

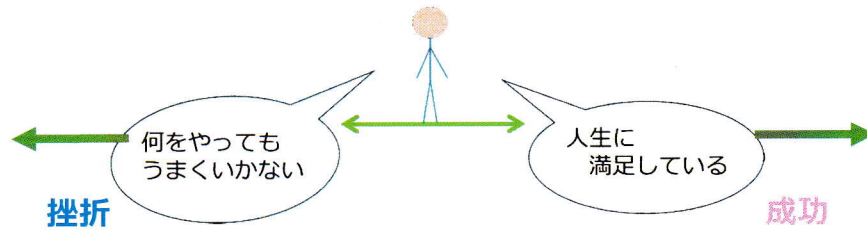
2024年10月9日 NPO法人東京自由大学・シリーズ講座

「こころをめぐる冒険」第3回

講師 日本ロゴセラピスト協会会長 勝田茅生 (かつたかやお)

テーマ 「満たされた気持ちで生きるために」～態度価値と態度変換～

私たちは自分の人生をどのように見ているでしょうか？



挫折の状況

人間関係の破綻・計画実行の際の失敗・差別に遭う（性別・人種・年齢・病気・障がいなど）・天災や人災による居場所の喪失・社会的権利や私的財産の喪失・アイデンティティと尊厳の剥奪・病気などによる健康の喪失・大切な人の喪失

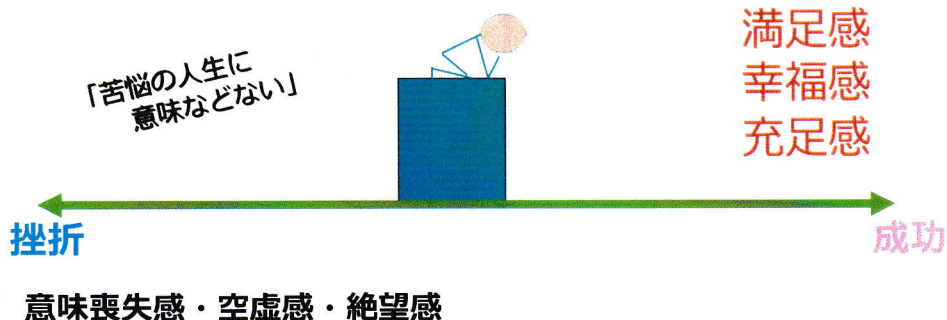
❖ 挫折の状況には2種類ある

- 1) 自分の力でその不幸と闘い、状況を変えることができる場合
➔ 別の手段や方法を使って 危機を乗り越えようとする
- 2) 自分の力ではどうすることもできない不幸で運命的な状況
➔ そこにも何らかの「意味」を見出そうとする

—————➔ 「態度価値」の実現

❖ フランクル自身は自分の状況にどう対処したか？

❖ フランクルは、どのように態度価値を実現させようとしたか？



成功の状況

❖ ところが恵まれた生活にもかかわらず…

すべてに不満足で、空虚に感じられる・退屈して時間を持て余している・
愉快的こと、スリリングなことを優先させる快樂志向の態度・飲酒や覚せい
剤で現実から逃避する・生きていることの意味が感じられない

❖ 成功側においても不満な人の基本的姿勢

- 1) 自分が恵まれているということに気づかない
- 2) 世の中には恵まれない人が多くいるということに気づかない
- 3) 自分の力でそういう人たちを助けられるということに気づかないか、
助けることが面倒だと忌避する

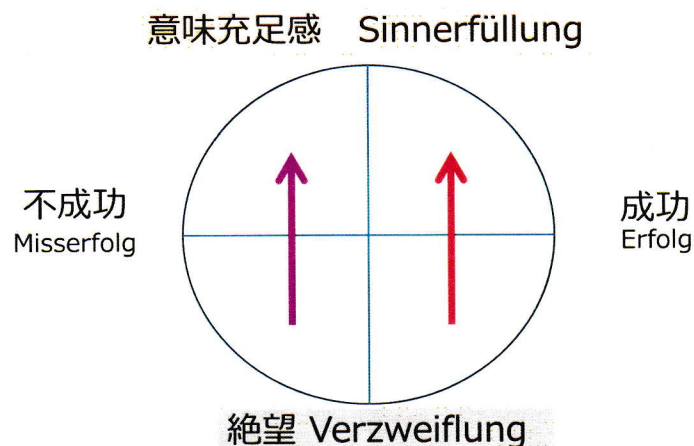
❖ 成功側においても不満な人のまなざし

まなざしがいつも自分に向かっている（「過剰自己観察」「自己中心的」）・
自分の人生の中にいつも黒い石を探している（否定的・悲観的な人生観）・
嫌なことから目を背けようとする（現実逃避・強い刺激を求める）・自分自身
に不足しているものを求める（過剰な権力志向・権力への盲目服従）・弱い者
に対する思いやりの欠如

❖ 成功側においても満足できない人をどのように援助できるだろうか？

➡ 「天動説から地動説へのコペルニクスの転回」

意味を軸にしたセラピーの役割



<フランクルの照準図>