

# フェミニストカウンセリング

——「<sup>オルタナティブ</sup>もうひとつの」心理療法としての位置

井上摩耶子

## 論文要旨

一五年間のフェミニストカウンセリングの実践経験から、女性クライエントの問題、なかでも強姦、セクハラ、児童期の性的虐待といった性暴力・DV被害に対しては、ジェンダーの視点に立つフェミニストカウンセリングが有効であると確信するようになった。しかし、フェミニストカウンセリングの存在がそれほど社会的認知を得ているとはいえない。本稿では、フェミニストカウンセリングとは何か、とくに臨床心理士に代表される伝統的カウンセリングとどのように異なるのかを明らかにし、さらにフェミニストカウンセリングの考え方や手法について論じたい。

そして、男性中心の伝統的カウンセリングに対して、フェミニストカウンセリングが、「もうひとつ」(alternative)の心理療法として位置づけられることの意味を述べたいと思う。

## 1 はじめに

私がフェミニストカウンセラーと名乗って一五年、「ウイメンズカウンセリング京都」という民間カウンセリングルームを開設して一〇年が経過した。この一五年間の実践を通して、ますます日本におけるフェミニストカウンセリングの存在意義を確信するようになったが、フェミニストカウンセリングに対する社会的認知は高いとはいえない。本論では、フェミニストカウンセリングとは何か、とくに臨床心理士に代表される

伝統的カウンセリングとどこが違うのか、フェミニストカウンセリングの有効性はとくにどのような分野で、どのような心理的困難に対して発揮されるのか、について考えてみたい。

フェミニストカウンセリングとは、一言でいえば、ジェンダーの視点に立った、女性のための女性によるカウンセリングである。ここでジェンダーという言葉とその意味を明らかにしておく必要があるだろう。

二〇〇五年二月、第二次男女共同参画基本計画が策定されたが、この策定に当たっては、ジェンダー・バッシング派によって、あやうくジェンダーという言葉が抹殺されそうな危機があった。バッシング派の議論は、単にジェンダーという言葉が曲解し、屁理屈による言いがかりのよくなものにならないと思われたが、内閣府男女共同参画局は「男女共同参画の理念や『社会的性別』（ジェンダー）の視点の定義について、誤解の解消に努め、また、恣意的運用・解釈が行われないよう、わかりやすい広報・啓発活動を進める」との一項を設けて、ジェンダーという言葉を残した。

フェミニストカウンセリングにとっては、このジェンダーの視点が欠くことのできない基本点であるので、以下に、内閣府のジェンダーについての定義を挙げておく。

### 「社会的性別」(ジェンダー)の視点

1 人間には生まれつきの生物学的性別(セックス<sup>sex</sup>)がある。一方、社会通念や慣習の中には、社会によって作り上げられた「男性像」、「女性像」があり、このような男性、女性の別を「社会的性別」(ジェンダー/gender)という。「社会的性別」は、それ自体に良い、悪いの価値を含むものではなく、国際的にも使われている。

「社会的性別の視点」とは、「社会的性別」が性差別、性別による固定的役割分担、偏見等につながっている場合もあり、これらが社会的に作られたものであることを意識していこうとするものである。

このように、「社会的性別の視点」でとらえられる対象には、性差別、性別による固定的役割分担及び偏見等、男女共同参画社会の形成を阻害すると考えられるものがある。その一方で、対象の中には、男女共同参画社会の形成を阻害しないと考えられるものもあり、このようなもので見直しを行おうとするものではない。社会制度・慣行の見直しを行う際には、社会的な合意を得ながら進める必要がある。

2 「ジェンダー・フリー」という用語を使用して、性差を否定したり、男らしさ、女らしさや男女の区別をなくして人間の中性化を目指すこと、また、家族やひな祭り等の伝統文化を否定することは、国民が求める男女共同参画社会とは異なる。例えば、児童生徒の発達段階を踏まえない行き過ぎた性教育、男女同室着替え、男女同室宿泊、男女混合騎馬戦等の事例は極めて非常識である。また、公共の施設におけるトイレの男女別色表示を同色にすることは、男女共同参画の趣旨から導き出されるものではない。

上記1、2、について、国は、計画期間中に広く国民に周知徹底する。

とくに2を一読すると、ジェンダーという言葉がいかに誤解されているかがわかる。こうした誤解や曲解の根底には、つまるところ「社会的性別」(ジェンダー)という視点を容認したくないという意識が働いているようにみえる。この男性中心社会における「男性像」や「女性像」が、生物学的性差によるものではなく、社会文化的に作られたものであると認めたくない意識が根強くある。とくに男性中心社会において、女性より支配的優越的地位を占める男性にとって、「社会的性別」(ジェンダー)という言葉は、男性の支配的優越的な地位や既得権を脅かす危険な言葉なのだ。なぜなら、ジェンダーという概念は、「男性が生得的に支配的優越的地位を占めるに相応しい特性や能力をもっていたわけではない」ということを暴露するものだからである。つまり、ジェンダーという言葉は、抑圧的地位におかれた女性が被差別的体験のなかから創造し、それを女性差別撤廃の論拠とするという意味において、すぐれて反差別的な意味合いをもつ政治的言語なのである。そのため、現状維持勢力からの政治的なバッシングにみまわれるのも当然である。

フェミニストカウンセリングにとっても、この言葉を失うわけにはいかない。言葉の創造やその使用法が支配的地位にある男性によって占有され規制されてきた歴史のなかで、このジェンダーという言葉の獲得は、はじめて女性の意識覚醒を促進し、女性を意識変革と行動変革に導き、新しい女性の生き方を切り拓く言葉であるからだ。そして、このジェンダーの視点に立つことこそが、フェミニストカウンセリングの存在意義である。

ジェンダーの視点に立つがゆえに、フェミニストカウンセリングは、そのカウンセリング実践のなかに政治的プロセスを含む。ここが、客観中立的な科学性を標榜する伝統的臨床心理学や伝統的カウンセリングと大きく異なる点である。

## 2 フェミニストカウンセリング実践と「ジェンダー分析」

フェミニストカウンセリングの根本理念は、「パーソナル イズ ポリテイカル」(個人的な問題は政治的な問題)である。したがって、女性クライエントの心理的葛藤や低い自己評価、非力感はその女性個人の心理的欠陥ではなく、また単なる生育歴だけに還元されるものでもなく、むしろ男性中心社会における女性差別、性別役割の強制、女性が「二級市民」(second citizen)の地位に甘んじさせられてきたことなどにその原因があると考えられる。

フェミニストカウンセラーは、女性クライエントとともに、彼女の自己やその人生、彼女の問題やその解決法などを一緒に探求するのだが、その自己探求を促進するひとつの大切なツールが「ジェンダー分析」である。

具体的に考えてみよう。「良妻賢母」「夫に尽くせ、子どもに尽くせ」「いい娘・いい妻・いい母・いい嫁」といった言葉は、長らく家父長制的社会が女性に課してきた社会的価値である。実際に、女性は「よく気がつき、気配りのできる、優しさ、がまん強さ」といった心理的特徴や行動規範を身につけるよう社会化される。この社会化プロセスをジェンダーの視点から分析すれば、まさに「他者尊重」的態度への強制と読み解くことができる。他者尊重とは、自分自身よりも他者である夫や子どもや親を尊重し、自分の感情や欲求を抑え忍耐することであり、この「他者尊重」的態度は、女性が自己尊重的に自己主張的に生きることを阻害するものである。

いまだに、ドメスティック・バイオレンス(以下「DV」とする)被害者が自分の身の上で起っている出来事をDVだと捉えることも、自分を「被害者化」することもできず、なかなかDV関係に終止符を打つことができないという問題がある。夫の行為を「人権侵害としての犯罪」「男性から女性への暴力」として認識できないのは、彼女の「他者優先性」に由来する。彼女は、自分よりDV加害者である夫を優先させて考えるので、自分の尽くし方が足りないから、夫に暴力をふるわれるのだと自分を責め、自分の態度を改めることによって、夫のDV行為を止め、二人の関係修復をはかろうと努力し続けるのである。

夫婦関係において「良妻」であることのみが問われ、「良夫」であるか否かは問われない。そのため、妻ではなく暴力をふるう夫の方がおかしいのではないかという発想は生れない。「良妻」なら、DVにも賢く耐え抜くべしというわけである。こうして、DVは長らく被害者本人にも周

りにも「被害者側の問題」とされていたのである。

しかし、DVやDV被害者の置かれている状況を「ジェンダー分析」すれば、悪いのは被害者ではなく加害者の方だということが明白になり、DV被害者はもっと自己尊重的に自己主張的に、自分自身を被害者化し、夫のDVを告発すべきだとの結論に達する。これが、フェミニストカウンセリングのDV事例へのアプローチである。

こうして、フェミニストカウンセラーは、DV被害者や性暴力被害者に対して「あなたは悪くない」という言葉を使うことになる。伝統的カウンセリングにおいては、「あなたは悪くない」という言葉は、奇異に響くかもしれない。カウンセリングで探求される問題は、良い悪いといった言葉で表されるような単純なものではないという反論も聞こえてきそうだ。しかし、その批判は的外れである。伝統的カウンセリングは、DVの過酷な被害に遭いながらも、まだ自分の至らなさを反省し、自責するような人間（女性）がいることに無関心であり、「嫌なら嫌」と自己主張できる人間（男性）だけを、カウンセリング対象として仮定している。伝統的カウンセリングを受けたDVやセクシャル・ハラスメント（以下「セクハラ」とする）被害者たちが、しばしばカウンセラーに「嫌ならなせもっと早く逃げなかつたのですか！」と責められたと言う。この一言にも、「悪いのは、逃げなかつた被害者の方だ」という暗黙のメッセージがこめられており、被害者はカウンセラーによって「二次被害」を受けているのだ。

### 3 伝統的カウンセリングにみられるジェンダー・バイアス

このように伝統的カウンセリングが、女性被害者の声を聴かず現実を捉えそこなってしまう原因はどこにあるのか。それは、伝統的カウンセリング自体のもつジェンダー・バイアスのためである。伝統的カウンセリングの理論的枠組みや技法には、女性の感情や考え、女性としての生活経験が組み込まれていない。つまり、クライエント理解に対する準拠枠組は、常に男性のみを対象とした男性中心の心理学理論でしかない。そして、この「ジェンダーの視点がない」という事実には、伝統的カウンセリングあるいはカウンセラー自身が気づくことは至難の業のようである。

現に、私はDVやセクハラ被害を受けた女性臨床心理士のカウンセリングを担当したことがある。彼女たちは、臨床心理士でありながら、自

分自身を被害者化することができず、自分の至らなさを反省していた。また、相談した同僚の臨床心理士からも、私から得たようなサポートは得られなかったという。彼女たちが、民事裁判で決着をつけようとしたときに、弁護士から「フェミニストカウンセラーの意見書もらったほうがいい」と言われて、私のカウンセリングを受けることにしたという。

みずからのジェンダー・バイアスに気づくこと、もっと一般的に言えば差別や偏見に意識的であることは、フェミニストカウンセリングにとつては必須条件であるが、この点において伝統的カウンセリングには曖昧さが残る。もちろん、伝統的カウンセリングにおいても、自分の差別感や偏見への自己覚知は、その教育訓練や教育分析のテーマではある。しかし、伝統的カウンセリングはみずからの客観中立性や科学性を立脚点としているので、DVや性暴力被害者に対してさえ「あなたは悪くない」とは言えないのである。差別や暴力の加害・被害に対してさえ、伝統的カウンセリングはみずからの立場を明確にせず、「中立」という立場を保ちたいのだろうか。

フェミニストカウンセラーになるために、私たちは多くの時間をC R (Consciousness Raising Group) やフェミニストS E T (Feminist Self Esteem Training) 〓 フェミニスト自己尊重訓練)、フェミニストA T (Feminist Assertiveness Training) 〓 フェミニスト自己主張訓練) に費やしてきた。もちろん、これらのグループ・アプローチは、一般の女性をエンパワーするための手法であるが、同時にフェミニストカウンセラーになるための養成・教育訓練としても非常に有効である。

なぜなら、これらのグループ訓練において、私たちは自分自身や自分自身の体験を徹底的にジェンダー分析し、この男性中心社会における「ジェンダー拘束」のメカニズムを明らかにし、どうすればそこから自由になれるかを話し合ってきたからである。このグループ・プロセスを通して、私たちは反射的にジェンダーの視点に立つ能力を培ってきた。反射的という意味ではない。DVやセクハラ被害に遭ったときに、加害者側や周りの言い訳や偏見に惑わされることなく、「これはDVだ、セクハラだ」と認識し感得するためには、反射的にジェンダーの視点に立てる能力と感性が必要である。

伝統的カウンセリング業界にも多くの女性カウンセラーが存在する。むしろ男性より女性のほうが多数だろう。なかにはフェミニストカウンセリングに共感的な人もいるが、「なぜそれほどまでにジェンダーの視点に固執するのか」といぶかる女性カウンセラーも多い。先述したように、みずからが性暴力やDVの被害者になったときにはじめて、身をもって伝統的カウンセリングのもつジェンダー・バイアスに気づくのではないだろうか。



それほどまでにジェンダーの刷り込みは根深く、無意識レベルにまで達している。フロイトは、「自我は、イド（本能衝動）とスーパー・エゴ（超自我）と外界とのバランスをとる」とのパーソナリティ理論を展開した。超自我とは、人間社会における正邪善悪といった道徳や社会的価値を内面化した「良心」と呼ばれる部分であるが、ジェンダー意識（「女らしさ」「男らしさ」）もまた人間の超自我にしっかりと組み込まれている。それゆえに、私たちは、一挙一動を反射的にジェンダー意識によって拘束されているのである。

超自我として機能するジェンダー拘束から自由になるためには、相当の意識的な努力が必要とされる。今のところ、私はCR（意識覚醒グループ）より有効な方法を知らない。週に一回二時間、一〇人前後の女性たちが集まり、この社会のなかで女であること、女として生きること、生きてきたことに対して相互に「ジェンダー分析」をし合うのである。CRにおいて、私たちがいかに「社会的性別」（ジェンダー）を付与され、窮屈な生き方を強いられてきたかを知ることが、「目から鱗体験」であると同時に、むしろ爽快でさえある。自分の抱える困難が、自分の生得的な欠陥などによるのではなく、社会的文化的に作られてきた障害にすぎないことを学習するからである。「パーソナル イズ ポリテイカル」を実験するCRの場が、女性たちの「再生」のための転換点となる。

女性たちが新しい自己や世界の創造を目指す「再生」のプロセスにおいて、CRの手法がジェンダーの視点からの意識覚醒を担い、SET（自己尊重訓練）やAT（自己主張訓練）が行動変容を担う。フェミニストカウンセラーになるためには、カウンセリング理論や技法を習得する前に、まず、ジェンダーの視点を獲得し練磨するために、これらの訓練を受けることが必要なのである。

このようなジェンダーに対する意識覚醒の訓練装置をもたない伝統的カウンセリング実践とフェミニストカウンセリング実践の相違は、大きい。

#### 4 フェミニストカウンセリングと認知行動療法

精神科受診率における男女比は、幼児期においては男子のほうが高く、思春期ではほぼ男女同率、成人期以降は女性が男性の二〜三倍になると言われている。ということは、大人になってからの女性の人生は、男性の人生より心理的に困難なものであり、多くの女性が無力感や不安感にさいなまれ、抑うつ的な心理状態に陥るといふ現実がある。その原因はどこにあるのだろうか。

いささか皮肉ではあるが、心理療法のひとつである認知行動療法の考え方を知ることによって、逆に、その原因を明確にすることができる。というよりも、フェミニストカウンセリングはそうとは意識せずに、認知行動療法と同じ考え方や手法を發展させてきたのである。

認知行動療法は、ベック (Beck, A.T.) の認知療法、エリス (Ellis, A.) の論理情動療法、マイケンバウム (Meichenbaum, D.H.) の自己教示訓練などを指す。ここでは、これらの療法そのものの詳細については触れず、認知行動療法の考え方の根本だけを取り上げる。人間の感情や行動は、その人が世界をどう捉えるかという認知によって影響を受ける。つまり感情や行動は、その人が世界をどう認知するかということの関数である。人間は認知的フィルターを通して、世界を見、世界を解釈する。このときに認知に歪みや機能異常があれば、人は無力や不安に襲われ、うつ病的になるのである。したがって、認知行動療法は、この歪んだ認知を変え、認知プロセスを修正することによって、症状や障害を除去することができると考えている。

ここから、成人女性がうつ病になりやすいのは、世界を捉える認知に歪みや機能異常があるからではないかと仮定することができる。具体的に考えてみよう。成人女性に課せられた「他者優先性」は、「夫に尽くせ、子どもに尽くせ、親や舅姑に尽くせ」という行動規範となり、女性の行動を規制する。また、その行動に対する評価は他者（夫、子ども、親、舅姑）に委ねられているので、女性は常に完璧な役割遂行を目指し、もし完璧にできなければ、評価されないばかりか他者から愛されなくなるのではないかと不安をつのらせる。この否定的な考え方を自己に向け「私は役立たずだ」と思い、現在の体験に向け「私は何をやってもうまくやれない」と嘆き、未来に向け「私はこれからもずっとうまくはいかないだろう」と思い込む。多くの女性が、この自動的な否定的思考に覆いつくされ、うつ病に至ると考えられる。この自動的な思考こそが認知の歪みなのである。エリスの言葉では、非合理的な思い込みである。

家長制的家族システムにおける「女は内で家事・育児・介護」という性別役割は、女性だけに、家族における世話役割、愛情供給役割、関係調整役割という重い責任を負わせてきた。この過剰責任が、自動的な否定的思考という認知の歪みを招き、男性に比べて圧倒的に高い女性のうつ病罹患率に結果しているのではないか。これが、性別役割分業に対するフェミニストカウンセリングの「ジェンダー分析」である。そして、女性だけに課されたこの過剰責任行動をただちにやめ、その家族責任を対等に家族成員に付与するという結論に達する。

フェミニストカウンセリングは、この認知プロセスをクライアントに提示して意識覚醒をはかり、認知の歪みを修正する。と同時に、フェミニスト自己尊重・自己主張訓練によって、具体的な生活レベルでの行動変容をはかるのである。



しかし、ここでやっかいなことは、なかなかこの意識覚醒や意識変革のプロセスが、他の家族成員（夫、子ども、親）によって共有されないことである。そして、意識覚醒を果たした女性は、彼らからのカウンセラーパンチを受け、よけいに葛藤を抱えなければならなくなる。目覚めたほうが苦しむというのでは、カウンセリング効果が上がったとはいえない。フェミニストカウンセリングが、「パーソナル イズ ポリテイカル」のスローガンの下、クライアントの意識変革と同時に社会の意識変革の両方を志向するのはそのためである。フェミニストカウンセラーは、ときには面接室から外に出て、女性クライアントとともに社会の意識変革に取り組む。この点も、伝統的カウンセリングとの相違点である。

## 5 フェミニストカウンセリングとナラティヴ・アプローチ

### ① 無知の姿勢

フェミニストカウンセリングは、ナラティヴ・アプローチとも共通点をもっている。

反精神医学運動が盛んだった一九七〇年代に、私は知的障害児に関わる仕事についた。当然、そこでの療育やカウンセリングといった活動は、客観中立的、科学的とされる発達心理学理論やカウンセリング理論だけを頼みとすることはできなかった。障害児にとっても専門家にとっても、厳然として存在する障害児差別とどう闘うかのほうが大問題だったからだ。まさに「パーソナル イズ ポリテイカル」状況だったのである。「障害」を問題視し、障害児を排除の対象とし、苦しい差別的生活を強いることは、社会的政治的問題であり、明らかに障害をもつ障害児側の個人的問題ではなかった。

したがって、専門家が客観中立的とされる理論を準拠棒として「障害」を捉え、障害児や障害児の生活や人生に対して「かくあるべし」という判断を下し、治療を施すという伝統的な方法をとったのでは、障害児にとって害あって益なしであった。そのような治療論や実践方法は、障害児ではなく、その社会に支配的な健常者の価値観や政治形態や特権を維持する方向に機能していたからだ。ここに、「科学者としての治療者」という伝統的な考え方への疑義が生れた。この点は、男性中心の治療論や実践方法によって女性クライアントやその問題を捉え解決しようとするのは、男性中心の価値観や政治形態や特権維持につながることでしかない、フェミニストカウンセリングが批判するのと同じである。

かくして、「クライアントこそが専門家である」という治療論における発想の転換が起こった。ナラティヴ・アプローチは、「無知」(not-know-

「E」の姿勢を専門家に要請する。カウンセラーは、クライアント自身やクライアントの問題、その問題をどうしたいのかを前もって知っているわけではない。それを知っているのは、当事者であるクライアントだけである。したがって、カウンセラーは、クライアントに好奇心をもち、クライアントの語る物語に耳を傾け、質問をし、クライアントから学ぶという「無知の姿勢」を貫かなければならない。

私が実践現場から得たこの視点は、後にポストモダンの社会構築主義 (social constructivism) として知ることになった。社会構築主義とは、社会的な真実や本質といったものは存在せず、そこにはただ、「私たちが自分と他者とに言い聞かせている世界についての物語があるだけだ」という考え方である。社会的現実とは、社会的に構築された物語なのである。

カウンセラーはクライアントの物語を傾聴し、「無知の姿勢」において質問する。この対話という共同作業を通して、クライアントの物語は首尾一貫したまとまりと意味をもつ物語となるのだが、その物語は、カウンセラーとの対話を通して構築された「いまだ語られたことのなかった」新しい物語である。

## ② もうひとつの物語 (alternative story)

フェミニストカウンセリングが、伝統的なカウンセリングと異なる点は、クライアントの問題を「外在化」させることである。フェミニストカウンセリングは、女性クライアントの抱える問題を、その女性個人に内在化した問題とは捉えず、その女性の個人的問題とは見なさない。先述したように、「良妻賢母」役割を果たせないことを、自分の落度や欠陥だと捉え、自分を責め、責任を負おうとする必要はない。これは、男性中心社会において、女性に課された「他者優先」や「過剰責任」と名づけられる行動であり、その女性の個人的問題ではなく、多くの女性に共通する問題である。更に言えば、女性をジェンダーによって拘束する男性中心社会側の問題なのである。

最近、実母による児童虐待が社会的問題となっているが、この実母による児童虐待の背景には、夫から妻 (実母) に対するDVがある場合が多い。しかし、実母の児童虐待は、父親の児童虐待よりも、厳しく非難の対象とされる。「良妻賢母物語」や「母性愛神話」のためである。「女性なら夫に殴られようが怒鳴られようが、子どもに当り散らすはずがない。女性には母性愛が溢れているのだから、実子を虐待するような女は鬼のような女である」というわけだ。この「良妻賢母物語」や「母性愛神話」とは、男性が自分たちに都合の良いように作り上げた母親賛歌の物語であり、男性中心社会における「支配的な物語」(dominant story) である。

この「支配的な物語」に対して、フェミニストカウンセリングは「もうひとつの物語」(alternative story)をクライエントとともに紡ぐ。多くの子どもたちが「母親に愛されなかった」と語るのを聞けば、「母性愛神話」が現実ではないことがわかる。しかし、多くの女性自身が、この「母性愛神話」(母親は無条件で子どもを愛するものだ)や「三歳児神話」(三歳までは、子どもを保育所などに預けないで、自分の手で育てるべきだ)、「家族幻想」(家族ほど安心で、幸せなものはない)を内面化しているため、子どもが成人するまでは離婚せずに、夫のDVを我慢し抑圧し否認して、結局、みずからの児童虐待へと追い詰められていくことになる。これが、「もうひとつの物語」である。暴力は強い者から弱い者へと連鎖する。夫に殴られる妻は、子どもに当たり、その子どもはもっと弱い子どもを突き飛ばす。つまり、家父長制的家族におけるジェンダー拘束——女性に「他者優先性」や「過剰責任」が負わされている現実——が、母親の児童虐待の原因となっているのである。

この「もうひとつの物語」は、「いまだ語られなかった物語」であった。フェミニストカウンセリングは、「いまだ語られなかった」女性の物語を、クライエントとともに構築し、そこから新しい言葉や概念を創造する。

「ドメスティック・バイオレンス」や「セクシャル・ハラスメント」という言葉は、フェミニズム運動のなかで、女たちが女性被害者から「いまだ語られなかった」「もうひとつの物語」を聴き、ひとつの意味ある物語を構築し、さらに同種の物語をひろく收拾し、普遍化、概念化した画期的な言葉である。こうして誕生した「ドメスティック・バイオレンス」は、「夫の妻に対するしつけ」「単なる夫婦喧嘩」という男性中心の支配的な物語の「書きかえ」であり、セクシャル・ハラスメントも「職場の潤滑油」「好意の表現」といった支配的物語の「書きかえ」である。

この「書きかえ」によって、女性は、自分の身の上起こった出来事に「DV」「セクハラ」という名前を付与し、自分自身を「被害者化」することができるようになった。当然、相手は女性への人権侵害としての犯罪を犯した「加害者」ということになる。「書きかえ」によって同じ行為はまったく別の意味をもち、別の解釈が与えられる。ここが被害者の「再生」の契機である。

こうして、フェミニストカウンセリングは「加害・被害関係」という観点をも扱わざるを得なくなり、カウンセリングにおける目標も、単に「心の問題」にとどまることなく、社会的・経済的・法的文脈における自己探求や問題解決へとひろがる。

### ③ 書きかえ療法

この一五年間、私は、多くの性暴力・DV被害者のカウンセリングを担当してきたが、それは、端的にいえば、フェミニストカウンセラーと

してクライエントとともに、男性中心社会における「支配的物語」を「もうひとつの物語」へと書きかえることだった。D・エプソン (Epston, D)、M・ホワイト (White, M) は、このクライエントとの協働作業を、人生というストーリーの再著述としての「書きかえ療法」と名づけた。たとえば、A子さんは自分についての物語——「強姦された」という物語を他者に語るのだが、A子さんはその物語を語る度に、物語の説得力を高めるために、新しい語り方あるいは演技方を工夫する。こうして、物語は次々に改訂版を重ねることになる。

エプソンとホワイトは「私たちの生き方のシナリオもまた自らの経験と想像力によって補っていかないと、ストーリーを説得力を持って演じることができない。ということは、毎回演ずるために、われわれは自分の生きざまや人との関係を『書きかえ』ていると言える。どんな話でも完結しているが、前回の話にはなかったものをも含んでいる。人生や人間関係が進行していくのは、ストーリーの「書きかえ」作業の工程に似ていて、今までのストーリーへ新たな経験と新たな創造性を持って入り、それに手を加えて自分自身のものに書き直すのに似ている」と述べている。<sup>(1)</sup>

A子さんは、まず「強姦神話」と呼ばれる「今までのストーリー」によって、自分の身に起こった出来事を理解しようとするが、被害者側を責める「強姦神話」によってはとうてい説明がつかず、何が起こったのかを自分に納得させることができない。こうしてA子さんは、新たな経験と新たな創造性によって、「強姦神話」を自分自身の物語に書き直さなければならなくなる。

この点に関して、フェミニストカウンセリングは、A子さんの人生の物語（強姦神話）が本当は自分の創作ではなく、強姦加害者や強姦加害者をかばう男性たちによって創作され意味づけられたものであるとみなす。さらに、フェミニストカウンセリングは、A子さんは「強姦神話」があなたの物語なのだ」と押しつけられているのだが、A子さんが自分の人生を解釈する上で、このことがどのような影響を与えるのかということの問題視してきた。A子さんをはじめとする強姦被害者は「自分の物語を語る権利」を奪われているのである。

当然、A子さんには自分の物語を書き直す資格があり、「自分の物語を語る権利」を奪還するようにエンパワーされなければならない。フェミニストカウンセラーは、これまでA子さんを「支配」してきた「強姦神話」というシナリオ（支配的物語）とは異なる「あなたは悪くない、悪いのは加害者だ」という代案（もうひとつの物語）を提示し、ともに新しい物語を創作し、A子さんが新しい物語を生きていることをサポートする。「書きかえ療法」とは、「人の人生や社会での営みというのは、その人が自分の経験に意味を持たせてまとめ上げたまさに知識やストーリーによって構成され、それに沿った自己や人間関係を演ずることによって形作られる」という考え方に立ち、以下の三点を通してクライエントの問題解

決を援助しようとする。それは、「(1) その人の人生や人間関係を負しいものにしていく知識や物語から、その人自身がへ離れられるようV助けをする。(2) その人が服従を余儀なくされている自己や人間関係にへ対抗できるようV援助する。そして(3) その人にとって望ましい結果をもたらすオルタナティブな知見またはストーリーに沿った方向で、自分の人生をへ書きかえられるようV励ます<sup>(3)</sup>」という3点である。

したがって、強姦被害者であるA子さんのカウンセリング・プロセスは、(1) 強姦神話からA子さんが離れられるように手助けし、(2) 誤った強姦神話を適用してA子さんを責め、「二次被害」を与える人たちとの人間関係に對抗できるよう援助し、(3) 「悪いのは強姦加害者であり、A子さんは被害者である」というオルタナティブ・ストーリーに沿って、自分の身に起こった出来事や人生を書きかえるように励ますということになる。

このプロセスにおいて重要なことは、A子さんの身に起こった「強姦」という問題を「外在化」することである。男性中心の伝統的カウンセリングにおいては、往々にして「強姦」はA子さんの内在化された問題だとみなされる。そのような被害に遭遇したのは、A子さんの人格がもともと弱いから(脆弱性)、あるいは身持ちが悪いからだ(道徳観の低さ)などとされる。そして、A子さん自身もみずからを責め、出口なしのうつ状態に追い込まれる。

しかし、フェミニストカウンセラーは、自分の身に起こった「強姦事件」に距離を置いて、客観化して見るように導く。つまり、自分の問題を「外在化」することによって、クライエントはいかに自分がドミナント・ストーリーである「強姦神話」に支配されてきたかに思い当たり、そこから解放される。フェミニストカウンセラーが使用する「あなたは悪くない」という言葉は、性暴力やDV被害者に問題の「外在化」を促し、ドミナント・ストーリーである「強姦神話」から離れて、問題解決を探させようとする言葉なのである。

## 6 フェミニストカウンセリングとアドヴォケイト活動

A子さんは、フェミニストカウンセラーとの対話を通して、強姦被害者としての新しい物語を創造し、さらに被害者からサバイバーへとという回復物語を構築する。しかし、このA子さんの新しい物語は、カウンセラー以外の人たちにも理解され共有される物語なのだろうか。フェミニストカウンセリングにとっては、この点が大きな問題である。A子さんのこの新しい物語、新しい意味づけが、カウンセリング以外の社会関係



のなかでもうまく機能するのかどうかという問題である。もしA子さんの新しい物語が、カウンセラー以外の人たちによって支持されないのであれば、A子さんの苦しみはやっと半分だけ解決したにすぎないだろう。

たとえば、この新しい物語は、加害者ではなくA子さん側を責める友人たちにどう受け止められるのだろうか。A子さんを強姦した加害者やその同僚たちには？ もし、損害賠償を求めて提訴するなら、弁護士や裁判官はこの「もうひとつの物語」を理解し、A子さんに共感を寄せることができるのだろうか。結論から言えば、「支配的な物語」を信奉している人たちに、「もうひとつの物語」を理解させることは容易なことではない。

そのため、私はこれまでに多くの性暴力・DV裁判において意見書を提出し専門家証言をしてきた。まだまだ「強姦神話」や「DV神話」に基づく解釈が主流である法廷に対して、「もうひとつの物語」としての被害者の現実——被害者心理や行動、PTSD（心的外傷後ストレス障害）症状など——をアドボケイト（代弁・擁護）するためである。また、それは法廷内でのA子さんへの「二次加害（second rape）」を防止するためでもあった。

このアドボケイト活動もまた、伝統的カウンセリングではあまり行われないものだろう。伝統的カウンセリングは、クライアントの問題をクライアント個人の内面的な問題とし、面接室の中だけでその援助活動を完結しようとするので、カウンセリング関係外でのクライアントの社会関係にまで直接的に介入し、アドボケイトする必要性を認めていないだろう。

また、伝統的カウンセリングだけでなく、公的機関である女性センターなどでのフェミニストカウンセリングにおいても、法廷への性暴力・DV被害者についての意見書提出や専門家証言を制限するきらいがある。専門的中立性という見地から、原告・被告のどちらかに加担することを嫌っているのだろうか？ しかし、この態度は女性被害者からみれば非常に非難的な防衛的態度とうつるだろう。公的な女性センターこそが、ジェンダーの視点に立って、性暴力・DV被害者救済のためのアドボケイトを果たす役割を期待されているからである。

一六年間夫のDVに苦しめられたB子さんが夫を殺害した。夫はアルコール依存症で、会話もなく、生活費もくれなかった。B子さんはサラ金に一〇〇万円の夫に内緒の借金をつくった。一〇〇万円の生活費とサラ金の利子に消えた。B子さんは警察官や検察官に夫のDVを訴えたが理解されず、「鬼のような女が借金つくって夫を殺した」として裁かれていた。DV防止法ができる二年半前のことである。警察官も、検察官も、裁判長もDVという解釈図式（もうひとつの物語）を知らなかった。しかし、B子さんの国選男性弁護士がかろうじて、「B子さんがDV



被害者でもある」ことに気づき、私は彼に頼まれて意見書を書き証言もした。

裁判では、B子さんはむろんのこと私も検察官から責められた。「そんなに嫌ならなせもつと早く離婚しなかつたのですか!」「なぜ夫を断酒会につれて行かなかつたんですか!」と。それは、まさに偏見に満ちた「支配的な物語」によるA子さんへの「二次加害」行為だった。容易に離婚することができず、断酒会に連れて行けなかつたのは、夫がDV加害者だったからだ。幸いなことに、裁判長に理解があり、判決は「犯行の背景にDVを認める」というものだった。しかし、懲役六年（未決拘留期間一年を引いて五年）は、一六年間の過酷なDVと、DV被害者への国の無策を思うと、私には重過ぎる処罰と思われた。

この事例では、法廷でのアドヴォケイト活動によって一定の成果をあげることができたと思う。その後、B子さんが刑務所に入所してからも、アドヴォケイト活動は続いた。B子さんの国選弁護士と私とサポーターとは、年に一回、刑務所への面会を続けた。サポーターは、B子さんの支援グループを組織し、裁判の傍聴、面会、手紙書き、カンパ集めを担ってくれた。殺人を犯したB子さんに対して、彼女の家族はもう関わりたくないという意向であり、彼女をひとりで放り出すことはできなかったからである。結局、五年後、私はB子さんの身元引受人になった。今も、B子さんは私の近くに住み、私たちとの関係も続いている。B子さんの現在の生活上の課題は派遣社員から正社員になることだが、長期にわたるDV被害と殺人というPTSDからの心理的回復は、彼女の半永久的な課題だろう。

フェミニストカウンセリングにおけるアドヴォケイト活動としてこれらの活動を位置づけ遂行してきたが、私的な民間機関だけでこのような活動を続けるには限界がある。しかし、国や行政は、このような被害者へのアドヴォケイト活動を何ら展開していない。B子さんは、「被害者としての加害者」であるにもかかわらずである。刑務所内でのカウンセリングもなければ、出所してからのサポーター体制も無いに等しい。保護観察官による二、三回の面接、後は専門性のないボランティアの保護司に任せきりである。B子さんと関わりながら、私たちがいなければB子さんはどうなっていたらと思うことが、多々あった。

B子さんによれば、刑務所を出所した女性が居場所も知り合いもなく、故意に再び罪を犯して、刑務所に戻って行くという。慣れた刑務所の人間関係や生活から離れたくないのだろう。このことは再犯防止という問題とも関連するが、なにより人は、新しい自分の物語を生きるために、新しい人間関係が必要とするのだ。

B子さんが、新しい「もうひとつの物語」を生ききるようにサポートするためには、B子さんの周りの人たちに、B子さんを代弁し、周りの

人たちの意識改革を目指さなければならない。フェミニストカウンセリングの社会変革の部分である。

## 7 「関係の中の自立」を求めて

男性中心の伝統的カウンセリングがクライエントをアドヴォケイトする活動に消極的なのは、心理療法と社会変革を目指す社会運動とを峻別することによって、心理療法ないしカウンセリングという手法の専門中立性を保持するためだろう。さらに、「個の自立」を人間の成熟目標とする近代主義的な伝統的カウンセリングにとつて、面接室以外でのクライエントの社会関係にまで関わるアドヴォケイト活動は、いたずらにクライエントをカウンセラーに依存させてクライエントの「個の自立」を阻み、カウンセラー・クライエント関係の境界を曖昧にし、専門職としての限界を越境するという危惧につながるのだろう。

この点に関して、ポストモダンの社会構築主義に立つフェミニストカウンセラーとしての私の考えは異なる。まず、個々のカウンセリング目標を方向づけることになる人間の成熟目標は「個の自立」ではなく、「関係の中での自立」にあると主張したい。先述したように、人間は、他者との関係のなかで自分の自己や人生の物語を構築し、その物語に沿って自己や人生を演じ、さらに、その物語を自分や他者にとって説得力のある納得できるものにするために改訂を重ね続けて、バージョンアップした物語の構築を目指す。そして、ときにはいまだ語られえなかった「もうひとつの」新しい物語を創造するのである。

このプロセスを逆の視点から見れば、人間は自己物語を語ることによって他者と社会関係を結び、さらに物語に沿って自己を演じることによって、他者との相互作用関係に変更を加え、ときにはいまだ実現しえなかった新しい社会関係を創造することになるといえる。アドヴォケイトの意義は、このように社会関係を変革することにある。そして、この新しい社会関係のなかで、自己物語はまた新しい展開を迎える。こうして物語は無限に書きかえ続けられていくのである。

フェミニストカウンセラーは、クライエントに対して自己についての多元的な説明を奨励し、一つの説明だけに固執しないようにサポートする。物語の構成は流動的であり、状況の変化や社会関係のあり方によって自在に変化する。ここでは、関係性のほうが自己より優先されるからである。個人が関係の関数にすぎないという考え方は、西洋近代主義や伝統的カウンセリングが大切にしてきた個人のアイデンティティという

概念と対立する。個人は関係によって自分を変化させ、自分が自分であるという意識さえもちえないのかという疑問が生じる。

もしアイデンティティという言葉が、「個の自立」を意味し、永久不変の「真実の自己」を意味しているのであれば、私たちがそのような自己意識をもつことはないだろうと断言できる。しかし、私たちがいろいろな関係の中で、あたかも多重人格障害であるかのよう<sup>(4)</sup>にまったくの別人格としてくるくと現れているわけでもない。その状態像を説明することは難しいが、その人のアイデンティティは、関係の中<sup>(5)</sup>にしっかりと立って自分を物語る能力として表現されるように思う。それは、私の言葉では、自分だけが一人高く強く自立するという「個の自立」イメージではなく、相手との関係を斟酌した上での自立、「関係の中で自立」を果たすことなのである。つまり、「関係の中で自立」する能力を開発してこそ「書きかえ」や「語り直し」が可能となり、「支配的な物語」ではない「もうひとつの物語」を創造することができるからである。

人間の成熟目標あるいは自己探求の方向は、「関係の中で自立」を果たすことにあるので、クライエントのアドヴォケイト活動においても、カウンセラーがクライエントとの境界をおかして侵入したり、依存させてしまうことはない。むしろ、面接室から一歩も出ない伝統的カウンセリングにおいてのほうが、そういう危険をはらんでいるのではないか。転移という概念は、それを物語っているように思える。

あるニューズレターのなかで、性暴力裁判の原告が支援者との関係を次のように語っている。「支援者の存在と他の被害者の存在が私を支えてきたといえます。『支え』となるものを心に持つことは、逆に自分の弱さを認めてしまうことのようにも考えられます。私も最初はそう考えていて、できるだけ甘えないように、気持ちの上では一人で立っているようつもりでいました。しかし、依存心を持つというのではなく、支援者たちが私に示してくれた覚悟に対して応えたいという気持ちや共に何かを強く主張したいという気持ちこそが『支え』となったのではないかと思います<sup>(5)</sup>」。ここには、被害者と支援者（アドヴォケイター）という新しい関係が、新しい物語を創出していくプロセスと相互作用関係が示されている。それはまた、性暴力被害者が「関係の中で自立」を果たしていったプロセスでもある。

フェミニストカウンセリングにおける自己探求や、アドヴォケイト活動における社会関係の改善や、社会変革を志向する闘いのなかで、カウンセラーとクライエントともに「関係の中で自立」しながら、ともに「もうひとつ」の物語への書きかえ作業に従事する。そして、この書きかえ作業を通して、フェミニストカウンセリングにおけるクライエント―カウンセラー関係は、シスターフッド（女性の連帯）をその根底にもつ信頼関係を形成する。この信頼関係もまた、フェミニストカウンセリングならではの性質をもつクライエント―カウンセラー関係であり、伝統的カウンセリングにおける転移関係とは異なるものである。このことについては、稿を改めて論じたい。

注

- (1) シーラ・マクナミ、ケネス・J・ガーゲン編、野口裕二・野村直樹訳、一九九七『ナラティブ・セラピー——社会構築主義の実践』、金剛出版、一四七頁
- (2) 同書、一六六頁
- (3) 同書、一六六頁
- (4) 『精神疾患の分類と診断の手引き』(DSM-IV)では、解離性同一性障害
- (5) 山中瑞穂、二〇〇六「サバイバーからの手紙 六 「支えとなつたもの」、性暴力を許さない女の会ニュースレター『ファイト・バック』二〇〇六年冬号

参考文献

- A・T・ベック、大野裕訳、一九九〇『認知療法』岩崎学術出版
- A・エリス、国分康孝他訳、一九九六『どんなことがあっても自分をみじめにしないためには——論理療法のすすめ』川島書店
- D・H・マイケンバウム、根建金男監訳、一九九六『認知行動療法』同朋舎出版
- トリシャ・グリーンハル、ブライアン・ハーウィッツ編集、斉藤清二他監訳、二〇〇一『ナラティブ・ベイスト・メデイソン——臨床における物語りと対話』金剛出版
- 野口裕二、二〇〇二『物語としてのケア——ナラティブ・アプローチの世界へ』医学書院
- 日本フェミニストカウンセリング学会、二〇〇二～二〇〇五『フェミニストカウンセリング研究』VOL.1～4新水社
- 川喜田好恵、一九九四『自分でできるカウンセリング——女性のためのメンタル・トレーニング』創元社
- 井上摩耶子、一九九八『フェミニストカウンセリングへの招待』ユック舎
- 井上摩耶子、二〇〇〇『ともにつくる物語——アルコール依存症回復女性とフェミニストカウンセラーとの対話』ユック舎