

ナラティブ・アプローチ

先日、高校生の娘と、彼女が
かつて通っていた幼稚園の前
を、何年か振りに通りかかり
ました。ほとんど変わっていない
建物に懐かしさを覚えた私の
横で彼女は「えー、幼稚園つ
て、こんなに小さかったっけ？」
と驚きの声をあげていました。

幼い頃に通った道や公園な
どを、大人になってから訪れて
みると、随分と小さく感じる
ことがあります。小さな身体で
見上げていた風景は、大きく
なつて目の高さが変わつてみる
と、また違った風景に見えま
す。目の高さが変わっただけ
はなく、自分自身が大きくな
つていますから、変わらぬ相手
は相対的に小さく見えても不
思議はありません。

★ ★ ★

「人が現実である」と信じてい
るものは、実は心理的に構成
され、社会的に構築されたも
のである」という考え方は、社
会構成主義の理論です。冒頭
の幼稚園の建物を例にすれ

ば、その時の子どもの記憶は、
その時の彼女が幼稚園の建物
をどのように捉えていたかによ
つて生み出されていることにな
ります。必ずしも実在する建
物と一致しません。

私たちの記憶は、ビデオで撮
るように正確に記録したもの
ではなく、その人にとつてどの
ように世界が捉えられていた
かを、その人にとつての現実と
して覚えているのです。

★ ★ ★

このような社会構成主義の
理論を基盤にして、その人の
語る過去の物語こそが、その
人にとつての現実、その人の人
生であるという立場から、ホワ
イトたちは「ナラティブ・アプ
ローチ」を創始しました。

「ナラティブ」という言葉は、
「物語」「語り」などと訳されま
す。ナラティブ・アプローチで
は、語られた内容である「物
語」と、語るという行為である
「語り」の、どちらもが重要な
概念であるので、その両方を一

語で表す「ナラティブ」という
英語を、そのまま片仮名書き
で用いることが多いようです。
ある人の語る過去が、その人

自身が構成した物語であるの
ならば、その物語を本人に語
り直してもらつて、新たな
物語に生まれ変わら
せることができます。
納まりのつかなかった
物語が「ああ、そうい
うことだったのか。」と
腑に落ちる物語に語
り直され、今までの
語り手の中に納まり
いく、そのような語り
直しを支えるアプロ
ーチがナラティブ・アプ
ローチです。

★ ★ ★

物語の語り直しを
支えると言つても、何
か新しい物語に向け
て操作をして聴いてい
くのではありません。「目の前
の聴き手に向けて、過去の物
語をこんな風に理解してほし
い」という思いで再構成してい
るが、今語られている物語であ
る」という視点を持つて聴いて
いきます。過去を繰り返す想

その人の物語を聴くこと

「物語」と「語り」と「語り直し」

起しながら、現在の語り手の
視点が新たに加わつて、少し
ずつ物語の再解釈や再定義が
されていきます。

この繰り返し想起される過
去の意味を聴き手が理解して
いないと、同じことが何度も語
られることに閉塞感
を抱いてしまいます。
上手く聴けていない
から、本音に届か
ず、何回も同じこと
を語らせてしまつてい
るのだろうか、と焦つ
てしまうかもしれま
せん。もちろん本当
に上手く聴けていな
い場合にも、何度も
同じことを語らせて
しまうことがあります
（すね。）

しかし、毎回同じ
ことが語られている
ようでも、語り手の
内面では、少しずつ
新しい物語に向けて

の作業が進んでいます。

★ ★ ★

例えば、不登校の始まりは
友達との小さなトラブルであつ
たのに、それが解決されても本

人は学校に戻れないことがあ
ります。面接の中で、トラブル
はひとつのきつかけに過ぎず、
不登校の背景には、自分の評
価の低さや学習の遅れに対す
る焦りなど、それまは語れな
かった苦しい物語が出てくるこ
とが度々あります。それもこれ
も「解決できない、学校には2
度と行きたくない。」と絶望的
な物語が続きます。

「そんなに沢山抱えて、今ま
でよく学校に行つていたね。大
変だったろうね。」と聴いてい
ると、それまでの大変さや、言え
ずにきた苦しさなども語られ
るようになってきます。本人の
状態は、誰にも言えずに一人
で抱えていた状態から、少し
づつ話せた状態へと移つていきま
す。このような状態の変化によ
つて、物語の捉え方もまた変化
していきます。

どうして言えなかつたかと語
れる頃には、随分と客観的な
視点も加わつてきます。語り尽
くした頃に「これだけ休むと、
もう、どうやって学校に戻ら
ないかわからない。クラスの
子の反応も怖くて行かれない。」
というような言葉が聞か
れるようになります。

未だに「学校には行かれない」と言い続けているように思
われませんが、このような言葉は
再登校の場面を想像している
からこそ出てくる言葉です。
「どうやって戻ればいいのかわ
からない」という言葉が度
々出てくるようになると、その
子の不登校の物語もやつと語
り直されたのが感じられます。
「そろそろ復帰の手立てを考え
られるかな」と担当者が思つ
頃です。

★ ★ ★

物語の語り直しには、それを
聴いてくれるあなたの存在が
必要です。何度も繰り返し想
起される過去の物語に、焦ら
ず、圧倒されず、そこに再生
されつつある物語を感じとつて
下さい。

語り手の物語は、そこに既に
あるのではなく、そんなあなた
の存在に支えられて、その都度
そこに再構築されていくものな
のです。

(K・Y)

