

実践報告

**500 日にもわたる第一次対象関係
—身体に危険を伝える痛みか、それとも心理的苦痛か—**

Genovino Ferri

要約

まず、心理的な苦痛 (pain) と身体に危険を伝える痛み (nociception; 侵害受容) の違いについて定義し、この二項対立を、分析的心理療法に関する国際的な議論で取り上げられたもう一つの二項対立である主観性と前主観性になぞらえた。次に、第一対象関係である受胎から離乳までの生後 500 日間について、主観性と前主観性に焦点を当てた。心理的な苦痛を自覚する必要はなく、身体的無意識の潜在的記憶に刻み込まれた痕跡こそが、関係的苦痛が生じる基盤となるという仮説は、解剖学的、生理学的、ホルモン学的、細胞化学的など、様々な要因から支持された。

キーワード：侵害受容、痛み、第一次対象関係、間身体性、潜在記憶

**ボディ・サイコセラピーにおいて身体を扱うこと
—結合組織に対する神経生物学的アプローチ—**

Will Davis

要約

ボディ・サイコセラピーは、神経系に関する膨大な研究に多くの影響を受けてきた。このような影響は、至極当然なことではあるが、それと共に、身体から離れて脳を基盤としたモデルへと移行していった。時を同じくして、結合組織、特に筋膜に対する徒手療法の研究によって、身体に対する手技がいかに、なぜ、クライアントに大きな効果をもたらすのかが明らかになった。さらに、本研究では、これまで知られていなかった3つの神経系と身体間の通信システムを明らかにし、より統合された身体・精神モデルを構築した。本論文では、結合組織 (CT) と体内の三つの神経系の深い関係性に注目し、これらにおいて CT が果たす役割を紹介した。主なテーマは、結合組織の可塑性、すなわち、局所的、全身的、外面的、内面

的, 身体的, 感情的にも, 変化する条件に適応や再適応する力である。CTの可塑性は, 動きやタッチを伴うあらゆるセラピーの核心となる。CTの可塑性は, 動きやタッチを伴うセラピーの核心であり, ボディサイコセラピーの有効性を支える生物学的, 身体的な手段といえる。

キーワード : 筋膜, ライヒ, 解釈的相互受容 (interpretive interoception), 可塑性, 結合組織, 神経システム

一元的な意識としての身体に宿る

Judith Blackstone

要約

本論文では, ボディ・サイコセラピーの手法であるリアライゼーション・プロセス (Realization Process) を紹介した。リアライゼーション・プロセスには, 自分自身とのつながり, 自身と他者とのつながりを深める基礎として, 一元的な意識体験をもたらす内的な調和のためのエクササイズが含まれる。まず, リアライゼーション・プロセスの理解とエンボディメントの促進に焦点を当てた。リアライゼーション・プロセスでは, エンボディメントとは, 自身の身体のいたるところに自分が宿っているという一元的な意識体験として捉えられる。このような意識体験は, 単に身体を意識している状態から, 身体に宿っていると感じられる状態に移行したものといえる。さらに, リアライゼーション・プロセスでは, 一元的な意識の具現化を通じて, どのように自分自身や他者とのつながりが損なわれた状態を癒し, いかにセラピストの共感能力を高めるかについて述べた。最後に, 調和のための簡単なエクササイズを紹介し, このような意識状態の移り変わりについて説明した。

キーワード : エンボディメント, リアライゼーション・プロセス (Realization Process), ボディ・サイコセラピー, 意識

タッチと情動調整

—姿勢の統合，トラウマに対処するためのスキルと身体志向心理療法のためのツール—

Bernhard Schlage

要約

本論文では、新しい神経生理学的研究に基づいて、タッチが神経レセプターを介して、脳のさまざまな領域に影響を与える仕組みを探り、種々のタッチの技術がクライアントの情動調整をどのように支援するのかを明らかにした。加えて、Allan Schore氏が提唱する情動調整アプローチに沿って、クライアントの感情表現と回復力を秘めた内的自己の発展のための支援のあり方について示した。すなわち、トラウマを抱えたクライアントに対する感情の波への取り組み方について説明するとともに、感情の欠如に悩むクライアントのみならず、過度に強く苦痛に満ちた感情に悩まされているクライアントの支援に役立つ耐性の窓についての理解を深めるものである。

キーワード：タッチと情動調整，皮膚の機械受容器 (skin-mechano-receptors)，感情のサイクルチャート，耐性の窓 (the window of tolerance)

トラウマ・ワーク

プレゼントモーメント，トラウマ，そして対人関係的身体心理療法

Homayoun Shahri

要約

本論文では、人がどのように現在の瞬間 (present moment) に生きているのか、そしてそれがどのように喜びに満ちた人生を送ることにつながっているのかを論じた。現在の瞬間を生きることは、具現化された生き方や身体とのつながりに関連していることを示した。次に、身体から切り離された対人関係性のトラウマの役割を取り上げた。幼少期の悪い対象関係の影響により、現在の瞬間を生きられないということを、対象関係論と神経科学の観点から検

討した。そして、良い対象としてのセラピストによる癒しについて論じ、関係的身体心理療法の知見に基づいて、治療プロセスを短縮しうる技法を提示した。

キーワード：神経科学, 対象関係, プレゼントモーメント, 関係的身体心理療法, 移行対象, トラウマ

学際的アプローチ

異なる治療法によって促進される変容と 癒しのプロセスにおけるフェーズとエレメントの対応関係

Muriel Moreno Ojeda

要約

本論文では、筆者が観察した自分自身とクライアントの変容、治療上の変化のプロセスを比較した。9つのフェーズが観察され、“EsenciArt System:変容の9フェーズ”と名付けた。リサーチクエスションとして、「異なる療法や方法によって引き起こされる変容や癒しのプロセスには、共通のフェーズや要素があるのか」、また「それらの間にはどのような共通点があり、どのような違いがあるのか」を設定した。著者が観察した9フェーズに基づき、アンケート（21問）を実施した。研究協力者は、臨床家155名（35カ国, 32種類のセラピーもしくはモダリティ/男性35名, 女性120名/年齢18歳~74歳）であった。研究協力者の専門性は、実務経験のない学生から40年の実務経験を有する臨床家まで様々であった。研究協力者は、自身の仕事を「心のアプローチ」、「体のアプローチ」、「心と体のアプローチ」のいずれかに分類した。その結果、異なるモダリティやアプローチの専門家が、EsenciArt Systemで説明されている変容と癒しのプロセスにおける共通のフェーズや要素を認識し、評価していた。“EsenciArt System:変容の9フェーズ”で説明されているように、様々なモダリティやアプローチの専門家が、変容や癒しのプロセスにおける共通のフェーズや要素を認識し、評価していることが明らかとなった。ボディ・マインド・アプローチは、EsenciArt Systemに最も近かった。すべての専門家が9フェーズを評定し、平均相関度は7.8~9.9であった。質的分析においても、相関性が示され、臨床家が、現在の瞬間にいること、つながり、敬意を払い、信頼し、思いやることが重要であることが示された。これらは、人間の有機的な癒しのプロセスを賦活化する上で、適切な条件である。

キーワード：ボディ・サイコセラピー，治療的変容，ボディ・マインド・セラピー，
EsenciArt System，サイコスマティック

プレイルームでのボディ・サイコセラピー
—子どもに対するソマティックアプローチ—

Jennifer L. Taylor
2019年4月

要約

本論文は、発達神経生物学的観点とボディ・サイコセラピーの原理を融合したプレイセラピーの理論モデルを提案するものである。プレイセラピーに神経発達の原理を応用する場合には、発達途上の子どもの心身の統合を促進するソマティックな介入が役立つ。ソマティックな視点から、調節、同調および相互受容のトピックについて探求し、セラピーへの応用を検討した。さらに、プレイルームにボディ・サイコセラピーの原理を組み込むため、統合的で理論の枠組みを超えたアプローチを示した。

キーワード：ボディ・サイコセラピー，プレイセラピー，ソマティック心理学，調節，同調

専門家の倫理

EABP の倫理規定を日々の実践に活かす
—ギリシャボディ・サイコセラピー協会の倫理委員会によるプレゼンテーション—

Antigone Oreopoulou

要約

過去4年間に、ギリシャボディ・サイコセラピー協会（PESOPS）の倫理委員会は、会員向けに4回のミーティングを開催した。この記事では、「倫理委員会と倫理規定—日常の実践で

知っておくべきこと―』と題した委員会の初めてのミーティングについて説明し、貴重な結論を導き出した舞台裏の出来事について記した。

キーワード：倫理規定，倫理委員会，EABP，PESOPS，倫理に関するワークショップ

パンデミックにおけるボディ・サイコセラピー

コロナウイルス禍での PTSD に関する調査

Xiao-Ge Liu, Wen-Tian Li, Fang Xiong, Lian-Zhong Liu, Ulrich Sollmann

要約

目的 新型コロナウイルス感染症流行時の心的外傷後ストレス障害（PTSD）とその影響要因について調査した。本研究は、公共の心の健康ケアサービス改善へ向けて、ケア対象を限定したサービス構築のための一資料となることが期待される。

方法 武漢精神衛生センターが開設した心理的支援プラットフォームから、新型コロナウイルス感染症流行時の中国在住者のオンラインサンプルデータを得た。研究ツールとして、PTSD 尺度を使用し、SPSS を用いてデータを分析した。

結果 計 376 人のデータを収集した。一般市民の PTSD の程度は 45.93 ± 17.32 、PTSD 陽性の検出率は 63.56% であり、PTSD の程度は変動しながら増加した。PTSD の影響要因は、研究協力者の性別、学歴、居住地であった。具体的には、女性、低学歴、武漢在住の人々が PTSD になる可能性が高かった。

結論 新型コロナウイルス感染症は、人々の心理状態に大きな影響を与えた。基本的に、感染症の流行は抑えられているが、PTSD の程度は低下していない。したがって、心理的な支援を必要としている人々に、タイムリーな心理的な支援を提供し、できるだけ早く生活に適応できるよう援助する必要がある。

キーワード：コロナウイルス感染症，ポストトラウマティックストレス障害，影響要因，時間の経過に伴う心理的变化

緊急時の短期的治療

—機能心理学的介入のための方法論の提案 COVID-19 非常事態への対応—

Enrica Pedrelli

要約

COVID-19 パンデミックでは、世界中の人々に心理的サポートを提供するための大規模な介入が必要となった。本論文では、長年の経験に基づいて開発された方法論を紹介し、イタリア人を対象として、機能的サイコセラピー協会（the Functional Psychotherapy Society : SIF）のサイコセラピストが実施した保健省のプロジェクト「無料心理相談サービス (Free Listening Psychological Service)」という全国フリーダイヤルの活動について報告した。機能心理学 (Rispoli, 2004; 2016) に準拠した緊急時の短期的治療 (Pedrelli and Sozzi, 2016) は、ストレスの診断と治療における長年の経験に基づいており、と緊急時心理学のスキルを組み合わせたものである。緊急時の治療において、精神と身体を対象としたスキルがいかに不可欠であり、孤立した遠隔地であっても、身体志向的な技術を適用することが可能であったことを示した。機能心理学では、個々人の能力を開発していく基礎となる経験を「自己の基本的経験 (Basic Experiences of the Self : BES)」と呼ぶ。緊急時には、感情の安定と安心感を回復し、資源とのつながりを取り戻すために、BES に働きかけることができる。本論文では、コントロールとパーセプションの BES を例に、遠隔地での緊急時のワークの可能性について検討した。

キーワード：緊急時の簡単な処置, 自己の基本的体験, 心理身体テクニク, 機能心理学

変革と創造のとき

Rubens Kignel

要約

本論では、地球上の環境とそのシステムにおける人間の生命の逆境に目を向け、生きていくための新しい方法を検討、探求、提案した。生命の誕生以来、人間よりもずっと以前から、自然は、さまざまな生き物が、生命を維持するために必要なものをどのように関係や適応し、包含

や排除する方法を見つけたかを、その発展を通して我々に示してきた。私たち人間は、何百年にもわたる生活体験を通して、どこにいても生命を維持するという人間の生態学を学ぶことができた。本論では、生命維持に不要と思われるものが、私たちが生きるために必要なシステムであり、身体と環境、人間同士の関係との関連性を示すことを試みた。

キーワード：環境, 自然, 生態学的コミュニケーション, ボディ・サイコセラピー, 自然とコミュニケーション, ウイルス, 菌, バクテリア, 私たちの間の不要なもの, 必要なもの, 精神分析, ライヒ

世界のボディ・サイコセラピー

日本のボディ・サイコセラピーの発展

上倉 安代・清水 良三

要約

本論の目的は、成瀬悟策氏によって創出された、日本独自の心理療法である動作法に焦点を当て、日本のボディ・サイコセラピーの発展について紹介することである。まず、本邦の心理療法の主流と臨床心理に関する資格制度について説明し、日本における心理療法について概観した。次に、西洋と東洋における文化と心理療法について比較しながら、本邦におけるボディ・サイコセラピーとその主要なセラピスト、タッチがどのように受け入れられているかについて示した。そして、動作法が、動作訓練の臨床的実践を通じて、どのように障害児領域で発展してきたか、また、臨床動作法がいかに精神疾患患者に対して適用され、動作法の発展に寄与してきたかについて示し、動作法を実践するセラピストが抱える課題について論じた。さらに、コロナ禍における日本のメンタルヘルス領域に関する最新のトピックとして、「自粛生活に伴うコロナ鬱」と「自粛疲れ」を取り上げ、オンライン動作法の実施の可能性を示唆した。最後に、日本におけるボディ・サイコセラピーの将来においては、動作法の普及がその発展に寄与するであろうと論じた。

キーワード：ボディ・サイコセラピー, 日本, 成瀬悟策, 動作法, 動作訓練, 臨床動作法