲劇」にはなりえない、との認識がある。耐え難き苦悩、受け入れ難き現実があっても、それに意味を与える実在を彼等は感じている。⁽⁹⁾

ダンテやチェーホフは、たとえ悲劇的な事件でさえ、神の視座ほど遠くから見れば「滑稽な、コメディ」であると指摘しているのだろう。これは、宗教的な観点である。日本において「宗教は無縁だ」ととらえられる場合も多いが、宗教的な観点は、ある意味では自らを客観的に把握するメタファーの根本的な構造として注目に値する。

3-2 「宗教」を原義「re-lig(再び つなぐ)」から考える

「宗教」はreligionの訳語である。religionの語源はre(再び)lig(つなぐ)であり、「元来はつながっていたはずのものが切断された。そこに再接続する」というイメージがある。「元来はつながっていたであろうエネルギーと再接続をすること」を宗教のおおまかな定義とした上で以下の河合(1996)の文を読むと、「うちには宗教がない」という言葉の意味も見えてくる。

両親が暴力をふるってくる子どもに向かって、自分たちがこれまで何でもお前の欲しいものを与えてやってきたのに、何が不足で暴れるのかと尋ねた。それに対して子どもは、「うちには宗教がない」と答えたのである。このように子供が発言してくれたのは、この子が随分とよくなってきているからであり、普通はなかなかこのような表現もできず、本人でさえ何が不足であるのかははっきりとは解っていないことが多い。しかし、この子のように明確に言われた場合、多くの日本の家庭においては、答に窮するのではなかろうか。子どもが「宗教」と言っていることは、単に葬式を仏教でするかどうかなどというのではなく、もっと本質的な問いかけであることはもちろんである。⁽¹⁰⁾

つまり、ここでは「目に見えているものだけが世界となっているために、この世界を支えている力そのものについて考えたり感じたりする土台がない」ということが言及されていることになる。そして日本人は、このようなことについて深く考えることがあまりないために、「多くの日本の家庭においては、答に窮するのではなかろうか」と河合は記している。

目には見えない、世界を構築している理^{ことわり}について言語化されたものが宗教でもある。そのとらえ方は宗派によって様々ではあるが、構造的には「世界の成り立ちについての物語」が共通していると考えてよい。宇宙がビッグバンから始まったことが事実であるなら、何もない空間に「質量無限大、体積ゼロ」の一点が生まれ、そこから爆発が起こり、拡散していったということだ。その拡過程の中に、地球も、月も、太陽もある。生物もすべて、「質量無限大、体積ゼロ」から流れ出した「何か」の形を変えたバリエーションである。その「何か」は「エネルギー」としか言いようがない。このような大きな「エネルギー」の中にあることをどのようにとらえるのか、という部分が宗教であるとも考えられる。つまり、その大きな流れから「切り離されて」生きている状態から、再接続(re-lig)するための、考えや実践が宗教(religion)の一つのあり方である。本稿では「質量無限大、体積ゼロ」の一点が生成した「原因」には触れず、自らを客観視する視座として「エネルギー」と存在との関係性に焦点を当て、「異界」から人間界を眺める視座の基本構造をとらえたい。

3-3 無時間性と情緒

「エネルギー」という表現では、物質由来の熱エネルギーなど「流れ」が想起される可能性がある。しかしビッグバンそのものを引き起こすような「エネルギー」であるため、身近に観察できる具体的なエネルギーとは根本的に異なるものを想定しなければならない。そこには時間の流れが存在しないのである。そのような「無時間性」に関して、ショーペンハウアーとベルクソンの記述を参照する。

たとえば音楽は、単発の音が流れ、ある一定時間を経てはじめて全体があらわれる。しかし「G線上のアリア」と言われれば、頭の中に曲の全体が浮かぶ。時間的なものはずなのに、まるで非時間的で同時的な、一つの塊

として想起される。バルクソンは、身体の動きを音楽にたとえて説明する。

あたかも或るメロディーの音楽を言わば全部が溶け合ったような状態で想起するとき起こるように、である。これらの音楽は継起しはするが、それでも私たちはそれらを相互に統覚しているわけであって、それら音楽の全体は、その諸部分が、たとえ区別されはしても、それらの緊密な結びつきそのものによって相互に浸透し合うような生き物になぞらえうるとは言えまいか。その証拠に、メロディーの一つの音を不当に強調して調子を乱すようなことがあると、その誤りを告げ知らせるのは、長さとして度を越したその長さではなく、そのことによって楽節全体にもたらされた質的变化なのである。⁽¹¹⁾

身体の動きも音楽と同じで、想起される場合には一つ一つの細かい動作ではなく、始めから終わりまでの運動が全体として与える「何か」が浮かぶ。バルクソンは、その「何か」を質と呼んだ。音楽の場合は各音符、運動の場合は各動作が量である。このような「表現する際には音符を連ねるしかないが、想起する際には一度に全体が思い浮かぶ、その全体」が無時間性の構造だとするならば、「エネルギー」の性質も同様のものであると考えられる。

また、ショーペンハウアーが記す「意志」を、世界を形成している「エネルギー」そのもの、と読み替えてみるとどうだろう。

音楽は、意志全体の直接の客観化であり、模写なのであって、音楽はこの直接という点にかけては世界それ自体と同じほどに(意志に対し)直接なのであり、いな、さらに多様に現象して個物の世界を形成しているあの数々のアイデアと同じほどに(意志に対し)直接なのである。だからして音楽はけっしてほかの芸術のようにアイデアの模写なのではない。それは意志それ自身の模写なのであり、アイデアはこの意志の客体性でもあるのである。音楽の与える効果がほかの芸術の与える効果よりも格段に強力であり、またはるかにしみ入るように感動的であるというのもまさに音楽が意志それ自身の模写であるせいにはほかならないのである。ほかの芸術は影について語っているだけだが、音楽は本質について語っている。⁽¹²⁾

ショーペンハウアーが用いる「アイデア」は、プラトンが用いるアイデアよりもユング心理学における元型に近い。「アイデア」はエネルギーのある種の「まとまり」である。「意志」は、「アイデア」を発生させるさらに大本のもののようなものだ。音楽は、このような「エネルギー」を直接的に表現することができる、という内容である。さらにショーペンハウアーは音楽と情緒との関係を記している。

音楽が表明しているものはけっして現象ではなく、ひとえに内面的な本質であり、あらゆる現象の即自態 das An-sichであり、意志そのものであるからである。このことからわかるように音楽はあれこれのここの、特定の喜びとか、あれこれの悲哀とか、苦痛とか、驚愕とか、歓喜とか、愉快さとか、心の安らぎとかを表現しているわけではけっしてない。音楽が表現しているのは喜びというもの、悲哀というもの、苦痛というもの、驚愕というもの、歓喜というもの、愉快というもの、心の安らぎというものそれ自体なのである。⁽¹³⁾

つまり、ここ記された喜び・悲哀・苦痛・驚愕・歓喜・愉快・心の安らぎなどは、「意志」そのもの、「エネルギー」そのものということになる。

これらの情緒が、エネルギーの流れを感じ取る一つの手助けになり、「もうひとつの世界」とつながっている一つのあらわれである、と解釈できる。「脱フュージョン」のために「今、ここで生起する感情を意識すること」があるが、それは「今、ここ」で生起するリアルタイムのものを意識し、「プロセスとしての自己」を活性化することで「物語としての自己」との癒着から脱却する、という理由であった。しかし、情緒の生起が「もうひとつの世界」とのつながりを示唆するとすれば、モニターするための視座そのものとつながっていることがあらわれている、とも言える。

適切なメタファーを生成するために必要な「自分自身を客観的に眺める視点」の理解

3-4 「エネルギー」と元型の関係

華嚴哲学の中で、事、理、理事無礙、事事無礙という用語がある。現実世界における物質的なものは「事」であり、「事」を規定している「エネルギー」(華嚴経の中では光として表現されている)のみの世界が「理」だ。つまり、世界は常に二重構造になっている。「理」における光的「エネルギー」が経験的世界にあらわれると「事」になる。「理」の光的エネルギーの一つの形が「事」における物質であり、人間であり、花であり、鳥である、ということになる。仏教では「海と波」で比喩的に表現される。

仏教徒が最もよく好んで用いる譬喩は、果てしない大海で永遠にうねり続ける波である。そしてその大海をつくっている水そのものが真如であり、波を起こす原因となる風が、生死の原理あるいはそれと同じ意味である無明の原理に譬えられる。⁽¹⁴⁾

海が「理」、波が「事」の比喩である。経験的世界では一つ一つの波が異なるものとして認識されている。しかし、結局それらは一つの海の様々な形の現れでしかない。

無礙とは「さまたげられていない」という意味である。無礙の逆は障礙^{しょうげ}である。「事」におけるそれぞれのモノは、たとえば花ならば「花の本質」によって固まってしまっている。そして不透明になる。透き通して見ようとしても、その「本質の部分」にさまたげられていて、認識はそこでストップしてしまう。「理」に到達することはない。そして、花は花にしか見えなくなる。これが障礙の状態である。

このような考え方に極めて似たものとして、井筒(1989)はイブン・アラビーによるイスラーム哲学を引用している。すべてを規定するエネルギーの発出点が絶対無分節。すべてを含んでいるが切れ目がないためになにもとも認識することはできない純粋なエネルギー状態である。

最初に——とは、無時間的に、ということであり、従って動詞の過去形は、この場合、現在形と同価になります——神の中に創造への憶いが兆した、とイブヌ・ル・アラビーは言います。その時、神は自らにたいして啓示(開示)した。前にもちょっと申しましたが、自分自身を鏡として、その鏡に映る自分の姿を眺めた、とも彼は言っています。要するに、神の不可視の内部構造が、先ず神自身に顕になった、ということ。ここでイブヌ・ル・アラビーは神の自意識というようなことを考えているのです。神における自意識の生起、「創造」の開始。⁽¹⁵⁾

この「最初」の後に、処罰者、恩恵者、知者、随意者など、九九の「神名」が登場することになる。井筒はユング心理学を引用し、これら「神名」を「元型」と呼ぶ。

「元型」とかarchetypeとかいうのは、今日、神話学や深層心理学で使われている現代的学問の用語でありまして、一口で言えば、存在の根源的模型、つまり、現象的にはいろいろ違う姿を取りながら、しかもそれ自体は普遍的自己同一性を保持する恒常不易の深層リアリティのこと。(…中略…)イブヌ・ル・アラビーにもこの意味での「元型」に該当する考え方がありまして、意識論的には神の自意識の内部構造として、存在論的には、経験世界における現象的存在分節に先立つ前現象的、第一次的存在分節のあり方として定立されます。もっとも、イブヌ・ル・アラビーはそれを「元型」とはいわずに、「有・無境界線上の實在」とか、「神名」とか呼んでいるのですが。⁽¹⁶⁾

日本神話における八百万の神がすべて個別の「元型」とであるとするような捉え方である。井筒は、この元型が生まれる前、神の名が生まれる前の混沌エネルギーの状態を、無、空、道(タオ)、アトマンとほぼ同義、と続けたあとで、ユング心理学におけるセルフも同様、と付け加えている。その上で、これらが「東洋的」なとらえ方だと井筒は指摘する。

このような見方によれば、当然「教師第一志望である役割」など、「本当のわたし」であるはずがない。「視点と

しての自己」も「プロセスとしての自己」も「物語としての自己」も、すべて「本当のわたし」ではないのである。たとえ教師になったとしても、あくまでペルソナ、仮面である。井筒が言うように、ユングが「セルフ」と呼ぶものが無、空、道、アートマンと同様なのであれば、セルフ(いわば「本当のわたし」)は神的エネルギーそのもの、ということになる。神的エネルギーそのものが、自身を映すために作り上げたものが被造物全般であり、私たち人間も含まれる。以下は井筒による記述である。

人間の側から眺めれば、ひとが自分で見たり聞いたりすると考えるすべての事物は、実際には、そのひとの内側にある絶対者がそのひとの感覚器官を通して見たり聞いたりしている。⁽¹⁷⁾

監視カメラから得られた映像を、大量のモニターで集中的に監視しているようなものだ。しかも、自分自身を監視している状態である。見ているものも、見られているものも、そして監視カメラ自体でさえ、神的「エネルギー」そのもの、という構造になる。

以上をふまえ、「もう一つの世界」と「現象」の関係を図にあらわしてみる。図1は、「意志」と「アイデア」、そして物理的な世界(「現象」)との関係をまとめたものである。いわば、「意志」と「アイデア」の世界が「もうひとつの世界」ということになる。そして、井筒俊彦が『コスモスとアンチコスモス』の中で、華嚴哲学から引き出した内容を図にしたものが図2である。これらを元に、ユング心理学における元型のとらえ方を再解釈したものが図3である。

適切なメタファーを生成するために必要な「自分自身を客観的に眺める視点」の理解

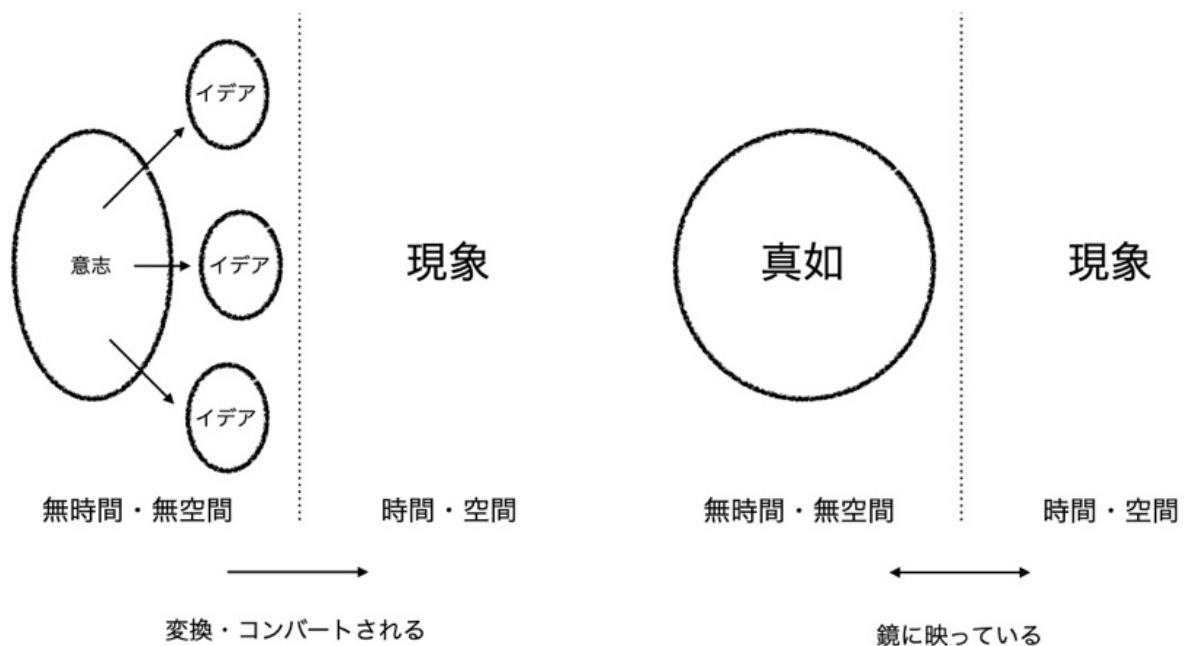


図1: ショーペンハウアーの「意志」のイメージ

図2: 仏教における「真如」のイメージ

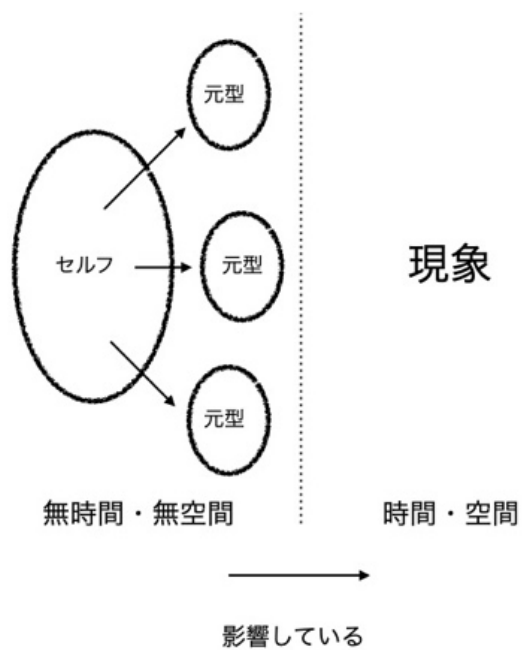


図3: ユングの「元型」のイメージ

いずれにしても、通常の人間では、無時間・無空間である「もうひとつの世界」を直接感知することはできない。つながっていることは、情緒を通じてある程度感じ取ることはできる。

あくまで、仮説である。ただ、このようなとらえ方をした場合の「本当のわたし」を究極的なものとしておいてみれば、ある程度「異界から眺めた場合」を想定できるのではないだろうか。

4. 「偽りの自己」である意識

上述の観点からすると、私たちが「役割」をもとにしてアイデンティティの確立を求め、「本当のわたし」を探している際、想定している「本当のわたし」自体がそもそも作り上げた仮想、仮面＝ペルソナ、ある意味では「偽りの自己」である。それらペルソナを「切り替えている主体」が「本当のわたし」に近いが、それは形があるわけではない。あくまで「はたらき」でしかない。

「本当のわたし」と考えているものがペルソナの一形態であるにとらえることができれば、生まれ持った身体的ハードウェアと、育った環境においてインストールされた世界認識の基本構造としての文化社会的オペレーションシステム、その上に個人が具体的な行動によってインストールしたアプリケーションやソフトウェアとの関係で、「それに合致した生き方」が選択できているのかどうかを冷静に考えてみるのが適切であることにも気づく。たとえば、骨格的・筋肉的に恵まれた遺伝情報を持ち、訓練環境も整っているのであれば、アスリートとしての出発点はクリアできる。感受性に富む遺伝情報を持ち、その感性を磨く環境が整っていて、言語表現をさらに磨けるのであれば、詩人としての出発点はクリアできる。それらはあくまで出発点であって、それ以降、どのような「知識」や「行動の規範」をインストールして行くのかは、環境と本人の具体的な行動による。それらが仕事として成立するかどうかは「運」も関係する。しかし、アスリート的なハードウェアが整っている状態で詩人を目指したり、あるいはアスリート的なハードウェアがまったく整っていない状態でアスリートを目指すというのは、「ハードウェアに合致しない」目標ということになる。

一般的に「本当のわたし」を見誤ると言われる場合は、この策定に間違いがあるということなのだろう。テレビゲームのロールプレイングゲームにおいて、エルフであるのに戦士を目指したり、ドワーフであるのに魔法使いを目指したりしてしまうことに似ている。プレイヤーとしてゲームをする場合には、キャラクターの種族と職業に間違いは起こらない。プレイヤーはキャラクター本人ではなく、あくまで「神の視点から」操作する冷静さを持ち、ゲームの世界と距離をとっているからだ。しかし、ゲーム内キャラクターが本人だったとしたらどうか。ドワーフとしてキャラクターメイキングが始まったそのドワーフ本人に意識があったとしたらどうか。プレイヤーがドワーフに戦士を設定しようとしても、そのドワーフが「私は魔法使いになりたい」と主張し、プレイヤーの設定に頑なに従わないようなものである。

学生からの相談であっても、カウンセリングでの相談であっても、「本当のわたし」と言われる文脈はそ仕事との関連や、役割の問題であることが多い。「本当のわたしに向いている職業」、そのような用いられ方が格段に多い。次に「生き方」との関係で「本当のわたし」という言葉が発せられることもあるが、数は減る。学生やCIによって「わたし」の定義が異なる上に、「本当の」の定義も異なる。ただ、先に考察した宗教的な意味での「本当のわたし」を考えるのであれば、「職業」も「生き方」も、現世における「偽りの自己」レベルである。ただ、距離をとって眺めた方がよい。せめて、ゲームのプレイヤー視点を確保した方がよい。

ここに「コンピューターのメタファー」や「テレビゲームのメタファー」をあえて挿入したが、構造は「異界から眺めた視点」を元にしてしている。それぞれのメタファーの有効性は、学生やCIがコンピューターに親しんでいるか、テレビゲームに親しんでいるかによって変化する。もし学生やCIが小説に親しんでいるのであれば、登場人物と作者の関係性を用いた方がよいだろう。生物に興味があるのなら、イカのメタファーの方がよい。そして、これらメタファーに「おかしみ」があるとするならば、そもそもすべては「喜劇」だからなのかもしれない。このようなメタファーが「脱フュージョン」に有効であるかどうかは、CIとTh、学生と教員の関係性にもよるし、タイミングも重要になる。アイデンティティ早期完了型の学生に対して上述のメタファーを用いて伝達すれば必ず「脱フュージョン」するとは言えない。しかし、少なくともACTにおいては有効性が主張されている手法であり、

適切なメタファーを生成するために必要な「自分自身を客観的に眺める視点」の理解

筆者も「場合によっては有効」であることを実感する。

5. 今後の課題

メタファーを用いて大学教員と学生がやり取りをすることで、学生が自身のアイデンティティ早期完了の状態に自覚的になり、自らの資質に合致した選択ができるようになることを確認しなければならないが、カウンセリング機関ではないために、ケースとして扱うことは困難である。「アイデンティティ早期完了の傾向」と「自覚の状態」などを、質問紙やインタビューによって調査し、統計的に処理をする必要があるだろう。しかし、アイデンティティ早期完了が「絶対悪」なわけではない。大学1年生の状態では、権威者によるアドバイスなどをそのままself-structureとしていることは、それほど珍しいことではない。もし、「言われたまま」であるならば、そこからいかに「自ら考える」ことができるか、が重要である。また、アイデンティティ拡散が「悪」というわけでも、アイデンティティ確立が「善」ということでもない。ただし「就職活動」という観点では、Marciaの提唱する4つのself-structureは重要である。そのような限定があることを十分意識した上で、今後の研究を進めていきたい。

【注】

(1) Marcia, J. E. (1980). Identity in Adolescence. In Adelson, J. (Ed.), *Handbook of Adolescent Psychology*. Wiley. pp.109-137. Marciaは、decision-making(何らかの決定を下さざるを得ない)状況をcrisisと定義している。また、the extent of personal investment(ある特定のセクションに個人的なものを投資する行為)のことをcommitmentとしており、その対象は「occupation, religion, ideology」である。そのため、Marciaの記すアイデンティティは「職業」に関する観点が主となる。

男性に関するアイデンティティについては、以下のようにまとめられている。

- ・モラトリウム型は最も不安が高い。
- ・早期完了型は最も不安が低い。
- ・確立型とモラトリウム型は、早期完了型と拡散型より自尊心が高い。
- ・早期完了型は、ミルグラム型の服従実験において顕著に参加を継続しやすい。
- ・ストレス状況において、確立型は最も高いパフォーマンスを示し、早期完了型が最も貧弱なパフォーマンスを示す。
- ・拡散型は、世界を認識する様式が非常に複雑である。一方、早期完了型は非常に単純である。確立型とモラトリウム型はそれなりに複雑である。
- ・モラトリウム型は、大学での専攻を変更しやすい。
- ・早期完了型と拡散型は、大学を退学する場合「否定的な外圧のせいである」と原因を帰属するが、確立型とモラトリウム型はより内的な理由に原因を帰属する。
- ・早期完了型の両親は、まるで「恋愛に参加しているかのよう」に子育てをしている。ただ、その両親自身は「自分は子どものことを中心に考えていて、子どもを守っている」と思い込んでいる。
- ・拡散型の両親は、特に父親がその子のことを拒絶し、関係を持たないということが見られる。
- ・モラトリウム型の場合、子どもは、母親から離れることが難しいという感じを抱いている。その子どもは、両親に対して両価的な関係を持っている。
- ・確立型の両親は、その子に対して、アンビバレントではあるが、相互的にやり取りをしている。つまり、良い意味での「ためらい」が見られる。
- ・基本的に「父親の要素」が強い。

一方、女性に関するアイデンティティについては以下のように記されている。

- ・早期完了型は高い自尊心を持ち、不安は低い。
- ・モラトリウム型と拡散型は、自尊心が低く、不安が高い。

- ・確立型と早期完了型はどちらかというところ「男性的」「両性具有的」であり、拡散型は「女性的」である。
 - ・既婚女性で子どもが少なくとも1人はいる場合、確立型とモラトリアム型は、早期完了型や拡散型に比べて、何らかの教育課程に在籍し続けることが多い。
 - ・確立型は大学での専攻で「難しいもの」を選択する傾向が高く、拡散型は「簡単そうなもの」を選択する傾向が高い。
- (2) Marcia, J.E.(1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.3, pp.551-558. Foreclosureの解説部分を意識。
- (3) Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G.(2012). *Acceptance and Commitment Therapy. The Process and Practice of Mindful Change. SECOND EDITION*. Gilford Press.(武藤崇・三田村仰・大月友(訳) (2014): アクセプタンス&コミットメント・セラピー(ACT)第2版. 星和書店. p.29)。なお、ACTは「認知行動療法の第三の波」と呼ばれているものの1つである。
- (4) 同前 p.29。
- (5) 同前 pp.306-313を要約。(p.33)
- (6) 同前 p.33。
- (7) 断定することはできないが、一般的に「生きた言葉」、「相手に届く言葉」を紡ぐためにはある種の実感が必要であることは異論ないのではないか。「構造を把握する」ということは、その物事を「深く理解する」ことにつながり、それは「実感を伴うこと」とも関係する。
- (8) 森田正馬(1874-1938)によって創始された森田療法は、禅仏教をもとにした日本独自の心理療法であり、認知行動療法的な部分も多く含まれる。つまり、ACTが行おうとしていることをはるかに先取りしていたともいえる。森田正馬の文章は極めて示唆に富むが、達人による感覚的な部分も多いため、マニュアル的に参照することは難しい。一方、ACTにおいては論理的な構造が図によってはっきり示されているため、場合によっては扱いやすい。
- (9) 若松英輔(2011)『神秘の夜の旅』トランスビュー pp.151-152。
- (10) 河合隼雄(1996)『子どもの本を読む』講談社プラスアルファ文庫(引用は岩波現代文庫版 pp.3-4)
- (11) Bergson, H. L.(1889): *Essai sur les données immédiates de la conscience*. Félix Alcan.(ベルクソン(中村文郎訳)『時間と自由』岩波文庫 pp.122-123)
- (12) Schopenhauer, A.(1819). *Die Welt als Wille und Vorstellung*. F. A. Brockhaus Leipzig.(ショーペンハウアー(西尾幹二訳)『意志と表象としての世界 II』中公クラシックス p.208)
- (13) 同前 p.217。
- (14) Suzuki, D.(1907). *Outlines of Mahayana Buddhism*. Luzac and Company. (鈴木大拙(佐々木閑訳)『大乘仏教概論』岩波文庫 p.142)
- (15) 井筒俊彦(1989)『コスモスとアンチコスモス 東洋哲学のために』岩波書店(井筒俊彦『コスモスとアンチコスモス 東洋哲学のために』岩波文庫 pp.90-91)
- (16) 同前 p.81。
- (17) Izutsu, T.(1983). *Sufism and Taoism: A Comparative Study of Key Philosophical Concepts. Part I : Ibn 'Arabi*. Iwanami shoten.(井筒俊彦(仁子寿晴訳)『スーフィズムと老荘思想 上』慶應義塾大学出版会 p.198)

適切なメタファーを生成するために必要な「自分自身を客観的に眺める視点」の理解

[Research Note]

Understanding the Necessity of “viewpoint to see oneself objectively” for Generating Appropriate Metaphors
After Meeting a Student of Identity Foreclosure type

INAGAKI Tomonori