

陰性外傷をもつクライアントに対する「支持-表出モデル」の試み

石田 弓¹⁾

The Attempt of "Supportive-Expressive Model" to a Client with "Negative Trauma"

Yumi ISHIDA¹

Department of Psychology, University of Tokushima

ABSTRACT

The number of divorce cases has been increasing. Weak emotional ties and discord between parents can make their children feel uneasy, hinder the development of their personality and affect their future personal relations. A female client had been mentally suffered from such parental discord and the shortage of the empathy of her parents. The therapist administered "Supportive-Expressive Model" (Okano, 1995). He sometimes became sick at the client weeping with her sorrow and troubles about her personal relations. But this act of "weeping" was found to bring out the "self object" of the therapist, giving her an opportunity to heal her, satisfying her desire of "amae" and encouraging her development. By accepting her "Narcissistic Weeping", he worked together to make her deepen insight into herself. In this process, she recollected some traumatic memories with intensive emotion and gradual improvements in the relations with her parents and colleagues were found. Likewise, this study makes some suggestions on the psychotherapy for the clients with "Negative Trauma" (Okano, 1995) due to the shortage of empathy of their parents.

Key Words : Supportive-Expressive Model, Negative Trauma, Narcissistic Weeping

I はじめに

今日、心的外傷に対する治療的関心が高まるなかで、岡野（1995）は「支持-表出モデル」を提唱している。児童虐待などによって心に深刻な傷を受けてきたクライアントに対する心理療法では、その傷つきやすい心を支持しながらも、内面の探索を徐々に進めるといふ2つのアプローチがバランスよく機能して初めて、傷つき続けてきた心は癒され、未

1) 徳島大学総合科学部

1. Faculty of Integrated Arts and Sciences,
The University of Tokushima

発達なまま停止していたパーソナリティの発達が、その芽を吹き返すと考えられる。

本事例研究におけるクライアントは、パニック発作を主訴に来談した女性であったが、幼い頃から両親の不和や共感不全によって傷ついてきた。暴力的な虐待を受けていたわけではないが、親からの共感不全の蓄積もまた子どもの心に傷を与え、対人関係上の不適応につながる可能性がある。岡野（1995）は、こうした心の傷を「陰性外傷」と呼んでいるが、これに関しては「不明な点も多く、これからの研究が待たれる」とも述べている。

筆者との心理療法のなかで、クライアントはほとんど毎回、幼い子どものように泣きながら辛さを語っていた。こうしたクライアントに対する筆者の支持的感覚は、「よしよし」することであった。そして、この関係性に庇護されながら、自身の支配性や自己愛的傾向、未熟さなどに対する気づきと受容を深めるなかで、クライアントは忘却されていた外傷記憶を想起し、激しい除反応が生じた。その後、父親との対決を経て、親子関係や現実適応に少しずつ改善がみられるようになった。

本論文では、筆者が「陰性外傷」をもつと考えたクライアントに対して「支持-表出モデル」の心理療法を適用する上で学んだ事柄について検討する。また、経過初期と終結時に施行した「火のある風景描画法」（石田,1996）に示されたクライアントの内的変化についても考察する。

Ⅱ 事例の概要

1. クライアント：瞳（仮名）。20代後半女性。公務員。中肉中背。快活で笑顔がさわやか。年齢よりも少し幼い印象を受ける。趣味はマンガを見たり、TVゲームをすること。

2. 主訴：夜中に動悸が激しくなり、脈も速くなって「死の恐怖」に襲われた。こうした発作の再発が恐い。また、職場での対人関係や親子関係におけるストレスが強くて辛い。

3. 生育歴・問題歴：幼少期より両親が共働きで保育所に通っていたが、記憶はほとんどない。中学1年時、万引きで捕まり、共犯の友達の名前を言って以来、いじめを受け、無視されたり、叩かれたりして辛かった。これ以後、人間不信になり、高校でも影が薄かった。成績は普通。高卒後、人が喜ぶ仕事をしたくて、専門学校に進学。ここでは、良い仲間を支えられて生活は大きく変わった。資格取得後、就職した。しかし、仕事量が過剰で、対人関係のストレスも強かった。2年目の冬、職場で動悸がして気分が悪くなった。その晩も布団のなかで動悸や脈が激しくなり、すぐに受診した。検査は異常なし。心の問題と思って、筆者の非常勤先の精神科を受診。心理療法の紹介は主治医による。

4. 家族：両親と瞳が同居。妹は県外で下宿生活。

父親（52）：貧しく厳格な家庭で育ち、中卒で出稼ぎをさせられて苦勞した。職を転々として、現在は会社勤務。母親とは恋愛結婚。性格は頑固で真面目、辛抱強い。瞳に対しても厳しかった。

母親（53）：11人きょうだいの末っ子で、わがまま。パートをするが、喧嘩早く、対人関係が気に入らないとすぐに辞めるので、職を転々とする。人の悪口を言ってストレスを発散する。家事が嫌いで、掃除も年1回程度。食事もスーパーの惣菜が多い。小さい頃、一緒にいたのは少なかった。

妹（22）：大学生。活発で優秀。甘え上手なので、昔はよく泣かしていた。現在は仲が良い。

母方祖母：幼い頃に面倒をみてくれたらしい。小学4年頃、両親の喧嘩が激しく、「離婚す

るかもよ」と言われてショック。専門学校時代に死亡。

Ⅲ 面接経過

約2年間、計75回の面接経過を5期に分けた。クライアントおよび他の登場人物の発言を「」や『』で示し、筆者の応答は〈〉で示した。

第Ⅰ期（#1～#14〈X年2月～6月〉）【自分は最低！】

#1～5：初回面接では、来談の経緯を語りながら、不安発作のことでは「死ぬかと思った」と言ってポロポロと涙をこぼす。心理療法に対しては「ストレスが溜まっているので早く受けたかった」と来談動機が高い。笑顔の「がんばります！」が健気を感じられた。

職場では、仕事量が異常に多いのに加えて、同僚どうしの悪口が頻繁に聞こえて悔しいことが多い。「周囲が仲良くあって欲しい」「悪口は聞きたくない。注意できない自分も情けない」と言ってシクシクと泣く。また、この時期に同僚と職場の不満を言い合ったが、喉に丸い物が詰まった感じがしたと言う。この症状は、その後も時々表れた。

家庭では、服薬によって気分は少し落ち着いてきたが、まだ心細いので両親と寝ていた。しかし、腫の不調に対して父親は機嫌が悪い。服薬にも否定的で「甘えている！」と怒る父親に対して「理解が少ない」と言って泣く。筆者は〈辛さを分かってくれないのですね〉と共感的に応答した。また、母親のわがままで夫婦喧嘩が多いことも辛いと言ってウルウルと涙を浮かべる。筆者とほぼ同年であったが、恥らう様子もなく、すぐに涙を見せる腫には、どこか幼い子どものような印象があった。

なお、#4で「話していると自分の嫌な面を見てしまう。また人間不信が出てきても嫌。大丈夫？」と不安になったので、筆者は〈触れたくないことは言わなくても構わない〉ことを保証した。

#6～8：職場では、上司A（50代女性）の悪口が聞こえると、すぐに自分のことかと思ってしまう。「Aは大変さを分かってくれない。私も人を信じれず、表面的に付き合っているのは悪い」と言って自責の涙を流す。

#6で心理検査を勧めると、「自分のことが分かれば、オドオドしなくてすむかも」と言って同意した（ロールシャッハの言語反応と「火のある風景描画法」を表1、図1に示した。TEGはCPとAC優位のU型〔葛藤タイプ〕）。しかし、〈周囲を気にして嫌な思いを溜め込み、増幅させて飲み込まれてしまうかも。気にするのは自他に対して「こうあるべき！」というのが強いからかも〉と結果を伝えると、「気にしてしんどくなったのか。強くなりたくていじめに耐え、しんどい仕事を選択したが、逃げだったのか。自分は弱い！」と言って大泣きする。筆者は勝手に悪く解釈して泣きじゃくる腫に少し驚いた。〈結果がショックだった。お父さんに怒られた感じかなあ〉と返すと、「最近も父がTVを観て『これだから人間はダメだ！』と言ったときに、自分のことを言われた感じがした。どうしたらよいの？」と言って泣き続ける。筆者はなぐさめるかのように〈一緒に見つけられるかな〉と応えた。しかし、翌週には「先週は結果を過大解釈した。あれこれ関連づけてわーっとなる」と苦笑する。観察自我は育っている感じを受けた。

#9～14：この時期から、腫は対人関係に焦点を当てた話題を展開させたが、「人目が気になって、信頼される印象を与える。『良い子でないといけない』と思う。相手が悪くても、良いところを見つけて悪く思うのは抑える」と言って泣く。また、本当は仕事を辞めたい

表1 ロールシャッハ・テストの言語反応（特徴的なものを抜粋）

- I. ②怖い顔。動物が怒ったような。
- II. ②真赤な血がついた人を上から見たような。赤が血みたいで怖い。ドキドキして怖い。
- III. ③死を前にした人の寂しそうな感じ。死んでいく前のように怖い。
- IV. ⑦海でガシャッと削られた、ちょこんとある崖。侵された岩が立っている。
- V. ②2人の男性が寝そべっている。木か何かにゴロンと眠っている。1人は良い夢を見ているが、1人は怖い夢を見ている。
- VI. ⑤このへんが怖い。小さな子どもが暗いところに立っているような。小さな子どもは親を見ている。その子の前には親が立っている。
- VII. ②1人の人が立っている。その人の過去は良かったり悪かったり波がある。今立っているところは現在で薄暗い。でも、頭の方は暗いから、この人には見えない。
- VIII. ①2人の動物が周りを汚くしている。せっかく綺麗なのに汚くしている。ネズミかクマが自然を壊している感じ。今はまだ薄水色だが、そのうち真黒になる。木もだんだん枯れてきて、そのうち木がなくなる。前は綺麗だったのに。泣けてきた、寂しい（涙）。
- IX. ③女性が服を着ている。豪華な服だが、性格が良くないから、せっかく綺麗な服を着ていても綺麗に見えない。その女性の顔を見たいが、恐くて見れない。
- X. ②崖に人がいるが、2人は手をつないでいるから落ちないが、1人はひゅーんと落ちていく。遠くの方で神様が见ているが、それはその人の運命とそのままで見ている。さっきの人は突き落とされたのかも。

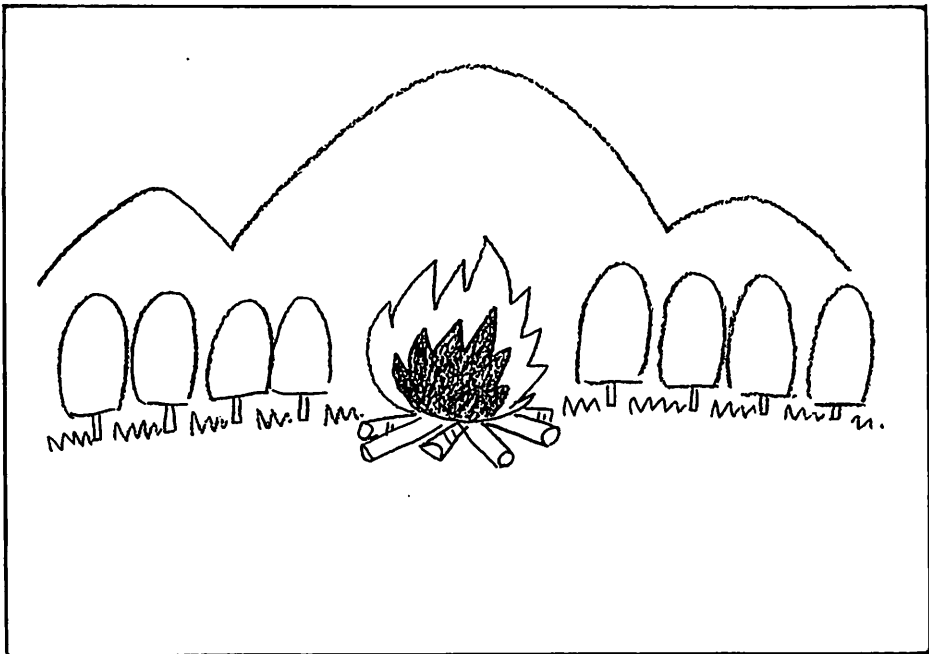


図1 「焚き火」

が、「先輩B（40代女性）が大変になるし、悪口も言わそうで怖い」と言って泣く。他にも、上司に「Bが腫の悪口を言っている」と言われてショックを受け、「Bを疑う自分が嫌！」と言って泣く。特に泣くほどでもないようなことで涙を浮かべたり、自責的になって泣きじゃくる腫に対して、筆者は少し呆れてしまうこともあった。しかし、「体調は良くなってきた」と言うので、〈改めて面接目標を明確にしますか〉と提案すると、「悪い方向に考えを膨らめてしまう自分の考え方について考えたい」と述べた。自身の問題についてある程度自覚しているようであった。

しかし、#14では、自分を知らぬことに再び不安を感じ、「私は嫌な奴かも…」と言って泣く。万引きをして周囲を傷つけたことも「全て自分の甘さのせい！」と拡大していく。〈中学時代の自分が許せていないのかな〉に対して「人を傷つけたくなくて逃げないことに決めた。自分は許せない。最低だから！」と言って泣く。〈自分を最低と思い続けるとしんどいね〉と返すと、「自分が可哀想かも。話してスッキリした」と言って笑顔を見せた。

第Ⅱ期（#15～#35〈X年7月～X+1年1月〉）【なんで私ばかり！】

#15～24：上司Aの悪口を怒りたいが、父親の「悪口を言うとお自分に返ってくる」という言葉があって、嫌いと思いたくないと言って泣く。また、先輩Bの負担を考えると退職できないが、腫が忙しくても先に帰るBに不満を感じ、「人間不信が残っているのか？」と言って泣く。筆者が「不信」の意味を探索すると、「良い人の嫌なところが見えたら傷つく」と言ってアンビバレントな感情に耐えがたいことが分かってきた。しかし、この時期には、職場で大声で笑えて、「初めて自分が出せた感じ」が得られたり、「一生懸命するほど悪く言われて嫌だった」と、これまでの辛さを泣きながらもしっかり語ることができるようになってきた。

家族については、いじめられたときに父親が「腫も悪かったかも」と言ったことを思い出した。〈「よしよし」してくれたのはお母さん？〉と尋ねたが、「相手にしてくれなかった」らしい。ルーズで自分勝手な母親に対して、「母みたいになりたくなかった」「母は寝ていることが多く、会話は少なかった」と怒りや無念さを語る。しかし、その一方で、体調の悪い夜は母親と一緒に眠り、「母の寝息に呼吸を合わせたら安心して眠れる」と言って一体感を求めているように感じられた。また、職場の辛さを言っても聞き入れず、強制的ですぐ怒る父親に対する悔しさを語りながら、過去と現在の思いをつないでいく。他にも、妹と喧嘩して「自分がこうだと思うことを人にも決めつけている」ことや、結婚願望はあるが、家事ができなくて、一人暮らしも怖いことなど、家族との関係で「気づく」ことの多い時期であった。

#25～35：母親が職場でトラブルを起こし、父親は腫に不満を言うので辛くなる。「母は全く堪えていない。両親とも嫌な気持ちのまま黙っている。祖母の『離婚するかも』を思い出して『どうしよう！』となる」と言って大泣きする。いじめられたときも「辛そうにすると家が暗くなるから」明るく振舞い、独りで泣いていたらしく、「今も両親が仲良くして欲しい」と言って涙を流す。両親の不和が、どれほど腫の心を傷つけてきたかが伝わってきた。

職場では、組合役員を押しつけられ、「会議に出ない人もいるのに、なんで私ばかり！」と言って泣きじゃくる。「なんで私ばかり！」は発作時にも出た言葉であることが思い出さ

れた。しかし、話の最後には「悪いことを見逃す自分も許せない」と自責的になる瞳に対して、<いつの間にか自分が許せなくなるようですね>と返すと、自身の思考パターンに少し気づいた様子。しばらく、このテーマが吟味された。「うつ状態の男性職員Cの辛さを聞いてあげられなくて悪かった」「人を傷つけたくないが、傷つけられたくない自分も嫌な奴」などと言って泣く。<最後はどうしても自分が「嫌な奴」になるね>と返すと、「どうしたらいいの?」と泣きながら訴える。少々うんざりしながらも、子どもをなだめるような調子で、<でも、今日話したことは、ずっと自分で考えてきたことですよ>と応え、<これでいいですよ>と言ってようやく笑顔を見せた。

こうした瞳の自責感、父親と関係していることが多く、「もっと苦しんでいる人がいる」と言う父親の言葉も重くのしかかっていた。<お父さんの考えがいつも出てくる?>に対して、「自分らしさはないのか。こう言われて喉が詰まる。本当は見つけたがっているのかも」と喉の圧迫感が面接場面で現れた。<心の引っかかりが身体に表れるのかな>と心の身体をつながりについて解釈すると、「身体に出るのが本心かも」と気づく。これ以後、喉の圧迫感は消失していった。そして、この期の終わりには『私が何とかしなければ!』だった。「本当は人の悪い面も認めているけど、打ち消す」といった気づきを泣きながらも語った。「でも、泣くのはここだけ…」と言いながら。

第Ⅲ期（#36～#56<X+1年2月～9月>）【期待に応えないといけない!】

#36～45: この期の始めに、瞳は自分が少し変わったことを自覚する。母親に「もう心配させられるのは嫌!」と正直に言えたり、仕事を休む男性職員Cをわがままに感じて、「会うと怒ってしまいそう!」と同僚に話した自分に驚く。また、コンパで知り合った男性(29歳)に自分から遊ぶ約束をして、交際が始まった。「自然にいられる」「精神的に頼れる」とのこと。

両親については、昔はヒステリックですぐ叩いた母親と、蠟燭で灸をする父親が怖くて「良い子」にしていたことを回想したり、職場での辛さを両親に泣きながら話せたことを「以前と違って嬉しい」と述べる。特に父親との関係が少し変化してきた。上司Aに悪口を言われた辛さを話すと逆に叱られ、いまだに母親と寝ていることや薬に頼っていることも批判された。反論しても、さらに「思い上がっている!」と言われてショックを受けたが、「相手が自分の思うようにならないと辛くなっていたのかも。でも、父の言うことだけを聞き入れるのは嫌だから、もっと話していく」と父親にはたらきかけていく意思を示した。

この時期に、筆者は繰り返される瞳の「泣き」の重要性を理解し、陰性感情をもたずに受け入れることができた。涙とともに鼻水が出たときには、そっとティッシュを置くこともあった。一方、#40で瞳は「面接はいつまで?」と尋ねる。役立った点を尋ねると、「好かれるように振舞って、良い反応が返らないと傷つくことに気づいた」と言う。この質問の意図を尋ねると、「自然に泣けるのはここだけ。症状がなくなったので、まだ甘えて良いのかと思った」と言って継続を希望した。甘える自分を実感しているように感じられた。

#46～56: この期の後半では、両親との関係性に変化が生じてきた。「父の言う通りが次第に聞けなくなってきた。今、思春期をしているせいか、父と普通に話せるようになってきた」と興味深いことを述べる。筆者は<やり残しを修めつつあるのかな>と返した。また、

しばらく母親と一緒に寝ていたが、「次第と一緒に寝るのが不自然に感じられて自室に戻った。すごい速さで親離れしているのかも」と自身の成長を評価したりする。こうしたなかで、「親に好かれようと努力したが、親は気づかなかった。万引き後は親の気に入るように生きてきた」と過去の辛さを涙ながらに語ったり、「親は結婚しろと言うが、離れたくない。家事もまだ母に甘えている」と分離の寂しさも語った。〈まだ子どもをしていたいかな?〉に対して「かな…」と泣笑いする。そして、「両親を遠くから見ていたが、今は近づける」と両親への接し方が少しずつ変化してきたことを喜ぶようになった。

一方、彼氏との結婚を決心したが、父親に伝えるのは辛かったようである。別れることを考えると、祖母の一言を思い出して辛くなる。しかし、「離婚に怯えて、親をまとめようとしてきたが、今は『自分たちで決めていく』と思えるようになった。結婚式の準備をしながら『今まで親の言うことを聞いていただけだった』と思って自信が出てきた」と笑顔で述べることもあった。また、「職場に行くのが嫌だと正直に思える」ようにもなった。〈嫌という感情を受け入れられるようになってきたと〉「以前は反省ばかりだった」と振り返る。そして、結婚を機に仕事を辞めることを先輩Bに言い出しにくかったが、話すと納得してくれたらしい。

この期の終わりには、「自分を振り返って辛かったが、自分が分かって良かった。『こうあって欲しい』を周囲にも求めて、そうでないと辛い。『強い自分』が『理想の自分』で、そうでないときは『自分は弱くてダメ!』と責めていたことに気づいた」と述べた。また、筆者が「良い悪い」で評価する根っこに何がありそう?と探索すると、「『悪い』は人の期待に応えないこと」などと連想しながら、〈根っこに「期待に応えないといけない」がある〉ことが「分かって嬉しい」と言って泣笑いする。嬉しくても涙が出るようである。

第Ⅳ期（#57～#67〈X+1年10月～12月〉）【やっと安心してきた!】

この期になると、父親の「期待に応えなければいけない」を自分に強制していたことが繰り返しテーマとなる。〈「期待に応えない悪い自分」は見捨てられる感じ?〉「別れることを考えると辛い。祖母の言葉が忘れられない。別れを恐れて気に入られるようにしていた」と泣きながら語る。また、わがままな母親に対して好きと嫌いの両方の感情をもつことも「いけないこと」のように感じていた。なお、この期の前半に、筆者は来春で当精神科を転出することに決まったが、この時期に「別れ」を切り出すことには慎重になった。

#63では、昔から疲れていても、父親に「しんどがるのはやめろ!」と言われていたことを思い出し、「弱音を吐いてはいけなかった」と言う。そして、#64では、「ずっと家で泣くことを我慢していたこと」に気づく。泣くと父親が「そんなことで泣くな!」と怒ったらしい。ここから急に発作時の記憶が鮮明に蘇ってきた。「発作時に『何で私ばかり!』と言った。昔、妹は熱で学校を休めたのに私は行かされた。発作が起こる夕方、飼い犬に『私が死んだら両親をよろしくね』と話した。夜中に動悸が激しくなり、『死ぬなら親のそばで…』と両親の寝室に行き、苦しくて助けを求めたが、父に『迷惑かける。我慢しろ!』と言われて自分で電話した。一番助けて欲しかったときに拒絶されて傷ついたことを思い出した。『病院へ行こう』と言って欲しかった。再発を恐れるのは、再び拒絶される恐さから!』と言って引きつけるように泣く。発作時のエピソードは何度も語られてきたが、初めて聴く心の現実があった。〈また拒絶されるのが恐かった〉と返すと、「あのときの拒絶

を思い出すのが怖かった。いじめのときも父は『転校するな!』だった。それで『期待に応えなければ』と思って、辛くても明るく振舞って嫌われないようにしてきた』と言って激しく泣き続ける。これはいつもの泣きとは異なり、面接室の窓ガラスがピリピリと震動するかのような迫力があつた。筆者は圧倒されたが、時間を延長して、瞳が十分に落ち着くまで黙って向かい続けた。

#65 では、「思い出したことを我慢できなくて父に話した」と泣きながら語る。筆者はこれにも驚いた。「我慢しろ!」と言われたショック、祖母の一言、夫婦喧嘩の辛さなどを泣いて抱きついて話したところ、父親は『分かってあげられなくてゴメンね』とよしよししてくれたらしい。母親も泣いたとのこと。そして、「言えなかったことを言えて嬉しかった。話しても大丈夫だった。不安だった自分がやっと安心してきた』と言ってうれし涙を流す。

#66 では、「昔は誰かが責任をとってくれたが、今は自分でやらないといけないので自信がないのだと思う」と語る。まだ自信はないが、親から少し自立し、自分の行動に責任をもって生きなければならないことを自覚しつつある一言に感じられた。また、心理療法で気づくことに対して「気づかなかつたときよりも楽」という実感を得ていた。

第V期(#68~#75<X+2年1月~3月>)【ちょっと違ってきて嬉しい!】

この期に入ると、相変わらずうつ状態にある男性職員Cを相談機関に紹介して、1人で抱え込まないようにするなど、職場でも適応的な動きがみられた。そこで、#68で筆者は転出による面接の終結を伝えると、とっさに瞳は「私は大丈夫!」と笑顔で答えた。しかし、翌週には「心配かけてはいけない。面接をしてくれたお礼と思って『大丈夫!』と言ってしまった」と言って苦笑する。そこで、筆者と別れることの思いについて話し合い、「終結は残念だけど、ここで気づいたことをやれたら良い」と整理していく。そして、#70の翌週には、結婚式を挙げた。結婚後も『心理療法で全部分からないと楽になれない』が『このくらいで良いか』になったと述べる。筆者は<心理療法にも限界はあるから>と応えた。

終結が近づくなかで、瞳はこれまでの経過を振り返った。「取り越し苦労が多く、どんどん膨らんで現実的に見れなかったのが少し変わった」こと、「以前の『私は可哀想』が、ちょっと変わったことが嬉しい」こと、「発作時のことが、少し思い出になってきた」こと、「今は心のなかで怒れる。無理に良いところも探さない」こと、「結婚して家事も全部して少ししっかりしてきた」ことなど、自身の変化を評価できるようになってきた。

一度だけ動悸がしたが、つわりであることを知って喜ぶ。服薬しなくても安心できるようになり、「思い込みで症状を作っていた」と述べた。筆者の<心理療法にも眼界はある>も意味があつたようで、「自分にも限界があつてもいいと思うと楽になった」と笑顔で語る。また、内面の変化は行動にも少しずつ表れてきた。「忙しいのに仕事を回す先輩Bに不満を言うと分かってくれた。不満を認めるのが辛かつたが、これが本当。思ったことを言えるようになった」「父の説教も聞き流した。今までこれがしんどかつたが、そんな感情があるのも仕方ない」などと言って、自身の否定的感情も次第に受容できるようになってきた。

最終回、筆者は瞳がよく「気づく」という言葉を遣つていたことを指摘すると、「納得できないことがあると、すぐ昔の自分のせいにしていた。気づいたのは、言葉で気持ちを

すことの大切さ」と述べる。〈考え続けたことに自信をもってよいと思う〉と伝えると、「最初は『自分は悲惨で可哀想な人』で、『自分を殺して周囲のために』ができないと自責的になっていたが、ちょっと違ってきたのが面接の成果」と言う。大きく評価しなかったことに真実味を感じた。そして、最後に「たくさん泣いた。ずっと辛い感情を抱えていたのかな。先生は黙って聴いてくれた。ありがとう」と言って笑顔で退室していった。なお、終結時に再度「火のある風景描画法」を施行した（図2）。

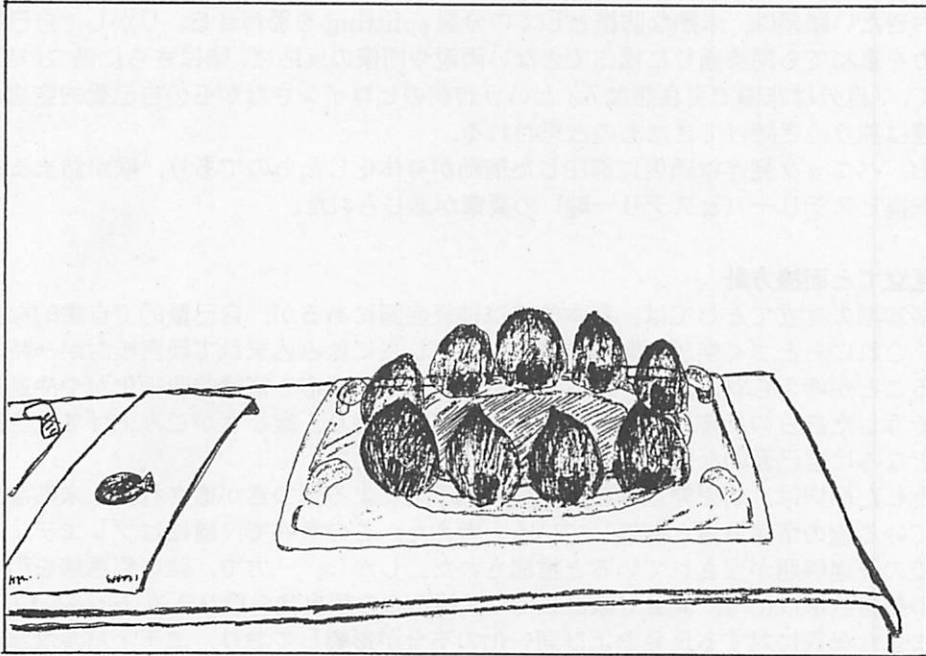


図2 「ガスコンロの火」

IV 考察

1. 問題の理解と面接方針

1) 中核的な問題に対する理解

多少の折檻はあったが、瞳の両親は子どもを虐待するような親ではなかった。しかし、その生立ちからして厳格な父親は瞳を厳しくしつけ、わがままな母親は瞳にヒステリックに当たるが多かった。幼い頃から瞳の情緒に波長を合わせることに少ない親本位の養育態度は、瞳の心を微小ではあれ、繰り返し傷つけてきたことが推測される。Lee&Martin (1991)は「養育者や環境からの適切な対応が欠けていることが、心的外傷を生じさせる」と述べている。こうした親の共感不全や情緒的応答性の欠如が子どもの心に与える傷を、岡野(1995)は「陰性外傷」と呼んでいる。

また、両親が繰り返す喧嘩は常に瞳の心を不穏にし、祖母の「離婚」の一言は家族崩壊と見捨てられの危機感を強めていた。そのために、瞳は子どもらしい要求や甘えを犠牲に

し、両親の関係の修復と統合のために気苦労を重ねてきた。しかも、この自己犠牲的傾向は、我慢を強いる父親の厳しいしつけと相乗的にはたらいっていた。しかし、万引き事件によって、瞳は周囲を傷つける「最低！」の自己イメージと罪悪感を抱くこととなり、その後はいじめを受けても涙を見せず、「期待に応える良い子」になるべく努力を強めていった。

こうした傾向は、家庭外の対人関係でも発展していく。職場の険悪な人間関係も「自分が」平穏にしようと努力するが、ここには心地よい環境に身をゆだねていたい幼児的願望が感じられる。また、アンビバレントな感情が辛くて、「良い」ものと「悪い」ものを隔離しておきたい願望は、未熟な防衛としての分裂 splitting を思わせる。しかし、自己犠牲的な努力を重ねても期待通りに操作できない両親や同僚の反応に、瞳はさらに傷ついていた。そして、「自分は悲惨で可哀想な人」という悲劇のヒロインさながらの自己愛的空想のなかで、瞳は独り泣き続けてきたものと思われる。

なお、パニック発作は過度に抑圧した情動が身体化したものであり、喉が詰まる症状には、転換ヒステリー（ヒステリー球）の要素が感じられた。

2) 見立てと面接方針

面接初期の見立てとしては、基本的には神経症圏にあるが、自己愛的で自虐的な傾向が強く、これにもとづく空想が刺激されると、悲しさに飲み込まれて現実検討が一時的に低下することが考えられた。ロールシャッハ・テストの反応も情緒的明細化がやや過剰であり、そうした自らの反応に刺激されて不安が高まったり、寂しさがこみ上げて泣き出すようなところに自己愛的な傾向を感じた。

こうした傾向は、幼児期以来の両親の共感不全による傷つきが癒されず、未熟なまま停止している瞳の情緒発達と関連していると考えた。この意味で、瞳にはプレエディパルな水準での発達課題が残されていると推測された。しかし、一方で、強い罪悪感を引き起こす瞳の超自我形成には、愛着対象としての父親からの超自我の取り込み introjection と、わがままな母親に対する反発および同一化の不全が影響しており、エディパルな水準での発達課題も抱えていると考えられた。

ところで、岡野（1995）は、心の傷をもつクライアントに対する心理療法では、「支持的な状況での探索的アプローチ」が「治療の最終目標」であると述べている。そこで、面接方針としては、幼い頃から傷つき続けてきた瞳の辛さに共感し、自我支持的に対応していくことを基本とした。しかし、病理水準を考慮すれば、瞳の自我を支持しながらも、無意識的な情動や葛藤、自己欺瞞および幼児期からの対人関係パターンなどに対する気づきを徐々に深めていくことは可能と考え、表出的・探索的なアプローチも加味することとした。そして、心の傷を癒しながらも自己洞察を深めることで、適応の改善とパーソナリティの発達を促進することを目指して「支持-表出モデル」（岡野、1995）を瞳に対する心理療法の基盤においた。

2. 技法としての「支持-表出モデル」の試み

1) 心の傷の癒しと支持的アプローチ

瞳の自己犠牲的努力（操作）は、母子一体感にも似た心地よい世界に浸っていたい切実な願望の表れのように思われた。逆に見れば、養育環境はそれほどまでに安心感に乏しい

ものとして体験されていたのであろう。そこで、両親の共感不全によって陰性外傷を体験してきた瞳に対する支持的アプローチとして、筆者はまず安心して語ることのできる「安全な環境」(Pine,1985)を提供した。〈触れたくないことは、言わなくても構わない〉ことの保障も、辛い体験を無理に語らせ、再び傷つけてしまうことから瞳を護る意味で、安全感を与えると考えた。また、面接のなかで行き詰まりを感じ、「どうしたらよいの?」と泣きながら訴える瞳に対しては、〈ずっと自分で考えてきたことですよね〉と応答し、瞳の一生懸命さを受容していくことが、自我支持的になると思われた。

こうした関係性のなかで、瞳は毎回のよう泣いていた。山口(1997)は「涙は、来談者の言葉にならない悲しみを訴え、来談者の内界の生き生きとした生命力につながる道筋であった」と述べている。このことは瞳にも当てはまるが、筆者は瞳の「泣き」に、これとは異なる側面も見出した。

瞳の「泣き」を擬音語で表すと「ウルウル」「シクシク」「ピーピー」といった感じで、まるで幼い子どものものであった。しかし、本来、幼児の「泣き」は、親からの「あやし」や「なぐさめ」を引き出す性質をもつ。幼児が辛くて泣いていると、親は抱きかかえて「よしよし」する。こうした情緒的ニードに波長を合わせる attunement ことのできる親は、子どもの発達を促進する自己対象(Kohut,1971)として機能する。しかし、瞳の両親には、この自己対象機能が乏しかった。熱があっても、いじめられても、職場で辛くても、発作が怖くても、父親は常に「我慢!」を強いてきた。

しかし、こうして思春期頃から人前で涙を見せなくなった瞳が、面接場面で繰り返し泣くことには、退行的・太古的なかたちではあれ、筆者から自己対象機能を引き出そうとする無意識的な期待があったと考えられる。土居(1997)は「精神療法を求める基礎には、『甘え』を満たされたい無意識的動機」があり、「自己対象転移」は「甘えに相当する」と述べている。筆者も甘えをほどよく受容することが、両親からは得ることの少なかった自己対象機能を瞳に提供すると考えていた。

2)「自己愛的な泣き」を「よしよし」する

セラピストから自己対象機能を引き出す「泣き」を、筆者は「自己愛的な泣き」narcissistic weeping と考えて支持的に対応した。これは日本語で言うところの「よしよし」する感覚のものであり、泣きべそをかき幼児をあやすかのような口調や言葉遣いでもってなされた。こうした対応を引き出す瞳の「泣き」は、辛い感情の発散以上に、心地よい「甘え」の体験につながっていたものと思われる。安心して繰り返し泣くことのできる関係性のなかで、辛さを「よしよし」することは、クライアントの傷ついた心をなぐさめ soothing, 癒しに必要な甘えの欲求を満たしていくと考えられる。

ところが、経過前半では、これが独り善がりな泣きを感じられて、筆者はしばしばうんざりしていた。しかし、瞳自身も「泣くのはここだけ」と述べたように、ずっと「独りで泣いていた」瞳が、ようやく他者との関係性のなかで泣くことができたことの重要性を理解することで、筆者は「自己愛的な泣き」に付き合うことができた。そして、筆者から「よしよし」され直し、なぐさめや甘えが満たされる体験は、辛くなるとすぐに引き戻されていた「悲惨で可哀想な」自己イメージを過去のものとし、健康な自己愛としての自尊心を育てていくための契機を与えていたように感じられた。

ただし、クライアントの「甘え」の欲求に対して、セラピストが禁欲的に反応したり、過度に退行させる不安を抱いたりすると、発達を促進する自己対象機能を提供しそこなう可能性がある。「甘えはその満足が全く相手次第なので傷つきやすい」（土居,1997）ために、セラピストに向けられた「甘え」が満たされない場合は、拒絶という再外傷体験になるので注意したいところである。

3) 自己への気づきと表出的・探索的アプローチ

「自己愛的な泣き」に対して「よしよし」する感覚が、筆者の「支持-表出モデル」の支持的側面であったが、同時にあくまで瞳のペースに合わせながら、内面に対する気づきを促す表出的・探索的アプローチもとっていた。特に自責傾向や思い込みで行動する傾向などについては、繰り返し探索を深めた。こうしたなかで、いつしか瞳が「気づく」という言葉を用い始めたことは印象的であった。最初に気づいたことは、「相手が自分の思うようにならないと辛くなっていた」という操作的傾向や、自分を殺して「期待に応えようとする」傾向が両親からの見捨てられ不安に由来することであった。自身の体験の意味を自分で言葉にすることは、自己愛的空想と現実とを区別する能力を養う上で役立ったと考えられる。また、終結期の「すぐ昔の自分のせいにしていた」「悲惨で可哀想な人」などに対する気づきは、自己愛的な自己イメージから脱しつつあることを予感させた。

もちろん、「気づき」は瞳にとって容易なことではなかったが、必ずしも「良い」とは限らない心の現実と直面し、引き受けていくことは、自身の言動に責任をもって生きていく上でも必要である。本当の意味での心の癒しも、セラピストのなぐさめがもたらすのではなく、これに支えられながらクライアント自身が自己洞察を深め、人生を主体的に引き受けていくなかで達成されるものと思われる。その意味で、父親との対決以降の「発作時のことが、少し思い出になってきた」「結婚して家事も全部して少ししっかりしてきた」などは、繰り返された気づきによって芽生えた自信によるもののように思われる。また、第IV期末の「気づかなかったときよりも楽」という実感は、陰性外傷に対する表出的・探索的アプローチの有効性を示唆している。

4) クライアントとセラピストの関係について

次に瞳と筆者の関係性について検討する。クライアントが向ける様々な転移感情の、どの側面にセラピストが反応しているかを意識化する努力は必要である。筆者は瞳の「自己愛的な泣き」に自己対象を求めるニードを感じ、スーパーヴィジョンでも無意識的に「良い親」として振舞おうとしていることに気づかされた。反復的に向けられる転移感情には、クライアントが親との関係で欠如していた自己対象機能をセラピストとの間で再び獲得したいニードがあると考えられる。しかし、本当に期待されるのは、「よしよし」と支持的に接する「母親的な機能」だけではなく、辛さに共感しながらも、クライアントを内面の課題に向かわしめる厳しさをもった「父親的な機能」も兼ね備えた自己対象なのではないかと思われる。この意味で、「良い親」になろうとしすぎて、筆者までが瞳を「悲惨で可哀想な人」だけにしてしまわないように注意する必要があった。

こうした視点から見ると「支持-表出モデル」は、子どもの成長に対して両親が果たす役割、すなわち「父性」と「母性」の両方が潜在する両性具有的な治療モデルと言えるか

もしれない。そして、この両方の要素がバランスよく機能することで、過去の心の傷つきは過去のものとして納められ、新たなアイデンティティを形成していくための契機が与えられるのではないかと思われる。

また、このモデルに潜在する父性と母性との関わりを通じて、瞳は両親と対等な人間関係を発展させた同時に、女性性や母性性をも発展させたのではないだろうか。すなわち、超自我の強い父親からの言われるがままを卒業すると同時に、少しずつ母親としての役割を確立し始めたのである。そして、筆者は、瞳が両親とのやり残し-母親と一緒に安心して眠ることや、父親に「よしよし」されたり、反発すること-を納めて巣立っていくための、また、新たに異性との関係性を発展させていくための「橋渡的存在」としても機能していたのではないかと思われる。

5) 除反応 abreaction と「支持-表出モデル」

パニック発作時のエピソードは何度も語られてきたが、#64では、初めて語られる重要な記憶があった。想起されたのは、苦しくて両親に助けを求めたが、父親から「我慢しろ！」と拒絶されたショックであった。そして、激しい除反応のなかで、再発を恐れるのは死の恐怖のためではなく、親から「再び拒絶される」恐れのためであったことに気づいた。死の恐怖に襲われているにもかかわらず、父親から拒絶された体験は、ずっと抱えてきた親からの見捨てられが現実になったかのようなショックを与えたために、発作時の記憶から解離されていたのではないかと思われる。

岡野(1995)は、心的外傷をもつクライアントの心理療法における除反応の重要性について述べている。しかし、瞳の除反応は筆者が引き出したものではなく、「支持-表出モデル」が自然に導いた可能性がある。「安全な環境」(支持的側面)のなかで、徐々に内面に気づく体験(表出的・探索的側面)を繰り返すことは、解離されていた記憶が外傷の再体験にならないように想起され、その意味を受けとめていくためのレディネス(準備状態)を形成していたのではないかと考えられる。

ただし、激しい除反応の後、外来のクライアントを現実世界に戻すにあたっては注意を要する。筆者は時間を延長して、瞳が落ち着いてから面接を終了した。しかし、翌週までに父親と対決したことを知って驚いた。結果的に父親から受容されたが、もし父親が共感的に応じなければ、瞳は再び拒絶の傷を負う可能性がある。父親との対決は、衝動の行動化 acting out とも考えられる。したがって、除反応によって情動が解放された後は、クライアントがこれを適切に包容 contain していくための手続きも必要になることを痛感した。

3. 「火のある風景描画法」に見られる内的変化

初期の心理検査時と終結時に、筆者は「火のある風景描画法」を施行した。1枚目は「焚火」であり、「周囲に燃え広がっていく」と述べた。瞳の不安に基づいた空想が拡大してしまう傾向を示すものと思われた。また、火の形態は簡素であり、情緒的印象も乏しい。描画全体のシンメトリーの強さも「感情の閉塞」や努めてバランスを維持しようとする傾向を示唆している。

2枚目は「ガスコンロの火」であり、「毎日使う火」と述べた。アットホームな印象があり、実際とは異なるが、丸みのある火はほのぼのと燃えている感じがある。また、家事が

苦手であった瞳から、こうしたイメージが生じてきたことは興味深い。この火は「妻」の役割を引き受け、今まさに「母親」になりつつある瞳のなかに、かつて母親からは得られなかった女性性や母性性が育ちつつあることを、そして、両親から独立し、自身の家庭を築きつつあること象徴しているかのような感じられた。

V おわりに

瞳との心理療法は、筆者の転出のために終結する運命にあった。終結を伝えた瞬間の「私は大丈夫！」は瞳らしい反応であった。しかし、筆者に「心配をかけてはいけない」思いがとっさに出たことに気づき、その上で終結の「残念さ」を語ることができた。筆者との別れをしっかりと体験することは、別れを恐れてきた瞳が、依存対象からの精神的な別れと自立を引き受けていくための重要な機会を与えたと思われる。最終回での無理のない笑顔のお別れも、瞳の成長を感じさせるものを感じられた。

瞳の心理療法は、泣きながらも気づき続けた2年間であった。繰り返し泣き、満たされなかった甘えを再体験するなかで、他者への安心感が育つと同時に、愛される価値のある自己の感覚が育ってきた。また、自身のネガティブな感情も受け入れられるようになってきた。筆者は両親との関係で欠如していた自己対象機能を「よしよし」するイメージをもって提供した。それと同時に、内面の探索を支えることで、瞳が辛い過去を自我に統合し、主体的に心の現実を引き受けていく作業をともした。もちろん、瞳のパーソナリティに著しい変化が生じたわけではない。しかし、気づき続けたことで育ってきた自信と自尊心は、瞳の今後の人生を支えていくものと思われる。

<付記>筆者に心の傷の癒しと心の成長について多くのことを教えてくださった瞳さんに深く感謝いたします。

引用文献

- 土居健郎 (1997) : 「甘え」理論と精神分析療法. 金剛出版.
- 石田 弓 (1996) : 火のある風景描画法に関する基礎的研究—健常者と分裂病者の描画内容と描画形式—. 臨床描画研究 11, 214-237.
- Kohut, H. (1971) : *Analysis of the Self*. International University Press, New York. 水野信義・笠原 嘉監訳 (1994) : 自己の分析. みずず書房.
- Lee, R. R. & Martin, J. C. (1991) : *Psychotherapy After Kohut: A Textbook of Self Psychology*, The Analytic Press, New Jersey.
(竹友安彦・堀 史朗監訳 (1993) : 自己心理学精神療法 コフト以前からコフト以後へ. 岩崎学術出版社)
- 岡野憲一郎 (1995) : 外傷性精神障害. 岩崎学術出版社.
- Pine, F. (1985) : *Developmental Theory and Clinical Process*. Yale University, London.
(齋藤久美子・水田一郎 (1993) : 臨床過程と発達① 精神分析的考え方・かかわり方の実際. 岩崎学術出版社)
- 山口義枝 (1997) : 面接における涙の意味. 心理臨床学研究 15 (4), 371-382.

(2003年10月3日受理)