

コラム 2-1 フロイトの精神分析の評価

1970年代になると、フロイトの精神分析の考え方は、それが最も影響力をもっていたアメリカでも、科学理論としては疑いをもたれるようになりました。その理由は、精神分析論の基本概念を実証的に検討した結果、それを支持する（証明する）証拠が得られなかったからです。たとえば、精神分析は、神経症などの治療が主たる目的ですが、とても時間がかかります。しかし実際には、3年間精神分析療法を受けた場合の治療率と、3年間何もなかった場合の自然治癒率には、違いはありませんでした（つまり、長期間精神分析療法を実施しても、効果は特にないということです）。しかし、社会では今なお大きな影響力をもち、アメリカなどには数多くの精神分析療法家が存在し、その治療を求める人もいます。実証的な効果が明確ではないものを、なぜ信じたり、それに頼ったりする人がいるのでしょうか。これは心理的不適応の対処法に関して重要なポイントを示唆しています。つまり、実証科学的な事実が、必ずしも個人の心理的問題を解決するとは限らないということです。問題を抱えている本人が納得できる方法によって、人は救われることがあるのです。

フロイトの精神分析を起源とするカウンセリングという方法は、基本的にキリスト教（カトリック）における告解（懺悔）のような宗教的な行為と共通の性質をもっています。告解では、自分の罪（犯罪行為とは限らず、宗教上で罪と考えられている行為＝たとえば、他人の不幸を願ったり、喜んだりすることなど）を聖職者に話すことで神の許しを得、心の平安を得ることができます。これは、悩みをもつ人がカウンセラーに自分の心の問題を話し、アドバイスをもらうことで状態が改善することと基本的には共通しています（実際のカウンセリングでは、カウンセラーは具体的な解決策を与えるわけではなく、クライアントの話聞くことに主眼がおかれます）。つまり、心の問題について、19世紀までは宗教が扱っていたことを、近代科学の進歩によって人々の考え方が変わった結果、20世紀になると精神分析をはじめとする心理療法という、より科学的に見える方法で扱うようになったともいえるのです。生物学的な原因による疾患は、薬物や外科的治療のような科学的な方法でなければ治療はできませんが、心理的な原因による不適応状態は、科学的な方法だけで解決できるとは限りません。そこで精神分析のようなアプローチが、一部の心の問題を抱える人々にとっては今でも必要とされているのです。