

情動と関係に焦点を当てた精神療法を神経生物学の視点を交えながら考える —アラン・ショアの理論を含めて—

感性教育臨床研究所 小林隆児

これまでも精神療法において患者-治療者「関係」の重要性は指摘されてきたが、患者の精神病理や治療は専ら「個」に焦点が当てられ論じられてきた。しかし、今や「関係」の重要性が真正面から論じられるようになった。その契機となったのは心理学におけるパラダイム・シフトである。60年～70年代の行動、80～90年代の認知、そして今世紀に入ってから身体に基盤を持つ情動パラダイムへのシフトである。それを基礎付けているのが神経生物学の飛躍的な進歩である。脳画像研究が「脳の10年」を過ぎてから複数脳による生体の脳間連結性を実証的に掴むことを可能にしたからである。その結果、情動という事象に真正面から取り組むことが可能になった。さらに情動は当事者にも気づきにくい意識下（無意識）の事象であることから、神経生物学では無意識に注目が集まり、精神分析への再接近の動きが加速した。このような変遷の中で、アラン・ショアは「脳の10年」の前年に『感情調整と自己の起源』（1994）でデビューした神経精神分析家である。その後自説を発展させて調整理論を元に感情調整療法を生み出した（『精神療法という技芸の科学』2012、印刷中；『右脳精神療法』2019, 2022）。彼の理論の核心は「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」、「感情は一義的で、人間の体験の底、つまり心の生理的最深部の事象である」ということである。生後1年半に感情調整機能を司る右脳は成熟臨界期を迎えるため、アタッチメント形成過程での母子間の情動的コミュニケーションにおける情動調律の成否が感情調整機能を決定付ける。治療においては、人間の初期発達において、養育者との間で情動調律を介して成熟していく乳児の右脳の感情調整機能がアタッチメント形成不全によって損なわれ感情的絆は「断裂」するが、治療関係において情動調律を介して「修復」を目指す。ショアの処女作出版と同年に、演者は「甘え（情動）」と「関係」の視点から臨床研究の場としての母子ユニット（Mother-Infant Unit）を創設し実践を蓄積してきた立場から、ショアの感情調整療法を解説するが、その際、行動パラダイムで生まれたアタッチメント研究を「甘え」という情動パラダイムから読み解くとともに、ここで臨床家に求められる感性の重要性に着目し、私が試みている臨床家養成のための感性教育で得られた知見をもとに、臨床家の感性を磨くための処方箋を開陳する。