

原 著

心理臨床面接で語られる料理イメージについて

西嶋雅樹*

Perception of Cooking in Clinical Psychological Interviews

Masaki NISHIJIMA¹

Abstract

This paper examines the significance of cooking from a psychological clinical viewpoint. Discussion of this significance on the basis of five clinical resources with focus on adolescent clients highlighted three points in particular: (1) cooking, which contributes to the transformation of matter, is a pillar of human existence; (2) cooking stimulates the mind, which in turn nourishes the self and supports self-reliance; (3) cooking promotes connections with others. The paper also examines the viewpoints of cooking for oneself and cooking for others. Such perspectives may support understanding of the narratives of adolescent clients and their parents.

Keywords: clinical psychological interviews, cooking, self-reliance, adolescence, narrative

問題

料理をする必然性

なぜ人は料理をするのか。

料理と一言でいっても、レストランなどの専門店で提供されるような手の込んだ料理から、電子レンジに入れてボタンを押せば待っているだけでできあがるような簡単な冷凍食品まで、世の中には多くの料理が溢れている。一般社団法人日本冷凍食品協会(2014)によれば、2013年における国内の冷凍食品消費量は2,756,987トン、国民1人当りの年間消費量は21.7キログラムで、いずれも過去最高の数値を示している。一般社団法人日本冷凍食品協会(2015)では2014年におけるこれらの数値はいずれも微減してはいるものの、それでも2012年の数値と比べるといずれも高く、冷凍食品の消費量が依然として過去最高水準の数値を示していることがわかる。また、レストランでの手の

込んだ料理であっても、お金さえ払えば私たちは直接に料理をすることなく、豪華な食事をとることが可能である。

このように、加工食品も多く、また外食産業も充実している今日において、料理という行為がもつ生活上の必要性は、かつてと比べた際に薄れてきている。その一方で、テレビ番組やレシピ本、インターネット上の料理情報サイトなど、料理に関する情報が溢れているのも事実である。

そうした状況にも関わらず、なぜ人は料理をするのか。この問いを立てる必要があったのは、料理をめぐる話題が心理臨床面接の中でしばしば登場するからである。そして、特に思春期・青年期のクライアントが成長する契機として語られることがしばしばあるようにうかがわれるからである。

* 三重県総合教育センター (Mie Prefectural Education Center)
受領 2016.4.11 受理 2016.7.25

これまでに行われてきた料理についての言及

心理臨床に関連する「食」のテーマについて、精神分析の文脈からは、口唇からの「取り入れ」を社会的発達や体験様式の発達と関連づけて論じたErikson (1963/1977)の知見がある。

また、「食」の異常が主たる症状となる摂食障害についての知見も、これまでに多くのものが蓄積されてきている。本邦における摂食障害研究の初期のものの一つとしては、下坂(1961)が「青春期やせ症(神経性無食欲症)」に共通する心理の特徴について、その病前性格や生育史と関連づけて論じたものを挙げるができる。また、馬場(1983, 2013)は、神経性無食欲症や摂食障害という診断は、摂食拒否という行動や成熟拒否という心性などのいくつかの共有点を示す症候群に過ぎないとした上で、これら一括りに論じるのではなく、あくまでも個々に応じた力動的な理解が必要であると述べている。こうした心理面を追究する研究が蓄積される一方で、摂食障害の具体的な治療指針としては、日本摂食障害学会(2012)が策定した摂食障害ガイドラインが今日では存在している。

食に先駆けて行われる料理という行為についても、多様な観点からの知見の集積がある。

たとえば心理臨床では、料理という行為が摂食障害の人の行動上の特徴と関連づけて論じられることがある。岩宮(1997)は摂食障害を呈する女性の事例について記述する中で、家族に対して、まるで自分の胃袋の代わりであるかのように自分が作った料理やお菓子を食べさせるクライアントの姿を描写している。野間(2003)も、摂食障害の人が自分は食べないのに家族のために料理をして、そして家族に食べることを強要することが散見されるという特徴を挙げている。これらは、料理が病理という文脈と結びついて論じられる例であるといえよう。

また、料理という行為についての、脳科学の見地からの研究もある。山下ら(2006)や山下ら

(2007)は、料理によって前頭連合野の働きである他者とのコミュニケーションや身辺自立、創造力など社会生活に必要な能力が向上することを示している。こうした研究は、精神科デイケアや適応指導教室(教育支援センター)で実施される調理実習などの活動に脳科学の観点から意義を与える研究として位置づけることもできる。

本研究の目的は、これらの文脈とは別にある。面接において日常を語る中で、何気なく語られる料理。そうした、ごく日常的な営みとしての料理は、クライアントにとってどのような意味を有しているのだろうか。この点について検討を行うのが、本研究の目的である。そして、本研究で論じる対象は、親(特に母親)の行う料理ではなく、子どものままごと遊びや思春期・青年期のクライアントが語る料理に絞っていく。

心理臨床面接で語られる料理についての国内での研究は、充実しているとはいいいにくい状況にある。2016年3月現在、国立国会図書館(NDL-OPAC)の雑誌記事検索で「心理」「料理」の2語をキーワードとして、出版年の期間の指定を行わずに論題の検索を行っても、最も古いもので1976年のものから、最も新しいもので2009年のものまでの、計7件が該当するのみである。それらのうち、実際に心理臨床面接における料理を扱っているものは0件である。もちろん、論題には表されずに事例研究の中で料理というトピックについて言及されているものはこの方法では抽出できない。それでも、心理臨床面接で語られる料理について論題に直接に明記されるほどには表立って言及している研究が数少ないであろうという大まかな傾向は示唆される。

なお、本研究でいう「料理」は、Pollan(2013/2014)に倣って「生の食材を栄養のある魅力的な食べ物に変えるあらゆる技術」のことを指すものとする。料理の類義語としては、調理という語もある。広辞苑によれば、料理は「食物をこ

しらえること。また、そのこしらえたもの。調理」とされており、調理は「料理をすること」とされている。両者はほぼ同義で用いられているため、本稿では両者の使い分けについては特に定めずに、文脈によって使い分けるものとする。

目的

本研究では、人が料理をすることの意味を、心理臨床の立場から検討する。特に幼児期から思春期・青年期にかけての臨床素材をとりあげながら、自立や社会性の獲得という観点から検討を行う。この検討を通じて、心理臨床面接において料理が語られることがクライアントを理解する上で、また、クライアントの成長を促進する上で、どう有効であるかということ明らかにしたい。

方法

臨床素材の抽出と記述

筆者が担当した事例の中から、心理臨床面接において料理に関する語り・遊びが登場した場面をいくつか抽出した。その上で、それらを理解する上で重要と考えられる情報を記述した。なお、本稿では、クライアント自身について、あるいはクライアントとセラピストの関係性等についての考察を深めることを直接の目的とはしていない。そのため、臨床素材の記述については、背景となる情報に関する最低限の記載に留めた。

事例研究法の主流は、臨床事例の全経過を要約・圧縮して論じる方法である。しかし山川(2008)が述べているように、事例研究における事例の記述は客観科学のように単純化ができるものではなく、臨床事例の全体を記述することはそもそもできないという性質を最初から帯びている。したがって、どのような視点を設定して問題について論じるかによって、研究ごとに適切な記述の仕方は自ずと異なったものとなってくるはずである。こうした山川の指摘を参考に、本稿では料理とい

うテーマに関連する語り・遊びを理解する上での最低限の情報を記述するのみに留めるという構成で、考察を行った。事例についての記述を最低限に留めたのは、テーマにそった記述を行うと共に、対象者のプライバシーを極力保護するための措置でもある。

なお、考察の観点としては今回抽出した臨床素材の性質をもとに、①料理とはいかなる営みであるのか、②自立にとって料理はどのように寄与するのか、③他者とつながる上で料理はどのように寄与するのか、という3つを設定した。

臨床素材の対象

本研究でとりあげた臨床素材は、幼児から高校生までを含む計5例であった。それぞれの性別と発達段階に関しては、考察で臨床素材を呈示する際に言及する。

考察1 物質の変容への参与としての料理

臨床素材

A. 幼稚園児男子 A。同じ遊びを常同的に繰り返すことを好む傾向にあり、広汎性発達障害の傾向にあることがうかがわれる事例であった。Aは登園しぶりを契機に来談に至った。Aは、プレイルーム内の砂場で砂と水を使って、様々な料理を作り続ける。それらはバケツによって型抜きをした「プリン」であったり、小さなお椀の中で練り上げられた「ご飯」であったり、コップ状の器の中で混ぜられた「コーヒー」であったりと、種類は様々であった。こうした料理を作っては、セラピスト(筆者を指す；以下同様)と一緒に食べる真似をしてセッションを終えるということが繰り返された。

B. 小学生女子 B。学校で不安に陥りやすく、登校しづらい状態にあった。その背景としては、親、特に母親との間の分離不安がうかがわれる事例であった。面接の中では、Bは人形とドールハウスで遊ぶことが多かった。面接室にドールハウスは

2つあったが、そこに置くことのできる家財道具の種類には限りがあった。そこで、Bとセラピストの間では、勝敗の決まる遊びをしては、勝者がその都度玩具の家財道具の中から欲しいものを選んで自分の家に置いていくというルールが生まれた。そのルールに基づいた遊びの中で、Bは決まって、キッチン周りとおベッドの確保を最初に手がけていった。

考察

臨床素材 A は、料理のもつ「物質を変容させる」という機能が描写されたものとして捉えることができる。遊びの中での客観的な事実としては、あくまでも砂と水の配分によって砂の姿が変わるといふ展開が繰り返されているという事実を挙げるのできるのみである。しかし、Aが砂と水に投影するイメージの中では、液状だったプリン原液が凝固したり、硬かった米が炊きあがることで柔らかく甘くなったり、焙煎された豆からドリップをすることでコーヒーが淹れられたりと、物質が様々に変化の様子が展開していたと考えられる。

Eliade (1956/1973) は、主に冶金や錬金術について論じる中で、冶金や錬金術の技術は、自然が時間をかけて金属(特に金)を産出する過程を人工的に早めるものであるとしている。そして、Eliadeが論じる中には、農耕についての言及もみられる。農耕も、大地が時間をかけて行う産出に人が手を貸すことで、その自然の過程を促進する営みとして位置づけられている。

Eliade は、料理については直接には言及を行っていない。しかし、料理は Pollan (2013/2014) による定義を再度挙げるならば「生の食材を栄養のある魅力的な食べ物に変えるあらゆる技術」であり、自然のものを変容させる営みそのものである。

冶金、錬金術、農耕、そして今回論じている料理のいずれにも共通することとして、自然によってもたらされる物質の変化に人が手を貸し、その

結果、物質の変化が促進されるという点が見出される。人が関与することで、自然に起こる変化を促進し、そしてときには自然には起こらない変化をも生み出していく。このように、物質の変化の過程に個人が参入していくわけである。

物質の変化の過程に個人が参入するという点については、自立というテーマとも関連させて、後ほど改めて考察を行う。ここでは、Aの臨床素材から敷衍して、料理が物質の変化に手を貸す行為であることを確認できたものとする。

では、このように物質の変容をもたらす料理は、いったいどのような場において行われるのであろうか。この点について、臨床素材 B に基づいて考察する。

B の場合は、まず家造りの遊びの中で、家庭の中心として料理をする場所と寝る場所とを最初に調べている。これは、子どもの行うまごごとで、しばしば料理をし、赤子を寝かしつけるということが遊びのテーマの中心になってくことと軌を一にするものである。

そもそも、まごごととはいかなる遊びなのであろうか。江戸の風俗について記された1830年の随筆である『嬉遊笑覧』には、「まゝごとは小児の詞に飯をまゝといふ。此戯は、飯作り、種々の食物を料理する学ばねば也」(喜多村, 1830/2004)と記されている。このように、まごごとは、家庭の再現の中でも特に飯作り、すなわち料理の場面について再現が行われる遊びであることがわかる。

こうしたまごごと遊びの前段階として、Bは寝る場所と共に、料理が行われる場所を最初に確保している。

栄養のある食事を得ることと、安全に寝る場所が得られることは、生物としての生命維持を行う上での重要な基礎となる。Wrangham (2009/2010) は、火の使用の始まりによって栄養のある食事の確保と安全な寝床の確保が可能になったことが、

現在の人類の歴史の始まりをもたらしたとしている。Bの遊びには、Wranghamで述べられているような人間の生活の根幹をなす営みが垣間見える。

人間が火を利用するようになって以来、火は肉を焼くことに用いられ、土器の使用が始まって以降は火は煮炊きの中心の場としての意味も担うようになった。人間の共同生活の場の中心として火が据えられるようになってきたわけである。そして、こうした火の機能は、やがて現代における台所という場に定位されていく。今日におけるIH調理器の場合にも、実際の火がそこには無くとも、機能としては調理器具の発熱による食材の加熱が行われているため、IH調理器であっても依然として火の代理物としての役割を果たしているといえる。

ギリシャ神話のプロメテウスが火を人にもたらした話や、主に西日本で竈の神として「荒神様」がまつられる風習など、火は古今東西にまたがり、神聖な現象としてまつられてきている。人間が生食の食材に加熱をしてより滋養のあるものに変化させる行為が料理だとして、そこに寄与する火の働きには、人智を越えて神聖視される性質があるのだといえる。

こうした流れの中で、Aはままごと遊びを通して物質の変容の過程に参入することで、自己効力感や能動感を育てていたのだと理解することができる。また、Bの遊びは、料理が行われる場が人間の生活が整っていくためにまず確保されることの重要さを示唆しているものと理解することができる。

ここまで、臨床素材A、Bを通して、そもそも料理とはいかなる営みで、どのような場所で行われるものであるのかという点について論じてきた。続く臨床素材C、Dでは、自立ということと関連づけて、料理について論じる。

考察2 自立の表れとしての料理

臨床素材

C. 高校生女子C。Cはコミュニケーションが苦手、学校へ行きづらいという状態を繰り返し呈していた。安心できる人間関係を育むことの困難をしばしば呈し、自信のなさ・自己評価の低さがうかがわれる事例であった。あと一年で高校卒業という時期に、卒業後の生活をどうするかという話題が、しばしば語られるようになっていた。その頃、これまで家庭においてやってこなかった掃除や洗濯、そして料理をするようになってきているということが、Cの口から自発的に語られるようになった。

D. 高校生男性D。Dは広汎性発達障害の診断を受けており、自尊感情が低かった。上述のCと同様に、あるいはそれ以上に、自信のなさ・自己評価の低さがうかがわれる事例であった。そんなDは、大学進学にともなって一人暮らしを始めることを決めた。その決定と前後して、家庭において、「一人でも簡単にできるような料理」を自分なりに調べて取り組み始めていることが語られた。

考察

事例Cでは、料理だけではなく、家事全般に取り組み始めたということが話題となっている。生活技能全般を身につけようとしているエピソードとして読むことが可能である。そしてそこに流れているのは「自分のことは自分でやっていく」、あるいは「家族の分もやっていく」という心の動きであろう。

事例Dでも事例Cと同様に、それまでしてこなかった料理に取り組もうとし始めている姿が見られる。Dの場合は一人暮らしという現実が迫っているという状況の中で、Cの場合と比べてより明確に、かつより積極的に、どう生活をしていくかを考えていた。上述したエピソードは、そうした中で生まれてきた語りについてのものである。

この2つの臨床素材に共通する点として、いず

れも年齢的な成長にともなってこれから余儀なくされる「自立」について考える契機として、料理ということが語りの中に登場しているという点を挙げることができる。

自立と一言でいっても、経済的な自立や生活面の自立など、その言葉が意味する内容は多岐にわたる。今回挙げた臨床素材 C、D では、経済面についてはいずれにおいても言及はされていない。しかし、経済的に自分を養うことはできずとも、両者共に少なくとも栄養的な面では自分で自分を養おうとし始めている。こうした心の動きが2つの臨床素材からは見て取ることができる。

俵 (2014) は栄養士養成課程学生者の生活習慣について調査を行う中で、調理実践の経験が日頃からあって調理に対する自己効力感が高い者は、自ら食生活の問題を認識して食生活の改善を心がける傾向にあることを明らかにしている。俵の知見からは、まずはなにはともあれ調理に着手してみることが調理に関する自己効力感を高め、それが端緒となって健康なども意識した調理が習慣として定着していくという、いわば好ましい循環が存在しているであろうことがうかがわれる。

料理という行為を契機として、養われる存在から養う存在への転換が展開していく。私たちが料理を行うことの意義として、Pollan (2013/2014) は消費者としての立場から生産者としての立場への移行ということを強調して論じている。こうした立場の移行は、受動的な存在から能動的な存在への移行であるともいえる。

また、考察1の中で述べたように、料理という行為は物質が変化していく過程に、主に火の使用によって、人間が手を貸すという作業でもある。料理のもつこうした性質からも、料理によって、それをする者が物質の変化する過程に能動的に参与するという動きが賦活されているといえる。先に挙げた臨床素材 A においても、同種の心の動きが賦活されていたとも考えられる。

ここまでは、自分を養う・育むという観点から、料理という行為が自立に寄与しうる可能性について論じてきた。これ以外にも、料理という行為によって自分自身の成長が促進されていく可能性についても、検討を加える。

自分自身の成長の促進という視点から、神田橋 (2007) は、精神療法のトレーニングとして料理することを勧めている。その理由として神田橋は「料理は、ぜんぶの感覚が同時に、作動する作業です」と述べている。この全部の感覚が同時に作動する作業という理由の部分は、精神療法のトレーニングとしてだけでなく、クライアントとして来談する人たちにも当てはまるといえよう。料理をするという行為を通じて栄養面で自分を養うことができるようになっていくと共に、自らの感覚がより活性化されていくわけである。

山下ら (2006) や山下ら (2007) が脳科学の見地から料理により前頭前野が活性化すると述べたことは、問題部分でも既に言及した。これらも、上述した神田橋の記述と同様に、料理という行為を通じて私たちの感覚が活性化されることを示すものである。

以上のように、特に思春期・青年期のクライアントが料理について語る際には、そこに①養われる存在から養う存在への転換、②自分自身の成長の促進という2つの意味があることが示唆された。このような形で料理が支える自立のプロセスは、周囲から孤立していくことを意味するものではない。むしろ、他者とつながる契機ともなっていく。このことを、続く考察3として検討する。

考察3 他者とつながるものとしての料理 臨床素材

E. 高校生女子 E。学校に行きづらくなり、食欲不振や身体的な不調と共に自傷行為も呈していた。体重の低下も見られ、自己評価の低さなどの心理面も相まって、摂食障害とまではいえないまでも、

その前駆段階としての状態を呈していると考えられる事例であった。Eは、学校を休みがちとなり、家で無気力に過ごすという期間を長く経た後に、何か自分にできることを探そうとする動きの中で、徐々に家族の夕食を作り食卓を囲むようになっていった。一時期狭まっていた行動範囲が、この頃から徐々に広がりを見せるようになっていき、新たな進路を模索する動きにもつながっていった。

考察

このEの場合は、料理をするという行為を通じて、家族との関係を再構築し、家族以外の他者とのつながりも回復していくという経過が見てとれた。

まず、食欲不振ということと関連して、摂食障害との関連について検討を行っておく。Eは摂食障害と呼べるほどの食行動の異常や体重の低下を呈していたわけではない。しかし、食欲不振ということも考慮に入れると、家族のために料理をしてそれを共に食べるというEの姿には、野間(2003)が摂食障害の人々に関して指摘しているような、家族が食べる姿を見て自分がそれをどれだけ食べていいかを押し量るというものと似た心の動きを見てとることもできる。重要なのは、家族を外的な参照枠としてEの食欲が回復するという動きが仮に生じていたとして、それはEが家族との関係を再構築していく時期の中で生じていたものと考えられるという点である。

また、Eの見せた適応的な変化は、なにも料理をするという行為のみによって生じたものではなく、様々な要因が絡まって生じた変化であると考えておくのが妥当であろう。そのため、Eの変化を料理に過度に局限して還元することは慎むべきであろう。

ところで、料理という行為によって私たちはどのように周囲の人々とのつながりを育んでいくのであろうか。また、そうしたつながりはどのような

な性質のものなのであろうか。ここからは、臨床素材Eから敷衍して、他者とつながるという観点から考察を行う。

私たちは、料理をすることによって、様々な形での「共有」を他者との間で行う。なにもそれは、食事を親しい他者と共にするということだけを意味するのではない。

ここでいう他者とは、実際に私たちの身の回りにはいる親しい人々だけを意味するわけではない。人間の歴史や文化という、時間軸という縦軸・空間という横軸で捉えた際に、私たちは人類全般や特定の文化など、幾層にもわたる他者と料理という行為を通してつながっていくことになる。

例えば「日本の家庭料理」を行うことは、これまでの過去の日本と今現在の日本という一連の文化的な背景を、顔も知らず同時代を生きてもいない多くの他者と共有することに他ならない。例として、今日私たちが米を炊く方法は、数多くある米の調理法の中でも、特に炊干し法と呼ばれる方法である。中尾(1972)によれば、米の調理法一つをとりあげても、湯取り法もあれば炊干し法もあり、あるいは蒸すという調理法もある。当然、それ以外の方法もある。その中で、現代の日本という文化の中で、私たちの多くは知らず知らずのうちに炊干し法と呼ばれる調理法を採用しているわけである。

ここで大切なのは、数ある米の調理法の中で、今日の私たち日本人はたまたま炊干し法という米の調理法を採用しているに過ぎないという点を指摘することである。自明だと思われる営みが実は各文化に固有の営みであって、他文化では珍しい方法であるという例は散見される。これはすなわち、日頃の料理を行うということは、意図せずして現代の日本人という文脈の中で料理を行うという文脈を引き受けることを意味している。

以上のように、料理をするという行為を通して、人は身近な他者につながると共に、自らが生きる

文化ともつながっていく。また、一人暮らしの場合を考えると、そこで行われる料理は身近な他者とのつながりを生み出すことはなくとも、自らが生きる文化とのつながりを一足飛びに促すことも生じるものと考えられる。

さらに、自分が立脚する特定の文化とのつながり以外にも、料理という行為自体が、人類という文脈で、文化の差異を超えて人であるということの確認にもつながっていく。加えて、臨床素材Eには登場していないが、発酵という調理方法を考えた場合には、そこには人以外の生物の働きも、具体的には微生物の働きも必要不可欠となってくる。これを Pollan (2013/2014) は「微生物のカルチャー」とつながると表現している。個人が人の文化とつながるだけでなく、個人が他の生物種の文化ともつながるということが、ある種の料理においては生起してくるのである。

ほどほどの頻度で料理を行う若者は家族との関係が良好で精神的にも健康であるとする調査研究もある (Utter et al., 2015)。上述した臨床素材Eの場合、Utter らが示した傾向と同様に、料理という行為を通して家族との関係が良好になり精神的な健康を回復したということも考えられる。そして、Eはこうした家庭内での安定を素地にして、また料理をするという行為を通して無名の他者につながることを契機として、家庭外での活動の幅も回復していったのではないかと考えられる。

総合考察

各考察のまとめ

ここまでの各考察の中では、①料理とは何であるのか、②自立の表れとしての料理、③他者につながるものとしての料理の3つの観点から考察を行った。各考察からは、以下の点がそれぞれ示された。

考察1: 料理という行為は人が物質の変容に関

与する営みであると同時に人類の生活の中心に据えられてきた営みである。

考察2: 料理という行為は、人が自らを養う心の動きを賦活して自立を後押しし、人が自ら成長していく過程を支えもする。

考察3: 人は料理という行為によって、親密な他者とも特定の文化とも人類の歴史ともつながりうる。

考察3から導き出された「個人が料理によって人類の歴史とつながることになる」という視点は、考察1から導き出された視点とも軌を一にするものである。つまり、人は料理という行為を通して、親密な他者、自らが生きる文化などとのつながりを構築し続けるとともに、大きくは人類としての流れの中にその都度自らを定位し直しているのだと理解することができる。

「対自の料理」と「対他の料理」

上述の②自立の表れとしての料理、③他者につながるものとしての料理で見てきた料理の性質については、自分を養う、他者につながるという機能に重きを置いて、それぞれを「対自の料理」と「対他の料理」と仮に名付けてみたい。それぞれ、主に何のために行われる料理かということで、「対自」と「対他」と冠した。

「対自の料理」は既に考察の中でも見てきたように、自分を養うということを意味するものである。養育者によって養われるのみであった受動的な存在から、自ら料理をし、自らに必要な栄養を取り入れやすいように物質を変化させる。そのような能動的な存在に、人は料理という行為を通して変化していく。思春期・青年期のクライアントの臨床素材から敷衍した考察の中で、この点について確認を行った。

一方で、料理は自分を養うだけではなく、家族をはじめとして親密な他者を養うために行われるものでもある。こうした「対他の料理」と呼べる機能が前面に出てくるときには、他者を養うとい

う行為を通じて、周囲との人間関係の在り方に関わるテーマが生まれてくる。

「対他の料理」は、一見すると他者のための行為（他者志向的な行為）であるかのように映る。しかし、人のために料理を作るという行為には、人との関係の中で親愛なる他者に愛情を提供するという意味や、それがどのように受け容れられるかを通して他者からの愛情を確認するという意味が含まれてくる。こうした相互に往還する様々な情緒を通じて自分自身の居場所を確認するという動きも、そこには内包されてくる。つまり、他者のために料理を行うことが自ずと自らのためにもなっている、という理解である。

料理と人間関係の病理

一方で、「対他の料理」の在り方に内在する「自らのために」という意味合いが薄くなってしまう場合も想定される。具体的には、摂食障害においてしばしば見られるような、自分は食べないが家族の料理は作り続けるという、養う－養われるという人間関係の軸ではなく、支配する－支配されるという人間関係の軸につながるような料理の在り方に展開していくような姿がそれである。

このように、人間関係の病理にも発展する契機を料理は内包してはいる。しかし、そこで生じる交流がほどほどで良質なものである限りは、家族との関係の再構築につながっていくものとして捉えることが可能であることは既にみてきた通りである。

これらをふまえて、臨床上の視点としては、「対他の料理」と呼べる在り方の中に、どの程度「自らのために」という在り方が内在しているかという視点が、事例の理解に有効であることが示唆されたといえよう。

本研究の臨床上の意義

本稿では、人が料理をすることの意味を、特に心理臨床面接の臨床素材に基づいて、クライアントの生きる意味と関連させながら検討してきた。

これらの検討を通じて、心理臨床面接などにおけるクライアントの語りの中で料理という行為が登場してくる際に我々がそれをどう理解するかという一つの視座についての提案を行ってきた。こうした視座からクライアントの語りに耳を傾けて理解していくことで、個々のクライアントの生活の中で料理という行為が担っている成長促進的な意味が捉えやすくなることが期待される。具体的には、料理自体は極めて日常的な行為ではあるが、そこに関心を寄せながら語りを聴き、ときに励ますことによって、クライアントの、特に思春期・青年期のクライアントの自立を促し、周囲との関係の変化を支えることが可能となると筆者は考える。また、自立の困難や周囲との人間関係の困難を抱える思春期・青年期の子どもを持つ親への支援を考える上でも、一つのヒントを得ることになるとも筆者は考える。加えて、本稿で述べてきたことは、心理臨床面接におけるクライアントの語りを理解する際だけでなく、たとえば適応指導教室（教育支援センター）での調理活動などの意義を考える上でも有効なのではないだろうか。

文献

- 馬場謙一（1983）. 神経性無食欲症. 下坂幸三（編）. 食の病理と治療. 金剛出版, pp.30-49.
- 馬場謙一（2013）. 摂食障害への対応—現状と展望—. 鍋田恭孝（編著）. 摂食障害の最新治療—どのように理解しどのように治療すべきか. 金剛出版, pp.9-20.
- Eliade, M. (1956). *Forgerons et alchimistes*. Paris: Flammarion. 大室幹雄（訳）（1973）. 鍛冶師と錬金術師. せりか書房.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society (Second Edition)*. New York: W. W. Norton & Company. 仁科弥生（訳）（1977）. 幼児期と社会 I. みすず書房.
- 一般社団法人日本冷凍食品協会（2014）. 平成25年（1～12月）冷凍食品の生産・消費について. <http://>

- www.reishokukyo.or.jp/wp-content/uploads/pdf/pdf-data_10.pdf (2016/03/08取得)
- 一般社団法人日本冷凍食品協会(2015). 平成26年(1~12月)冷凍食品の生産・消費について(速報). http://www.reishokukyo.or.jp/wp-content/uploads/pdf/pdf-data_01.pdf (2016/03/08取得)
- 岩宮恵子(1997). 生きにくい子どもたち. 岩波書店.
- 神田橋條治(2007). 対話精神療法の臨床能力を育てる. 花クリニック.
- 喜多村筠庭(著)・長谷川ら(校訂)(1830/2004). 嬉遊笑覧(三). 岩波書店.
- 中尾佐助(1972). 料理の起源. NHK ブックス.
- 日本摂食障害学会(2012). 摂食障害治療ガイドライン. 医学書院.
- 野間俊一(2003). ふつうに食べたい 拒食・過食のころとからだ. 昭和堂.
- Pollan, M. (2013). *Cooked: A Natural History of Transformation*. The Penguin Press: US. 野中香方子(訳)(2014). 人間は料理をする(上) 火と水・人間は料理をする(下) 空気と土. NTT出版.
- 下坂幸三(1961). 青春期やせ症(神経性無食欲症)の精神医学的研究. 精神神経学雑誌, **63**(11), 1041-1082.
- 俵万里子(2014). 栄養士養成課程学生生活習慣と調理自己効力感との関連. 北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要, **7**, 275-279.
- Utter, J., Denny, S., Lucassen, M., & Dyson, B. (2016). Adolescent Cooking Abilities and Behaviors: Associations With Nutrition and Emotional Well-Being. *Journal of nutrition education and behavior*, **48**(1), 35-41.
- Wrangham, R. (2009). *Catching Fire: How Cooking Made Us Human*. Basic Books: New York. 依田卓巳(訳)(2010). 火の賜物 ヒトは料理で進化した. NTT出版.
- 山川裕樹(2008). 基盤としての身体性にたちかえること. 心理臨床学研究, **26**(3), 257-268.
- 山下満智子・川島隆太・岩田一樹・保手浜勝・太尾小千津・高倉美香(2006). 調理による脳の活性化(第一報)―近赤外線計測装置による調理中の脳の活性化計測実験―. 日本食生活学会誌, **17**(2), 125-129.
- 山下満智子・川島隆太・三原幸枝・藤阪郁子・高倉美香(2007). 調理による脳の活性化(第二報)―調理習慣導入による前頭前野機能向上の実証実験―. 日本食生活学会誌, **18**(2), 134-139.