

先日、といってもすこし前のことだが、NHKでアルフレッド・アドラーの心理学を解説する番組を見た。1回25分、週1で4週連続というのだった。

アドラーの本は二冊ぐらい、ざっと読んだ記憶があるだけでそんなに興味を持っていない心理学者だったが、精神病院の訪問看護師をしている西川宏さんに、大家さんはいつもフロイトを引用するが、精神科の現場ではフロイトはなんの役にもたない、ほくはアドラーを参考にしている、と何度かいわれたことがあったので、どんなものかと。

アドラーの日本での紹介者、岸見一郎という哲学者が解説役だった。フロイト、ユング、と並ぶ心理学の三大巨頭だそうだが、かつて読んだ本の記憶をたどるとポジティブな考え方も持っているという印象が強かった。ほくなんかいつも後ろ向きなネガティブな発想しかしていないので肌が合わなかったのだろう。

フロイトは、ひとは幼年期、少年期、青年期の体験にとらわれている、という考えだが、アドラーは、トラウマや過去の体験に支配されているという原因論は誤りで、人間は自分自身の力で人生を意味づけ変えていくことができるという目的論をその考え方の根本にもっていて、西川さんのような臨床的な現場で仕事をしている人には受け入れられやすい考え方だとおもう。

まあ、フロイトにしても、読みはじめたころはなにかも性的な要素に還元していることに抵抗があった。それでも、人の幼年期に注目し、無意識に支配されている人のありかたを説明するところなんかおもしろかったし、その弟子ジャック・ラカンがつくりだした人の読み方にもひかれていった。とはいっ

ろいとおもう考え方があった。シニカルなポーズで生きているほくにも、おおお、とおもえるようなことだ。

「悲しいから涙を流すのではない。相手を責め、同情や注目をひくために泣いているのだ」

「すべての悩みは対人関係の課題である。仙人のような世捨て人でさえも、じつは他人の目を気にしている」

「カッときて自分を見失い怒鳴つたのではない。相手を支配するために、怒りという感情をつくりだし利用したのだ」

「世話好きな人はたんにやさしい人なのではない。相手を自分に依存させ、自分が重要な人物であることを実感したいのだ」

心理学者はみよように皮肉っぽいところがある。哲学者は哲学者で、皮肉さえ理論だてなければ気がすまない人種である。

アドラーの心理学は「子育て」にも有効だそうだ。『子どもの教育』という著書もあり、翻訳は先の岸見一郎だ。

こどもはほめても叱ってもいけないらしく、たとえばテストで100点をとってもほめてはいけないそうだ。いい点をとったというだけでほめられれば、悪い点をとったときはほめてもらえず、悪い点をとる自分には価値がないとおもわせるからそうだ。悪い点をとった自分は無価値な存在なのだという悩みが生じてしまい、いい点をとる自分でなくてはいけない。無価値で存在価値がない自分になってしまっってはいけないと思ひ込み、人からの承認をもらうことを重視するようになっていくという。承認欲求が強くなると、自分を承認してくれる人は味方、承認してくれない人は敵、と見なしてしまうようになるからほ

ても、ラカンなどむつかしくて(翻訳が下手だということだが)10%も理解していないだろうとおもっている。ラカンの娘婿のセラヴォイ・ジジエクの、精神分析学を適用した映画論ははくの映画の見方の幅を広げてくれた。

ほくは西川さんのような職業に就いていないから、臨床的効用ではなく、人生を困難にしてくれる屈折した感情とともに生きていきたい、とおもっているが、アドラーは「人生が困難なのではない、あなたが人生を困難にしているのだ。人生はきわめてシンプルである」といつている。それは他者からの承認を求めることを否定し、自分の課題、他者の課題、と課題の分離をすることで人生はシンプルに生きられるといっているのだが、人間関係はそう簡単に整理できるものではなく、互いの領域を侵しながらも、他者を否定し肯定し、自他の葛藤とともに生きていくしかないとおもっている。

アドラーの描くしあわせな人間関係は、ありのままの自分を受容し、無条件で他者を信頼するなかで、自分はだれかの役にたっているという貢献感を実感することでしあわせになれるというのだが、まあ、それはそうだろうが、ありのままの自分を受容するなどという神業は、たぶん、だれも持ちえようがないし(そもそも、ありのままの自分ってなんだろう)、無条件で他者を信頼するという冒険心はどうしたら持てるのだろうか。その結果としての「だれかの役にたっている」という自己満足自己充足、ひとりよがりな自己詭弁的なものでしかない感情はどうしたら持てるのだろうか。

まあ、そんなこんなアドラーではあるが、いくつかおもしろめることはやめようというのだ。だから100点をとったときは、

「(私は)とつても頑張ってきた姿を知っているから努力が実つてすぐうれいよ。」「ありがとう。勉強を頑張ってくれて(私は)とつてもうれいよ。」「本当によかったね。(私は)こんなに素晴らしい息子で鼻が高いよ。」

と感謝の気持ちをごどもに伝えるのがいい、というのが、他の人はどうなのかはしらないが、ほくはこんな気色の悪い他人行儀の態度はとれない。こどもにこんなことを言うのは恥ずかしい(もつとも、もう言うことはないのだが)。

テストで100点をとつたらとつたでほめてやればいいし(100点というのも気色悪い点数ではあるが)、悪い点をとつたらとつたで「まあ、そんなこともあるさ」と言っつてやればいい。というか、たかが学校でのテストである。いい点をとることもあれば悪い点をとることもある。それだけで一生が左右されることはない。親がそういう気持でいればどうつてことはない問題である。

そんなこんなでどうもアドラーは苦手である