

『ポリヴェーガル理論入門』 心身に変革をおこす「安全」と「絆」

子ども臨床における昨今の大きなテーマの一つは、発達性トラウマと発達障碍の関連性をどう考えるかである。前者では環境因が、後者では器質因が重視されてきたが、そのような単純な成因論の雲行きが怪しくなった。最近の脳神経科学の貢献は大きい。そこに登場したのがポージェスのポリヴェーガル(多重迷走神経)理論である。

もともとポージェスは自閉症の子どもの聴覚過敏の改善に取り組み、心理学と生理学の関連性に関心を持つていた生理学者である。

つい最近まで、自律神経は交感神経系と副交感神経系で構成され、両者が拮抗的に機能して生体の恒常性を司っていると考えられてきた。しかし、副交感神経系の機能を司る第X脳神経である迷走神経は進化論的に古い背側迷走神経系と新しい腹側迷走神経系に分かれ、前者は生誕直

後中心的役割を担い、危険や脅威に晒された時に原始的な自己防衛反応を引き起こす。後者は生後六カ月頃から思春期まで成長を遂げ、社会的交流を促進するための機能を司る。迷走神経は進化論的に階層性を有することを明らかにした。

幼少期のトラウマ体験によって凍りつき(擬死)や解離が引き起こされるのは背側迷走神経系の働きによる。危険や脅威を前にした際には交感神経系が優位となり闘争逃走反応が引き起こされることはよく知られているが、背側迷走神経系による反応はより原始的で生体にとってより危機的である。この反応が常習化すると社会的交流を促進する腹側迷走神経系の機能は抑制され、孤立化の道につながる。

したがって腹側迷走神経複合体が司る社会的交流が促進されるためには、より原始的な自律神経(交感神

経系と背側迷走神経系)の機能を抑制することが大切になる。それが可能になって初めて生体は真に「安全」で「安心」した状態になる。そこで治療の力点は身体生理学的に「安心」「安全」な状態をもたらすかに置かれる。

治療者は患者の身体生理学的状態に留意するよう強調するが、腹側迷走神経が表情、声、顔の向き、音伝導の微調整などを調整する他の脳神経群と協調することで、他者との円滑なコミュニケーションを促す機能をも司っているからである。ポリヴェーガル理論に基づく治療論で「調整」を中心とした身体水準でのコミュニケーションを大切にしているのはそのためである。

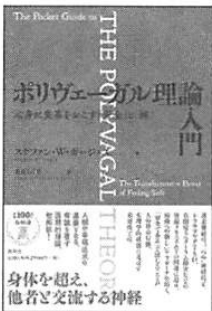
発達性トラウマであれ発達障碍であれ、ともに乳児期早期に養育者との関係でアンビヴァレントになった子どもは不安と緊張から逃れんがために多様な対処行動を取る。したがって、彼らに対する治療の要諦はアンビヴァレンスを治療的に扱い、不安と緊張を解きほぐし、結果的に対処行動が消退し、望ましい対人交流が促進されることにあると考えてい

る評者にとって、本理論はなかなか魅力的である。

患者の身体生理学的状態を見極めることによって始めて真の「安心」「安全」が生まれ、本来の腹側迷走神経複合体による社会的交流が促進されるとして身体性ナラティブを重視している。無意識の層での体験であるアンビヴァレンスは対人関係における些細な身体の動きとして現出することが多く、治療者はそれに気づき取り上げて患者に指し示すことがアンビヴァレンスの緩和に繋がると評者も考えているからである。

ただ最後に一つ気になったことがある(本書八二―八三頁)。

ポージェスの治療を受けに来た子どもの父親に、ある日子どもの様子を尋ねたところ、父親は視線を逸らしながら、調子はいいと答えたという。そこでポージェスは父親に「お子さんがあなたに話しかけたとき



春秋社 2018年
2500円(税別)

に、もしこんなふうに横を向いてしまつたら、お子さんの状態はすぐに悪くなりますよ。お子さんに背を向けるようなことはしないでください。……」と述べたという。指摘自体は正しいが、評者に言わせれば父親の態度にこそアンビヴァレンスが如実に示されている。実際の治療対象は子どもであったとしても、この父子の関係病理を扱うことが本来の治療ではないか。そう考えると、先のような指摘は治療的ではなからう。なぜなら父親のアンビヴァレントな態度は無意識の反応であるゆえ、横を向いたことを取り上げるにしても、なぜそのような態度を取ってしまうのか、さりげなく取り上げ、父親と一緒に考えられるというスタンスが治療者には求められるのではないか。そうしなければ、父親に罪責感や反発心を強めることはあつても、父親自らのアンビヴァレンスに対する真の気づきには繋がらないと思われたからである。

小林隆児

(こばやし・りゅうじ／感性教育臨床研究所)

マンガでわかる! 統合失調症



中村ユキ [著] 当事者のみなさんと福田正人 [監修]



マンガの主人公「こころ」はデパートに就職、張り切って新社会人生活を送りますが、失恋や仕事のミスなどのストレスが重なり、「会社でみんなから悪口を言われている」と感じるようになります。

本書は、統合失調症の発症から、初めての精神科通い、そして回復までの過程をわかりやすいエピソードで正しく理解できるようになっています。

■本体1,200円+税 ISBN978-4-535-98336-6

- 本書の内容
- 第1章 発症から受診まで
 - 第2章 統合失調症ってこんなビョーキ
 - 第3章 再発予防と回復を高める生活
 - コラム 家族と一緒に受診してもらうメリット／自分の病気を知ること ほか
 - ガイド 早く気づけば悪化は防げる／病院を探そう／「入院」「通院」どちらを選ぶ? ほか

〒170-8474 東京都豊島区南大塚3-12-4 TEL: 03-3987-8621 / FAX: 03-3987-8590
ご注文は日本評論社サービスセンターへ TEL: 049-274-1780 / FAX: 049-274-1788

 日本評論社

http://www.nippyo.co.jp/