

THE collected works of LYDIA SICHER
15 Style of Life

P.156～

【資料】 Different Styles 異なった(様々な)ライフスタイル

1) 野田俊作補正項「現実的であること (3)」2017 年 7 月 4 日

アドラーが神経症の発達について次のようなことを書いている。

私が発見し記述した神経症と精神病に駆り立てる力は以下のごとし。

- 1) 子ども時代の劣等感が、
- 2) 自己保身の傾向と〔必要以上に〕劣等感を補償する努力を作り出し、
- 3) 子ども時代に選択された優越に向かう仮想的目標が〔その後もずっと〕目的論的に働き続け、
- 4) 人間関係からの要求に対抗するために〔回避的な〕手段や性格傾向や感情や症状や態度をあれこれ試してみても、
- 5) 環境に抵抗して仮想的に「自分は偉いんだ」と思い込むためにそれらを使い、
- 6) 責任を回避するための逃げ道と言い訳を探し出し、
- 7) 神経症的な狂ったものの見方でもって現実を歪曲して値引きし、
- 8) ほとんどすべての人間関係における協力の可能性をはねのけてしまう。

(Ansbacher & Ansbacher: "Alfred Adlers Individualpsychologie", p.282)

2) 野田俊作補正項「なぜアドラーか (7)」2017 年 4 月 27 日

昨日、「人が健康に生きて行くためには、好かれる必要もないし、嫌われることを怖れる必要もないんだけど、《神経症的策動》をやめる必要はある」と書いた。《神経症的策動》というのは「イエス、バット」をすることだと先日書いたが、もうすこしアドラー心理学的な言い方をするなら《劣等コンプレックス》をすることだ。《劣等コンプレックス》をもうちょっと平仮名で言うと、「劣等感を口実にして自分の責任を免れようとする策動」のことだ。もっと平仮名にすると、1)《劣等感》というのは、この場合には、「自分は相手が期待する能力について劣っている」ということだ。たとえば「あなたが期待するほど元気でない」とか「あなたが期待するほど賢くない」とか「あなたが期待するほど経験がない」とか、そういうことだ。2)《責任》というのは、社会的に「すべき」だとか「すべきでない」とか期待されていることだ。たとえば「規則を守る」とか「感情的になって人を動かさない」とか「人の都合も考える」とか、そういうことだ。3)《策動》というのは、自分にとって都合のよい方向に相手を変えようとする動き方のことだ。「したくてもできないのだということをわかってください」とか、「私なりに努力をしているんですが周囲の理解が得られないのです」とか、「ちゃんとやろうとすると緊張してしまってかえってできないんです」とか、そういうことだ。

3) 野田俊作補正項「差異と構造と冗長性 (8)」2015 年 11 月 9 日

神経症的策動は、先天的な素質だとは思えないので、おそらく親子関係の中で発達するものだと思う。たとえば、親が子どもにある期待をしており、子どもはそれはとうてい満たせないと思う。しかし親は承知しないで、その期待を押しつけ続ける。そこで子どもは試行錯誤的に、さまざまなことをやってみる。そうして、親が期待を押しつけるのを断念するような行動を見つけ出して、以後はそれを使って親を制御する。そのような子どもの行動のうちのあるものが神経症的策動であるわけだ。たとえば、「勉強しようと思っていたのに、うるさく言うから、する気がなくなった」というたぐいのものだ。これで断念しない親でも、ここに泣くなり怒るなりというような情動を付け加えると、あるいはさらに暴力なり自傷行為なりというような破壊的行動を付け加えると、断念するだろう。それで子どもは味をしめて、人からの期待を断るときに神経症的策動を使うようになる。

4) 野田俊作補正項「差異と構造と冗長性 (9)」2015 年 11 月 10 日

昨日は、子どもが親の期待を拒否するために神経症的策動を発展させるという話をした。神経症的策動とは、不健康なやり方で相手の要求を断ったり、あるいは自分の要求を押しつけたりする方法だと一応定義しておくとしたら、それと二項対立するものとして、健康なやり方で相手の要求を断ったり、自分の要求を主張したりすることが話題にできる。つまり、「上手な頼み方」だの「上手な断り方」だのということだ。実際にそのようなアイデアにもとづいて開発されたのが、たとえばアサーティブ・トレーニングだとかコーチングだとかだ。

しかし、アドラー心理学はその道をたどらなかった。そうではなくて、親子なりクライアントとカウンセラーなりが「共同で問題を解決する」という方向で健康なコミュニケーションを考えた。これはきわめて重要な差異だ。つまり、アドラー心理学は、競合と協力という二項対立を立てたわけだが、「上手な頼み方」だの「上手な断り方」だのは、所詮は競合的な関係を前提にしている。アドラー心理学はそれとは違う協力的な次元で問題解決を考える。「上手な頼み方」だの「上手な断り方」だのは、ある個人と別の個人との間に利害対立があることを前提にして、その上で、自分の意見を通してしかも相手に怨まれない方法はないかを考えるわけだ。しかし、アドラーは、利害対立があること自体がすでに問題であると考えた。と言うか、利害対立のない部分を探すように提案した

どうしてそういう風に考えたかという点、アドラーの視野は、いつも人類全体の幸福の方を向いていたからだと思う。つまり、ある個人と別の個人との 1 対 1 の関係ではなくて、個人と社会全体の関係を気にしていた。人間は社会的動物であり、協力しなければ生きていけない。どんなに利害対立していても、なおどこかで協力しないではおれない。その協力しなければならない部分に注目して、そこで人間関係を築こうというのが、アドラーのアイデアだ。

それは同時に、自分と相手との違いを認めるということにつながる。逆に、「上手な頼み方」だの「上手な断り方」だのといった考え方は、しばしば相手を自分と同じにしようとする傾向にもとづいている。アドラーが暮らしていた社会環境では、それはとても危険なことだった。ドイツ系の人々とスラブ系の人々とユダヤ系の人々とトルコ系の人々が混在して暮らしている多文化・多言語・多宗教の社会で、相手を自分と同じにしようとする働きかけは、いつもきわめて危険だ。日本人にはそういう敏感さはないけれど、ヨーロッパ人たちと話をしていると、「違いを認めあいながら共存する」ということは、いまでも彼らにとって切実な問題なのだなと思う。

5) 野田俊作補正項「差異と構造と冗長性 (10)」2015 年 11 月 11 日

神経症的策動は、神経症者だけでなく相手役もまた競合的であるから有効なのだと、アドラー心理学は考えている。たとえば、「習慣ですから、やめることができないんです」というような言い方がある。こういう言い訳をするのは、相手役が神経症者のある行動傾向を「よくない」と裁いて、変えたいと思っているからだ。しかるに、神経症者は、その行動傾向があることは認めるし、それが望ましくない傾向であることも認めるが、習慣、すなわち随意に変えることのできないものだから、変えることはできないと主張している。相手役も神経症者の論理を正しいと認めるので、この言い訳は通用することになる。相手役は、神経症者の行動傾向を改めさせることは断念したが、それは相手を「困った習慣の持ち主である困った人間だ」と裁いた結果だ。相手を裁いているかぎり競合的なので、たとえ神経症者の言うことを許容しても、この人間関係は競合的であることになる。

さらに言えば、人間関係が競合的であるかぎり、多かれ少なかれ神経症的であるとアドラー心理学は考えている。だから、競合的な人間関係をそのまま置いておいて、「上手な頼み方」だの「上手な断り方」だのを教えるのは、より手の込んだ神経症的策動を教えているにすぎないということもできる。それが通用するのは、話し手も聞き手も競合的であり、広い意味で神経症的であるからだ。聞き手も話し手も競合性から抜け出して協力的になったときに、「言い方」とか「言葉のかけ方」ではないレベルで「頼む」とか「断る」ということを考えることができる。つまり、自分の都合のためではなく、相手に協力するために「頼む」とか「断る」とかいうことを考えられるようになる。すくなくとも親子関係や夫婦関係に関しては（ということは職場の人間関係などでは必ずしもそうでないかもしれないということだ）、これがアドラー心理学が教えたいと思っていることだ。

6) 野田俊作補正項「差異と構造と冗長性 (11)」2015 年 11 月 12 日

アドラー心理学の援助法は、競合的な世界でクライアントが「勝ち残る」ことを目標にしているのではなく、協力的な世界を築いて他の人と「助け合う」ことを目標にしている。目標は「共同体感覚の育成」にあって、基本前提などの理論はすべてそのための手段だ。このあたりのパースペクティブがしっかりできると、治療技術も育児技術もずいぶん自由になる。逆に、それがわからないまま、理論や技法にとらわれていると、教条主義なり原理主義なりに陥って、ときにかえって競合的な関係を作る結果になってしまう。