

ワークショップ
「脳科学と精神分析：アラン・ショアの右脳精神療法とは？」

「甘え」からみたアラン・ショアの感情調整療法

感性教育臨床研究所
小林隆児

1

アラン・ショア Allan N. Schore (1943-)
神経精神分析家

「臨床家-科学者」

精神療法と神経生物学の統合を目指す

2

アラン・ショアが目指したこと

- ①乳児の社会性と感情の発達、主たる養育者との情動を介したコミュニケーションに強く影響されること
 - ②乳児の脳の発達は臨界期を経て段階的に起こること
 - ③その成熟過程は環境の影響を受け、その経験の質に左右されること
 - ④その発達過程を理解するには発達精神生物学の原理を理解することが不可欠であること
- * 初期発達における人間の脳の構造と機能が生涯発達にどのような影響を及ぼすかを説明することを目指す

3

ショアの理論の核心

- ・人間の初期発達（主に生後1年半まで）の体験を通して獲得された（あるいは、されなかった）脳の構造と機能は、生涯発達を通して、その雛形として働き続ける
- ・この時期の体験でとりわけ重要であるのは、主たる養育者との情動的な繋がりである
- ・感情の一義性、人間の体験の底（心の生理的最深部）

4

神経生物学研究におけるパラダイム・シフト

- ・左脳の言語ベースの認知過程と随意運動機能
→右脳の情動処理辺縁系とストレス調整HPA軸*の機能
(意識→無意識、非意識)
- ・(新)皮質→皮質下(古皮質)
- ・中枢神経系→自律神経系

* HPA軸＝視床下部-下垂体-副腎皮質軸

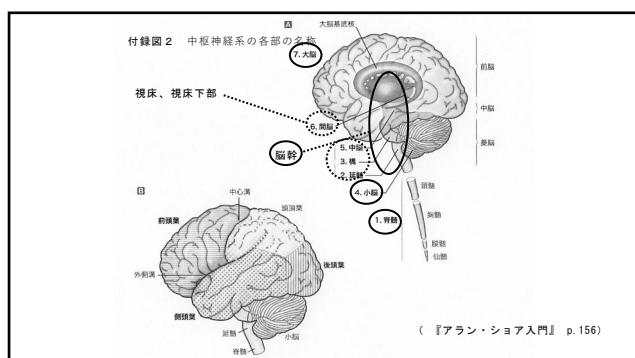
(アラン・ショア著『精神療法という技術の科学』pp. 3-5)

5

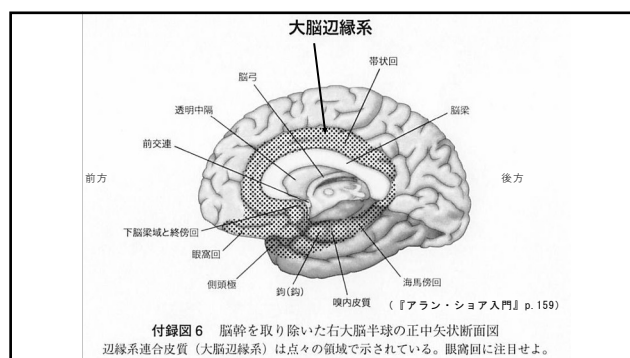
初期発達と脳の成熟過程

1. 共生期（4ヶ月～9ヶ月）
高レベルの陽性感情
2. 練習期（9ヶ月～18ヶ月）
 - 1) 練習期前期（9ヶ月～12ヶ月）
誇大感と全能感——交感神経系優位の覚醒
 - 2) 練習期後期（13ヶ月～18ヶ月）
自己愛状態から恥の体験——副交感神経系優位の覚醒
3. 再接近期（19ヶ月～24ヶ月）
再接近危機——恥の修復の成否がその後の成長を左右

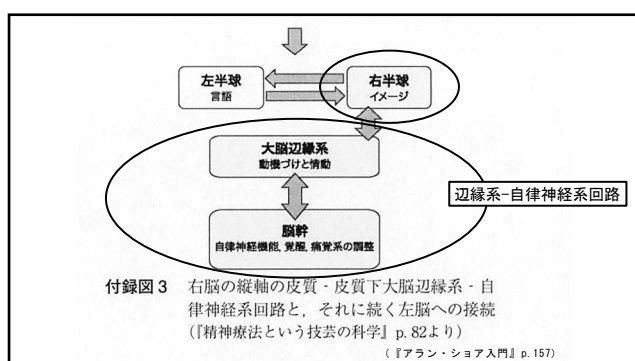
6



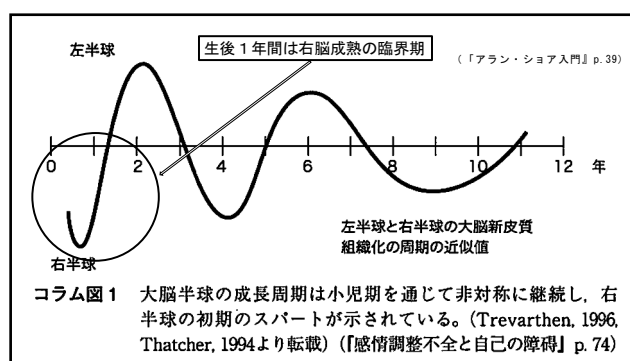
7



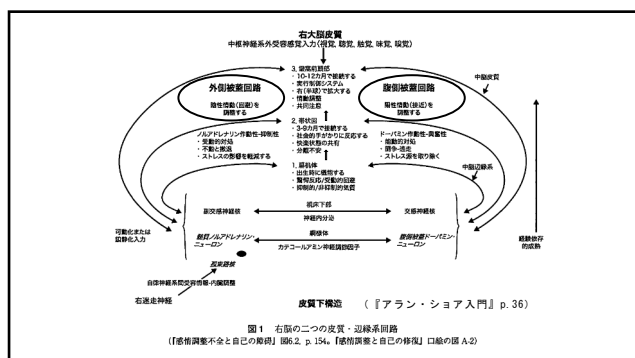
8



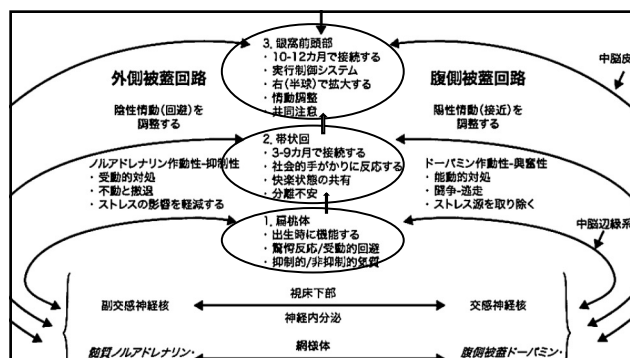
9



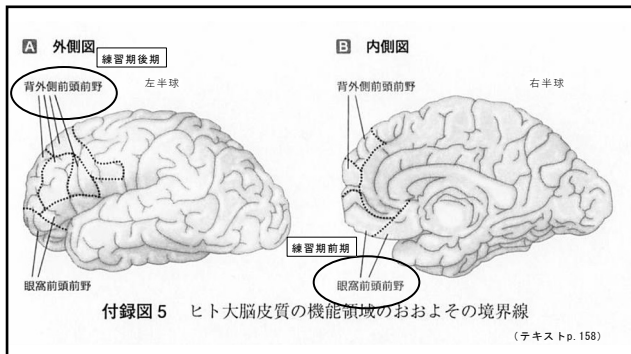
10



11



12



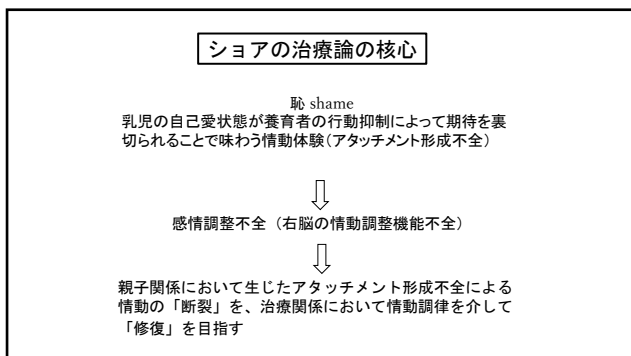
13

表1 マーラーの発達段階の練習期下位相と神経生物学的構造の変化

マーラーの発達段階	年齢	自律神経系	神経伝達物質	皮質・辺縁系回路
練習期前期	9～12カ月	交感神経系優位	ドーパミン	腹側被蓋辺縁系
練習期後期	13～18カ月	副交感神経系優位	ノルアドレナリン	外側被蓋辺縁系

(『アラン・ショア入門』p. 33)

14



15

感情調整療法 Affect Regulation Therapy (ART) (2012)

右脳精神療法 Right Brain Psychotherapy (2019)

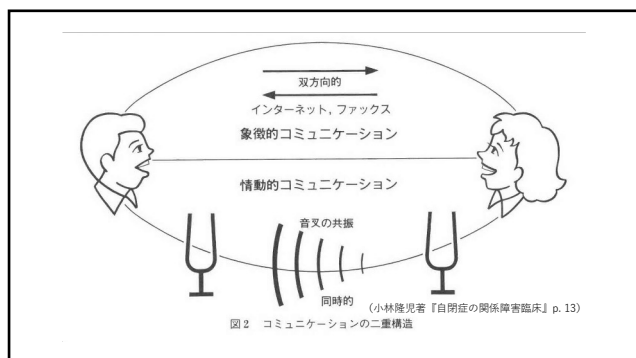
16

生後1年半における情動的な繋がり＝
情動的コミュニケーションの世界とは？

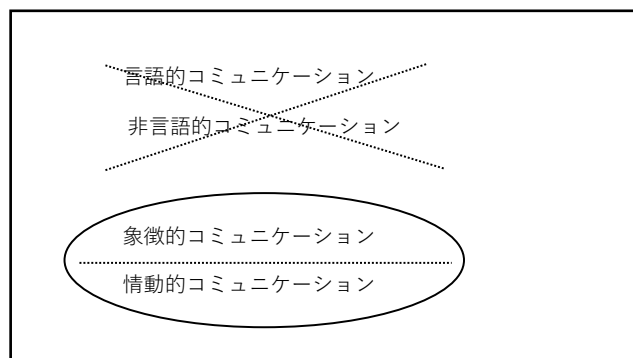
17

感情調整療法において治療者にとって最も困難かつ重要な課題は情動的コミュニケーションの世界を体感して理解することである

18



19



20

コラム表2 コミュニケーションの二重性と脳機能

コミュニケーション	大脳の局在	反応速度	知覚の精度
情動的(原初的)/ヴォーカル emotional (primitive) /vocal	扁桃体(古皮質)	速	粗
言語的/非言語的	大脳皮質(新皮質)	遅	緻

(小林, 2016, 表3, p. 23)

小林隆児著『発達障害の精神療法』創元社、2016、p. 23より

21

コラム表1 コミュニケーションの二重性と知覚特性

コミュニケーションの二重性	知覚特性	分化度	発達段階
情動的(原初的)/ヴォーカル emotional (primitive) /vocal	原初的知覚	未分化	乳幼児期早期に優位 発達障害では優位になりやすい
言語的/非言語的 verbal/non-verbal	視覚, 聴覚を 中心とした五感	高度に 分化	言語発達とともに優位 になる

(小林, 2016, 表2, p. 23)

小林隆児著『発達障害の精神療法』創元社、2016、p. 23より

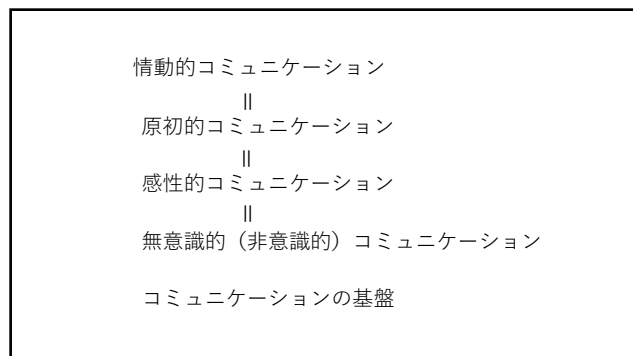
22

表2: コミュニケーションの二重性, 行動の価値判断, 脳機能

価値判断	意識水準	大脳の局在	反応速度	知覚の精度
情動的価値判断	意識が介在しない (無意識, 前意識)	扁桃体 (古皮質)	速	粗
理性的価値判断	意識的	大脳皮質 (新皮質)	遅	緻

小林隆児著『臨床力を高めるための感性教育』西南学院大学学術研究所、2017、p. 57

23



24

Journal of Autism and Developmental Disorders, Vol. 26, No. 6, 1996

**Brief Report:
Physiognomic Perception in Autism¹**

Ryuji Kobayashi²
Tokai University School of Health Sciences

Physiognomic Perception = 相貌的知覚

自閉症にみられる独特な知覚情動体験

25

26

人をむすぶ、街をつなぐ
九州電力

九州 ……笑っている「九」君と「州」君

九州 ……泣いている「九」君と「州」君

州 ……怒っている「州」君

図4 様々な表情を持つ「九」君と「州」君

27

28



「九」君と「州」君

電力
富士

図2 礼子が考えた活字「富士」の「士」

29

30

情動的コミュニケーション世界の原初の知覚体験
 (例) 臨戦態勢における外界知覚
 未分節なく運動-情動-知覚の一体となった体験
 相貌的知覚は病理的現象ではない
 発達論的観点から理解することが重要

31

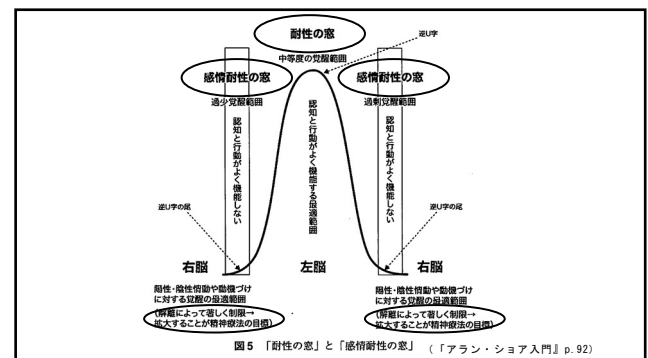
右半球の主たる機能
 動機づけ、情動、**覚醒** 自律神経系の調整

32

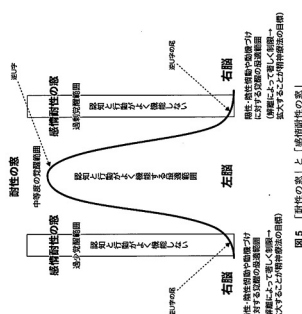
覚醒度と大脳半球

- ・高覚醒→過剰覚醒・・・右脳
- ・中等度覚醒・・・左脳
- ・低覚醒→過少覚醒・・・右脳

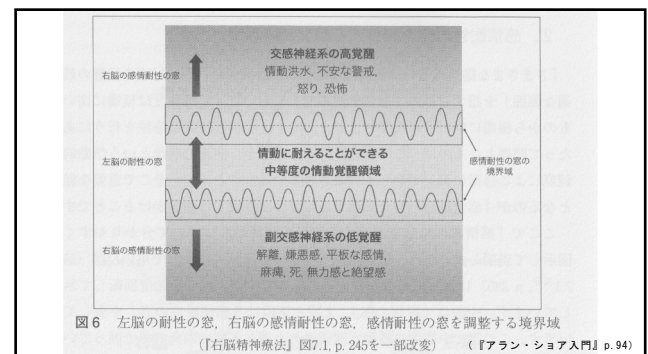
33



34



35

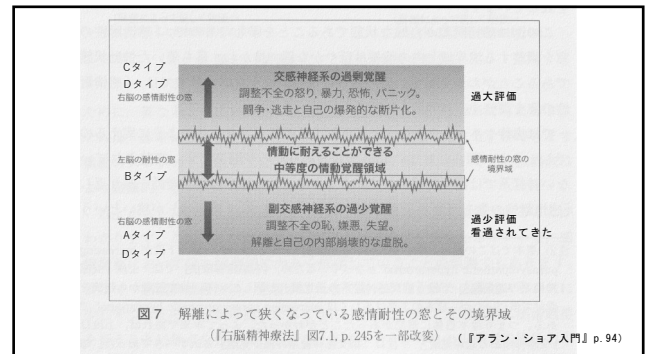


36

アタッチメント・パターン

- ・ Bタイプ 安定型
- ・ Aタイプ 回避型
- ・ Cタイプ アンビヴァレント型
- ・ Dタイプ 無秩序- 無方向型

37



38

発達科学におけるパラダイム・シフト

- ・ 60年代～70年代 行動パラダイム
- ・ 80年代～90年代 認知パラダイム
- ・ 現在 (身体を基盤に持つ) 情動パラダイム

(アラン・ショア著『精神療法という技芸の科学』pp.3-5)

39

行動パラダイムのアタッチメント・パターン

タイプA

- ・ 母親——乳児の接近に対して身じろぎしたり、弓なりになったりする
- ・ 乳児——抑圧された怒りは苛立った接近欲求を伴うくぐもった抗議反応

40

タイプC

- ・ 乳児——離れている間は母親への依存が強まるが、再会すると攻撃性が強まる

41

タイプD

- ・ 親に面と向かって近づくのではなく、親に背を向けながら近づくような矛盾した行動パターンを同時に示している
- ・ 抵抗/逆抵抗モード
- ・ 約束と破棄が同時に、暗黙裡に、非言語的に表現される
- ・ 親密な関係欲求を押し殺しながらも周囲との関わりを続けている

42

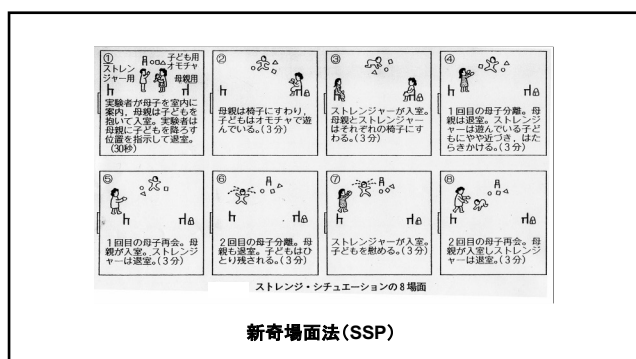


43

自閉症の早期発見、早期治療

乳幼児期の母子関係の探求

44



45

事例02 男児 1歳0ヶ月

知的発達水準：境界域精神遅滞（DQ80）
主訴：泣いてばかりであやしても笑わない、
抱きづらく抱くとのけぞる、視線が合わない、
人見知りが激しく人を寄せつけない。

46

事例04 1歳7カ月 女児

知的発達水準：境界域精神遅滞（DQ76）
主訴：自閉症ではないか

47

事例09 2歳0カ月 男児

知的発達水準：軽度精神遅滞（DQ56）
主訴：意味ある言葉を言わない。指さして人にももの
を教えようとしな。やり取り遊びができない。

48

事例22 2歳9カ月 男児

知的発達水準：軽度精神遅滞（DQ59）
主訴：頭突き、衝動的行動、自閉的

49

アタッチメント・パターン——行動パラダイム
「甘え」——情動パラダイム

50

情動パラダイムのアタッチメント行動

「甘えたくても甘えられない」

甘えのアンビヴァレンス

51

タイプA、C、Dすべてに

「甘えのアンビヴァレンス」
を見て取ることができる

52

恥 shame

- ・乳児の自己愛状態が養育者の行動抑制によって期待を裏切られることで味わう情動体験（ショア）
- ・一者心理学的視点

「甘え」のアンビヴァレンス

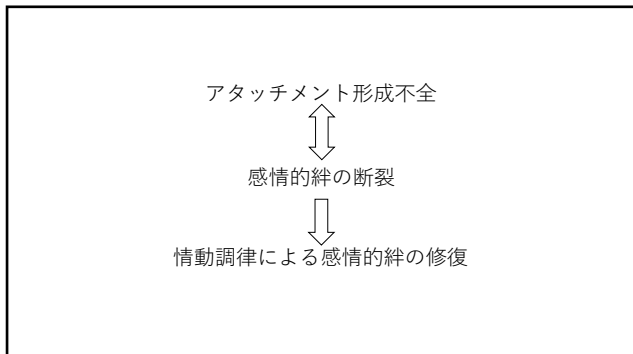
- 心細くなった乳児が養育者に甘えたくて近づきながらも、養育者からは期待したような反応が返ってこない時に味わう「甘えたくても甘えられない」心的体験
- ・二者心理学的視点

53

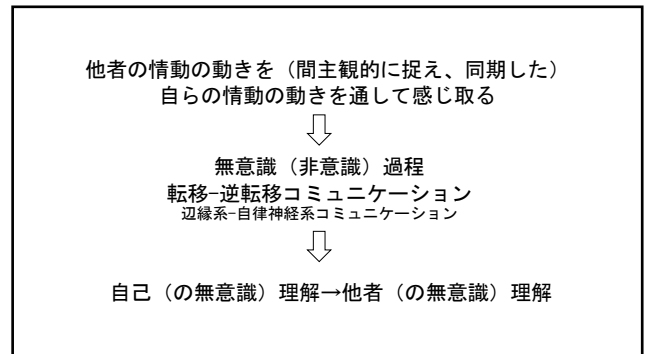
右脳精神療法

感情調整療法
Affect Regulation Therapy (ART)

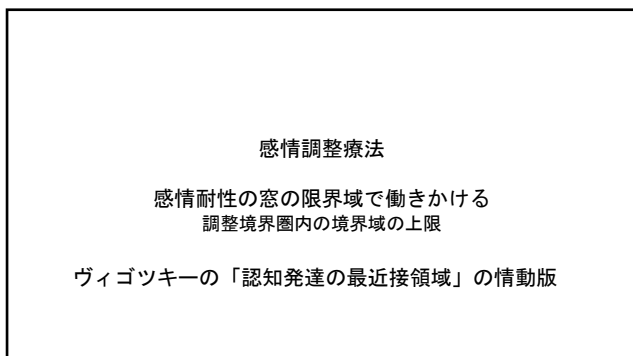
54



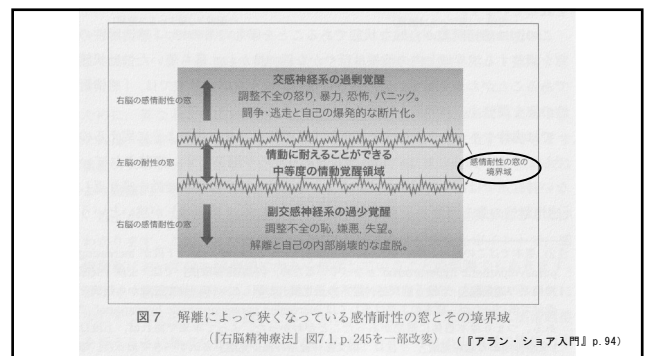
55



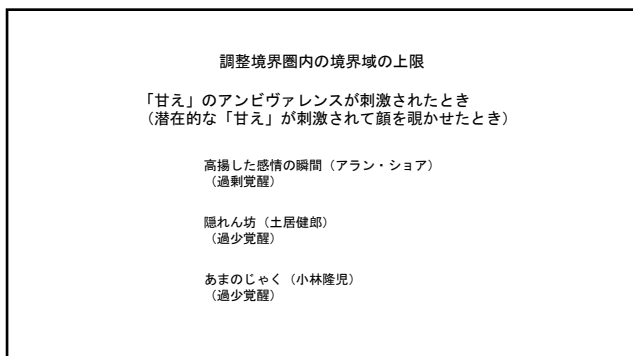
56



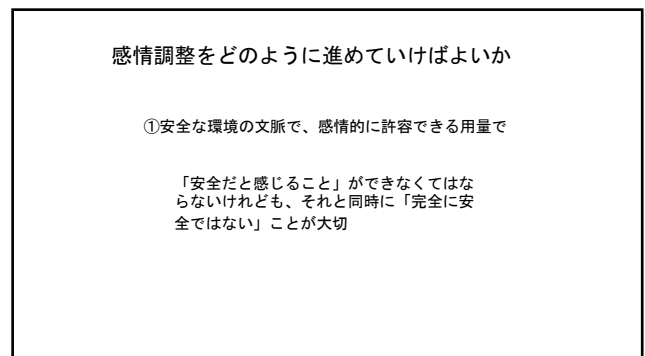
57



58



59



60

②情動体験を言語化する—修正情動体験

これまで患者が解離して自ら主体的に経験したことのない苦痛な感情

↓
双方向的調整
↓

治療者が患者の情動を映し返す（ミラーリング）

61

「甘え」からみた感情調整療法

- 1) 治療の転機—患者の「甘え」のアンビヴァレンスが賦活されたとき
・・・感情耐性の窓の境界域
- 2) 「甘え」のアンビヴァレンスを見て取る
- 3) 治療者が感じ取った「甘え」のアンビヴァレンスを患者に映し返す
・・・修正情動体験
- 4) 治療者は自らの「甘え」のアンビヴァレンスにどのように対処するか
・・・逆転移

62

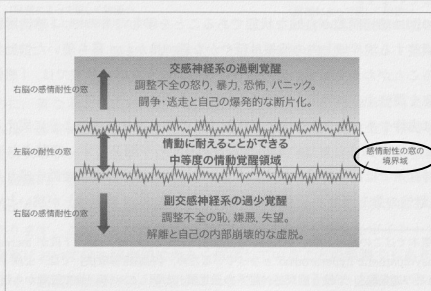


図7 解離によって狭くなっている感情耐性の窓とその境界域
（『右脳精神療法』図7.1, p. 245を一部改変）（『アラン・ショア入門』p. 94）

63

すべての精神病理の起源に「甘え」のアンビヴァレンスが潜んでいる

64

「甘えたくても甘えられない」 甘えのアンビヴァレンス

- ・治療者にとって重要なことは「甘えのアンビヴァレンス」という情動の動きがどのような性質のものかを体感し、モニターすることである
- ・無意識的コミュニケーションの世界

65

自らの主観に向き合うことが大切

66

感性教育

67

感性教育とは

- ・ SSPからみた母子関係の様相の映像を供覧
- ・ 母子関係に何が起きているかを感じ取る
- ・ 感じたまま率直に語ってもらう
- ・ 批判的なことは言わない
- ・ 進行役は発言者の意図を明確にしていく役割

68

感性 sensitivity

他者の態度、感情、または状況に敏感であること、すなわち情動のごくわずかな違いや変化を心に銘記すること

(American Heritage Dictionary)

69

二者間で脳が同期する関係の質

- ・ 母子関係
- ・ 深い精神療法（患者-治療者関係）
- ・ 親密で近い関係

70

二者間で共鳴する情動の質

- ・ 生物学的原始的情動
- ・ 興奮、高揚、激怒、恐怖、嫌悪、恥、絶望

71

感じたことをどのように受け止めるか

人によって多様であること・・・主観的

しかし、深い無意識の情動は同期する
= 共有可能 = 共感

72

深い無意識の陰性情動

同期し、体感すると苦痛であるため、無意識に
情動を回避するように対処しがちになる
＝防衛機制（解離、合理化、知性化など）

73

感性教育を試みる中でわかってきたこと

74

自分の幼少期体験と重ね合わせて見ることが 自己の発見に繋がった女子学生

事例の子どもたちを見れば見るほど、事例の子どもを通して自分の気持ちを何度も味わうことができ、それによって今の自分が形成されたのは私だけの問題ではなく、母をはじめとした環境によるものが大きいのではないかと考えられるようになった。・・・元来そのような考えは持っていたが、確信していたわけではなく、いつも愚者探しをしていた。私がダメな理由の責任を押し付ける先を探し、自分自身と向き合っていなかった。しかし、母親が私に取った対応についても母と私の性質が合わないだけであったのかもしれないし、教員たちも前例がない児童に対し全力で対応してくれていた。当時の母には困ったときに頼れる人がいなかったと記憶している。その中で、理解することのできない行動をとる子どもと向き合うのはとても苦しかったのではないだろうかと思える。そう考えると、私が今のようになり、この受け入れは正直死ぬほどつらかった。しかし、しょうがない。この先に生きやすい自分を発見できると信じて、いまはいろいろな方法を試していく期間だ、と考えている。

75

臨床家に求められること

- ・ 深い無意識の陰性情動に耐える力をつける
- ・ 陰性情動を患者と共有する
- ・ 情動の意味を映し返す（ミラーリング）
修正情動体験

76

文 献

アラン・ショア著、小林隆児訳（2022）右脳精神療法。岩崎学術出版社。
アラン・ショア著、小林隆児（印刷中）精神療法という技芸の科学（仮題）。遠見書房。
小林隆児（2000）自閉症の関係障害臨床。ミネルヴァ書房。
小林隆児（2016）発達障害の精神療法。創元社。
小林隆児（2018）関係の病としてのおとなの発達障害。弘文堂。
小林隆児（2024）アラン・ショア入門。岩崎学術出版社。

感性教育臨床研究所

検索

77