

人間の行動科学としてのボウエン理論

——特にセルフの分化について——

水野 修次郎

目次

- 一、ボウエン理論の紹介
- 二、ボウエン理論の展開

結論

はじめに——ジョージタウン家族カウンセリング・センターでの研修

私は一九九六年の五月より一九九七年の五月まで一年間、米国のジョージタウン家族センター (Washington, DC) で、大学院修士卒以上の職業心理療法家を対象にするコースで研修を受けた。私の研修したコースはワシントンDC近辺に住んでいる人を対象にした一年間コースであった。コースは講義と実際のカウンセリングについてのスーパーヴィジョン (トレーナーが個人的あるいはグループで教育・訓練) や、心理療法を扱う職業者の各種研究会参加、及び特別研究会等を受講などより成り立っていた。速くに住んでいる人を対象にした短期集中コースもある。この集中コースではアメリカ国内外の医師・臨床心理士・ケース・ワーカーや職業カウンセラーを対象にする。

ボウエン理論の特色の一つは、家族が一つの「感情ユニット」を形成しているという概念にある。感情のユニットという概念は、家族の一メンバーに身体的病氣・精神的病氣・社会的な不適応などの何らかの変化が起きれば、他の家族のメンバーがその人の感情機能を変化させることによって、必然的に、自動的に家族システム機能を維持させようとするプロセスを意味する。このことにより、次の二つのことが可能になる。(1)すべての家族メンバーの感情機能は、一人のメンバーに起きた身体の病、精神、あるいは社会の病に対してそれぞれの役割を担う、そして(2)治療は症状を示す人に必ずしも直接にしなくてもよい。つまり、家族メンバーのだけでも家族システムと自己との関係を変化させることにより、所属する家族システムを変化させることが出来る。このことにより、必ずしも症状のある人を直接的に治療しなくてもよいことになる。たとえば、症状を示す人が治療を拒絶しても、あるいはその人が他人から大きな圧力を受けて治療に来る状況があっても、他の家族員を通して家族のプロセスに働きかけることでシステムを変化させてシステムが健全に機能するようにすることが可能である。

ジョージタウン家族センターはマレー・ボウエン (Murray Bowen, 1913-1990) 医学博士が設立した。現在の所長はマイケル・カー医学博士。カー博士はボウエンの学生であったが、後に同僚としてボウエン理論の研究と教育及び治療活動や家族センターの運営をするようになった。このセンターの主な活動は、年一回のボウエン理論研究発表大会の実施、年数回の各種の研修会の実施、心理治療・カウンセリング活動、研究活動や出版、特に研究誌『家族システム』(*Family Systems: A Journal of natural systems thinking in psychiatry and the sciences*) を出版している。

ボウエン理論は日本には断片的にしか紹介されていない。そこで、この論文では私の一年の研修経験を基礎にして現在のボウエン理論の全体像を述べたいと思う。次に、ボウエン理論と他の理論との関連や最近の心理療法やカウンセリング関連分野の成果を述べて、ボウエン理論が示唆する二十一世紀の人間行動学の課題を探索したい。

―ボウエン博士の経歴―

マレー・ボウエン医学博士は一九九〇年一〇月九日にメリーランド州シエビ・チエイスの自宅で亡くなった。享年七七才。ボウエンはテネシー州ウエヴァリーで一九一三年一月三十一日に、両親ジェス・シーウェル・ボウエンとマギー・ルフ・ボウエンの五人兄弟の長男として生まれた。ボウエンはテネシー大学での学部教育と医学教育を終え、ニューヨークで二つの病院でのインターン経験をした。その後、第二次大戦中ヨーロッパで兵役に就き、一九四六年にカンザス州トベカのメンガー・クリニックで精神科医師としての実地教育を受け始めた。その終了後も一九五四年まで、そこでスタッフとして留まった。一九五四年から一九五九年までメリーランド州ロックヴィルにある国立精神衛生研究所 (The National Institute of Mental Health) で、精神分裂症の子供とその家族に関する研究・調査を行った。ボウエンは一九五九年から死亡するまで、ジョージ・タウン大学医学部精神科で家族の研究と教育に携わった、そしてジョージタウン大学の精神科臨床の教授でありジョージタウン大学ファミリー・センターの所長であった。残念なことに、私はボウエン博士没後に家族センターで研修を受けたので博士に直接に会うことが出来なかった。ところが、ボウエン博士は死の数日前までの講義を全てビデオに収録してあり、それを見るとまるで生きている博士の警咳に接しているような感があった。

一、ボウエン理論の紹介

自然のシステム論

ボウエンは「主観・ホモ・サピエンスと科学」(一九八二)と題した論文で「十分な客観性を備えた学問を除いて、人間の脳で考え出されたものはすべて感情によって汚染されやすい」と述べている(一五頁)。ボウエン理論では、人間の行動も、すべての生物を統制するのと同じ「自然のプロセス」によって統制されていると考える。ボウエンは、人間の行動を適切な科学的主題として探求することは難しいと考えた。なぜなら人間種は神の計画の中で、特殊な生命形態であると位置づけられる傾向があるからだ。このようにして、人類は自己を栄光化することによって、人間と他の生命形態と同じような行動様式が無数にあるにもかかわらず、人間の行動を客観的に観察することが出来なくなった。ボウエンは、人間の行動と他の生命の行動が共通に持つ類似点に焦点を移せば、非人類だけでなく人類のすべての行動の主観でなく事実即して考えることが出来ると考えた。

ボウエン理論の「自然のシステム論」を支える最近の2つの論文を紹介してみよう。一つはボナー(John Tyler Bonner, 1988)による『複雑性の進化』(Evolution of Complexity)である。この本は系統進化上のさまざまなレベルで「種の遺伝子」と「仲間の種との関係」の相互作用を記述している。ボナーはこの相互作用を「体細胞の複雑性」(somatic complexity)と名付けた。「体細胞の複雑性」とは個体の差異は遺伝子の直接的な影響によるというよりは、個体どうしの交流プロセス(relationship process)によって起こることを指している。交流プロセスによって、多細胞生物の各細胞に相違が生じたり、あるいは群生する社会生物のコロニー内にカーストが生じて、個体の形態や行動に相違が生じたり、また鳥類や哺乳類の場合にも生理や行動に違いが生じたりする。

「体細胞の複雑性」論によると、多細胞生物内の各細胞や、同じ種に属する各個体の遺伝子は共通する部分が多いが、遺伝子が決定する一定の範囲内ならば、各個体や各細胞は異なることが出来る。この差異は、交流プロセスが遺伝子の表現の方法に影響を与えることより生じる。

ボナー(Bonner, 1996)は「体細胞の複雑性」の例証として粘菌(slime mold)の各細胞に形態的差異が起きる現象と働きアリが役割によって形態の差異を生じる現象を上げている。粘菌は細胞分裂によって多数の細胞を造り、それが集合して一種の集合体を形成する。この集合体は遺伝子的にはどれも同じ細胞で形成されるが、栄養状態の悪い細胞が幹の部分を形成し、栄養状態の良いものは胞子体を形成するようになる。ボナーによれば、一細胞が全体のどの位置にいるかがその細胞の役割を決定するための重要な要因となる。つまり、各細胞は全体のどの位置に所属するかという情報を得て形態を変えて行き、やがて遺伝子的には全く同じであってもそれぞれの位置によって形態は違ったものになる。

また、アリの仲間では、その形態の大きさは遺伝子によって決定されるというよりは、外的な要因によって決定される。例を上げれば、働きアリは「さなぎ」状態の時にどのような栄養状態であったかによって(栄養の良いものは兵隊アリになり、最小限の栄養で育ったもの小労働をこなすアリになる)形態を変える。働きアリの役割は厳密には決まっていないが、一般には、一番体が大きいものが兵士になり、小さいものが「さなぎ」の世話や女王の世話をし、中間の大きさのものは食物を探す。さらに、働きアリは環境の変化に応じて役割を変える。実験的にコロニーから兵隊アリ全部を排除すれば、次の脱皮時には新しい兵隊アリが出現して、まもなく以前の兵隊アリの割合に戻る。ところが、兵隊アリを潰した溶液を労働アリに舐めさせると兵隊アリは出現しない。つまり、兵隊アリはある種の禁止フェロモンを出し、労働アリが兵隊アリになる割合を保ち、コロニー内の兵隊ア

りの割合を保っているのである。これは、アリが交流プロセスを通してお互いの役割を認識している例証にもなる。

このボナーの理論をさらに具体的に例証するのが、シャーマン・ジェイヴィス・アレクサンダー (Sherman, P. W., Jarvis, J. U. M., and Alexander, R. D., 1991) の研究『裸モグラの生態』(Biology of the naked mole-rat) である。裸モグラ (naked mole rat) はジャービス (Jarvis, 1981) によってアリや蜂のように社会性生態 (eusociality) の特色を示す脊椎動物として紹介された。裸モグラは、アリ、蜂などの昆虫と同じように繁殖の役割分担があり、数世代に渡り同じコロニーに生息し、子孫の養育に協力的である、という社会性生態の三条件を満たしている。昆虫から脊椎動物に進化するの過程で、昆虫と同じような社会性生態を示す脊椎動物種が存在すると仮定されていたが、その存在は発見されていなかった。裸モグラの発見は、この仮説を実証する意味でも、また進化の歴史を知る上でも意義が深い。

裸モグラはケニアやソマリアの乾燥地帯に生息する。群生 (colony) し、七〇から八〇匹でひとつのコロニーを作る。力強い顎を持ち体は毛におおわれていない。それが「裸」と呼ばれるゆえである。体重は二十一四十グラムぐらいである。繁殖をするメスは六〇グラムを越える体重となる。各コロニーには一匹の繁殖を役割とするメスと、一―三匹の繁殖オスがいる。その他は繁殖をしないメンバーで成り立ち、穴掘、食物運搬、外敵防衛、子孫の養育と役割が分かれている。裸モグラにはどの個体にも潜在的な繁殖能力が備わっているが、選ばれたものだけが繁殖の役割を担う。繁殖メスがいなくなると(死亡あるいは実験でコロニーから取り除かれると)、一時的にコロニー全員の体が大きくなり、だれもが後継者になれる可能性を示す。やがて、後継者のメスが選ばれて体制が確立すると、体重増加は安定して、選ばれた後継者のメスだけの体が大きくなり、やがて一年ぐらいで以

前の繁殖メスと同じような大きさになる。繁殖オスは攻撃的ではない。というのは、繁殖メスが繁殖オスを選ぶことが出来るために、オスが攻撃的になる必要がないからだ。繁殖メスが妊娠すると、コロニー全員(オスも含めて)の乳首が発達する。これは、コロニー全体が繁殖メスが妊娠していることに影響を受けたものと思われる。つまり、個体が全体システムの影響を受けて体に変化を及ぼした例である。裸モグラの繁殖方法は、人間の子孫のようにそれぞれの繁殖単位を形成するのとは違い、コロニー単位で繁殖する。ところが、人間の家族に観察されるのと同じような関係のパターンが認められる。それは、人間の家族がひとつの感情ユニットを形成することと同じように、コロニー全体がひとつの感情のユニットを形成することである。ボウエン理論によると、家族の間関係には、すべての生物に共通する次の特色が存在する。つまり、個人の行動にはグループの一般的な関係パターンを継続・維持する機能がある。また、グループ内のパターンが個人の行動を規制する。したがって、個人は所属するグループ(家族)の感情ユニットに働く機能を維持するためにどのような役割を担うかによって個人の形態・精神状態・機能状態を決定されている。ボウエン理論は、以下に紹介する概念と自然のシステム論を用いてこの機能がどのようなプロセスで発揮されるかを説明している。そして、裸ネズミ・アリ・粘菌の例は、極度にその自然のシステムの働きが強調されているものと考えられる。人間の行動は複雑で、人間は発達した脳と高度な文化を持つ。従って、ボウエンは安易に人間以外の動物の行動を人間に当てはめているのではなく、全体と個体との関係プロセスに焦点を合わせて、自然のプロセスの大きな働きをつかもうとしたのである。

慢性的不安と自己分化

自己分化 (differentiation of self) はボウエンが創り出した独特な表現である。分化は、細胞が元の細胞から

分裂する過程と同じことが家族の人間関係にも見受けられることを指す。また、ボウエン理論で使う融合(Fusion)や断絶(cutoff)という用語も細胞が結合したり断絶して新しいコロニーを創ることと同じ現象を指す。

ボウエン理論によると、家族の人間関係システムには次の二つの「力」が加わっている。一つは子供が親と分離(differentiate)して自分の力で考えて、行動し、感じるようになり、親と情動(emotion)を分離していることとする力である。もう一つは、家族が密接につながり、情動的に一つになろうとする力(togerness)である。この力は、家族構成員の情動・感じ方の相違を認めない、そして、皆が同じになろうとする力である。この力が強すぎて、関係が密接になり過ぎると、やがてお互いが反発し合い「遠のく」(distancing)ことになる。極端な場合には「カットオフ(絶縁)」(cutoff)の状態になる。

家族が慢性的な不安(chronic anxiety)を感じると「分化の力」が働くよりは、「一つになろうとする力」の方が強く働く。不安とは、個人が実際に存在する不安や、あるいは想像上感じる脅威によって引き起こされる感情である。不安を感じると、個人は、不安の程度に従って、自動的に、「反発的に、反射的に不安に駆られて行動するようになる。この行動をボウエンは情動の反発性(emotional reactivity)とか情動の反射作用(emotional reflex)と呼んでいる。ボウエンによると情動(emotion)は本能(instinct)に近いものとして理解されている。一般的には、自動的・情動的に反応した場合には、意識的・理性的・知的に行動するというよりは、本能的に、ほとんど自動的に行動している。慢性的に存在する不安は各家庭によってその程度がまちまちである、従って反発のしかたもまちまちである。

分化(differentiation)と一つになる力(togerness)の釣り合いを測るには、次の二つの変数がある。それは、(1)その人の両親が出生家族からどの程度分化しているか、(2)その人自身が、両親、兄弟、その他の重要な肉親からどの程度分化しているかである。一体化の圧力が低いと、その人は自分で考え、行動し、感じるようになる。そして、よく分化が進むと、子供は家族の一員であり、同時に個人でもありうる。従って、自己イメージが不安や、情動などに反発して形成されていない。この状態では、両親、兄弟、その他の人が自己の人生に重要な役割があることが理解でき、しかも、彼らが明確に自己とは異なった人格として映るようになる。

ボウエンは、分化の尺度を作成して分化の程度を記述した。この尺度は、分化程度が〇〜一〇〇までの数値として示されているが、これは、決して厳密に計測されたものではなく目安としての数値である。

分化の程度が〇〜二五。この範囲の人は、主に感情(feeling)の世界に住んでいる。この範囲で下の方の数値にいる人は、あまりにも回りの世界に敏感になり、自己の気持ちを感じることができなくなっている。生活のエネルギーの大半が、愛情を得ているか、あるいは愛情を注いでいるかという思いに費やされる。望む愛情を得ることが出来ないのではないかと不安が強くなると、それに反動して、多くのエネルギーが消費される。快適さ(comfort)のみを求める人は、高い慢性的不安を抱く。従って、本来の意味での快適さは得られない。

分化の程度が二五〜五〇。分化のレベルは低いが、分化できる能力の「つぼみ」がある。しかし、自己の信念や確信が形成されていないので、流行の考え方を受け入れる。このレベルの人は「思想カメレオン」と呼ばれる。自己の確固たる信条がないので、自己の立場を支持してくれるものであればどんな価値、道徳、規則や、その他あらゆるものをすぐに受け入れる。三五〜四〇の分化範囲の人は、うまく適応しているようだが、情動的な不協和音や他人の意見に敏感で、よい印象を与えることに腐心する。誉められたり、認められると感情が高揚するが、認められなかったり、批判を受けると感情は地に落ちる。

分化の程度が五〇以上。知性のシステムが出来上がっており、自己で意志決定が出来る。時折、情動システム

が、自動的に、反発的に働くのを抑える必要性を感じる。この範囲の人でも、自己の所属する家庭や団体との関係システムに遠慮して自己の確信することを表明できない人もいる。

分化の程度が六〇以上。その場に依じて、「知性のシステム」あるいは「情動のシステム」を自由に選ぶことが出来る。感情的な状況にも自由に入り込み、必要な時には知性のシステムを用いて、情動システムから自由に抜け出せる。

分化の程度が七五以上。特に八五―九五の範囲では、不適応の症状を出さずに（例：体の病気や精神的な落ち込み）、たとえ強いストレスがあっても安定した生活が出来る。他人のアイデンティティを尊重して、批判的になつたり、情動的にかかわり過ぎたりして、その人の人生を修正したいとは思わない。時には、激しい感情を経験するが、その気持ちを手早く改善しなければいけないとは思わないで、自動的に反発したりしないで、その気持ちを受け入れることができる。この範囲の人は、情動の反射や反応に従って行動するというよりは自己の培った原理や原則に従って行動する。

分化程度が九五―一〇〇。ボウエンは九五―一〇〇の範囲を仮想上の範囲と想定した。というのは、このような高い分化をボウエンが観察し得なかったからである。

分化はセルフの構成状態によって説明できる。セルフは「実質的なセルフ」(solid self)と「仮のセルフ」(pseudo-self)から成り立っている。実質的なセルフはゆっくりと形成されるもので、それを変化させるのは自己の内側からだけである。このセルフは、決して外からの影響や強制では変えることが出来ない。仮のセルフは、見せかけのセルフで、他人から得られた知識とか信念を借りて形成される。従って、このセルフは情動的な圧力で形成されているので外からの情動的な圧力で変化し得る。自己のイメージを高めたり、感情的に他人に反駁し

たりする時には、この仮のセルフは速やかに変化して、膨張したり威圧的になったりする。また、信念と感情が渾然一体となり、強い主義・主張となる。分化の高い人は、「実質的なセルフ」の割合が大きくて「仮のセルフ」の割合が比較的小さい。分化の低い人はその逆である。従って、他人の「仮のセルフ」と自己の「仮のセルフ」は融合(fuse)し易く、お互いに不安を伝播させ、さらに不安と共振する。ところが、あまりにも融合が過ぎると窒息状態になり、やがては反発して遠のく(distancing)。あるいは、ひどい場合には断絶(cutoff)の状態になる。

分化には基本的分化(basic differentiation)と機能的分化(functional differentiation)がある。基本的分化は生まれた家族にそのルートがあり、基本的に各家族に備わっている分化レベルである。これは、教育や訓練によっても高めるのが難しい。機能的分化は配偶者やリーダー等から借りた分化レベルである。これは、影響を与える人の分化レベルが高い場合や、個人の努力や教育によって高めることが出来る。但し、影響が薄れたりするとすぐにもとの基本分化レベルに戻る。

三角関係

ボウエン(一九七八)によると、三角関係化は二者関係に第三者が導入されるプロセスである。不安が低い時二者関係は快適で穏やかであるが、不安が高くなると、二者関係に第三者が入り込んで三角関係を創る。第三者が参加することによって不安が伝播されて二者間の不安が和らぐ。マイケル・カー(一九八八)はこの関係を次のように説明している。

「二者の人間関係が緊張状態になると、いくつかの方法を用いて第三者を取り込もうとする。不安の多いどちら

か一方(A)が二者関係のもう一人(B)の不满を外部の第三者(C)に述べることによって、その第三者を三角関係に引き込む。もしCが同情的にAの言い分を聞きその味方をすれば、AとCの間には快適な人間関係が形成される。そして、Bが新しい外部者になる。」(五三頁)

このプロセスを夫婦関係とその娘を例に挙げて説明すれば、三角関係は家庭内で日常行われているプロセスであることが理解出来ると思う。夫婦の間に緊張が高まり、妻が夫の不满を娘に伝える、娘は母の味方をして、母と娘は絆を強め快適な人間関係を築く。ところが、外部者になった夫は、安定を求めて第三者の参入を図る。そこで、仕事や趣味に熱中するか、浮気をするとか、親戚に訴えるとか、病気になるとか、他に子供がいる場合にはその子に助けを求めるとか、不安を解消する何らかの手段を講じる。この場合、夫が不安を発生させ(anxiety generator)、妻がその不安を拡大させ(anxiety amplifier)、そして娘が不安を処理する役割(anxiety damper)を担う。

三角関係は、このように明解な形をとるとは限らない。微妙な動作や表情に現れていることもある。夫婦が感情的な会話をしている時に、妻や夫が視線をチラリと娘に向けたりして、三角関係の参入を促す。このように、個人の不安は三角関係によって移動して行く。夫婦と子供2人の核家族では、四つの三角関係が存在する。もう一人子供が増すと、一〇の三角関係が存在することになる。家族内に形成された三角関係のプロセスは、永遠に続く。というのは、三角関係の誰か一人が死亡した場合には、それに代わる誰かが登場する。役者は退場したり、登場したするが、三角関係の舞台は、数世代に渡って生き続ける。そこで、祖祖父母が解決しなかつた三角関係を子々孫々が演じ続けることになる。

―核家族の情動プロセス・相互補完システム

夫婦は、出生家族に備わった分化状態に従って、共に似たような分化状態で結婚する傾向がある。そして、それぞれの出生家族で行われているプロセスに従って、お互いの関係を築こうとする。夫婦の分化レベルが低くて高度の慢性的な不安が存在すると次の三つの症状が生じる。それは、(1)配偶者の病気(肉体的、精神的、社会的な機能低下)(2)夫婦の葛藤(marital conflict)、(3)一人あるいはそれ以上の子供の損傷である。適応状態が高く、分化も高い家族では、家族の一員に不幸にも何かの病理や障害があっても、均衡を大きく崩し、個人の生存が危機に陥るような深刻な事態には至らない。ところが、分化の状態が低いと慢性的不安の程度に応じて、家族にいろいろな重大な症状が生じる。症状は、身体的病(医療上の疾患)、情動的な病(精神上的の疾患)、あるいは社会的病(犯罪等の行動上の問題)として現れる。ボウエンとカー(一九八八)によると、情動プロセスは症状の発生前に重要な影響を与えるが、これらの症状を直接的に引き起こすものではない。これらの症状が生じるためには、もっと複雑なさまざまな要因が絡み合っていると考えられる。ボウエンは、これらの症状は、一般的には、家族に存在する不安が家族の一員の誰かに吸収されたものとみなしている。配偶者の病気発生には、もう一つのプロセス、相互補完システムが働いている。相互補完システムは、高機能と低機能が相互に補完するプロセスを指す。つまり、慢性不安の高い家庭では、どちらかの配偶者の機能が高く、どちらかの機能が低くなる傾向がある。この相互補完作用が強調されると何らかの症状として現れると考える。つまり、二人の関係を調和あるものに保とうとして、どちらかの配偶者が過剰に努力して適応しようとする。そうすると、過剰に責任を感じて、相手の配偶者に問題があると思えばそれを正そうと努力するし(高機能)、あるいは自己に自信が不足していたり、問題があると思うと、相手に全く依存してしまう(低機能)ことになる。このプロセスが極端に強調されると、身体、精

神、あるいは社会的な機能に疾患が現れる。また、家族の情動プロセスは家族システムのどこかに集中するようにプログラムされている。そのために、子どもに不安の焦点が当てられた場合には、保護者が子供の情動に反応して、自己の感情状態に基づいて解釈したり（子供はこうあって欲しい、あるいはこうあって欲しくないという具合に）、保護者の感情や不安に基づいて子供のイメージを創ったり、そのイメージがまるで事実 (reality) のように思えて来たりする。子供もやがて保護者のイメージ通りに行動すれば、保護者が落ち着くことに気が付き、それを内在化する。従って、保護者も子供も情動の虜になっていく。このプロセスが極端に強調されると、子供が発病する。

— 情動のカットオフ (断絶) —

多くの人々が未解決の情緒問題をカットオフという手段で解決しようとする。カットオフは親との絶縁、離婚、世代間の強い格差、兄弟の不仲、親戚との絶縁などを指す。普通、古い家族から離れて自分たちの新しい生活をする時にカットオフを用いる。一般には、両親の重要性を否定して両親から絶縁して新しい世代を築こうとする傾向を指す。ところが、カットオフは両親と分化して成熟するには不適切な方法である。カットオフの程度が強いほど、未解決の情動問題が存在していることになり、それによって両親とカットオフして新しく築いた関係に強い影響が生じる。例を上げれば、両親とのカットオフのために子供や配偶者と情動的に強く関わり過ぎる傾向が生じて、関係が密接になり過ぎると、お互いにうるさくなり、それに反発して遠のく (distancing) ことになるが、再びカットオフの手段を用いる。ところが、やがて孤独感が強くなり、再び情緒的に強い関係を求めるようになる。カットオフを用いる人はこのように悪循環 (情緒的に関わり過ぎと絶縁のサイクル) を繰り返す。

カットオフを経験した人も、情緒的に両親に過剰依存している人も、共に分化のレベルは同じようなものである。というのは、両方とも情緒的に強く密接になる必要性を感じているからだ。但し、カットオフをする傾向にある人は、密接な家族の関係にアレルギーを起こしていると考えられる。

— 家族の投影プロセス —

これは、両親の不安が子供に投影されるプロセスを指す。両親と子供の三角関係が強まると、両親の未成熟な部分によって子供の成長が妨げられるプロセスが生じる。このプロセスはその方向によって影響が異なる。例えば、どちらかの夫婦の未成熟さが不安となり、それが相手に向かって発散されれば、ほとんどの情動が片方の配偶者に向かい夫婦の葛藤を生じたり、疎遠な状態を生じたりする。最悪の場合にはどちらかの配偶者になんらかの発病が起き、肉体的、精神的あるいは社会的な機能不全の状態が生じる。子供に向けられると子供の発達が損なわれ、身体・精神・社会のいずれかの面で問題を生じることになる。

— 世代間伝達プロセス —

ボウエンとカー (一九八八) は数世代に渡る情動のプロセス (emotional process) を「情動システムに固定されている情動、感情、主観によって決定された態度、価値、そして信条が、ある世代から次の世代へと受け継がれていくプロセス」として定義している。核家族を数世代にわたり観察すると、各世代には特徴的な傾向がある。不安や分化の程度によって、それぞれの情緒問題が見られる。家族に発病する情緒問題には、大きく三つの形がある。それは、(1)夫婦間の葛藤として、(2)どちらかの配偶者による調和を保つために大きく均衡を破った適

応努力として、(3)あるいは両親の不安が子供に投影されるものとして現れる。祖父の世代と孫の世代では機能が違う場合がある。例えば、ある世代は、長寿で、健康で、安定した職業と結婚生活があり、問題を回避するというよりは立ち向かう姿勢が見られ、全般的に高機能な生活という特色がある。ところが、次の世代では不安定な生活、健康や仕事上や社会生活上で重大な問題があり、人生で大切な人と絶縁(カットオフ)を経験するという場合もある。

夫婦は情緒的安定を求めて、同じような分化レベルの相手と結婚する傾向がある。もし、両親より分化レベルが多少低い子供が、自己と同じような分化レベルの相手と結婚すれば、その子供の分化レベルは祖父母よりも低いものになる。また、逆に両親より分化レベルが多少高い子供が、同じような分化レベルの相手と結婚すれば、その子供は祖父母よりも分化レベルが高くなる。このように、何世代にも渡って伝達される核家族の分化レベルを観察すると、高くなったり、低くなったりと変化していく。

最も重症な情緒障害である精神分裂症は、分化レベルが極めて低く「自己が無い」状態と考えられる。このように低い分化レベルになるには七五年(三世代)あるいは二五〇年(一〇世代)はかかると仮定される。世代を重ねて分化のレベルが伝達されるプロセスを「世代間伝達プロセス」という。ボウエンは、未成熟な部分は大きく三つの分野に現れると指摘する。それは、身体的病理か、精神的(情緒的)病理か、あるいは社会的病理(犯罪等)として現れる。必ずしも、一定の現われ方が世代間で伝達されるわけではない。例えば、アルコール中毒の多い家系というように症状のみに焦点があるのではない。低い分化レベルに現れる症状は、肉体・精神・社会問題とさまざまな現われかたをする。症状のみの伝達に注目するのではなくて、分化のレベル伝達に注目して、そのレベルが大きな変化を示さずに、着実に微妙な変化を伴って世代間に伝達されて行くプロセスにボウエンは

注目した。従って、症状が必ずしも伝達されていなくても、分化のレベルに注目すれば世代間に見られる一定のパターンを認めることが出来る。

— 出生の位置

ボウエンは出生の位置が分化に大きく関係があると指摘している。この概念はボウエンがウォルター・トーマン(Walter Toman)の研究と、トーマンの著書『家族の布置』(Family constellation, 1994)から取り入れたものだ。トーマンは三、〇〇〇人の家族を調査して、個人の人間関係や人格がいかに出生の位置によって影響を受けているかを明らかにした。この研究によって、特に男女間の関係が、出生の位置によって多大な努力が必要なくカップルもあれば、比較的に良好な関係のカップルがあることが明らかになった。出生の位置により、個人は所属するグループ内でのはつきりとした役割があり、それによって性格が影響を受ける。出生の位置によるいくつか代表的な性格は次のようになる。

下に弟のいる長兄——責任感が強い。責任のある団体には愛情と思いやりを示すが、その見返りに忠誠と信頼を要求する。彼は、末っ子の女性に魅力を感じる。弟がいる長女にも魅力を感じる(もし彼女があまりにも母親のように世話をやかなければ)。

上に兄のいる末っ子の男子——リーダーというよりは、フォロアーである。肉体的には頑強で、やさしくて、親切である。彼は業績よりも生活の質や喜びを重んじる。彼の、一番のパートナーは、長女である。一番まずいパートナーは末っ子である。

妹のいる長兄——リーダーになれるが、そうなることを望まない。仕事に縛られたりすることはなく、人生を

楽しむ事が出来る。女性とうまくやれる。女性のために自己犠牲が払える。

上に姉だけの末っ子の男子——努力せずに女性から世話をされたり、女性を引き付ける。彼は両親に尊重される。女性を引き付ける十分な魅力があるが、女性の心を本当に理解しているわけではない。彼のベスト・パートナーは下に男兄弟がいる姉である。

男の一人っ子——年配者と暮らすのに慣れていない。まわりの人からの激励や手助けで、自己の選んだ分野でかなりの成功をする。彼のベスト・パートナーは下に男の兄弟がいる姉か、妹がいる姉で、彼よりも年上である。

下に妹がいる姉——彼女は何かの長になるのが好きである。彼女は長い期間、年配者で権威のある人に献身的に働く。物質的に豊かな生活よりは、責任とか権力が重要である。彼女は、言い寄る男性には、多少恐いところがあるかもしれない。彼女は子供が頼ってくるのを好む。

上に姉だけの末っ子の女子——衝動的で魅力がある。生涯を通して自己が尊重されることを求める。彼女は助言を受け入れるが、冒険をする勇氣もある。彼女のベスト・パートナーは下に妹がいる年長の兄である。下に弟がいる兄は、彼女に魅力を感じるが、うまくやっていけないだろう。

下に弟がいる長女——彼女は独立心が強く、力強い。彼女は男性の世話をするのが好きで、あまりその見返りを求めない。職場では、上司にでさえ忠言をする。楽観的で男性の仲間を求める。彼女は才能のある男の人のよき援助者になる。彼女のベスト・パートナーは姉がいる末っ子の弟である。彼女は、時には夫の消極性について文句を言うかもしれない。

兄のいる末っ子の女子——彼女は男性にとって最も魅力的な特質を備えている。女性的で、親切で、繊細で、思いやりがあり、機知に富む。自己に対しては野心がないが、パートナーのためになら野心的になれる。物質的

な富よりも親しい男性が、彼女にとっての真実の富である。彼女のベスト・パートナーは妹がいる長兄である。

女性の一人っ子——男性の一人っ子と同じように年配の人や、権威のある上司や先輩とうまくやれる。彼女はこれらの人から認められようと努力する。両親は彼女が大人になっても援助するのが当然と考える傾向がある。彼女が成功するには良き援助者が要る。彼女の母が結婚に大きな役割を果たすだろう。下に弟がいる長男が彼女の必要な助力を与えることが出来る。結婚は年齢差が普通のカップルより大きいほうが安定する。彼女は子供を育てるよりは自分が子供でいたい方である。

トーマンは成功している人間関係は幼児時代の家庭内の人間関係をうまく再現した場合には長続きして安定していること述べている。そこで、トーマンはある出生の位置どうしの関係はうまくいき、ある関係は特別な努力を要することを明らかにした。次の二つはお互いに補い合ううまくいく関係である。

下に妹がいる長男と下に弟がいる一番年下の妹——お互いに理解しあい、まれにしかぶつかるとはならない。

上に姉がいる末っ子の弟と下に弟がいる長女——これもお互いに補い合うよい組み合わせである。女性が二人の関係の主導となる。男性は、彼女の助力や忠告を好む。

次の二つのカップルは衝突が多い。

下に弟だけの長男と下に妹だけの長女（両者ともに相手が譲ることを期待する。別々の職業が関係を和らげる。双方ともに同じ性の友人を必要とする。子供がいる場合には関係が多少よくなる。両者ともに同性のこともを味方につけようとする。）

上に兄だけの末っ子の弟と上に姉だけの末っ子の妹（お互いに相手にリダーシップを求めるので難しい関係。親戚にガイダンスを求める傾向がある。お互いに別々の職業や興味があれば関係が改善する。）

以上説明した家族のプロセスは、社会や大きな団体や会社等にも見受けられる。社会の情動プロセスには二つの重要な要因がある。ひとつは家族に現われた非行や反社会的行動である。家族の中に起きたこのような行動は、社会のいろいろな団体を巻き込み、ついには、いろいろな社会機関の責任にもなってくる。従って、社会は、「実際の不安」あるいは「想像上の不安」のレベルに応じて反動的に社会的問題に対応する。もう一つは、不安が高かまると社会は一つになる力が増すことだ。不安な社会では個人関係が密接になり過ぎると、反って、新たな不安の原因となり人々は親密になるどころか反って疎遠になる。不安が高かまると、権利と一つになる力が主張される、不安が減少すると責任と個人性が問われる。

ボウエン（一九七八）によれば、現代社会は天然資源の枯渇や人口の爆発などによって不安が高まりつつある。例えば、不安の高い教育機関は、不安の高い両親のように、問題のある児童や生徒を扱う時に、信条や注意深く作成されたガイドラインを忘れて、不安をすぐに解消して安心する方法を講じる。不安が高くて未成熟な社会になるのを防ぐ方法が分化である。分化のレベルの高い機関は注意深く練られたガイドラインや原理に従って行動する。他の機関と切り離れたり（カットオフ）、どちらかの機関が高機能になりまた低機能になることなく、各機関が意見の違いを尊重して、打ち立てた原理やガイドラインに従って決断や行動をすれば社会は高い機能を保持する。

ジョージタウン家族センターでは一九九五年の年次研究大会で「人間組織の情動側面」の研究結果を発表した。その時の研究報告が一冊の本（*The emotional side of organizations: applications of Bowen theory*）としてまとまり出版された。この本にはボウエン理論を組織の運営やリーダーシップに応用したいいくつかの実例の報告が

記載されている。

二、ボウエン理論の展開

ボウエンは主に家族の行動を観察することによって、人間の行動学を打ち立てた。ボウエンが観察したのは、精神分裂症の子供を持つ家庭であった。病院に一家全員を入院させ、その家族を一年以上観察して研究を続けた。ボウエンが発見したいくつかの理論は、精神分裂症が家族の一員である家族だけに見られるプロセスではなかった。それらのプロセスは、形が違ってもすべての家族に認められた。発病のない家庭と発病のある家庭との違いは、関係プロセスの質的な違いではなくて量的な違いであった。つまり、精神、あるいは肉体、社会的な異常が発病する家庭は、どの家庭にも見受けられるプロセスが誇張されていたり、強調されたりするのである。

文化の違い

文化の違いにより、セルフの概念が異なると論じられている。特に、日本とアメリカは、文化の違いにより、アメリカが個人主義の国で、日本が団体主義の国であるように言われている。カー（一九八八）はこの分類を、「一つになる力」（the togetherness force）と「分化」（differentiation）の概念と混同しないように注意している。個人主義や団体主義は共に「一つになる力」に反発する傾向として理解される。つまり、個人主義者も団体主義者も他人との関係によってその位置を決めている。日本、アメリカともに、他人との関係を崩すことなく自己本来の「個人」になることに困難を感じている人が多い。分化（differentiation）とは文化（culture）の違いに関係なく、個人の人格の芯を築くことである。

「セルフの分化」は本能的に情動の反射や反発にまかせて行動することを止めて、「未分化の家族エゴの塊」(undifferentiated family ego mass)から分化していくことである。ボウエンは自然のシステムのプロセスを人間関係のメタフォーとして巧みに表現した。もちろん、人間は他の生物とは知能や大脳が比較にならないくらい発達していて、その行動も複雑である。ところが、人間といえども自己の情動に関しては、それほどの自主性を発揮せずに、情動の動きに反射して行動してしまふ。人間の精神問題は、大半このコントロール出来ない情動の働きのために、自己と全体との関係を見失ったために起きると行っても過言ではない。

従って、ボウエン理論は、人類も非人類にも当てはまる自然のシステムの働きにその論理の基礎を置いているので、すべての人類文化にも適応できるものと思われる。そして、人間の行動上の問題は、肉体、精神、社会のどの問題であれ、自然のシステムが偏って、誇張されて表現されたものと考ええる。

他の理論・研究との関連

家族療法理論は歴史的には、アッカーマン(Acherman, N.)やボウエンが最初に家族が情動のユニットを形成することを指摘した。外には、家族システムを構造的な観点から解明したミニューチン(Minchin, S.)や戦略的家族療法のように、問題解決のために家族システム変化に介入することを目的とするヘイリー(Haley, J.)などがある。また、行動療法や精神分析療法なども家族療法を試みている。ボウエン理論もいわゆる「家族療法」という新しい考え方の一つであり、一般的には多世代的家族療法として知られる。

ボウエンのシステム論はフロイト(Freud, S.)の個人療法とはいろいろな点で異なる。まず、フロイトの精神分析では、患者の子供時代に経験した未解決な無意識な葛藤を取り扱う。ところが、家族のカウンセリング

では個人の症状というよりは家族のシステムの機能不全が原因で個人の症状が生じると考える。そこで、家族セラピストは家族のシステムを扱う。従って、フロイトの理論は主に個人の理論である。ところが、家族システム理論は家族の人間関係システム理論である。また、フロイトは人間だけの特性として意識・無意識を取り上げたところが、ボウエンのシステム論では、人間は人間より下等な生き物と共に自然のシステムを分かち合っていると考ええる。精神分析では普通、治療は患者のみになされ、他の関係者とは接触をしない。ボウエンは個人であっても、家族の数人であっても、家族全員であっても、個人よりもシステムの機能に焦点を合わせる。そこで、精神分析では扱わない自己の身近な関係者、家族関係者や職場の人間関係者でさえ扱うことが出来る特色がある。

ボウエン理論を他のシステム理論と際立たせる特色は、自然システム論である。自然のシステム論では人間の情動が本能的に働き、それが人間の意識的行動と異なった機能があることを述べている。ウイルソン(Wilson)の『社会生物学』(Sociobiology: The New Synthesis, 1975)や『人間の本性』(On human nature, 1978)は、ボウエン理論の主張する人間と他の生物との連続性をサポートする論文である。ウイルソンは『人間の本性』で人間には生物学的にプログラムされた感情的指針があることを次のように述べている。「哲学者といえども各種の見解に対する彼ら自信の個人的な感情的反応を頼りに判断を下しているものであり、その作業はあたかも姿を見せない祭司のお告げを頼りにしているようなものである。この点では、哲学者も一般人と変わるところがないのである。」と述べている(岸 由二訳、思索社)。「祭司」とは生物学的特性による自動操縦を司る大脳辺縁系と視床下部である。意識的な選択をするとは生物学的知識に基づいた自動操縦に切り替えることである。つまり、人間の社会行動は遺伝的にある程度決定されているので、このように情動システムあるいは本能によって自動操縦されるのではなくて、意識的に自動操縦に切り替える能力を養う必要がある。また、自動操縦は情動に左右され

ない人間の知性によって可能になる。

また、「ゴールマン (Golman, D., 1995) は『EQ(知性)の知能指数』 (Emotional intelligence) でいわゆる「情動のハイジャック」状態になり、怒り・恐れ・嫌悪・驚き・喜びなどの原始情動が個人を捕らえ、自動的・発作的・反射的に行動に駆り立てる扁桃核のメカニズムが詳しく述べられている。ボウエンは情動を本能と同等に考え、情動は主に慢性的不安によって生じる原始感情であるとして、ほとんど情動の建設的な役割を認めなかった。ところが、ゴールマンは情動を建設的に活用する方法を提示した。特に共感・意欲・責任感・建設的な気持ち・学力の向上・集中力の向上などの例を挙げた。つまりEQ(情動の指数)が高い人は、どんな情動を感じているか認識して、それをコントロールして、さらに建設的に社会に受入れられている方法でうまく活用する能力の高いことを示す。

ゴールマンの立場は基本的にはボウエンと同じことをいっているようにも思える。ただし、ボウエンは情動システムを本能として、知性のシステムとは相反するシステムといっている。人間には他の生物と異なり、知性のシステム (intellectual system) が備わっている。人間には、自由に情動のシステムと知性のシステムを使い分けられる能力があると考えられる。

しかし、ボウエンは、知性には情動に左右されるものと、そうではないものとを区別する必要があると指摘する。ボウエンは感性 (affects) を情動 (emotions) と感情 (feelings) に分類した。情動は兵隊アリのが進入する外敵に猛烈に反撃したり、ヒヒが歯をむき出して威嚇したり、植物が光に向かって成長するような本能的な動きを指す。情動は感じることは出来ないのに反して、感情 (feelings) は感じる事が出来る。ボウエンによると、人間は罪・恥じ・同情・嫉み・承認どを感じる事が出来るが、人間以外の生物はそのような感情を感じていないように思えても、実は本能の反射行動が多いと考える。従って、感情は原始的な情動とは異なる文化の所産と考えられ、ボウエンもその創造的価値を認めている。

カウンセリング技術

ボウエンは脱三角関係が一番重要な技術と述べている。ボウエンはどんな治療技術よりもカウンセラーやセラピスト (治療者) が家族に見られる三角関係を、科学者のように、冷静に、客観的に観察することが治療に最も役立つと指摘する。そこで、ジョージタウン家族センターの教育方針では、研修生がまず自己の生まれの家族から分化するレベルを高め、脱三角関係をする事を目指す。脱三角関係とはだれにも組み込まない中立の立場を確立することである。ボウエンとカー (一九八八) は中立を次のように定義している。

「中立とは自己の観点を守ることや、あるいは他人の意見を変えることに情動的に関わることをなしに自己を定義できる能力に反映される。」 (一五〇頁)

中立の立場を確保するだけでは不十分である。その立場を効果的に伝える作業がある。例えば、母親が問題のある子供のことをちらり見てカウンセラーに向かい「この子はいつもこのように意気地なしたから」と述べた。これは、母親がカウンセラーに同意を求め三角関係に巻き込む誘いである。そこで、カウンセラーはまず第一に親子二者の間に存在するプロセスに気付く、第二にそのプロセスを正して、「こうすべきである」という気持ちに駆られないことである。つまり、どちらの側にもつかないで、さらに情動を基に価値判断をしないことである。それは、自己の情動にどのような影響があり、またどのような反動が生じるのかを認識することである。そして、この母子二者の関係を変えないで、二者をともに動かすことを考えることである。そこで、カウンセラーは、こ

の母子の関係が微妙に変化していることを指摘して、次のようなプロセスについてのコメントをする。「お母さんが息子のことをそれだけ真剣に考えていることにいつも感心しています。ところで、これほど二人が離れて生活できることに驚いているのです。」このようなコメントは母と子供の人間関係を変える意図がなく、ただカウンセラーの中立の立場を伝えるためのものである。

中立はさまざまな情動によって脅かされる。子供の問題は親に責任があると責めたり、また過剰に責任感を感じたり、状況を改善することに責任を感じたり、腹を立てたり、親に反発して飛び出したりする（カットオフ）。システム思考は、これらの情動を超える手段となる。

カウンセラーは、カウンセリングしている家族の情動プロセスに巻き込まれることなく、うまく脱三角関係することが求められる。脱三角関係に成功すると、カウンセラーはクライアントの情動域から離れ、心に自在を得て、反って自由に家族のだけれども活発に関係を持つことが可能になる。そして、黙ってしまったり、どのように応答したらよいか迷うことがなくなる。もし、応答に窮する場合は、カウンセラーがあまりにも情動的にかかわっている証拠である。次には、クライアントに家族の情動システムについて学んでもらうことである。最後には、家族メンバー一人一人がそれをするのは「わたしである」という姿勢（position）を崩さないことである。このように関係の構造付けをすると、家族のメンバーが、一人一人がお互いの感じ方や考え方の違いを認識して、やがて分化の方法を学ぶことが出来る。

広池の「自我」とボウエン理論の「情動」

日本にはボウエンと同じような視点を持ち、人間関係を論じた人がいた。それは、モラロジの創業者廣池千九郎（一八六六一一九三八）である。廣池は地球上の生物を統括する自然の法則の存在を指摘している（『論文』①〇六）。人間の精神作用と行為の結果はこの自然の法則に従っていると好結果を生じるが、反すると結果が悪い。モラロジは道徳論を骨子として、人間としてのすべての活動（政治、経済、社会、精神活動等）を統括する法則を明らかにすることを目的としている。そこで、モラロジをボウエン理論と比較するために、試みとして、人間関係論に焦点を合わせて議論を進めたい。

廣池によると、人間には不完全で、未成熟な心である「自我」があり、その発現によって人間の精神作用と行動が不完全なものになり、それらの結果も悪くなる。そして、自我を没却して、自然の法則に適合するように改心することが進化の法則に適用とある（『論文』①九一）。廣池のいう自我とボウエンのいう情動はよく似ている。ともに、生物学基礎の上、進化した上に起源のある不完全で未成熟な精神と行動である。これは先天的に生物学的にプログラムされた部分と後天的には生物学的基礎の上に駆り立てられた行動の積み重ねでもある。例えば、廣池は情動に言及して次のように述べている。「同情・親切もしくは憐憫というものは、いずれも人間の本能に基づき感情的に発するか、もしくは利己的に発する一種の道徳であります。」（『論文』①九八―九九）これは、感情的に発する行動はたとえ道徳行動であっても利己的な行動であることとれる文章である。廣池にとって、自我の現れとは、私欲・情欲・ごう慢・負け惜しみ・ふさぎ込み・不平・憤慨・形式的な謙遜・虚栄心・必要以上の干渉などの例を上げている（『概説』一〇二）。従って、廣池とボウエンともに情動に駆られた行動は未成熟な行動であり、生物的にプログラムされたものである。廣池は、人間と動物の差は「個体においても社会の性質においても、程度（degree）の差」であるが、精神発達の相違は種類（kind）の差と言っても過言ではないと述べている（『論文』②二七―二七三）。つまり、廣池は人間と動物の連続性を認めながらも、動物と人間には決定的な差が

あると述べた。人間には、利己心に基づかない道德という観念があるが、動物にはそれが無いという。利己心に基づかない道德を行動科学に定義付けをしてみると、まず生物的に基礎がある情動に駆られない行動、次に動物にはない「神」や「慈悲」の観念に基づく精神及び行動である。この観念とはボウエンのいう単なる知的なシステムとは異なる。これには、利己心に基づかない知的なシステムと利己心に基づかない道德システムが合体されている。

ボウエンの治療目的は、個人の分化を進めてシステムの安定を計ることであった。廣池の目的は、人類をより高いレベルの存在に高めることであった。当然、病理の治療目的と人類進化の目的とは学問の表現が異なっている。しかし、ボウエンの「分化」論は実際の医療場面での実用的な効果が実証されている。廣池の「自我」論は教育場面での効果が期待できる。お互いに補い合える可能性を含む。つまり分化するとは自己を創ることであり、生物学的にプログラムされた自我から分離して、自己を知性を基盤として築くことである。

ボウエンにとって、機能しないシステムとは自己があり過ぎることではなくて、自己がなく家族自我の塊の中に自己が埋没することである。廣池にとって人間の未成熟とは、自我が充実して状態である。そして、成熟した自己は、その自我を没却することによって得ることができる。つまり、自我のシステムに依拠するのを止めて、神や慈悲の原理に従った精神や行動をすることが真の成熟した人間の姿とする。ボウエンは情動のシステムに対応して、情動に左右されない知性のシステムを考えた。成熟の目的と方法が異なるが、双方とも自我が本能に基づく精神や行動であると論じている。

このように廣池とボウエンは進化論という共通の立場から適応して成熟する人間に害悪を及ぼす未成熟な自我とか情動の存在を指摘した。人間の行動学の発展にはこの自我と情動の関係はさらに研究を進める必要がある。

結論—ボウエン理論の示唆する二一世紀の人間行動科学と研究課題

行動科学を論じるには、現代の生理学や生物学さらに遺伝学や進化の知識がなくては語ることができない (Wilson, 1978)。生物は利己的か利他的かの議論については、遺伝子は永遠の存在を計ることを目的として利己的に機能する (Dawkins, 1976) という論もあれば、ウィルソンのように動物の利他行動、例えば働きアリや蜂などよのうに、自己の生殖を犠牲にして他の生殖 (女王アリや蜂) に奉仕する利他愛的行動の例を上げている。ウィルソン (一九七八) は、人間の利他的行動には「芯のやわらかい利他主義」と「芯の固い利他主義」の二種類ありと述べている。「芯の固い利他主義」とは血縁選択に基づいた行動であり、「芯のやわらかい利他主義」は損得計算に基づく行動と定義している。そして、ウィルソンによれば、人間の同情心でさえ本来は利己的な情動に基礎があると論じる。この論は、次の命題を考えさせる—人間が生物的なプログラムを超越して独自の道德(知性)を進化させることは可能であるか、あるいは脳が進化の所産であるという現実により、生物に本来備わっている情動的な衝動を超えて行動することが不可能だろうか。ボウエンによると、理論的には分化一〇〇のレベルは可能であるが、現実としてはありえないと考えた。ボウエンは生前最後の講演ビデオでマイケル・カーの質問に答えて、情動に駆られない精神状態や行動を達成するのはいかに難しいかを語っていた。ボウエンは、分化の理論を發展させて自己も訓練を続けたのにもかかわらず、車を運転中に目の前に突然大きな岩が落ちてくれば恐怖の虜となり理性的に行動することは不可能と答えた。つまり、非常事態では人間は情動(本能)に影響されながら、その未成熟な部分を受け入れて、絶えず精神や行動を軌道修正していく存在だというのだ。

また、未成熟な人間関係は文化所産として世代間に伝達される。ドーキンス (Dawkins, R., 1976) は、人間の

文化遺伝を考へるのに生物的な遺伝子 (gene) と同じような働きをするミーム (mimeme) という存在を考えたい。ミームの存在によって人間関係のプロセスは遺伝子と同じように世代間で複製されて伝達されるという仮説である。人間関係プロセスはミームによって伝達されていくと考えることもできる。一例としては、たとえプレイヤーが死亡しても、家族の中に存在する三角関係は永遠に世代を超えて伝達されるのをボウエンは観察した。本稿では、自然のシステム論の例証としてボナーの「体細胞の複雑性」論を紹介した。この論を人間に適用すると、人間は個体と所属する全体とのかかわりによって肉体・精神・行動が限定されるということである。つまり、遺伝子の発現にはかなりの幅があり、「関係」プロセスの方が遺伝子より影響が大きいということになる。人間には、実際、どのくらい自己の精神や行動を自由決定できるのだろうか。「氏か育ちか」(nature or nurture) は教育学や心理学では絶えず論じられている。例えば、発達心理学の分野では、双子の調査・研究を行いサンドラ・スカー (Sandra Scarr, 1992) は遺伝と環境の関係について次のように述べている。

「行動遺伝学の研究により、広範囲に渡る個人の特徴 (traits) は、知能 (intelligence) 、特定の認知能力 (cognitive abilities) 、パーソナリティ (personality) 、そして精神病理 (psychopathology) は北アメリカ、ヨーロッパに関しては、このような個人の特色は 40 と 70 の間で遺伝する。」

つまり、四割から七割の個人の特徴は遺伝との相関があるという結論だ。また、この結論が示唆するものは両親が提供する環境は子供の成長に与える影響は遺伝と比べると少ないものになる。スカーの考える環境は、人間が種 (species) として成長するのに必要な普通の環境で、子供を肉体的に精神的に虐待したり、生存を難しくするような生育に不適な環境ではない。スカーは知的な発達、あるいは病気という比較的数値化できる現象と環境の相関を研究した。ところが、個人の主体的な環境との関わり方は数値化するのが不可能である。個人の主体性

によっては、たとえ両親の提供する環境は物質的には同じものであっても、精神的には、一人一人違ったものになり得る。つまり、個人は経験や遺伝的素質に従って環境を内側から作り上げていると考えられる。遺伝子が全く同じ双生児の兄弟でも、双子の兄のほうが弟のスポーツマンとなり、弟は無口になる場合もある。つまり、二人の関係プロセスがお互いの役割を決める。それによって、自己と全体との関わりかたに違いが生じるのである。従って、行動遺伝には「生物的な遺伝」と「関係のプロセス遺伝」が相互に交叉したものが、個体の現実の姿となる。

スカーの論点は遺伝子と環境との相関であって、遺伝子が環境にかかわらず直接に個人の特性を決定するという直接因果関係を述べているのではない。また、スカーの言う行動遺伝子 (behavior genes) には生物学的な遺伝子と、その他の要素 (文化・環境・教育・病理) が複雑に交叉している。ボウエンは関係のプロセスが人間の行動に与える影響に注目して、その関係システムを変化させることによって、人間の行動を変化させることが可能であること証明した。この変化のプロセスには意識的に人間の情動に影響されない「知性のシステム」を使う方法をマスターすることが必要になる。従って、今後の行動科学研究の目標は生物学的にプロフラムされた自己による自動的操作を、いかに個人の意識的な手動操縦に切り替えていくかという課題になるだろう。

ボウエン理論は人間の行動の複雑な現象を単純なプロセスで説明しようとする。それは決して複雑な現象を単純な理論に当てはめることではない。また、人間関係のプロセスは考へているよりも、さらに複雑なものである。しかし、その限界を認識してもボウエン理論を知ることには多くの利点がある。つまり、ボウエン理論は簡潔に複雑な人間行動の根本的プロセスを説明しようとする。理論は単純でも、その応用には臨床家としての適切な訓練を必要とする。

ボウエン理論は理論である。たとえ優秀な理論であっても、事実を説明するのに、より効果があり、より優秀な理論によってやがて取って換えられるか、あるいは新しい発展を伴う運命にある。ボウエン理論は三〇年以上に渡る家族の観察によってゆっくりと創造された。ボウエン理論は、重要な家族カウンセリング理論で心理治療理論を刺激した。また、ボウエン理論の確かさは、多くの心理治療者によって報告されている。しかし、自然のシステム論はさらに事実観察を積み重ね、実験によって実証が必要である。そうすることが、動物に観察されるプロセスを、安易に人間の関係プロセスに応用する危険性を避けることができる。ボウエン理論はこれから多くの科学的発見に裏付けられて発展する可能性がある。人間がどのように自我・情動から開放されるかは、さらに研究・調査が必要である。残念ながら、今のところ人間関係の知性や情動の働き具合は、知性や病理のようによく数量化して正確に計測できない。情動の人間行動に及ぼす影響の研究は始まったばかりである。研究方法も確定していない。しかし、情動の研究は人間の行動科学の発展や人類の幸福に多大な貢献をすると確信する。

この論文での引用は注がない場合は著者の翻訳である。最後に、ジョージタウン家族センターのカー医学博士やギルバート医学博士、それから私のスパーバイザーであるマックナイト女史への謝意として本稿をまとめたことを記しておきたい。

参考文献

- Bonner, J. T. (1988). *The evolution of complexity by means of natural selection*. NJ: Princeton University.
- Bonner, J. T. (1996). How somatic variation leads to differentiation: From cells to humans. *Family systems, 3*(2), 101-108.
- Bowen, M. (1997). Subjectivity, homo sapiens and science. In R. R. Sagar (Ed.). *Theory and practice: Feature articles from the family center report 1979-1996* (pp. 15-21). Washington, DC: Georgetown Family Center. (Original work published 1982).
- Bowen, M. (1994). *Family therapy in clinical practice*. (First softcover edition). NJ: Jason Aronson.
- Cherman, P. W., Jarvis, J. U. M., and Alexander, R. D. (Eds.). (1991). *The biology of the naked mole-rat*. NJ: Princeton University.
- Comella, P. A., Bader, J., Ball, J. S., Wiseman, K. K., and Sagar, R. (Eds.). (1996). *The emotional side of organizations: Applications of Bowen theory*. Washington, DC: Georgetown Family Center.
- Gilbert, R. M. (1992). *Extraordinary relationships: A new way of thinking about human interactions*. MN: Chronimed Publishing.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. NY: Bantam Books.
- Papero, D. (1990). *Bowen family systems theory*. MA: Allyn and Bacon.
- Kerr, M. E., and Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. NY: W. W. Norton.
- Sagar, R. R. (Ed.). (1997). *Theory and practice: Feature articles from the family center report 1979-1996*. Washington, DC: Georgetown Family Center.
- Sarr, S. (1992). Developmental theories for the 1990s: Development and individual differences. *Child Development, 63*, 1-19.
- Toman, W. (1993). *Family constellation: Its effects on personality and social behavior* (4th ed.). NJ: Jason Aronson.
- Wilson E. O. (1978). *On human nature*. Cambridge: Harvard University Press.
- 廣池千九郎(一九八七)。「新版道徳科学の論文」千葉県: 広池学園
- モロロニー研究所(一九八二)。「モロロニー概説」千葉県: 広池学園
- 人間の行動科学としてのボウエン理論