

心理療法における“遊べない” ことについての一考察

—その治療的機序の理解に向けて—

山岸 礼門

1. はじめに

心理療法の場とはどのような場であるのか、何をする場であるのか。クライアントとのセラピーの中で、あるいは自分自身の胸の中で、この問いに出会わなかったセラピストはいないだろう。この問いに対して、治療目標や技法といった枠組みの観点から答えることも出来るだろうが、クライアントその人の情緒や考え、感覚、理解といったパーソナルな体験をセラピストとして直視しようとするならば、この問いは“私とあなた”のあいだに置かれることになる。このきわめてリアルな問いに対して当事者としてクライアントと共に真摯に考えていくこと自体、セラピストの重要な仕事であるだろう。

そして、心理療法である以上、クライアントのこころへの働きかけの意図や期待がその場には含まれる。例えば、精神分析的な立場では、クライアント自身が自らのこころについてより理解を深める、洞察を得ていくことが目指される。当然のことだが、セラピストにとって、目の前のクライアントとのあいだで創られていく場を丁寧に観察することに加え、その場の在り方を治療的な方向付けの観点から再吟味することも欠かせない仕事である。

本稿では、この問いを心理臨床の中で吟味していく足掛かりとして、精神分析家 Winnicott のアイデアの再検討を行いたい。彼が提示した有名なテーマとして、“心理療法は遊ぶこと (playing) に属する”というものがある。「心理療法は、患者の遊ぶことの領域と、セラピストの遊ぶことの領域という、ふたつの遊ぶことの領域の重なり合いのなかで起こる。心理療法は、一緒に遊んでいる二人の人々にかかわるものである (Winnicott, 1971)」。

Winnicott のアイデアは、心理療法の場が“遊べない”場になることに対して警鐘を鳴らしている。この構えは「もしセラピストが遊べないとしたら、その人は心理療法に適していないのである (Winnicott, 1971)」という彼の言葉に端的に表されている。しかし、“遊べない”ことについては、Winnicott 自身も多くを語ってはならず、「遊ぶこと」の影に未だ埋もれている概念と考えられる。本稿は、この“遊べない”ことを巡って Winnicott の考えの再検討を行い、心理療法の場について我々が考えていくための足掛かりの欠片となることを目指すものである。

2. 「遊ぶこと」について 可能性空間

まず、Winnicott の言う「遊ぶこと (playing)」が彼の理論の中でどのように位置づけられているのか、議論の前提として整理しておきたい。彼の考えは、「遊び (play)」と「遊ぶこと (playing)」

の区別から始まる。子どもの遊びで言えば、前者は遊びの内容にあたるもので、後者はその遊びを通して子どもが体験している特殊な体験の在り方を意味する。Winnicott は「遊ぶことにおいて、そして遊ぶことにおいてのみ、子どもでも大人でも、個人は創造的になることができ、パーソナリティ全体を使うことが出来る。そして、個人は創造的になることの中でのみ、自己を発見するのである (Winnicott, 1971)」と言う。Winnicott は遊んでいる子どもの中に創造的な発見の体験が生まれていることを見出した。そして、それを「遊ぶこと」として概念化することで、成人のこころの理解にも通用するものとして拡大しているのである。

「遊ぶこと」という体験をより詳細に記述・検討するために、Winnicott はこの体験の生起に対応するような特殊な心理学的空間を概念化している。それが、「可能性空間(potential space)」である。可能性空間とは、「赤ちゃんが対象を“私一でないもの”として離絶する段階で、つまり対象との融合の終わりに、赤ちゃんを対象（母親または母親の一部）とのあいだに存在する（けれども存在しえない）仮説的な領域 (Winnicott, 1971)」に端を発するとされる。それは、“私”と“私一でないもの”とのあいだ、個人が内包する主観的な世界と人々が共有できる客観的な現実とのあいだに横たわるとされる空間である。この空間は対象との融合から分離への移行の中で生成されるわけだが、その生成の成否には対象との関わりがどのように進むかという要素が密接に絡んでおり、あくまで“潜在的な potential”空間なのである。また、“移行的”な性質から「移行空間 (transitional space)」と呼ばれることもある。重要な特徴として、この空間では、「パーソナルな心的現実と、現実の対象のコントロールの体験との相互作用の不確かさ (precariousness)」が楽しめる (Winnicott, 1971)。この空間の中においては、主観的な実感を伴うようなパーソナルな心的現実だけでなく、あるいはそれらを全く排した客観的現実だけでなく、その両方の交わりが生き生きと体験されている、とされる。

対象との融合から分離への移行という要素に示されているように、Winnicott はこの「可能性空間」の生成には発達の方向性があると考えていた。むしろ彼の理論はこの可能性空間の生成能力を軸として人格発達を描いている、とも言える (山岸, 2021)。以下、流れを見ておこう。

まず、Winnicott の想定した乳児の自己というものは、自らを統合する力を未だ持たず生まれてきており、常にバラバラになってしまいそうな「破滅の不安 Anxiety about Annihilation (Winnicott, 1960b)」に晒されている。これに対して、母親をはじめとする養育者が乳児に同一化し、適切に応答してくれることによって、乳児の自己は解体してしまうことなく、まとまりをもったものとしての体験が蓄積されていくことになる。Winnicott の考えでは、授乳するという関わり一つでも、単なる乳児の本能衝動を満足させる側面だけではなく、破滅の危機にさらされている彼らの“存在する”という感覚を支える機能の側面を持つのである。

このように、Winnicott (1960a) は“存在する”という自己感覚の支えを必要とする心の側面に着目し、“ニード need”という言葉을当てている。彼の考えの力点は、人間というものは人生最早期において養育者・養育環境によって物理的・心理的にニードに適応してもらうこと、「抱えること holding (Winnicott, 1960b)」を必要とする、ということである。客観的に見れば、養育者や養育環境は乳児の自己にとって“私一でない”人やモノである。そういった存在が乳児の自己、“私”に同一化し、抱えてくれるという融合の状態があつて初めて生きることが始まる、と Winnicott は考えた。

この融合の状態では、乳児のこころのまとまりは侵害されることなく、自発性でもって動き、そして養育者を始めとする環境がその乳児のこころの動きを実現化する、という循環が生まれている。再び授乳の例に戻れば、このときの乳児にとって、乳房は与えられたのではなく、自ら自身によって創造されたものとして体験されていると Winnicott は考えた。この特殊な体験、個人のこころの自発的な動きと客観的な現実とが噛み合う体験を彼は「錯覚 illusion (Winnicott,1953)」という言葉でも表現している。

この人生最初期の依存の体験を Winnicott は非常に重要視している。Winnicott (1967) はこの段階における母親的人物への信頼性に対する「確信 confidence」の発展およびその蓄積がその後の「可能性空間」の生成に直結すると考えている。可能性空間は、乳児の環境への依存が緩んでくる中で生まれる隙間に萌芽するものである。

母親との関係を題材に整理すれば、まず、母親は乳児を心と身体で抱えていたが、乳児自身の成長に応じて、ぴったりとした適応は緩んでくる。それは、母親も当然その人自身の心と身体を持つ存在であるからであり、また、乳児自身が自律して動きたいというニードを持つようになるからでもある。ここで重要なのは、完全に分離してしまわず、必要に応じて乳児の依存が満たされる関係が保たれることである。Winnicott (1971) はこの微妙な構えのことを「母親（または母親の一部）が、赤ちゃんの能力で見出せるものであることと、（それ以外）見出されるのを待ちながら彼女自身であることとのあいだを「行ったり来たり」する状態にある」と表現している。これは空間的・時間的なズレが母親―乳児のカップルとのあいだに生まれたと言ひ換えられる。つまり、目の前で、即座に母親が応えてくれなくとも、乳児は安心して自発的な動きを続けられるようになっていっていると言えよう。

ただし、この空間的・時間的な隙間は決して無限でもないし、絶対的な安定性を持っているわけでもない。非常に繊細なものなのだ。再び乳児の例に戻れば、この隙間を乳児が安全なものとして体験するためには、それ相応の空間的・時間的な母親への信頼が必要である。まず、それまでの依存の経験に基づく信頼の感覚の蓄積が必要である。そして、後方的に見れば、乳児自身の自己が再び危機に瀕したときに母親がそれを修復できる程度には空間的・時間的に“離れていない”ことが必要なのである。ぴったりくっついているわけでもないが、離れすぎもしない、これが Winnicott のいう母親の「行ったり来たり」である。

この「行ったり来たり」は、乳児自身の主観によってコントロールされる対象とそうでない現実の対象とのあいだで母親が見せる往復とも言える。これは、乳児の側から見ると、最初自らの主観的な統制に完全に一致していた世界が少しずつほどこけ、“私一でない”ものによって構成される客観的な外的現実の世界が少しずつ見えてくる過程でもある。しかし、重要なのは、その二つの世界が交錯していることであり、それによって、乳児にとって自らの主観的統制の不確かさが自己の危機として体験されるのではなく、むしろ新たな“発見”として楽しまれながらこころに蓄積されていくことである。この乳児の体験こそが「遊ぶこと」であり、今まさに彼が身を置く場こそが「可能性空間」である。

Winnicott は「遊ぶこと」という特殊な体験様式に着目した。彼は「可能性空間」の中での体験であり、そこでは主観的現実と客観的現実のあいだの揺らぎが非侵襲的に体験されることでその個人にとって創造的な発見の感覚が生まれている、と描き出した。そして、人生最初期の

養育環境との関わりの中で可能性空間が萌芽すると彼は理論化している。Winnicott の考えにおいて、この可能性空間は単にある発達時期に登場するものではなく、個人が自分の人生を生きることそのものに関わるものである。それゆえ、彼の人格理論は可能性空間の生成能力の拡充をこころの発達の大きな軸としているが、同時に、可能性空間の生成能力の如何については人生最早期環境の影響による決定論的な視点が見られる（山岸,2021）。後述するが、ここには議論の余地がある。本稿では、Winnicott の「遊ぶこと」「可能性空間」という概念およびそれにまつわる理論を踏まえつつ、その視点から見たときに“遊べない”ことがどのように理解されるのか議論していくことで、彼の理論の再検討を行っていく。

3. Winnicott における“遊べないこと”の苦しみ

この節では、可能性空間の生成が遊ぶことの前提となると踏まえた上で、その反対側、“遊べない”という体験が Winnicott の理論によってどのように描かれうるのか、追っていきたい。Winnicott にとって、「遊ぶこと」、つまり可能性空間に身をおくことによる体験は2つの重要な意味を持っているとされている。一つが“生きることの質”、そしてもう一つが“コミュニケーション”である。Winnicott のアイデアを踏まえると“遊べない”こととは、この二つの重要な要素の欠如という方向から心理的な困難として理解されることになる。本節ではこの心理的な困難に注目していくが、その際には「本当の自己」と「偽りの自己」という Winnicott の概念的図式化を理解しておく必要がある。

Winnicott (1960a) に基づいて、「本当の自己」、「偽りの自己」の形成過程およびパーソナリティにおける位置づけを整理しておこう。この二つの自己は、体験における質の違い、特に実在感の違いによって区別される。「本当の自己が現実感をもつものに対して、偽りの自己の存在は、非実在感や空虚感という結果に終わるのである」。前者は体験を生き生きと味わう自己であり、後者は生き生きと味わえない自己、という区別と言える。この全くもって異なる二つの自己は、前節で見た“融合”の時期に端を発している。「本当の自己」は、前節で見たような“自発的にこころと身体を動かす乳児とその動きに上手く適応する養育環境”というかみ合わせの中で生まれる。この中では、環境から与えられるものは乳児自身からすると“自らが創造したもの”と錯覚されている。このときの自発性や創造性の感覚に蓄積によって形成される自己の側面が「本当の自己」である。

一方で、“融合”が必要とされる時期に環境が乳児への適応に失敗するとき、全く異なる結果が起きる。環境は、乳児の本当の自己のまとまりを強化するとは逆に、そのまとまりをおびやかす働きを持つものとなる。こうなったとき、自己は「破滅 Annihilation」という極めて破局的な不安から自らを守るために、自己の内側で「本当の自己」と「偽りの自己」とに分裂を起こす。ここで生まれる「偽りの自己」の機能は、一つは、環境側の働きかけに対して自らを前景化して「反応」「服従」することであり、もう一つは、そうすることで本当の自己を環境との交流から秘匿することである。この「偽りの自己」は、こころの防衛機能として出発するが、環境の在り方に応じて、つまり経験に応じて、パーソナリティ全体において占める割合が異なる。ある人にとってこの自己は社会生活を行う上で必要に応じて持ち出される仮面であるが、また別の人にとっては、この自己こそが“実在する”ものとパーソナリティの大部分を占める

こともある、ということである。

前節までの論を踏まえれば、生き生きと遊んでいる playing 個人は、可能性空間に身をおいているとも言えるし、そこには本当の自己の関与があるとも言える。逆に言えば、遊ぶことが出来ていない個人は、その体験において、本当の自己ではなく偽りの自己の関与が大きくなっている、と捉えられる。Winnicott は個人が自分の人生に生きている感覚を創造的に発見していく力をこころの健康さとして注目したが、その視点はその否定形をこころの困難・病理として捉える視座に繋がっている。Winnicott において、“遊べない”ことは、創造性の発揮の困難を意味する。このこころの状態では、体験はあっても、その人にとって生き生きとしたパーソナルな意味は存在しない。“遊べない”状態は“生きることの質”の問題として位置づけられるだろう。

次に、“コミュニケーション”という観点から、“遊べない”ことがどう位置づけられるか整理しよう。ここで注意すべきなのは、本当の自己は客観的に把握される対象と交流することはない、とされていることである。本当の自己は乳児の主観的な対象を環境が現実化することから始まったものだが、このときの乳児の自己（本当の自己）が交流しているものはあくまで乳児にとっての主観的な対象であり、乳児から生み出されたものである。Winnicott (1963) はこうした理解から、本当の自己を客観的・外的な現実と交流することから「分立 Isolate」したものと位置づけている。つまり、本当の自己とは外部とのコミュニケーションから分立していることで成り立っているとされる。

ここで、前節の可能性空間の生成についての整理に一旦戻ろう。可能性空間は、母親が“乳児に見出されるもの”と“母親自身であること”のあいだで行ったり来たりすることによって生まれる。本当の自己の視点から見れば、それは、“私一ではない”ものとのコミュニケーションの必要性があいまいに、非侵襲的に揺れ動くということと言い換えられる。ここでは、その揺らぎの中で乳児は外部と交流することと交流しないことを自ら選ぶことが出来る。改めて言えば、“可能性空間に身をおくこと”即ち“本当の自己のみが現れること”ではない。可能性空間に身をおくこと、つまり遊ぶことは、主観的な世界と客観的な現実とのかみ合わせの不確かさを楽しむことであり、それは主観の対象と客観の対象とのあいだで交流の揺らぎを楽しむことである。

反対に、本当の自己と偽りの自己とのあいだに「深刻な分裂」が起きている状態では、移行的な空間に身をおく力は貧困化する (Winnicott, 1960a)。偽りの自己のみが前景化し、固定化すると、個人の外部にあるもの、他者や文化、世界に対して“反応”は出来ても、真に生きた自己の感覚を生むようなコミュニケーションに対しては開かれていない状態になる。“遊べなさ”の病理とは、こころの内側から生まれる“生きていない”という苦しい感覚だけではなく、外部とのやりとりから変化につながっていくことが出来にくくなるという構造的な苦しみとして理解できるだろう。

“生き生きとした実感”のある世界から締め出され、戻ることができないという閉塞感、これが Winnicott によって光を当てられた“遊べない”という体験であり、その苦しみである。Winnicott (1971) は創造的に生きることが難しくなった個人の体験について「つらいことに、多くの個人は、多少とも創造的に生きることを経験してきているだけに、自分がほとんどの時間を非一創造的に生きていることを認識でき、あたかも他の誰かの創造性に、あるいは機械の

それに、すっかり取り込まれてしまったかのように感じたりする」と描写しているが、これは“遊べなさ”に閉じ込められた個人の苦しみを端的に表していると考えられる。

4. “遊べる人” “遊べない人” という二分法

前節では、“遊べなさ”について個人の体験という観点から輪郭付けを試みた。次に、本節では、Winnicott の人格理論から導かれる理解に生まれる問題点を整理した上で、治療場面に視点を移すことで、“遊べなさ”を臨床的な概念として拡充していく道を進めたい。

可能性空間という概念から人のこころの発達を描き直したことで Winnicott は“遊べない”人の存在に光を当てた。Freud が見出した神経症の葛藤とは質の異なる“生きること”にまつわる心の力や苦しみを精神分析の視野に入れたという点において、Winnicott の理論の臨床的な意義がある。しかし、上記の理解はいわばパーソナリティに対する静的な理解のアプローチ、一者心理学的な理解とも言えるだろう。Winnicott は個人が創造的に生きることが出来るかどうかという“変数”は「赤ちゃん個々の生きている体験の始まりや初期の諸段階での、環境的供給の質と量に直接関係している (1971)」と示唆している。この Winnicott の言葉は、幼少期の性欲動の在りようが現在のパーソナリティを規定するという Freud のアプローチを思い起こさせる。

しかし、この発達の病因論は、行き過ぎれば、乳児期の環境的供給の量と質に問題がある人かどうかという二極的な視点につながりかねない。実際に、Winnicott が自らの理論から精神分析実践を捉え直した論文『精神分析の設定内での退行のメタサイコロジカルで臨床的な側面 (1954)』では、発達段階ごとに患者を3グループに分けつつも、人生早期の環境の問題によって従来の精神分析の適応か否かが判断される図式を彼は提示している。「もし患者が遊べないならば、患者を遊べるようにする何かがまず必要なのであり、その後心理療法が始められるのである」という表現も同様だが、Winnicott の理論には“遊べる人かどうか”という幾分単純化された問題提示が見出される。

一方で、Winnicott の理論や考え全体、あるいは彼の仕事を更に進めた分析家たちの考えを踏まえることで、“遊べる人かどうか”というこの単純な図式化の捉え直しが可能であると本稿では示したい。それは、Winnicott の理論に潜在されつつも、彼自身によって十分には論じることの出来なかった視点の提示になると思われる。

ここで重要になるのが、“治療場において”「遊ぶこと」はどう現れるか、という議論である。Winnicott (1971) は患者が創造的な体験を治療から得るためには、つまり「遊ぶこと」の体験を治療から得るためには、「体験にもとづいた信頼の状況でのリラクセーション」が必要だと指摘している。このリラクセーションは、患者の自己にとって不安によって防衛的組織化をしなくてよい状態である。それは、患者自身のこころの自発的な動きを生むための緩まりとも言える。Winnicott はこの「無統合のパーソナリティがアイドリングしているようなもの」を患者の創造的体験の基盤としている。そして、この議論の中で彼が光を当てるのは「創造的な進展が起こりうる休息の状態を達成できない患者」である。これは“遊べない”患者と言い換えてよいだろう。

ここで注目すべきは、“遊べなさ”の位置づけである。「リラクセーション」は“体験にもとづかねばならない”のである。彼は、リラクセーションが難しい患者たちに目を向けながら、

同時に、治療者の問題も指摘している。描かれているのは、環境を信頼できないゆえに不安から自己の防衛的組織化を行う患者と、自由連想に現れる“意味”という組織化を積極的に見出そうとして躍起になるセラピストである。この二人のあいだには、無意味、つまり無統合の状態が許されていない。更に Winnicott は問題の明確化を進めている。「セラピストが無意味のあるところに意味を見出そうとしたために、休息の機会をのがしてしまったのである。環境側の供給の失敗のために、患者は休息ができず、この失敗が信頼の感覚を台なしにしてしまう」。つまり、この議論において、リラクセーションの難しさという患者の“遊べなさ”は、早期の発達の問題としてではなく、セラピスト・治療設定の失敗という側面から捉えられている。

この議論を踏まえれば、治療場面という現在において、可能性空間の生成はセラピストと患者とのあいだの“体験にもとづいている”と改めて強調せねばならない。セラピストと患者のあいだの可能性空間は、二人の治療の過程の結晶であり、患者が過去より蓄積した経験の単なる投影物ではない。その意味で、Winnicott がプロセスとして整理したように、治療場面における可能性空間の生成は一つの達成なのである。これは、乳児と母親のあいだの可能性空間があくまで“潜在的 potential”であることと同じである。可能性空間は「行ったり来たり」の具合によって生成されるかもしれないし、そうではないかもしれない繊細なものであるのだ。

治療場面で「遊ぶこと」は漸次的な達成である。そして、臨床場面に目を向ければ、クライアントは皆、意識的にせよ無意識的にせよ、不安や悩み、こころを苦しめる何かを抱えた人である。そして、その苦しみの感覚がこころのどこかで誤魔化しようもないと感じられているからこそ、その切迫した何かを専門的に扱うための場、人として心理療法とセラピストが使われる。ここにはゆとりや余裕とは異なるその人だからこそ切実さがある。そして、その感覚にどれだけ応えることが出来るか、われわれセラピストは常に試されている。クライアントのセラピストと治療設定に対する信頼の感覚は最初からあるのではなく、実際に“体験されていく”ものであると捉えたとき、リラクセーションすらも漸次的な達成なのだ、と理解される。

最初から治療で「遊ぶこと」が出来る人、治療空間を可能性空間として使える人などどこにもいない。本論は、広く治療空間・関係に現れ得る“遊べない”状態に焦点を当てて論じていきたいが、ただしこれは“遊べないこと”にまつわる個人間の差異を棚上げした部分的な議論であることを付言しておく。第2節で概観したように、可能性空間生成の能力は発達的な獲得として位置づけられるものであり、この獲得は幼児期の形成とその後の拡充という2点から整理される。“遊べない”という可能性空間生成の障害についても、この2点の問題として理解できる。Winnicott (1971) は、依存の確信と可能性空間の生成との関係を論じる中で、以下のよう述べている。「こういった確信が形成されなかったために、可能性空間がごく限られてしまい、遊ぶ能力が阻害されている、ということが多くの人に見られる。また同様に、本人自身は文化的知識のための場所 (place) をもつようになっていたのだが、その子の人的世界を構成する人たちの側が、パーソナリティ発達上の好適な時期に文化的要素を導入することに相対的に失敗したために、遊びや文化的な生が貧困になっているという場合もまた数多く見られる」。遊ぶ能力の阻害という状態像は同じでも、その背景には個々人で質的な違いがある。

「遊ぶ能力の阻害」について、そこにある個人間の差異、即ち発達的に形成された困難の在りようを細やかに見ていくことは臨床的に極めて重要であるが、その前段階として、本論では

まず治療場に現れる状態像としての“遊べないこと”について考えたい。このアプローチは可能性空間の“形成”と“拡充”それぞれの困難を曖昧にしかねないという点で限界がある。そもそも遊ぶこと自体が難しく思われるようなケース、つまり遊ぶ能力の“形成”の時点で困難を抱えていると見えるケースとそうではないケースをまるで同一次元かのように語るとは確かに乱暴と言わざるを得ない。Winnicott (1971) もこの形成の時点で問題を抱える重篤なケースの存在を強調している。同時に、彼が説いたのは、「創造的に生きることへの個人の能力が完全には破壊されえない可能性」を考えに入れて置く必要性でもあった。重篤なケースにおいても、“遊べないこと”をその人の全てとして見るのではなく、治療空間の中でその人のこころが動き、形成されている状態として捉えることは、セラピストとしての我々に自らの介入を吟味する余地を与えてくれると考えられる。

遊べるか遊べないか、という違いは、確かに個人と個人とを比較して立ち現れるものでもあるが、細やかに見るならば、個人内の揺らぎとしても捉えることができる。“遊べないこと”は誰のこころにも含まれ、治療場面で姿を現す。この理解を踏まえれば、心理療法を「遊ぶこと」に属するものとする Winnicott の図式化に一部改訂を加えることが出来よう。心理療法は、クライアント個人のパーソナルな不安や苦しみを扱う以上、その中で“遊べない”のがまず当然である。つまり、心理療法は“遊べなさ”を含むこむ構造をそもそも有しているのである。

5. “遊べない”場としての心理療法

前節では、Winnicott の人格理論から見た“遊べなさ”の理解に、彼の臨床実践の発想を重ね合わせることで、“遊べなさ”を個人間の違いとしてだけではなく個人内の揺らぎとしても捉えていく考えが導かれていくことを示した。そして、この考えによって心理療法の中に“遊べなさ”が含みこまれているという理解を指摘した。ここで、「もしセラピストが遊べないとしたら、その人は心理療法に適していないのである (Winnicott, 1971)」という言葉の意味を改めて考えねばならないだろう。Winnicott にとって治療者の“遊べなさ”は彼・彼女自身の問題であるが、ここまでの議論を踏まえ、このテーマをどう捉え直すことが出来るのか、考えていきたい。

「もしセラピストが遊べないとしたら、その人は心理療法に適していないのである」。Winnicott がそう考える根拠は、この強い表現の前に示されている。「心理療法は、ふたつの遊びの領域の重なりあい、つまり患者とセラピストの遊びの領域の重なり合いの中で起こる」。ここで彼が示唆している図式は、患者とセラピストそれぞれの遊びの領域、可能性空間の領域の中で互いに重なりあう一部の領域において心理療法が生まれる、というものである。確かに、そう考えたとき、セラピストの持つ可能性空間の領域の広さというのは、いわゆる懐の深さのようなものとして捉えられるだろう。この図式を信じるならば、セラピストの持つ領域が広ければ広いほど患者・クライアントの持ちこむ可能性空間の領域に対して重なり合うかもしれない余地は広がるし、反対にセラピスト側の可能性空間がもし仮に非常に狭いものであったとすれば、クライアントとの重なり合いは難しくなってしまうと言えるだろう。

確かに、セラピスト側がかなり強い程度で“遊べない”、つまり可能性空間の生成の能力が阻害されてしまっている場合、心理療法の成立は難しいかもしれない。この点を考えるために、分析家 Ogden の考えに触れておこう。Winnicott のアイデアから独自に考えを進めた Ogden (1986)

は、可能性空間の生成とその崩壊について整理を試みている。彼にすれば可能性空間の生成は「思考者と象徴、象徴と象徴されるもの、思考者と思考の対象（象徴されるもの）」の分化の現れであり、この三項関係における弁証法的な対話の維持を表すサインとなる。言い換えれば、この心理的な弁証法の緊張関係が維持される中で、“私”という思考を解釈するものとしての感覚が生まれるのであり、事実と思考とに距離が生まれ、そこにパーソナルな意味が生まれるのである。つまり、可能性空間生成能力の阻害は、“私”という感覚を失うこと、事実と思考の境界を失うことといった「象徴化についての精神病理」を表す。この精神病理の世界のみにセラピストが身をおく場合、治療を行う前に自らが治療を受ける必要があると言わざるを得ない。

しかし、前節での議論から見えたのは、誰のこころの中にも“遊べなさ”、この可能性空間の領域以外に身を置いている部分があるということである。“遊べる”“遊べない”という違いは相対的であるということは Winnicott 自身も理解していたはずだが、それでもなぜ“セラピストは遊ぶ人である”というテーマを彼は示したのだろうか。そこには心理療法が「遊ぶこと」の領域に属するという彼の主張を明確なものとして進める意図があったのかもしれないが、結果として、議論が不十分になってしまった側面も否めないだろう。以下、詳細に見ていこう。

心理療法が「遊ぶこと」の領域に属しているのは、もちろん、ある意味で正しいだろう。心理療法の場合可能性空間となっており、そこにはクライアントとセラピストとの生き生きとしたコミュニケーションと発見がある。そこでは、二人ともが遊べている。心理療法というこの場合は、この二人各々の可能性空間の重なりに身を置いていることは正しいだろう。既に治療の場で遊んでいる二人を眺めたとき、心理療法が二人の「遊ぶこと」の領域のあいだに属しているという指摘は正確な描写となるだろう。

ただ、この状態の“前”を考えるとどうだろうか。そこには当然二人の「遊ぶこと」の領域の重なり合わない状態があるだろう。前節で見たように、心理療法はむしろこの状態を前提にするところがある。そして、このときの心理療法の場合の内側では何が起きているだろうか。心理療法という構造、セラピストの構え、クライアントの構え、それぞれがセラピストとクライアントの言語的・非言語的交流へと二人を向かわせる。しかし、この交流は可能性空間の生成にはつながっていない。面接室に二人の人間がおり、それぞれが言葉を発したり、黙ったり、あるいは何がしかの行動を起こしたりしていることで一見交流が生まれているように見えて、そこから何かパーソナルに意味あるものは発見されない。セラピスト、クライアントそれぞれの視点に立てば、両者が“遊べない”状態にあり、“お互いに遊べない”状態がある。

もちろん、ここでどちらか片方が自分なりのやり方で「遊ぶこと」を押し進める場合もあるかもしれない。しかし、“遊べなさ”の体験を Winnicott が「あたかも他の誰かの創造性に、あるいは機械のそれに、すっかり取り込まれてしまったかのように感じたりする」と指摘したことを思い出す必要がある。心理療法の場合は“意味ある”ものであってほしいというのはセラピストにとって避けがたい心の動きであろう。精神分析的な心理療法で言えば、セラピストが現在の行き詰まりをクライアントの抵抗と見なし、解釈によって打破したくなる事態は往々にしてあるのではないか。しかし、Winnicott はセラピストが患者を置き去りに創造性を発揮することに警鐘を鳴らしている。「患者の創造性は、知りすぎているセラピストによって、あまりに容易に盗み取られてしまう」。クライアントが自発的に関わるのが出来ない何かを差し出すこ

とは、リラクセーションとは反対の動きを強化しかねない。クライアントが遊ばず、セラピストだけが一人遊びをしていても心理療法の場合が可能性空間となっているとは言えないのである。

こう考えると、セラピスト、クライアントの遊ぶ領域の重なり合いに心理療法が“起こる”という表現には語弊があるのではないか。なぜならば、この表現では、セラピストもクライアントも可能性空間を自ら生成していた状態でお互いに近づき、その領域が重なり合うことで心理療法が生まれる、という流れを想定させかねない。実際は、“お互いが遊べない”状態こそ、心理療法の場合には避けられないものであり、ここを出発点とすべきだろう。求められるのは、この状態からいかにして心理療法の場合に変化が生まれるか、という理解であろう。

6. “遊べない”ことが持つ可能性

“お互いが遊べない”状態では何が起きているのか、どのような交流が起きているのか、更に掘り下げて見ていこう。Winnicott が「遊ぶこと」に属するものとして提示したコミュニケーションはここにはない。反対に、彼がコミュニケーションの例外として示した「精神病理や極端な未成熟さに属する直接的コミュニケーション (Winnicott, 1971)」があるとされる。

この「直接的コミュニケーション」とは、象徴化の伴わないコミュニケーションのことである。退行した患者の体験様式を Winnicott (1954) は「寝椅子は分析者であり、枕は乳房であり、分析者はある過去の時点における母親である」と表現しているが、これは直接的コミュニケーションの好例である。ここには、“かのように”がない。象徴と象徴されるものの距離は失われている。それは、Ogden に言わせれば、“私”によって考えたり、遊ばれたり、理解されたりすることのない形で考えがやりとりされるコミュニケーションを意味する。言い換えれば、象徴、象徴されるもの、解釈者としての“私”という三項関係、心理的弁証法的対話が破綻する中で、意味の生成を伴わずやりとりされるコミュニケーションである。

Ogden はこのコミュニケーションを「投影同一化 projective identification」として捉え直している。投影同一化とは、元々 Klein (1946) によって導入された概念である。Klein は、自己の一部を切り離し、内的対象の内部へと排出し、対象を支配するという内的世界における空想を「投影同一化」として概念化した。このように、投影同一化は精神内界の原初的メカニズムとして発見され、投影同一化の作用によって象徴するものと象徴されるものの境界や距離が失われるという Segal (1991) による精神病研究などにも繋がっていった。その一方で、Bion (1962) に代表されるように、投影同一化が持つ対人関係的な側面、すなわち他者のこのところを通したこのところの消化の機能などにも注目が集まるようになり、投影同一化は精神の健康にも病理にも幅広く重大な寄与を及ぼしているものとして現代の対象関係論における要の概念になった。

Ogden (1979) は、投影同一化には、3つの機序があるとしている。まず、Klein が見出したような“自己の一部を対象の一部へと押しこむ”という無意識的空想が個人の中で活動する段階がある。その次に、投げ込まれたものと合致する体験を受け取り手が味わうような対人相互作用が起きる。最終的に、受け取り手のこのところの中での作業を通して投げ込まれたものが修正され、それにより投影同一化の担い手のこのところの中で再内在化が起きる、と Ogden は整理した。

この Ogden による理解を一つの足掛かりとして、「直接的コミュニケーション」について再び考えていきたい。上記のモデルを見ると、投影同一化は必ずしも病的な心的機制とは位置づ

けられてはいない。これは、コミュニケーションとしての投影同一化そのものと、この“こころの一部を他者に受け渡す”という空想を万能的かつ過剰に用いる病的なあり方とを分けた Bion (1962) の考えを踏まえてのものである。この視点から「直接的コミュニケーション」を捉え直すことで、Winnicott が見出した未熟さや病理とはまた異なる意味合いを Ogden は抽出している。「遊ぶことが生起するために必要なこころのありかたを生成する能力をもたないとき、投影同一化において可能な種類の直接的な結びつきという手段をのぞいては、患者は他者から孤立するであろう (Ogden, 1986)」。

Ogden は遊べない状態のクライアントが投影同一化を用いてセラピストと交流しようとしている可能性を示唆している、と言えよう。本論はこの立場から検討を進めたい。この投影同一化によって、クライアントの中で“私”のものとしてパーソナライズされていない感情、考え、体験にセラピストは触れる。それはセラピスト自身にとっても、パーソナライズされていない何かに触れる体験であり、その人自身の“私”、象徴、象徴されるものという心理的弁証法的対話の維持への揺さぶりを意味する。つまり、ここで、セラピストも“クライアントと同じように遊べなくなる”のである。言い換えれば、セラピストは“遊べない”ことを通じて初めてクライアントが身を置く場に自らも足を踏み入れることが出来ると捉えることが出来る。

この過程は、Ogden の整理に基づけば、投影同一化のプロセスで言う 2 段階目に相当するだろう。では、投影同一化の最後の段階、つまり受け取り手のこころの中での消化と投げ手による再内在化という観点から、何が見えてくるだろうか。Ogden (1986) は、この段階におけるセラピストの治療的な機能を、投影同一化の「処理」と指摘している。それは、セラピストが自分自身に起きている“何か”を味わい、吟味し、その意味を考えることである。これは投影同一化によって誘発された感情状態が「解釈する主体によって体験され、思いめぐらされ、理解される」過程であり、「心理的な弁証法的対話の過程の再建の営み」とされる。これはセラピストが可能性空間を生成しようとする動きと言えよう。

これは先ほど検討した“セラピストの一人遊び”と同じではないかと思われるかもしれないが、重要なのは、この投影同一化の「処理」の過程によって、クライアントの安心や信頼の感覚につながるような方向に向けて、セラピストが自らを舵取りできる余地が生まれるという点である。まず、Ogden は「この過程の中で生まれたひとまとまりの意味は、自分自身と患者とについての当面の体験の必然性にもとづいて行動したり、それを否認したり、それを受け入れたりすることを強いられているという感情ではなく、転移の理解を発展させてくれるようなデータを与えてくれる」と言っている。つまり、投影同一化の存在に気づき、その「処理」をここがけることで、“せねばならない”と性急に“反応”してしまうようなあり方に対してセラピストの中で距離が生まれる。ゆとりが生まれる、と言ってもよいだろう。

ここから、セラピストは立ち止まり、考えを巡らせることを通して、クライアントの“理解”に向かう。ここに、クライアントの安心と信頼の感覚の体験に貢献し得る二つの要素がある。一つには、セラピストが自身の行動の吟味をするということは、クライアントに対する働きかけを一旦留保するということである。“遊べない”状態にあるクライアントにとって、外界との交流は本当の自己を脅かす侵襲的な色合いを持つ。つまり、その人の本当の自己は交流を求めている。ここでセラピストが表面に現れるような働きかけを“しない”ということは、この

“交流”を求めているクライアントの部分脅かさず支持することを意味すると考えられる。

その一方で、セラピストもセラピストとしての吟味を経て、クライアントへの介入を行う。理想論だが、その介入にはクライアントの“理解”の裏打ちがあると考えられる。精神分析的な心理療法で言えば、セラピストは投影同一化によって投げ込まれていたものを消化し、クライアントの理解へと変形し、解釈という形でクライアントにそれを差し戻す。Winnicott は、セラピストの自己満足的な解釈がクライアントを傷つける恐れについて繰り返し注意を促したが、同時に、適切な解釈の投与がクライアントの大きな安心につながることも強調している (Winnicott, 1954)。セラピストが適切に解釈を行う機能を発揮することは、クライアントにとって、目の前の人間が当てになる人であると感じるという“信頼の体験”を意味するのである。

まとめよう。“遊べなさ”に身をおくことでセラピストは自らの“考える”機能を部分的に失う。一方で、そこで起きる投影同一化を感受し、「処理」していくことで、セラピストとの交流を求めている部分、理解という交流を求める部分両方に対して、安心できる・信頼できるという体験を提供する方向へとこころの探索を進めることが出来る、と言える。

心理療法は「遊ぶこと」に属するという Winnicott の図式は修正を必要とする。心理療法は“遊べなさ”をその内に含みこんでいる。セラピストにとって“遊べなさ”は、全て自らの不全や失敗として排除すべきものではなく、クライアントと出会おうとする際に避けては通れぬ関門でもある。もっと言えば、セラピストはクライアントと“ともに遊べない”状態に身をおくことを通して、“ともに遊ぶ”関係、つまり可能性空間の生成に向けて歩を進めることが出来る。“遊べなさ”は心理療法における治療機序を担っている、と言ってよいだろう。

7. おわりに—まとめと今後に向けて

最後に、本稿での議論を振り返っておこう。Winnicott の理論を重ね合わせることで、“遊べない”状態とは、心理的機制としては可能性空間の生成の能力が阻害された状態を意味し、主観的な体験としては生き生きとした実感のある意味から追い出され、戻れないという閉塞感として描写されることが理解された。この“遊べない”状態は、治療場面という現在を視野に入れることで、セラピストとの相互作用によって実現されるものであり、また誰のこころにも含まれる在りようであるとも理解された。そして、セラピストがクライアントと“ともに遊べない”状態になることは、単純にセラピストの問題や失敗として片付けられるべきものではなく、むしろその状態でのコミュニケーションを真摯に受け取っていく作業こそクライアントとともに可能性空間を創り出していく作業につながっていく可能性があるとし唆された。

本稿では、“遊べなさ”を個人内の揺らぎとして捉える視点や心理療法という場と“遊べない”あり方との関係を新たに考えていく道筋を示した。一方で、第 4 節で触れたように、“遊べない”という困難には多用な背景が想定される。発達早期から累積的に困難を抱えた人と、現在の状態として一時的な困難を表出している人の違いなど、個人間には質的な違いが想定されるが、これらを棚上げした議論に留まっていることに本論の限界がある。これは、第 6 節にて投影同一化について、一部の場合に含まれる病理性などを棚上げしてコミュニケーションの作用のみに着目したことと重なるだろう。今後の課題として、病的な投影同一化と可能性空間の障害の関係など、病理性にも着目した理論的整理を進める必要がある。また、“ともに遊べない”

状態がいかに生まれ、治療空間のやりとりの中でいかに変遷していくのかという観点から臨床素材を精査することからも、“遊べなさ”の質的違いを捉えていく視点を吟味していきたい。

8. 引用文献

- Bion, W. R. (1962). The psycho-analytic study of thinking. *International Journal of Psychoanalysis*, **43**, 306-310.
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *International Journal of Psychoanalysis*. **27**, 9-110.
- Ogden, T. H. (1979). On projective identification. *International Journal of Psychoanalysis*. **60**, 357-373.
- Ogden, T. H. (1986). *The matrix of the mind: object relations and the psychoanalytic dialogue*. New York: Jason Aronson Inc. 狩野力八郎(監訳) (1996). こころのマトリックス 対象関係論との対話. 岩崎学術出版社.
- Segal, H. (1991). *Dream, phantasy and art*. London, Routledge. 新宮一成 (訳) (1994). 夢・幻想・芸術 象徴作用の精神分析理論. 誠信書房.
- Winnicott, D. W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena. *International Journal of Psychoanalysis*, **34**, 89-97.
- Winnicott, D. W. (1954). Metapsychological and clinical aspects of regression within the psycho-analytic set-up. *International Journal of Psychoanalysis*, **36**, 16-26.
- Winnicott, D. W. (1960a). Ego distortion in terms of true and false self. In Winnicott, D. W. (1965)., *The maturational processes and the facilitating environment*. London, Hogarth Press., pp.140-152. [牛島定信 (訳) (1977). 第 12 章 本当の、および偽りの自己という観点からみた、自我の歪曲. 情緒発達の精神分析理論——自我の芽ばえと母なるもの. 岩崎学術出版社. pp.170-187.]
- Winnicott, D. W. (1960b). The theory of the parent-infant relationships. *International Journal of Psychoanalysis*, **41**, 585-95.
- Winnicott, D. W. (1963). Communicating and not communicating leading to a study of certain opposites. In Winnicott, D. W. (1965)., *The maturational processes and the facilitating environment*. London, Hogarth Press., pp.179-192. [牛島定信 (訳) (1977). 第 16 章 交流することと交流しないこと. 情緒発達の精神分析理論——自我の芽ばえと母なるもの. 岩崎学術出版社. pp.217-236.]
- Winnicott, D. W. (1967). The location of cultural experience. *International Journal of Psychoanalysis*, **48**, 368-372.
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and reality*. New York, Tavistock Publications. 橋本雅雄・大矢泰士 (訳) (2015). 改訳 遊ぶことと現実. 岩崎学術出版社.
- 山岸礼門 (2021). D. W. Winnicott の精神分析理論および実践に関する一考察——心が生きるための空間という観点一. 京都大学大学院教育学研究科紀要. **67**, 307-320.

(臨床心理学コース 博士後期課程 3 回生 山岸 礼門)

(受稿 2021 年 8 月 31 日、改稿 2021 年 11 月 8 日、受理 2021 年 12 月 3 日)

心理療法における“遊べない”ことについての一考察

—その治療的機序の理解に向けて—

山岸 礼門

本稿では、心理療法の場について考えることを目的に、Winnicott における「遊ぶこと」の理論、特に十分に議論されていない“遊べない”というアイデアの再検討を試みた。彼の人格理論の整理からは、“遊べない”状態とは、養育の失敗の影響から可能性空間の生成が阻害されるという心的機制の状態であり、主観的には、生き生きとした創造の感覚が得られないという閉塞感の体験であると理解された。一方で、治療場面で言えば“遊べない”状態は、現在の対人相互作用によって実現されるものであり、誰のころにも含まれる在りようであるということが示された。そして、セラピストがクライアントと“ともに遊べない”状態に身を置き、その意味を考えていく作業こそが心理療法の場に可能性空間を創り出していく作業へとつながるという理解、つまり心理療法の場において“遊べない”ことが逆説的に“遊ぶこと”につながりうるという理解が示された。

A study on “not playing” in the psychotherapy: understanding the therapeutic mechanism

YAMAGISHI Reimon

This study re-examines Winnicott's ideas on “playing,” especially the concept of “not playing,” which is not fully discussed. According to his personality theory, “not playing” is understood as a psychodynamic state of the inability to create potential space due to the influence of failure of past nurturing environment. Moreover, in terms of subjective experience, “not playing” can be expressed as a feeling of obstruction that cannot keep creativity alive. However, considering the therapeutic setting, it is understood that the “not playing” state is actualized by the current interpersonal interaction and is, therefore, potentially included in everyone's mind. It is suggested that a therapist can create potential space with their clients in therapy by putting themselves in the state of “not playing” and making them think about its meaning. It is understood that “not playing” can paradoxically lead to “playing” in psychotherapy.

キーワード：ウィニコット、精神分析、可能性空間、遊べないこと

Keywords: D. W. Winnicott, psychoanalysis, potential space, not playing