

Book Review 9-23 医療 #ふつうの相談

『#ふつうの相談』（東畑開人著）を読んでみた。

著者は臨床心理学者、臨床心理士・公認心理師。専攻は精神分析と医療人類学。2022年開業。白金高輪カウンセリングルーム主宰。

本書を読んだ読者の声を聴くと、「これは学術書であり、一般人には適さない」という声が多い。一方しばしば患者さんから相談を受ける医療者である私には大変興味深い内容であった。他者と話をするという行為を詳細に分析していることに感嘆した。著者は精神科医の中井久夫氏の『治療文化論』に影響を受けているようだ。（時間が許せば読んでみたい）。

はじめに、まとめを提示しておく。

著者は「ふつうの相談の地球儀」という考えを提唱している。私たちの臨床は世間知と学派知と現場知の三次元によって営まれる（3軸で考える）。

世間知とは、「心とは何か」、「社会とは何か」、「いかに生きるか」についての素人の理解である。

世間知を精錬し、純化することで取り出されたのが学派知である。

臨床現場というミクロな社会に特化した世間知が現場知である。

学派知と現場知の二つを合わせたものを専門知と呼んでいる。

具体的に内容を見てゆこう。

様々な現場で交わされている日常的な相談の風景がはじめに3場面提示される。これは通奏低音のようなもので、この響きを「ふつうの相談」と呼ぶ。

学派的心理療法論と現場的心理療法論がある。この二つがせめぎ合う。言い換えると専門性と素人性。純金と合金（フロイトの言葉）。中心と周縁。

体系的な心理理論は、同一化を要求する。逸脱は激しく取り締まられる。

一方、現場に適した心理療法は折衷的であり、「ありふれた心理療法」で現実的な妥協を肯定する。

いかに学派的な作法を現場で応用するかが要となる。

多元的臨床心理学には大宇宙の中に、小宇宙があると言える。精神分析、ユング心理学、認知行動療法、人間性心理学、家族療法等。

広大さがふつうの相談の肝である。日常の中で自然に交わされている援助のことだと言えよう。

新たな俯瞰的まなざしを獲得することが課題となる。

相談を受ける側は二つのカードを手元に置く必要がある。誰にも同じアプローチではいけない。「一病気一治療」の罫。カードが一枚しかないなら、使うか使わないかで二択となる（誰にでも一律に用いることは狂信に通ずる）。

同定すべきは

1. 問題の性質の特定。緊急か不急か。外在性か内在性か。
生活が破綻するリスクが高い。
2. モチベーション。
3. お金と時間の問題。

技法は以下の7つ

1. 聞く
応答の比重が高い。
2. 質問する
穏健、マイルドになる。
安全性、「常識」や「世間知」を重視する。
3. 評価する
価値の社会的側面を重視する。価値の共有。
4. 説明する
心の状態やメカニズムを説明する。知的な説明でなければならない。
5. アドバイス
大きなアドバイス：課題や変化の方向性を示す。
小さなアドバイス；現実的な助言をする。
経験談という話法が有効である。
説明とアドバイスがセットになっていること。
6. 環境調整
環境に直接働きかけ、変化を促す。
7. 雑談・世間話
表面的な会話を維持する。

機能

1. 外的ケアの整備
ケア資源の拡大、ソーシャルワーク的な想像力
2. 問題の知的整理
正しい情報や知識
3. 情緒的サポートの獲得
4. 時間の処方と物語の作成
様子を見ること（自然治癒力、時熟）

構造

1. ふつうの相談0

素人どうし：多様である

アーサー・クライマンの台湾での仕事：説明モデル理論を紹介している。
(かれの著作『病の語り』は名著である)。

心理療法家は「心理学すること」、精神科医は「生物学すること」ソーシャルワーカーは「社会学すること」に基づいてそれぞれの立場で治療を行う。

中井久夫氏の個人症候群と熟知性（よく知っている）

- ・普通症候群
- ・文化依存症候群
- ・個人症候群（不調を個人の人生の物語ろうとする）

世間知（常識） ↔ 学校知

- ・人間とはいかなる存在か（folk psychology）：物語化する
- ・社会とはどのような場所か（folk sociology）：先輩の知

限界がある

- ・世間知の複数性
- ・世間知の規範性
- ・熟知性の限界

2. ふつうの相談B（Aとは学派的心理療法論である）

背水の陣をひく

Aの行き過ぎを補正する

マイルドである

悩ましく、バランスをとる

3. ふつうの相談C（Clinical）

同じ現場で仕事をしている人たちが共有している相談作法

「現場知」と呼ぶ：断片的で、ローカルな知の集積

自然で葛藤がない

- ・ハードな面：法律や制度、経営
- ・ソフトな面：心理的、経験的、人間的

社会的ニーズ

制度的役割と社会的ニーズのせめぎ合い。

現場知とは専門家としての世間知である。

注意：臨床現場の常識が一般社会では非常識となることがある。

以上、要点を抜き出してみた。

私が外来で患者さんと話していることは上記のどれにあたるのだろうか。

たまたま独逸の作家・弁護士であるフェルディナント・フォン・シーラッハ氏の『珈琲と煙草』を読んでいたら、聞くという英語 listen の順番を入れ替えると、沈黙を意味する silent になると書かれていた。興味深い。医療者にとって「聴くこと」は最も難しいと言われているが・・・。