

パイロットの機長昇格訓練における自己理解に関する考察 — 継続的コラージュ制作と認知物語アプローチの試み —

青木 茂樹[†]

Consideration on self-understanding in captain upgrade training - Trial at continuous collage creation and cognitive narrative approach -

Shigeki Aoki

1. はじめに

機長昇格訓練（以下、訓練）とは副操縦士が機長に必要な能力を醸成する場である。A航空会社（以下、A社）では、機長には「統括的なリーダーシップを発揮する役割」、「最終意思決定者としての役割」及び「内的葛藤を克服している」ことを、訓練乗員にはパーソナリティに関して「自分で気づき対処」することを求めている¹⁾。

操縦技量や能力があるものの、困難に直面して訓練を中断し昇格に長期間を要する者には、機長への心理的な変容過程で何かが作用していると考えられる。小西（2011）は、中断後に再訓練を経た機長昇格過程に生じる心理的変容を「イニシエーション」（河合隼雄，2000）として意味づけた。これはアイデンティティ変容過程と換言できる。

筆者は、機長昇格訓練でのイニシエーションの「分離・過渡・統合」（Gennep, 1909/2012）過程と、コラージュ制作過程を「自己を可能な限り破壊し、こだわりから解放され、自己の再構成を始め」（佐藤，2001）とすることに構造類似性があること、Balint（1959/1991）が、操縦士をスキルを以てスリリングな行為を行う「フィロバット」とし、中井（1993）が、コラージュの「ハサミで切り出す行為は、（中略）『スリリング』で、「コラージュを行う者は、ハサミを『スキル』を以て操る冒険者」「フィロバット」としたことに着目し、機長への心理的変容にコラージュを用いた視覚化が適すると考えた。

加え、航空機運航においては、自己の問題の把握と克服、自身の認知と思考を言語化することも必要なことから、イメージ表現したコラージュ作品を「クライアント自身が物語ることで明確に意識化」し、意識化されたコラージュの物語から「クライアントがその素材を用いて自分の心理的課題をはっきりとつかみ取ること」のできる「認知物語アプローチ」（大前，2010）（以下、認知物語）が有効と考えた。

さらに、Big5日本版NEO-PI-Rにおける5因子「神経症的傾向」「外向性」「開放性」「調和性」「誠実性」は、機長の行動特性（桑野ら，1997，村上・斎藤，1997，横田，2019）と通底する点が多く、実施にあたり対象者の負担軽減から、同等に測れる短縮版NEO-FFI人格検査（下仲ら，2014）（以下NEO-FFI）が適すると思われる（表1-1, 1-2）。

表 1-1 NEO-FFI と機長の行動特性の対応

NEO-FFI		機長
特性因子	因子の説明	行動特性の例
(N) 神経症的傾向	高い人は非現実的思考を行いがちで、ストレス対処が下手。低い人は精神的に安定し落ち着きがあり、ストレスの多い状況にもあわてず対処する。	警戒心・冷静 ワークロード マネジメント
(E) 外向性	外向的な人は社交性に加え断行的、活動的でおしゃべり、快活で上昇志向がある。内向的な人は、依存心が高く、ペースが変わらない。	対人関係能力 コミュニケーション・リーダーシップ
(O) 開放性	高い人は好奇心を持ち経験の面で豊かで、非伝統的。低い人は行動において保守的。	経験への開放性・慎重さ
(A) 調和性	高い人は利他的。低い人は自己中心的。しかし自分の信念を貫くためには戦うこともいとわないというのはしばしば利点であって、場合によっては調和性の高さは長所にならない。	チーム・マネジメント・リーダーシップ
(C) 誠実性	高い人はきちんとしていて時間をよく守り、信頼されている。低い人は、目標に向かって頑張るひたむきさが足りない。	努力・自己鍛錬・遵法

表 1-2 5 因子の得点による段階

かなり低い	低い	平均	高い	かなり高い
34 以下	35～44	45～55	56～65	66 以上

[†]2022年度修了（臨床心理学プログラム）、現所属：日本航空株式会社

¹⁾「SD CHECK AND TRAINING 4.DEVELOPMENT 章 4.2一般」

そこで本研究では、「イメージ体験を行い通過儀礼を成就させていく」（秦，2013）可能性と、訓練及び航空機操縦との構造類似性が推測でき、継続的コラージュ制作で自己成長を可視化し、認知物語（大前，2010）により対話的支援を試み、NEO-FFIで変容を捉え、副操縦士のアイデンティティ変容に対する支援策の示唆を得ることを目的とする。

2. 方法

対象者は副操縦士7名で、訓練と本研究の開始月が同時のA/B/C3名の訓練中群、訓練投入前2年以内のD/E/F3名の訓練前群、本研究半ばで訓練開始となったGである（表2）。皆、副操縦士経験約14年、40代男性である。A社の制度上、訓練投入前2年以内は教育的機会が増え、訓練に対する意識が高まると考えられ、訓練中群との比較対象のため訓練前の方も対象とした。

表2 対象者の研究と訓練の対応表

	上段:研究回, 下段:訓練月(各々の時期は異なる)					
A	1	2	3	4	5	6
	1	2	3	4	5	6
B	1	2	3	4	5	6
	1	2	3	4	5	6
C	1	2	3	4	5	6
	1	2	3	4	5	6
D	1	2	3	4	5	6
	訓練開始は研究終了約半年後					
E	1	2	3	4	5	6
	訓練開始は研究終了約半年後					
F	1	2	3	4	5	6
	訓練開始は研究終了翌月					
G	1	2	3	4	5	6
				1	2	3

対象者に毎月1回計6回の継続的コラージュ制作と認知物語を行った。第1回は対面でプライバシーを確保した社内の一室にて、第2回以降は対面又はオンラインで実施した。本研究はコラージュ制作後の対話で各自の課題に沿った自己理解を深めるため、そのサポートとなり得る切抜素材（以下、素材）を筆者が予め箱に用意し、対象者が自由に選んで貼るコラージュ・ボックス法を用いた。制作前に毎回、「箱の中から好きなもの、気になるもの等を自由に選んで台紙に貼って下さい」と教示した。

台紙はA4白画用紙1枚、スティック糊と鋏を用意した。素材は1回分約40枚、各回は全員共通で、森谷（2012）が提示するアイテム（自然、人物、動植物、食物、乗り物、

表3 本研究用 認知物語シート

第1段階	I. 自分の作品を目の前にし、作成のプロセスを順番に教えて下さい。
	1. この作品の主人公はどれですか。 2. この作品で、今何が起っていますか。 どんな状況で、どんなことが起っているのか物語を作りましょう。
第2段階	II. 主人公になってみてください。
	1. 主人公にはどんな世界が見えますか。 2. 主人公にはどんな音が聞こえますか。 3. その他、においや味や肌触りや痛み、だるさ、清々しさなど主人公が感じていることがあれば教えて下さい。
第3段階	III. 主人公の感情について
	主人公はどんな感情をいだいていますか。喜怒哀楽を中心に、嬉しかったこと、怒ったこと、悲しかったこと、楽しかったこと、不安だったり落ち込んだり、嫌な気分だったりしたこともあれば言ってください。
第4段階	IV. 主人公の思考について
	そんな感情のとき、主人公はどんなことを考えていますか。主人公の頭をよぎる考えはどんなことでしょうか。
第5段階	V. この作品にタイトルをつけてください。
	1. この物語の主人公の課題は何でしょうか。 2. 主人公がこの世界で体験している事と貴方が現実世界で体験している事の間に共通性・類似性がありますか。
第6段階	VI. それをまとめて心理的課題とすると、どういうふうに言えるでしょうか。貴方が、これから取り組もうとしている課題があれば話してください。
	1. 貴方の現実的課題は何ですか。 2. 貴方の心理的課題は何ですか。 3. それらは、今どれくらい達成できていると思いますか（0から5まで）。
追加した第7段階	VII. Vで「共通性・類似性」なし→ではどうなりたいですか。「共通性・類似性」あり→主人公は過去・今・未来の自分のどれに近いですか。
	「未来（理想）の自分」→この主人公は貴方にどんな言葉をかけるでしょうか。 「今の自分」→貴方からこの主人公にどんな言葉をかけてあげますか。 「過去の自分」→貴方からこの主人公にどんな言葉をかけてあげますか。

その他）を参考に、筆者も経験した訓練のイメージを基に対象者の自己理解を促せそうな素材を臨床心理士2名（コラージュに精通1名、航空に精通1名）と精査し、準備した。

認知物語では、第1段階で作品の主人公特定と物語作り、第2段階で主人公の感覚、第3段階で主人公の感情、第4段階で主人公の認知を同定し、第5段階で主人公の課題を措定し作者との類似性を調べ、第6段階で作者の心理的課

パイロットの機長昇格訓練における自己理解に関する考察
— 継続的コラージュ制作と認知物語アプローチの試み —

題を指定しその達成度を自己評価する。本研究では、対象者自身の過去の内省・現状認識・未来の理想などを明確にするため、第6段階に現実的課題の指定とその自己評価を追加し、第7段階で主人公が過去・現在・未来のどの自分に近いかを同定し、「主人公からあなたに」または「あなたから主人公に」言葉をかける追加・改変を行い、本研究用認知物語シート（表3）に従い質問し、了承を得てICレコーダで録音し逐語録を作成した。

加え第1回と第6回でNEO-FFIを実施し、全6回終了後に全体の感想、今回の体験、関係する人（筆者）の存在、自身の変化、自己理解に関し振り返る半構造化面接を行った。

分析方法は、各コラージュ作品の作者らしい表現に焦点を当て、形式と内容からアプローチした。認知物語では、頻出単語・表現、特徴的語りの回数・変化傾向、コラージュ作品との関連を吟味し、NEO-FFIと振り返りの面接内容を相互に確認した。

本研究は放送大学研究倫理委員会の承認を得ている。

3. 結果と考察

3.1 各対象者別

訓練中群からA、訓練前群からD、研究途上で訓練開始となったGの経過を記す。

訓練中群A

コラージュ制作は平均53分、平均素材数12.7枚。構成は台紙上で考え、鋏は毎回使い、糊は素材に万遍なく付けた。毎回の試行錯誤から、集中力、計画性、意志の強さを感じた。第4回（図1、A-1）を境に、画面中央に素材を1枚配した中心性構成から縦三分割構成に変化し、第5・6回（図1、A-2）は層構造になった。第4回で「意味は考えず色が近い物をイメージとして置いた」と、素材選択は色彩に基づき曖昧だったが、第5回以降は素材内容で選び、意志も見られ内的安定が得られた印象である。

認知物語作品名（表4）は、第1回から順に「充実」→「あこがれ」→「安定した道のり」→「時の流れ」→「続く」→「夜明け」と変遷。主人公の課題は第2回まで無く、第3回以降は語られた。最も頻出した単語「イメージ」の出現数の推移は第1回から0→8→25→9→16→25で、第2回以降で、コラージュ作品でのイメージ体験が認知物語で語られたと考えられる。また第2～4回にかけて、頻出単語の「教官」が9→4→0と減少し、「心の安定」・「見通す」は3→8→5と概ね増加傾向で、教官に対する不安の減少と心の変容が推察される。

第7回の振り返りで、「すごい自己理解につながりました。訓練結果や自分のメモを振り返ってわかる自分の事と、コラージュに出る自分とでは多分こっちの方が正確で、対話で分かってくるのも腑に落ちる気がする。訓練がうまくいっていない時には頭で正確な自己理解は出来ないと思うが、コラージュやって対話で出た課題は、本当の課題だと感じた」と語り、イメージを認知につなぐ構造が自



図1 コラージュの変化

表4 認知物語作品名変遷

回	訓練中群 A	訓練開始 G	訓練前群 D
1	充実	貴方の見たい空を旅 しませんか	現実逃避
2	あこがれ	争いの無い世の中を	過去と未来
3	安定した道のり	人生ゲーム	結婚後の生活
4	時の流れ	不動心	洞窟の中から 一筋の光
5	続く	ご褒美	飼いだの知っ ている世界
6	夜明け	僕も欲しいな夏休み	揺りかごから 墓場まで

* 主人公の課題が語られた回

表5 NEO-FFI の得点

5 因子	A	G	D
N(神経症的傾向)	41→41	34→37	61→57
E(外向性)	45→52	39→49	41→41
O(開放性)	66→68	51→55	36→42
A(調和性)	63→58	67→74	58→50
C(誠実性)	55→61	41→52	57→54

* 数字は第1回の得点→第6回の得点を示す

己理解に役立ったようだ。第2～4回の変化は、第2回の後、教官から訓練終了の見極めを許諾された為もあるが、Aの「物語を通しての対話によって訓練中の思いがコラージュに出て、それを確認しアウトプットできて、月1回自分の気持ちを整理できスッキリする」から、自己点検・心の整理が進んだと考えられる。

NEO-FFIの「調和性」減少は機長として信念を貫く姿勢、「勤勉性」増加は目標達成に向け努力する姿勢、「外向性」増加はストレスが強い訓練初期は低く出た表れと考えられる(表5, A)。

訓練前群D

コラージュ制作は平均6分、平均素材数7.7枚。2~4分で一通り素材を見て直ぐ貼り始めた。思考は直観的で決断力がある印象を受けた。各回後の感想は第1・2回のイメージ表現に対し防衛的ともとれる発言は、回を重ね減少した。鋏は使わず、素材の一点に糊付け貼る行為に自信のなさを感じたが、第5回で最後に貼った家の素材は四辺にしっかり糊付けし、中心に貼られた素材は第4回(図1, D-1)以外は家か家族に関連し、「家」がDの内面に占める割合が大きい印象を受けた。また、第1回は素材ごとのストーリーだったが、第6回にかけて一作品一ストーリーへと変化し、統合力・全体的視野が感じられるようになった。

認知物語作品名変遷(表4)は、「現実逃避」→「過去と未来」→「結婚後の生活」→「洞窟の中から一筋の光」→「飼い犬の知っている世界」→「揺り籠から墓場まで」。主人公は、自分→過去の自分→20代の若者→洞窟の中にいる人→飼い犬→娘で、各回の特徴的表現は、「現実逃避」→「長期的な視点が無い」→「将来に対する不安」→「現状が打破できない」→「打破していくのは難しい」「自分の思い通りにならない」→「自分の思い通りにならない」「この生活を脱したい」と、毎回違う主人公を通してDが抱き続ける不安や葛藤が語られたが、第6回(図1, D-2)で「結局はなるようにしかならない。ちょっと吹っ切って最近はやるようになっています」と前向きな内容となり、変容が感じられた。

第7回の振り返りで、第6回で吹っ切れたきっかけを尋ねると、「根っこには、負の感情は抱き続けている」と応え、第5~6回の変化は「全然無い」とし、認知物語で意識的な内省や課題の振り返りはあるが、先行きが見通せない不安や、現状を打破できない葛藤が感じられ、イメージ体験を重ねて自分自身に向き合い、その体験を見守り手と対話する必要性が感じられた。

NEO-FFIの「開放性」増加は、新機種移行直後の第1回より慣熟し、「調和性」減少は信念を貫く姿勢の強化によると推察される。「神経症的傾向」得点は高い段階で、認知物語の不安や葛藤の語りと対応している(表5, D)。

訓練開始G

訓練前の第1~3回を前半、訓練中の第4~6回を後半とする。コラージュ制作は平均27.7(前半26.7, 後半28.7)分、平均素材数11(前半13.6, 後半8.3)枚。台紙上で構成を考え、鋏は毎回使い、糊は台紙に付けた第5回以外は全面に付けた。第1~4回は不安を表す素材が多かったが、第4回(図1, G-1)で、周りから危険が降りかかっても、「何が起きても動じない、落ち着いた心を真ん中に自分の心として配置し」たことで、第5回の中心に「掌で持つ木」、第6回(図1, G-2)が「書斎の人」と自分を投影した素材を最後

に貼り、内面に収束していく様子が見られた。

認知物語作品名変遷(表4)は、「あなたの見たい空を旅しませんか」→「争いの無い世の中を」→「人生ゲーム」→「不動心」→「ご褒美」→「僕も欲しいな夏休み」。単語の出現数の推移は、「仕事・訓練」5→3→7→7→0→1, 「不安」関連, 1→5→6→5→0→0, 「落ち着き」関連, 1→5→0→18→1→1で、訓練初月の第4回で大きく変化した。変化後の頻出単語は第5回「イメージ」10, 第6回「土地・家」16で、「家を建てるための土地はもう見つけたような感じ。昔は土地も探していた。ゴールは家を建てること。部材は置いてある。どう組んでいい家を建てるか」と、イメージを介した自身の現状認識と、課題に対して目標設定するプロセスが語られ、第4回前後で訓練の不安から自己内省への変容が推察される。

第7回の振り返りで、「コラージュ制作中は何も考えず、喋っているうちに整理され、キャッチコピーのように一言に出来るとより腹落ちしている状態で、イメージの段階は自分の中で採めていないのかなと感じ、それらを自分と視点の違う人から質問を受けることで気づけることもあった。言葉にするのはすごい助けになった」と、課題の明確化にキャッチコピー作りが有効と語り、「第1~4回と第5回は明らかに違う。第4回迄は、道のり・やらなきゃいけないこと・これから出会うであろう困難。第5回以降やるべきことがわかると、先の事を考え、願望が出ている」と自己の変化を振り返り、課題とやるべき事が特定できると、昇格への道筋が想像でき不安感が減る構図が示唆された。

NEO-FFIの「外向性」「調和性」増加は、初期現実的課題のコミュニケーション改善、「誠実性」増加は目標達成への努力の強化と考えられる(表5, G)。

3.2 訓練中群(A・B・C)

訓練中群のコラージュ制作は、台紙上での素材構成、四辺での糊付け、構造は三層状という共通点があった。

認知物語では、主人公の課題が3名とも第1~2回に語られず、第2~3回以降は毎回語られた。「主人公からあなたに」または「あなたから主人公に」かける言葉に着目すると、第1回のA「コツコツ頑張れ」、B「もうちょっと我慢」、C「この調子で」と現状を肯定し自己を励ましていたが、第4回のA「感情はできるだけポジティブに」、第3回のB「気にすんな。人のいいところは認めたうえで、自分のいいところを伸ばす」、第2回のC「この絵のような広い世界に比べれば、貴方の悩みなんかちっぽけなもの」と、課題克服に向け自身と向き合う「過渡」と、課題達成の方向性の気づきを得たことで「過渡」から「統合」への進捗の表れと考えられる。第6回ではA「最後のスパート頑張って」、B「(やる気スイッチは)そのうち入るよ」、C「油断するなよ」と、仕上げ段階の様子が表現された。また、第6回のイメージから導かれた主人公の課題と認知的思考過程から導かれた作者の課題は、Aはゴールへ進み続け、Bは勉強の気持ちを入れ、Cはゴールへ淡々と進むという、各々概ね類似した内容だった(表6-1)。

パイロットの機長昇格訓練における自己理解に関する考察
— 継続的コラージュ制作と認知物語アプローチの試み —

表 6-1 第 6 回の主人公の課題と作者の心理的課題

	主人公の課題	作者の心理的課題
A	走りを止めない	淡々と、自分が思い描いたペースでやること
B	燃え尽き症候群をもう一回引き締め直す	口述の勉強の気持ちのやる気スイッチを入れる
C	今のペースを続け、走り続けていくこと	心配し過ぎず、気負い過ぎず、心穏やかに

これより、「内的葛藤の克服」「統合」の状態に達したと考えられ、訓練中群の研究期間内でのプロセスは、何らかのイニシエーションに符合すると解釈できる。

NEO-FFIの第6回の得点と変化傾向の共通点を、飛行中のエンジン故障に例えると、突発的事象に冷静に対処し（「神経症傾向」が「低い」以下で同じか減少）、副操縦士と円滑なコミュニケーションで（「外向性」は「平均」以上で同じか増加）、チームの相乗効果を発揮し（「調和性」は「高い」以上で同じか減少）、そのために不断的な努力を怠らない（「誠実性」は「高い」以上で増加）姿勢がさらに増すという、概ね機長の特性に沿う結果となった。なお、未知のトラブルに過去の経験の応用で対処する姿勢とも言える「開放性」は、「平均」以上の得点は共通し変化傾向は分かれたが、ある一定の開放性を保ちつつ、個々人が「新しいやり方を取り入れる思考」と「やり方が確立した手応え」のどちらを優位に感じているかの相違と考えられる。

3.3 訓練前群（D・E・F）

訓練前群のコラージュ制作は、貼る前の台紙上での素材構成は無く、四辺にはなく一部に糊付け、中心性のある構成で、訓練中群と対照的な結果となった。

認知物語では、訓練中群と違い主人公の課題はD・Eは第1回からあり、Fは6回とも無かった。そこで「主人公からあなたに」または「あなたから主人公に」かける言葉の推移に着目すると、第1回のD「頑張れ、そのうちいいことあるよ」、E「そのままでいいんだよ」、F「思いっきり楽しめ」と、A/B/Cと同様に現状を肯定し自己を励まし、第4回のD「今は耐えて」、第3回のE「みんな同じだよ」、第4回のF「今を楽しめ」と3名とも第1回とはほぼ同じ内容で、第6回のD「基礎をしっかり作っておけば、その土台の上に立派な家が建つ。立派な人になれるよ」と、より能動的な内容に変化した。E「今日は楽しみましょう」、F「うなぎ、いいなあ」と、快楽志向でイメージ体験上の自己理解に回避的な内容だった。第6回の主人公の課題と作者の課題の比較では、Dはどちらも自身に向き合い、課題の内省と気づきを語ったが、Eは限定された課題の克服を語り、Fは自身の心理的課題を語った（表6-2）。

イニシエーションの視点から、Dは第6回の課題設定と認知物語での吹っ切れた語りから、課題克服に向け自身と向き合い始めた「分離」から「過渡」への移行、Eは第4回以降のコラージュと認知物語の変化に続く第6回の「気

表 6-2 第 6 回の主人公の課題と作者の心理的課題

	主人公の課題	作者の心理的課題
D	動機づけをはっきりさせ、自ら勉強する体制を作る	その場や空気へのまれず自信を持ちやりたいようにやる
E	気持ちの切り替えと時間の管理	気持ちの切り替えと時間の管理だが、今日はできている
F	無い	引きずらない

持ちの切り替えと時間管理」の達成から、「今日」のそのテーマに限定した部分的な「統合」、顕著な変化がないFは「過渡」の手前の「分離」が、それぞれ推察される。

NEO-FFIの第6回の得点や変化傾向を、飛行中のエンジン故障に例えると、ストレスが高いと慌てて対処の優先順位が適切でないことがあり得（「神経症傾向」が「平均」以上）、良好なチームを形成する程にはコミュニケーションが円滑を欠き他者依存的になり得（「外向性」が「平均」以下）、チームの相乗効果を発揮しようとする意識がそれほど高くはない（「調和性」が「平均」以下で減少）という共通性は、機長の特性に沿うとは必ずしも言えず、訓練中群のように多くの共通性が見られないことから、機長へのイニシエーションは成されていないことの表れと考察できる。

3.4 研究途中から訓練を開始した対象者（G）

訓練前の第1～3回と訓練中の第4～6回のコラージュ制作の特徴には変化が見られ、それぞれ「訓練前群」と「訓練中群」に対応した結果と言える（表6-3）。

表 6-3 コラージュ制作の特徴

	訓練中群 A	訓練開始 G	訓練前群 D
貼る前の台紙上での素材構成	有	無 ⇒ 有 (頭の中)	無
一部糊付け	無	有 ⇒ 無	有
四辺糊付け	有	無 ⇒ 有	無
構成・構造	三層	中心性⇒三層	中心性

認知物語では、主人公の課題は訓練前のD・Eと同じく第1回からあり、「主人公からあなたに」または「あなたから主人公に」かける言葉の推移に着目すると、第1回「小さいことは気にしないでいいよ」から第5回「その調子で頑張りなさい」まで、現状を肯定し自己を励ます言葉が続く。第6回で「方向性は間違っていないと思う」と、方向性の気づきを得た。第6回の主人公の課題と作者の課題とも、変化の自己認識の様子が語られている（表6-4）。

イニシエーションの視点からGは、認知物語での「不安」等の出現数と第7回振り返りの発言から、第5・6回近辺で、進むべき方向性の気づきを得て不安は減り、コラージュや認知物語の内容に内省の深化が見られることから、課題克服に向け自身と対峙し始めた「分離」から「過渡」への移行期において、イニシエーションの途上と推察される。

表 6-4 第 6 回の主人公の課題と作者の心理的課題

	主人公の課題	作者の心理的課題
G	自身の向上。目の前のことをコツコツコツコツやること	覚悟を決める。以前のそれとは違い、その気概は既にあり、それを強く太くする

3.5 振り返りインタビュー

訓練中群3例とも自己内省ができ、順調な訓練進捗が窺われ、本研究を気持ちの整理のきっかけとしていたようだ。

訓練前群からは、本研究を通して気づきへと導かれたことより、コラージュ制作のようなイメージ体験を重ねて自分自身に向き合い、見守り手との対話を通して気づきが促される心理的サポートが求められるだろう。

Gのような訓練数カ月前から開始初期では、適切な課題の指定によって先行きが見通せてゴールがイメージできると、不安が緩和され自己研鑽に打ち込めることが推察される。但し、A、Cは変化の一因に教官の見極めの承認を挙げており、不安の緩和には達成イメージの構築以外にその保証が大きく影響することも認識すべきであろう。

4. 総合考察 継続的コラージュ制作の観点から

4.1 全体の構成

一般的には7名とも、毎回漠然とした不安感やその裏返しともとれる好きなものを用いて表現をしていた。これは、不安に向き合いながらも好きなもので構成することにより、バランス感を持って自身の心的環境を整え、安定感をもって自らに臨んでいこうとする姿勢に感じられ、「パイロットに最も要求されるのは『揺らぎの無い自己』という基盤、即ち孤独に耐え得る自己というもので、そのため、情緒安定や不安傾向の少ないことが彼らの特徴」(黒田, 1978)に合致する。7名ともに、通常経験しない心的イメージの動きをモニタリングするにあたり、見守り手である筆者とともに眺め、ほどよい問いかけによって内面に向き合い自らのコーピング機能を働かせることができたことは、「深みにはまらない為の予防」にもつながると考えられる。

4.2 認知物語アプローチの観点から

心理的課題の生成プロセスでは、第三者的視点ではなく、作者自身が主人公である「私」の物語であることが42例(1人6回×7人分)中半数の21例で見られ、主人公である「私」も、制作中の「私」、作品の中にいる「私」、作品の中にはいない「私」など様々だった。大前(2010)も「主人公を設定することは、CI自身から距離を置いた形となり、主人公の課題としてCIの問題が導き出されやすくなる」と述べるように、7名7様の形で課題を提示して向き合っていたと考えられる。

4.3 NEO-FFI 5因子人格検査の観点から

訓練中群の得点は、「神経症的傾向」は低く、「外向性」

「開放性」は平均以上、「調和性」「誠実性」は高いことで共通していた。「パイロット的パーソナリティの特徴は、達成、秩序、支配、持久が高く、求護は低い」(黒田, 1978)、「気分が動揺し易く、神経質で、少しのことでも気が動転し、憂鬱になる者は操縦士には向かない」(岡上, 1995)ことから、訓練中群の結果は機長の行動特性の指標となると考えられ、アセスメントの一助となることが示唆された。

4.4 心理臨床的に見た「機長」とは

Balint (1959/1991) が操縦士をフィロバットとし、中井(1993)がコラージュを行う者は冒険者でフィロバットとしたことに着目して本研究ではコラージュを用いたが、それは単に身体的に鉄を操り、飛行機を操縦することに留まらないと考えられる。Balint (1959/1991) は、“身体的”なフィロバットと“精神的”なフィロバットを区別し、精神的フィロバットとは「自らの活動の中に満足を見出す人」、「見ることのできる人」、「距離を置いて存在している人」、「危険がやって来ようとしても目をそむけない人」とし、中井の言う「冒険者」も、コラージュ制作を通し自身から目を背けず、距離を置いて素材や作品を扱うことができる精神的フィロバットを指すと推察できる。Balintの言をもとに考えると、パイロットは自ずと身体的なフィロバットであるが、自身の内面を「見ることができ」「目をそむけない」精神的フィロバットとなることが機長昇格への心理的変容とも考えられ、コラージュ制作は内界の視覚化による対峙として意味があったと推察される。また、フィロバットと対極にある、教官という対象から高評価を得る事が訓練の目的で、「自尊心が持てず」、「対象から何かをもら」うことで満足するオクノフィルが体験する「言語以前の心的素材は、恐らく、触覚、温覚、嗅覚、味覚が集ったもの」で「はっきりとした形をとらないが高度に感情が負荷された感覚であり、いわゆる低次感覚由来のものである」ことから、主人公の感覚、感情の同定から作者の課題の指定につながる認知物語は、オクノフィルからフィロバットへの変容を目指す機長昇格訓練の支援に資する方法だといえよう。

オクノフィルは「過剰な対象備給を行い、重要な対象を保存しこれにしがみつくと能力を向上させるというものでその反面、自立的な自我の発達はおろそかになる」、フィロバットは「過剰な自我備給を行い、自我の働きであるみずからの個人的スキルに過剰に専念し、適切、親密、持続的な対象関係を発展させることのほうはなおざりになる」(Balint, 1959/1991) が、機長には適度な対象関係の発展と自我機能が重要と思われ、俯瞰的な「超越的視点」(川崎, 2018)から広い視野で全体を「見る」ことが必要となろう。

4.5 イニシエーションの観点から

認知物語での「主人公の課題」の有無を出発点とし、イ

パイロットの機長昇格訓練における自己理解に関する考察
— 継続的コラージュ制作と認知物語アプローチの試み —

ニシエーションとしての「分離」「過渡」「統合」を念頭に検討した結果、各々の課題ごとに、昇格への成長に応じた複数のイニシエーションがあり、その最終段階のイニシエーションが訓練で行われ、全てが成し遂げられると全体としての機長たるまとまりを帯び、昇格へ迫り着くと考えられる。この構造はコラージュ制作にも、缺で切る行為を分離、構成を過渡、作品完成を統合として準備されよう。佐藤（2022）は台紙上で素材構成の試行錯誤を「逡巡」としたが、訓練中群に選ぶ・選ばない、構成・再構成等の逡巡が見られ、素材の四辺をしっかりと糊付け「イメージ体験を刻み込む」（中村，1999）ことでイニシエーションの体験を固定化していたようだ。この逡巡過程即ちコラージュにおける多様な素材の寄せ集めとなる構成は、素材ごとの物語が素材同士を結びつけた全体の物語へと変化したように、コラージュの構成変化を今後の訓練での自己変容への進捗状況把握に資するかもしれない。

機長昇格訓練とは、ある副操縦士曰く“機長ムラに入れてもらうための入村式”で、それは村人（機長）に違和感を抱かせずに同じ振る舞いができることを見せるための通過儀礼であり、ある機長の言を借りれば、副操縦士の“殻を破り”“ひと皮むけ”，副操縦士的な精神を“吹っ切り”“脱却”し，“機長らしく”なるという側面が推察される。河合俊雄（2000）は「イニシエーション自体が、没入と外に出ること、没入と否定との関係である」と考え、イニシエーションにおける没入とは、「ますますそれに深く入っていく態度を意味する。たとえば不安を克服しようとするのではなくて、益々不安を強め、それに深く入っていくのである」とし，“機長らしく”なるためのイニシエーションも、自分の内面深くに入り、自分と向き合うことが必要であろう。加え、イニシエーションにおける否定を「イニシエーションの外に出て、内に没入せずに外から眺めること」としているが、訓練においても、内に没入して自身と向き合う場合と、外から眺めて、「自分には超えることができないとはっきり認識することによって、実際には超えていないにもかかわらず、何かを超え」る場合とがある。即ち機長の能力を獲得し、かつ自身の限界を認識することで、“機長らしく”なり昇格を達成すると言え、そのような機長はイニシエーションを経て「統合」を成した「フィロバット」（Balint, 1959/1991）と言えるだろう。

4.6 訓練中群と訓練前群の結果の相違について

コラージュ制作と認知物語で表出したテーマが、訓練中群（A/B/CとGの後半）は訓練に関する物（「次の挑戦」「不動心」等）で、訓練前群（D/E/FとGの前半）はそうではなかった（「休日」「鰻への道」等）。この差は、Cの「そのために生きている期間だと思います。訓練に関連した作品になっちゃいます」との言が象徴するように、訓練中

群が体験する最終段階の「機長へのイニシエーション」と、そこまで深くは没入していない訓練前群の「訓練へのイニシエーション」の差の表れと推察できる。故に訓練前には特に、イメージを自己理解へと円滑に導けるように、訓練乗員が主体的・能動的に自己に没入し、かつ自己を外から見られるようなサポートが必要であろう。

4.7 本研究で得られた、副操縦士のアイデンティティ変容に対する支援策の示唆

心理検査を使った従来の訓練乗員の自己理解の支援に対し、本研究のように継続的コラージュ制作で能動的に自己に向き合い、認知物語で主体的にそれを語ることは、本人の漠然とした課題を納得いく形で無理なく顕然化させ、向き合いやすくと考えられる。故に支援者は、訓練乗員の主体性と能動性に留意し、イメージを自己理解へと導けるように、かつ信頼関係を基盤に自己に向き合う本人を尊重するような伴走役に徹するべきであろう。

その際の一案として、Cの「一回一回は何も考えずにやっていたので、振り返ることにつながった」からも示唆されるように、継続的コラージュ制作により、自分の心理的变化に気づきやすくするために、作品を並べて時系列に沿って振り返ることが挙げられる。これは、作品中の自分や主人公を作品の外にいる自分が見る行為で、「見ることができる人」（Balint, 1959/1991）は精神的フィロバットであることに加え、「シャーマンは頭だけ切り離され、自分が怪物に解体されるのを凝視し、自分が死ぬのを見る。（中略）この見るという否定の行為によってこそ、自分の死という経験がより実感され、没入も深まるのである」（橋本，2008）、「再びイメージに身を入れる」（平尾，2013）、「二重の心的プロセス」（皆藤，1994）に相当し、没入と否定の視点と通ずると考えられる。

Eliade（1958/1971）が「イニシエーションは自然たることをやめさせ、修練者を文化に導くものである」と説くように、機長昇格訓練は機長の文化を会得する場という大きな視点から、副操縦士として死に機長として再生する場と捉え、支援者は、イメージを介した対話等を通してイニシエーションに寄り添うことが求められよう。

さらに、コラージュ制作のリラックス効果にも着目したい。パイロットは元来、心理相談を嫌悪する傾向が強いが、その理由は大きく二つあるだろう。第一に、「パイロット的パーソナリティの求護は低い、すなわち、（中略）人に依存したり、他の助けを得ることは嫌う」（黒田，1978）。第二に、「パイロットが抱く心理的な問題に関する一般的な通説は、それらがひとたび外部に知られると操縦士免許の取り消しとなり、生計の糧を失う可能性がある」（ヨーロッパのパイロットピアサポートマニュアル EPPSI Guide（EPPSI Board, 2020）筆者訳¹⁾）というもの

¹⁾ 原文：The common belief and fear amongst pilots that any mental health or psychological issues, if known to the outside world, will have the immediate consequence of removal of their flying license or medical certificate, with the consequent possible loss of livelihood.

で、心理的な問題を抱えているとパイロットでいられなくなるという恐怖感が考えられる。そこで本研究の7名の変化に見られたように、コラージュ制作のリラックス効果によりその精神的なハードルを下げ、まずは相談室に足を運んでいただくきっかけづくりに寄与すると思われる。

5. おわりに

多くの取り組むべき課題に直面し、自身の心理的課題にまで目を向けることが難しい訓練乗員に対する支援とは、まずはコラージュ制作や傾聴等でストレスレベルを下げ、必要に応じて、臃げなイメージから課題を明確にしていこうとする用意が、その一助につながると考えられる。

本研究によって、「こちらは何もしない」(河合隼雄, 1970) 姿勢でありつつも、自力で乗り越える機長へのイニシエーションを妨げない支援のあり様は示唆された。

パイロットのイニシエーションは、「操縦士訓練生」から「副操縦士」に昇格する際でも既に始まっている。今後は対象者を絞らず、イメージ療法や認知物語アプローチを含むナラティブアプローチを活用し、パイロット訓練に対する心理的サポートを実践的に積み重ねていきたい。

謝辞

人生の中で最も貴重とも言える時間を割いて研究に協力してくださった7名の皆様に、心から感謝申し上げます。

文献

- [1] Balint.M, “Thrills and Regressions”, International Universities Press in New York, 1959, 中井久夫, 滝野功, 森茂起 (訳) “スリルと退行”, 岩崎学術出版社, 1991
- [2] Eliade.M, “Birth and Rebirth”, Haper & Brothers Publishers, New York, 1958, 堀一郎 (訳) “生と再生—イニシエーションの宗教的意義—”, 東京大学出版会, 1971
- [3] EPPSI Board, “EPPSI Guide to PPSPs 2nd Edition”, pp.2, 2020
- [4] Gennep.A.V, “Les rites de passage, Étude systématique des cérémonies”, Librairie Critique, Paris, 1909, 綾部恒雄, 綾部裕子 (訳), “通過儀礼”, 岩波文庫 (白219-1), 2012
- [5] 橋本朋広, “心理療法におけるイニシエーション・モデルの検討”, 大阪府立大学大学院人間社会学研究科心理臨床センター紀要 1, pp11-21, 2008
- [6] 秦恭子, “通過儀礼としての文学教育-イメージ療法との比較からみる可能性”, 国語教育思想研究, 7, pp22-31, 2013
- [7] 平尾和之, “風景構成法に身を入れる”, 岸本寛史・山愛美 (編), 臨床風景構成法”, 誠信書房, pp203-222, 2013
- [8] 皆藤章, “風景構成法—その基礎と実践”, 誠信書房, 1994
- [9] 河合隼雄, “カウンセリングの実践問題”, 誠信書房, 1970
- [10] 河合隼雄, “<総論>イニシエーションと現代, 河合隼雄 (編), 心理療法とイニシエーション”, 岩波書店, pp1-18, 2000
- [11] 河合俊雄, “イニシエーションにおける没入と否定, 河合隼雄 (編), 心理療法とイニシエーション”, 岩波書店, pp19-59, 2000
- [12] 川崎克哲, “風景構成法の文法と解釈—描画の読み方を学ぶ”, 福村出版, 2018
- [13] 小西康裕, “Professional identity再構築に関する臨床心理学の一考察—機長昇格訓練を乗り越える過程にみる心理的変容—”, 放送大学大学院臨床心理学プログラム修士論文 (未公開), 2011
- [14] 黒田勲監修, “航空心理学入門 飛行とところ”, 鳳文書林, 1978
- [15] 桑野偕紀・前田莊六・塚原利夫, “機長の危機管理”, 講談社, 1997
- [16] 森谷寛之, “コラージュ療法実践の手引き—その起源からアセスメントまで—”, 金剛出版, 2012
- [17] 村上耕一・斎藤貞雄, “機長のマネジメント”, 産業能率大学出版部, 1997
- [18] 中井久夫, “コラージュ私見, 森谷寛之, 杉浦京子, 入江茂ほか (編), コラージュ療法入門”, 創元社, pp137-146, 1993
- [19] 中村勝治, “コラージュ療法の独自性, 森谷寛之・杉浦京子 (編), 現代のエスプリ, 386, コラージュ療法”, 至文堂, pp42-50, 1999
- [20] 中村勝治, “開業心理臨床におけるコラージュ療法, 入江茂・高江洲義英 (編), 芸術療法実践講座 3, コラージュ療法・造形療法”, 岩崎学術出版社, pp59-75, 2004
- [21] 岡上巳彌子, “第9章 航空心理学概説, 上田泰 (監修), 臨床航空医学”, 鳳鳴堂書店, pp343-352, 1995
- [22] 大前玲子, “箱庭による認知物語療法 自分で読み解くイメージ表現”, 誠信書房, 2010
- [23] 佐藤仁美, “ぼくらのコラージュ 作品とインタビューで描く3年間の心の軌跡”, くだかけ社, 2001
- [24] 佐藤仁美, “コラージュ—機序から本質を探る試み—”, 精神科治療学, 37(9), pp1009-1014, 2022
- [25] 下仲順子・中里克治・権藤恭之・高山緑, “日本版 NEO-PI-R NEO-FFI 使用マニュアル 改訂増補版”, 東京心理, 2011
- [26] 杉野健二, “コラージュ療法”, 黎明書房, 2011
- [27] 横田友宏, “国際線機長の危機対応力”, PHP研究所, 2019