

# 症例を通して学ぶ「自己の病」

～ 関係性交流分析の視点のまとめ ～

杉田 峰康

福岡県立大学名誉教授・同大学大学院講師  
日本交流分析学会理事長

# 症例を通して学ぶ「自己の病」

～関係性交流分析の視点のまとめ～

## 目次

I. 自己の発達	2
II. 作業同盟	4
III. 転移	6
IV. 逆転移	9
V. 性愛転移	12
VI. 共感的な交流	13
VIII. さよならの言い方	21

## I. 自己の発達

### ジョン P. 30

- ・子どもの関係欲求が満たされているケース

生育歴：乳幼児期に愛され、大切にされた

両親はジョンの好奇心と知性を好ましく思った。彼の愛情を喜んで受け容れた  
特に赤ん坊の弟を可愛がるときに満足した → OKの自己感 ( $C_1$ ) の基礎

出来事：弟に嫉みとの怒りを示す。友達に対し乱暴する、競い合う

両親が不満とショックの反応を示す

ジョンの反応：恥じる ( $A_{1-}$ ) → 原始的な恥じの体験 ( $C_1$ ) の体験

結果：両親はジョンを許し、親子の決裂を修復する

ジョンは  $A_{1+}$  と  $A_{1-}$  の双方を受け容れ、自己感を統合することができる

### メアリィ P. 30~34

- ・育児の欠損が大きいと  $A_1$  内部の分裂は大きくなり、 $C_1$  の除外も強くなる

生育歴：母親はアルコール依存症。メアリィは乱暴と無視を受ける

父親は不在が多くメアリィへの唯一の肯定的な注目：母の世話

メアリィの反応：①脚本決断：人生を他者に捧げる完璧な天使

②完璧な妻、母→看護師、4人の息子の母、家族と友人の思いやりと世話

③値引き：自分のニーズと立場

意味：自分の価値観の過大視、自己卑下＝自分の無価値感 ( $A_{1-}$  と  $C_1$ ) の防衛

精神力動： $A_1$  中にある脚本は幼時の体験  $C_1$  から生まれる

- ・  $C_1$  に変化が生じない限り決断は真に変わることはない

- ・ Pt：誰かの不満を聞く、自分を不適切と思う → OK 感覚を失う →  $A_{1-}$  に移る  
→ 禁止令の形 ( $P_{1-}$ ) で巨視的で虐待的な育児を再体験する

治療の目的：中核部分  $C_1$  にある空虚感と絶望感を体験しないようにしておく

しかし根底にある悲嘆と絶望を扱わないとコンタクトにはたどり着けない

### ノエル P. 34

- ・  $C_1$  の除外が広範囲になると、 $A_1$  の分裂も強固、「偽りの自己」を発達させる

問題：長続きしない女性関係

生育歴：母親は最初の娘を失って抑うつ的（人生は不毛で孤独）

父親は厳格で威張り散らす人

仮説：母親はミラーリングと理想化された他者を求めるノエルのニーズを満たさなかった

父親は優しさ、厳密さを求めるノエルのニーズを軽蔑し罰した可能性がある

結果：ノエルは親密さのニーズ、傷みの感情を締め出し、自己感から除外した

「偽りの自己」(A<sub>1+</sub>)：「全ては自分のコントロール下にある」(空想的恋愛の反復)

治療の目的：健康な自己愛を発達させる

## Ⅱ. 作業同盟

### トム P. 49 (共感)

・共感はつらく、衝動的で、対決するものである可能性がある。

生育歴：母親に叱られることでいつも捨てられた、無能な私と感じていた  
グループ療法での会話

トム：「人生のパターン、脚本、関係性の話ですごく解放された。自分にとって何かを  
ついに見つけた」

(しばらく Pt の話を聴いたあと)

Th：「私はまったくひどくけなされた感じです。あなたは私たちのセラピーがいかに関  
に立たないかを私に知らしめて楽しんでますね」

(トムは一瞬あつげに取られたが、やがて言った)

トム：「その通りです。私は、セラピーがいかによくないかということをおあなたに言  
たいんです。あるいは、少なくとも、それほど素晴らしいものではないとい  
うことを。でも私はあなたに会いに来るのを続けたい。こういうのはどうかして  
いますか」

Th：「どうかしているなんてことは全然ないですよ。何がそれほど素晴らしくないのか、  
もっと私に話してください」

(Th は注意深く聴いた)

トム：感想「批判したい願望も痛めつけたい願望も、ともに深く理解してもらった」

### アン P. 49~50

・共感 Pt 自身に気づきを促す効果を持つと同時に、侮辱する危険性をもつ

アン：同僚のことを軽蔑して話している

Th：(中立的で興味深げに)：「あなたはとても傲慢ですね」

アン：驚きと安堵の療法を経験する

(Pt のニーズを満たそうとするテクニックの濫用は、抑うつ、絶望、嘆きのふた  
をする可能性がある)

### コニー P. 57~59

・治療者自身の感情から目を背けていることへの気づきの重要性

生活歴：30歳の女性、「恋愛関係が壊れ、自分は完全に一人ぼっち」

生まれつきに障害、長期間病院で過ごす、手術効果なく学業中断

自己イメージ：役立たず、馬鹿で痛ましい者、自己嫌悪、不完全に対する罪悪感

自分の状態、不公平に対する怒り、悲しみ。失恋 → 自己価値の低下

Thの反応：Ptの苦痛に関心。Ptの怒りを感じとる。自己批判は現実逃避

治療方針：喪失感の発散、思考に対する汚染解除、早期の自己破壊的信念に関する  
再決断

Pt の反応：のろのろとした進み

Th の気づき：(屈辱的、Pt を理解しそこなっていた)：最初から自らの方針(目的=治癒)  
に欠点があった。Pt の苦境に対する自らの無力感と不安を抑圧・否認

次回のセッション：Th の新スタート

Pt：「私の望む仕事に就くのは無理です」

(Th は、これまでの治療プラン、苦痛と悲嘆に関する知識、変化の可能性についての  
信念を横に置き、コニーのラケット感情に注目する)

Th：「あなたは決してその仕事をすることはできないでしょうね。それで自分に対して腹  
が立つでしょう。自分には何もいいところがないと感じるでしょうね。これまで自  
分を好きだなどと言ってくれる人なんかいるはずがない、と思っているのでしょうか」

Pt：「私はとても悲しい。自分が嫌い」(真実を吐き出して、絶望してすすり泣く)

Th：「そんなふうに自分のことを嫌うのは、とても傷つくことでしょうね」(Th はこのと  
き不意に初めてコニーを理解した)

(コニーはうなずき、なきつづける)

Th：「なんてかわいそうにに……」

Pt：「ええ……とても悲しいわ……かわいそうな女の子」

(初めての自尊感情の芽生え → 転移の絆 → C に対する敬意の下で新たな再決断へ)

### Ⅲ. 転移

#### アラン P. 68

・転移のプロセスは、何かを変えさせるために Th を利用しようとする Pt の試みである

生育歴：幼少期にひどい虐待とネグレクトのうえ、捨てられた体験を持つ

治療歴：何年もの精神科治療。セラピーを何度か体験している

Pt の思い：自分の中で何かが変わることを拒否している。自分には、転移を引き受けることができ、すすんでそうする Th が必要なのだ

(初回面接)

Pt：「私の望むことは……です。何人もの Th が私の虐待というバックグラウンドの性質のゆえに、わたしの治療を引き受けるのを断りました」

Th：(簡単に Pt を受け容れない)

理由：転移の中の役割を引き受け、投影に対処し、大変恐ろしい感情体験をせざるを得ないことが分かっているため(情緒的な衝撃について自分が受け止められる限界を思い知らされるに過ぎない)

(関係性モデル：このプロセスを変化のために Th の自己を媒体として使うものとみなす)

#### 薬物依存症のケース P. 72

生育歴：「何か失われていて、いつも一人ぼっちだった」

「愛されていたのに、なぜ一人ぼっちに感じていたか分からない」

人生像：成功。しかし成功は「内面の空虚さを埋める」ことはできなかった

「漠然とした何か失われていた。それさえあれば羨むような人生なのに」

態度：「薬物さえあればいいから、僕をほっといてくれ、と感じていた」

意味：十分に内在化された「他者」がないように思えるとき、薬物は自分自身を破壊しつつ、同時に逆説的ではあるが、自己感を維持できるようにしてくれる「他者」となる

生育歴の再検討：

・初期の環境において「他者との融合」が常時不十分な状態が続いたとき、内的状態はいわば宙ぶらりんのままとなり、自己アイデンティティの成長は制限される

治療：Th はセラピーの初期に、この代替物としての役割を果たすことができる

#### ジェーン P. 73

・退行した Pt に対する自己対象転移の扱い方

Pt：(初回面接) 自分が恋に落ちた物語を流暢に、詳細に、感動的に語る

Th：契約、治療方針の決定に迷う

Pt：(何週間にもわたって語り続ける)

Th : (何かがジェーンの物語を止めさせるのをためらわせた — かえって一心に聞く)  
: 象徴的レベルで理解し始める→ 未完の情事 (許されざる恋愛) の物語  
(Th の気づき : ジェーンはひどく苦しんでいて、内的に深いレベルに退行している)  
Th : 「あなたの話を聞き、それ (脚本) を一緒に探求するという契約を結びましょう」  
Pt : (この契約を受け容れる)  
Th : (反省—もし具体的理解や分析にこだわっていたら Pt は治療を放棄していただろう)

### 自尊心の低い男性のケース P. 75

・ミラーリングの実際 : Th は Pt を誇大さから健康な自尊心と野心に導く  
患者像 : 自尊心が大変低く、ほとんど機能していない  
治療歴 : 2年  
Pt : (優美な服装で幸せそうに微笑みながら椅子にかけて、話し始める)  
(Th は Pt が自分を弄んでいると確信する)  
Th : 「今日あなたは、自分がどんなに美しいかを私に示していますね」  
Pt : 「美しいとは感じています。あなたが私を見ているように、私も自分を見ることができればなあ」  
Th : (鏡を持ってきて膝の上に乗せ、鏡越しに前を見ながら座る)  
(Pt は鏡の中、Th の顔、再び鏡の中を見つめる)  
Pt : 「私はこんなふうに見たかったんです」 (ため息をつきながら)  
(ミラーリングとは情動調律のできている親が、子どもの健康な自己顕示欲を祝福して行うもの)  
・Th は Pt の初期に誇大万能感を刺激しすぎる畏に陥らず、適切に調律する方法を学ぶ  
・Th の本物の自己感が最も重要。Th は Pt の本質を自らに映し出す

### ジョン P. 77

・生育歴 : 早期に母親と温かな関係がもてなかった  
治療過程 : 最初に女性 Th に接触 (受容的で、自身のある、成功している同一化の対象)  
結果 : Th を理想化することで、自分の中に愛と優しさをよみがえらせた  
理想化転移の表出 : ストレス時において理想化された親を十分感じる機会が欠落していることを反映している

### 治療者に激怒するケース (1) P. 80~82

・陰性転移のからくりと扱い方  
問題 : 長期間続いた共感関係の断絶  
誘因 : Th が Pt に次回の面接日に学会出張の予定が入り留守になると話す  
「公休日にワークのアポイントメントを決めたいが……」

Pt:「何でダメなのか!」(怒る)、「欠席しても料金を請求されるとは……」(激怒)

生育歴:自分の欲求や計画をいつも母の予定に従って決められていた

Th:激怒が鎮まるまでそこに留まる(ThとPtとはC<sub>0</sub>の中に位置づけられている)

Pt:「3年にわたる治療で何も変化しなかった、治療を受けるのをやめようかな」

Th:Ptを抱える(コンテインする)姿勢を見せ、より深い体験をできるようにする

(治療的意味:Ptの最も深い本物の感情に触れるために断絶の体験をする必要がある)

Th:過去に解離した自我状態を統合するようPtを促す(言うは易く行うは難し!)

怒りの精神力動:

- ・幼少時の「見捨てられ体験」と結びついている。「あなたを置いて行くよ」と受け取る
- ・Ptの反応:「自分は搾取されている」「私は不要な存在だ」
- ・Ptは感情と体験を意識にのぼらせ、感情を人格に統合できるようにするため、自己の最も否定的な側面(P<sub>1-</sub>)を表出する必要がある(しばしば羨望の形をとる)
- ・Ptは自分の内部の「プラスのNP」が働かないようにして、Thや治療法を見下す

## 治療者に激怒するケース(2) P.82~83

問題:共感的関係の中でPtが突然Thに対して怒る

誘因:Ptは親密さに圧倒される感じを抱く

生育歴:幼児期から深く傷つけられ罰せられる体験

精神力動:受け容れきれない悲痛な感情の回避(防衛機制)

- ・自分に取り込んでいた残酷なPをThの上に貼り付けている
- ・Ptの内的対象関係の分裂

Th:驚き。誤解され、傷つき、いやな思いにかられる

Ptの人間の温かさと傷つきやすさに対する深い蔑みの感覚を感じとる

PT:(退行した自我)深い不安、強い恐れ(親密恐怖)→孤独への恐れ

→よい対象関係に対する恐れ(ガントリップ)

Th:傷つきやすいPtの自己(C<sub>0</sub>)に共感的な言葉をかける

Pt:再び辛らつで残酷な反応

Th:Ptと共に根源の探索

結果:怒りの低下。P<sub>1-</sub>の取り込み = Ptが生来抱いてきた自己保護C<sub>0</sub>の感覚の一部

Ptの反応:誰かが自分を愛してくれるなどと信じるな(そのほうが安全なのだ)

アタッチメント = ①恐怖:あのひどい裏切りが繰り返されるのではないか

②「よい関係」を求める強い希望

内的対象関係の分裂:Thの主観性=自分への攻撃、自分への圧倒の試み

Thの情緒的反応を必要としている

Th:アンビバレントな緊張をコンテインする(Th自身の主観的反応 vs 情緒的に踏み込み過ぎないコンタクトの間のコントロール)

## IV. 逆転移

### 同じ話を繰り返し話しつづけるケース P. 90~91

#### ・鏡逆転移の例

問題：結婚の破綻について述べた後、Pt が日々の生活を長々と語る

Pr：慇懃無礼を思わせる態度で Th にあわせ、再び独り言のように話し続ける

Th：徒労感。部屋に満ちる感情について考えたが……Pt の感じるものの意味をつかめない

推論：Pt の繰り返しは不安を意味するに違いない

結婚の破綻への強い悲しみを感じているのでは？

Th：治療で何も起きていないのではないかと不安になる

→「自己没入する人」（解釈）

Pt：（冗長な話つづく）→ グループ・セッションで「セラピーは価値がある」と述べる

Th：転移の必要性に気づく→ 不安を感じず、自信がもてるようになる

精神力動：Pt は Th を自分の延長とし、自分の一部として体験する必要がある。

- ・ Th：大人を少しでもよいものとして見ようとする子どもを目にした親の感情に似る
- ・ 子どもは自分に最大限の関心を持ってくれる親がいることを当然のものとして期待する

### ダニエル P. 93~94

#### ・双子逆転移の症例

問題：何を欲しているのか分からない（妻に言われて受診）

生育歴：生後、かなり深刻な心理的孤立の中で育った。7歳までほとんどの時間ひとりで過ごす。大人になりきれないまま年上の女性と結婚、妻に従う

Th：Pt と何をしていいのか分からない

= Pt が自分自身に対して抱いている感覚の反映では？

Th：自分の感情を発見して、それを理解するようには？

Pt：それはよいことかもしれない

Th：男だけのグループ療法に参加してみたら？

Pt：アサーティブで攻撃的な男性に魅了され、彼に従う（のどの渇いた男性のイメージ）  
双子の関係性を求める欲求が満たされる（希望に満ちた豊饒なオアシスのイメージ）

Pt：気弱な外見に隠れた強い性格を発見し、次第に自己感が強くなっていく

→ Th に逆らい、妻を拒む

精神力動：人生のほとんどを孤独の中に閉じ込められていて、自分の諸側面を意識していなかった。無意識的に求め続けてきた双子体験

## リア P. 94~95

・安全でないと感じる Pt との治療同盟の基盤となる融合体験

問題：移民、独り身、2人の子どもの世話を手をやく。一人は障害児

料金問題（安い料金での折り合い、要求がましい Pt）。3年間にわたるセラピー  
生育歴：母親に関して深刻な剥奪体験、貧しい生活状況

Th：治療料金を最低額にする → Pt に対しイライラ

Pt：金のことばかり不平を言う

Th：怒りの気持ちでいっぱい。セッションから心が離れる（金銭が悩みの中心ではない）

Pt：治療に対する不満、妹からの批判

Th：自己対象転移の中で広範囲にわたるワーク → Pt が自己の眠っている側面を見つけられる環境の提供 → 逆転移の活用

Pt：Th に対する怒り

Th：Pt の怒り = 昔から満足させてもらえなかった C の怒りと理解

Pt：限界に耐えられない怒りの爆発

Th：どのように Pt を理解しているかを Pt と共有する方法を探る

（自己対象転移の中に留まっていると、別の領域の成長を妨げる）

Th：直面化は Pt に恥ずかしい思いをさせる → Th の洞察を伝えながら、Pt の恥じの兆候を探る

Pt：恥じの承認 → 反応がスムーズになる

## ジェーンのケース P. 97~98

### 1) グループ・セッション

Pt：Th に対する敵意と侮辱を表現する

（治療過程：Pt の抱きしめえて欲しい要求。拒む → 痛みを感じ怒っている）

Th：Pt の内的世界の反映と理解。「グループの面前で価値を下げられた」（恥じ）

→ 「キャロム交流」（少しとげとげしい口調で）

『それでああなたの欲求が必ずしも満たされることにはならないのではないかしら  
— 恐らく大事なものは、その欲求に気づくことではないかしら』

### 2) 個人セッション

Pt：私のコメントに腹を立てていたのでは？

Th：はい、私はいらだっていました

Pt：（セラピーに価値がある → じょじょに和らぐ → よい治療同盟）

結果：治療状況の回復、Pt の直感の確認、Th の非防衛的なやさしい行動によって、Pt に新しい情緒的体験を提供する

Pt：自己（A）体験の発展

考察：Pt は受容的な個人セッションで自分の反応を確認できたので、情緒的に「抱え

られる」体験ができた

- : Pt がもともとこの種のことを求め、あるいは想像してきたことを示す
- : 持続的な傾聴と理解を感じると、抱きかかえられることへの執着が弱まる
- : Pt の烈しい挑発に自分を「装う」ことは本物の反応ではない (Pt の力のインパクトの否定となる)
- : ウイニコット: 「優しい寛容さ」を見せ続けることが治療を損なうこともある

### 投影同一化の興味深いケース P. 113

Th : Pt と 6 週間の契約。「Pt は辛らつで頑固」

Th : 辛らつさを無視して、共感的に理解できる Pt の隠れた脆弱さに反応した  
(4 回目のセッション)

Pt : 「前回のセッションでは、私はひとり鼻歌を歌いながら帰りました」

Th : (私はこんなに上手に Pt の C にコンタクトできるとは、まんざらでもないな)

Pt : 「私はここに鼻歌を習いに来てるんじゃないわ」(無情な調子、指を鳴らしながら)

Th : (私の快感は恐怖に変わった。私は Pt から忠告されているように感じた。私はまるで子どものようだった)

意味 : この体験は Pt 自身の抑圧された C の反映である

転移の 3 領域には複雑にして、内容豊かな、方法論的重要性が提示されている

## V. 性愛転移

### ララ P. 118~119

- ・性愛的転移：豊かな情報を提供する逆転移のケース
- ・ララ(女性)：魅力的、裕福、性体験をくわしく話すことが好きなPt
- ・初回面接

Pt：「私のライフスタイルをどう思いますか？」

Th：(私はPtより劣っている—Ptの他者に対する尊大な態度、他者を見下す態度を見る  
とき、私は拒否されていると感じる)

：「私はPtに好奇心を持ち、興奮させられたとさえ感じる。これはおかしい」(驚き)

：「ある日、私は車で彼女の家の前を通っているのに気づきました。数日後、また同じ  
行動を繰り返しているのです」(私の心はかき乱された)

(スーパービジョン)

気づき

- ・性愛的な逆転移に含まれている破壊的要素(行為)：Ptは人を搾取し、“だいなしにする”  
(fucking) ことに慣れている
- ・「私も彼女から利用され捨てられる人物になったのだ」
- ・熟練したセラピストとしての自己分析
  - 1) 性愛的な感情からの分離
  - 2) 治療とThの両方をダメにしようというPtの試みだ(ゲームから自分を引き離す)
  - 3) Ptの内面にある強烈な葛藤を情緒的に認識する
    - ①アタッチメントに対する絶望的ニード
    - ②アタッチメントを得るために性を利用する
    - ③愛や温かさを“だいなしにする”
    - ④誇大で尊大なCの自我状態

セラピー

- ・共感的介入
- ・Ptが心の中の無意識と意識(CとA)の間のつながりをつけるように援助する

## VI. 共感的な交流

### 1. 介入の調律

#### マイケル P. 166

・「行動レベル」のPtに対する介入

患者：男性、ビジネスマン、マネジメント30年の経験

初回面接：Thとの治療計画の合意が必要

Pt：「短期的には役に立っても長期には苦痛を増すような背中の手術を勧める医者には用心したい」（比喻、投影）

：行動レベルのコンタクトを要求する（治療の目的、戦略、副作用、治療計画の概略等）

：恐怖心の共感に関心なし

Th：契約について入念に話し合う。Thとの信頼関係を築く

Pt：Thの共感を感じとれるようになる

#### ジョン P. 166~167

・「思考モード」のPtに対する介入

患者：男性、高学歴、哲学博士

初期の面接過程

Pt：Thに知的に高いレベルで関わることを要求している

：心理療法の哲学的側面の議論を求めてくる

Th：Ptの望むレベルで会話を進め、信頼関係を樹立する（共感的反応ですすむ）

：Ptとの「観察可能な」契約を結ぶことを控える（Ptにとって歓迎されぬ枠組み）

Pt：知的な観察をThに向ける

Th：熱意と偽りのない関心を持って討議に参加する

Ptの話や皮肉の中に相当な感情が含まれていることに気づく

PtのCはThの声の調子で伝える

Pt：Thは信頼できる人のようだ

#### ジェニー P. 167~168

・「ヒステリー性人格適応」のPtへの介入（オープン・ドア＝感情）

初期の面接過程

Pt：「夫はあの“馬鹿な雌牛みたいな秘書”と一緒にいるために私を捨てたのです」（泣く）

「私たちの関係は長い間どこか間違っていたのです。夫がそれを認めなかったの

です。夫が荷物をスーツケースにつめて車に積むのを見た時、私はそれを確認したにすぎません」(泣く)

「私をもっと夫を理解していたら、もっと料理がうまかったら……、彼をつなぎとめられたでしょうに……」(すすり泣く)

Th: (Pt は感情を行動化するが、その重要性に気づいていない人だ)

「本当に大事な人をとられて悲しいでしょう、その秘書も憎いでしょうね……  
自分が「よい妻」でないと自分も責めていらっしゃるのね」(感情の共感)

Pt: 「深く理解された」 — 落ち着き始める

(その後、できごと全体をより理性的に考えることができ、感情と同じくらい事実も重要であると説明した)

- ・共感が信頼関係を築く可能性を広げ、しばしば転移感情を引き出す

## 2. 探索

### ポーリン P. 169~170

- ・Pt が Th をスーパーバイズするよう誘う法 (特殊な形の探索法)

患者: 女性。摂食障害、怒りを自分に向けてしまう傾向

Pt: 微笑しながら何気ない様子で現われる

Th: (Pt は自己嫌悪の形で強い怒りの感覚をあらわにしている)

「あなたは怒っていますね。何か私に怒っているのでしょうか?」

Pt: 「はい、××が不満です」

Th: 「分かりました。お願いがあるの、私がどう変わったらいいか教えてくれない?」

- ・この方法はPt が抑圧した憎しみの感情 ( $P_{1-}$ ) に再びスイッチを入れる場合に特に有効である
- ・Pt の感情は、融和した自己感を脅かすおそれがあるため、Pt が安心してCのバランスを回復しようとしてThに投影される可能性がある
- ・Thは怒りの感情の表現をOKであるという手本を示すだけでなく、自分の不完全さに寛容さを示すことにもなる

## 3. 対決

### キャミル P. 171~172、175~176、181

- ・矛盾を指摘して対決する方法

患者: 自己感が未発達、矛盾の指摘を自分への攻撃、黙殺と受け取る傾向

生育歴: 知的な子と言われながら、家族から支持されたことがない

Pt: 「課せられた課題ができない、ひどく憂うつ、絶望的、私は不適格なのです」

Th : (強いプレッシャーを感じる) (対決してみよう)

「去年のことを思い出して。あなたは同じように感じていたけど、成績は学年で一番だったわ」

Pt : 「あなたは本当のところ分かっていないのね。……私はただあなたに私の気持ちを聞いてほしいだけなのに」「耐え難い恥も感じているのです」

「私は鏡のように映し出され、いやな感じを持ったまま受け入れられることが必要なのです」 (P. 181)

- ・Pt にとって行為と共感以外のものは何でも攻撃とみなされる恐れがある (A<sub>1</sub>-パターン)
- ・Pt は Th に外界から離れて、自分の内的な関係性に世界に入ってきてほしいのである
- ・恥を容認することが自己尊重へとつながる道を開く

対決の例 (Th : C と A の繋がりを理解させる) P. 172

- ・Th : 「あなたは、昇進したばかりなのに、自分がバカだと心から信じているよう私には聞こえます。これはどういうことなのでしょう？」

**ベアトリス** (復習 : 自己感障害としてのベアトリス参照)

#### 4. 説明と解釈

##### 自分のパターンを説明する Pt P. 176

- ・Pt と Th の協働のプロセスとなるケース  
Pt 「そういう場面では、人が私のことをよくは思わず、見捨てるだろうと恐れている自分を意識しています。そこで私は、その間合いを埋めようとしてしゃべり続けるのです。そうすると、もちろん相手は口を挟むことができなくなり、私から遠ざかっていくのです。そこで私は、彼は私を嫌っているのかと心配になり、よけい同じことを繰り返し、しまいには怖くなってしまいます」
- ・ここに Pt の防衛パターンが見られる
- ・この例では Pt の描写している内容を Pt 自身が解釈している (=私は相手の批判が正しいと思うと避ける)
- ・利点 : Pt は「考えられる状態」(A) にいるとき、自らを説明することがある
- ・Th はこの種の説明から Pt が C と A のつながりを理解するのを助けることができる

#### 5. 例証

##### 高度な共感に役立つ比喩や例証 P. 179

- ・ジョークや漫画も高度な共感の役にたつ
- 患者 : 言語明瞭で教養のある若い女性、潔癖症

Pt : 「私は自分が汚れているかも知れないと想像するのがとても怖いのです」

(自嘲的笑い)

Th : (Pt は洞察力があるから予め答えておく方がよいのでは？ しかし…………)

(おおかたの話は理解していることを、どうやって Pt に伝えられるだろうか?)

- ・ Th はその朝送られてきた一枚のカードが窓の方にあるのが目にとまった。カードには人間のように肘掛け椅子に座って、自分の毛皮を引っ張っている猫の絵がかかれていて、— 「まあいやだ、私、猫の毛におおわれているわ」という台詞が記されていた)

(Pt はカードを一瞬見つめてから、うれしそうに笑う)

Pt : 「私、この絵の通りなんです」

### 実話で例証した Th P. 180

患者 : 50 代の男性。細やかな感受性の持ち主

Th : (オープンドアは思考だが、より端的に示す介入がよいのでは？ 短期制限療法なので、無駄にしている時間はない)

Th : (この Pt は夫婦喧嘩に関連して、あるパターンを示す、そして決まって妻から批判された、侮辱されたと感じる傾向がある) → 「よし、これを実話として使ってみよう」

: 「実は私にこんな友達がいるんです…………」

Pt : (元気をとりもどし、安心感を覚える)

## 6. ホールディング

### キャミル P. 181

- ・ 鏡のような反映を求める。行為と共感以外はすべて攻撃とみなす恐れのある Pt

Pt : 「私は馬鹿で不適合」

Th : 「A<sub>1</sub> は恐ろしく、いやな感じのする一部と結びついている」(C<sub>1</sub> で体験した恐ろしい感情と、愛されず価値がないと感じた苦痛を意味づける方法として、人生早期に確立したもの)

### 攻撃してくる Pt P. 182

- ・ A の分析の適用できる状態ではない Pt

Pt : (私はどんな説明や解釈を受けても、怒っているので受け取れない)

Th : 「そんなふうに怒鳴りつけられると、あなたの言うことをきくのは難しいです」

「あなたがそんなふうに話すと、ひどく攻撃されている感じで、話が聞けなくなってしまうです」

## 7. 自己開示

### 受動的攻撃性のある Pt P. 185

- ・ボーダーライン Pt に対する Th の自己開示

Th : (畏にはまった感じ。何をしても、しなくてもいまいましく感じた)

「あなたと話していると、何だかとても不安と怒りを感じるのです」  
(穏やかに)

Pt : 「私も同じような感じを持っていたのです」 (安堵の息をつく、愉快そうに)

自己開示は、共感的な形で使えば Th と Pt が共に作り出した体験について脅威を与えることなく確認することができる

## 8. 取り入れ転移

### ジェフ P. 186

- ・取り入れ転移：探索と明確化の活用

生育歴：感受性の強い子どもだった。自己愛に乏しい強い母親に育つ。母親によって無意識裡に割り当てられた役割を引き受けやすく、母親の要求を直感的に感じとって反応する

Pt : (妻の浮気による結婚の破綻。怒り、傷つき、混乱して受診)

Th : (Pt はいまだに母親、姉、妻と同一化。話を理解するのが困難と感じる)

初回面接：

Pt : 「私の職場に近くに住んでいて、私にとって便利なセラピストの名前を教えてください」

Th : (快く何人かのセラピストの名前を教える)

Pt : (すぐ戻ってきて) 「先生が私を診てくださいますか？」

Th : (私がこの Pt を引き止めて自分で診る気がなかったからこそ、彼はここに来て、新たな類のワークをなさいと、いわれる心配がないと感じたのではないか?)

Th との治療経過：

Th : (見かけ上、たいしたことをしない)

(Pt は完璧なまでも「取り入れ転移」の中でワークしているのでは?)

Pt : (感じることをすべてについての感覚を抑圧していた)

Th : (初めは見極めるのは困難だったが、やさしく、根気強く探索し、明確化する)

Pt : (徐々に、言葉による介入を歓迎し、自分の情動体験を言葉で明確化するようになる)

(偽装を取り外し真のジェフが現われる)

## 解釈の活用

### ジェフ P. 188

- ・解釈で感情を過去の出来事と結びつけ、Pt の自己の統合をサポートする
- ・Th : 「あなたは最初の奥さんとうまく行かなかった、今また同じことを繰り返すのではないかと恐れているのですね。それが理由で、あなたはキャシーを信頼するのが難しいのです」  
「お母さんは殆んどあなたと時間を過ごしてくれなかった。それなのにあなたは今、お母さん、ジェーン（元の妻）、キャシーの3人もの面倒を見なくてはならないと感じている。それでは腹が立ちますね！」

## ホールディングの活用

### ジェフ P. 189

- ・Th の自己愛を脇に置く
- Pt : (Th に表だった反応を示さない)
- Th : (Pt は成熟する必要がある。多くの人の面倒を見るのを辞めさせる必要がある)
- Pt : (Th からしばしば目をそらす)
- Th : (あなたは、自分の進む道を見つけるためには、感情的に振舞う必要があるのです)  
(でも私の視線の中に、この私の要求があるのを見て取りたくないのでしょうか)  
(ホールディング : 「Pt への感情的な肩入れを減らさない」)
- Th : (ここは Pt に共感しつつ理解し、鏡となり、尊重し続ける必要があるのだ)

## 9. 投影転移

### 解釈の活用

#### コニー P. 190

- ・陽性感情転移の場合、解釈は有効。否定する場合も関係の中で意味をもつ
- Th : 「だからこの間、あなたは私に腹を立てていたのですね。私があなを誤解したと思ったんでしょう。お父さんとの間で、自分のことをもっと聞いてほしいと思った時と同じように感じたのね」
- Pt : 「そんなことないわ！ 変なこと言わないで下さい！ おかしいわ、先生は……」  
(激怒)  
(ソファに身を沈め、しばらく窓の外を見つめる) (その後、静かに……)
- : 「私はさっき本当に怒っていたのよ。これは大事なことに違いないわ」  
(Pt は考察をすすめ、自分に起きたこと考察し、自己理解を深める)

## ジョークを使ったケース P. 191

・Th の共感的ジョーク

Th : Pt に質問する

Pt : 「関係ないわ」(いらだっている)

Th : ジョークで反応

「今日のあなたは心理の探求に興味がないのは分かっているわ。私はセラピストでなくてよかった。もしセラピストだったら、私たちはセラピーのためにここにいると思ったでしょうから」

Pt : (笑う) → ワークに身を入れる

Th : (Pt は自分と Th の間に過剰な  $A_{1+}$  と  $P_{1+}$  の状態をつり出したいと感じている)  
(これを徐々に明らかにし、Pt を  $C_{1+}$  にとじこめる)

Pt : (抑圧された苦痛を味わう) → (妖精の城のような理想化転移で壁を築いてセラピーの進行を阻む)

Th : (探索) Pt の分離の問題に焦点を当て、砦の壁を壊そうとする

Pt : Th を払いのけようとする

Th : ホールディング (介入しないこと) = Pt の  $P_{1+}$  役割への暗黙の同意とみなされる  
(この治療同盟の強さは十分)

Th : ジョーク = 「私は役に立たない理想化に賛成しない」ことの確認

両者の治療関係 (感情を共有する関係) に働きかける → その後の治療 1 年分の価値

## ホールディングの活用 : 介入しないという介入

- ・現実の諸側面をコンテインしたまま、いったん考慮の外に置く能力
- ・(要求) Th は未熟な C にとって、接していて十分安心感が持てるような役割モデル (素晴らしい人物) である

## エコーイングの活用

### リズ P. 192~193

エコーイングの例

Pt : 自己嫌悪的なコメント

Th : そのまま繰り返す

Pt : それに同意 (反映された投影を受け容れる)

Th : 自己嫌悪のコメントを続ける

Pt : 「わたしは実際はそんなにダメな人間じゃないわ」(かみつくように)

(自分にとって何が OK であるか、何が真実かを言い始める → 共感的交流へ)

- ・エコーイング : 恐ろしい内的対象 ( $P_{1-}$ ) を形に表すもの
- ・内在化している憎しみの対象 ( $P_{1-}$ ) の力に Pt がエネルギーを注ぐのを辞めさせる

## 10. 変容転移 —— 投影同一視

### モニーク P.194

Th : (Pt : 話が横道に逸れがちだ。Pt は痛みつけられている、と感じる)

Pt : 夢の話を持ち込む

Th : (何か重要なことが起きているようだ)

Pt : (夢) 両親から暴力を振るわれている。拷問にかけられ、ひどい苦痛。死ねば実際に逃れることができるのです。死んだときだけ生きることができるのです

Th : (Pt はセラピーを終わりにしようと空想しているのだ。苦しみを終わらせる唯一の方法はセラピーをやめて一種の死をもたらすことだと感じているのだ)

: これには逆説がある。この投影同一視から抜け出す必要がある。彼のこの防衛から Pt の葛藤に満ちた内的世界が、これで今までより深く理解できた

Th : 「もっとよく夢を探索すべきです」

Pt : 自分のCについて深い洞察を得る→ 個性化のプロセスを展開する

Th : 私に介入によってPは密かに攻撃を受けたと感じたのではないか? (夢の警告)  
「私がなにか間違えていたのでしょうか?」

Pt : 「先生の介入が役に立っていないので、イライラして腹立たしく思いました」

Th : 「私がどんなふうに間違っていたのか話してください」

Pt : 引きこもりの減少。オープンで自然な感情表現が始まる

## VIII. さようならの言い方

### ある男性のケース P. 268

・Th の不在中に母を亡くした Pt

Pt : 「もう治療をやめようと思います」

Th : (Pt に対して解釈、議論、共感的共鳴をつくる)

Pt : 「私の決心は変わりません」

Th : (パンチをくらい、傷つけられ、痛み、怒りを感じる) (この感情はおそらく Pt の母親に対する見捨てられ感と、分離を反映しているのだろう)

(私は Pt の裏切られたという経験をまったくコントロールできなかった)

Pt : 「私はこの痛みを耐えることはできない」

Th : (変容性治療を探すために、投影的な感情を使えない。私は自分の気持ちを自分一人で整理するしかない)

### マイケルのケース P. 268~269

生育歴 : Pt が 4 歳のとき母親自殺。児童養護施設で心理的、性的虐待を受ける

その時、母親へのアタッチメントが破壊され、きょうだいと共に児童養護施設に入れられた。施設には情緒的機能はなく、母との死別も知らされなかった

治療関係 : 投影転移と変容転移

セラピーの結果 : 性的な攻撃感情は昇華され、妻子と情緒的に交流できるに至っている  
投影転移の行動化段階から落ち着いた雰囲気に変化している

Pt : 「もう 2 年も治療を受けましたので、終わりにしたい」

Th : (Pt は内面でまだ退行しているが……)

Pt : 「近いうちに外国に住むのでセラピーを終わりにしたいのです」

Th : (額面通りに受け容れなくてはなるまい。しかし彼には終結に不安と恐怖もあるようだ)

(これは生育歴の体験をつながっているのだろう)

Pt : 「私は NLP のコース (短期) に参加して、イメージを使って自分のネガティブな感情について解決しましたので、来週でこのセラピーを一終えるつもりです」

Th : (私はまったく価値のない人間としてけなされ、すてられたようだ)

(しかし、これは Pt が 4 歳の時の体験と関係している。Pt は Th との関係の重要性を否定している。これは Pt と対決する必要がある)

Th : 「私は終結に反対です。もう少しセラピーが必要です」

Pt : 「いいじゃありませんか……でも先生がそう言われるのなら、考えてみます」

次回の面接

Pt : 「さよならを言うためにあと 2 ヶ月続けることに決めました」