

## 心理学研究法としての心理療法

—面接空間で生じる情緒プロセスへのアプローチ—

石谷 真一

### Psychotherapy as a Method of Psychological Study

—An Approach to the Emotional Processes which Occur in the Therapeutic Space—

ISHITANI Shinichi

#### Abstract

In this paper the author suggested that psycho-dynamics oriented psychotherapy was also a method of psychological study about the emotional processes which occur in the close relationship. The structure of psycho-dynamics oriented psychotherapy forces clients to play out their representational world in the therapeutic relationship. So the emotional processes take place in the therapeutic couple, and not only clients but also therapists have some emotional experiences, which don't happen without the partner.

Psychotherapy is a participant observation, but in this situation it is multi-dimensional, because therapists have to inquire not only the outer conditions but also the inner conditions. The former ones are information which clients talk or show in verbal or nonverbal communications, and the later ones are emotional experiences which arise in therapists' own minds responding to clients' emotional experiences. They appear in therapists' feelings, thoughts, behaviors, physical responses, and dreams.

The orthodox methods of psychology are based on the assumption that human mind is a separate unity from the other mind. But the working of mind in the therapeutic situation cannot be investigated without account of mind of the partner. Such a layer of mind is called inter-subjectivity, and it is an important factor of psychological development in infancy and toddler age. Even in adulthood, it influences intimate relationship and social adaptation. The method of study about it is needed. So psychotherapy is valuable to be considered the method of investigate of the unsolved area of mind.

**キーワード：**力動指向の心理療法、心理学研究法、情緒プロセス、多次元参与観察

**Key words:** psycho-dynamics oriented psychotherapy, a method of psychological study, the emotional processes, multi-dimensional participant observation

---

本学人間科学部心理・行動科学科教授

連絡先：石谷真一 〒662-8505 西宮市岡田山4-1 神戸女学院大学人間科学部心理・行動科学科  
ishitani@mail.kobe-c.ac.jp

## 1. 臨床心理学の研究法

従来、心理療法は心理臨床実践の中核を成すものとして、心理学、また臨床心理学分野においてさえ、研究ではなく実践として捉えられてきた。もちろん、心理療法実践の経験の蓄積から、心の働きや仕組みについて数々の有益な知見が得られ、それらを包括するような心理療法発の心の理論化も行われてきた。現在の臨床心理学の心についての理論はほとんどが実践経験から構築されていると言って過言ではない。とは言うても、心理療法は実際に来談者に向けての心理学的支援であり、研究のために行われるわけではないので、心の働きの解明に寄与するところがあったとしても、それは実践の副産物と見なされたり、臨床実践の更なる向上に役立って初めて価値が認められるという面がある。

臨床心理学ももちろん研究法を持っている。しかも極めて多様な研究法がある。臨床心理学とはそもそも実践活動に始まり、研究成果は再び実践活動に還元されるという実践学である。それゆえ、実践の対象を把握し、対象への働きかけの過程を分析し、働きかけた結果を評価する、といった実践過程各々について研究が必要となる。対象の把握はアセスメントとして、対象として心の働きを如何に捉えるか、それにはどのようなアセスメント技法が適切かといった研究テーマがある。働きかけの過程とは心理臨床実践のプロセスそのものである。臨床実践の始まりは個人心理療法（個人面接）であったことから、働きかけの過程の分析は、事例研究としてもっぱら取り組まれてきた。働きかけの結果の評価は効果研究として数多くの研究の蓄積がある。研究法も数値的客観性を重んじるエビデンス・ベースドな量的研究法もあれば、生の臨床素材を生かしつつ雑多な現象から意味を見出していく質的研究法もある。

下山（2001）は臨床心理学の研究を概観し、実験法・調査法・臨床法の3つの系譜があるとした上で、臨床心理学の本質である実践性を考慮すると、参与観察の形をとる臨床法（実践型研究）にこそ臨床心理学研究の独自性があると述べている。ただし下山はいわゆる事例研究が臨床心理学の研究法たるには、実践性と科学性を両立させるべく、ある程度一般性のあるモデル（仮説）の構成（生成）と検討を循環させる研究でなくてはならないとしている。その点、我が国の事例研究は研究法として不十分であると述べている。また下山は、臨床心理学がいわゆる基礎心理学の研究成果の臨床的応用に過ぎないとする考え方を「応用図式」として退け、上述したモデルの構成と検討を実践の場で行う「関連の循環図式」を提唱している。

下山の概説は臨床心理学の研究の現状と展望を網羅的に述べている点で学ぶところが大きいですが、筆者はある点で下山とは異なった意見を持っている。それは、臨床心理学もまた心の営みのある局面、心の働きのある層を解明する基礎心理学足りうると見なしている点である。臨床心理学独自の方法、すなわち心理臨床実践という行為によって研究するのが最もふさわしい心の営みがあると考えている。そこで本小論では、心理療法を心の営みの特定の局面の研究法として捉え直すことを試みる。そして心理療法面接という実践活動が同時に、他の心理学の研究法では解明し難い心の働きの特定の側面に、研究の光を当てることを示したいと考える。

そもそも心とは身体の生理活動のように実体のあるものではない。心理学は心を研究する学問だが、実際には心の働きや営みと呼ぶような現象を対象としている。しかし心の営みと呼ぶものは我々の日常生活や精神生活に遍在している。そこで心が関わっていると考えられるどのような種類の現象に研究対象を絞るのかによって様々な心理学が別れてくる。観察対象のある特定の状況に限定することで、多種多様な心の働きの比較的少数の面を研究対象とすることが可能になるわけだ。心理療法もまたかなり特異な状況である。つまり心理療法面接という状況で際立って現れる心の働き、心の営みというのものもある。この心の側面の解明こそ、臨床心理学が他の心理学へと発信できる独自の貢献を為せる領域のはずである。

そこで本論では心理療法面接という状況をまず明確化する。次に心理療法面接の場では如何なる心の営みが生じるのかを検討する。そしてその営みを探求するには如何様な方法がふさわしいのかを述べる。その上で、心理療法が来談者への心理的援助という実践に加えて、人の心の営みを明らかにするという心理学研究の一翼を担うに値するかどうか議論する。

## 2. 心理療法面接という状況

### ①力動指向の心理療法

まず心理療法面接という状況の明確化から始める。ここで議論する心理療法面接とは、来談者と援助者が1対1で面接室という個室で、心理療法のために一定の時間を共に過ごすという面接を定期的に行うことを指す。しかしこれだけではあまりに漠としている。実際の個人面接型の心理療法は上記の設定に加えて、その技法独自の様々な状況設定が行われている。そこに踏み込まないことには状況の明確化は行えない。それゆえ本論では心理療法場面の状況設定を厳格に綿密に行う特定の心理療法に着目して以下の議論を進めることにする。それは、精神分析療法を中核とする力動指向の心理療法である。この立場では、状況設定のことを治療構造あるいは面接構造(岩崎他, 1990)という観点から説明している。

面接構造について述べる前に、力動指向の心理療法について若干の説明を加えておく。力動という言葉は、心理力動(psycho-dynamics)の略であるが、その前提に、心には相矛盾する諸力が共存していてその間に葛藤や軋轢、妥協などが生じ、そうした心の内部に想定される力が現実場面での対人-社会的行動や症状形成の主要な要因となっているという理解がある。もっとも今日では、純粋に個人内の心理力動のみを問題にすることは少なく、心理力動は対人力動(interpersonal dynamics)と連動するとの理解が優勢になっている。つまり力動指向の心理療法とは、心理療法場面で援助者と来談者の間に生じる対人力動を手掛かりに、来談者の心理力動を探索し介入することを目的とする心理療法である。力動指向の心理療法以外にも心理療法は数多ある。心理療法の多様性は数ある心の働きの中で何が来談者の問題に最も関与していると考え、何を介入の標的にするかによるところが大きい。情緒的側面を最も重視しうるか、認知・思考面か、あるいは身体・生理的側面か、はたまた行動面か。力動指向の心理療法では来談者の心に生じる情緒プロセスを援助の鍵と考える。それゆえ面接構造は来談者の情緒ができるだけ自由に生じ展開し、それに対して援助者が感受性を高く保ち、そしてそのプロセスに言葉を中心とした介入ができるように意図されている。蛇足になるが、力動指向の心理療

法は来談者を大人に特定しているわけではない。言葉を十分に操れない児童もまた来談者になりうる。その際は面接室の代わりに遊戯室（プレイ・ルーム）で遊戯療法（プレイセラピー）を行うが、力動指向の遊戯療法もありうるし、それを本論では力動指向の心理療法の一つに含めて議論を進める。

## ②面接構造

力動指向の心理療法における状況、すなわち面接構造では、面接者が変わらず同一人物であること、面接の場（面接室）が変わらないこと、面接時間や頻度・面接回数、それに料金をはじめとするさまざまな約束事（面接契約）といった外的・実際の側面が重視される。来談者が（同時に面接者も）守らねばならない禁止事項も数々ある。こうした構造は心理療法のプロセス（中身）が展開するための枠組み、容器としてなくてはならないものである。なぜなら、いったん心理療法的出会いが始まれば、これらの構造すべてが来談者、そして援助者の心の営みの媒体（道具や表現手段）となって、多様な情緒的意味を帯びるからである。すなわち面接場面のあらゆる事柄が舞台装置となって両者の心模様をそこに描き出す。したがって現実の事実性が担保されて初めて、面接の中で生じていることを両者の心の営みの為せる技として外から観察し、検討し、話し合うことも可能になるのである。もしも外的・実際の面接構造がなければ、面接はドラマではなく混沌とした日常そのものになってしまう。

しかしながら面接構造はこうした外的・実際の側面だけではない。援助者の来談者に向かう心構えといった内的構造もまた、心理療法の状況を特定する極めて重要な要因である。力動指向の心理療法では、目の前に現れた来談者を虚心坦懐に感じることができるよう自らの心を開放し、来談者の情緒が向けられる対象としてその心の一部を提供し、来談者からの肯定的な情緒反応も否定的な情緒反応も受け身的に受容でき、同時にはけ口とされつつも生きた情緒的反応性を失わず、かつ自らの情緒反応について主体的に考えることができることなどが重視される。受身的・受容的でありながら生き生きとした反応性を失わず、自らの情緒反応を即座に表出せず、まずは注意を向けその正体を突き止めようとする内省的な目を維持するといった心構えである。もちろん援助者の中に蓄積された心理療法に関する知識や経験も内的構造の重要な一部となる。

さらに面接では一体何をしていくのかといった面接作業に関する取り決めも重要な内的構造である。力動指向の心理療法の中でも精神分析療法においては、来談者に自由連想を求める。心に浮かぶことを、列車の客席から車窓の景色を眺めるがごとく、観察し報告するというものである。それに対し援助者（分析家）は、寝椅子に横になる来談者からは見えない背後に坐して、平等に漂う注意をもって傾聴する。また事前に来談者の過去、現在の対人関係を詳しく聴取し、来談者の成育歴の再構成を行う。そうして解釈という言葉での介入を重視する、などである。精神分析療法以外の力動指向の心理療法ではこれほど厳密に面接作業を取り決めていないわけではないが、上記に準じる面が強い。たとえば力動指向の遊戯療法では、児童が自発的に表出する遊びを大人の自由連想に相当するものとして捉えるところがある。

### 3. 心理療法面接で生じること

#### ①表象世界の表出・投影、転移現象

では、上記のような面接構造を設定することで、来談者（および援助者）の心には何が生じてくるのだろうか。端的に言えば、それは来談者の心と援助者の心とが一組となって展開する情緒プロセスである。しかもその多くが来談者と援助者の特殊な関係性という形をとって立ち現れる。上記のように構造化された面接室は、外とは切り離され隔離された特殊な空間である。たとえるなら実験室のようなものである。感覚遮断実験における無刺激室にも似て、来談者が自身の感情を定位したり方向づける手掛かりのない空間である。来談者は情緒的な真空状態に取り残されたようなものである。援助者という他者は確かにいるのだけれども、援助者は来談者がどのような関わりをもてば良いかの手がかりを与えてはくれない。来談者は日常の役割の自己をはぎ取られ、どんな方向づけも与えられないまま、援助者とともに置き去りにされる。その援助者も何を考え、期待しているのかわからない。敵なのか味方なのかもわからない。そんな状況に置かれた来談者は、心の底に眠っていた、人と関わる際の恐れや不安、期待や欲求が呼び覚まされる。心の奥底に眠っていた情緒プロセスが援助者を標的として展開し始める。それは即興演劇に似ているが、そのシナリオはしばらくは誰にもわからない。しかし面接の場に演じ出されるシナリオの元は、確かに来談者の心に眠っていたものである。その意味で来談者の心の情緒的な世界が表出されたと言える。力動指向の心理療法ではこれを表象世界と呼び、来談者の表象世界が援助者との関係の中に投影されるといった表現をする。こうした側面の探求はフロイトが転移現象を見出して以来、100年来の研究の歴史がある。今では来談者の転移に対する援助者の逆転移を一組の現象として捉える観点が優勢である（松木、2010）。これについては次項で述べる。

#### ②投影同一化とエナクトメント（実演）、間主観的な情緒プロセス

一方、援助者もまた面接の場の当事者である。来談者の心に生じた情緒プロセスは、援助者の心に必ず影響を与える。来談者がこの状況に強い恐れや不安を覚えたとすれば、それは緊張感に満ちた言動や表情、姿勢等で援助者に感知される。否、感知される以前に援助者は情緒的に反応しているかもしれない。たとえば来談者の不安を鎮めようと多弁になったり、必要以上に支持的になるなどである。その時援助者は知らず知らずのうちに、来談者が表出した表象世界の一対象となって、その対象を演じ出しているのかもしれない。対象とは心の中に住まう他者のようなものである。表象世界とは対象どうしが様々な関係を繰り広げている世界と見なせる。そこで対象関係とも呼ばれる。先述した心理力動とは対象どうしの調和や不調和として捉えなおされる。先の例では来談者の不安を鎮め恐れを取り除く保護的な対象という来談者の表象世界の一面を、援助者が自覚する以前に担っていると言えるだろう。あるいは担わされているという方が適切かもしれない。このように来談者の情緒プロセスには、単に表象世界を援助者との関係性に投影するだけでなく、援助者に表象世界の一端を実演する（enact）ように圧力をかける側面もある。したがって投影という言葉ではなく、投影同一化（projective

identification) という言葉の方が多く用いられる。投影同一化とは、相手に投影した対象に相手と同一化するような心理的圧力を、無自覚のうちにかけることを指す。

しかし面接の場で生じることは来談者の表象世界の投影同一化に留まらない。なぜなら援助者もまた心もち、来談者に生じる情緒プロセスに対応する形で、援助者自身にも情緒プロセスが生じるからである。それは来談者の情緒プロセスによって触発される面が強いのは間違いないが、同時に援助者自身の表象世界の一部もまた来談者へと逆投影同一化されている面も無視できない。そこで両者の間に生じる独特の関係性、あるいは情緒交流は両者の心が関与したいわば合金であるとする見解もある (Ogden, T., 1997)。すると面接の場で生じるのは両者の心が呼応して生じた特殊な情緒プロセスであり、それは両者が各々一人である時には生きることのなかった自分でない自分を体験しているということができよう。これらの現象は、人が心をもった他者をパートナーとした時に初めて顕在化する、情緒的な心の水準である。このような現象は親密な人間関係につきものでもあるが、ほとんどの心理学が研究対象と研究者とを厳密に分かつことで研究の科学性を担保しようとするので、上述の心の側面が研究の俎上に乗りにくくなる。心理療法の実践者はその点では極めて有利な立場にいても言える。ところで力動指向の心理療法では、このような情緒プロセスを促進するとともに、それが身体・行動の側面で発散・解消してしまわぬように規制もする。それでこそ、面接場面に表出された表象世界を十分に観察し、検討し、表象世界そのものの修正・変容へと導くことも可能になる。こうした禁欲原則は来談者に対してばかりでなく、援助者自身にも同様に課せられるものであることは明らかである。

これを別の観点から表現すると間主観的な情緒状態、あるいは間主観的な情緒プロセスとも呼べるだろう。間主観性という概念は未だ定義があいまいな言葉である。ここでは来談者と援助者の心が一つの全体的な情緒状態の両翼を担うような意味で用いている。各々が相手のカウンターパートを担い、二人一組の情緒プロセスを体験し、ある程度それを演じてしまうという状態である。だから両者の心が一体となっていたり、同じ心的内容を抱くなどと言っているわけではない。二人の心が共有された情緒プロセスを生きるということであり、共有された表象世界 (対象関係) の、互いに不可欠な要素 (対象) に同一化するということである。二人はともに元あった自分から連れ出され、幾分か他者にならざるを得なくなる。この面を Ogden, T. (1994) は精神分析場面に現れる第三主体と名付けている。つまり間主観的に共有された情緒プロセスとは、来談者でも援助者でもない、あたかも第三の主体によって動かされているようであり、来談者も援助者も面接場面の情緒プロセスにおいては、ある程度主体性を失う面が生じるというのだ。そこから主体性を再度回復していく際には、来談者ばかりでなく援助者も元の自分とはいくらか異なった自分になっている。

### ③心的外傷の再体験

こうした現象が何故に生じるのかは未だ議論が続いているところである。表象世界は多かれ少なかれ、その人の幼少期からの身近な対人交流の経験によって形作られるものなので、外傷的な対人経験を重ねた人なら、その際の情緒体験が表象世界に刻印されている。ここでいう外

傷とは、幼少期の心の形成途上で必要不可欠であった生命性のある保護的な心理—対人環境の侵害を意味する。そういった意味での外傷は一度きりのこともあろうが、実際は慢性化し日常化している場合の方が多い。そこで表象世界の表出・実演とは過去の外傷的情緒体験の再燃、再体験を伴うことになる。傷を癒されるというよりも、過去とは全く違った状況の下で類似の傷が再体験されていくというのが、実際に生じることなのだ。傷を受けたことも大きいとその傷を顧みられず、身近な他者に受け止められることもなかったことが外傷体験を深くし、表象世界をより過酷なものにしていると言える。心理療法場面で援助者との間に体験される外傷は過去のそれに比べれば微小で穏やかなものかもしれないが、それは必然的に生じざるを得ないのであって、大事なそれはそれを来談者とともにどのように取り扱うかなのだ (Casement, P., 2002)。

外傷的体験の再燃は心理療法のプロセスにおいてクリティカルなポイントである。まさに心理療法プロセスの山場、分岐点といってもいい。単なる外傷の再体験に終わるのか、それとも以前とは違って援助者に受け止められ、理解されるのかの違いは大きい。また外傷的体験を再燃させるような状況を来談者が無意識のうちに作り出しているとも見られる。援助者は最初から失敗するように仕組まれている。来談者はいわば反復強迫的に外傷的状况を再演するが、Winnicott, D. W. (1958) はこれを来談者の無意識的な希望、援助者への、そしてこの世界への信頼を確かめようとする試みだと述べている。

このように援助者は面接場面で、来談者との関係の中で生じる情緒プロセスのすべてをコントロールできるわけでも、感知できるわけでもない。不意に起こったり、起こしてしまう面が少なからずあることは否めない。しかしながら援助者の心の全てが情緒プロセスに巻き込まれているわけでもない。夢を見るときに、夢の中で生じる事柄の渦中にいる自分と、夢を覚えているという意味で夢の状況一切を外から見ている自分とがいるように、面接場面においても情緒プロセスに巻き込まれその一翼を担わされている部分と、そうした自分の在り方に違和感を感じつつプロセスを外から眺めているような部分とがある。後者は観察自我とも呼ばれ、前者の体験自我と対置される。面接構造は面接室内で生じる情緒プロセスとは無関係な事象的現実を堅固に作り出している。面接は面接室内の限られた時間内でのみ行われるし、援助者は来談者の現実の母でも父でもない。こうした事実性が観察自我を支えている。睡眠中の夢が覚醒した意識状態と峻別されるがゆえに、夢は夢として味わわれ夢の意味を検討することができる。同じく援助者のそして来談者の観察自我も面接構造の堅固さに守られて機能できる。それゆえに来談者は援助者とともに面接場面で体験する様々な情緒プロセスを存分に生き通し、またそれを観察し吟味することができるのだ。

もちろん面接場面で生じる情緒プロセスでは来談者の表象世界に由来する面が援助者のそれよりも強いという非対称性があるように、観察自我も援助者と来談者とは非対称的で援助者による観察、気づき、そして解釈 (介入) が先んじている面はあろう。それゆえ解釈によって来談者の観察自我に足場をかける援助が重要となる。しかし同時に、来談者と援助者とが文字通りその役割に沿ったところで関係を取り結び各々の役割を果たしているという、事実としての関係が堅固にあることもまたきわめて重要であろう。これによって来談者と援助者の両者は

互いに巻き込まれた情緒的錯綜からその身を解き放つことが可能になるのだ。

このような二人一組の情緒プロセスに終わりがあるのかという疑問もあろう。これは心理療法の終結をどのように考えるのかというたいへん大きな問題でもある。少なくとも上記の記述から次のようなことは言えるであろう。来談者は援助者の助けを得て、援助者とともに、この情緒プロセスを通せねばならないし、そのプロセスを十分に味わい、しかも生き延びなければならない。そのためには情緒プロセスを観察し、自己吟味する面も不可欠であろう。援助者の言語的解釈やそれ以外の非言語的なコミュニケーションでの介入がその助けとなる。これが従来からワーキング・スルーと呼ばれてきた側面である。

#### 4. 二人一組の情緒プロセスを探究する方法＝参与観察

##### ①参与とは何か

心理療法において何が生じているのか、来談者の心にどのような変化が生じるのかを調べる方法はいくつかある。何らかの客観的基準を設けて、時系列に沿ってその変化を客観的に記録することもできるかもしれない。行動観察や客観的な心理テストをツールとして用いれば数量的な分析も可能になるし、実証的なエビデンスの要件を満たした研究ができるだろう。他方、来談者が面接場面で語られた言語内容の、その質的な変化に着目する質的研究もできるだろう。いわゆるナラティブ研究がそれに相当する。児童のプレイセラピーであれば、言語内容に代わって児童が行った遊びの内容からその心理的意味合いを読み取ることで、児童のナラティブを捉えることが可能である。しかしいずれも、来談者を援助者との関係から切り離し、来談者の心が如何に変わっていったかを見ていることになる。それはあくまで結果であって、上述した心理療法の中で生じている情緒プロセスそのものを研究の俎上に挙げているのではない。

心理療法のように実際の関与があってその関与の結果として何らかの変化が生じる現象の探求には、関与という行為自体を研究対象に含みこんだ方法が不可欠である。これが従来から参与観察 (participant observation) と呼ばれている方法である。まさに心理療法とは参与観察そのものである。しかし何に参与し、何をどのように観察するのだろうか。力動指向の心理療法の場合、援助者は参与という主体的行為をしているつもりでいながらも、実際には、引き込まれ、巻き込まれ、ある役割を担わされ、演じさせられるといった受け身的な表現がふさわしいようなかわり方になっている面も多い。それゆえ北山 (2010) は参与観察よりも「出演しがらの観察」と呼んでいる。前章で詳述したように、援助者の参与の在り方は、実に多様な心の働きに及んでいる。よって言葉でもって何を来談者に語ったか、といった面は参与という現象のごく一部に過ぎない。言葉で何を語 (らせられた) り、非言語的にどのようなメッセージを送 (らせられた) り、いかなる役割を演じ (させられ)、何を感じ (させられ)、考え (させられ)、望み欲し恐れ (させられ)、夢見 (させられ) るかの全てに参与は及んでいる。また援助者だけが参与するのではない。参与は相互的である。

##### ②参与観察の対象と方法

では何を観察するのか。最終的には来談者の心の営み、中でも情緒的な面での心の働き方を



解明するのが力動指向の心理療法の目標である。表象世界、対象関係と呼んでも良い。しかしいずれにせよ、それ自体は目に見えない実体のないものであるから、援助者は様々な心の表れから来談者の心の営みを感じ取るのだ。観察というともっぱら視覚を用いる印象を与えるが、臨床場面での観察は気づくとか察知するという言い方の方が実際に近い。つまり視覚や聴覚、感情体験や内臓感覚などの身体感覚等をフルに使い、何か意味あるものを見出すという営みである。

まずは意識的に探索していくという能動的な観察方法がある。来談者の語り、児童なら遊びに筋(シナリオ)を見出し、あるテーマや意味合いを抽出しようとする。一見ナンセンスに思える話や遊びでも、それを重層的な意味を内包した象徴的・比喩的表現として捉えなおすなら、来談者の表象世界を、あるいは面接場面での関係体験を巧みに表現し伝達していることに気づくことは多い。このあたりはフロイトが一次過程思考と名づけた心の働き方の特徴に通じておけば助けになる。このようにして抽出されたテーマや意味を、来談者の生活史や問題となっている症状や困難と照らし合わせれば、来談者の体験の在り方や来談者固有の人生テーマなどがほの見えてくる。また来談者の非言語的表出、たとえば表情、からだの動きや姿勢、音声などから、範疇化可能な感情体験(喜び、悲しみ、怒り、抑うつなど)や、Stern, D. (1985)のいう生氣情動(vital affect)を感じ取ることもできるだろう。また援助者に対して、どのような情緒的欲求を向け、不安を感じ、接近あるいは回避的な関わりを作り出しているかという関係性の質、すなわち対人力動についても感知できるだろう。こうした意識的・能動的観察が参与観察の全てではないが、これを欠いては後述するもう一つの参与観察に如何に長けていても、心理療法の場で生じている情緒プロセスの探索を全うすることはできない。

もう一つは北山が「演じながらの観察」と読んだような、先に参与が生じていることに後から気づくといった観察の在り方である。これはたいてい受動的な気づきに能動的な探索が続くといった順序になる。ここでの気づきとは、自分の心の働き、特に来談者への態度、言動、来談者についての思考、感情などにかすかな違和感を覚える、何か自分でないものが忍び込み、自分の心の一部がそれによって占有されて自由を失っているような感覚を覚える、といった形で生じることが多い。あるいはそのような被侵入感、束縛感に抗うために、執拗に特定の反応に自分が固執していることに気づく場合もある。それゆえ観察対象は自分の外にあるのではなく、自分自身の言動、思考、感情、身体感覚といった自分の心の働きとなる。内省あるいは内的感受性といった方法が求められる。そうして最初の違和感や不自由さの意味を見出すことが目指される。これこそ面接場面で発動する二人一組の情緒プロセスの主要な探索方法である。

上述した多様な参与観察を統合する中で、面接場面の二人の関係性という舞台に、来談者がどのような表象世界を投影し、表象世界の実演を通して、何を探索あるいは回避しようとしているのか、来談者がまだ意味あるものとして捉えていない全体像を、援助者は次第に見出していく。このような方々に散らばった、一つ一つでは意味を為さない事象に意味を見出す営みが参与観察の真髄である。この意味が解釈をはじめとする様々な回路で来談者に伝達されることで、来談者もまた自分の心の闇を照らす光を手にすることができるようになる。意味を見いだせた分だけ、それを他者との関係に投影して外在化して外的に解消せずとも、感情や思考と

いった心理的内容として心に保持できるものとなる。これを Bion, W. (1963/84) はコンテイナー機能（アルファ機能）と名付けた。力動指向の心理療法とは多次元にわたる参与観察であり、参与観察という援助者の営み自体が来談者の心理的変容と援助に結びついていると言える。

## 5. 心理療法という研究法の意義

力動指向の心理療法は、個々の来談者への心理的援助という実践的意義に加えて、心の研究法の一つ、中でも他者の心と共にあることで発動する情緒プロセスといった側面を探求する研究法として成り立つのだろうか。多次元の参与観察という手法は、方法論としての厳密さを客観性や論理性にのみ求めるなら、他の研究法と比べあいまいで茫漠としているとの批判は免れない。しかし方法の妥当さはその研究対象との適合性という点からも検討されねばならない。その意味では、力動指向の心理療法の多次元参与観察という方法は、共鳴する他者の心と共にあることで発動する情緒プロセスという心の営みの特定の層を解明する方法としては適切なものとする。次の問題として、対象としている心の層が研究の対象となるほど普遍的（誰の心にも備わっている）であるか、またこの心の層がどれほど日常の多様な心の営みと関連しているのか（心の病理以外に影響力を持っているのか）があるかと思う。障害を抱えた極めて特殊な心の働き方にもみられるものではないこと、またこの心の層が心の情緒的側面にのみ関連しているのではなく一見無関係に思われる認知や思考の面とも深く関連していること、さらには他者との関係の持ち方を大きく左右し社会生活上の適応や幸福感に影響し、何より養育や教育の営みに大きく関係し次世代の心の発達形成に多大な影響を与えること等は、4、50年の歴史を持つ乳幼児発達研究の知見と親-乳幼児への心理臨床的支援の経験から十分に支持されている（Stern, D., 1985, 95）。

この研究領域について述べることは本小論の範囲を超えるものであるが、力動指向の心理療法が研究対象としている心の層の重要性を強調する意味で、少し触れておきたい。乳幼児観察研究は、養育者（主に母親）と乳児の対面場面での情動交流を実証的に解明するものである。情動交流そのものは目に見えないので、両者のコミュニケーションを様々な回路の行動レベルで捉えようとする。たとえば、まなごしのやり取り、声の掛け合い、ゼスチャー、姿勢の変化等の相互作用を、ミリ秒単位で測定し両者のテンポやタイミングの一致や不一致を検討するなどである。こうした情動の相互調整を養育者との間で無数に繰り返すことを通じて、乳児は次第に自己調整の機能を発展させていく。また養育者との相互調整の体験から生み出された自己調整の機能は、養育者以外の他者との相互調整の機会にも発動し、新たな他者との相互調整の在り方に影響することもまた、愛着に関する観察研究などから確認されている。こうした自己調整と相互調整の連動という観点は発達心理学の Sander, L. (1995) の提唱したモデルだが、力動指向の心理療法場面での、心理力動と対人力動の連動、あるいは投影同一化のプロセスについて実証的観点から証左を与えるものと言える。

乳幼児観察研究が示すところでは、人は皆生まれて数年の間、養育者と上記の情動水準でもつばら交わる。それを可能にする生得的な機構を備えて乳児は生まれてくるし、養育者の心

を介した関わりは乳児の生得的関わり能力をうまく引き出していく。その結果、乳児は情動水準で養育者と通じ合えるという間主観的な体験を重ね、情動の自己調整の不十分さを養育者との関係の中で補うという他者の心との多様な補完性のパターンを学んでいく。こうして養育者の情動調整機能を足場とし鑄型として取り入れ次第に自分自身の心を作り出していく。認知や思考といった他の心の働きも、情動水準の心の働き、情動的な他者との交わり体験を土台に発達するのであって、決して無縁ではない。そしてこの情動水準で他者の心に開かれた心の層は、乳幼児期を過ぎても心の基底層として存続し、発達早期の養育者との関係性と類似した濃密な情緒交流が生じる対人関係を中心に、主として社会的場面で活発に作動すると考えられる。その最たるものが養育場面である。

親－乳幼児への心理臨床的支援とは、乳幼児の心の健全な成長を阻害する要因が主として養育者との情緒的關係にあると判断した際に取り組みられる心理的援助である。必ずしも定まった援助モデルがあるわけではないが、実際の親子の關係性の微視的観察とその際の親の心理力動を照らし合わせることで、乳幼児の心の基盤的水準が生成されつつある過程を解明し、介入する。この親－乳幼児への心理臨床の経験から、親の心理力動が乳幼児の心に伝達され、乳幼児の心にいわばそのカウンターパートたる力動を生みかねないこと、この世代間伝達が育児という極めて濃密な情動交流を通して、様々な非言語的回路を介して進んでいくことが明らかにされている。大人の来談者との力動指向の心理療法で生じる情緒プロセスの原板が乳幼児期の養育者との關係にあることは明らかである。

そこで力動指向の心理療法は、乳幼児観察研究ならびに親－乳幼児への心理臨床実践とともに、心の基底的な層、すなわち他者の心と情緒・情動水準で連動し他者の心にも影響を与える心の層が、重要な他者との情緒・情動的交流を介して生成する、あるいは変容する過程を解明し、また情緒・情動水準の心の層が如何に心の他の層、たとえば認知や思考といった一見情緒とは無関係に見られる心の層にも深く影響するかを解明する、心理学研究の一領域、未だ解明されていない心の領域の有効な研究方法になりうると考える。確かに実証研究花盛りの心理学研究において、多次元参与観察という力動指向の心理療法の方法は異色である。だからこそ現在の心理学研究の陥穽を埋める意義は大きいと思う。

## 引用文献

- Bion, W. (1963/84) Elements of Psycho-Analysis. Maresfield Reprints. London. (福本修訳 (1999)「精神分析の方法 I」法政大学出版局)
- Casement, P. (2002) Learning from Our Mistakes. Routledge, London. (松木邦裕監訳 (2004)「あやまちから学ぶ」岩崎学術出版社)
- 岩崎徹也他 (1990)「治療構造論」岩崎学術出版社
- 北山修 (2010) 劇的観点からみた精神分析入門 精神分析研究 vol. 54. No. 1. 3.-11.
- 松木邦裕 (2010) 転移／逆転移—その概念の現在 臨床心理学第10巻第2号176.-180. 金剛出版
- Sander, L. (1995) Identity and the experience of specificity in a process of recognition. Psychoanalytic Dialogues, 5, 579-593.
- 下山晴彦 (2001) I 部 1 章臨床心理学研究の多様性と可能性、および II 部 2 章事例研究、ともに下山晴彦・丹野義彦編「講座臨床心理学 2 臨床心理学研究」収録 東京大学出版

- Ogden, T. (1994) *Subjects of Analysis*. Northvale, NJ.: Jason Aronson/ London: Karnac. (和田秀樹訳 (1996) 「あいだの空間—精神分析の第三主体」新評論)
- Ogden, T. (1997) *Reverie and Interpretation*. Aronson, New York. (大矢泰士訳 (2006) 「もの想いと解釈」岩崎学術出版社)
- Stern, D. (1985) *The Interpersonal World of the Infant*. New York: Basic Books. (小此木啓吾・丸田俊彦監訳 (1989) 「乳児の対人世界」岩崎学術出版社)
- Stern, D. (1995) *The Motherhood Constellation; a unified view of parent-infant psychotherapy*. Basic Books. New York. (馬場禮子・青木紀久代訳 (2000) 「親—乳幼児心理療法」岩崎学術出版社)
- Winnicott, D. W. (1958) *Through Paediatrics to Psycho-Analysis*. Hogarth Press. London. (北山修監訳 (2005) 「小児医学から精神分析へ」岩崎学術出版社)

(原稿受理 2010年3月24日)