

人間が関わることの効果と意味における一考察

— A. H. マスローの対人的な治療の「投薬」及び「脳波同調」から —

ユリア心理サポートセンター 代表

薄井 孝子

キーワード：対人関係、対人的な治療の投薬、脳波同調

はじめに

社会的動物である人間において、心の健康と対人関係は密接である。

例えば、仕事やスポーツの場面で人と人が組んで何かの事柄を添い遂げる際にも、パートナーとの相互交渉そのものが、互いの能力性へプラスに働くことがあるのは周知のことである。対人間において及ぼす影響が良いものであれば、パーソナリティの健康や成長においても、良い影響を与え合うことが言える。

A. H. マスローは、「基本的欲求」の充足について、それは他の人間との関わりによってのみ満足されるものであり、「基本的欲求」を満足させることが基本的な治療の“投薬”になるとしている。特に、精神療法や心理臨床における治療は、対人関係を基礎としていなければならない、それが重要な役割になることを述べている⁽¹⁾。

そこで、その内訳を示すような、臨床関係などにおける二人の脳波の関連性に着目した脳波同調(2000, 志賀)⁽²⁾という現象の研究があり、A. H. マスローにおける対人的な投薬と、脳波同調の両概念から示されることについて述べてみたい。

1. A. H. マスローにおける対人的な治療の投薬について

執筆者は臨床心理教育において、言語技法への偏り過ぎの問題性を感じるがあったが、臨床の場合、言語の技術を取り扱うことは確かに重要である。しかしながら、同じ言語技法などを用いても、誰もが必ず同様の効果を生じさせるとは限らない。それは、「人」対「人」において、技法だけではなかなか心の奥に互いが届き合えない何かがあるために思われる。個々のパーソナリティ傾向を含めて、“人間性”を考慮せずに、通り一遍の言語技術を用いてもその効果は低いだろう。

そのことを A. H. マスローは、臨床においてはその人のパーソナリティによって、治療の

効力や、教育に雲泥の差があり、重要となるものは、理論、内容、知識よりも、治療者のパーソナリティにあることを述べている⁽³⁾。

そしてそれらは、意識的に言われたりなされたりすることを強調するのではなく、無意識のうちに相手との間でなされたり感じられたことを強調することが必要で、基本的欲求充足の果たす役割をもっと重要視し、それによって治療過程の要因(暗示、カタルシス、洞察、行動療法等)を補足すれば、自動的によい対人関係が持てるようになるとしている。A. H. マスローは、心理療法にとって必要、且つ大切な前提条件として、満足が得られる人間関係を形成することが重要で、そのようなことから、やがて周囲の人々から心の薬を多く手に入れられるような好ましい人間関係を患者が自分で作り上げられるようになる⁽⁴⁾としている。

それらの“投薬”を与え合うスキルを得ることから、自己実現へ向かう能力性が高まることになるのだろう。

その A. H. マスローの言う概念と関わる実証的な研究と思われる脳波同調について次章で触れたい。

2. 脳波同調について

人を介在させた様々な治療や、心理療法などの対人的やりとりにおける、二人の脳波の関連性に着目した研究により、互いの脳波がα波やθ波で同調しシンクロナイズすることが説明されており、この現象によって、心と身体のリラックス、自己治癒力を高めること、能力発揮などへの働きかけが生じるとされている。

これらの状態を得ることは、心理臨床の場面において重要なものであり、A. H. マスローのいう対人的な投薬において、治癒や向上が、“人と人”、また脳と脳のコミュニケーションで成されることが示されているように思われる。

また、そのような脳波の同調を起しやす
い特性のある人や、関係性によってもその後
の結果が異なることが指摘されており、対人
関係の質や対人間における影響を示すもの
として意味があると思われる。

3. 脳波同調と対人的な投薬の効果について

脳波同調による効果は、生理的・身体的側
面に及び、A.H.マズローの欲求階層論(図1)
で当てはめれば、一番下段の生理的な欲求充足
への働きかけが生じることが考えられ、さら
に「人」対「人」のやりとりであることから、
二次的な効果として、少なくとも信頼感を通
じた安全感や、所属感、愛情、自尊心と他者
による尊敬(若しくは尊重)のような欲求充足
にも働きかけが生じることが考えられるだろ
う。

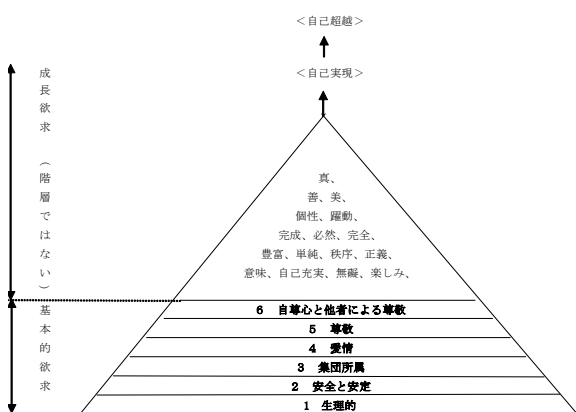


図1 A.H.Maslowの欲求階層
(小川芳男(1997)『健康と在り方の心理学』北樹出版より)

A.H.マズローによって、基本的欲求に関し
ては、各欲求階層は相補的で依存的であり、
下層の段階を飛ばして上層の段階を充足する
ことはないとされている⁽⁵⁾。

基本的欲求充足が対人関係を基礎としてい
なければならないこと、また、脳波同調とい
う現象においても、人を介在したやりとりだ
からこそ効果が得られることが立証されてお
り、治癒や能力向上において、人の存在が欠
かせないことが改めて窺われるだろう。

まとめ

現代において、ブームと呼ばれるような
種々なる能力を高める流行が見られている。

一方、“人との関係が希薄になってきた”と
いうことがマスコミで報じられるようになって

てから久しく、各人の能力を高める上におい
ても、とりわけ人との関わりを持たず、機器
などに依存して個人的に都合の良い部分を高
めることだけにエネルギーを費やす傾向も窺
われる。

しかしながら、人間の特性について考えれ
ば、例えば一見要領がよいかのように機械に
任せて能力を高めようとしても、思い通りに
結果は現れないのではないだろうか。

仮に部分的な能力を高めることは可能であ
っても、人間性におけるトータルの視座を
無視して能力性だけが前進することは難しい
だろう。

例えば、仮に心理臨床などを深く勉強して
いない人などでも、技法の伝授さえあれば、
便利にカウンセリングができるようになるか
も知れない。また、その技法をきっかけに気
付きが起きて救われる人なども、勿論皆無と
は言えない。

けれども、人間の心に関わることについて、
あまりの技術傾倒の教育になってしまうこと
は危険に思われ、その“人間性”が介在する
ことで得られる効果があること、また、人が
関わればこそ、意味が見出せることも多くあ
るだろう。

臨床教育においても、どのようなアプロ
ーチが必要かを考えるには、人が人に関わり、
各々の自己における捉えなおしや内観するこ
とを前提として、人間性について考えること
が重要になるだろう。そのことについて、A.H.
マズローは、患者の役に立つことを考えなが
ら、自分自身をチェックできることが必要で、
どのような心理療法をもってしても、治療上
の関係が悪ければ効果は出ないと述べている。

人を洞察する感性を磨くこと、また、人間
の性質を探究する視座を常に携えていること
が、臨床教育、また人々の成長に不可欠であ
ることを改めて心に置く必要があるように思
われる。

<文献>

- (1) A.H.マズロー,1997: 人間性の心理学,産能大
学出版部,371.
- (2) 志賀一雅,2004: ヒーラーとクライアントと
の脳波同調,超心理学研究,第9巻1,2号,27.
- (3) 前掲(1),370-409.
- (4) 同上,389-390.
- (5) 同上,145-155.