

# 心理療法におけるフィードバック機能と自己空間イメージ

## Functions of Feedback and the Image of Self Space in Psychotherapy

西村 馨 NISHIMURA, Kaoru

● 国際基督教大学  
International Christian University



自己空間イメージ, フィードバック, 多元コード理論, 心的安全空間, 心理療法

image of self space, feedback, multiple code theory, psychological safe space, psychotherapy

### ABSTRACT

本稿では心理療法で起こる相互作用に包含されたさまざまなフィードバックの働きを検討した。反射技法が果たす機能の中には、背景としての安全感を保証すること、自己の延長物となること、そしてそのプロセスが個人の情動としての身体的反応を活性化することがある。また、安全感の保証という潜在的過程は自己状態の基盤的層となっている。相互作用の領域あるいはシステムには言語、象徴、身体という3種類があり、多元コード理論を用いてその働きを明確化した。情動の情報処理に関わる階層的なシステムにおけるフィードバックの内的過程は、治療場面での相互作用におけるさまざまなコードによる外的フィードバックと対応して展開する。その安全感の展開を作り出す基盤として個人の自己空間イメージが、流動的に変化しつつ作用している。事例を通して、治療場面で生じるそのイメージのさまざまな言葉が情動の活性化と変化のための大きな力を持っていることを示した。最後に、自己空間イメージの視点から治療への示唆を行った。

This article discussed about functions of feedback involved in interactions arising in psychotherapy. Among the functions performed through the reflection technique, involved are assurance of the sense of safety as a background, working as an extension of the patient's self, and activating his bodily responses as emotions. Moreover, the implicit process in assuring the sense of safety works as fundamental layer for

the self state. Linguistic, symbolic, and bodily functions were identified as three types of the domains or the systems that operate in interaction, and clarified by use of Multiple Code Theory. The internal process of feedbacks in the hierarchical system relevant to emotional information-processing operate corresponding with the external feedbacks in various codes going on in therapy situation. The images of self space that an individual has can work, with their fluid changes, as a base for developing the sense of safety. It was shown with case materials that those words of the images arising in therapeutic situation had a great impact on emotional activation and therapeutic change. Some implications for therapeutic activities were remarked from the viewpoint of images of self space. Christians and non-Christians in educational settings as well as academic connections between theology and pedagogy. When one looks at the state of contemporary Christian schools, as persons responsible for Christian education, it is clear that the time has come to think about modes of Christian education that include non-Christian educators. New arguments are needed concerning persons who show “understanding” with regard to Christianity.

## 1. はじめに

心理療法における相互作用のモデル化における近年の視点 (Agazarian, 1997, Beebe & Lachmann, 2002, Durkin, 1981, Ganzarain, 1989, Kissen, 1976, Kissen & Kotani, 1979, Storolow, 1997) は、個体を環境から分離した存在としてとらえるのではなく、常に外界との相互作用と自己のオーガナイズング・プリンシプル (組織化の原理) に基づいた自己内の反応を並行的に行いつつ状態の維持と変化を行う主体としてとらえ、その力動性を描き出そうとするところにある。従って、その相互作用において複数のフィードバック機能が常に働いている。

本稿が目的とするのは、治療場面で生じるセラピストとクライアントの心理的相互作用を説明するための概念の検討と新たな提示である。ここではフィードバックの概念に注目し、複雑な階層的な心理システムによる情報の統合に関しては多元コード理論を用いる。それらをふまえて、もうひとつの重要概念である自己の心理的空間がどのように展開していくかを検討したい。

## 2. フィードバックの理論

### 2.1. フィードバックの多重性, 循環性

フィードバックとは、自他の状態を感知するシステムから、判断し、実行するシステムへの

情報の移動であると言える。例えば、ある人の発言に対し相手が意図せずに眉を上げ、話し手が恥の感情を体験した場合を考えてみよう。この場合、相手は話し手の状態を感知するセンサーであり、それによって話し手は発言内容を不適切なものだと評価する。対人的には、つり上がった眉という視覚情報が発言へのフィードバックとなっていると言える。しかし、眉を上げること自体が恥を喚起するわけではない。恥は主観的反応であり、話し手がこの視覚情報を知覚し、解釈し、意味づける個人内のさまざまなフィードバックによって成立する。外的刺激だけでなく、過去のさまざまな体験の記憶との照合プロセスも重要な役割を果たしているのである。その意味で個人はそのような主観世界をその瞬間その瞬間に構築している。そのため、この相互作用は間主観的と呼ばれる。先の話しに戻ると、話し手の沈黙は相手の行為へのフィードバックとなり、聞き手だった人は自分の反応を振り返って笑顔を作るかもしれないし、よい反応だと解釈して喜んでしまうかもしれない。

個人の知覚は意識的・無意識的反応を作り出す。例えばつり上がった眉を見て身体がこわばり、目をそらす、頭を掻く、咳払いをする等の行動が生じるかもしれない。それらは緊張を調整するために発動されたフィードバックによるものである。過去の記憶との照合プロセスはそのほとんどが意識を介さずに行われ、自動化さ

れた反応を喚起する。具体的エピソードを想起し恥を繰り返さないように沈黙を選ぶのは意識領域での現象である。さらに、自分が現在体験している身体状態、感情状態、一連の行為を客観視するかもしれない。これらは意識していることの意識、すなわちメタ認知である。このように、あるシステムにおける情報は別のシステムを作動させ、その主体の状態を変化させるフィードバックとして働く。そこには、低次機能から高次機能にわたる階層性<sup>1</sup>がある。

外界との相互作用、および自己内の反応が並行して循環的に生じ、フィードバックという情報移動が複雑に展開するということを単純化するとおおよそそのようなことである。そのような相互作用の総体はメンタル・メトリックス (mental matrix) と概念化されている。その提唱者 Foulkes (1957) は集団精神療法の実践から、グループ全体の多層にわたるコミュニケーションの変化が治療的作業であるととらえた。Pinney (1994) はメンタル・メトリックスに関する独自の理論的展開、とりわけその神経学的基盤との並行性を仮説化したことによって貢献した。近年の神経科学や乳幼児観察研究のめざましい発展によって心理学的過程と神経学的過程の総合的理解の基盤の形成は急速に展開している。

## 2.2. 心理療法における反射の機能と安全感

心理療法におけるフィードバックを検討していくのに際し、Rogers (1942) の非指示的療法から出てきた反射技法 (reflection) から始めたい。クライアントの発言をできるだけ忠実に反復しようとするこの技法は、クライアントの発言内容を鏡のようにフィードバックする。それが適切に機能する時、「理解してもらった」という新鮮な印象を与える。だが非言語的要素のフィードバックも重要な部分である。近年、非言語的要素をも言語的に反射することで、来談者中心療法の適用範囲を広げるという成果を見ている。つまり、Rogers (1957) が提唱した「治療的変化の必要十分条件」の第一条件である「心理的接

触」を形成し、広げることを技法的に可能にした。Prouty (2001) は、ここで指摘したようなプリセラピー (Pre-therapy) における「接触反射」を、クライアントの①置かれている状況、②表情に表れている感情、③表現する言葉、④姿勢、⑤心理的接触を作るのに成功した反射、の5つに分類している。

筆者はかつてこの心理的接触の問題に関して次のように考察したことがある。「環境からの、言わば『自己の響き返し』があることで、自己の安全な一部としてそれを捉えることができ、安全空間を広げることが可能となるのではないか」、「心理的接触が持てる人とは、環境の中から自己の一部として体験してもよいと感じられる安全な部分を積極的に探索し、つながろうとする能動性を備えている人と言えるのではないか」(西村, 2005a, p.94)。逆に言えば、心理的接触を拒むというのは、そこに安全を見いだせないためである(なお、ここに述べた安全空間とは Kotani (2004) が提唱している、脅威のない空間としての「心的安全空間 (psychologically safe space)」のことであり、これについては後述する)。

この点について Sandler (1960) は興味深いことを述べている。「知覚が成功裡に営まれるということは、明確な安全感 (*feeling of safety*) を伴った統合的な営みである。安全感とは、自己の一部として感じられるために日常経験の背景としてあって当然だと感じているものである。」(1987, p.2)。「安全感は自我境界や自己意識とアプリアリにつながっているのではなく、一次ナルシズムの経験にとって必須の部分から発達するのであり、その萌芽的形態は欲求充足の最早期から存在しているにちがいない」(1987, p.4)。彼は、その安全感が妨げられたときの個人の対処として、自我における知覚過程の修正 (防衛機制) と安全をもたらす源泉への過剰備給 (*hypercathexis*) を挙げ、後者の例として移行対象、統合失調症者の独特な姿勢、エコラリア等を挙げている。そのような営みを通して安全感を維持しているのである。

Sandler が安全感を自己の核をなすものにとら

え、その延長として外的対象を自分の一部としてとらえられる日常的背景と考えたことは筆者の見解と一致する。上述の接触反射は、クライアントの自己を響き返し、自己の一部であることを示すことで安全空間であろうとする言語的フィードバックであると言える。そしてその背景には、セラピストの穏やかな情動を含んだ受容的な態度という非言語的なフィードバックが存在している。言葉の反射が効果的であるためには、「クライアントの存在のさまざまな側面に、感じる限り敏感に」（佐治，1987）とらえる試みが不可欠である。これらは言語的相互作用の基盤をなすものであると考えられる。

そのような相互作用の基盤としての安全感は、抱っこする環境 (holding environment, Winnicott, 1965)、自己対象メイトリックス (selfobject matrix, Kohut, 1977)、包み込むこと (containment, Bion, 1970) など、さまざまな概念と多くの側面を共有しているだろう。Kohut (1971) が自己対象転移の重要性を認識するようになったというエピソードは、この文脈において非常に意味深い。彼は患者に解釈を拒まれ、発言をオウム返しすることを求められ、それが治療に貢献したのであった。

さて、このような反射が心理的接触の中で行われるようになったとき、どのようなことが生じるであろうか。反射によってクライアントはセラピストを自己の一部とし、セラピストによる受容を通して次なる発言が導かれるプロセスはどのようなものであろうか。

ユング派分析家である河合 (1977/1986) は、受容が必然的に対決を生むことを（驚くほどシステムズ理論の原理に基づいて）述べている。例えばクライアントの憎しみの感情をセラピストが受容することで、クライアントには「その憎しみの感情を平衡状態に戻そうとする力がはたらく」(p.113, 下線は引用者による)。彼はそれを「対決」と呼んでいる。自我の強い人であればその対決を独りで乗り越えるが、セラピストはその「受容しがたいこと」を受容することを通して自らの内面で対決を抱えることになる。そこには

「同型の対決」が「同時に多層にわたって」生じることになる、としている。言うまでもなく、対決は自分の心理的課題に取り組んでいくことを指しており、それには無意識的なプロセスへの関わりが不可欠であることを河合は強調している。それが容易ならざる作業であることを実に見事に説明したものであると言える。

一方、反射に関連する事柄として、非常に興味深い技法が精神分析の領域に存在している。他者に対して極めて拒否的、抵抗的、さらには時に破壊的、自己破壊的で治療困難とされる一群に対するパラダイグマティック・アプローチ (Paradigmatic approach) である。その技法の詳細は Spotnitz (1969)、Nelson (1969) および小谷 (1980) に譲り、ここではジョイニングと呼ばれる技法について簡単に触れるに留めたい。この技法は患者の拒否的、自己破壊的言動に「加担する」ことによって成立する。

小谷 (1980) は、この技法と Rogers の反射技法の共通点に関する興味深い論考を行った。それは、「両者共に、これまでの療法に比べて“抵抗”をむやみに攻撃しないばかりか、何よりもまずこれを受け入れることから出発するという点」、さらに「この抵抗を扱う際に、両者共に患者の体験的自己解消を眼目に置いている点」である。抵抗分析が精神分析の教条ととらえられていれば、この発見は困難であったろう。安全感を軸としてとらえる現在のわれわれの立場ならば、この問題にはさらに容易に答えられるであろう。すなわち、どちらの技法もクライアントの「声」をセラピストが発しているわけだが、その声はクライアントには自分の一部であるため、クライアントには安全なものと感じられるのである、と。パラダイグマティック・アプローチの、第三者には一見乱暴と思えるやりとりも、その安全感に基づいた自発的な攻撃性の発露なのである。もっともこの安全感は Sandler の言う「背景」として存在しており、それとして意識されているわけではない。

小谷はさらに、その技法原理を境界システムの機能の点から理論化した。「境界システムに操

作を加え、境界システムに変化を与える。それによって内システムには、内的力動の新しいバランスを保つための新しい動きが起こる (p.17, 下線は引用者による)。そしてこの動きを治療的活動に積極的に活用する境界操作の原理を提案した。この内的力動の新しいバランスを保つための新しい動きとは、河合の言う「平衡状態に戻そうとする力」と同じ、ホメオスタシスに基づくものである。

しかし単なるホメオスタシスでは変化は生じない。むしろ安全感の視点からとらえる方が説明は容易である。すなわち、対決は2つのものの水平方向のぶつかりのイメージだが、個人の外側に安全感を見出し(安全空間を広げ)た結果、これまで遠ざけていたものが浮上する場所を与えられた、あるいは意識されぬまま知覚過程の再修正が始まっていると考えられるのである。まずこの「個人の外側に安全感を見出す」というフィードバック様式について少し異なった角度から検討してみたい。

### 2.3. 象徴の働き、身体の働き

ある流派の心理療法では、言語以前の精神機能により焦点化してフィードバック・ループを形成しようとする。

例えば絵画療法では、自己体験を自由な描画で表現するところから始まる。それは象徴的な表現である。自己とそれを象徴的に表現したものとの間には反射と類似の機能が見られる。すなわち、安全と思われる外的環境に自己の一部を置くこと、それによって自己をモニターし、自己状態を的確に表せるように象徴を調節するというフィードバック・ループが形成されるのである。類似の様式は遊戯療法にも見られる。あるいは投影法にも同種の様式が生じうる。投影法の治療的意義は、この非言語領域の体験様式を発見し、自己を再構造化していくところにある。また日本で独特の発展を遂げている箱庭療法も有意義な示唆を与えてくれる。閉ざされたスペースの中に「世界」を見出し、身体活動によって自由に制作を行っていく。描画と同様、自分で

作っていくという統制感を高めるものであるが、作品がより立体的で、制作過程に柔軟性があり、身体性が高い。

さらにそれらにはストーリー性が伴っていることも重要である。あたかも自分の人生ストーリーにおける現在の課題が自然と現れ、その物語を、揺らぎながら語っていく作業を行っていくかのようなのである。

一方、身体的・運動的なフィードバックを重視するアクション・メソッドについて、ここではロールプレイングを例に簡単に触れる。主役を演じる患者にとっては、ロールプレイングは象徴的というよりも身体運動的な日常生活(空想的な場面が用いられることも時々あるが)の再現である。ストーリー性がより明確にあり、自己を実際に演じ、他者が内的対象を演じることで、クライアントは自己の世界の「まさにその場面」を生きる体験をする。これもまた、自己の世界の一部を外部に作り出し、それにストーリーの中で身体運動を伴って関わっていくものであり、その点で象徴との相互作用の側面がある。言うまでもなく、そのロールプレイングは個人の葛藤的部分が抱えられるという点で場そのものが受容の機能を果たす大きな仕掛けとなる。

自己の物理的な外側に自己の一部を「置く」ことによって自己の安全空間が広がり、潜在していたシステムが活性化されるという力動は、さまざまな心理療法において共通原理としてとらえて差し支えないであろう。また、そのシステムは象徴や身体性と深く関わっている。それらが言語と相互影響しながら新たな安全感の探求に従事すると考えられる。

その諸要素をどのように包括的にモデル化していくことができるのか、次節で検討したい。

## 3. 多元コード理論

### 3.1. 多元コード理論の概略

ここまで述べてきた言語、象徴、身体の影響を包括的に描き出すひとつの図式としてBucci (1997, 2000)による多元コード理論

(multiple code theory) を紹介したい。なお、この膨大、緻密な理論と多くの実証研究活動を短く紹介することは容易ではないが、詳細は原書に譲り、ここでは本研究に関わる中核部分を概説したい。

この理論は、精神分析理論のさまざまな概念の持つ曖昧さとそれに起因する閉鎖性を排し、観察可能、検証可能な概念を導入することで理論全体をオープンシステムとして再構築するという極めて野心的な試みから始まっている。ことに、認知科学、神経科学といった他の科学領域の発見を取り入れ、情動の知性や情動の情報処理の心理学的説明体系として、概念や理論基盤の共有性、一貫性を重視している。その点で科学的心理学志向の強い理論体系である (Bucci, 2000)。Freud の古典的図式にある「エネルギー→放出」のメカニズムではなく、さまざまな感覚、運動、身体、認知、言語的な表象の相互作用と、それが自己の組織においてどのように統合されるか、そしてそれが環境との関わりにおいてどのように適応的に機能するかというところに関心を向けている。その表象の多元性や情報処理過程の並行性・分散性を「多元コード」と呼んでいるのである。

多元コードは、象徴様式 (symbolic mode) と下象徴様式 (subsymbolic mode) に大別される。象徴様式は言語 (language) による認知機能とほぼ対応する。一方、下象徴様式は情動を生み出す感覚、運動、知覚、身体的な様式を指し、意図や注意を経ない直観的、潜在的なタイプの処理過程を説明するものである。その2様式は基本的に相容れないものであり、それを結びつけ

る働きを照合活動 (referential activity, RA) と呼ぶ (なお、Bucci が象徴様式と呼ぶ時の「象徴」は前節で取り上げた非言語的象徴を含む、統語規則のある言語の意味合いが大きい。いわゆる象徴と区別するため、「象徴様式」あるいは下に出てくる「象徴コード」のように特定の学術用語として用いることとする)。

象徴様式はさらに、イメージという非言語的象徴コードを用いる処理システムによるもの (イメージリー象徴様式) と言葉という言語的象徴コードを用いるものに分けられる。イメージは一次過程が定義するような無秩序なものでなく何らかの論理規則を持って現れるものであり、その意味で身体反応的な下象徴様式とは異なる。Freud が夢分析を通して明らかにしたのはこの部分であると Bucci (1997) は指摘している。しかし下象徴的表象と言語的象徴が組み合わさっているため、移行的形態として特徴づけられる。それに対して言葉は象徴様式の中心であり、意図的な統制が可能なものである。そう言えば、このモデルが一次過程、二次過程という精神分析の古典的枠組みの持つ混乱を明瞭な形でとらえ直そうとしていることが理解できるであろう。

この理論を理解する助けとして、象徴コードと下象徴コードの関わりを説明した表 (表 1.) を付す。横のセルを見ると、感覚的なアナログ型情報が階層構造をなす複数の情報処理システムの中で言語という単一経路形式のコード<sup>2)</sup>に統合されていくイメージをつかめるであろう。

RA は、最も単純化すると次のような形態をとる。「連続的な刺激変化 (下象徴的表象) →表象の機能的等価階級での群化 (chunking) →さまざま

表 1. 多元コーディング形式の特質 (Bucci, 1997, p. 174)

下象徴コード	象徴コード	
	非言語的	言語的
連続次元でのアナログ型処理	個別、特定のイメージリー、ないしアナログのパターン	音韻的、統語論的、意味論的特徴を持った言葉
様式特定の; 感覚的、内臓的、運動感覚的	様式特定の: あらゆる感覚様式	無様式的
並行分散処理システムのモデル	連続的ないし並行的; 古典的象徴システムのモデル	連続的、単一経路形式

まな抽象的水準で作動する原型的イメージ (prototypic images, 非言語的象徴形態)<sup>3</sup>の構成→言語形態での表象化」である。象徴的表象と下象徴的表象は双方向的なものであり、象徴的表象が下象徴的表象に影響を与えることも重要な情報処理過程の一部である。象徴コードからの影響、下象徴コードの影響、そしてその相互作用が変化を、さらにその成果の言語化を導く。

ここで少し情動 (emotion) と感情 (feeling) の区別について記しておきたい。多元コード理論は下象徴コードである情動の情報処理理論である。RAを通して象徴コード化されたものが感情と呼ばれる。情動はより身体的、直接的であり、感情は処理を経た「心理的」体験である。このような区別は Damasio (2003) においてはより顕著である。彼は、情動を特有の身体的パターンを形成する反応とそれに対応する神経的パターンの状態とし、感情をそのような身体マップの知覚、観念であるとした。多元コード理論では非言語的象徴コードのような移行的な様式を想定しているが、情動概念の扱われ方はほぼ同様であると考えられる。

### 3.2. 病理的スキーマの形成と治療理論

原型的イメージが記憶となって形成される一連の情動スキーマは、自己の情動的反応をすばやくとらえるのに非常に貢献する。しかしある種の下象徴的インプットが優勢になると、その情動スキーマが変化抵抗的に働いてしまうことにもなる。そもそも情動スキーマは記憶スキーマよりも即時的かつ効果的に作動するため変化しづらい。否定的情動に関わる身体的反応は意図的に統制することができず、痛みに結びつきやすい。保護や鎮静化のスキーマが発達していれば感情の調整は比較的容易であるが、そうでなければ、その苦痛な情動をもたらす対象や状況ないしは苦痛を生じさせる表象を避けようとする、言い換えれば象徴や情動スキーマの構成要素から遠ざかるために、解離 (dissociation)、脱象徴化 (desymbolizing) 等を生じさせる。しかし脅威の下象徴表象は保持され、コントロー

ル不能な自己の外側のものとして体験されるようになる。それがさまざまな精神症状、心身症状、嗜癖行動などの原因となる。

従って、治療作業におけるRAは切り離された象徴コードと下象徴コードに新たな結びつきを与え、情動スキーマを弾力的なものに再構成することになる。精神分析作業において、BucciはRAがとりわけ自由連想によって促進されることを強調した。自由連想で語られる些細なこと、ファンタジーなどは言語形式であるが、情動スキーマが言わばお決まりの筋書きの繰り返しであるのに対して、情動スキーマから切り離された下象徴様式、非言語的象徴様式の産物だからである。そのように考えたとき、象徴や身体活動が自由連想と同様の意義を持っていることが理解されよう。実際、実証研究から、それらの活動位相がセッションの前半にあること、そしてそれが作業成果と結びついていることが明らかにされている。またRAは操作的に、具体性 (concreteness)、特定性 (specificity)、明瞭性 (clarity)、発話のイメージリー水準 (imagery level of speech) を指標としている。それらの基準を満たしている発話は情動的に非常に生々しいものになる。象徴や身体運動も、心的な現象やストーリーを感覚、知覚水準において具体的に詳細なものにする。その作業は下象徴様式や非言語的象徴様式を活性化する。Schacter (2007) は数々の認知心理学的実験によって、エピソード記憶を具体的に描き出すほど情動が喚起されることを見出している。そのような努力は情動スキーマからこぼれた情動を喚起し、RAを促進するのである。

そのような視点に立てば、クライアントの発言が受容によって対決に至るという見解に欠けている部分が明確になってくるであろう。それは下象徴コード、非言語的象徴コードの活性化や探索、および象徴コードの展開が生じようとしている段階だと言える。言語化への照合は決して容易なことではなく、Bucciもそれを安易に抵抗と呼ぶことには注意を発しているが、少なくとも「元に戻そうとする」動き以上のことが起こっ

ていると考えるべきであろう。ここには Gendlin (1978) の体験過程理論との類似点も見出せるであろう。

### 3.3. フィードバックの視点から見た多元コード理論

多元コード理論はさまざまな水準の情報の伝達、変換、統合に大きな焦点があり、フィードバックの概念はさほど重要視されていない。しかし心理療法場面でセラピストが行うフィードバックを視点に入れて考えたとき、例えば反射によるプロセス展開の考察は、逆に多元コード理論に対して新たな貢献となると思われる。すなわち、セラピストの受容的態度に基づく反射はクライアントの内的状態がどのようなものであれ許容し、それがこれまで情動スキーマから解離させていた下象徴コードを浮上させるように機能する。RAが生じる際の明瞭さ、具体性などを反射が作り出していると推測される。反射は抵抗として問題視せず、それを通して活性化しつつある下象徴コードを増幅していくと推測される。

そこでは関係の背景として潜在的に共有された安全感も重要な役割を果たすだろう。セラピストの反応は「社会的照合」(social referencing, Emde, Klingman, Reich, et al., 1978) の機能を持っている。社会的照合とは、個人が他者の示す感情シグナルという外的指標を通して自己の内的状態を知るフィードバックであり、乳児の自己の形成に非常に大きな役割を果たす。Stern (1985) は「波長合わせ」(attunement) の概念を提唱した。反射は、セラピストの安全感との社会的照合を通して非言語的象徴形態である原型的イメージを刺激し、新たなイメージを生み出す大きな潜在力を内包していると考えられる。

情動スキーマから解離された下象徴コードは、あたかも Ramachandran (1998) の言う「phantom in the brain (脳の中の幽霊)」のようである。失ってしまった手や足が存在するかのように感じられ、それが痛くなったり痒くなったりする幻肢 (phantom limb) は、体性感覚皮質の再組織化と呼ばれる脳神経接続の変質によって生じる。そ

の感覚を物質的手法で解消することはまず不可能であるが、彼は身体運動と視覚的フィードバックを用いて失われた腕が存在するかのように「脳に思わせ」、体性感覚皮質を元に戻すことに成功した。反射的フィードバックも、「失われた」情動が存在しているかのように、言い換えれば言語による統制を失ってしまった情動を統制可能であるように見せることで、言語とのつながりを能動的に探求 (象徴コードへの RA) するよう動機づけているのだろう。

## 4. 自己空間イメージ

### 4.1. 心理的安全空間と自己空間イメージ

ここまでの議論を振り返ると、心理療法を前進させるさまざまなフィードバックの土台には安全感が必要であり、その安全感に基づいて個人は自己の心理的空間を形成、保持していることがわかってくる。ここで少し、安全感と心理的空間との関連について検討してみたい。

上述の通り、小谷 (2004, Kotani, 2005a, 2005b) は脅威から開放された場所と心理的安全空間を定義し、論考を重ねながら、個人、集団の精神療法実践から個人の心理的成長にとっての意味を明らかにしてきている。心理療法の作業は、現実の厳しさがどうであっても、心の中に安全感に基づいた自由な空間を作り出すことであり、さまざまな場所に安全感を見出して自分を託しながら、脅威から解放された内的な安全感を見出していくことで自我、自己、対象を自由に見出すことができるようになるのである。

安全空間の体験を測定する尺度の研究によって、心理療法/心理教育グループにおける安全空間の持ち方の特徴が描き出されている (小谷・佐柳・中村他, 2005, Kawamura, Ishikawa, Sayanagi, et al., 2005)。筆者 (Nishimura and Aronson, 2004, 西村・石川, 2004, 西村, 2005a, 西村・髭・伊藤, 2007) も集団精神療法の実践から、グループメンバーがセッション毎に物理的空間領域や対人関係の領域、そして個人内的領域 (身体を含む) を使いながら自分の心理的作業を展



開していることを示した。とりわけ、身体が個人内の情動的体験の基点となって対人関係領域と相互作用しながら治療的プロセスを辿ることは、BucciやDamasioの見解と興味深い一致点を含んでいると思われる。

そのような知見を元に、心理的安全空間の問題をより広く自己の心理的空間という概念からとらえてみたい。ここで導入する自己空間イメージの概念は仮説的な試論であるが、物理的空間、身体領域、対人関係領域、精神内の領域という、安全空間をとらえるカテゴリーを束ねる機能を描くもので、自己感覚に注目することにより、一層ダイナミックな理解の基礎を提供すると思われる。

自己空間イメージは環境との関わりを持った自己状態の空間的感覚に関連するイメージを意味し、スタティックな自己概念と異なり、身体感覚や運動感覚に基づいた「今・ここで」の自己の空間的比喩による知覚あるいはイメージ化を指している。上で議論した身体、象徴、言語の3つの知覚・認知システムの相互作用によってもたらされる。それは自己感の一部であると言えるが、自己とその心理的存在に必要な「酸素」とが不可分であると自己対象を考えたKohut (1977)と同様、精神内のプロセスを取り巻く環境を自己の一部と見なそうとし、特定の時点での自己の表象と自己を取り巻く空間の表象のセットの知覚の領域に焦点化している。多元コード理論で言えば、通常意識されない下象徴様式の潜在的 (implicit) な空間感覚およびイマジェリー象徴様式の一つであり、身体反応という下象徴コードを空間、運動に関わる知覚様式によってイメージ化したものと言える。概念的に説明すると抽象的になるが、日常的にも臨床場面でも意識せず頻繁に、豊かに表現されている。また個人差、文化差が想定されるものである。

自己は、内的なフィードバックと外的なフィードバックの両方を同時に用いて身体的空間のマッピングを連続的に行って自己の動きをとらえている。例えば、自動車の運転をするとき、ハンドルやアクセルの感覚 (内的フィードバック)

と車の動きの知覚 (外的フィードバック) を通して、車が自己の身体空間となるような自動的な、すなわち下象徴システムによる調整が行われる。またSandlerが指摘したように、安全感が背景としてあれば外的対象 (人物) は自己の一部として自動的にとらえられる。その空間には境界線があり、そこで自己と非自己が分けられている。これが自己境界である。他者の意識と混ざり合うことはなく、これらは自己体験の潜在的プロセス、基盤的層として流動している。一方、社会的照合のように他者の主観状態に影響を受け、間主観的相互作用が体験されたり、他者の情動と「一体化」したりすることがある。

安全感や安全空間はそのような自己空間内の場所として問題となるが、その様式や程度として問題になることもある。例えば、目上の人の前で「自分が小さく感じられる」時、その対人的相互作用 (外的フィードバック) とその社会的照合における自己表象、とりわけ親との関わりに関する過去の記憶との相互作用 (内的フィードバック) によってもたらされる自己状態が身体空間感覚の比喩で表現されている。そこでは自己空間の基盤的層は保持されているが、より複雑な情動的体験を統合しようとする営みが働いている。その情動には脅威だけでなく親しみや尊敬の念も含まれているだろう。そのように、自動的に安全空間となる基盤的体験だけでなく、自己システムによって安全空間を探索、生成することもこの自己空間の中で営まれるのである。

## 4.2. 事例

ここで筆者による集団精神療法の実践事例を通して、この自己空間イメージと安全空間の展開過程を例証したい。

### 1) グループ A (西村, 2005b)

高校生と大学生男女6名による2日間6セッションの短期グループで、途中他の小集団メンバーとも合同の大集団が3セッションあった。

「自分の殻を破りに来た」と語る女子高校生 X を中心に、「以前は自分を出せなかった」メ

ンバーも加わってグループは急速に凝集性を高めた。Xは「いつもの自分を変えよう」として友人にも隠していた身体の傷跡を見せたりした。その後、家族の中での「いい子のアイデンティティを壊すのが怖い」と語る一方で、「このグループは完全な安全空間で、壁がない」と言った。その時、数名のメンバーが「まだ自分を出し切れていない」と言った。それを受けてXも傷跡への反応が乏しかったことにイライラを表明し、その率直さはメンバーに受け入れられた。他のメンバーも各自の展開を「殻を破れた」、「壁を取っ払えなかった」などと振り返った。最後の大集団セッションでXは、これまで不満を感じていた大人世代に対して「こうやって言葉にして会話することで、壁が取れて心地よい空間になっている感じがする」と語った。

このグループで頻繁に出てくる「壁」や「殻」は自己空間イメージの興味深い一例である。Xらは、「壁」や「殻」の持つ窮屈さに対処しようとしてグループを自己空間に取り入れ、それによって多くのメンバーの自己境界はグループ全体へと一気に広がった。その一体感、境界の外側にある他のグループやグループ内のセラピストをはじき出す機能も持っていた。だがそれは逆説的に、自我アイデンティティをなす、より内的な境界の違和感を強めた（外の安全が内の脅威を明確にするという既述の原理である）。身体の傷はまさに自我アイデンティティの一部をなす身体イメージである。それを見せることは、他者を通じた自己身体空間の照合、あるいは自己身体イメージを他者に分け持たせて自我アイデンティティの安全感覚を強めようとする試みでもある。さらに、その反応の求めとしての怒りの表現は無害な、窮屈な自己イメージによって遠ざけられていた情動の言語化として重要な治療展開をうんだと言える。このような展開が生じる感覚は、イメージリー象徴モードによって「殻が破れた」り「壁が取っ払われた」りするような身体運動としてイメージ化され

るのである。別のグループのあるメンバーは、「壁が取れて中のでこぼこまでも見える」とまで言ったことがある（西村・石川, 2004）。

なおこのグループにおいてセラピストは「入れてもらえない」感覚を体験していた。多くのセッションを通して沈黙がちだったあるメンバーも「入れない」感覚を体験していたが、最終セッションで自分の慢性病を語れてグループに受け入れられた。その発言を促すようにしたセラピストは、セッション後の対象関係図（A4サイズの紙の中心を自分とし、グループにいる人をその周囲に位置づけ書き込んでいく簡単な描画法）において、そのメンバーの非常に近いところに記されていた。このように、心理的なやりとりが距離という空間感覚でも表現される。

## 2) グループB（西村・髭・伊藤, 2007）

グループAと同じく高校生、大学生混合（6名）の短期集中グループ（3日間8セッション；大集団<sup>4</sup>セッション）。

女子大学生であるYは、一時期大学での対人的不適応状態に陥り、そこから復帰しようとしていた段階で参加した。なおこのグループでは、セッションの途中でメンバー各自の安全空間体験が質問され、毎セッション後には「心的安全空間体験質問紙」（小谷他, 2005, Kawamura et al., 2005）が実施された。

大集団セッションの後で行われた小集団第1セッションで、Yは「反応が返ってくるので安心」と語り、質問紙では「身体」、「未知の世界」、「内的対象」が上位に選ばれ、続いて「リーダー」、「メンバー」が選ばれていた。続くセッションで安全感は語られなかったが、第3セッションでグループ目標が語り合われたとき、「独りで考えすぎるので、輪の中の一部になれることが安心」だと語り、質問紙では「グループ」、「目標」、「リーダー」が選ばれた。第4セッションでは「自分の中に不安がある」と発言し、質問紙では「グループ」、「リーダー」、「メンバー」が選ばれた。第5

セッションでは、Yの発言に怒りを感じた他の女性メンバーとのやりとりがあったのだが、「思っていることを話したことに何か返ってきてぶつかった感じがあってよかった」と語り、質問紙で「メンバー」を最上位に選ぶとともに、「怒り」を初めて挙げた。後の経過は省略するが特徴的なことは「ここは特殊な状況で、安心していながら本音でやりとりできる」という発言がしばしば見られ、質問紙で「目標」が継続的に選ばれたことであった。

第1セッションでの反応は、大集団から小集団の移行による自己空間感覚の調整が行われていることを示している。「(人の声が)返ってくる」のは、人の情動的反応が安心感をもたらすという自己体験の基盤的層の活動が言語化されたものと思われる。同時に身体領域(下象徴モード)の活性化が始まる。その脅威をグループの安全空間で支えることが一時的にできなかったものの、グループの目標を確認し、特殊な目的を持ってグループの中に存在する自分がイメージできた時、グループに自己空間を広げることができた。意義深いのは、外が安全であることを認識することで、脅威が自己内で生じていることの発見、自己内の安全空間の発見、そしてそれらを通して自己境界の明瞭化がもたらされていることである。自己感覚をそのまま表現すること(「思っていることを話した」)、他者が否定的感情を本気で受け止めてくれることは、「真綿でくまれて育った」(本人談) Yの切なる願望だったと思われる。それが「返ってきた」「ぶつかった」というイマジネリー象徴コードや象徴コードへと変換されたと考えられよう。対人関係の営みが内面の怒りを浮上させRAを促進したと言える。重要な要因として、へこまされたり、侵入されたりといった自己境界の乱れがなかったことを指摘しておきたい。

もうひとつ興味深いのは、グループを目標に基づく「特殊な状況」だと位置づける自己空間感覚である。目標という象徴コードがこの空間の中で自由にする自己イメージをもた

らし、それが安全感を失わずに下象徴コードを活性化し、さらには照合活動を促進するという内的フィードバックだったと考えられる。

#### 4.3. セラピストの自己空間との相互作用

上に述べたように、セラピストがクライアントの自己空間に入れてもらえない体験することもある。逆に、入れてもらっている感覚を持つこともある。これ自体としても興味深いが、重要なのは、入るか入らないかよりもそのような場、相互作用を共同で作り上げていることである。クライアントはセラピストの自己空間感覚に敏感である。自分の話がどのようなものであっても無心に、邪魔をせず、裏表なく傾聴しているセラピストのイメージはクライアントの自由さを広げる。言い換えればクライアントはそのようなセラピストを受容する。そのことによってクライアントの自己空間イメージの中にセラピストの場所ができたり、自分が包み込まれているイメージを持ったりするかもしれない。それが繰り返され定着するならばクライアントの自由連想の動機を高めたり、下象徴モードに一層注目したりして自己そのものに変化をもたらさう。それらは顕在的に生じる場合もあれば、潜在的に進行する場合もあるだろう。いずれにせよそのような場合、治療場面で存分に自分に没頭していながらセラピストの存在もどこかで意識するという、もしかすると「空」と呼んでもよいかもしれない状態を作り出す。非常に理想的な心理療法の展開イメージである。

Stern (1985) は、クライアントを「そうなるうとして人として扱う」だけでよいというFriedmanの話しを引用しているが、自己境界の鑄型や器を提供するという点でこの自己空間イメージの議論と深く関わっている。一方、両者のズレが生じることも避けられない。むしろ、それがある程度の範囲内であればクライアントによる空間の自発的調整を起動させ、情動コントロールを向上させる。Kohut (1977) が概念化した最適な欲求不満と変容性内在化は、この機能の説明である。

そのように、この自己空間イメージは共同で作られ、相互に影響を与え、流動していくのである。

## 5. 結論

心理療法におけるフィードバックにはさまざまな手法があるが、身体的感覚や情動を活性化するところに重要な意図があり、活性化された情動を言葉にしていくプロセスを助けるものである。

心を体験するにはその自己空間が必要である。その空間の中には多層の安全感のパターンがあり、それがさまざまな形式を取って表れる。自己空間イメージはその空間が映し出す自己の「今・ここ」での状態が身体運動感覚の比喻によってイメージ化されたものである。

クライアントの自己空間イメージとセラピストのそれとは相互影響し相互調節しながら安全感を形成、展開していく。適切な一致も重要であるが、両者間の適切なズレもまた自己イメージの成長的な自発的変化をもたらす可能性がある。

今後、これらのことを例証し、視覚的データ、発話データの両側面から実証的に検証しモデル化することが課題である。

- Agazarian, Y. (1997). *Systems-centered therapy for groups*. NY: The Guilford Press.
- Beebe, B. and Lachmann, F.M. (2002). *Infant research and adult treatment: co-constructing interaction*. NJ: Analytic Press.
- Bion, W.R. (1970). *Attention and interpretation*. NY: Basic Books.
- Bucci, W. (1997). *Psychoanalysis and cognitive science*. NY: The Guilford Press.
- Bucci, W. (2000). The need for a "psychoanalytic psychology" in the cognitive science field. *Psychoanalytic Psychology*, 17, 203-224.
- Damasio, A. (2003). *Looking for Spinoza: Joy, sorrow, and the feeling brain*. FL: Harcourt.
- Durkin, J.E. (1981). *Living groups: group psychotherapy and general systems theory*. NY: Brunner/ Mazel.
- Emde, R.N., Klingman, D.H., Reich, J.H., and Wade, J.D. (1978). Emotional expression in

infancy: I. Initial studies of social signaling and an emergent model. In M. Lewis & L. Rosenblum (Eds.), *The development of affect* (pp.125-148). NY: Plenum Press.

- Foulkes, S.H. (1964). *Therapeutic group analysis*. London: International Universities Press.
- Ganzarain, R. (1989). *Object relations group psychotherapy: The group as an object, a tool, and a training base*. NY: International Universities Press.
- Gendlin, E.T. (1978). *Focusing*. NY: Everest House.
- 河合隼雄 (1977/1986). 心理療法における「受容」と「対決」心理療法論考 (pp.112-121) 新曜社
- Kawamura, Y., Ishikawa, Y., Sayanagi, N., Nakamura, Y., Takeno, K., Hige, K., Kurita, N., and Kotani, H. (2005). Reconstruction process of the Experience of Psychological Safe Space Questionnaire (EPSSQ). *International Journal of Counseling and Psychotherapy*, 3, 87-92.
- Kissen, M. (1976) *From group dynamics to group psychoanalysis*. NY: Hemisphere Pub. Corp.
- Kissen, M. and Kotani, H. (1979) A glossary of General Systems Theory relevant to the field of group dynamics and group psychotherapy. *Group Approach*, 2, 57-73.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. NY: International Universities Press.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. NY: International Universities Press.
- 小谷英文 (1980). パラディグマティック・アプローチと境界操作 広島大学総合科学部学生相談室活動報告書, 4, 9-21.
- Kotani, H. (2004). Safe space in a psychodynamic world. *International Journal of Counseling and Psychotherapy*, 2, 87-92.
- Kotani, H. (2005). Contemporary meanings of psychological space for dynamic psychotherapy. *International Journal of Counseling and Psychotherapy*, 3, 31-47.
- 小谷英文・佐柳信男・中村有希・川村良枝・石川与志也・武野顕吾・髭香代子・栗田七重・雨宮基博 (2005). 心理的安全空間理論とその測定 総合保健科学 [広島大学保健管理センター研究論文集], 21 (1), 7-18.
- Nelson, M.C. (1962). Effect of paradigmatic techniques on the psychic economy of borderline patient. *Psychiatry*, 25(2), 119-134.
- Nishimura, K. and Aronson, S. (2004). Safe-space-creating function of an adolescent "Cross-cultural Identity Group." *International Journal of Counseling and Psychotherapy*, 2, 63-75.
- 西村 馨・石川淳子 (2004). 青年期女性のアイデンティ

ティグループ-孤立から自己表現の安全空間へ-  
集団精神療法, 20 (2), 83-87.

西村 馨 (2005a). 心の安全空間を作るための教育的対話に向けて 教育研究 [国際基督教大学教育研究所], 47, 87-101.

西村 馨 (2005a). 実験的グループにおける心的安全空間の形成・展開過程-青年期異文化アイデンティティグループの事例から- 日本集団精神療法学会第22回大会 (札幌)

西村 馨・髭 香代子・伊藤裕子 (in press). 青年期グループにおける心的安全空間の体験様式と展開機序の一仮説: 構造的・道具的介入を用いた事例の分析から 集団精神療法, 24 (2).

Pinney, E. (1994). The matrix-interactive approach for group psychotherapy. *The International Forum of Group Psychotherapy*, 3(3), 7-10.

Prouty, G.F. (2001). The practice of pre-therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 31 (1), 31-40.

Ramachandran, V.S. and Blakeslee, S. (1988). *Phantom in the brain*. NY: William Morrow & Company.

Rogers, C.R. (1942). *Counseling and psychotherapy*. MA: Houghton Mifflin.

Rogers, C.R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.

佐治守夫 (1987) 治療的面接の実際 - ゆう子のケース - [解説編] 日本精神技術研究所

Sandler, J. (1960/ 1987). The background of safety. In J. Sandler. *From safety to superego* (pp. 2-8). NY: The Guilford Press.

Schacter, D.L. (2007). Memory: delineating the core. In H.L. Roediger, Y. Dudai, & S.M. Fitzpatrick (Eds.) *Science of memory: Concepts*, (pp.23-27). NY: Oxford University Press.

Spotnitz, H. (1969). *Modern psychoanalysis of the schizophrenic patient*. NY: Grune & Stratton, Inc. ( 神田橋條治・坂口信貴訳 (1974) 精神分裂病の精神分析 岩崎学術出版社 )

Stern, D.N. (1985). *The interpersonal world of the infant*. NY: Basic Books.

Storolow, R.D. (1997). Dynamic, dyadic, intersubjective systems: an evolving paradigm for psychoanalysis. *Psychoanalytic Psychology*, 14, 337-346.

Winnicott, D.W. (1965). *Maturational processes and the facilitating environment*. London: Hogarth Press.

本研究は、文科省 21 世紀 COE プログラム 『『平和・安全・共生』研究教育の形成と展開』における研究プロジェクト「心的安全空間の生成とその意味」の一部として行

われた。

[謝辞] 本研究は筆者の研究休暇中に完成された。筆者を客員教員として迎え入れ研究環境を提供して下さった Adelphi University The Derner Institute of Advanced Psychological Studies の Dean, Dr. Jean Lau Chin, 多元コード理論を学ぶ機会をふんだんに与えて下さった Dr. Wilma Bucci, 常に支援して下さい議論をともにして下さい Dr. Morton Kissen に深い感謝の念を表したいと思います。また不在中、筆者のロードを分担して下さい、応援して下さい高等臨床心理学研究所および心理学研究室の各先生方に心からお礼申し上げます。

## 注

- 1 一般システムズ理論における意味の階層性ではなく、個々の感覚的要素がまとめあげられひとつの知覚、認知を生む機能構造の階層を意味している。
- 2 言語は規則に支配された記号の体系であり、その情報処理過程は単一形式、つまり言葉の連続的つながりという形式を取らざるを得ない。それは物理的にも時間的にも一方向的である。絵や芸術作品は時間を必要とせず多くの情報を伝えることができる。心的状態や情緒がストーリーやナラティブという形式を取るとき、それは単一形式を取っているために言語的である、あるいは言語になるうとしていることを意味している。夢は、複合的なアナログ的視覚情報とストーリーの混在物であり、それゆえイマジネリー象徴コードとして位置づけられ、下象徴コード探索の重要な素材となるのである。
- 3 Daniel Stern が提唱した「一般化された相互作用の表象 (RIGs)」と似ているが、この原型的イメージは対人関係文脈からは切り離された情動的な表象を指している。
- 4 13 の安全空間領域項目から、安全と感じた項目を選び、さらに選ばれた項目を順序づけるという手順で行われる。