

イロイロ知りたい！ 心理学史

【第4回】

心理療法の効果と不思議の国のアリス ドードー鳥が訴えること

P-F スタディ開発者ローゼンツヴァイクの遊び心

サトウタツヤ



立命館大学文学部教授。不思議の国のアリスの翻訳なんてのは本当に大変だろう。言葉遊びを字義通りに翻訳しても伝わらないのは明白だから。今回のタイトルは、心理療法の効果はアリス？ みたいにしてもよかったかも。

(似顔絵イラスト：A. Tanimoto)

心理療法の効果に関する論文のなかにドードー鳥評決、という言葉が使われることがあります。心理療法には共通の要因がある、ということ述べる論文で使われています。このドードー鳥は現存しません。モーリシャス島で17世紀末に絶滅した鳥なのですが、ルイス・キャロルが『不思議の国のアリス』(1865)に登場させたため、現在でも名を知られているのです。

『不思議の国のアリス』の第3章。ずぶぬれになったさまざまな動物たちが身体を乾かすために競走をします。勝った人に賞品が出るようになっていました。レースは混乱してしまいます。終了後誰が勝ったのでしょうか。ドードー鳥は皆の身体が乾いた頃にストップをかけてこう言いました。「みんなが勝った。だから全員が賞品をもらえる」と。



ドードー鳥

<http://upload.wikimedia.org/wikipedia/en/4/44/Doallice.wonderland.2010.jpg>

P-F スタディの開発者として有名なアメリカの臨床心理学者ローゼンツヴァイク(1907-2004)は心理療法の効果に関する研究を概観して、心理療法の効果には潜在的な共通要因が大きいと提唱しました(1936)。彼はルイス・キャロルの熱烈なファンだったことからドードー鳥のセリフを副題に使うことにしたのです(Duncan, 2002の本人インタビューより)。

イギリスの心理学者アイゼンク(1916-97)は『心理療法の効果』という論文を1952年に発表しました。こういうタイトルなのだから、もちろん、あるという結論なのだろうと思えばさにあらず。アイゼンクによれば、心理療法を受けた神経症の人は2年以内にその3分の2が改善したことは認められるといます。しかし、彼は同時に、心理療法を受けなかった人でさえも2年以内に同程度の改善がある、と指摘したのです。心理療法に効果がないとは言わないが、何もしないときと同じではないか、との主張は問題を巻き起こし、心理療法の効果とは何か、効果を比較したり検証したりする方法はどうすればいいか、ということが検討されはじめます。



Saul Rosenzweig

アメリカの臨床心理学者ルボースキイ(?-2009)らは100ほどの心理療法の効果に関する研究をレビューして、心理療法に効果があるとする仮説は有効だと論じました(1975)。その時の論文の副題は「最後にドードー鳥が“みんなが勝って全員が賞をもらう”って本当？」です。この論文以降、心理療法の効果を論じるときにドードー鳥の登場が増えていきます。ドードー鳥の「評決・推論・仮説・効果」などはいずれも心理療法の効果に共通要因を認める考え方のことを指しています。現実には減ってしまったトリですが、心理療法においては不死鳥のようにトリ沙汰されているのです。

なお、効果をコスト(費用・時間)で割ったものが効率であり、効果と効率は分けて論じるべきだと付記しておきます。

文 献 (副題に注目)

- Duncan, B.L. (2002) The founder of common factors: a conversation with SAUL ROSENZWEIG. *Journal of Psychotherapy Integration*, 12, 10-31.
- Luborsky, L., Singer, B. & Luborsky, L. (1975) Comparative studies of psychotherapies: Is it true that "Everyone has won and all must have prizes"? *Archives of General Psychiatry*, 32, 995-1008.
- Rosenzweig, S. (1936) Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy: "at last the Dodo said, 'Everybody has won and all must have prizes.'" *American Journal of Orthopsychiatry*, 6, 412-415.