

動機のないまさをめぐり心理臨床学的研究

元木幸恵

2022 年

心理療法を受けようと思ったきっかけ、動機については各人各様である。ある人は、誰かに勧められたことで心理療法の場に訪れるだろう。またある人は、自身の抱える生き方の困難さに対処する術を探した先に心理療法があったのかもしれない。時に、抱える心的困難に対して衝迫さが見受けられないクライアントは、心理療法が適した手段ではないと見なされることがある。それは、心理療法が時間的にも金銭的にもあるいは体力的にもクライアントに対して多くの負担を強いるからであり、並大抵の動機ではいざ心理療法が始まったとして早晩中断することを、多くの臨床家が経験しているためだと考えられる。

しかし、動機を皆が皆言葉にできるわけではないだろう。本論文では、心理療法を受ける動機があいまいなクライアントの存在に着目し、どのような役割をセラピストが果たすことによって彼ら/彼女らとの心理療法の歩みを進めていくことができるのかについて探索的に明らかにすることを目的としている。論文の構成は、序章と終章を合わせて全9章からなっている。第1、2章がセラピストの役割を先行研究から導き出す文献研究（第1部）、第3、4章は質問紙と投映法による調査を実施し、支援や援助を求めにくい人のコミュニケーションのありようを探る基礎研究（第2部）、第5、6、7章は動機があいまいな心理療法についての事例研究（第3部）の各セクションとなっている。

序章では筆者自身の経験も交えながら、動機があいまいな状態の心理療法は、本格的な心理療法プロセスに入る前に中断する可能性が高いことを述べた。また、心理療法のみならず心理療法につながる前に行われる心理検査についても、テストはそれを受ける目的をはっきりとは自覚しないままに受検している場合が少なくないことを指摘した。そのうえで、必ずしもクライアントが心理療法の動機を明確に言語化することができないという可能性を念頭に、動機があいまいな心理療法の困難さを乗り越えるためにセラピストが果たす役割について検討することの意義について提起した。

第1部第1章は、心理療法における動機に関する文献研究である。心理療法における動機について、何かしらの内的な変容を求める意識的、無意識的な内発的動機を重視していることを示した。Freud,S.が1905年に記した『精神療法について』の中で述べているように、クライアントが心理療法を受けたいと思う動機について明確にしておく重要性がたびたび指摘されている。また、心理検査でも動機は重要だが、テストは目的がよくわからないままに心理検査を受けているかもしれないと推測された。検査後のフィードバック面接が、心理療法への動機づけとして機能する可能性が示唆された。

また、クライアントが動機について語るができないのは一体どうしてなのかという問いに迫るため、現代の青年期臨床におけるクライアントに着目し、その特徴をまとめた。現代青年は、葛藤や悩みを心的に抱え自らについて模索する青年期の試みから撤退してしまっていると多くの臨床家に指摘されてきた。そのため、周囲から見たら十分に困っている状況であっても本人たちは悩んでいないという状態になっていると述べた。このような青年に対する心理療法について、近年いくつかの事例報告が見られる。セラピストは、クライアントの主体性を育てるために言葉を待ち、クライアントの話を否定せずに受け入れている

た。すると、クライアントは次第に悩むようになり、自らの問題を解決しようと動きを見せ、自身の思っている気持ちを言葉にすることができるようになるという変化が見られた。そこで、人が悩みや困りごとなどのネガティブなことであっても言葉にするに至るプロセスを検討するため、養育者から感覚や情緒を否定せずに受け止めてもらえる「受容」の体験が重要であるという発達心理学の知見を紹介した。この受容は、動機があいまいな心理療法におけるセラピストの役割としても重要であることを述べた。さらに、本論文における動機があいまいなクライアントを、苦痛や苦悩を言葉にすることが苦手で、他者に対し支援を言葉で適切に求められない人たちであると定義した。

第2章では、心理療法を受ける動機があいまいなときのセラピストの役割をより詳しく、スーパーヴィジョン（以下、SV）からの考察を試みた。SVにおけるスーパーヴァイザー（以下、SVor）には、現代では主に教育的役割が期待されている。しかし初心のスーパーヴァイザー（以下、SVee）は、SVをどのように活用したらよいのかについて当惑している場合があることを指摘した。また、SVは初心のSVeeにとって「必須の学習」（鏞, 2004）ともされているが、2020年に行われた臨床心理士を対象とする調査では、SVを受けていないと回答した人が対象者の60%にのぼっている。SVを受けていない背景の一因として、その当惑したSVeeの思いがある可能性が推測されるだろう。ゆえに、SVを受けることの目標はどのような点にあるのかについて検討する必要があると考えられた。その結果、主体性の獲得、情緒体験、クライアント理解の3点がSVにおける目標として挙げられた。次に、この3つの点が初心のSVeeに対するSVプロセスにおいて具体的にはどのように見出されるのかについて、筆者自身のSV体験を提示してさらに検討を行った。主体性の獲得に関してはSVorが受容的であることによって、情緒体験は、受容的な関係が基盤にありつつSV関係において生起する転移を扱うことで初心のSVeeが主体的になり、情緒体験を持つことが可能となると考えられた。

クライアント理解については、北山（2005）による共視論からの考察を試みた。共視は母子が浮かんで消える対象をめぐって言語的、非言語的なやり取りを行うことである。その母子における共視のように、SVeeとSVorがセッション中やSV中にどんなことを感じ、どう考えたかについて言語的、非言語的なやり取りを行うことがSVeeのクライアント理解を促すと考えられた。動機があいまいな心理療法におけるセラピストの役割へ置き換えるならば、セラピストはクライアントと共に動機、すなわち心的な苦悩や困難さについて言語的、非言語的なやり取りを行う「共視」の役割によって、クライアントが心的苦悩や困難さを言葉にしていくことが可能となると述べた。

第3章および第4章からなる第2部では、本論文で中核的に扱う支援や援助を適切な形で求めにくい人たちがどのようなコミュニケーションのありようを示すのかについて、大学生を対象に基礎的な研究を行った。他者に対する信頼感、ならびに自尊感情が支援や援助を求めやすい心性と関連があるという先行研究を参照し、それぞれの章で投映法も用いながら検討した。

第3章では、他者や自己への信頼感を含んだ概念である共同体感覚に着目し、既存の高坂(2011)による尺度と自作の劣等感尺度を用いての質問紙調査から、他者への信頼感が乏しいと考えられる、劣等感が高く共同体感覚が低い劣等コンプレックス状態の人を抽出した。劣等コンプレックス状態と見なされた男女3名に対し、コミュニケーションのありようを見るためTATを施行した。

3名のTAT反応に共通する最大の特徴は、人間関係によって生まれる緊張や葛藤の回避傾向ならびに対象とのかかわりの薄さである。情緒的な深いつながりのある対人関係は物語の中で描かれず、暴力的で押しつけがましく一方的な関係が語られた。また心的ではなく知的、身体的な苦悩や苦痛に言及する傾向も見られた。テスターとの関係性の検討から、他者への信頼感が低い人は、情緒や葛藤をすぐに言葉にすることは難しいが、理解を押しつけることなく時間をかけて言葉が醸成されるのを待つことによって、彼ら/彼女ら自身が見えている世界について言葉にしていくことは可能となると考えられた。

第4章では、自尊感情尺度と自作の不安尺度を用いて質問紙調査を行い、自尊感情が低く、不安が高いと考えられた6名にロールシャッハ法を施行した。6名とも陰影に頻繁に反応し、情緒刺激に関しては統制がうまく効かないか、過度に抑制して対処するかのどちらかになっていた。愛着や依存といった情緒を含めて、外界からの刺激を受けたときに、相当な動揺が見られることが理解された。特に尺度得点が低かった2名の継起分析を行った。2事例とも人間像に対して過剰に反応していることは共通していたが、多くの異なる点が浮上した。事例Dは漠然とした不安から来る自信のなさが顕著であり、他者に頼ろうとする依存心に関しては、強く持っている可能性が考えられた。テスターとのコミュニケーションによって連想が広がる様子から、他者の力を借りようとする傾向があると推測された。内省しながら問題を解決していくのではなく、どちらかという必要以上に援助や支援を他者に求めるかかわりをすると考えられた。一方の事例Fは、衝動的な欲求や情緒の動揺が起きた際にテスターを頼ることなく自分自身の力によってその動揺を抑えようとしていた。事例Dと異なり積極的にコミュニケーションを取ろうとするのではなく、頑なに自分のかかわりを変えようとはしなかった。人間像には敏感に反応しているが、人との交流からは回避的になっており、周囲に頼ることや任せることの難しさが推測された。

第3章および第4章における調査研究から、人間関係において自ら助けを求めにくい人が示すコミュニケーションのありようや他者に対する振る舞いの一端が明らかとなった。苦痛や苦悩を言葉にすることが苦手で、他者に対し支援を言葉で適切に求めにくいと考えられる彼ら/彼女らは、過度に人に頼ろうとするか人間関係から回避的になるかの両極を見せていた。対人関係から回避的になる背景には、騙すか騙されるか、勝つか負けるかという攻撃的で一方的な他者像を抱いている可能性が浮かび上がった。また、苦痛は身体的なもので訴えられやすく、下山(2012)が指摘する、近年の青年期の特徴とも合致していた。

第5章からの第3部は、実際の心理療法場面を提示することによって、セラピストが果たす受容と共視の役割がどのように働くのかについて具体的に検討することを目的として

設けられた。

第5章では、親戚から勧められたという理由で精神科クリニックを受診した事例Jとの心理検査ならびに心理療法からの検討を行った。Jには当初、主体的に自らの問題に向き合おうとする姿勢はあまり見られなかった。しかし、ロールシャッハ法をはじめとする心理検査によって理解された内容をフィードバック面接でやり取りしたことによって、心理療法への動機が明確となった。フィードバック面接が、心理検査の結果というあいまいな対象をめぐる言語的、非言語的なやり取りとなり、クライアントとの間で共視の役割を果たしたことを述べた。また周囲から受け入れられる経験の少なかったJは、情緒を排し知的な防衛を働かせていた。その演説調で迂遠な話の筋を追うことに必死でほとんど介入しえなかったセラピストは、期せずしてJを受容する役割も果たしていたと考えられた。Jのような、情緒に触れることへ恐れを感じるクライアントに対しては、ある程度の受容する期間が必要であることを明らかにした。

第6章では、学生相談における事例Kについて提示した。Kは自ら相談室に申し込みはしたものの、自発的に何かを語ることは難しく、聞かれたことだけを答えていた。「話し相手がほしい」というKの意識的な動機を受容し、Kの無意識的な動機によって来室につながっている可能性については早急に伝えることを控えた。あいまいな動機のままセラピストが抱えておくことによって、Kに対し侵率的になりすぎないようにかかわった。Kが、問題解決を押しつける母親とは違う対象としてセラピストを感じる一定の期間を経た後、セラピストが面接室で感じた「息苦しさ」とKの連想が重なり、K自身の理解が生まれた。Kが相談室を利用しようと思うに至った、あいまいな動機についてやり取りをすることが共視として機能したことを示した。

第7章では、2つの中断事例をもとに、初心セラピストが陥りがちな「早計な受容」と「押しつけがましい共視」について考察を行った。事例Mは学生相談室における女性との事例であり、自傷も含めて心理的にかなりの困難さを有していると考えられた。そこで、Mの苦しみが痛いほど「わかった」セラピストは、これまでのMの周囲にいた対象とは異なる良い対象になろうとしたことで、Mの抱える怒りや苦しみの本質を理解していなかった。早期にクライアントの痛みや苦しみがわかったような感覚になることを「早計な受容」と見なした。早計な受容に陥らないために、クライアントの全てを早急にわかりすぎようとするのではなく、わかることができない対象を引き受ける一定の期間が必要であり、セラピストや心理療法に対するネガティブな情緒を丁寧に扱うことによって、初めて受容することができると述べた。

また、摂食障害を長年にわたって患っていた女性Nとの間では、セラピストによる「精神分析的心理療法を実践することでクライアントの現状を改善したい」という動機を押しつけ、Nが抱える問題についてNを見ることを強制した。心理療法の導入期において、クライアントが最初に見ようとするもの、すなわち動機をセラピストから無理強いする「押しつけがましい共視」をセラピストが行っていたと考えられた。押しつけがましさを防ぐため

に、まずはクライアントが持ち込んだ意識的な動機について、丁寧に検討する必要があると主張した。

終章では、本研究のまとめと今後の展望を示した。心理療法を受ける動機があいまいなときに果たすセラピストの役割として「受容」と「共視」を挙げ、その2つの役割について改めて考察を行った。受容はただ単にクライアントの言葉を否定せずに聞くばかりではなく、クライアントを理解し受け止めようとする態度であり、セラピストのこのころの内で行われる試みであると整理した。セラピストのこのころの内醸成されることでその効果が発揮される、きわめて受動的なかかわりであることを明らかにした。また共視について、クライアントの意識的な動機を共有し、わずかにセラピスト側による見立てを伝えることで、クライアントの無意識の世界を共に見つめることが可能となると述べた。

本論文のさらなる知見として、心理療法を受ける動機があいまいなとき、受容と共視の果たす効果について論じた。セラピストが受容と共視の役割を果たすことによって、面接空間内にテンション（緊張）が生じ、第三主体としての心理療法を受ける新たな動機が生成される、弁証法的な機序について示した。