

● アラン・N・ショア著（小林隆児訳）

『右脳精神療法』

情動関係がもたらすアタッチメントの再確立

『右脳精神療法』という奇抜な邦題がつけられた本書は、米国の精神分析的治療法家でありかつ神経精神分析家（三二二頁）であるアラン・N・ショア博士のこれまでの集大成と呼べる書である。二〇一九年に *Right Brain Psychotherapy* という原題で出版され、三年の時を経て二〇二二年一月に岩崎学術出版社から本邦に向け出版された。実は、評者は、訳者である小林隆児氏より長文のお手紙とともに本書を出版直後にいただいたのであるが、評者の多動・ためこみ・先延ばしといった生得的な特性（？）により、多忙を極め、不義理にも訳者への御礼もできぬまま、一頁も開くことなく数カ月が経ってしまっていた。そう

した中、二〇二三年四月に本誌編集者より本書の書評のご依頼をいただき、「断れない」「逃げない」という評者のもう一つの悪癖が作動し、ついつい引き受けてしまった。最初のメ切に間に合わず、次のメ切にも間に合わず、三度目のメ切にも間に合わず、評者のいう「逃げたい心」（拙著『逃げるが勝ちの心得』木立の文庫、二〇二三年七月）がようやく意識化され、最終的に「今回ばかりは無理です」とお断りをお願いするために編集部に直接電話をかけたのが、つい四日前である。幸か不幸か、編集者の暖かい声で三日間の猶予を与えていただき、「逃げたい心」を抱えていただき、週末の二日間であんなにか本書を一頁ずつめく

り、たったいま一夜漬け覚悟で執筆している。

正直に申し上げると、評者がメ切を過ぎて本を一頁も開かなかつたその訳は、『右脳精神療法』というタイトルへの嫌悪感である。「左脳は知性」「右脳は感性」という類いのコピーを使った一般向けの教育書やビジネス書を連想してしまい、前意識的な水準で胡散臭さを感じていたからではないかと振り返る。実際には、著者および訳者の序文に触れ、第一章、第二章と順に読み進めるにつれ、その嫌悪感は消退し、最後の頁まで辿り着いた今、評者は本書を多くの人たちにすすめたいと心より思うようになった。

評者の浅い理解であるが、著者の云わんとする「右脳精神療法」とは、言語中枢の要である左脳を中心とした従来の精神療法の限界を超越、非言語領域を制御する右脳を軸とした精神療法の提案である。そして、それは従来の一者心理学ではな

く、患者の右脳と治療者の右脳との双方向性の情緒交流、つまり間主観的な時空間での体験なのである。生後一歳半までの間の母子両者の右脳を介した交流がのちのちの児の情緒発達と情緒安定の基盤になり、逆に、最早期のトラウマは児に右脳機能調整不全を導き、精神機能への甚大な負の影響を生涯にわたり及ぼすと説いている。著者によると、認知行動療法は左脳に働き、（治療者が退行することまで許容する）精神分析は右脳機能を修復するという。

本書には、著者紹介のページが存在しない。著者のことをまったく知らなかった評者は、「ショアとはどのような人物なのか？ IPAに属する精神分析家なのか？ どの学派



岩崎学術出版社 2022年
6000円（税別）

に属しているのか？ イメージング研究に従事する脳生理学者でもあるのか？ どのような実験をしてきたのか？」などなど空想しながら本書を読み進めたのであるが、どうも、

評者の空想の範囲をはるかに超えた人物であった。喩えるなら、現代のフロイトと呼んでも過言ではないかもしれない。第九章「回顧と展望『われわれの専門性と個人的旅路』」

は、二〇一四年に催されたUC L Aでの講演録である。そこで語られる著者の生き方とフロイトの生き方の類似性を知り、評者は感銘を受けた。フロイトは、ウィーン大学を去り、つまりいわゆるアカデミアの道を断念し、在野の開業医となった後に、孤軍奮闘しながら「神経学的草稿」を書き上げ、「精神分析」を創

出し、のちに世界中から支持者を得て、数々の心理学的理論を生み出したのである。著者も、妻・子どもがいる米国西海岸の自宅で長年プライベートプラクティスを営みながら、大学図書館に毎週足繁く通い、まさに「孤軍奮闘」するなかで、自らの理論の萌芽が形作られ、こうして独自の理論の出版に挑み、時には

めげながらも勇敢に出版し続けることで、世界中に仲間を得るようになり、本書で詳述される「右脳精神療法」の創出に辿り着いたのである。

本書において、精神分析的な精神療法家である著者は、フェアバーン・ウイニコットといった独立学派の理論、ポウルビイのアタッチメント理論、近年のメンタライゼーション、さらにはユングの理論まで引用し、

脳科学的実験の論文での知見を実に巧妙に挿入することで、臨床知と脳科学の知とをうまくブレンドしている。ウイニコットの「一人でいられる能力」に言及しており、著者のいう右脳機能とは、「二人でいながらにして一人でいられるようになる」能力、それは、評者のいう患者と治療者との沈黙の時空間の共同体験による「ひきこもる能力」（拙著『みんなのひきこもり』木立の文庫、二〇二〇年）に近いものかもしれないと空想した。

「甘え」研究の第一人者である訳者（九大医学部の四半世紀先輩）も言及しているが、「右脳精神療法とは『甘え』を体感的に識る私たち日本人には実は馴染みよいものではない

かろうか」と評者は思うようになった。日本人の匠が実践してきた精神療法は、ネーミングさえついていないが、著者が知ることになれば「これは右脳精神療法そのものだよ！」と驚かれるかもしれない。著者がどのような精神分析の実践をしているかは本書では知り得なかったが、著者の精神療法は「日本的」なのかもしれない。近い将来、日本の精神療法を著者に紹介し、その印象を伺いたいものである。

著者は、「好奇心」を幼少期に抱えてもらったアインシュタインの言葉を冒頭に紹介し、後章では自らを「好奇心の人」と自認する。「好奇心の人」の書を読むと、読者の好奇心は活性化されるようである。評者は本書を読みながら、「ロボットやバッテリーが精神療法を担う未来が訪れるかもしれないが、そもそも右脳も左脳もない機械（コンピュータ）に右脳精神療法を実践できるのであればうか？」「MECT・RTMSといった脳刺激療法が近年発展してきて

いるが、右脳刺激により右脳精神療法的な効果は得られるのであろうか？」「統合失調症患者や自殺者の

脳において免疫細胞ミクログリアの右脳への偏在が報告されているが、もしかすると、ミクログリア病態治療仮説（拙著『精神分析と脳科学が出会ったら』日本評論社、二〇二二年）に基づく実験を組み立てること

で右脳精神療法により強固なエヴィデンスを生み出せるかもしれない」といった空想が次から次に出てきたのである。

なお、補足であるが重要と思われるので記すが、第六章において著者は自らの論文が*Nature*誌に掲載されたと言及している（二〇六頁）。

しかし、その論文がなぜ本書の引用文献には掲載されていなかったの

である。評者はこうした細かい点でもいろいろなことに好奇心が湧く人間なのである。さっそく調べたので、ここに引用しておく（Bradshaw, G.A., Schore, A.N., Brown, J.L. et al.: Elephant breakdown. *Nature* 433 (7028): 807, 2005). Essay Concepts という一頁の特別コーナーに掲載されたこの*Nature*論文こそが、著者を、そして著者の書を世界中の科学者に知らしめる金字塔になったのか

もしれないと思いを馳せた。

もしれないと思いを馳せた。

もしれないと思いを馳せた。

もしれないと思いを馳せた。

本書に通底しているのは、左脳の思考から生み出されるDSM一辺倒になった操作的診断基準に基づく精神医学・精神医療への批判である。

DSM時代が長期化する中で盲点を突く本書は、エヴィデンス嫌いの一部の精神療法家やエヴィデンスの限界を識る脳科学者だけでなく、DSMに馴染みある精神科医・公認心理師・その他多くの臨床家・研究者にも読んでいただきたい書である。き

●アラロン・N・シヨア著（筒井亮太、細澤仁訳）

『無意識の発達』

精神療法、アタッチメント、神経科学の融合

本書は、以前、評者が本欄で取り上げた同著者による『右脳精神療法』（三三三号、二〇一九）の姉妹本として同時刊行されたものである。

著者は神経精神分析家として、精神分析的な精神療法の実践とともに、それを裏づける神経生物学的研究を精力的に行ってきた希有な「臨床家・科学者」（シヨアは自らのアイデンティティをこのように称している）である。彼の主張の根幹には、

つと、彼ら・彼女らの右脳が活性化されるはずである。

さて、明日も右脳を十分に働かせるためにはきつと徹夜は禁物だろう、そろそろ寝ようと思う。寝る前に、おまけの三日間の執筆時間を授けてくれた右脳機能の高い編集者に感謝。

加藤隆弘

（かとう・たかひろ／九州大学）

の成熟途上の右脳の組織化を促すことを、最新の知見を駆使しながら論じている。生後一年半に形成されるべき右脳の感情調整機能の不全が後に発生する精神病理の大半の病因とみなされ、右脳の構造と機能の関係は無意識過程そのものを意味する。よって、われわれ臨床家や科学者は、無意識過程を掴み取ることによつてこそ、望ましい治療の展望が拓ける。本書名『無意識の発達』にはそのような彼の思いが反映されている。

『右脳精神療法』は、主に重い精神病理を持つパーソナリティ障害患者に対する精神療法を「情動」と「関係」に焦点を当てて論じたものであるが、本書はそれとはまったく趣を異にし、自閉スペクトラム症とアタッチメントの問題を中心に、著者自身の現時点での考えを論じたもので、一見ただけでは、書名『無意識の発達』からは想像もつかない内容である。

本書を評者がぜひとも紹介したいと思つたのは、発達障害とりわけ自閉症を論じる際に、安易に「脳障害を基盤に持つ」との枕詞が用いられ



日本評論社 2023年
4200円（税別）

てきた風潮に対する強い疑問があったからである。これまで自閉スペクトラム症に関する病因論には、母原病とまで言われた心因論から脳障害を基盤に持つという「器質論」へと二転三転してきた歴史がある。しかし、評者も以前本欄で取り上げた（鷲見聡著『発達障害の謎を解く』の書評、二五号、二〇一五）、今ではエビジェネシス（後成説）という考えがコンセンサスとなっている。

そうした動向は、世界の精神医学界が主導し、今なお多くの精神科医をはじめとする臨床家が汎用している操作的診断基準に根本的な疑義さえ生んでいる。その診断体系が最新の神経生物学や遺伝学の知見と整合性をもたないとの理由から根本的な変更を余儀なくされようとしているということがある。その中核にあるのは現在の病態を複雑な遺伝・環境要因と発達の段階によって生成され