

## 『愛着と精神療法』

被虐待体験がその後の脳の成熟と精神発達および人格形成に広範かつ深刻な影響を及ぼすことが明らかになるにつれ、アタッチメント形成の重要性がいよいよ認識の度合いを強めている。アタッチメント理論を生み出したボウルビイはそもそも精神分析出自の精神科医で、生涯を通して臨床に従事していたが、当時の精神分析があまりに思弁的であることに辟易し、比較行動学のアタッチメント概念を取り入れることによってアタッチメント理論を生み出した。それが行動科学の枠組みに準拠したことで、その後、アタッチメント理論は世界中に広く受け入れられていった。しかし、それは主に発達心理学などの領域の研究者間のことであり、ボウルビイの願ひとは裏腹に、精神分析学界では異端視され続けた。行動科学の枠組みにとらわれている限り、それはある意味では必

然的なことでもあった。そのため、最近までアタッチメント理論は精神分析を初めとする精神療法の領域にさほどの影響は及んでいなかったが、精神分析学界に乳幼児期の発達研究の重要性が認識され、関係性理論、間主観性理論が生まれるにつれ、アタッチメント理論とそれらが結びつくことによって、アタッチメント理論も精神療法に積極的に取り入れられるようになった。そのような時代背景の中で、二〇〇七年に本書は生まれている。その日本語版が昨年の終わりに生まれた時点で、すでに七カ国語に翻訳されていることからわかるように、本書はその斬新で明快な解説と豊富な臨床記述により読者を魅了したのであろう。評者も知的興奮を覚えながら一気に読破したが、精神療法関連翻訳本としては久々の体験であった。

\*

著者がアタッチメント理論を通して、①発達とは基本的に関係的プロセスなので、精神療法が健康な発達の再開を促進するためにあるのならば、それは関係的観点から理解されなければならないこと、②非言語的にかかわり合いの発達における重要性を思えば、精神療法は患者が言語的に接近することのできない過去の体験領域および潜在的体験領域へと到達するための好機を見出さねばならないことを、その含蓄として汲み取り、本書全体を以下の三つの柱で構成している。

第一は、発達におけるアタッチメント関係の重要性である。アタッチメント関係は人間関係が生まれる最初の関係性である。アタッチメント研究が明らかにしたのは、こうした関係性のなかで自己が発達し、形成されていくが、そこで養育者の子どもに対する関与のあり方の質がいかに重要かということである。これまでに養育者の情緒応答性とか自己調整的他者としての役割などとして取り上げられてきたものであるが、それは子どもの気持ちに照準を合わせ応

じることを基盤とした養育である。子どもの自己はこのようなアタッチメント関係という「最初の関係性の坩堝」において形成されていくこと。

第二は、アタッチメント形成過程は言語機能獲得以前の発達段階での、非言語的ないし情動的コミュニケーションの世界であり、その質が乳児の安定性や不安定性を決定づける。そして、ここでの非言語的（前言語的）あるいは情動的体験が発達途上にある自己の核を構成すること。

そして第三は、精神療法は患者と治療者の二者関係での相互交流的で、かつ創造的な営みであること。そうした治療関係はアタッチメント形成過程で求められる（子ども―養育者）関係と同質の発達の意味合いをもっていること。そのため治療者自身も精神療法過程に深く関与し、影響を及ぼす存在であることに自覚的であらねばならないこと。

\*

著者は非言語的領域の問題が精神療法において決定的な役割をもつことを再三にわたって強調している。



星和書店、2011年  
6090円（税込）

れほどまでに繰り返して治療者に語るにはいられないのか。患者が何を語るかではなく、どのように語っているか、語りの背景に働いているところの動きに着目せよということなのだ。そのためには語りそのものに

囚われないところのあり方が求められるが、著者はそのヒントを仏教心理学から得たと述べている。それはマインドフルネス *mindfulness* だというが、いわばフロイトの「平等に漂う注意」と相通じる面接者のとらわれない態度である。

\*

る。治療者の自己覚知と自己開示の大切さが徹底して論じられているのだ。

\*

本書を通読して最もここを動かされたのは、第三の柱である精神療法における治療者の役割の重要性である。一人心理学の時代のように治療者はけつして黒子のような存在なのではなく、面接での患者の言動や応答の質そのものを規定する当事者そのものであるとする厳しい視点である。著者は具体的な面接過程を多く取り上げているが、その内容を読むと、治療者自身が面接過程で感じたことを内省し、患者にそれを語りかけることが、患者理解においていかに重要な鍵となっているかがわかる。

み出した土居健郎が述べているように、「甘え」文化の中で生活しているわれわれ日本人は、アタッチメント形成過程の非言語的、情動的コミュニケーション世界に対してとりわけ感度が高い（はずである）。「甘え」理論が日本人独特の心性をもとに生まれ、かつ今や世界的な評価を得ていることを考えると、国際的なアタッチメント研究の動向から学び、それを検証するのみでなく、日本人独自の感性を積極的に生かした精神療法の工夫と開発がなされてもよいのではないか。日本人は日本語で考えながら精神療法を行っているのであって、当然そこには日本人独自のものがあつてしかるべきであると指摘したのも土居である。その意味で本書は「甘え」の世界をよく知るわれわれにとつていろいろとヒントを与えてくれる刺激的な良書である（なお本稿では便宜的に「愛着」に代えて「アタッチメント」を用いたことをお断りしておく）。

小林隆児

（こ）ばやし・りゅうじ／西南学院大学人間科学部社会福祉学科