

# 知的障害をもつ人への心理療法の可能性

中島由宇

## The Possibility of Psychotherapy for People with Intellectual Disabilities

NAKASHIMA Yu

### 1. 出発点となる問題意識

本稿のタイトルに含まれる「知的障害<sup>1</sup>をもつ人への心理療法」ということばは、読み手にどのようなイメージを引き起こすのでしょうか。

「こころのケア」ということばが人口に膾炙し、教育機関や医療機関などで多くのカウンセラーが活躍するようになった現代のわが国において、「心理療法」はだいぶ市民権を得てきたように思われます。「心理療法」には、“主にことばを用いて相談（カウンセリング）を行うことで、自分の悩みごとについて考え、悩みを解決していく”といった漠然としたイメージがあるのではないかと思います。そうした心理療法のイメージを踏まえて、「知的障害をもつ人に心理療法など行うことができるのか」といった疑問や違和感をもつ人がいるかもしれません。

あるいは、そもそも「知的障害」や「知的障害をもつ人」にあまり強い関心をもたない人も多かもしれません。聞いたことはある、自分と同じ学校や地域にその障害をもつ人がいたかもしれない、などと思う人は多いとしても、知的障害をもつ人がどのような人たちであり、どのような心的世界を生活しているのかを深く知ろうとする人はどれほどいるのでしょうか。

実際、筆者の専門とする臨床心理学の領域においても、「知的障害をもつ人への心理療法」はこれまで実践が皆無ではないものの、研究や議論の俎上に載せられることはきわめて乏しかったのです。そして、十分な検討がなされていないにもかかわらず、知的障害をもつ人への心理療法にあまり積極的な意味を認めようとする主張も見られます。

筆者は本学に着任する前に精神科医療の現場で知的障害をもつ人への心理療法に長らく携わってきました。その心理療法のプロセスにおいて筆者は、知的障害をもつ人とのあいだで確かにその手応えを感じてきました。筆者が得た手応えとは、「彼らの思いがまさに彼ら自身の思いに他ならないと感じせしめるような説得力と鮮やかさで伝わってくるようになり、彼らが確か

に生きてそこに在るという存在感がわたしの前に立ち現れ、彼らのその生き生きと堂々としたありように、わたしが同じこの社会を共に生きる者として深く励まされるような彼らの変容」として感じとられたものでした。筆者はそれを彼らの「わたし」（自己）が立ち現れる瞬間として把握しました。実践者として得た手応えと社会や学界の無関心とのほざまで、筆者は強い無力感を抱いてきました。そうしたなかで、彼らへの心理療法の適用はなぜ十分な検討を待たずにその意味を否定されてしまうのだろうか、社会や学界における知的障害をもつ人への関心の乏しさとは何なのだろうか、といった、知的障害をもつ人に対する関心の向かいにくさという構造そのものへの問いが、次第に析出されてきました。

## 2. 主な研究

「知的障害をもつ人に対する関心の向かいにくさとは何か」という問いを携え、筆者は以下の1)～3)に示すような3方向の研究を行ってきました。

### 1) 知的障害概念の概観

そもそも知的障害とは何であるのかということをはっきりと明らかにするために、「発達障害」という概念を軸に、知的障害をめぐる言説や研究の歴史的経緯を概観しました。

日本語における発達障害の原語にあたる“developmental disability”は、1960年代のアメリカにおいて知的障害をはじめとする機能障害をまとめる概念として成立したものであり、かつ機能障害という医学的視点に留まらずその機能障害をもつ人の生きにくさとその支援をも射程に入れたものでした(竹下, 1999)。しかし、わが国において「発達障害」とは、1980年代に自閉症スペクトラムを中心とする機能障害を包含する舶来の医学的診断概念として定着していきましました。そこで大きくクローズアップされた機能障害は知的障害を伴わない自閉症スペクトラムやADHD, LDであって、日本における発達障害の枠組みから知的障害は根拠なく除外されました。そして、2000年代以降のわが国は発達障害ブームとも捉えられるような状況を呈しました。それは、いわゆる「脳ブーム」(松本, 2009)と言われるような脳決定論的な風潮に後押しされた極端な医療化の動きとして捉えられます。しかし、そもそも発達障害概念とはその成立当初から医学モデルの限界性から生まれ出たものであり、今日に至るまでその医学的根拠は依然不確実です(市川, 2014)。

ここで浮かび上がったのは、わが国における発達障害概念の展開における知的障害の根拠なき分断と発達障害概念の不確実な暫定的性質です。アメリカ精神医学会による最新の診断・統計マニュアルにおいて、知的障害は発達障害の下位分類に置かれています(APA, 2013/2014)。また、“developmental disability”概念成立も影響を与えて発展した、障害を個人の属性としてではなく社会の障壁として捉える障害の社会モデル(杉野, 2007)は今日大きなインパクトをもつに至っています。知的障害を含む機能障害をもつとされる人とその周囲の人との関係性において絶えず更新される相対的な構成概念として発達障害を捉えることの今日的意義がここに明らかとなります。

## 2) 知的障害をもつ人の「わたし」が立ち現れる実践についてのアクチュアルな探究

1)に示したように発達障害を捉えた上で、知的障害をもつ人の「わたし」が関係性においていかに立ち現れるのかということを中心に検討してきました。

この検討は、「現実のかかわりそのものに本質を見る」(岡野, 2009) 立場、つまり、「直接的接触と相互作用によって確かめられるかかわりの事実性」(鏑, 2001) たるアクチュアリティに接近しようとする関係論という視座に立って行いました。この立場において「わたし」(自己)とは、「その初めから関係性の中に存在」(Kohut, 1977/1995)するのであって、「環境的状况とのあいだに取り交わしている、つねに暫定的な契約」として「絶えず獲得しつづけなければならない」仮象的なリアリティ(木村, 1994)であるとされます。つまり、かかわり合いのアクチュアリティを生きるわたしたちにおいて、最も先立ってその現実感の感受と認識の手がかりとなる根拠たるリアリティが「わたし」なのだと言えます。以上を整理して、「わたし」とは「関係性において暫定的に結ぼうとするまとまり」であり、「関係性」とは『わたし』と『わたし』のあいだで展開するアクチュアルな相互作用』であると相互補完的に定義することができます。

こうした認識論に立って、具体的な研究手法としては、知的障害をもつ子どもと親との日常場面への参与観察や、医療現場における知的障害をもつ人への心理療法の実践事例の検討を重ねてきました。そこで抽出されてきたのは、第1に、知的障害をもつ人における「わたし」の特有のありかたであり、第2に、知的障害をもつ人への心理療法のプロセスの特徴でした。

まず、知的障害をもつ人のあいまいな「わたし」のありかたが見出されました。知的障害をもつ人とその周囲の人とのあいだで、周囲の人が彼らの情動にチューニングし共にあるとする同調的なかかわりをもつことが圧倒的に少ない一方で指示的な対応をとりやすいのに対し、彼らも自分からの発信が微弱であり指示的な対応に合わせて過剰適応的に振る舞いやすいという関係性を呈しやすいと考えられました。それにより、通常は発達過程において他者から同調されることを繰り返すことで徐々に得られていくはずの「わたし」の感触が得られにくくなり、知的障害をもつ人の「わたし」は漠然とあいまいなまま埋没してしまいやすいと考えられました。前に述べたとおり、「わたし」とはわたしたちがアクチュアリティを生きる確かさの根拠となることに鑑みると、知的障害をもつ人もまた他者とのかかわりにおいて「わたし」を受けとめてもらい「わたし」の手応えを感受することを希求していると思われまます。しかし、「わたし」のあいまいさゆえに彼ら自身にもそのニーズが十分明瞭に把握されるわけでないことに加え、コミュニケーションの不得手さもあって、彼らのこうした志向性は不明瞭なかたちをとりやすく、他者からの適切な応答が得られにくいのではないかと考えられました。このように、知的障害をもつ人は関係性において彼らの自己性を感じとることが難しく、結果として周囲の人もますます彼らの「わたし」を感じとることが難しくなるのではないかと考えられました。

そして、そうした知的障害をもつ人における「わたし」のありかたを踏まえた心理療法においては、かかわり手(セラピスト)が、知的障害をもつ人(クライエント)の「わたし」が在るということを前提として受けとめ感知しようとする態勢をとり、彼ら(クライエント)の自

発的表出を敏感に捉えようとし、その素直な感受と内省に努め、情動的応答を返すことによって、彼ら（クライアント）の「わたし」の把握と表出が促進され、相互主体的関係性の構築へと至り、それに伴って彼らの精神医学的問題が軽減することもあると考えられました（図 1）。このように見出された心理療法のプロセスにおいて重要なのは以下の 3 点です。1 点目に、このプロセスにおける始発点であり必要不可欠であるのは、彼らの「わたし」が在るということを前提とするというかわり手の態勢であるということです。他者がその人の「わたし」にまなざしを向け、目を凝らしてその人の「わたし」を見定めようとすることによって始めて、その関係性においてその人の「わたし」は生成する契機を得るのであって、これは知的障害をもつ人においても例外ではないと考えられました。そして 2 点目に、ここでかわり手（セラピスト）が行っていることは、一般的な心理療法の方法の適用であるということです。存在を受けとめ、情動を感知しようとし、素直にアクチュアリティに開かれた態度をとるという心理療法の基本的なかわりかたは、しかし、知的障害をもつ人を保護的な環境において行動論的に訓練、指導することを主とする今日の知的障害支援のなかに布置すると、新たな光を放つものとして大きな意義があると考えられました。最後に 3 点目に、こうしたアプローチによる彼らの「わたし」の生成が結果として彼らの抱える精神医学的問題の緩和や軽減につながりうるということが挙げられます。知的障害をもつ人が精神医学的問題に悩まされることは決して珍しいことではなく、ときにきわめて深刻な病態を示すこともあり、その対応は喫緊の課題であると言えます。心理療法がそのアプローチのひとつとして有効である可能性が示唆されます。

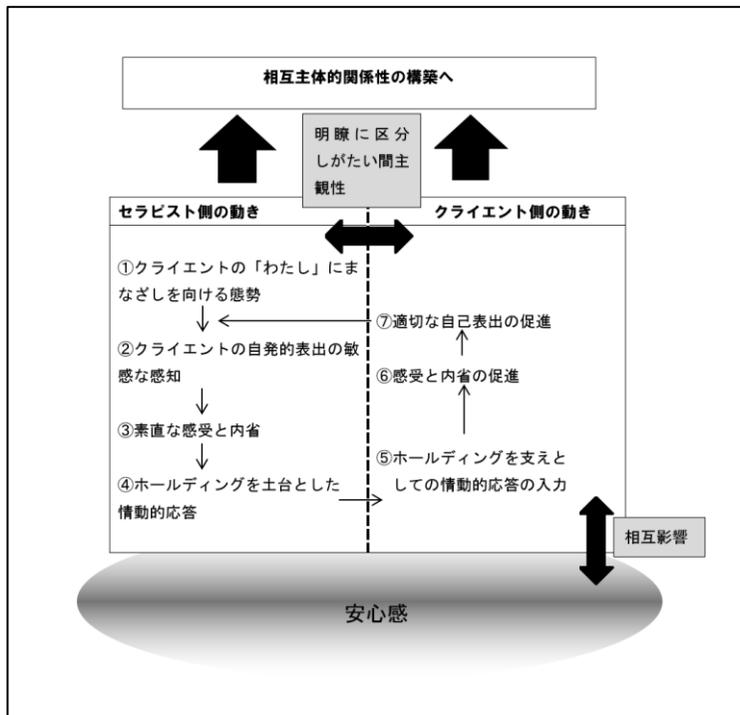


図 1 知的障害をもつ人への心理療法のプロセス

さらに付言すれば、「わたし」の問題とは関係性の問題のことです。「わたし」の問題にアプローチする心理療法は、クライアントである知的障害をもつ人に対してだけでなく、アクチュアルな関係の場のさまざまな角度からかかわっていくことが可能であり、また必要であると言えます。クライアントである知的障害をもつ人の「わたし」は、それをみつめようとする他者との関係性において確かに開花しうのですが、その「わたし」をとりたてて見出そうとしない関係性におかれればその花は容易にしぼんでしまいやすいのです。

### 3)アクチュアルな探究の方法論的検討

2)で行ってきたのはいずれも質的な事例研究方法です。わが国の臨床心理学において事例研究法は比較的活発に取り組まれてきました。しかし、2000年代以降、実証主義的科学的研究としてのエビデンス重視の趨勢、質的研究法の隆盛、研究倫理に対する認識の高まりといった学界の新たな動向を受けて、事例研究法の方法論的検討がこれまで疎かにされてきたことが指摘されることとなり（斎藤、2013等）、事例研究法の方法論的再構築の必要性が叫ばれるようになりました。

筆者は、この研究法のすぐれた「実践的有用性」に着目し、その有用性とは何であるのかという問いを軸に、この研究法の見直しを試みました。

まず、その方法を2つのステップに分けて論じました。客観の存在という暗黙の前提をいったんなしにして意識体験の場面に立ち戻ることである「現象学的還元」（西、2015）を参照し、ことばに留めようとする途端に霧散してしまうフラジャイルなそれをそっとすくいとろうとし、じっくりとくことばを探索し選び出そうとするアクチュアリティへの接近の試みを第1のステップとして捉えました。ついで、アクチュアルな感覚から浮かび上がったことばを学術的な概念などに「照らして自らの行為の意味を問い続ける対話的世界に入り込む」解釈学的営為（McLeod、2001/2007）により、自身の研究の相対的な位置づけを明らかにして公共性のある知の生成を目指す「主観を鍛える」作業（能智、2011）を第2のステップとして捉えました。

そして、このようにして得られた知は以下の3つの性質を備えていると論じました。

まず、「どうすべきか」という問いに照射される実践知であるという性質です。事例研究法において研究者が自ら内省し掘り下げる主観には、セラピストとクライアントの相互的やりとりで目指そうとした価値の方向が必ず内在していると考えられます。その価値の方向に直接的に目を凝らし、それを明らかにしていこうとアクチュアルな感覚にたずねること、言い換えれば、臨床心理学における実践的有用性とは何かを明示化していこうとすることが、この研究法の最も重要な問いの方向であり、最大の意義であると考えられました。

そして2つ目の性質は、納得感を伴う、普遍性を志向した知であるということです。生きたアクチュアルな感覚を極力ことばですくいとろうとする事例研究法の知は、一人の「存在のありようが手ごたえあるかたちで」読み手に伝わり、「納得」させるだけの迫力を備えると考えられます（鯨岡、1991）。さらに、この納得感には2つの要素があると考えられます。1つ目には、事例の背景にある状況や文脈を含めた厚い記述がなされ、その記述が内的な一貫性をもち、

かつ、その事例の位置づけや必然性が明瞭であることによって生まれる説得力からくる納得感です。もう1つは、アクチュアルな感覚に根差したことばが読み手の主観に響き、読み手をして確かにそうだと深く腑に落ちるような感覚を呼び起こすような納得感です。前者の納得感は、大倉（2008）の言う「〈一般的なもの〉の説得力」であり、「文化的・時代的背景や境遇、立場など、限定された範囲」での一般性としての「限定的一般性」（山竹，2015）につながると考えられます。一方、後者の納得感は、大倉（2008）の言う「〈本質的なもの〉の説得力」、西（2015）の「反省的エヴィデンス」<sup>2</sup>、さらに、読み手が事例に伴う諸々の条件を捨象し研究者の主観と読み手の主観とのからみ合いを通じて感じとる、事例研究全体から喚起される普遍性である「間主観的普遍性」（河合，2001）にも類似していると言えます。

最後に、研究と実践の循環的・発展的プロセスを推進する賦活的な知であるという性質を挙げることができます。斎藤（2013）は事例研究法を実践活動と連動し循環する知識創造のプロセスのなかに位置づけています。事例研究で得られたアクチュアルな感覚を備えた知は、読み手に何らかの「新しい」ヒントと感動を喚起する（河合，2001）賦活的な知として伝達されます。ローカルな知が臨床心理学における知の発展に明示的に寄与するだけでなく、暗示的な普遍知が間主観的につながっていくことによって軽々とは言語化しがたい臨床心理学における価値が徐々に共有化される可能性が開かれていくと考えられます。ここで想起すべきことは、アクチュアリティを他者と共有していくためにはことばを用いるしかありませんが、アクチュアリティをことばという形態で表し尽くすことは原理的に不可能であるということです。事例研究法で得られた知は必ず、臨床心理実践の現場に投げ返され、さらなる発見と言語化につながっていくというプロセスに置かれる必要があるのです。臨床心理学における事例研究法は、アクチュアルな場の只中でそれを汲もうとし、さらにそれをアクチュアルな場に戻していくという循環に位置づけられる、生きた現場でよりよい臨床実践を創出する最前線における研究的営為であると考えられます。

#### 4)見出されつつある知見—あたりまえのまなざしの不在

1)に述べたように、わが国における発達障害概念の導入と展開には多くの課題がありました。それでも、熊谷・綾屋（2010）によれば、発達障害概念の普及は、知的障害を伴わない自閉症スペクトラムなどの機能障害をもつ当事者にとって、これまで苦しさとして感じとることすら難しかった自らの苦しみの自覚を促す確かな意義をもったとされています。そして、極端な医療化による個人への問題の固定化や押し付けに異を唱え、機能障害の捉え直しを行おうとする批判的な動きも活発に見られます。社会に注目され、名づけられることによって、自らを捉え直し、自らの声を発信するという相互的な生きた動きがそこには確かに見てとれます。翻って知的障害は、発達障害という新たな概念の引き起こしたこうしたムーブメントの枠組みから省かれました。すでに知的障害については「知的障害者福祉法」による法的な定めもあり、特殊教育や福祉の一定の取り組みがなされてきていたことが、発達障害概念からの除外の理由であるとする指摘もあります。しかし実際には、「精神衛生法」（現在の精神保健福祉法）では「精神障害者」のなかに含まれていることと、知的障害の福祉的判定が全国で統一的な基準がなく

あいまいなままであることを理由に、知的障害の法的定義は今日に至るまで定められていません（北沢，2007）。わたしたちは知的障害について実際にはその概念定義すらはつきりとわかってはいないのにもかかわらず、あたかもすでにわかっているかのように関心の脇に置いてしまい、積極的に目を向けようとはしないのです。そこには、知的障害をもつ人への軽視、人が人に向けるあたりまえのまなざしの不在が感じとれます。知的障害をもつ人の漠然としてあいまいな「わたし」という問題とは、まさにこうした他者からのまなざしの不在の問題であると考えます。

### 3. 最近の関心と今後の研究展望

あたりまえのまなざしが不在である関係の場に、いかにまなざしを向け、「わたし」を見出そうとしていくか。筆者がこれまで行ってきたこと、これからより発展させていかなければならないことは、まなざしというアクションとそのリサーチの循環です。

そして、関係の場で彼らの「わたし」を見出し尊重しようとするとはそのまま、関係の場で自分自身の「わたし」をみつめて尊重することでもあります。知的障害をもつ彼らのみならず、彼らの周囲の人たちの尊厳を支える可能性も探っていきたいと考えます。

### 4. 授業への展開

「福祉分野に関する理論と支援の展開」という大学院の授業においては、ここまで示したような筆者の思考の歩みを紹介する講義を行った上で、知的障害などの発達障害に関する臨床事例論文の講読を行いました。その講読の要諦は「アクチュアルに読む」ことであり、事例の記述を読んでいかなる主観的体験がもたらされたのかを言語化することを重視し、学生とディスカッションを行いました。

「社会福祉学」をはじめとする学部授業においては、学生に親しみやすい多様な媒体（映像資料、インターネット記事、書籍など）によって情動体験を惹起する工夫をはかりました。そして、当事者の内的世界やアクチュアルな福祉現場の課題について、「ひとごと」ではなく「わがごと」として学生自身が感じとり考えることを一貫して重視してきました。

筆者は、こうしたさまざまな授業を通じて、新たに国家資格となった心理専門職の養成に携わっています。心理療法の関係の場において、クライアントの「わたし」をみつめようとし、セラピスト自身が常に素直に「わたし」であろうとすることは、知的障害に限らず、心理療法におけるエッセンスであると考えます。国家資格化のなかで、心理職の「専門性」が自明のものとなされてしまい、セラピストとクライアントが固定した役割関係に陥ってしまうことや、心理療法が一方向的な支援技術提供に矮小していくことを筆者は懸念します。クライアントと人として出会うことの重要性について、学生に教え伝えていきたいと考えます。

【付記】 本稿は、文化社会学部第3回研究交流会（2018年10月24日 14号館14-405教室）

で行った報告の記録である。また、本稿に紹介した主な研究は、博士論文をまとめた著書「知的障害をもつ人への心理療法—関係性のなかに立ち現れる“わたし”」（2018年、日本評論社より公刊）による。

---

註

- <sup>1</sup> 「障害」の「害」には「かぶせて邪魔をして進行を止める」という意味があるため（田中，2009；滝川，2017），2000年代よりそうしたネガティブなイメージを人に付することに異を唱えようとする動きが起こり、「障碍」，「障がい」といった表記を用いる立場が見られるようになった。筆者は，こうした議論に意識的でありたいというスタンスと，「碍」の「行く手をさえぎるように見える石」という意味性（田中，2009）が筆者の注目する関係性の困難のニュアンスにより近いことから，本稿でも原則的に「障碍」の表記を用いることとする。
- <sup>2</sup>現象学において，研究者が自身の内省を行うことで見出される「確かにこうなっている・そうとしか言えない」というような確実性を，Husserlは「エヴィデンス（明証性）」と呼び，西（2015）はそれをEBPPで言うところの実証主義的な「経験科学的エヴィデンス」と区別するために，「（体験）反省的エヴィデンス」と称している。

引用文献

- American Psychiatric Association(2013).*Diagnostic and statistical manual of mental disorders: Fifth edition*. American Psychiatric Publishing.高橋 三郎・大野裕(監訳)(2014).DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル.医学書院.
- 市川宏伸(2014).発達障害の本質とは何か.市川宏伸(編著).発達障害の「本当の理解」とは—医学,心理,教育,当事者,それぞれの視点.金子書房,pp.2-12.
- 河合隼雄(2001).事例研究の意義.臨床心理学,1(1),4-9.
- 木村敏(1994).心の病理を考える.岩波書店.
- 北沢清司(2007).知的障害者における障害の定義をめぐる問題と課題.<http://www.dinf.ne.jp/doc/japanese/prdl/jsrd/norma/n313/n313005.html>(2017年8月18日取得)
- Kohut,H.(1977).*The restoration of the self*. International University Press.本城秀次・笠原嘉(監訳)(1995).自己の修復.みすず書房.
- 鯨岡峻(1991).事例研究のあり方について—第1巻第1号意見欄の岩立論文を受けて.発達心理学研究,1(2),148-149.
- 松本宏明(2009).臨床心理学の統合に関するシステム論的検討—社会的位置の変容を準拠枠組みとして.東北大学大学院教育学研究科研究年報,58(1),227-245.
- McLeod,J.(2001).*Qualitative Research in Counselling and Psychotherapy*. Sage Publications.下山晴彦(監修)(2007).臨床実践のための質的研究法入門.金剛出版.
- 西研(2015).人間科学と本質観取.小林隆児・西研(編著).人間科学におけるエヴィデンスとは何か—現象学と実践をつなぐ.新曜社,pp.119-186.
- 岡野憲一郎(2009).関係性理論の展望.精神分析研究,53(2),132-142.
- 大倉得史(2008).語り合う質的心理学—体験に寄り添う知を求めて.ナカニシヤ出版.
- 斎藤清二(2013).事例研究というパラダイム—臨床心理学と医学をむすぶ.岩崎学術出版社.

竹下研三(1999).発達障害の概念 障害の概念と歴史.有馬正高(監修).熊谷公明・栗田広(編).発達障害の基礎.日本文化科学社,pp.2-10.

滝川一廣(2017).子どものための精神医学.医学書院.

田中千穂子(2009).発達障害の理解と対応—心理臨床の視点から.金子書房.

鎌幹八郎(2001).臨床的リアリティをどう伝えるか.山本力・鶴田和美(編著).心理臨床家のための「事例研究」の進め方.北大路書房,pp.128-140.