

臨床倫理メデイエーション

国立大学法人山形大学医学部
総合医学教育センター

准教授 中西 淑美

意味の人間学(2)——ロゴセラピーへの批判と倫理的な課題

はじめに

ロゴセラピーは、ヴィクトール・エミール・フランクル(以下、フランクル)によって創始された心理療法であり、人間の存在意義や生きる意味を探索することを重視する点に特徴がある。しかし、他の心理療法と同様に、ロゴセラピーに対してもさまざまな批判が寄せられている。今回は、それらの批判と倫理的な課題について述べてみることにしよう。

1. ロゴセラピーに対する主な批判(1)
それでは、ロゴセラピーに対する、具体的

な批判について、いくつかの例で考えてみる。

(1) 概念の曖昧性に関する批判

ロゴセラピーの中心概念である「意味」が、人によって解釈が異なるため、具体的な治療にどのように適用されるのが不明確である、という批判である。

価値観の相対性については、人間の価値観は多様であり、普遍的な「意味」を見つけることは困難であるという指摘もあり、これらの概念の曖昧性を指摘されている。

(2) 科学的根拠の不足に関する批判

実験の再現性の欠如として、ロゴセラピーの効果を示す実験結果が、他の研究者によって再現されていないケースが多い、という批

判がある。また、プラセボ効果との区別において、ロゴセラピーの効果が、単なるプラセボ効果である可能性も指摘されている。

(3) 宗教的な要素に関する批判

他の心理療法との整合性として、ロゴセラピーが、宗教的な概念を導入しているため、科学的な心理療法との整合性が取れないという批判がある。また、宗教的な価値観を前提とした治療は、多様な価値観を持つ患者に対応できないという指摘もある。

(4) 他の心理療法との比較に関する批判

認知行動療法などの他の心理療法と比較して、ロゴセラピーの有効性が劣っているという主張がある。そのため、統合的なアプローチの必要性を指摘されており、ロゴセラピー単独ではなく、他の心理療法と組み合わせる治療を行うべきという意見もある。

(5) 実践面での批判

ロゴセラピーの効果は、治療者のスキルや経験に大きく依存するため、治療者によって効果が大きく異なるという批判がある。また、ロゴセラピーの長期的な効果については、十分な研究が進んでいないとの指摘もある。

以上、ロゴセラピーは、人間の存在意義という普遍的なテーマを扱うため、さまざまな角度からの批判が寄せられている。これらの批判を踏まえ、ロゴセラピーをより客観的に評価し、他の心理療法との関係性を検討していくことが重要だと考えられている。

2. 批判に対する反論と補足

これらの批判について、反論や補足もあるので列挙してみよう。

まず、概念の曖昧性については、ロゴセラピーでは、具体的な治療場面において、患者の具体的な状況に合わせて「意味」や「価値」を探索していくため、概念の曖昧さは必ずしも問題とはならないという反論である。つまり、多種多様な「意味」や「価値」についての個人差についても、ロゴセラピーは、患者一人ひとりの状況に合わせて治療計画を立てるため、むしろ個人差に対応できるという特徴があると反論している。

科学的根拠については、他の心理療法と同様に、ロゴセラピーについても、科学的な研

究が進んでおり、一定の有効性が示唆される研究結果も存在する。ただし、より大規模な研究が必要であることは事実である。

宗教的な要素については、ロゴセラピーは、宗教的な概念を直接導入しているわけではなく、人間の普遍的な存在意義を探索することを目的としているため、宗教とは異なるという反論がある。

他の療法との関係についても、ロゴセラピーは、他の心理療法と組み合わせることで、より効果的な治療が可能になるケースがあることは事実だが、それは他の療法でも言えることではないかという指摘である。

人生や人の存在意義を考えるロゴセラピーであるが、他の精神心理療法にも長所と短所があり、一概に優劣を判断することはできないかもしれない。

ロゴセラピーを選択する場合には、以下の点に注意することが必要であろう。

・ロゴセラピーでは治療者の経験と専門性により効果が左右されるため、経験が豊富な治療者を選ぶ。

・他の治療法と同じく、治療内容や目標を詳

しく説明してもらい、納得した上で治療を開始する。

・ロゴセラピー専門家に相談し、必要に応じて、他の治療法と組み合わせることも検討する。

3. ロゴセラピーと

他の療法との比較

ロゴセラピーは、人間の存在意義や生きる意味を探索することを重視する独特なアプローチを持つ心理療法である。他の一般的な心理療法との比較を通して、ロゴセラピーの特徴をより深く理解することができるかもしれない。

各療法との比較におけるロゴセラピーの強みとしては、①ユニークな視点、②存在論的な視点、③目的意識の強化の3点がある。

①のユニークな視点では、生きる意味という普遍的なテーマに焦点を当てること、他の療法では捉えきれない側面にアプローチすることができる。②の存在論的な視点によつて、人間の存在そのものに目を向け、より深

いレベルでの自己理解を促すことになる。^③ 目的意識の強化とは、目的意識を持つことで、困難な状況にも立ち向かうことができるよう支援することができるということである。ただし、各療法との比較におけるロゴセラピーの課題として、批判の項でも述べたが、科学的根拠の不足と治療者のスキル依存が効果に大きく影響する。このため、治療者によって効果が異なる可能性がある。したがって、適用範囲も、すべての心理的な問題に有効であるとは限らず、特に存在意義や価値観に関する悩みを抱えている人に適している。

ロゴセラピーは、人間の心の問題に取り組むことができる。しかし、他の療法と同様に、その有効性は患者や治療者、そして治療の状況によって異なる。どの心理療法が自分に合っているかが、個人の状況や抱えている問題によって異なる点は、身体的治療と同様である。治療法の選択にあたっては、当該の人間の意思決定へのプロセスとその判断論拠となる、状況や事実、感情、要望が強く関係する。その人に寄り添った形で、その人が選択できるようにすることが重要なのである。

ロゴセラピーの具体的な治療方法については、専門書に委ねるとして、フランクルの著書の中では、「何度も諦めないで、当事者に寄り添い、生きる意味を問いかけることが大切」と説く^④。

1938年にナチス・ドイツがオーストリアを併合して政権を奪うと、ユダヤ人迫害は熾烈を極めた。フランクルが当時勤めていたユダヤ人専用の精神病院救急部には、毎日、絶望に陥ったユダヤ人が何百人も自殺をしかけて運ばれてきた。

当時フランクルは、救急部に運ばれてくる多数の自殺未遂者を助けたが、感謝されるどころか、「どうして死なせてくれないのか」と、ののしられることがしばしばあったらしい。彼は、余計なお節介ともいえるように、そういった患者たちに、「人生には意味がある」、「生きるのをあきらめてはいけない」と説得したという。

また、当時の体験者の証言によると、フランクルは強制収容所に新しい収容者が運ばれてくると、入り口に立って、「一人ひとりに、「どうか絶望しないでほしい」と手を差し出した

と語られている。

彼自身が、毎日の重労働と飢餓のために強い疲労感を背負っていたにもかかわらず、そのような絶望的な状況の中でも、自分を襲った運命には「どんな意味があるのか」と、何度も何度も問いかける努力をしていたとのことである。

フランクルは自著の中で「患者が恐れているそのことを望み、それをしようと決断すること」と説明している。これは、ロゴセラピーの心理療法のなかで、「逆説思考」と「反省除去（脱反省）」の代表的な2つの心理療法のなかの逆説思考である。簡潔に言えば、逆説思考とは、自分が恐れる状況や感情、物などにあえて向き合うことで、段階的に恐怖心を減らしていくことを目的とする治療法である。逆説思考が適用されるとき、患者は「予期不安」という現象を起しているかと仮定される。予期不安が大きすぎると、恐怖のために物事をうまく行うことができなくなってしまうがちである。その際、不安を受け入れやすいようにユーモアをもって行うことが推奨されており、不安を受け入れることで、予期

不安そのものが薄れ、適切な行動が取れるようになることが知られている。

ロゴセラピーは、フランクルのナチス・ドイツ強制収容所での壮絶な経歴を背景に生まれたので、人間の精神の強靱さや、どんな状況下でも意味を見出すことの可能性を強調している。しかし、忘れてはならないのは、人間の精神の強靱さが立ち現れるかどうかは、その人のナラティブや個人差、文化背景、育成環境に関わっている。

4. ロゴセラピーにおける

倫理的な側面

ロゴセラピーは、倫理と密接な関係を持っている。なぜなら、生きる意味の探求というテーマは、必然的に人間の価値観や道徳といった倫理的問題と深く関わるからである。ロゴセラピーは、人は自らの選択によって人生に意味を与えることができると考える。

この考えは、個人が自らの行動に対して責任を持つという道徳的・倫理的な意識を促す。つまり、責任感の強調である。人生には責任

があると説いたフランクルの言葉にも表れている。

生きる意味の価値観は人それぞれの側面があるが、同時に普遍的な価値観の存在を認めている。たとえば、愛、創造性、貢献といった価値観は、多くの人にとって共通の生きる意味となる可能性がある。

ロゴセラピーでは、苦しみを単なる負の経験ではなく、成長の機会と捉える。この考え方は、逆境に立ち向かうための強さと、他者への共感心を育むことにつながり、苦しみがらの成長を人に促すであろう。

このように、上述の倫理的な側面は、以下の点に表れる。

- (1) 患者中心主義・患者一人ひとりの価値観を尊重し、その個性を最大限に活かすことを目指す。
- (2) 非指示性・患者が自らの答えを見つくるためのサポートに徹し、治療者が答えを提示しない。
- (3) 中立性・患者が持つ価値観を評価したり、否定したりすることはない。
- (4) 秘密保持・患者との対話の内容は厳守される。

5. ロゴセラピーが現代社会の倫理

問題にどのように貢献できるか

さて、現代社会が抱えるさまざまな倫理的な課題に対して、ロゴセラピーが貢献できる可能性はあるのか。その可能性について挙げる。

(1) 価値観の再発見と確立

多様化する価値観・現代社会では価値観の

多様化が進み、何が正しいのか、何が善なのか曖昧になりがちである。ロゴセラピーでは、個人が自分自身の価値観を深く掘り下げ、確立する手助けをする。これにより、個人は自分自身の行動の基準を確立し、倫理的な判断を下せるようになる。

(2) 目的意識の回復

目的意識を持つことは、倫理的な行動の原動力となる。ロゴセラピーは、目的意識の喪失に悩む人々に、人生の目的を見つけるためのサポートを行える。

(3) 共感性の育成

他者理解の深化…他者の存在意義を尊重することを教えるため、他者への共感性を高め、多様な価値観を持つ人々との共存を促す。

社会貢献意欲の向上…他者への共感性が高まることで、社会貢献意欲も向上し、ボランティア活動や地域貢献など、社会全体の幸福に貢献する行動につながる。

(4) 責任感の醸成

選択の自由と責任…人は自らの選択によって人生に意味を与えることができると考える。この考えは、個人が自らの行動に対して責任

を持つという倫理的な意識を促す。

(5) 行動の正当化

自分の行動がどのような意味を持つのかを深く考えることを促す。これにより、行動の正当性を問い、倫理的な判断を下せるようになる。

(6) 逆境への対応力

苦しみからの成長…苦しみを単なる負の経験ではなく、成長の機会と捉えるため、ロゴセラピーの考え方は、逆境に立ち向かうための強さと、困難な状況下でも倫理的な行動を選択する能力を養っていく。

(7) コミュニティの強化

共通の価値観の共有…人々が共通の価値観を見つめる手助けをするため、コミュニティの絆を深め、より良い社会を築くことにつながる。

さて、意味の人間学（ロゴセラピー）は、現代社会における具体的な倫理的課題へのアプローチとして挙げられると筆者は考えている。たとえば、いじめやハラスメント問題である。これらの問題は、倫理的検討課題を包含している。

いじめ問題では、加害者と被害者の両方が自分自身に価値を見出せないことから起こるケースがある。そのような場合は、ロゴセラピーによって、両者に自分自身の価値を再認識させ、より良い人間関係を築くためのサポートができる可能性がある。

また、超高齢化社会における問題においても、生きる意味を見失ってしまう高齢者に対しては、ロゴセラピーは、高齢者が自分の人生に新たな意味を見つける手助けをし、生きがいのある老後を送ることを支援するかもしれない。

さらに、地球温暖化、長引く国際紛争、環境問題などの、人類全体の存亡に関わる深刻な問題において、ロゴセラピーは、人々が地球との共生を意識し、環境保護に貢献する行動を促すかもしれない。

6. ロゴセラピーの実践における倫理的な課題と対応

ロゴセラピーには、実践におけるいくつかの倫理的な課題もある。これらの課題を認識

し、適切に対応していくことが重要である。以下に、5点挙げてみよう。

(1) 価値観の押し付け

治療者の個人的な価値観により治療者が自身の価値観を患者に押し付けてしまう可能性がある。たとえば、「○○こそが人生の真の価値だ」と断定的に語ることは、患者の自己決定を妨げる可能性がある。また、異なる文化や宗教を持つ患者に対して、治療者が自らの価値観を基準に意味を見出すよう促すことは、文化的な相違や宗教的な多様性を尊重しない行為となり得る。

(2) 患者への過度な期待

意味を見出すことの難しさがある。つまり、すべての患者が容易に自分の人生に意味を見出せるわけではない。患者の状況を理解し、無理のないペースで治療を進める必要がある。

ロゴセラピーは、患者の内面的変化を促すことを目指すが、治療の成果を保証することはできないため、患者に過度な期待を持たせ、失望感を与える可能性がある。

(3) 治療者の自己開示—境界線の曖昧化

治療者が自身の個人的な経験を過度に開示

することで、治療関係の境界線が曖昧になり、患者が混乱したり、依存したりする可能性がある。治療者の個人的な問題が治療に影響を与える可能性も考えられる。

(4) 精神的な苦痛の悪化

過去のトラウマや未解決の問題を深く掘り下げることで、患者の精神的な苦痛が悪化することがある。また、自己中心的な思考に陥り、周囲との関係性を損なう可能性もある。

(5) 科学的根拠の不足—効果の客観的な評価
ロゴセラピーの効果を客観的に評価するための研究が不足しており、科学的根拠の評価が難しい場合がある。

まとめ

ロゴセラピーは、人間の尊厳を尊重し、個人の成長を促すユニークな心理療法である。しかし、倫理的な課題を認識し、適切に対応することが必要である。より効果的で安全な治療を提供するためには、以下の5つの点に留意する必要がある。

(1) 倫理規範の遵守

各国の心理療法の倫理規範を熟知し、実践に当たっては常に倫理的な観点から自己を律する。

(2) 継続的な学習と実践

ロゴセラピーに関する最新の研究成果や倫理的な議論について、常に学び続ける姿勢を持つ。

(3) 自己認識

自分の価値観や限界を認識し、治療に影響を与えないように努める。

(4) スーパービジョン

経験豊富なスーパーバイザーのもとで定期的に自己を振り返り、治療の質を高める。

(5) 多文化理解

異なる文化背景を持つ患者への対応について学び、文化的な相違を尊重する。

おわりに

ロゴセラピーは、個人が自分の人生に意味を見出すことを支援する心理療法である。私事で恐縮であるが、信頼してきた人々から

のふるまいに6年間傷つき苦悩してきた筆者には、フランクルの「意味の人間学」が、「生きる意味と価値」を覚醒させてくれたことは事実である。

フランクルは「そこから最善のものを作り出す可能性は必ず残されている」という。たとえどんな不幸な状況にあっても「最善」を尽くそうと努力するなら、楽観的な態度をとることは可能であるというのだ。

フランクルはこれを「悲劇の楽観主義」と呼び、たとえ、どんな悲惨な状況でも、「ここには必ず何かの意味があるはずだ」、「自分に与えられたミッションが姿を現すはずだ」と信じていければ、その危機を打開するための道も現れてくるはずであると提唱した。

ロゴセラピーは、個人が自分の人生に意味を見出し、より良い社会を築くために貢献できる可能性を秘めている。現代社会が抱えるさまざまな倫理的な課題に対して、ロゴセラピーは一つの解決策となり得るだろう。 ❷

参考・引用文献

- (1) <https://liberal-arts-guide.com/logotherapy/> (アクセス10月25日) 「リベラルアーツガイド」 「ロゴセラピーとは」 より「その意味から批判までわかりやすく解説」。
- (2) ヴィクトール・E・フランクル・赤坂桃子訳『夜と霧の明け渡る日に 未発表書簡、草稿、講演』、2019、新教出版社、総頁305頁
- (3) ニーチェ・手塚富雄訳『ツァラトゥストラ (中公文庫ニ213)』、2018、中央公論新社、総頁768頁
- (4) 田中典彦『縁起思想における人間(私)』、Vol.63 No.3 2021-2027、2023、日本心身医学会誌 (Jpn J Psychosom Med)
- (5) 勝田孝生著『ロゴセラピーと物語 フランクルが教える〈意味の人間学〉』、2022、新教出版社、総頁200頁
- (6) ヴィクトール・E・フランクル・山田邦男、松田美佳監訳『それでも人生にイエスと言う』、1993、春秋社、総頁224頁

表紙写真募集

- ①題材……地元の風景、行事、名所・旧跡、旅先での発見、山に登ったとか海に潜ったとか川を下ったなどの記録、身近な自然や人物、日常生活、その他、何でも結構です。応募点数も何点でも構いません。
- ②体裁……印刷サイズは、12cm×17cm程度です。デジタル画像のデータをEメールやCD-R等でお送りください。
- ③採用になりましたら、ご連絡いたしますので、その時点でタイトルと200字程度の写真説明文をお願いします。CD-R等は、返却いたします。