

## セラピストによる情動調律とフォーカシング

—言葉の内容のみでは分かり合い難い自閉症児との遊戯療法の文脈で—

関西大学大学院心理学研究科博士課程後期課程 石倉 篤  
関西大学臨床心理専門職大学院 中田 行重

### 要約

言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児との遊戯療法に関して、セラピスト（以下 Th）自身が主体性を発揮し、主体のなさが問題となっているクライアント（以下 Cl）の鏡像となり、Clの主体性の確立を促す働きかけが有効であるという指摘（河合, 2010b）があるものの、非指示的なパーソンセンタードセラピー（以下 PCT）的遊戯療法は有効でない（田中, 2009）と言われており、その実践は難しいと思われる。そこで本研究は言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児を一人の主体として捉えるアプローチとして、Thによる情動調律とフォーカシングに着目し、体験過程理論やフォーカシング等を含んだ PCT 的遊戯療法に精神分析的な情動調律を取り入れた場合どのような側面が新たに明らかになり、どのようにその実践が発展するのかを検討した。その結果 PCT 的遊戯療法を発展させるには、Th が Cl のことを慮り、Cl の在り様を見ながら Cl から伝わってきたものをフォーカシングして掴んだフェルトセンスを言葉になる前の状態で Cl に伝えることと、意味を見出す前の状態でフォーカシングをし続けることが求められると考えられた。

キーワード：情動調律、セラピストによるフォーカシング、自閉症、遊戯療法

### I はじめに

本研究は言葉の内容のやりとりが難しい Cl との遊戯療法において、フォーカシングや体験過程理論などを含んだ PCT に、「情動調律 (affect attunement)」を取り込んだ場合、どのような側面が新たに明らかになり、どのようにその遊戯療法が発展するのかを論考するものである。

#### 1. 発達障害児との遊戯療法の難しさ

本研究は発達障害を、必ずしも脳の器質的な問題があると捉えるのではなく、「遅れやバラつきも含めた精神発達の偏り（田中, 2009）」と定義し、自閉症という障害そのものを改善するのは難しいものの（森, 2005）、心因性の問題か

ら自閉症傾向を持つ児童との心理療法には有効な場合があるという考えに依拠するものである。

ただし、発達障害がある児童に対して、発達障害がない児童と同じように遊戯療法を適用できないという考えがある。例えば弘中（2002）は、発達障害を持つ者に遊戯療法は効果があったとしても限界があり、基本ルールを修正する必要がある、時間がかかるなど、困難であると指摘している。この弘中の記述に対して中鹿（2005）は、知的障害を伴うことからくる二次的な心理的要因に基づく問題行動に対して、行動変容を目標とした遊戯療法的アプローチが有効だと述べている。この中鹿の考えは、日々の暮らしにおいて知的障害があるからこそ困難になっている二次的な心理的課題を軽減するため

に遊戯療法の適用が有効だとする考えであり、児童の知的障害そのものに対するアプローチではない。

## 2. 自閉症児との遊戯療法

では、自閉症傾向を持つ児童（以下、自閉症児）に対するアプローチにはどのようなものがあるだろうか。まず、療育的なアプローチが中心となっている（河合, 2010a）。この背景には発達障害が情緒的な問題であるよりは認知的な問題であり、育て方の問題よりも生得的な問題であるという見方が強まってきた過程がある（河合, 2010a）。しかし、発達障害に対する心理療法の成果をあげている場面は多く見受けられる（河合, 2010a）。自閉症児の行動面のスキルの向上には療育が有益だと思われるものの、本研究で取り上げる心因性の課題がある自閉症児に対して、遊戯療法も意味を持つと思われるため、本研究は彼らへの遊戯療法の適用について検討していくものである。しかし、自閉症児への心理臨床学的理解や心理療法的かかわりについて深く論じている先行研究は少ない（竹中, 2010）。自閉症児との実践に関して言及している弘中であっても、発達障害児に対する遊戯療法は困難だとしながらも、どのように困難で、どのように基本ルールを修正していけばいいのかについては言及しておらず、消極的である（竹中, 2010）。そうした発達障害児に対する遊戯療法を積極的に研究しようとしてこなかった背景があり、現時点までに実践者の多くが共有するほど十分な研究が蓄積されてこなかったと思われる。ただし、これまでに発表されている研究はいくつかある。

自閉症児に対する遊戯療法に関して、竹中（2010）はAxline（1947/1972）による「非指示的（non-directive）」遊戯療法の八つの基本原理が遊戯療法の実践において広く普遍性をもつものの、そこでは子どもの主体性が前提とされているところに、自閉症児の遊戯療法に適用する際の限界があると指摘している。河合

（2010a）は、自閉症児にそもそも主体性がないので、Axlineのように、CIに「どうしたいのかな？」と働きかけて主体性を確立しようとしても何も生まれてこないと述べている。主体性のなさという特性を持つ自閉症児に対する遊戯療法ではどのような留意点が述べられてきているのだろうか。

田中（2009）は、自閉症児・者の事例に通底している課題として、健常児・者に当たり前のようであるとされてきた「人格」「内面性」「主体性」に関する、ThのCI理解が難しく、その難しさはCIの「自分のなさ」に起因していると述べている。自閉症児に主体がないのは物などのこだわりの対象が主体の代わりになっているからである（河合, 2010a）。自閉症児・者のこだわりは、精神内界における二つの拮抗する力の「葛藤」に由来するものでなく、いかなる内面ももたない常同的な「反応」の繰り返しだと田中（2009）は述べている。この自分のなさに対して、田中（2009）は、CIの語りにある深層の理解の放棄と、通常のセラピーで求められる「中立性」の放棄と<sup>1)</sup>、具体的な行動を教える「適応」させるというセラピーの目標の放棄とを提起している。さらに、発達障害の心理療法において非指示的と呼ばれるスタンスが有用でなく、ThはCIの変化をThのかかわりから生み出すべきであると田中（2009）は主張している。以上3点の放棄から、田中（2009）のアプローチはCIの深層にあるものでなく、ある意味「表層的」な言動そのものを理解しようとし、ときには混乱を起こす働きかけも想定し、自閉症児・者の常同行動に介入し、試行錯誤させて主体性の高まりを促すものと読み取れよう。

この主体性に関して、紀平（2004）と飯塚

1) ときにはThの主体をぶつけて、クライアントの常同的な遊びを壊し、パニックの中に主体が最初に立ち上がる契機を生み出す必要があると田中（2009）は述べている。

(2012)は、言葉を用いてやりとりができるCIの遊戯療法において、非指示的でなく、CIに何かを取り組ませて学ばせる点でやや療育的な主体を確立させる介入をした実践を報告しており、そこからいくつかの知見が積み重なってきている。一方で、言葉の内容のやりとりが困難な重度の自閉症児は主体の確立が難しいと思われるが、河合(2010b)はTh自身が主体性を発揮してCIの鏡像となることにより、CIが主体性を確立していく働きかけが有効だと述べている。ただし、指針を示すほど明確なものではない。言葉の内容のやりとりが困難な自閉症児を対象とする遊戯療法の実践にはどのようなものがあるだろうか。

### 3. 言葉になる前のもののやりとり

森(2005, 2010)は言葉の内容を媒介としない情動状態の交流である情動調律を用いて、言語の獲得とともに形成される自己感がまだ十分でない、言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児と関わっている。情動調律とは、第一に喜びや悲しみなどの感情をそれらの感情を表す言葉に置き換えて相手に伝えるといった言葉による知性化された交流ではない(森, 2005)。第二に言葉に置き換えられないような情動を感じ取り、その言動全体に醸し出されるリズム、抑揚、調子、強さ、形などの「生起情動(vitality affects)」を介して行われる。第三に単に相手の行動の模倣でなく、その行動の背後にある相手の内的な状態を反映して、違う行動様式での表現によって情動状態を共有し、ともにある情動交流の在り様を指す。これまで新生児は、精神分析における自我心理学において、生まれた当初から、刺激障壁により守られており、外界との交流、特に対人交流をもたないというMahlerが示した「正常自閉期」にあると考えられてきた。一方で、情動調律の提唱者であるStern(1985a/1989)は、新生児の頃から人は体験の総括的な特性を「無用式」に知覚しており、生後2～3ヶ月の頃から社会的な行動が高まり、

自分が境界を持って独立した身体的単位であると考えようになると考え、Mahlerの考えを否定している。この情動調律は人が生まれた頃から一人の「主体」として独立して、他者と関わっていると考えるものである。

こうした言葉の内容を媒介としない情動調律に当たる、多くの実践家に共有されているPCT的遊戯療法の理論は見当たらない。また非指示的遊戯療法ではTh自身が主体としてどのように働きかけることで言葉の内容のやりとりが難しいCIの鏡像となるのかは十分に明らかになっておらず、実践で困難を抱えるThがいると思われる。PCTあるいはクライアント中心療法と呼ばれるオリエンテーションはCIのこころの内側に立ち、CIの主体的な判断と決定を尊重するアプローチを指す(尾崎, 2012)。このPCTでは、人はその人自身の経験に開かれてゆき、瞬間を十分に生きる傾向が強くなり、自分の有機体をますます信頼するようになる(尾崎, 2012)。また、PCTではCIを独立した「主体」として尊重しており、人を一人の「主体」として尊重する点ではSternの考えとの間に共通点がある。Stern(2004/2007)は、非言語的コミュニケーションとしてGendlin(1981/1982)のフォーカシングや体験過程に関する研究があると位置付けている。Stern(2004/2007)は、ある体験が「現在の瞬間(present moment)」になるよう修正されるためには、暗黙のプロセスがあり、気づきまたは意識がひと跳ねすると述べており、内省的・反省的意識の前にある暗黙の知の了解に着目しており、自身の理論にPCTの要素を見出している。

一方でフォーカシングに関して、中田(2002)はフォーカサー(CI)に寄り添いながら、内面に生起するフェルトセンスに触れ続け、そのフェルトセンスに沿って自分の機能の仕方を変える在り方をFunctional Modelと呼び、教示の与え手としての役割のリスナーをGuide Modelと呼んで区別している。中田(2002)はCIがGuide Modelによる教示に基づくフォーカシン

グをしていない場面において、ThがClに寄り添い、Th自身の中に湧いてきたフェルトセンスに触れ続け、それを積極的に活かす在り方を示している。この点は遊戯療法において、ThがClに寄り添い、自身のフェルトセンスに触れ続けているThによるフォーカシングの「過程」にも適用できると思われる。また、Clを慮ってフォーカシングをしたときにThの内面で生起している体験過程に気づく点では、暗在しているものを明在化させるというGendlinの発想(池見, 1995)と、情動調律は共通していると思われる。

しかし、情動調律を用いた実践は、精神分析の実践の中から生まれてきたもので、PCT的遊戯療法との関係は十分に検討されていないと思われる。また、鍛冶(2013)は、フォーカシングと情動調律とを、Thの身体的共感や非言語的関わり合いの一種として並べているが、両者の共通点や相違点はどのようなものかといった論点は検討していない。加えて上述したように、非指示的遊戯療法においてTh自身が主体としてどのようにClの鏡像となるのかは明確でなく、実践で困難を抱えるThがいると思われる現状がある中で、Gendlinの理論なども援用したPCTをオリエンテーションとする遊戯療法を行っているThが、言葉の内容のやりとりが難しいClに有効とされる情動調律をどう理解し、そのエッセンスを自分の実践に見出し、どのように自分の実践を発展させていくことができるのかという点には検討の余地がある。

#### 4. 本研究の目的

そこで本研究は、言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児との遊戯療法の場面を想定し、Gendlinの体験過程理論とフォーカシングなどを含んだPCT的遊戯療法に精神分析的な心理療法における情動調律を取り入れた場合、どのような側面が新たに明らかになり、どのようにその実践が発展するのかを検討することを目的とする。このほかにもThの逆転移をClに伝え

る行為(山崎, 2013)や、プリセラピーにおける接触反射(Prouty, 1994/2001)の議論も参考になるが、本研究では情動調律とフォーカシングに絞って検討する。PCT的遊戯療法の中に情動調律のエッセンスを見出し、理解する過程で、今後PCT的遊戯療法を発展させ、言葉の内容のやりとりが十分でない自閉症児の主体の確立に関する視点を得たい。尚、情動調律は言語のやりとりができるClとの面接や、日常生活においても用いられるものであるが(森, 2000; 山口, 2013)、本研究では対象としない。

## II 情動調律

### 1. 自己感の形成と情動調律

情動調律は、心理療法における解釈、洞察、知識といった知的なもの、絆、情動、相互交流といった情的なものとの「知対情」の対立から離れ、単にClの心的内界を理解するための情緒への関心の向け方をやめて、情緒的なものや、知と情のバランスとを強調する流れの中にある(森, 2010)。また情動調律は、興奮や緊張といった絶え間ない生氣に由来する感情であり、「喜び」「怒り」「哀しみ」「不安」「驚き」「深い」という6つの基本的感情特性に代表されるような、不連続なカテゴリー性の名前の付いた感情でなく、強弱・長短・明暗の度合いやパターン、抑揚、リズム、トーンなどによって伝達される、情動の強さ、豊かさ、深さなどの「勾配情報」によって表現される情動である生氣情動のやりとりによってなされる(Stern, 1985a/1989; 1985b/1991)。尚、情緒的相互交流のパターンである情動調律にはカテゴリー性の情動でなく、生氣情動が適している(森, 2010)。

森(2010)は、情動調律の例として、生後9か月の女の子が、大好きなうさぎのぬいぐるみを母親から手渡してもらって、興奮し喜んで、体を何度も勢いよくはずませた際、母親はその女の子の体がはずむ動きに「わー！うれしいねっ！わーい！」と声を発したという場面を示し

ている。そのときの母親の声は、その子が体はずませている間続き、その興奮と喜びの程度がその子の興奮と喜びと同じ程度のものになっているとき、情動が調律されている（森, 2010）。この例では、母親が女の子と同じように体を何度も勢いよくはずませるのでなく、母親は感じ取った気持ちを「わー！」とか「わーい！」と表現しており、単なる女の子の行動の真似（模倣）をしているのではない。

この情動調律に関連して、Stern（1985a/1989）は、乳児が順に積み重ねて獲得していく4つの自己感について、理論と実践をともに検討している。それらの一度獲得された自己感の機能はずっと存続し、その後の発達段階において獲得された機能と一生併存して営まれ続けるが、特に3番目の主観的自己感が形成される際に、情動調律によってその形成が促進される（Stern, 1985a/1989）。

森（2010）は以下のように述べている。1番目の自己感は「新生自己感」であり、乳児は生誕直後から自己をオーガナイズする過程に気づくように生まれついていると捉えられ、体験の総括的な特性を（形、強さ、時間として）「無様式」に知覚することにより形成されてゆくと考えられている。無様式に知覚するのは、乳児が生まれながらにして一つの知覚様式で受信された情報を別の知覚様式へと変換する能力のためである。

2番目の自己感は、生後2～3か月目、社交的な行動の高まりと共に始まる「中核自己感」であり、乳児が境界をもって独立した身体的単位であるという乳児自身の感覚をもとにしており、「自己発動性」「自己一貫性」「自己情動性」「自己の連続性」によって促進される。

3番目の自己感は、生後7～9か月を起点とする「主観的自己感」であり、「間主観的かわり合いの領域」において、自分の内的な主観的体験は、情動調律によって自分以外の人と共有可能であると知るようになる、主観的体験の共有による心的親密性を特徴としている。また、

情動調律がなされている体験では、乳児が自分以外の人と「共にある」、「共有する」といった感情を学び、それらの感情が前言語的レベルにおける、乳児の他者と共にある体験の主要な様式となる。尚、この様式は言語による共感とは異なる。

4番目の自己感は、生後15か月頃から形成される「言語自己感」であり、この自己感によって言葉が獲得される一方で、乳児の総括的な体験の連続性が粉碎される。感情や感覚や知覚や認知からなる非言語的体験は粉碎され、その体験の一断片のみをとらえる言語表現によって、体験のかなりの部分は言語化されないままに潜行されてしまう。

これらの自己は各段階で様々な体験や情緒に関連づけるまとまりを表現している点で、「オーガナイザー」と呼べる。乳児の中核自己感の発達において重要なのは養育者の存在であり、養育者の行為そのもの、養育者による行為のなされ方、養育者による自己制御のなされ方によって、両者の生氣情動が交流し、乳児の豊かな感情や重要な表象が作りあげられる。主観的自己感は、乳児と母親が共同注意する「間注意性」や、乳児が養育者は自分の意図をかなえてくれると思える「間意図性」や、乳児が自分の感情状態を他者の内面や言動との間で作り出せる「間情動性」によって体験される。

そして、養育者による「共にある」調律が情動調律に欠かせない。乳児の行動を変えようとして、乳児の情動とは異なる調律をする意図的誤調律でなく、乳児の感情状態を誤って捉える非意図的誤調律でもなく、乳児と同じ内的な状態を見いだせない真の誤調律でもなく、ただ共にあろうとする在り方が情動調律を生み出す。こうした情動調律によって、融和性と連続性のある一貫した自己感を獲得でき、その過程で、自己体験がさらにまとまっていく。

## 2. 言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児とのかかわりへの示唆

以上、森(2010)の記述を中心に情動調律に関する理論を概観してきたが、ここから言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児とのかかわりにおいて関連することを述べる。言葉の内容のやりとりの難しさは、言語自己感の形成が十分でない在り方を指している。そのため、カテゴリー性の情動の名称を用いて、「今、楽しいのかな?」と淡々と声をかけても反応が生まれないこともあるだろう。また、言語自己感を形成している子どもに対してなされるように、「お母さんから、ぬいぐるみを手渡されて、楽しくなっているんだよね」と解釈されても言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児に反応が生まれない場合があるだろう。仮に言語自己感の形成が難しい、言葉のやりとりが苦手な自閉症児が、今まさに主観的自己感を形成している過程にいるなら、情動調律による前言語的な自己感の統合・オーガナイゼーションが有益だと考えられる。

養育者やThは自閉症ないし自閉的なひきこもりを呈している子どもとどのようにかかわればいいのかについて、森(2010)は次のように述べている。ThはそのCIが置かれている生育環境、家族状況をはじめ、過去から現在の様々な状況に思いをめぐらす。その背景を心に留めおきながら、非言語的に現れている生気情動を介して、CIの心的状況を理解しようとする。Thは、CIの体の姿勢、表情、行為に現れた、CIの情動状態の受容器となれるように、自分自身の体験領域をできる限り開く。そして、伝わってきたと感じられる情動状態にぴったりするような生気情動のリズムを添えて、CIの動きの輪郭をなぞるように抑揚をつけ、また、その強さの程度に声の高低やトーンを合わせ、即興の音や節をつくりだし、伝える。このThの受容においては、CIが表すすべてに平等な注意を払い、Thの中に湧いてくる感情を糸口にして、Thは感じながら「思考」する。実際のかかわりは、感覚と思考が同時に働いており、CIの体験に近

づこうとするかかわりの中で、感覚的な応答に加えて、意味をもった体験の領域を、半ば自然に織り込んでいる。そして、CIから何らかの情動が伝わってきて、Thの中で実感されたときだけ、その情緒を言葉にして伝える。

森(2010)の言う、自分の体験領域を開いて、伝わってきた情動状態にぴったりするような生気情動のリズムを添えて伝えるという体験の仕方は、誰かのことを慮ったフォーカサーが自身の感じているものとぴったりくるイメージや音や動きなどをリスナーに伝えるという体験の仕方に近いと思われる。

## Ⅲ セラピストによる情動調律とフォーカシング

### 1. 情動調律とフォーカシングの接点

森(2010)が記述している自閉症児に対する情動調律に見られるエッセンスを、PCTをオリエンテーションとするThが自身の遊戯療法の中に取り入れようとする際どのようにすればいいのだろうか。情動調律では、ThはCIの行動それ自体を模倣するのではなく、CIの行動を見て、CIならそういう行動をするとき、きっとこのような情動を体験しているだろうと、知性的に理解するというより、Thの中のCIの視点と体験をCIと共有して感じ取っている(Stern, 2004/2007)。CIの情動に焦点を当ててThが自身の内面にあるものを感じとる点では、情動調律とThによるフォーカシングに共通点があると考えられる。次に、一般的なCIによるフォーカシングでなく、Thが自身の内面に焦点を当てて行う営みを、フォーカシングの様式に沿って情動調律と比較して共通点と相違点を検討していく。

### 2. 情動調律とセラピストによるフォーカシングの共通点と相違点

(1) フォーカシングの様式 フォーカシングのテキストで、Gendlin(1981/1982)は、①空間

をつくる、②気がかりなことに対するフェルトセンス、③ハンドルを見つける、④ハンドルとフェルトセンスを共鳴 (resonate) させる、⑤尋ねる、⑥受け取る、という6つの基本的な様式を説明している。

①空間をつくる この様式は問題との適切な距離の取り方を指すが、自閉症児とのセラピーにおいては、まず自閉症児あるいは自閉症児とのかかわりを慮ることができるよう適切な心理的距離を保つようにする。この様式では両者に違いがある。情動調律ではCIの情動を掴もうと意図的に調律しに行く。一方でフォーカシングでは、他者理解のためにまずは自己理解をしようと、Th自身の情動を感じ取ろうとしている点で、最初からCIの情動に合わせていこうとはしない。

②気がかりなことに対するフェルトセンス フォーカシングでは、問題全体をからだで感じて、フェルトセンスを味わう。この様式は、森(2010)が言うTh自身が体験領域を開くことに近いのではないだろうか。ThがCIのことを慮ったときに生まれる感じに気づけるように体の内側に焦点を当てる様式は情動調律とフォーカシングにおいて共通している。このように情動調律においてThがたとえ感じ取ったものを言葉にできなくともThが感じたものそのものを返していくのと同様に、フォーカシングではThがCIを慮ったときに感じる、言葉になる前のものをイメージや音や動きなどで返していく。この情動調律においてThがCIに伝える様式とフォーカシングにおいてフェルトセンスを感じ、その感じを伝える様式は感じとったものの意味を伝えない点で共通している。

③ハンドルを見つける フォーカシングでは、感じ取ったものにぴったりくるハンドルを掴もうとする一方で、情動調律では、伝わってきたと感じられる情動状態にぴったりするような生氣情動を掴もうとする。また、Thによるフォーカシングは、Thが感じ取り、味わいつつ、そのまだ言葉になっていない感じの質はどのよう

なものか、イメージや音や動きなどで掴もうとする。一方で、情動調律での生氣情動について、その「生氣情動の持つ意味を理解すること」自体が目的でなく、感じ取られたものの内容でなく、感じ取ったものそのものを伝える。フォーカシングでも何らかの意味を暗々裏に持つフェルトセンスを感じ取るようにするが、この様式では意味を理解して伝えようとはしない。

④ハンドルとフェルトセンスを共鳴させる ここではフェルトセンスを感じ取った過程で浮かんできたイメージや言葉が、感じたものとぴったりくるかを確かめる。Thによるフォーカシングにおいては、ThがフェルトセンスとぴったりくるハンドルをCIに伝える体験の仕方が想定される。情動調律では生氣情動とThがCIに表現して伝えているものがぴったり来ているかを確かめる。

⑤尋ねる ここではフェルトセンスとハンドルを共鳴させ続ける過程で、フェルトセンスが変化し、また感じ取られるものも変化する。

⑥受け取る ここではフェルトセンスに触れてフェルトセンスが変化し、そこから新たな気づきを得て、意味を見出して理解する。情動調律それ自体ではCIから感じ取ったものの意味を掴まないが、Thは情動調律をしつつ思考してCIの体験の意味を見出している。

(2) 共通点と相違点 以上、情動調律におけるThの営みと、Thによるフォーカシングの過程でCIを慮りThの内面にあるフェルトセンスを伝え返して相互作用する営みを検討した。

両者の相違点は上述したように、情動調律とフォーカシングが、CIを理解して相互交流を深めるという目的では共通しているが、そもそも理解しようとする対象が異なっている。情動調律では最初にCIがどう感じているかを掴もうとする。一方で、ThによるフォーカシングではCIを慮ったときにTh自身が感じている情動やからだの感じを掴もうとする。つまりフォーカシングは他者理解でなく、自己理解をする方法なのである。

両者に共通するのは、第一に Th によるフォーカシングにおいて Th が自身のフェルトセンスを感じる様式と、情動調律における Th が体験領域に開かれる様式である。第二にフォーカシングにおいて意味になる前の状態のフェルトセンスとぴったりくるハンドルをイメージや音や動きなどで伝える体験の仕方と、情動調律でも意味になる前のそのままの状態で感じ取ったものを伝える体験の仕方が共通している。第三に情動調律では調律されることにより Cl は、常同行動をしている場面でも、Th から自分のことを理解されていることと、受け入れられていることを受け止める場合があると思われる。一方で、Th によるフォーカシングでは、Cl は Th がそのように自分のことを感じているのだと理解する。このように両者は Th が Cl を理解することにより、Cl は Th から理解されたと気づき、理解されたという実感を持つと思われる。尚、この過程で Cl は Th が伝えてきたハンドルと、Cl 自身のフェルトセンスを共鳴させ、Cl の体験過程は進展していくと思われる。第四に情動調律とは異なるが情動調律を行う Th は Cl の体験について思考し、理解を深めようとし、Cl の情動を掴んだときだけ、言葉にして伝える。一方で Th によるフォーカシングでは、感じ取ったものとハンドルを共鳴させ、Cl の体験の意味を見出して伝える。このように Th が Cl の体験をどのように意味づけたかを伝える点では両者は共通している。第五に、情動調律では Cl の情動に合わせるよう何度も調律を試みるが、フォーカシングでも Cl 理解が異なっていれば、「そうでなければ、どうなのだろう」と再度自身の内面に焦点を当てるように、両者は徐々に Cl の情動を理解していく。Cl を慮ったフォーカシングにおいて Th が感じているものを Cl に伝え続けていく過程で Cl の感じているものに近づいていくと思われる。そして Th がフォーカシングをさらに続ける過程で Cl のフェルトセンスと Th のフェルトセンスが一致する「共振 (sympathy)」が生まれると思われる。

#### IV 終わりに

本研究では、言葉のやりとりが難しい自閉症児に対しても情動調律が意味を持つとされるように、Th が Cl を慮りながら、Cl の体験過程に着目し、フォーカシングする際 Cl との相互交流や Cl の理解が深まり、そこには情動調律と類似した体験の様式と体験の仕方がいくつかあると考えられた。

Th によるフォーカシングにおいてフェルトセンスを Cl に伝える局面と、情動調律が行われている局面に共通していると考えられるエッセンスに関して、Stern (2004/2007) は次のように述べている。現在の瞬間においては「生の物語」が構成されており、その物語は他者と共有することも可能である。共有が起きれば、「間主観性 (intersubjectivity)<sup>2)</sup>」も生き生きと生じ始める。他者の生の物語に参加できる瞬間、あるいは二人で相互的に生の物語を生み出しえる瞬間においては、普通とは異なる種類の人間接触が生まれる。単なる情報交換以上のことが生じるのである。そして、生の物語が生成される現在の瞬間においては、二人の心は相互に浸透し合い、「私はあなたが、私の知っていることを知っているということを知っている」、あるいは「あなたは私が感じていることを感じていて、それを私も感じている」というようなことが起きる (Stern, 2004/2007)。こうした間主観性が高まっている遊戯療法においては、Th と Cl がそれぞれ「主体」として尊重されていると思わ

2) 精神分析における間主観性理論は、観察者の主観的世界と被観察者のそれという、それぞれ別個に形成された2つの主観的世界の相互作用に焦点を当てるものである (Stolorow & Atwood, 1984)。この理論に基づくアプローチは、2つの主観性——クライアントの主観性と Th の主観性——の交差が構成する特定の心理的な場において起こる現象を説明する作業である (森, 2010)。

れる。

フォーカシングや情動調律においても、体験を言葉にするとき、何かを取れば、何かを失うが、その失うものは完全性、感じられた真実、豊かさ、正直さである (Stern, 2004/2007)。だからこそ、明白な内容よりも暗黙の体験のほうに強調点を置くことにより、治療目的は、体験の意味を理解することよりも、体験そのものをもっと深め、豊かにしようという方向へと変化するのである (Stern, 2004/2007)。

暗黙の体験を強調する情動調律や Th によるフォーカシングは言葉の内容のやりとりが難しい自閉症児にも意味があると考えられる。さらに、言葉のやりとりが可能な児童に対しても意味を持つと思われる。情動調律を通して、Th が Cl の情動を理解し、受容し、呼応してくれている在り様を Cl が理解することで、Cl は充足されていくと同様に、PCT 的遊戯療法において、Th はフォーカシングを行う際、Cl を慮ったときに感じるフェルトセンスを感じ取り、味わい、言葉の意味でなく、フェルトセンスそのもののイメージや音や動きなどを Cl に伝え返す。この Th の、Cl の常同行動への介入も含む、働きかけは、Cl の「主観的自己感」を中心に自己感を高めるかわりであり、また、Cl に Th から理解され受容されているという気づきをもたらし、Cl に自己理解と自己受容を深めさせる場合があると思われる。そして、暗黙の体験をやりとりする過程で間主観性が高まり、Th と同様の感じを味わっている Cl は Th の在り方を鏡像的に理解すると同時に、Th に映る Cl 自身を理解し、Cl の「主体」が確立していくと思われる。

本研究において明らかになったこととして、第一に情動調律と Th によるフォーカシングはともに Cl の主体を確立するアプローチである。第二に PCT 的遊戯療法を発展させるうえで、Th によるフォーカシングに情動調律のエッセンスを取り入れる際必要なのは、言葉にする過程で失ってしまう、感じられた真実を失わないように、Th が Cl のことを慮り、Cl の在り様を見な

がら Cl から伝わってきたものをフォーカシングして、そこで掴んだフェルトセンスを言葉になる前の状態で伝えることと、この意味を見出す前の状態でのフォーカシングをし続けることである。この実践をする意義に以下の3点がある。第一に「主体」として理解され、受容されている Cl のフェルトセンスと Th のフェルトセンスが近づいていき、知性的に行われる共感的理解だけでなく、Th の共振が生まれることである。Th は遊戯療法の場で Cl の感じていることを同時に感じ取って実感し、共感的理解した内容と統合する。第二に Cl と Th の両者の体験過程が相互作用的になり (中田, 2002)、Cl の体験過程が進展して Cl 自身が主体として一致・統合していくことである。こうした過程では、面接において暗在している側面が Th の体を通して様々な体験となって現れてきて展開し、Cl は新鮮な体験をしたり、今までとは異なる語りをしたりするが (山崎, 2013)、遊戯療法の場面でも Th が自身の体験過程に触れてそれを提示することで Cl に変化が生まれると思われる。第三にフォーカシングが自己理解のための方法だけでなく、他者理解のための方法にもなることである。

フォーカシングは、本来、Cl にあたるフォーカサーが、Th に当たるリスナーに聴いてもらいながら進める方法とされてきた。しかし、現在ではフォーカシングにおいてリスナーがフォーカサーの言葉を聴いて感じたものをフォーカサーに伝え返す「インタラクティブ・フォーカシング (Klein, 2001/2005)」や、Th 自身が Cl や自分のことを慮ってフォーカシングをする「セラピスト・フォーカシング (吉良, 2010)」というアプローチが広まりつつある。Th が Cl のことを慮ったときには生気情動を感じ取ることができるし、その生気情動を Th の内面でどのように感じているのかとフォーカスすれば、意味を見出すことができる。もちろんそうした実践では生気情動をイメージや音や動きなどにする働きかけも、意味を見出して Cl を見立てる働きかけも可能である。もっとも、Axline のよう

な遊戯療法と異なり、Thによるフォーカシングでの気づきをCIに伝えるかかわりは非指示的とは言えず、常同行動への介入と言える場合もあるが、Thによるフォーカシングのなかに情動調律のエッセンスを見出すことで、自閉症児に対するPCT的遊戯療法は決して無用でなく、有用なものへと進化するのではないだろうか。

今後の課題は、本研究で実証的に検討できなかった、言葉の内容のみでは分かり合い難い、主体のなさが見られる自閉症児に対して、情動調律のエッセンスをThによるフォーカシングに援用したPCT的遊戯療法を実践し、その意味を検証することである。

#### 文献

- Axline, M. (1947). *Play therapy*, Boston; Houghton-Mifflin. 小林治夫 (訳) (1972) 遊戯療法, 岩崎学術出版社.
- Gendlin, E. (1981). *Focusing second edition*, New York; Bantam Books. 村山正治・都留春夫・村瀬孝雄 (訳) (1982) フォーカシング, 福村出版.
- 弘中正美 (2002) 遊戯療法と子どもの心的世界, 金剛出版.
- 飯塚一裕 (2012) グループプレイセラピーにおける発達障害児への支援—2010年度の実践事例より—, 愛知教育大学教育臨床総合センター紀要, 2, 73-73.
- 池見陽 (1995) 心のメッセージを聴く, 講談社.
- 鍛冶美幸 (2013) 身体的共感と動作を用いた心理療法の試み, 心理臨床学研究, 30(6), 888-898.
- 河合俊雄 (2010a) はじめに—発達障害と心理療法, 河合俊雄 (編), 発達障害への心理療法的アプローチ, 創元社, 5-26.
- 河合俊雄 (2010b) 子どもの発達障害への心理療法的アプローチ—結合と分離, 河合俊雄 (編), 発達障害への心理療法的アプローチ, 創元社, 27-50.
- 紀平亜希 (2004) 高機能広汎性発達障害児への遊戯療法過程—絵画の変化と対決遊びを通して—, 大阪教育大学障害児教育研究紀要, 27, 83-92.
- 吉良安之 (2010) セラピスト・フォーカシング—臨床体験を吟味し心理療法に活かす—, 岩崎学術出版社.
- Klein, J. (2001). *INTERACTIVE FOCUSING THERAPY: Healing Relationships*, Illinois: The International Focusing Institute. 諸富祥彦 (監訳) (2005) インタラクティブ・フォーカシング・セラピー—カウンセラーの力量アップのために, 誠信書房.
- 森さち子 (2000) ピアノへのひきこもりからの脱出を支えた治療者の情動調律, 精神分析研究, 44 (1), 87-100.
- 森さち子 (2005) 症例でたどる子どもの心理療法 情緒的通いあいを求めて, 金剛出版.
- 森さち子 (2010) かかわり合いの心理臨床—体験すること・言葉にすることの精神分析, 誠信書房.
- 中鹿彰 (2005) 知的障害を伴う脳性麻痺児との遊戯療法過程—やすらぎの体験の心理治療的意味, 東山紘久・伊藤良子 (編), 遊戯療法と子どもの今, 創元社, 243-256.
- 中田行重 (2002) フォーカシングにおけるリスナーのファンクショナル・モデルの提示, 心理臨床学研究, 19(6), 619-630.
- 尾崎かほる (2012) クライアント中心療法, 日本人間性心理学会 (編), 人間性心理学ハンドブック, 創元社, 281-283.
- Prouty, G. (1994). *Theoretical Evolutions in Person-Centered / Experiential Therapy: applications to schizophrenic and retarded psychoses*, Westport; Praeger Publishers. 岡村達也・日笠摩子 (訳) (2001) プリセラピー パーソン中心/体験過程療法から分裂病と発達障害への挑戦, 日本評論社.
- Stern, D. (1985a). *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and*

- Developmental Psychology*, New York; Basic Books. 小此木啓吾・丸田俊彦（監訳）（1989）乳児の対人世界—理論編—，岩崎学術出版社.
- Stern, D. (1985b). *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*, New York; Basic Books. 小此木啓吾・丸田俊彦（監訳）（1991）乳児の対人世界—臨床編—，岩崎学術出版社.
- Stern, D. (2004). *The Present Moment in Psychotherapy and Every Life*, W. W. Norton & Company. 奥寺崇（監訳）（2007）プレゼントモーメント—精神療法と日常生活における現在の瞬間—，岩崎学術出版社.
- Stolorow, R. & Atwood, G. (1984). *Structures of Subjectivity*, Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- 竹中菜苗（2010）自閉症児のプレイセラピーの可能性 ある広汎性発達障害児の事例検討から，心理臨床学研究，28(2)，161-171.
- 田中康裕（2009）成人の発達障害の心理療法，伊藤良子・角野善宏・大山泰宏（編），「発達障害」と心理療法，創元社，184-200.
- 山口義枝（2013）クライアントが自身の体験を見つける過程 情動調律の視点よりの検討，心理臨床学研究，31(3)，456-465.
- 山崎暁（2013）臨床心理面接で生じるセラピストの体験の理解と活用，人間性心理学研究，30(1・2)，53-64.

