書 評

トラウマの精神分析的アプローチ

松木邦裕 編
金剛出版
2021 年 3 月 280 頁
本体価格 3,600 円＋税

診察場面では，こころに傷を負って気分が落ち込むなかで，さらに辛い体験が続いてしまい，抑うつ症状が遷延する状態に至ってしまった方から「世の中の不幸をすべて背負って生きているみたい」とか「悲劇のヒーローになってしまったようだ」と周囲から言われたという話を聴くことがある．受容的・共感的に聴きつつもトラウマが何層にも重なり，もがき苦しむなかで負の連鎖に陥ってしまった人たちの状況をどう理解し，どうアプローチしたらよいかと治療者として日々自問している．

本書ではビオン（Bion, W. R.）のコンテイナー/コンテインドモデルを援用し，トラウマによる外傷体験をもつ人たちのこころについての解釈とそのアプローチについて論じている．ビオンのモデルでは，コンテイナーは「包み込むもの」，コンテインドは「包み込まれるもの」であり，その相互作用によって外傷化したこころの（コンテインドとしての）「β要素」が「α要素」に変わることが望ましいと説明されている．「β要素」とは「内在化されないままの原初思考であり，思考にプロセスされない，つまり表象化されない視覚像であり，物である思考」と定義されている．一方で「α要素」は「内在化され表象を有する思考」であり，「β要素」を「α要素」に変形する機能を「α機能」としている．さらには，外傷化したこころでは「α機能」の「麻痺」や「損傷」が生じていると説明されている（p.62）．

外傷を受けた方の負の連鎖については，外傷によりこころのなかに自然に生じる悲哀の感情や罪悪感のみならず，本来は外傷を与えた他者が抱えておくべき悲哀や罪悪の感情を，外傷を受けた側が無理して抱えてきたことが指摘されている．さらに強い悲哀や罪悪の感覚がこころの収納能力を超えて過剰に貯留し，こころの破綻が生じた事態に至るとされている（p.52）．そのような目一杯な状態で，新たに発生した喪失体験により，罪悪感や悲哀が処理不能となることで心的外傷後の抑うつが生じる（p.188）．

そもそも精神分析は人間の心理の最も深奥にあるものを発見することから発展してきた過程がある．本書における精神分析はトラウマを抉り出して患者に苦痛を与えたり，トラウマを侵襲的に再体験させるものではない．治療者はコンテイナーとして，患者を温かく包み込み，こころの傷を癒していく治療実践を通じて，精神分析がトラウマ治療への有用な手法であることが明示的に描かれている．

「心的外傷後成長」という言葉があるが，心の成長につながるトラウマでは，治療者がクライエントの不安をコンテイン（内包）し，クライエントがα要素（感覚印象）を紡いで，内在化され表象を有する思考に変形することへの援助から始まることを特徴とする．逆に，治療者がクライエントの不安をコンテインするという最初の条件が成立せず，感覚印象が変形しないβ要素のままであれば，成長につながる経過が生じないという特徴があることが説明されている．そして，第 8 章で提示される症例では，不安を治療者がコンテインすることで，クライエントがその思考を成熟させていく過程が描かれている．トラウマに対して治療者がその役割を果たすためには，ビオンのコンテイナー/コンテインドモデルを理解することの大切さを改めて感じた．

精神分析は当初は神経症やヒステリーに対する治療技法として始まったものが，統合失調症や感情障害，そしてパーソナリティ障害に適応が広がってきた．本書ではその対象がさらにトラウマに対する治療実践へと拡大していることが表されている．「人生を生きるとは，トラウマを生きるということ」（p.44）とある．本書を通じて，優しく寄り添う精神分析によるトラウマ治療の新たな可能性が感じられた．精神分析についてさらに自らのなかで咀嚼し，消化しつつ，日常診療への実践につなげていきたいと願っている．

（谷井久志）

doi：10.57369/pnj.23-091