

ABSTRACTS – IBPJ – FALL-WINTER 2021

**心身の融和感尺度短縮版（the Shortened Version of the Sense of Harmony
between Body and Mind Scale, S-SHS）の開発**

上倉安代・益子洋人

要約

本研究の目的は、心身の調和感を測定する心身の融和感尺度の短縮版（a shortened version of the sense of harmony between body and mind scale: 以下、S-SHS とする）を作成し、健常者に対する S-SHS の適用の可能性を検討することであった。研究 1 では、日本人（男性 100 名、女性 267 名、その他 1 名、計 368 名）に質問紙調査を実施し、S-SHS は心身の融和感尺度と同様に、高次因子を仮定した 5 因子構造、すなわち、心身における自己存在感、心身のリラクセス感、心身の調和感、主体性感覚、身体的安定感を有することを確認した。研究 2 では、日本人学生（計 97 名）に 2 週間の間隔を空けて S-SHS を実施し、多重代入法を用いて分析した結果、S-SHS は十分な妥当性と再検査信頼性を備えていることを確認した。よって、S-SHS は、原版の心身の融和感尺度よりも、簡便に健常者の心身の融和感を測定しうることが示唆された。さらに、日本人学生（計 118 名）の回答をもとに、共分散構造分析を用いて分析した結果、心身の融和感は、ストレス反応とは負の関連を、本来感とは正の関連を示すことを確認した。よって、心身の融和感は、心身の健康において重要であることが示唆された。

キーワード：尺度の短縮版の開発、心身の融和感、健常者

コア・エナジェティクス プロセス・グループが
LGBTQ+の本来性に与える影響

David deBardelaben-Phillips

要約

自分らしさ、本来性 (Authenticity) とは、自身の考えや感情を察知・理解し、それにも沿って行動する力である。自分らしさは、自身を認識していることであり、真の自己と同義である。LGBTQ+ (レズビアン、ゲイ、バイセクシャル、トランスジェンダー、クィア) コミュニティの一員と認識する多くの人々は、長らく続く同性愛への嫌悪によるジャッジや安全性、受容の問題を恐れるあまり、自分らしくいられないことが続いている。本研究は、ボディ・センタード・サイコセラピーのプロセス・グループであるコア・エナジェティクス・グループへの参加が、LGBTQ+の人々の本来性に与える影響を検討するために計画されたものである。この研究では、グループ・プロセス (非構造化されたグループセラピーの技法) において、コア・エナジェティクスと特定の技法を用いることによって、参加者が自身の人生において、より自分らしさを発揮する力を高めるかどうかについて、焦点を当てた。本研究では、既存の本来性の評価ツールを用いて、コア・エナジェティクス・プロセス・グループへの参加前後の本来性のスコアを測定し、より大きな集団のスコアと比較した。

キーワード: コア・エナジェティクス, 本来性, LGBTQ+, レズビアン, ゲイ, バイセクシャル, トランスジェンダー, クィア, マスク, lower self, higher self, 同性愛嫌悪

入り口としての身体
—— 身体を実践に生かす ——

Lisa Mortimore

要約

本論文は、理論と臨床実践をいかに統合していくかについて、提案するものである。すなわち、右脳に関する理論を Schore (2012) が論じた右脳に、身体に関する理論を身体に、ソマティックな実践と関係的な実践に統合して、感情調節理論やアタッチメントの修復と融合していく。本論文では、実例を挙げて、右半球での処理の多様な可能性を示し、ボディ・センタードあるいはソマティックな実践の理論的基礎を探求し、説明した。そして、無意識への入り口である身体と、それに関連する、精神的な活動を妨げ、身体を調節不全にする固定化した要素について紹介した。筆者の臨床実践を抜粋して、統合的実践のセッション中に生じた経験、セラピストの内的な臨床体験を多層的に描写し、実践においてどの層で身体をたどって捉えるかについて示した。

キーワード：ソマティック、感情調整、右半球、アタッチメントの修復、ボディ・センタード・サイコセラピー

催眠イメージ療法における恍惚としたポーズの活用

Nicholas Brink

要約

人類学者フェリシタス・グッドマンは、古代と現代の狩猟採集文化の芸術を調査し、シャーマンが使っていたと思われるポーズを発見した。恍惚のトランス状態にあるときに、これらのポーズをとって実験したところ、トランス体験に導かれることがわかった。あるポーズは身体に強化と癒しのエネルギーを与えるものであり、他のポーズは、問いへの回答を見つける占いのためのものであった。また、スピリットガイド（守護霊）と一体化するための変身や姿を自在に変えるためのポーズもあった。他には、魂が旅したり、冥界や無意識の世界に入ったりするためのポーズがあった。また、地上世界や天上世界を旅するためのポーズもあった。最後に、イニシエーションのためのポーズや、死と再生の体験、つまり、問題をはらんだ行動による死とより素晴らしい健康の回復のためのポーズもあった。これらのポーズは、身体的、感情的、行動的、精神的な癒しに有用で効果的である。一連のポーズは、魂の回復や、分析的催眠療法が解決に効果を発揮してきた、幼少期のトラウマや感情的問題の解決にも有用である。

キーワード：シャーマンのポーズ、分析的催眠療法、魂の回復、恍惚的トランス状態、世代間トラウマ

エンボディド・エクスペリエンス

Michelle Rosenthal

要約

過去の世代が経験したトラウマ、すなわち世代間トラウマ（intergenerational trauma；以下、ITT とする）は、クライアントの現在の機能に影響を与える可能性がある。トラウマは、身体に蓄積されつつ、生物学的、環境的な手段によっても、身体レベルで人から人へと伝わる。トラウマの専門家の多くが、癒しの過程において、ソマティックな介入が重要であることを学び始めているものの、ITT から生じる症状への支援のために、ソマティックな介入を用いた研究は、いまだ途上にある。本論文では、これまで明示されてこなかったITTの伝達の本質を探った。また、ボディ・サイコセラピーは、この種のトラウマにまつわる課題に取り組むクライアントを援助する上で、独自の立場にあるものとして位置づけた。

キーワード：世代間トラウマの伝達、世代間トラウマの治療、ボディ・サイコセラピー、多世代間トラウマ、世代別トラウマ

ファミリー・コンステレーションの改善に役立つボディ・サイコセラピーモデル

Stephanie Scarminach

要約

集団療法において、ファミリー・コンステレーションは謎に包まれたままである。この現象学的なグループ・プロセスは、家族システムにおいて非常に多くの感情の扉を開いてきた。しかしながら、その実践においては、治療上の安全性に配慮せずに運用されてきた面が多々あると言える。ファミリー・コンステレーションのワークは、影響力があることが示されてきた一方で、人々がそれに参加するための十分な準備がなされず、それに関与する人々がワーク後に生じる体験をサポートして締めくくられることもない。本稿で論じるアプローチでは、すべての参加者に対して、ワークの構造、安全性や規制上の欠陥を改善するために、ファミリー・コンステレーションモデルに統合しうる理論を段階づけて示した。今回提案したモデルには、多くのボディ・サイコセラピーの実践が含まれた。こうしたソマティックな介入は、より強力な治療的コンテナをつくり、参加者の交流を見守り、侵襲性を減じた方法で彼らの体験を成功裏に閉じる上で、ファシリテーターの力添えとなるものである。

キーワード : ファミリー・コンステレーション, ソマティック, ボディ・サイコセラピー, グループ・プロセス

ハンガリーにおけるボディ・サイコセラピー

Márton Szemerey

要約

1990年代以前は、抑圧的な政治環境のために、西洋の発展に触れることが許されなかったために、ハンガリーにおけるボディ・サイコセラピーの歴史は比較的浅いものである。過去30年にわたり、ハンガリーでは、さまざまな身体志向の心理療法の学派が存在感を強めてきた。本稿では、ハンガリー・ボディ・サイコセラピー研究所で現在適用されているトレーニングモデルと、主にハンガリー・ボディ・サイコセラピー協会を通じて提供されている様々な関連活動について、簡単に紹介した。

キーワード：ボディ・サイコセラピー, Sándor Ferenczi, ハンガリー・ボディサイコセラピー協会 (Hungarian Association for Body Psychotherapy ; HABP), ハンガリー・ボディサイコセラピー・インスティテュート (Hungarian Institute for Body Psychotherapy ; HIBP), ハンガリー