

初任セラピストの見る夢とイメージ：  
「セラピストとしての私」に関する事例研究

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2021-12-22 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 鈴木, 志乃 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4768">https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4768</a>

# 初任セラピストの見る夢とイメージ

## 「セラピストとしての私」に関する事例研究

鈴木 志乃

臨床心理学専攻修士生・精神科心療内科有希クリニック

### 要約

心理臨床学研究の中核である事例研究において、心理療法の場におけるセラピスト自身の体験に焦点を当てその主観性を省察するという方法によるものが近年散見される。本論ではこの流れを踏まえ、筆者の大学院修了後一年間の初任セラピストとしての体験の一部を提示し、それを事例として考察することを試みた。すなわち、初任セラピストとして体験したイメージと夢の中から、それぞれひとつを取り上げて検討を加える方法が試みられた。そこから、公に提示されることの少ないセラピストの個人的体験の断片を慎重な選択によって抽出し、それらを素材として事後的に振り返る心理臨床学研究を行うことは、「セラピストとしての私」の自覚を促す主体的な心理臨床家の営みとなることが示唆された。

キー・ワード：心理臨床学研究，セラピストの体験，イメージ，夢

### I 心理療法の展開に影響を及ぼす「セラピストとしての私」

#### 1. 私の心理療法とは何か

心理療法とは何かという問いかけに応じるとき、既知の理論や知識をそのままに流用することは他者の心理療法に対する考えを代弁するに過ぎない。「私の心理療法」とは何か、心理臨床家がこの問いを自らのものとして直面し続けることは“生涯にわたって考え続けていかなければならないテーマ”（皆藤，2008）であろう。心理療法の本質は、セラピストがクライアントを教え導くものではなく、“弁証法的な緊張関係”において常に“吟味され、照らし返され、押し戻される循環的な相互関係”である（渡辺，1997）。心理臨床家が自らの実践を振り返るとき、その在りようが真に上述したような心理療法の場を形成するものとなっていたか。それは如何にして検討されているのだろうか。心理臨床家が自らの行いを振り返ることに無自覚なまま、織田（2000）が述べるようなクライアントの傷つきや怒りの体験が“治療

者の十分な関与の下になされていない”状況、あるいは“治療者と患者がともに体験することのできる、空間も容器も布置していない”状況に陥っていることはないのだろうか。そして、そうならないために、心理臨床家はどのような方法で自らの行いを振り返ることが適切なのだろうか。河合（2000）は、心理臨床は主観的なものを観察し客観化させるという方法をとらず、心理臨床家自身の主観的態度を把握する、つまり主観性を反省（reflect）することを方法とする必要性について述べている。では、セラピスト側の主観性とはいかにして反省され検討されてきたのだろうか。

本論は、心理臨床家自身が心理療法の展開における自らの存在の意味を検討する作業はいかにしてなされるかという筆者自身の日々の自問と、実証的な効果研究による心理療法の検討は外側からの情報の把握にしか繋がらず“心理学的な理解とは常に「内側」からもたらされるべきはずなのに、そこでは常に「外側」から何かが付け加えられているに過ぎない”（田中，2001）ことになりはしな

いかという筆者自身の疑念を出発点としている。

## 2. 心理療法過程に影響を及ぼす心理臨床家側の要因～近年の研究の動向～

心理臨床家の在りかたがクライアントとの関係性や心理療法の効果と密接に結びついた重要な問題とされながら、わが国においては、それらに関する実証的研究は増えつつあるものの、未だ十分な検討は行なわれていないことが岩井（2007）によって報告されている。

一方で、近年の心理臨床学における事例研究では、一事例報告の形式を超えて新たな方法が提出されている。例えば、皆藤（2008）は“近年の心理臨床における動向を俯瞰するとき、普遍すなわち客観性を求める強い動きが事例を主体的（心理臨床的）に体験する必要性を阻害する傾向を強くしているように思われる”ことを問題にし、心理学的知識とイメージネーションとが物語の形式で統合される在りようを提示することを目的として、皆藤自身の体験である夢とそれに基づくアクティブイメージネーションを取り上げ、主体的な体験および関係を中核とした事例研究を展開している。また藤巻（2008）は、クライアントと共にイメージを生きる過程と、それを論理として省察する営みの全体こそが、“底無しの弁証法的な運動”としての心理療法過程であると規定し、“その営みの一端として自らを展開する”ことを事例研究において行なっている。また山本（2008）は、「事例検討会」が「対話」を専門的技法とする心理臨床家の訓練となり得る可能性について、自らが臨床家として事例検討会の最中に身を置くことの「体験」そのものを方法として論じることを試みている。

## 3. 心理療法の場を形成する「セラピストとしての私」

以上のように、いわば「セラピストとしての私」の体験そのものの省察によって心理療法の営みを検討することが、心理臨床学研究の方法として試みられている。ここでいう「セラピストとしての私」とは、心理療法という場が形成されるためになくてはならない要素としてその場を生きている

個をあらわす。心理療法においては、セラピストとしての自覚が不可欠な要素である。ただし、それはあるべきセラピスト像といった外的指標にそってセラピストらしく振舞おうとする意識でも、面接室での私はセラピストなのだからと居ずまいを正す公私の区別や切り替えとも異なることであると筆者は考えている。本論では、心理療法がセラピストの主観的関与という在りようを中核とし、自己という存在そのものを賭けて臨むことなしには成り立たない営みであると考え、それを自覚的に生きる個の在りようを「セラピストとしての私」と名づける。

ところで、心理療法の展開に影響を及ぼすセラピストの在りように関する実証研究は、“心理療法における効果的介入のタイミング”（岩井、2007）に代表されるように、外側からの規定を積み重ねることを通じて、あるべき臨床家像の抽出へと収斂されていく。一方で、セラピストの主観的関与を方法とする事例研究は、「セラピストとしての私」の在りようの追求であり、その繰り返しこそが心理療法とは何か、という問いを我がものとしていく営みであるように思われる。主観の反省が行なわれる際、心理療法過程におけるセラピストの過不足や問題点の抽出に偏向することは、1回限りの心理療法プロセスの持つ本来の価値を捉えることにはつながらない。自らが、心理療法という場を形成するひとつの要素として、その場を確かに生きられていたか否かということを検討する視点を持つことが重要であろう。「セラピストとしての私」を自覚し反省することを通じてこそ、心理療法とは何かという問いを、心理臨床家は真に自らのものとして引き受けることができるのではないだろうか。

心理療法過程におけるセラピスト側の個人的体験は通常、公にされることは少ない。しかし、山（1994）は心理療法に取り組むに当たり、“自分はどうような容器を準備し得るのか、それがわかっていることが何より重要”であり、それは“心理療法家としての訓練のなかで大きな部分を占め

るように思われ、これは教育分析・スーパーヴィジョン・事例論文の執筆や報告・人間の営みについての様々な研究、などを通して修練していくしかない”と説明している。筆者は、「セラピストとしての私」についての自覚的な省察が、心理臨床家としての現在における自らの器の在りようを振り返ることに通じるのではないかと考え、本論においてそれを試みる。

## II セラピストとしての体験を反省する

### 1. セラピストの主観的態度を振り返る

心理臨床家による自らの行いの振り返りは“主観的態度に対する反省”（2000, 河合）が方法とされる。そのためには、“想像力を用いて、内界に対してところを開き、そしてそれを意識化するトレーニングを受ける”（織田, 2000）ことが基本であることは広く知られている。織田（2000）はさらに、セラピストがクライアントから受ける影響を、自らの内界に生じる様々なところの動き=想像力を通じて、クライアントの身の上の出来事をセラピスト自身の個人的な出来事としても体験することが、心理療法家としてもっとも基本的で、またもっとも進んだ作業であることを指摘している。また河合（2000）は、“事例検討会や個人でのスーパーヴィジョンにおいて、「この場合にどうすればよいか？」という治療者からの問いを耳にすることは多いけれども、それに対して一見するといかによいように思われる答えがあっても、当の治療者がそれを自分のものにせずに適用してしまうと、失敗に終わってしまうことが多いのである”と指摘し、心理臨床家が主体的であることの重要性を改めて述べている。いかに既知の理論や知識を活用しつつ「あるべきセラピスト像」へと矯正を図ったとしても、そこには「私」を入れ込んだセラピストは立ち現れない。「セラピストとしての私」は、ただ一人そこに現存しているクライアントとしての個に、唯一のセラピストとしての個として向き合う覚悟なしには、顕現しえないと思われる。

### 2. セラピストの体験を振り返る方法としての夢

心理療法過程においてクライアントの見る夢が取り上げられることは多く、その重要性についても多くの学派において既に論じられてきている。一方で、セラピストが見るクライアントの夢について言及した研究もまた近年散見されるようになってきた。織田（2000）は、セラピスト自身が心の一部でクライアントとほとんど同一のテーマを生きぬくことが心理療法過程で生じることを、夢の具体例を挙げながら示し、セラピストは両者の関係性に由来する様々の布置に心を開くことが出来なければならないと指摘している。Kron et al.（2003）は、セラピストの夢が現在の心理療法過程を深く理解するにあたり価値ある手段であり、夢の中での両者の関係性から示唆が得られることを指摘している。また、仲（2005）は自らの心理療法過程において見られたクライアントとセラピスト双方の夢を取り上げ、心理臨床家は自らを心理療法の場合=変容過程の中に投じていかなければならず、その過程を生き抜いていこうとするときにセラピストが見る夢は治療的にもきわめて大きな意味を持つことを論じている。

### 3. セラピストとしての体験を閉じた場以外で語ることの危険性

前述した山（1994）の指摘のように、セラピストは心理療法に臨むにあたり、自らがどのような器を準備し得るかが自覚されていなければならないと考えられる。そして、そのために、スーパーヴィジョンや教育分析などの閉じられた訓練の場において、心理療法の営みは繰り返し吟味され反省されている。また、先述のように事例論文や報告の中でセラピストとしての体験が公表されることもあるが、それは既に終結した事例を丁寧に振り返るという文脈の中で慎重に表現されている。

このような先行研究を踏まえつつ、本論では、筆者の大学院修了後1年間における初任セラピストとしての体験を、断片的なイメージと夢の提示を通じて省察することを選択した。この方法を選択したこと自体が、筆者自身の現在用意し得る器の限界を示すことになるかもしれない。すなわち、

自身のセラピストとしての体験を語ることが、もしかするとそれをしっかりと抱えていくことの重さに耐え切れず、幾分か軽くしようとする行為に繋がるかもしれない。このような危険性を自覚しつつ、本論で検討する素材は慎重に取り上げた。また、本論では、取り上げた素材があらかじめ一つの筋を持ったストーリーとなることを敢えて避けた。その理由は、この試みを“日常的な自我”（河合，2000）によって捉えられた単なる個人的体験の感想に留まるものとせず、心理臨床家として“起こってくる出来事に没入しコミットできることだけではなくて、それを離れて見ること”（河合，2000）に主体的に挑戦する行為としていくためである。

### Ⅲ 初任セラピストの主観的体験の提示と考察

#### 1. イニシャルケースのイメージ

<素材①>；筆者は大学院での訓練中、「初めて会うクライアントはどんな人ですか」という問いかけにイメージで応える機会を持った。筆者には「何人かの若い男の人が見える。同じような年恰好の男性が折り重なるようにして並んでいる。」といったイメージが浮かんだ。初めて出会う唯一のクライアント像について複数の像を結んだ筆者に対して、訓練指導者からは「何人か？」と聞き返しのあったことが記憶されている。>

筆者が担当した実際のイニシャルケースにおける面接過程で、面接室に次の予約ケースのクライアントが入室してしまい、一瞬面接室に三者がいる状況となってしまったことがある。セラピストとの関係の中で見られていた表情が一瞬にして閉じられ、顔を伏せて足早に立ち去ったクライアントと、戸惑った表情で既に二者が存在した部屋に入らざるを得なかった次のクライアントを、筆者は座った姿勢で見上げていた。そのとき「ああ、このことか」と訓練時のイメージが再び立ち上がった。また当時の筆者は、次から次へと男性ばかりとの面接を時間に追われつつ担当している、という体験の渦中にいた。

ここで、まずはあるべき心理療法の外的枠組みを外してしまったことを、筆者は本来あるべき臨床家像と比較して自己懲罰的に捉えた。しかし一方では、その場をあらかじめ予想していたかのような訓練時のイメージが訪れることによって、外的枠組みを評価基準としてのみ捉え、「あるべきセラピスト」から逸脱した「私」を否定するだけに終わることもまたなかった。すなわち、その場を生きる体験を閉じることなく、他の誰でもない「セラピストとしての私」として目の前のその体験に開かれ、取り組み続けることが選ばれていた。外的に嵌められた枠組みにセラピストが寄りかかる限り、「本来あるべき枠」に倣おうとして果たせない嘆きに停滞するしかない。外的枠組みを遵守し得なかったその場の流れや現実の文脈を振り返って検討し、そうならないためにはあらかじめ何が行なわれるべきだったのか、と生じてしまったことを否定するところから始まる反省は、結果としてそのクライアントとの1回限りの心理療法の場を生きるという本来のセラピストとしての営みからは大きく外れてしまうのではないだろうか。

この体験を皮切りに、あるべき外的枠組みと現実とのせめぎあいはその後何度もセラピストとしての筆者に体験された。そのたびごとに、その場での限界に身を置く「セラピストとしての私」が、今日の前にいるクライアントとの関係において行ない得ることが選ばれていった。やがて事例検討会などの訓練課程を通じて、そうした行為を繰り返す中で身内から立ち上がるものとして（自らを投じた）枠が体験されてはじめて、心理療法における護りの器が顕現するということが筆者に理解されていった。

#### 2. セラピストとして見たはじめてのクライアントの夢

<素材②夢>；面接室でクライアントと面接をしている。クライアントの息遣いが徐々に荒くなり、過呼吸症状に苦しむクライアントを前に、セラピストの私はただ何も出来ずにいる。セラピストの私は段々にクライアントが怖くなり、そこから逃げ出したいと感じる。クライアントは、何か人間

ではない怪物に変身しようとしている。そのさまをセラピストの私は心底恐ろしく感じながら、なす術がない。また同時に、この状況は別人格の出現であろうと冷静に見立てている私もいる。覚醒後「しまった！とんでもないことをしてしまった！クライアントの夢を見るなんて！」と、臨床家としてしてはいけないことをしてしまったという気持ちを強くする。>

Kron et al. (2003) は、セラピストの見たクライアントの夢に関して研究を行い、夢の内容は実に様々であるものの、夢の中でのセラピストとクライアントの関係性に共通点があることを見出して整理し、多くのセラピストが、夢の中でクライアントに対してネガティブな感情を抱くなど、両者の立場が逆転する夢を見ていることを指摘している。そしてこれは、現実場面におけるクライアントが統制困難な状況にあり、一方のセラピストは統制可能な立場にあることが夢において補償されたものだと解釈している (Kron et al., 2003)。この夢の中で、夢見手である“セラピストの私”は、圧倒的な何かに晒される脅威と、それに動揺させられ無力である自分に直面している。この体験は、クライアントがまさに体験している何かを共有していることとして考えることもできる。また、クライアントの身内に閉じ込められた本能的な衝動が顕在しようと足掻いている様子に恐怖を感じているセラピストの姿は、心理療法過程に関する無意識からの警告としても捉えることができ、一度立ち止まってその経緯を振り返り、歩みの速度を緩めることを示唆しているとも考えられるだろう。実際の面接場面やクライアントとの関係においては、筆者自身の意欲や熱意が前面に立ち、戸惑いや恐怖などは一切感じられていなかったと振り返ることが出来る。心理療法に臨むことへの畏れ、クライアントの苦しみを前になす術もない「セラピストとしての私」を夢において体験することは、それが現実場面で顕在化されていなかった分、初任者である筆者にとって非常に重要なことであつたと考えられる。

以上のように、夢そのものの内容から示唆され

たものを汲み取ることに加えて、夢見手に体験された覚醒時の衝撃の意味を検討することが重要ではないかと考えられる。筆者の訓練課程においてはセラピストがクライアントに関する夢を見てはいけないという規律を提示されたことはなく、そのような知識も当然なかった。にも関わらず、大変なことをしてしまったと取り乱したことは、当時の筆者にとって、クライアントの夢は絶対に見えないはずの「私」がクライアントの夢を見たことに対する違和感が強烈であつたことを示している。そう考えると、筆者が夢を見て覚醒したときに体験した衝撃は、それまでの「私」とは異なる「セラピストとしての私」が立ち上がったことを反映したものとして捉えることができよう。

#### IV 総合考察

本稿における筆者の試みは、「セラピストとしての私」が立ち現れる過程を、自らを入れ込んで体験された出来事（夢とイメージ）について省察すること、すなわち“離れて見ること”（河合, 2000）によって捉えなおすことであつた。その結果、素材①からは、無意識から浮かび上がったクライアントのイメージが、心理療法の場において再び呼び覚まされる体験によって、目の前の状況にとどまりコミットしていくことが可能となり、そのことを通じて「セラピストとしての私」という視点が得られたことが自覚された。素材②からは、初めて「セラピストとして」夢を見てしまったことへの衝撃が、それまでの個としての「私」とは異なる「セラピストとしての私」が立ち上がったことの反映であることが自覚された。

これらの体験は、それまでの「私」の連続性や同一性を突き破るようにして「セラピストとしての私」が現れてくる、初任セラピストにとってのイニシエーション体験として捉えることができるのではないだろうか。この考えを、先行研究における初任セラピスト体験の論考と照合し、個人的な体験を普遍的な次元へと開かれた省察とすることを試みる。

筆者が取り上げた素材における体験は、山本(2008)の言う“私でない可能性をくわたり”において生きること”であったと考えられる。また、“自意識的な自己への執着から自己を解き放つということが、臨床家にとってどれほど重要で必要なことであるか”(山本,2008)という視点からは、「私」を脅かし揺れる体験に開かれることは、「セラピストとしての私」が顕現するには欠かすことの出来ない体験過程であると考えられる。山崎(2005)は、初任セラピストとしての体験を振り返り、心理療法の場に身を置くことは非常に強烈な体験で、それは“面接外の生活や眠っている間の夢にまであふれ出し、私のそれまでの世界観をも変えていくだけの力を持っていた”と述べている。そして、ここでの世界観の変容とは、“既存の枠組みに何かを継ぎ足すということ”ではなく“枠組みそのものから新たに作り変えることであり、そこには既存の枠組みの「崩壊」が生じると説明されている(山崎,2005)。これら初任者の体験は、“日常的な自我が完全に破壊されて無意識の世界に導入される”(河合,2000)ことと言い替えることができ、その意味で“自分を犠牲に捧げ自分の消滅を見るのが主体の成立”(河合,2000)とされる内的体験としてのイニシエーション過程につながっていくものと考えられる。

セラピストが自らの心理臨床を生きる証として体験したイメージや夢を、改めて振り返り、見るといふ本論での試みによって、筆者は自身が個としての「私」から「セラピストとしての私」へと開かれ、変容していったことを改めて自覚した。また、「セラピストとしての私」について省察していくことは、心理臨床家としての現在における自らの器の在りようを自覚することに通じることが実感された。以上のことから、本論で試みられたことは、「セラピストとしての私」を繰り返し顕現させていくために行なわれる、主体的で責任を伴った心理臨床的試みのひとつであると考えられる。

<付記>本稿は筆者の初任1年目の臨床実践のもとに執筆された。各局面においてご指導下さった心理療法の先生方に、深い敬意と謝意を表します。また、筆者の訓練開始間もない途上において、堅固な器を自ら粉碎する作業を揺るぎなく支えて頂いた大なる器、大阪樟蔭女子大学大学院における恩師の先生方に改めて心よりの感謝を申し上げます。

## 文献

- Edinger.E.F (1985) : *Anatomy of the Psyche*. Chicago, Illinois : Open Court Publishing Company. 岸本寛史, 山愛美 (訳) (2004) : 心の解剖学錬金術的セラピー原論 新曜社
- 藤巻り (2008) : イメージの受肉/解体過程としての心理療法-イメージを「生き」,それを「省察する」こと 心理臨床学研究, 26 (5), 603-614.
- 岩井志保 (2007) : わが国における心理臨床家研究の概観 名古屋大学大学院紀要, 54, 135-142.
- 皆藤章 (2008) : 心理臨床における物語の生成:active imaginationの体験から 京都大学大学院教育学研究科紀要, 54, 39-57.
- 河合俊雄 (2000) : 心理臨床の理論 心理臨床の基礎2 岩波書店
- Kron T, Avni N (2003)Psychotherapist' dream about their patients. *The Journal of Analytical Psychology*. 48 (3), 317-339.
- 仲淳 (2002) : 心理療法過程におけるセラピストの夢について『心身的な共鳴』という観点から 心理臨床学研究, 20 (5), 417-429.
- 田中康裕 (2001) : 魂のロジック ユング心理学の神経症とその概念構成をめぐる 日本評論社
- 織田尚生 (2000) : 心理療法とイメージ 講座心理療法第3巻 岩波書店 pp 170-208.
- 山本有恵 (2008) : 事例検討会に関する一試論 京都大学大学院教育学研究科紀要, 54, 598-611.
- 山崎玲奈 (2005) : 「大学院」体験を振り返って 藤原勝紀 (編) 現代のエスプリ別冊 臨床心理スーパーヴィジョン 至文堂 pp 202-205.