

心理療法場面におけるイメージ体験を喚起・促進するセラピストのアプローチ手法の検討

永田奈津季

(お茶の水女子大学大学院 人間文化創成科学研究科)

I 問題と目的

過去の心的外傷経験に対して、イメージの影響を用いた代表的な面接技法の1つに「空の椅子の対話」がある。「空の椅子の対話」では、セラピー内で心理的葛藤の原因となった重要な他者の姿(当時の自分を含む)を想像してもらい、過去に表現することができずにいた欲求や満たされなかった気持ちにクライアント自身が気づき、その他者に対して十分に表現することで、その体験を完了させ心的外傷経験の根本的な解決が出来るとされている(Perls et al., 1951)。Greenberg (1993)は、「空の椅子の対話」のプロセスを具体化し、過去を再体験する過程を“喚起段階”, イメージ上の重要な他者に感情と満たされなかった欲求を表出する過程を“表現段階”とし、これらのフェーズによって重要な契機が与えられるとしている。

一方、イメージの体験過程において、イメージが浮かばない状態から視覚像が結ばれる過程や介入の枠組みについてはより詳細に明らかにする必要がある。過去の出来事を思い浮かべる際のプロセスに関わる重要な知見として、想起視点の概念がある(Nigro & Neisser, 1983)。体験時とは異なるアングルからの情景描写を求める三人称の視点と、その出来事を経験した当時と同様の主観的な視点である一人称の視点であり、田嶋(1987)は成功したイメージ療法の過程の法則的变化を示し、“イメージの体験的距離”によって体験の深まりとともに視点が移行していくことを指摘している。一人称視点は主観的で全感覚と感情を含んだ包括的な視点であるのに対し、三人称視点は観察

者として視覚のみで構成されるため、最終的にクライアントが再体験として没入状態に至るためには一人称視点に移行することが望まれる。但し、両者はともにイメージ喚起の教示に用いることができることとされ、岩田・長谷川(1986)は、2つの視点イメージを同時または、継時的に組み合わせるイメージ技法により、より確実なイメージトレーニングの効果が得られるとの考えを示している。

心理臨床の現場において過去の解決されないままの心的外傷経験に苦しむクライアントに出会うことは少なくなく、援助を行ううえでイメージ療法の介入指針を明確化することは重要である。“記憶の再体験”や“賦活されたイメージを保持し操作すること”はイメージ療法の枠を越えて汎用性が高く、通常の心理面接にも骨子となり得る。そこで、本論では面接技法の1つの「空の椅子の対話」について実際の心理療法場面においてクライアントの鮮明なイメージ体験の喚起に寄与するセラピストのアプローチ手法を明らかにすることを目的とする。具体的にはイメージ体験の喚起手法のうち発話について特徴の類型化を行い「喚起段階」「表現段階」について介入の指針として提示することとする。さらに欲求表出相手について「当時の自分」と「重要な他者」の2条件ではどのような差異があるのかも合わせて検討する。

II 方法

分析対象: 40代の男性セラピスト1名が心的外傷経験を抱えたクライアントに対して行ったイメージを媒体とした自己表現が行われた個人心理療法の7つの場面の映像記録を分析対象とする。

分析手続き：セラピストの体験喚起手法の特徴の分類・類型化を行うために「質的コード化」(Coffey& Atkinson, 1996)を用いた。質的コード化の技法は、データに即した分析カテゴリを生成する質的分析法の1つであり、あらかじめ設定された枠組みではなく、データそのものからカテゴリを生成し分析に用いる。該当場面について作成した逐語記録をその内容・特徴に応じて記述を区分し、そこに適宜ラベルをつけてコード化を行う。次に、それらのラベルを付した記述間の比較を繰り返し行い、各々の記述の類似性と差異から、各々のラベルを整理し統合するカテゴリを生成する。生成されたカテゴリは再び語りのデータと照合され、修正を加えることで精緻化させる。次にカテゴリ表を用いて、各事例のセラピストのイメージ体験の喚起手法に対して、基本的には1文ごとに①表のどの上位概念や下位概念が生じているのか②これらの概念の生起順序にはどのようなパターンがあるのか、という2つの視点から分析しその特徴によって発話の類型化を行う。類型化の妥当性を確保するために、修士課程の学生1名に各事例の場面の要約と表を渡し、映像記録を視聴し各事例におけるセラピストの体験喚起手法に関する記述がどの概念に当てはまるか判定してもらうこととした。

Ⅲ 結果と考察

「喚起段階」の設定・確認のモデルを図1、「表現段階」を図2に示した。「喚起段階」では【対話の合意を取る】【場面を設定する】【年齢を設定する】によって状況の概要を定めた後に、主に【三人称視点での想像を促す】【一人称視点に切り替える】による教示を軸に過去の記憶イメージの喚起がされていた。2つは一方のみや同時、もしくは継時的に使われすべての事例で観察された。

「表現段階」では、イメージ上の人物を“眺める”よう教示した後【イメージ上の人物の描写を指示】することによって言語化を促し視覚像が保持された段階で、“話しかける”教示を行うことで欲求表出を行うという一連の流れが観察された。ここで、欲求表出の相手が「重要な他者」では、一般に心的外傷経験の加害者で“悪い他者”とされる「重要な他者」へと向けられながらもそれまで抑制されていた感情を積極的に表し、表出した注目すべき言葉を指定して引用することで過程を支援し気持ちを出し切れるように介入が行われた。一方、「当時の自分」条件では、クライアントが、現在の大人の立場から過去の自分の心情を“理解してあげる”ことを中心とした援助のロールプレイを展開し、この過程での介入はクライアントが創り上げる“援助する他者像”のイメージに力添えする機能を果たし、クライアントは当時の自身が求めている言葉を、セラピストを介して受け取ることで記憶の意味づけが変わる再ストーリー化が実現されていた。

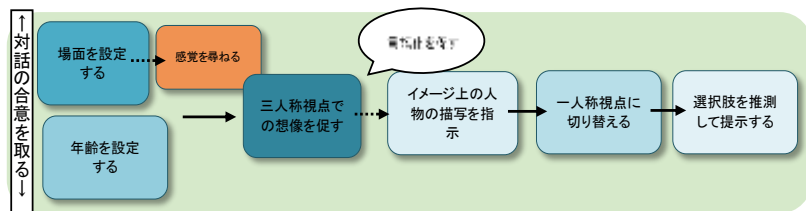


図1. 喚起段階における設定・確認のモデル図

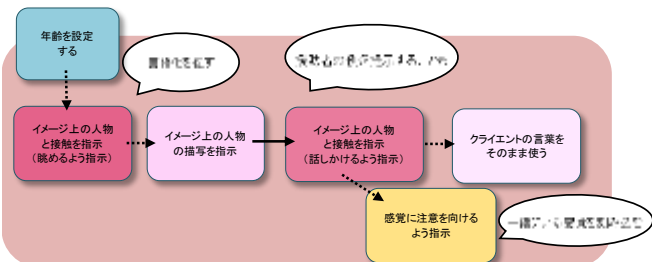


図2. 表現段階におけるモデル図

た。全体を通して、感情を強める操作が多く実践されていた点も特徴的で、感情に注意を向けることと同様に、感情を強める介入は、心的外傷経験に向き合わせイメージの保持や操作を容易にするなどの影響を及ぼす可能性が示唆された。