

「12のステップが育む心理」とは何か
ーアディクションからの回復と成長を続けるあるオールドタイマーとのダイアログを通してー

福祉心理学専攻 渡邊 厚司

要 旨

現存するセルフヘルプ・グループの中で最も歴史を持つグループである Alcoholics Anonymous (AA) の創始者の一人であるビルは、20世紀の遺産と称される「12のステップ」を生んだ。12のステップは、「新しい生き方をし続けるための原理・指針」と解され、現在、Narcotics Anonymous (NA) を始めとする数多くのセルフヘルプ・グループに広く波及することとなった。その歴史的事実が意味することは、「12のステップは効果がある」とのことに尽きるのではないだろうか。そこでは、「底つき（ステップ1を踏み続けること）」や「治癒というものがない（回復し成長し続ける必要がある）」など、回復と成長を語るための大切な鍵概念が育み続けられている。

その大切な鍵概念が、エビデンスという権力化された記号を纏い規範化するアディクション臨床の中で、格好の批判対象となったのはここ10年程のことである。そうした論考が、特に、12のステップを踏み続け、回復と成長の道程を歩み育み続ける当事者や家族そしてそのプロセスを支持する援助者に少なからぬジレンマを生じさせることになった。そこに「問題の所在」を求め、背景ならびに先行研究を比較し整理した。その結果、論考の前提とする知の形式、別言すると、認識論の違いが明らかになった。大別すると、「三人称で語る観察者（デカルトに始まる知の形式）」か「一人称の参加者（ベイトソンに始まる知の形式）」か、との「何れの立場からの研究であるか」である。そして、その立場の相違を明確にせず各々の論考がなされたことにこそ一義的な「問題の所在」があったことを確認した。同時に、「一人称の参加者」という立場からの「12のステップの効果」を巡る先行研究が極めて少ないことにも一因があるとの推定がされた。

以上のことから、研究目的の第一を、アディクションからの回復と成長を続けるあるオールドタイマーとのダイアログの重ねから、筆者に想起される「12のステップが育む心理」の「本質」とは何なのかについて述べ考察すること。第二に、「底つき」と「治癒というものがない」との二つの鍵概念を巡る依拠する「認識論の相違の影響」について述べ考察することとした。研究協力者は、日本の最古参の12ステップ・プログラムのプレイヤーの一人である。また、調査・分析方法は、ダイアログ（質的面接法の一つであるライフストーリー・インタビュー）を逐語化したデータをナラティブ分析した。その際、筆者を「一人称の参加者」として明確に位置づけた。

結果の考察に際し、まず、私たちが生き暮らす社会の「地（背景）」について述べた。そこは、「個人で生き延びろ」との「個人化」と、「個人の努力や能力によって乗り越えよ」との「能力主義」を前提とする社会構造にあること（権力による統治）。そのため、私たち（図としての「自己」）は、「他者（社会）に依存しない自立・自律した個人」となると同時に、「他者（社会）にとって都合の良い個人」になるとの迫害的な要請下にあることを明示した。そして、この二つの「社会（他者）からの迫害的な要請」が、一人ひとりの自我に巧妙に取り込まれ、自己と他者（社会）との対人関係に緊張と分断を強いてい

ると整理した。この緊張と分断を、精神力動の言葉で、「自我 (ego) にとっての客体である自己 (self)」と「他者にとっての客体である自己 (self)」という「二つの自己像の分断」が起こっていると言い換えた。同時に、それへの適応・防衛の術として、「共依存 (共依存的関係)」が推され、「偽りの自己」が肥大し、自己治療としてのアディクション (心理的苦痛のコントロール) が広がりを持っていることを述べた。

次に、エリクソンによる、自我 (ego) と自己 (self) とくわたし (<"I">) とを明瞭に区別し使用する必要性についての論を参照した。そこでは、くわたし (<"I">) の相手役が「厳密に言えば神なるもの (the deity) のみである」と説明され、「超越的アイデンティティ」との概念が提示される。このくわたし (<"I">)、すなわち、「the conscious "I"」、こそが、「the core of human self-awareness」となり、「the capacity which makes self analysis possible」となるとの論述に、12のステップの思想との重なりを見出し整理した。

そして、ダイアログのナラティブ分析から、「12のステップが育む心理」の<本質>とは、まず、「能動的な自我 (ego) の回復」にあること。同時に、「自我 (ego) にとっての客体である自己 (self)」と「他者にとっての客体である自己 (self)」という「二つの自己像の分断」に、<昇華経路>を与えることであると論じた。この<昇華経路>の萌芽こそがくわたし (<"I">) の誕生を告げ、「二つの自己像が分断したままの、不完全で、中途半端であること」に気づき自覚し続け、言語化し続けるとの心理を育む。換言すると、そうした意味での「昇華」と、「<昇華経路> [くわたし (<"I">) の誕生]」を開き続けるとの新しい心理を鼓舞することにその<本質>があると明示し整理した。

次に、「底つき」と「治癒というものがない」との二つの鍵概念を巡る依拠する認識論の相違の影響について述べ考察した。そこで、「三人称で語る観察者」たる立場から、エビデンスの有無を発すること自体が論理的態度ではないこと。エビデンスの有無以前に、鍵概念の使い方そのものが誤っていること。まさしく、<誤用>であることを明示した。その誤用の原因が、二つの鍵概念が「一人称の参加者として扱うこと」をその大前提としているが、「三人称で語る観察者たる立場」から扱われてしまったことにあると明確化した。続けて、こうした依拠する認識論の相違の影響は、結果として、何処に何をもちたらすのであるかを整理した。その結果、「エビデンスという権力化された記号を纏い規範化を迫る三人称で語る観察者の立場」の隆盛は、<巧妙に、不可解で、強力に>、私たちをく固く閉じた水平の関係・関係性 (二つの自己像の分断) >に留め置き続けるとの見解を述べた。その一端を、「三人称で語る観察者たる立場」からエビデンスがあるとされる認知行動療法が担っている可能性にも触れた。またそこに、アディクトである倉田の「豊穡さがなくなる回復と成長の場 [くわたし>の消退]」との、リアリティある語りを重ねた。

最後に、エビデンスを巡る論考の中で、「精神分析という営み [「精神分析本来の経験とは『セラピー』 (を求める傾向) から『治る』ことですからあるとも言えるかもしれない」との立木の視座]」と「12のステップという新しい生き方をし続けるための原理・指針」の重なりを、筆者が感じ覚えたこととして強調した。くわたし>の誕生とそのメンテナンスに、その重なりが意味することを検討することの意義は小さくないと考えたためである。このことについては、今後の研究での検討課題とした。