

こころと脳をつなぐ懸け橋としての 情動と愛着

—Allan Schoreの理論を中心に—

小林 隆児

小児看護 2008年6月 第31巻第6号 通巻第388号

へるす出版

こころと脳をつなぐ懸け橋としての 情動と愛着

—Allan Schore の理論を中心に—

小林 隆児*

Kobayashi Ryuji

* 大正大学人間学部人間福祉学科臨床心理学専攻教授

要旨: 21世紀は脳の時代といわれ、こころと脳の関連について膨大な研究が行われている。その中でも注目に値する学問領域の一つとして神経精神分析(neuropsychanalysis)がある。ここでは無意識を基本に置いた精神分析学と情動に焦点を当てた情動神経生物学(affective neurobiology)との大胆な統合が試みられている。この領域の代表的な研究者の一人が Allan Schore である。

本稿では彼の代表的な著書である「情動調整障害と自己の障害」と「情動調整と自己の回復」の内容を概観しながら、彼の理論が臨床においてどのような意義をもつかを解説する。

Key Words: Allan Schore, 神経精神分析, 情動, 愛着, 情動コミュニケーション

はじめに

昨今の脳研究の急速な進展においては認知心理学(cognitive psychology)の果たしてきた役割は非常に大きいものがある。その結果、客観的に把握しやすい認知という精神機能と脳機能との関連性については、今や新たな知見が洪水のごとく日々報告されている。「こころ」を論じるより、「脳」を論じるほうがある意味では歯切れがよく、一見わかりやすく説得力があるようにみえるためか、脳関連本の出版ブームの勢いは衰えるどころかますます盛んである。

しかし、現状をみていると、「こころ」と「脳」の関連問題(いわゆる心脳問題)に肉薄するような研究の登場にはいまだ程遠い感が否めない。それはなぜかといえば、こころの成り立ちを考えてみるとすぐにわかるように、ヒトが人間になっていくという発達・成長過程は、ヒト一

人で自己完結するような営みではない。生誕直後からの主たる養育者との濃密な交流があって初めてそれが可能になっていく。つまりは、こころの問題に肉薄するためには、その出発点にヒトと養育者との間の「関係」という視点が不可欠だからである。そしてもう一つ重要なことは、人間の精神機能の多くは、意識の介在しないところ、つまりは無意識の過程で営まれている点である。この両者の視点を見据えることなくして、こころと脳との関係の核心部分に触れることは不可能である。

残念なことに、これまで筆者が見聞きしてきた脳研究では、単独の「脳」を扱うことはあっても、「脳」と「脳」との関係に着目したものはほとんどなかったように思われる。

研究という営みすべてにわたっていえることであるが、例えば研究対象である脳にどのように接近するか、その糸口を決定づけるのは研究者の独自の視点である。研究者の問題意識がどこにあるか、それが脳研究の内実

をほぼ決定づけるといってもよい。その意味で、認知心理学に基盤をおいた脳研究の限界がみえてくるのである。

I 情動と愛着

いまやそれに代わって一つの流れを形成しつつあるのが、情動に焦点化した心理学、すなわち情動心理学(affective psychology)に基盤をおいた脳研究である。人間の精神機能の中でも情動は本能的で、生物学的色彩の濃厚なものである。したがって、こころと身体、ないしは心理学と脳科学をつなぐうえで「情動」に着目することは新たな可能性を切り開くことにつながるのではないかと思われる。

臨床研究において、情動が着目されるようになった契機は虐待問題であった。虐待で最も問題となるのが愛着の障害であるが、愛着においては情動がその中心的役割を果たしているからである。

情動に着目することの意義の一つは、前述した本能に根ざした生物学的色彩の強いものであることとともに、情動が人間と人間をつなぐうえで、きわめて重要な役割を果たしているからである。情動のコミュニケーション(emotional communication)といわれるものである。そしてこのコミュニケーションが意識の介在しないこころの営みであるという点である。

情動のコミュニケーションは、乳幼児と養育者との間で愛着形成を基盤にして初めて積極的な役割を果たすことができるようになるが、愛着形成不全をもたらす虐待をはじめとしたさまざまな病態においては、この情動のコミュニケーションが破綻し、その結果、脳の成熟過程にも深刻な影響を及ぼすことがわかってきたのである。

II Bowlby と愛着理論

乳幼児期早期の子どもと養育者の間に生まれる愛着関係は、人間の生涯にわたって多大な影響力をもち、人格発達の中核的役割を果たしていることがわかってきた。

愛着の重要性に着目した Bowlby の愛着理論はいまや学際的な領域で広く受け入れられ、こころと脳をつなぐ懸け橋としての鍵概念となっている。Bowlby が生み

出した愛着理論の背景には、彼が医師として生体がストレスに対してどのような対処行動をとっているか、あるいはその破綻によってどのような病気をもたらされるのかをみるとともに、精神分析の訓練をとおして、無意識の果たす役割の重要性に着目していたこと、さらに精神医学の研究をとおして、精神障害の早期段階での起源について強い関心を抱いていたことがあった。

愛着研究は今では精神分析、発達心理学、精神医学、精神生物学、神経生物学、その他多くの生物学的、心理学的科学の分野にまで広く行きわたっているが、このような背景から生み出された愛着理論であったからこそ、こころと脳をつなぐ懸け橋として、昨今学際的な領域で幅広く注目を浴びているのであろう。臨床精神医学領域でも、生物-心理-社会モデルの格好の支柱になっているとあってよい。

III 神経精神分析家 Allan N. Schore の紹介

昨今、精神分析の領域でも愛着への関心が非常に高まっているが、その中でも米国で愛着理論を基盤にしつつ、こころと脳の関連について精力的な活動をしているのが Allan N. Schore である。

現在、彼は「アメリカの Bowlby」とも称されているが、Bowlby の代表的な著書である『Attachment and Loss』三部作第2版の第1巻 Attachment¹⁾では、彼がまえがきを述べていることからそのことがうかがわれよう。ちなみに、ほかの2冊では、第2巻 Separation²⁾は数年前に急逝した Stephan A. Mitchell が、第3巻 Loss³⁾は Daniel N. Stern というそうそうたる面々が述べている。

Schore は UCLA David Geffen 医学校に所属し、精神療法家として開業をしているが、脳研究にも造詣が深く、こころと脳の関連について、虐待臨床から出発し、脳研究とつなぐうえで重要な業績を精力的に報告し続けている。

生物学と心理学の統合を試みているこの独自の研究領域は神経精神分析(neuropsychanalysis)とされ、Schore はその代表的な神経精神分析家(neuropsychanalyst)の一人である。今や神経精神分析は、乳幼児精神医学、脳神経科学、発達精神病理学、精神分析学など

の学際的知見を総動員して大胆に統合を試みている壮大な研究領域となりつつある。

IV 『情動調整障害と自己の障害』と『情動調整と自己の回復』

Schore の業績を一躍有名にした書は1994年に発刊された『情動調整と自己の起源－情緒発達の神経生物学－』⁴⁾ であるが、その後の膨大な研究業績の集大成が2003年に発刊された『情動調整障害と自己の障害』⁵⁾ と『情動調整と自己の回復』⁶⁾ の大部の2冊本である。

本書はトラウマをはじめ多くの精神障害の共通基盤に情動調整の障害を想定し、それを支える脳基盤として右大脳皮質の眼窩－前頭前野領域を重視しながら、原因論から治療論に至るまで、乳幼児精神医学、脳神経科学、発達精神病理学、精神分析学などの学際的知見を大胆に統合して論じた大部の書である。第1部は原因論、第2部は治療論として構成されている。

精神障害と脳障害について論じたこれまでの類書と異なる本書の特徴は、第一に、脳と脳の関係つまりは脳を個別に取り上げるのではなく、脳と脳の関係にまで踏み込んで脳の働きをとらえようとしていることである。心理学の領域において、人間個別の存在に焦点を当てた心理学(一者心理学)から、人間同士の関係性に焦点を当てた心理学(二者心理学)へと変遷しつつあるのと軌を一にして、脳科学の領域でもそのような変化の兆しを感じさせるものである。

第二に、著者が精神障害とりわけトラウマで深刻な障害をもたらされる脳部位として右脳(特に、視床－大脳皮質前頭前野領域)を重視していることである。右脳の成熟はとりわけ乳幼児期早期の生後3年間の体験に強く依存し、子どもと養育者間の愛着関係の質によってその成熟過程が左右されるという。したがって、乳幼児期早期に愛着関係がなんらかの要因で阻害されると、その結果、右脳の成熟過程に深刻な障害が生じ、情動調整の障害をもたらされる。このことが多様な精神障害の基盤として強調されている。

V Schore の業績の意義について；臨床との接点をさぐる

こころと脳との関連性について Schore の業績の意義は以下の2点にあると思われる。

その一つが、情動の果たす役割の重要性についてである。ここでいう情動とは、いわゆる感情とは区別した生物学的意味合いの強い用語である。感情は喜怒哀楽に代表されるような人間らしいこころの働きであるが、それと区別して用いるときの情動は、いまだ喜怒哀楽といった感情に分化する以前の生々しいもので、未分化な状態のものである。こうした情動の働きは、発達過程で喜怒哀楽、さらにはより一層複雑な感情へと分化していくが、情動は単に感情へと分化していくだけのものではなく、多様な精神機能と深く関係している。それはなぜかといえば、情動を司っている大脳辺縁系は、大脳の最も深いところに位置し、本能機能を司り、さまざまな精神機能と連関している。したがって、理性をはじめとする人間らしいこころの働きは、こうした情動を介した成熟過程で生み出されていく。

したがって、情動が十全に機能するか、それとも機能不全に陥るかによって、その後のこころの働きは大きく左右されることになる。情動が十全に働くために重要なことは、不快な情動が極力緩和され、快の情動へと変化していくことである。不快な情動を穏やかなものとし、快の情動へと変えていくにあたって重要な役割を果たすのが、乳幼児であれば主たる養育者である。

このような乳幼児と養育者との関係は、愛着形成があつて初めて可能になるため、愛着形成の重要性を非常に強調しているところが Schore の理論の支柱といつてよい。アメリカの Bowlby といわれるゆえんでもある。

彼は、乳幼児期早期の愛着形成の重要な時期に脳は急速な成熟過程をたどるが、その過程で特に重要な働きを担っているのが右脳だという。右脳の成熟過程が愛着形成の問題と深く関係している理由として、右脳はその成熟過程での体験の質によって大きく左右されることをあげている。つまりは、養育環境の重要性が非常に強調されているのである。

筆者は Schore について自信をもって解説できるほどに彼の業績に精通しているわけではないが、筆者のこれまでの臨床実践、とりわけ関係に視点を置きながら実践してきた者としては Schore のめざす方向性はかなりの的を射ているように思われ、非常に興味をそそられる。

子どもと養育者との関係をつなぐ最初に最も重要なものは、まさに情動主体のコミュニケーション、つまりは情動のコミュニケーションである。このコミュニケーション世界は愛着に関する問題と不可分な関係にあり、愛着形成によって初めて情動のコミュニケーションが積極的に機能することは間違いない。情動の果たす重要性が強調されるゆえんである⁷⁾。

情動のコミュニケーションが人間のこころの発達において重要な鍵を握っているのは、情動というきわめて本能的で生物学的なものが、人間において建設的な役割とともに破壊的な役割をも果たすという両義的な機能を有するからである。

したがって、情動を自ら調整できるようになることは、人間らしい生活を営むうえで不可欠な精神機能である。しかし、乳幼児期早期に愛着形成不全をきたすと、この情動の働きが無軌道に暴走してしまい、制御不能状態になってしまう危険性がある。その具体的な病態がまさに虐待を受けた人々のその後の発達過程で認められるさまざまな人格発達上の問題である。つまりは、情動を自ら調整できるようになるか否か、という問題は人間の人格発達過程全体に深刻な影響を及ぼすほどの問題であるということなのである。

情動を調整する能力は一般に情動の自己調整(self-regulation)といわれるものであるが、それが可能になっていくためには、愛着形成を基盤に、情動のコミュニケー

ションが深まり、養育者が子どもの負の情動(不快で泣き叫ぶときの情動)をあやすことによって穏やかにし、かつ正の情動(つまりは快の心地よい情動)へと変えていくことが不可欠である。このような愛着関係の中での体験が蓄積され、子どもは情動が穏やかになっていくことを体感し、次第にそれが取り込まれて内在化していくことになる。このような養育者の重要な役割を自己調整的他者(self-regulatory other)とよんでいる。

Schore の理論は精神障碍の基盤として情動の果たしている役割を真正面から取り上げていることで、非常に新鮮な印象を読者に与える。これまで脳研究と臨床研究が本格的に統合の方向で論じられることが少なかったことを考えると、脳研究あるいは臨床研究のどちらに関心をもつ者にとっても、なかなか刺激的な内容を含む理論である。

●文献●

- 1) Bowlby, J.: Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. 2nd ed., Basic Book, New York, 1969, 1982.
- 2) Bowlby, J.: Attachment and Loss. Vol. 2: Separation. 2nd ed., Basic Book, New York, 1973.
- 3) Bowlby, J.: Attachment and Loss. Vol. 3: Loss. 2nd ed., Basic Book, New York, 1980.
- 4) Schore, A. N.: Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development. Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, 1994.
- 5) Schore, A. N.: Affect Dysregulation and Disorders of the Self. W. W. Norton, New York, 2003.
- 6) Schore, A. N.: Affect Regulation and the Repair of the Self. W. W. Norton, New York, 2003.
- 7) 小林隆児: よくわかる自閉症: 関係発達からのアプローチ. 法研, 東京, 2008.

小児看護
5
2008年 月号

プレパレーション実践集