

Title	「あきらめ」の意味に関する一研究 : 「あきらめ」体験の語りをもとに
Author(s)	稲月, 聡子
Citation	大阪大学教育学年報. 7 P.219-P.230
Issue Date	2002-03
Text Version	publisher
URL	<a href="https://doi.org/10.18910/8398">https://doi.org/10.18910/8398</a>
DOI	10.18910/8398
rights	
Note	

*Osaka University Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/repo/ouka/all/>

# 「あきらめ」の意味に関する一研究

## —「あきらめ」体験の語りをもとに—

稲月 聡子

### 【要旨】

筆者は「あきらめ」体験に関する調査をもとに、体験から付与される「あきらめ」の意味及び機能に関しての研究を行なっているが、本稿ではインタビュー調査の中で、主に現在の視点から過去の「あきらめ」体験を振り返った時に語られることに焦点を当て、「あきらめ」に関しての検討を行なった。「あきらめ」体験の多くは広義の対象喪失に該当するものであったが、現在の視点からの語りの中では「あのときはあれで仕方なかったが、あの時…していたら」という「あきらめ」たことへの両義的な思いが示され、「あきらめ」ることにより「生きられなかった人生」が現在の人生の中でももたれていることが示された。本論ではこの「生きられなかった人生」を「語られない物語」として捉え、「現在語られている物語」と「語られない物語」の関係性及び「語られない物語」が「仮定法過去」という形で現在は持たれていることの意味に関して考察を行なった。さらに、「あきらめ」の機能として「切る」機能と「つなぐ」機能があることを提示し、「あきらめ」体験の語りの中にみられる両機能に関して考察した。

### 1. はじめに

私たちは多くの場合、人と関わるときに言葉を用いるわけだが、それは果たして絶対的に共通のものとして用いられているのだろうか。私たちは臨床場面において、言葉により相手を理解しようとし、相手に自分を伝えようとする。しかし、同時に発せられた言葉以上のものがそこでは交換されているのであり、それぞれの言葉を字義どおりに受け取るだけではなく、そこに何がこめられているのかを丁寧に拾っていくことが、臨床家には期待されている。長山(1993)によると、言葉は単なる記号ではなく、人が内的・外的体験をどんな切り口で捉えて意識するのかを規定する民族の道具あるいは遺産であって、それは人々の現象把握の様式を深いところで規定しているものである。また、日常臨床に用いられているのは日本語であり、臨床における日本語や日本語概念の使用について理解を深めることの重要性を北山(2000)は指摘し、日常語である「焦り」「すまない」「痛み」「恥」「恩」などが、心理臨床においても重要な語彙であるとしている。確かに、日常用語を専門語として用いる場合、その概念が曖昧になる危険性は大きいですが、その言葉に、日常的には意識されないあるいは辞書には載っていない意味を見つけていくことが、心理臨床では重要なのではないだろうか。

このような観点に基づき、筆者は「あきらめ」という言葉をキーワードに、その言葉に個々の体験からどのような意味が付与されていくのかを考えることを目的とした研究を行っているが(稲月2001a,2001b)、本稿で注目したいのは、「あきらめ」の意味そのものではなく、「あきらめ」た体験が個々の中でどのように意味付けられるかという点である。近年様々な分野でライフストーリー研究が行われているが、本稿では「あきらめ」たことという過去の体験が、現在ほどのような物語となって心の中にもたれているのかを、インタビュー調査における回答をもとに考えていきたいと思う。

### 2. 物語としての人生に関する研究

ライフストーリー研究を、やまだ(2000)は「日常生活で人びとがライフ(人生、生活、生)を生きていく過程、その経験プロセスを物語る行為と、語られた物語についての研究」と定義しているが、このラ

イフストーリー研究は現在心理学、教育学、人間学、社会学、文化人類学、医療人類学など、様々な分野で研究が行われている。

臨床心理学においても、物語は重要な概念である。河合が一連の研究の中で、心理療法における物語の重要性を述べている(1982,1993)のをはじめとして、ユング派では、個人的な経験の記憶などからできている個人的無意識の層のさらに下に、強力な影響力をもつ非個人的、超個人的な集合的無意識の層があるとし、夢やイマジネーションの中に現れるその内容の分析を重視する。そして、その内容として神話や伝説、昔話を研究の対象としている。精神分析の立場からは、幻想と言葉を重視する分析家によって「語られた過去」の総和としての昔話や神話の価値が高く評価され、北山(1988)らにより日本の昔話や神話の分析が行われている。これらは、既存の神話や物語を研究の対象としたものが多いが、武野(1994,2001)は、人間の無意識が神話を生み出す働きをもち、また自己治癒力として神話産生機能が働くことに注目し、個人レベルでのものとして夢分析にみられるような個人神話の重要性に言及している。この場合対象となるものには意識レベル及び無意識レベルの両方が含まれると言える。

一方、ナラティブ・セラピーと呼ばれる治療法では、現実には生きている個々人の人生の物語の筋をセラピストとの共同作業でどう見出していくか、意識レベルでの個人の物語ということに重点がおかれている。ナラティブ(narrative)とは、事実を描写する、といった意味であるが、ナラティブ・セラピーにおいては、人が何らかの症状や問題を呈するとき、それは幼児期・児童期に培われた支配的物語(ドミナント・ストーリー)によって、フロイトの言う反復強迫的行動が形成されたためであり、したがって治療は、「リ・ストーリーング」(物語の作り変え)だという命題が立てられる。ここでのセラピストの役割は、クライアントの自分語りを聴き、反復される筋を見出し、クライアントに向かって語り直すという相互作用によって、新しい物語を創造していくことになる。

ナラティブ・セラピー以外の心理療法においても、そこで語られる人生はその人の記憶に基づくものに他ならず、それは心的現実としての人生である。ゆえに、そこで私たちは物語としての過去あるいは人生を聴いていくこととなる。榎本(1999)は、カウンセリングが意味を持つのは、過去のライフストーリーが過去に属するものとして固定されたものではなく、現在の視点から構成されるものであることによっているからだと指摘し、心理療法の中でクライアントの話に治療者が無心に耳を傾けることによって、クライアントは自分の人生史に刻まれている種々の出来事に対してそれまでとは違った意味付けができるようになり、新たな自己の物語が生まれていくのだとしている。

今回行った調査では、「あきらめ」という言葉をキーワードとして、過去の体験についてインタビューを行った。臨床場面とは違い、1度きりの出会いであり、治療的な関与を意図する出会いではなかったにしろ、そこで語られた「あきらめ」の意味とはどのようなものであったかを考えることは、臨床場面において助けとなる示唆を与えてくれるのではないだろうか。本稿では現在の視点から語られる過去の「あきらめ」の物語をみていくことによって、「あきらめ」の持つ意味と機能を考えてみたいと思う。

### 3. 方法

#### (1) 調査対象者

23～87歳の男女(男性11名、女性55名)66名(平均年齢45.2歳)。

20代15名(男4、女11名)、30代13名(全て女性)、40代14名(男3名、女11名)、50代11名(全て女性)、60代4名(男1名、女3名)、70代6名(男3名、女3名)、80代3名(全て女性)という内訳である。

#### (2) 調査時期

2000年10月～11月。

#### (3) 調査方法

質問紙による調査をまず行い、質問紙配布時にインタビュー調査への協力を依頼し、了解を得た方を対象者とし、質問紙の自由記述について詳しく何う半構造面接とした。質問紙の補足が目的であったため、質問紙に書かれたことをもとにインタビューを行っている。面接時間は多くは15分から30分であり、

例外として「ない」と答えた方で最短5分の方が一人おられた。ほとんどの面接は個室で行われた。

#### (4) 調査の内容

- ①自分にとって重大な「あきらめ」体験の有無
- ②体験の内容

「ない」と答えた方の場合は「あきらめ」についてのイメージやその人なりの定義をお聞きし、「あきらめ」体験の内容における選択項目として設定したライフイベントをいかに体験したかを回答してもらった。

「ある」と答えた方の場合、質問紙に沿って、体験の頻度、もっとも重大だと思われる体験を順に3番目まで選んでいただいた。その後それぞれの体験について、体験の内容、時期を選択項目から回答していただき、体験の内容について詳しい話を伺った。

なお、体験の頻度は「一度」「たまに」「しばしば」「いつも」の4項目からの選択とし、体験内容の選択項目としては「引越し」「古い」「死」「受験」「親」「恋愛」「病気」「就職」「結婚」「仕事」「子ども」「才能」「容姿」「進路」「友だち」「その他」の16項目を用意した。

- ③「あきらめ」体験について、今振り返ってどう感じるか
- ④「あきらめ」という言葉をどういう意味だと考えるか

## 4. 結果

### (1) 自分にとって重大な「あきらめ」体験の有無

「あきらめ」体験があると答えた方は、55名（男性11名、女性44名）であった。

### (2) 体験の内容

「あきらめ」体験の頻度は「一度」と答えた方が18名、「たまに」と答えた方が35名、「しばしば」と答えた方が2名であった。

また、「あきらめ」体験の内容は以下の表1の通りになった。

表1-1 最も重大な「あきらめ」体験の内容

死 … 11名	子ども … 4名	親 … 2名
病気 … 6名	引越し … 4名	古い … 1名
結婚 … 5名	進路 … 4名	友だち … 1名
恋愛 … 5名	受験 … 3名	その他 … 2名
仕事 … 4名	就職 … 3名	

表1-2 2番目に重大な「あきらめ」体験の内容

恋愛 … 5名	才能 … 2名	引越し … 2名
仕事 … 5名	病気 … 2名	友だち … 2名
受験 … 3名	子ども … 2名	死 … 1名
容姿 … 2名	進路 … 2名	親 … 1名
古い … 2名	就職 … 2名	その他 … 2名

表1-3 3番目に重大な「あきらめ」体験の内容

進路 … 4名	子ども … 3名	親 … 1名
結婚 … 3名	死 … 2名	受験 … 1名
才能 … 3名	仕事 … 2名	恋愛 … 1名

表1-4 「あきらめ」体験全体における結果

死 … 14名	結婚 … 8名	親 … 4名
恋愛 … 11名	受験 … 7名	老い … 3名
仕事 … 11名	引越し … 6名	友だち … 3名
進路 … 10名	就職 … 5名	容姿 … 2名
子ども … 9名	才能 … 5名	その他 … 4名
病気 … 8名		

## (3) 「あきらめ」体験を振り返って

「あきらめ」体験を振り返っての回答を求めたところ、表2のようになった。「それ（あきらめた経験）が、僕のバックボーンになりました。それからの人生でも少々のことでは驚かない。」（76歳男性）、「今の状態がすごく良いから後悔はないです。良かったと思います。」（43歳女性）など、肯定的回答が見られる一方、「あきらめることを今も納得していない。今でもどうしてああしたのか、原因を探してしまう」（25歳女性）など、断ち切れない思いを答える回答も見られた。

最も多くを占めたのは、「（結婚について）決して間違いではなかった。後悔はしていない。でも、違った生き方はあったかもしれないという気持ちはあって、それはまだあるんじゃないかと思ってますね。」（46歳女性）に代表されるような、過去の体験に関して、肯定的あるいは否定的な思いに終始するのではなく、「あれはあれでいいと思っているけれど、あの時…していたら」という、両義的な思いに関する回答であった。

表2 「あきらめ」体験を振り返っての回答

両義的な思いを語る回答	36名
肯定的な思いを語る回答	17名
（信仰からと思われる回答	2名）
断ち切れない思いを語る回答	2名

## (4) 「あきらめ」という言葉の意味をどう捉えているか

この項目に関しては、「あきらめ」体験の有無に関わらず回答をお願いした。体験有りの方には「あきらめ」体験を具体的に振り返っていただいた後、「あきらめ」という言葉の意味を尋ねた。結果については表3に体験の有無によって分けて示した。回答形式としては、どちらにおいても単数回答と複数回答の両方がみられた。ただ、複数回答の内容においては決まったパターンが見出せず、「あきらめ」の意味が個人の中でも多層的に持たれていることが示唆されるにとどまった。内容としては、辞書の定義以外の個人的な意味をもつものが多くみられ、全体としての分類は困難と考えたため、今回は表4に体験の有無別に羅列するにとどめた。なお、表4にあげたものは2個以上の回答があったものである。

表3 「あきらめ」体験あり

単数回答であったもの	26人
複数回答であったもの	29人

「あきらめ」体験なし

単数回答であったもの	3人
複数回答であったもの	8人

表4-1 「あきらめ」体験ありの人に関する言葉の意味の回答結果

次の新しい道へのステップ	9個	選択および決断	8個
仕方がない	8個	自分ではどうしようもない	6個
前へ進むためのもの	5個	自分の限界を感じる	5個
辛さから逃れる	5個	希望・目標を断念する	4個
自分の気持ちを抑える	4個	受容する・受け入れる	3個
これ以上出来ない	3個	自分を見つめて自分を知る	3個
自分を納得させる	3個	妥協する	2個
楽になる	2個	負け	2個
絶望・失望	2個	なかった事にする	2個

表4-2 「あきらめ」体験なしの人に関する言葉の意味の回答結果

次の目標への出発点	2個	消極的	2個
思っていたことが叶わない	2個	妥協する	2個

## 5. 考察

これらの結果と調査時に語られた言葉から、「あきらめ」体験について考えていきたいと思う。今回特に焦点を当てたいのは、「あきらめ」体験を現在の視点から振り返ってどう思うかを尋ねる回答で6割以上にみられた、過去の「あきらめ」体験に対する両義的な思いである。

### (1) 「あきらめ」体験の内容について

まず、「あきらめ」の頻度に関してであるが、「たまに」と回答した人が全体の6割以上を占めた。これにより、重大な「あきらめ」体験は人生において一度きりの特別な体験としてよりは、むしろ何度か訪れるものであるという認識があることが示唆される。このように体験が有る人にとって「あきらめ」は人生においてしばしば訪れるものとして認識されている一方、「あきらめ」経験がないと答えられる方もおられた。しかし、「ない」と答えた方の中でも「(ライフイベントに関して) 1人の人生の中には必ずあることだし、こういうことはあきらめるとか、そういう風には思わないです。『あきらめ』ってもっと特別のものではないかと思います」(40歳女性)、「いつも決断という感じで受け止めてきました。」(41歳女性)と言った回答は多く見られた。同じような体験をしたとしてもそれを「あきらめ」と捉えるか否かには、個人の基本的な考え方や生き方が密接に関係していると思われ、一概に「ない」と答えた方が、客観的には「あきらめ」体験とみなせるような体験をしていないとは言えないことが示唆された。「あきらめ」の言葉の意味に関しても、体験の有無による明確な違いはみられておらず、この点には今後更なる検討が必要であると思われる。

次に、今回「あきらめ」体験の内容について最も重大な「あきらめ」体験から順に3つ挙げてもらったところ、最も重大な体験として一番多く挙げてきたものは、「死」であった。「あきらめ」体験の選択項目は上記のようにライフイベントから抽出したものであるが、内容としてはやはり広義な意味での喪失体験が語られることが多く、その際たるものが愛する人を失うという狭義の対象喪失であることが本調査の結果からは示された。これは、ホームズ (1967) や夏目 (1993) などの、ライフイベントにおけるストレス度測定の結果とも一致する結果である。「愛するものの死」という狭義の対象喪失に関する悲嘆に関して、著名な研究としてボウルビイ(Bowlby, J 訳書1981)、キューブラー・ロス(Kubler-Ross, E 訳書1971)などがあげられるが、デーケン (Deeken, A 1984) は悲嘆のプロセスのより詳細な検討を行ない、12段階を提示している。そして10番目に「あきらめ—受容」の段階が示されている。この段階は、否認、パニック、怒りといったそれまでの混乱を過ぎ、相手の死という辛い現実と直面して現実の世界に立ち帰り、事実を受け止めようとする段階であり、その後新しい希望、立ち直りの段階というプロセスをたどるといふ。このように、死という必然的ではあるが大きな苦しみとなるものを受

けられる時、「あきらめ」によって次の段階に進むことが出来るとされているが、今回の調査でも配偶者など大切な人の死を「あきらめ」体験としてあげた人は、「残念、虚しさ、あきらめの入り混じった気持ち。悔いもあるが、それにも踏ん切りがついた気がする」(43歳男性)のように、故人への思いや悲しみを抱えた一方で、「あきらめ」をつけることによって、喪失体験を乗り越えていることがうかがわれた。

また、本調査では「結婚」「子ども」といった回答が多く見られたが、これらは全て女性から回答されたものであった。女性にとって「結婚」「子ども」といった家庭に関するライフイベントは重視されていることが伺われ、特に「子ども」については、子どもが自分の希望どおりの道に進まなかったことを「あきらめ」体験としてあげておられる方が多く、母性との関連から見ると興味深い結果であると思われる。今回は論旨とは外れるので、また機会を改めて論じることとした。

## (2) 「あきらめ」という言葉をどう捉えるか

「あきらめ」の意味に関する回答としては表3のような結果となったが、前述したように体験の有無によつての違いは明確ではなく本稿の論旨とも外れるので今後の検討点とし、ここでは従来の辞書の定義との相違点から、体験から導き出される「あきらめ」体験の意味を考えることとした。

まず、「あきらめ」の辞書における定義を確認しておきたい。「あきらめ」とは、「あきらめる」の名詞形であるが、この「あきらめる」には「明らめる」と「諦める」の2つがある。まず、「明らめる」は「①事情や理由を明らかにする、はっきりさせる、②心を明るく楽しくする、気持ちを晴れやかにする(大辞泉より)」の意味がある。次に、「諦める」には「あきらめること、断念すること(同辞典より)」の意味があり、この定義はここで引用した大辞泉、日本国語大辞典(小学館)、集英社国語辞典などでもほぼ同じように記されている。国語大辞典新装版(小学館)では、「諦める」は、「明らめる」から転じた語で、「道理を明らかに断念する意」となっており、「仕方がない思い切る、断念する」と記されている。また、古語辞典(角川書店)では「明きらむ」は「①明らかにする、理由や不審を究め知る、つまびらかにする②事実をはっきりさせる、事実を告げ知らす、弁明する③心の中を明るくする、晴れ晴れする」と、「諦む」は「明きらむ」より転じた語で「将来に対する見通しを明らかにしたことによってそれ以上固執することを断念する」意であることが記されている。これらから、「諦める」は断念するの意であり、「明らめる」は外的対象をはっきりとみていくことである一方、気持ちを切り替えははっきりとさせることにより、気持ちを明るくし、晴れやかにするという内界での動きも含む意味であることが分かる。

調査においての回答について辞書の定義と照らし合わせると、「諦める」に該当するのは辞書と同じ意味である「断念する」である。また、「明らめる」に関しては「外界及び内界においてはっきりさせる」という意味から、「自分の限界を感じる」「これ以上出来ない」など自分の限界を認識することに言及しているものがこれに該当するといえるのではないだろうか。長山(2001)は、「すむ—あきらめる」体験を、精神療法において重要な働きをもつものとして提唱しており、この「すむ—あきらめる」体験において患者が自分の存在感を感じるようになることを示しているが、「あきらめ」体験においても、自分の限界あるいは世界との境界を知ることによって新たな世界との関係を構築していくことが可能になるのであり、その意味において気持ちが晴れやかになるという次に進む前の段階として「自分を知る明らめ」が必要であるといえる。

次に辞書の定義にはないもので、回答としてあがってきたものについて考えてみたい。まず、辞書の定義以外にも多くの意味があがり、それは本研究では分類が困難なほどの多義性を持っていた。このこと自体が、過去の体験から導き出された「あきらめ」の意味の多義性を示すものとして意味をもつものと思われる。また複数の意味を回答された方も多く、一人の人の中にも「あきらめ」の意味が多数もたれていることが、興味深い結果としてみられた。この「あきらめ」の意味の多層性に関しては「あきらめ」の機能とあわせて後に改めて述べたいが、「あきらめ」の意味の多義性及び多層性に関しては、今回質問紙調査を補う形でのインタビューであったため、個々の意味を考えていくための材料としては十分ではなかったことが今回の研究では問題点としてあげられる。今後この多義性及び多層性を検討する

ためには、個への視点を重んじる必要があると思われ、今後の検討点としたい。

### (3) 「あきらめ」体験を想起しての回答について

今回、過去の「あきらめ」体験を振り返った時に最も多く見られた傾向は両義的な傾向であった。以下に具体的に回答を挙げてみたい。

「あの時のあきらめがあって、今の仕事に就き、今の生活がある。でも仕事がしんどいと、もっと違った人生もあったかなあ、と思います。もう一度やり直したいと言うことはないんですけど。」(30歳女性)

「今は(あきらめたことに対して)もう一度とは思わないけれど、いろいろストレスも多くて。そういう時、ふとあの時、と思うんです。」(36歳女性)

「今もどこかで引きずっていると思う。その時の対応の仕方が。その時は精一杯だったけど。「ま、いいか」と思うところもあるんやけど。根は楽天的だから。」(55歳女性)

これらの回答から共通してみられるのは、今生きている自分の人生に対して大きな後悔があるわけではないし、納得もしている一方、もう一つの「生きられなかった人生」に思いを馳せている点である。また、「今も引きずっている思い」は「どこかで」引きずっている思いであり、心の多くを占めるものではなく、心のどこか片隅に依然として置かれたものとして存在する感じが語られているように思われた。そして、このような両義的な思いこそが「あきらめ」の構造なのではないかと思われるが、このことは以下に改めて考えることとしたい。

## 6. 「あきらめ」体験の語りにみられる「あきらめ」の機能

### (1) 「あきらめ」体験における「語られない物語」

これまでインタビュー調査をもとに、「あきらめ」体験からみられる意味について考えてきたが、ここでは「あきらめ」体験の語りの中でも、「あきらめ」体験を振り返って、現在の視点からどう捉えられているかを中心として述べていきたい。上述のように、「あきらめ」体験を今振り返っての回答では、6割以上の人が両義的な思いを語られた。両義的な思いは主に「あれはあれでいいと思っているけれど、あの時…していたら(どうなっていただろう)」という形を取っているが、「あの時…していたら」の部分で語られているのは「生きられなかった人生」であり、「あきらめ」体験そしてその後の人生、つまり「今生きている人生」が「語られる物語」であるとすれば、それはその裏側にある「語られない物語」だと考えられるだろう。このように「語られる物語」の背後にある「語られない物語」が、現在「あきらめ」体験を振り返ったときに多くの人によって語られているのはどうしてだろうか。筆者にはこの「語られない物語」が「語られる物語」と共に存在することが「あきらめ」においては重要であるように思われる。

山口(2001)は、選択され、出来上がった物語の後ろに残された数々の出来事の内容は「語られなかった物語」として、忘れ去られがちであることに言及し、「多数の語られなかった物語の死によって初めて一つの物語が創造される」としている。そして、こうした無数の「語られない物語」の死について思いをめぐらせると、これらの死が「語られる物語」に時として現れる死の体験と同じように重要な意味を持つ可能性があることを示している。「死と再生」は心理療法において重要なテーマであり、変容の可能性を示唆するものであるが、「語られない物語」において意識することとして山口は次のことを述べている。

もちろんここでは再度、その体験がどれくらいクライアント自身によって生きられているかという問題が現れる。つまりクライアントが自分の物語を紡ぎだすとき、そこにはどれくらい自分をかけ、どれだけ語りえない物語、捨てなくてはいけない物語についての痛みを生きているかということである。それなくしてはやはり変容は起こらないだろう。(山口 2001, 140頁)



山口の述べている「語られる物語」とは、心理療法の過程そのものであり、意識の働きによってだけでなく、無意識も含めた存在全体の働きを必要とするものである。本稿で対象としている現実に生きている世界での、「あきらめ」体験における「生きられている人生」とはやや質が異なる感じはあるが、「あきらめ」体験にみられる現実世界つまり「この世」において「生きられなかった人生」もまた「この世」においては「語られない物語」である。「進路」「結婚」など、人生の岐路における選択において選ばれなかった人生はもちろん、「死」「病気」など必然的で不可避な事象においても、「愛する人を失わなかった人生」や「病気ではない人生」は「この世」においては「語られない物語」と考えられるのではないだろうか。以前に筆者は「あきらめ」の持つ「切る」機能と「つなぐ」機能において考察を行ったが（稲月2001a）、ここであらためて「あきらめ」の機能について考えてみたい。

前に辞書の定義を紹介したが、辞書の定義する「あきらめ」とは「明らめる＝ものごとをはっきりさせる、気持ちを晴れやかにする」と、「諦める＝断念する」によって成っている。これはどちらも「あきらめ」なければならないこととの距離をとって相対化する、あるいはそれとの関係を一旦切るといった形の「切る」機能に関する定義であると言えよう。

しかし前述したように、筆者には「あきらめ」には「切る」機能と「つなぐ」機能があるように思われる。すなわち、過去の体験であり、今の自分は「あきらめた」こととして語られている「あきらめ」体験は、現在の自分から振り返ると、対象としての距離を持つものであり、その意味において今の自分とは別のものである。これが「切る」機能としての「あきらめ」すなわち「明きらめ」であり「諦め」であろう。だがその一方で、「あきらめ」体験を語ることは多くの人にとって辛いものであったり、あまり思い出したくないものである。これは質問紙調査において、「あきらめ」体験想起前と想起後でSD法によるイメージ変化を測定したところ、想起後では「辛い」イメージが強くなっていた結果からも裏付けられる（稲月2001a、2001b）。このように、やはり今の自分にとっても、痛みの伴う思い出であるという点において、今の自分と「あきらめた」ことは、やはりつながっているものであると言えるだろう。では、何故「あきらめ」体験の想起は痛みを伴うのだろうか。以下に具体例を提示しながら考えてみたい。

子どもの障害を「あきらめ」体験としてあげられた方は「私は子どものことは、あきらめたことで楽になった部分があると思う。どういったら良いのかな、重かったのが軽くなった感じでしょうか。でも今でも障害が軽くなるとか、人並みに近づければという気持ちはずっと続いている。」（34歳女性）と、気持ちの上で切った部分と、つながっている部分があることを語られた。この時「あきらめ」体験と今の生活をつなぐ思いとは、「生きられなかった人生」への思いである。また、親のことを「あきらめ」体験としてあげられた方は「子どもとして、親に対して社会的役割をあきらめた。でも亡くなるまではあきらめなかった。どうしても関わってしまう。死んだことによって解決した感じですね。その時があったからこそ自分が同じ人生を歩みたくないと思い、そんな親にならないように努力しているつもりです」（39歳女性）と語られた。ここでも、死によって親に対して期待することをあきらめ、気持ちの上で切った一方で、自分の子どもにはその思いをさせないようにという、「生きられなかった人生」を補償する形で、「あきらめ」体験は今の自分につながっているようである。

こう考えていくと「生きられなかった人生」は、今生きている人生の上に、何らかの影響を及ぼしているものであり、山口の言う「語られなかった物語としての死」というよりはむしろ「語られる物語」の中に内包され、今も生きている物語であるのかもしれないと考えられる。そしてここに「つなぐ」機能としての「生きられなかった人生」が意味付けられるように思われる。「生きられなかった人生」は現在の人生に「あきらめ」体験という形で織り込まれ、心のどこかで息づいている。このように、ある意味で今でもころのどこかで生きているものであり、しかしどこかでは今の自分とは切られたものであるからこそ、想起には痛みを伴うのではないだろうか。山口は「語りえない物語、捨ててはいけない物語についての痛み」をどれだけ生きているかを問題としているが、「あきらめ」において「語られない物語」は多くの場合十分に死んでいるとは言えず、それゆえ「死と再生」のモチーフは劇的なものとはなり得ない。しかしそれはやはり「生きられなかった物語」であり、「死んでしまった物語」でもある。故にその痛みは「あきらめ」においても感じられるものであるが、その痛みを感じつつも、

その「死にきららない物語」を心の中で抱えて生きることが「あきらめ」においては示されているのではないと思われるのである。

## (2) 仮定としての人生を持つこと

上で述べてきたように、「あきらめ」体験を想起するとき、そこには必ず「あきらめなかった時の人生」が現れるわけだが、その時、あくまでも意識の上では仮定として「生きられなかった人生」を持つことが重要であると思われる。

ナラティブ・セラピーを行っているホワイト (White, M 訳書2000) は、悲哀過程において「再会 (saying hullo)」メタファーが有用なことを指摘している。この「再会」メタファーは、愛する人を喪失し、虚脱感や抑うつ感を抱える人に対し、亡くなった人がもし生きていて、本人を見るならばどのように自分をポジティブに評価してくれ、それを経験するかを詳しく話すように誘い込む方法であり、詳しい話をしてもらうことによって、過去の自己を経験し直すきっかけを生むことをねらったものである。上述のように、ナラティブの構造化はドミナント・ストーリーにフィットしない出来事を私たちの経験から取り除く選択過程に負っているため、時間が経つにつれストーリーに加えられなかったり、一度も「語られなかったり」表現されないものがたくさん蓄積してくる。しかしながら、ある状況においては諸個人が生きられた経験のないがしろにされた側面を編集されていない形で生き直すことも可能になる。よって、過去の自分のポジティブな経験を、再度取り戻すためにも、この方法は有用だという。確かに、過去の自分を取り戻すために「再会」メタファーが有用なことは納得できるが、「あきらめ」体験の語りにおいてむしろ重視したいのは「愛する人が、もし生きていて…」という仮定がもたらす意味である。

やまだ (2000) は、愛する者の死という喪失体験において、「…かもしれない。だったら」という仮定法構文が使われることに注目し、自分にとって大切な人の「死」を納得するためには、第1に「死者の物語」が出来ること、第2に「死者の物語と自分との関係づけ」ができること、第3に「仮定法」を使って現実を変換し、自分なりの納得の仕方を見いだすことが必要だと述べている。やまだは、この時の仮定法の役割を3点挙げている。第1の役割は、時間軸の過去から未来への転換である。仮定法は「もし、あのとき、…していたら、…にならなかったのに」という悔やみの過去構文でつくることも出来るが、「かもしれない…。だったら (こうしよう)」と将来的に仮定法がつくられたとき、死者を喪失し自分も死を体験した過去から、現在から未来に向かって、私の中の死者と共に生きようと時間の方向が変わる。こうして、自己の志向は過去から未来へ転換され、現状を回復することが出来るという。第2の役割は、もうひとつの現実を作り出すことによって、今自分が直面している現実を回避する機能であり、仮定法は受け入れがたい辛い現実にもともに向き合わず、うまく回避、逃避する方法だとする。第3の役割は、死者を過去に忘れ去るのではなく、死者を「無害」化して現実に生き返らせ死者と共に生きることを可能にすることである。これは狭義の対象喪失における物語の生成について述べているものであり、第3の機能に関しては、「あきらめ」全般には該当しないもののように思われるが、他の2つに関して本調査でみられた「あきらめ」の物語との相違について考えてみたい。

まず共通点として、本調査においても「あきらめ」体験が死に関するものか否かは問わずに、「(進路に関して) あきらめて今は良かったと思ってる。もしかしたら、大震災で死んだかもしれないんやんって思う。(だったら) 生きている今が良い」(43歳女性) など、将来的な仮定法によって時間軸が過去から未来へと転換される回答がみられている。

しかし、やまだの言う仮定法は、人生に対し積極的かつ肯定的でどこか美しい物語を生成させることに作用しているように思われるのに対し、「あきらめ」の物語でみられる仮定法は、やまだが過去構文として言及するものが多いようである。「あきらめないと仕方がなかった。でも生活していて心のどこかにある。違う人生もあったかもしれないなあと。選択が甘かったのかなと。」(68歳女性)、「他に方法があったんではと思う。もう少し考えていれば、と。研究不足やね。でも、やっぱりどこかそのことについてはあきらめた部分もある。」(53歳女性) など、これらの回答には美しい物語になりきらない醜さが内包されている。それは「切る」だけではなく「つなぐ」ものとしての機能を併せ持つ「あきらめ」

ゆえの醜さであり、ここに「この世」で生きる痛みがあるように感じられる。そして重要なのは、前述したようにあくまでも「仮定」としての悔やみであることであろう。

私たちは悔やみの構文が「仮定法過去」であることを知っている。後悔は後になされるものであり、「覆水盆に還らず」で、私たちはこぼれた水を元通りに出来ないことは知った上で、仮定として「生きられなかった人生」を抱えているのである。日本思想史の研究者である相良は竹取物語を用いて、この世に残された帝や翁はかぐや姫が二度と戻ってこないことを現実のものとして受け止めていかなければならない時に、「あきらめ」が心の安定のためになされるのだと説明する。「憧憬の世界は至りえない彼方にある。憧憬するものをわが物となしえない時に、自らの存在が根底から崩壊する可能性がある。だが、『あきらめ』は憧憬を残したまま自らを安定にもたらしめてゆくものである。至りえない憧憬の世界を彼方に描くものにとって、『あきらめ』は生の支えである」(1984a, 161頁)。ここでも、現実にかぐや姫は戻ってこないのであり、かぐや姫との将来は現実には起こり得ないものとして、「仮定法過去」の中でのみ存在を許される。そしてそのようにして「生きられなかった人生」を抱えられるからこそ、「あきらめ」は生の支えになりうるのではないかと思われる。

また、第2の役割であるもうひとつの現実を作り出すことによって、今自分が直面している現実を回避する機能については、現実生活が上手くいかないときあるいは困難に直面したとき、「生きられなかった人生」に思いが馳せられている点で、仮定としての共通の機能を持っていることが示唆される。しかしここで留意したいのは、やまども述べるように、臨床事例においては物語化や幻想が現実適応を困難にする場合もあることであり、あくまでも「仮定法過去」として許される範囲に留められる力が必要とされることである。やまどは、健康な事例では、適度な幻想が人間を破局や混乱から救うとして、自分で密かに自分のために想定世界を造り、一時的にその想定世界に回避し、慰められ、癒され、やがてその想定世界から現在の自分に向かって語りかけることによって、「生きる物語」を生成していく営みを「自己回復力」と呼んでいるが、「あきらめ」の物語においては、一つの「あきらめ」体験に内包される「生きられなかった人生」が、その都度現在の視点から作り直され、想定されることによって、繰り返し現実の人生を受け入れていく力となるように思われる。

## 6. おわりに

これまでインタビュー調査をもとに「あきらめ」体験を振り返ることの意味について述べてきたが、最後に臨床場面における「あきらめ」の意味を考えてみたい。

北山(2000)は、日本人と西洋人の「あきらめ」の意味の違いに言及し、キューブラー・ロス(訳書1971)に代表されるように、西洋人の「あきらめ」は敗北である一方、日本人の場合「あきらめ」とは洞察であると指摘する。「問題は『あきらめる』か『あきらめない』かではなく、その両方、つまり、アルものはナクナルけれど、ナクナルとまたアル、という感覚である。アルとナイとを抱き合わせて体験するしかなく、だからふつうは、つまり特別な場合を除いて、『あきらめた』と言う人は『あきらめてはいない』し、『あきらめないぞ』と言う人も半分『あきらめている』のではないか。臨床では、この両方が体験できることを目指す。あきらめの悪い人が、『あきらめたけど、本当はまだあきらめていないんですよ』と言うとき、無理なく感じるのは『あきらめ半分』の安定感である。(pp142-143)」と北山が指摘するように、「あきらめ」はその両義性によって安定感を生み、それによって「この世」を生きることが可能になるように思われる。

「仮の世」である「この世」において、それでも「本当の」「私らしい」生き方を模索することが、人間の性なのだとするならば、臨床場面において「語られる物語」と「語られた物語」の両方に考えをめぐらせながら、その過程における「あきらめ」に伴う醜さや痛みを臨床家がどこまでリアルに感じられるかが問われることになるだろう。今回「醜さ」に関しては、考察を深められなかったが、「醜さ＝見にくさ」という北山(1986)の指摘をキーワードに、今後考えていくこととしたい。

## &lt;参考文献&gt;

- Bowlby, J. 1980 Attachment and Loss. Vol.3 Loss: sadness and depression 1981 黒田実郎ほか訳  
『母子関係の理論3 愛情喪失』 岩崎学術出版社
- Deeken, A. 1986. 「悲嘆のプロセス—残された家族へのケア」 アルフォンス・デーケン編 『死への準備教育  
第2巻 死を看取る』 メヂカルフレンド社:255-274.
- 榎本博明. 1999. 『<私>の心理学的探求』 有斐閣.
- Holmes, TH, Rahe, RH.. 1967 "The Social Readjustment rating scale." Journal of Psychosomatic  
Research. 11:213-218.
- 稲月聡子. 2001a. 『「あきらめ」の意味に関する臨床心理学的研究』 大阪大学大学院人間科学研究科修士論文 (未  
公刊)
- 稲月聡子. 2001b. 『「あきらめ」の意味に関する基礎的研究』 『日本心理臨床学会第20回大会論文集大会発表論文集』.
- 北山修. 1988. 『悲劇の発生論』 増補版 金剛出版.
- 北山修. 2001. 『幻滅論』 みすず書房.
- 小森康永・野口裕二・野村直樹編著 1999 『ナラティブセラピーの世界』 日本評論社
- Kubler-Ross, E. 1969 On death and dying. Macmillan company 1971 川口正吉訳 『死ぬ瞬間』 読売新聞  
社
- 松村明編 1999 『大辞林』 第二版新装版 三省堂
- 長山恵一. 1993. 「母親への罪意識と母子分離をめぐる諸問題—「すむ—あきらめる」「すまない」を鍵概念として  
—」 『精神神経学雑誌』 96 (2) :83-108.
- 長山恵一. 2001. 『依存と自立の精神構造—「清明心」と「型」の深層心理』 法政大学出版局
- 夏目誠・村田弘. 1993. 「ライフイベント法とストレス度測定」 『公衆衛生研究』 42 (3) :402-412.
- 織田尚生. 1986. 『ユング心理学の実際』 誠信書房.
- 織田尚生. 1990. 『王権の心理学』 第三文明社.
- 相良亨. 1984a. 『日本人の心』 東京大学出版会.
- 相良亨. 1984b. 『日本人の死生観』 ぺりかん社.
- 相良亨. 1994. 『相良亨著作集4 死生観・国学』 ぺりかん社.
- 武野俊弥. 2001. 「無意識の神話産生機能と夢分析」 河合隼雄総編集 『講座心理療法 第2巻 心理療法と物語』  
岩波書店:61-112.
- 氏原寛・東山弘子・岡田康伸編 1990 『現代青年心理学—男の立場と女の状況—』 培風館
- Von Franz, M-L. 1970 The problem of the puer aeternus. Spring Publications. 松代洋一他訳 『永遠  
の少年』 1982 紀伊国屋書店
- White, C. &Denborough. 1998 Introducing Narrative Therapy. Dulwich Centre Publications 小森康永監訳  
『ナラティブ・セラピーの実践』 2000 金剛出版
- 山口素子. 2001. 「心理療法における自分の物語の発見について」 河合隼雄総編集 『講座心理療法 第2巻 心  
理療法と物語』 岩波書店:113-152.
- やまだようこ. 2000. 「喪失と生成のライフストーリー」 やまだようこ編著 『人生を物語る—生成のライフスト  
ーリー』 ミネルヴァ書房:77-108.

## A Study on “Akirame”

### – From Narratives about “Akirame” Experiences –

INATSUKI Satoko

The purpose of this paper is to examine the meaning of “Akirame” from the interview about “Akirame” experiences. The result of these interviews as follows ; 1) “Akirame” experiences are related to “object loss”, and the responses they regard as the most important “Akirame” experience in their lives are “object loss” by death, 2) The definition of “Akirame” is not limited by the definition in the dictionary, and one has his or her own definition based on their “Akirame” experiences, 3) When they look back upon their “Akirame” experiences in the past, they think there might have been another way. Focusing on the third point, the author argues that “Akirame” has a double function ; “separation” and “continuity”. “Akirame” experiences are separated from real life. But at the same time, “Akirame” experiences still remain there as unrealized life which could not be taken is internalized as the subjunctive mood in real life. The author studies the meaning of this subjunctive mood in the “Akirame” experiences compared with that in the process of recovery from the “object loss” The author wants to find out some differences in the subjunctive mood between the two studies.