

論 文

週1回設定の精神分析的心理療法における 長期休暇の導入について

坂下優二¹・高尾兼利²

(西九州大学学生相談室¹, 西九州大学子ども学部子ども学科²)

(平成27年1月13日受理)

Adoption of an extended vacation in once-weekly psychoanalytic psychotherapy sessions

Yuji SAKASHITA, Kanetoshi TAKAO

(*Division of Student Counseling, Nishikyushu University¹,
Department of Children's Studies, Faculty of Children's Studies, Nishikyushu University²*)

(Accepted January 13, 2015)

Abstract

In this paper, I, the therapist, focus on Client A, a neurotic patient with a narcissistic personality with whom I performed psychoanalytic psychotherapy once a week, and discuss the relationship and therapeutic developments that came about as a result of taking an extended vacation lasting approximately one month.

With the therapeutic situation in a state of deadlock, I decided to take an extended vacation. As a result, the client's mental pathology surrounding "absence of object," which had been defended up to that point, appeared at the center stage of the treatment. The transference relationship deepened, and, along with this, the process by which the client withstood the "absence of object" continued to evolve. The paper shows that this external setting of "a therapist's extended vacation," if offered after the issue of absence and loss has been thoroughly worked through internally by the therapist himself, plays an extremely beneficial role, even in once-a-week psychoanalytic psychotherapy, in the development and maturation of the client's mental state, and in the formation of the creative self.

Likewise, in the area of school education, I propose that, having a teacher provide support, through emotional involvement, on the concern of "absence of object," which children inevitably encounter because of school vacations, will contribute significantly to children's psychological development.

Key Words : Absence of object 対象の不在
Extended vacation 長期休暇
Once-weekly 週1回
Psychoanalytic psychotherapy 精神分析的心理療法
School education 学校教育

1. はじめに

精神分析的な心理療法の特徴の一つは、セラピストがクライアントと会っている時間だけではなく、会わない時間も重要視している事である。それは精神分析の営みや精神分析的な出来事は、クライアントの人生の一時期、クライアントの生活時間を覚醒時睡眠時まるごと巻き込むものであり（藤山, 2012）、セッションの中だけで完結するものではないからである。また精神分析が、セラピストの不在を積極的に扱おうとする背景には、こころの生成や発達、成熟にとって“対象の不在”というものが、本質的で不可避な体験として考えられてきたことにある。

Freud, S (1917) は、論文『悲哀とメランコリー』において、対象を失う際の健康人の正常な喪の哀悼 (mourning) と抑うつ症 (depression) の識別を試みた。そこで成人の大人が対象を失う事態に、どのように対応していくのかを明らかにした。その後 Klein, M (1946) は、“対象の不在”にまつわる体験の質の違いを、「妄想-分裂態勢」期から「抑うつ態勢」期に進展するという乳児の心的発達との関連で示した。乳児が、生後間もなく為す最初のこころの組織化である「妄想-分裂態勢」に引き続き、離乳に象徴されるよい乳房/よい母親を失うという原初的な怖れに対応していく心的な構えが「抑うつ態勢」である。つまり Freud, S が提起した成人における「喪と哀悼の仕事」は、乳児期の「抑うつ態勢」が基盤となって進展することを発見したのである。さらにこの“対象の不在”という負の現実を、回避せずに持ちこたえていくためには、「思考」の生成とその思考について「考えること」が必要であることを示したのが Bion, W (1962) である。さらに彼は、「思考」と「考えること」が可能となるためには、外的母親対象の補いが決定的に必要だということを主張した。

このような“対象の不在”をめぐる理論的發展を受けて松木 (2011) は、精神分析臨床とは何らかの原因によって不全の事態にある“対象の不在”をめぐるこころの作業のプロセスを全うする機会を提供し、その作業を支援しようとするものであると考えた。

さて精神分析セッティングの中で、この“対象の不在”を提供する外的設定として、セラピストの長期休暇がある。この約1カ月にもわたる休暇をクライアントに提供することが、様々な不在や喪失の反

応を引き起こすのである。そしてこのセラピストの長期休暇という“対象の不在”の体験で生じるクライアントの反応を、どのように扱っていくかが治療の要となる。実際に国際的な精神分析の臨床素材には、必ずと言っていいほどセラピストの長期休暇に関する話題が提示される。

それほどセラピストの長期休暇は、精神分析過程において重要な外的設定である。しかしながら日本におけるセラピストの休暇は、社会的な儀礼に準じた形で盆休みと正月休み、せいぜい1、2週間である。特に医療機関や公共機関等に勤務していれば、心理療法にセラピストの長期休暇を提供するのは、実質的に極めて難しいのが現状である。

さらに日本における、精神分析の頻度についても触れておきたい。国際精神分析協会が、精神分析実践について週4回以上行われる事を基準としているのに比して、日本においては、そのほとんどの実践が週1回で行われている（藤山・妙木, 2012）。この週1回の精神分析実践が主流であるという国際的に見て極めてユニークな事態（北山, 2012）は、一方である疑問を私たちに投げかける。それは頻度が週1回になるということは、それだけクライアントはセラピストとの分離について無頓着になるという事を意味するのである（飛谷, 2012）。なぜならセッションが無い日の方が、セッションがある日より圧倒的に多いからである。

この分離に無頓着になるという問題は、セッション頻度だけではなく、セラピストの休暇の長さでも、同様に生じてくるであろう。今まで述べてきたように“対象の不在”は、精神分析臨床にとって極めて重要な要素である。とするならば、分離に無頓着になりがちな週1回の精神分析的な心理療法の中で、セラピストはどのように“対象の不在”を扱っていけばよいのであろうか。

今回私は週1回の精神分析的な心理療法において、約1カ月にわたるセラピストの長期休暇を導入した症例について報告する。そして長期休暇を導入したことで生まれた関係性と治療展開について検討してみたい。

また当然ながら、この長期休暇という“対象の不在”を経験する機会、心理臨床の世界だけではなく、特に日本の学校教育においては、各季節ごとに長い休暇が設定されている。子どもたちは、それまで庇護されていた学校や教師を失うという“対象の不在”を経験することになるのである。この学校教

育における長期休暇について考察する。

2. 臨床素材

(症例への倫理的配慮から、匿名性を保つため記載内容を最小限に留めざるをえなかったこと、また若干の修正を加えたことを断わっておきたい)

中年期男性Aは、仕事で難しい仕事を任され、その期待にうまく答えられないのではないかという不安を抱えて、私が勤務していた心理相談室を訪れた。

Aは「相手の話を力でねじふせるような」父親と「心配性な」母親との間に生まれた。Aは、小学校の頃から母親に「勉強すれば将来楽になれる」と言われ勉強ばかりしてきた。大学卒業後Aは会社員となり、母親に似た心配性な妻と結婚をした後、子どもが生まれた。

Aは、上司から「君のオリジナルの考えを、仕事に生かしてほしい」と言われたが、どうしたらいいのか分からず混乱し、結局仕事をやり遂げることができなかった。その事を契機に、上司から仕事の依頼を受けるたびに、自信をなくして落ち込むようになった。そのうち胃痛等の身体症状を呈するようになったため、内科や心療内科を受診したが、改善には至らなかった。一方で将来への不安は高まるばかりであり、問題の解決を求めて、私と出会う事になった。

Aは、落ち込みや不安について、無理な仕事を押し付ける上司が悪いのだと怒りを交え被害的に語った。それは自己の抑うつ的な傷つきを回避する姿にも思えた。私はAの病理について、自己愛パーソナリティを持つ神経症レベルの抑うつ状態と見立てた。Aの希望もあり、私との週1回50分のカウチを用いた精神分析的心理療法を開始した。

長期休暇を導入するまで

Aは「職場や社会が自分に対して冷たい」と声高に怒り続けた。ある時セッション中に父親から電話があった時も、Aは父親と怒鳴り合った後「言うべきことは言わないといけない。大声を出して怒鳴るのは、そうしないと伝わらないからです。父親と話すときは常に戦闘モードです」と興奮した口調で話すのであった。私は、その社会や父親への怒りについて「自分の傷つきから身を守る、やむを得ない方法」として理解し、受容しつつけた。するとAの戦

闘モードは薄らいでいき「社会に入ったり、子どもが産まれたりすると責任を持たないといけないからきつい」「今、息子が離乳の時期なんですけど、なかなか離乳できずお乳を欲しがります」と悲しげに語りだした。私が「あなたもお乳のような愛情がまだ欲しいのに、急に離乳させられたようで辛かったですね」と伝えると「妻も疲れていて、私に与えてくれるだけの余裕がないんです。会社からも‘早く自分でやれ’と離乳させられたんです」と私の前で寂しそうに語った。

私はAが示す悲しみに呼応して、セッションに来た時くらいは、Aをゆっくりと休ませてあげたいという感情が芽生えてきており、傷ついているAを優しく包むように接していた。しかしそのうち私は、私のこのころの奥に、実はAを恐れている自分いることに気付くのがあった。それは私が、何かAの機嫌を損ねることを言う、Aが怒りだし「治療を辞める」と言い出すのではないかという恐れであった。それ故に私は、その恐れに怯えて、それまで転移解釈を行わずにいたのである。私はこの逆転移感情を熟考し、この私のこのころの中にある恐れは、Aのこのころの中にある情緒であることを理解していった。それは何か間違った事をすると対象から攻撃され、無理やり離乳させられるのではないかという恐れであった。この理解を得ることで、それ以降私は“今、ここ”での転移解釈を行うことが可能となった。しかしこの頃よりAは、セッションの遅刻やキャンセル、セッション中の居眠りを繰り返すようになっていった。

治療開始7カ月目のあるセッションで、Aは初めて夢を語った。その夢とは、“Aが乗っていた車のタイヤがすり減っていて、新しいタイヤを車屋に頼んでいるが、なかなか持ってきてもらえずにAが車屋に怒っている”という夢であった。私は「私は、タイヤがすり減った車は傷ついているあなた自身を表しているように思います。私にタイヤを変えてほしいのだけど、思うように変えてくれない私が腹立たしいのでしょ」と解釈した。Aは、私へは直接言及せず「2年前心の器が壊れた。ギャンブルに失敗したうえに、上司に無理難題をつきつけられて」と返答した。それまで私のこのころに投げ込まれていた恐れは、転移解釈によってAに引き戻された。そのことをAは、傷ついたAのこのころに、無理難題をつきつけられたと被害的に感じているようだった。ところがそういう被害感を、私との関係の中では直

接言葉にできずに、行動化によって抵抗しているようだった。私が「あなたは、あなたの苦痛をすぐに取り払ってくれない私に腹立ちを感じているのでしょうか。しかしあなたの腹立ちは、その奥にあるところの痛みがとても辛いからなのでしょうね」と被害感の奥にある、Aのこころの痛みについて触れ続けると「いつも将来がどうなるか不安ばかりで、その苦痛を逃れるのは眠るしかなかった」と少しずつ本音を漏らすようになっていった。

Aは「今日は、先生に早く会って話したかった」と前置きし、ギャンブルで大金を失ったことを語りだした。それを誰にも言えず、一人で抱えて苦しかったという。私は「ここでは言えてよかったですね」と伝えた。するとAは「先生が、失敗するような自分を受け入れてくれてよかった」とほっとしたように答え、この回はいつになく面接空間が抑うつ的な雰囲気包まれた。しかし次の回になると、Aは「友人にギャンブルの失敗のことを話したんですよ。そしたら共感してもらいました。でももうこの話はしないと決めました。話すとは友人への負けを認めてしまうから」と投げやりに話すのだった。私は「私にも前回その話をされましたが、話して安心された一方で、あなたが私と比べて負けていると感じる事にもなり、こころが痛んだのでしょうか」と解釈するが、Aは私との関係については触れず「とにかく今は、ギャンブルで取り返すことだけ考えないといけません」と遮るように話した。このように治療展開の中でAは、徐々に私への依存を示すようになるのだが、すぐに羨望による傷つきという情緒に圧倒され、それ以上私に依存することを妨害されるため、Aのこころの痛みを二人で分かち合うことができないままであった。

それでも私は、治療抵抗を続けるAに対して「あなたは、このセッションの中で、自分のこころの中の苦痛な感情と直面していくことがとても辛いのでしょうか」というような解釈を続けていった。するとAは「これからは辛いことも話していこうと思う」と落ち着いて語り、「上司に反抗的態度をとったら、部署異動になってショックだった」「うつ状態だったとき、妻は忙しそうだったので我慢していて、それが辛かった」と今まで語られることがなかった傷つき体験や抑うつ感を、一生懸命に語るようになった。そして私は、その都度その抑うつ感を緩やかに包容することを続けた。一見治療関係は安定しているように思えた。

しかしながら、Aの遅刻やキャンセル、居眠りなどの行動化は、繰り返されていた。そのことを陰性転移解釈として伝え続けても「ここは、先生に話すことができるので心地よい場所です」と行動化が私への陰性感情と結びついているという考えは、流され続けた。またそれまでに、1週間の盆休みと正月休みがあったが、私の不在がまるで無かったかのように、セッションの中で話題にのぼることなく過ぎ去って行った。

私は、この表面的には良い依存関係として展開している治療過程を、進展として意識的には感じながら、どこか二人のこころの深まりが不十分であることも徐々に感知していった。しかしそのことを取り上げて解釈しても、それがAによっては充分考えられず流されるため、治療関係は安定しているけれども、新しい思考が生まれず閉塞状態に陥っていた。

長期休暇を導入後

治療開始後1年経った頃から、私は約1カ月の夏季休暇と冬期休暇を導入することにした。初めての夏季休暇前の面接でAは「初めてのことで不安です」と語りながら、それ以降たくさんの人と必死になって交流を持とうとした。また休暇後の面接では、休暇中忙しかったため寂しくなかったこと、一方で今まで私に頼っていたことに気づき「これからは自分で歩いていかなければいけない」と強い口調で語った。私には、「対象の不在」の辛さを躁的防衛を使って乗り切ろうとしているようにも思えた。案の定その後Aは落ち込み、再び胃痛を訴えた。

その次の冬期休暇前Aは「今までの会社の仕事は二人で共同作業でやってきたけど、これからは一人でやらなきゃいけない」と不安げに語った。私は「あなたは来週からの休暇について語っているように思います。そのことが不安だとも感じているようです」と解釈するが沈黙を続けた。ところがAは、休暇に入ってからすぐに「病院に入院したい」と私に電話してきた。私は、あまりに唐突でよく考える事が出来ずに「突然入院ではなく、会社を休んで自宅養生されては」と現実的な支持を行った。休暇が明けるとAは「出世に乗り遅れると思ったので結局、入院しませんでした」と話した。

また次の夏季休暇中にも「仕事を休みたい」と切迫して電話してきた。私が休暇中には会えない事をはっきりと伝えると、Aは「先生には会えないんですか」と驚いたように話した。結局Aは妻と話し合

い、職場を休養することを決めた。ところが休暇明けのセッションでAは「休養することを父親に伝えたら、父親に呼び出され、休むことを反対されたので、仕事に行く事にしました」と残念そうに語った。Aは休養を取りやめた事について「やっぱり父親が怖いんですよね。子どもの頃から父親に、自分の気に入らない事があると怒鳴られ、そのたびに自信をなくしていました」とはかなげに語った。私は「私にも、休暇中に会う事を断られ自信をなくしたのでしょうか。しかし今あなたは父親や私に対する恐れに直面しようともされているようです」と解釈した。するとAは父親に対して「お父さんが思い通りにやらせようとするのは間違っている」ときっぱりと話したことを報告した。Aは「父親には文句を言われたけど、これからは自分の意志で休めると思います」と生き生きと話した。

その後の冬期休暇前Aは「また休暇がやってくるけど、以前と同じようにやる気をなくして入院したくないか不安です。ここがあるから、安心して仕事に向かって行けるという気がしていたので」と初めて私といることの安心感や、それ故に私が不在になることへの不安が語られた。私には、Aの寂しさや心もとなさが情緒的に伝わりくそうですね。あなたが私を頼りにしているからこそ、失うのはとても不安ですよ」と寄り添うように答えた。するとその冬期休暇中は、何の連絡もなく過ぎていった。冬期休暇の間にAの母親は、ある身体疾患で入院していた。Aは「母親が入院し、父親は少し落ち込んでいるようでした。父親は人と接するのが苦手なので、私が代わりに手伝いました」とそれまで語られていた父親の攻撃的側面だけではなく、抑うつ側面についてしみじみと語った。Aは、頼りにしていた私を失っていることに耐えながら、同じように母親を失い、傷つき落ち込んでいる父親に思いやりを持って接しているようであった。Aと父親のつながりは、以前の戦闘モードから穏やかなつながりへと変化しているようだった。

それ以降セッションでは、Aの主訴でもある「オリジナルな考えが出せない」という話題になっていった。あるときAは「今考えたのですが、誰かがヒントをくれるような部署に異動届を出せばよいのではないのでしょうか」というアイデアを語った。私は「あなたは自分一人で考えるということ避けたいようですね。それほど怖いことなのでしょう」とAの自己表出への防衛的側面を解釈した。A

はそれには何も答えず黙ったままであった。私は、そのセッション終了後プロセスノートを書きながら、Aの話を再考した。そしてAの異動届の話は、自ら考える事に対する防衛的な話でもあるが、同時に初めてAがセッション中に自ら創造した話でもあることに気付いた。しかし私は、そのAの考えを、父親のようにねじふせてしまったように思えた。次の回にAは「上司は創造力があるが自分にはない。自信がない」と語った。私は「先週私はあなたが考えたアイデアについて、考える事を避けているのではと話しましたが、実際はあなたなりに考えていたのですよね。しかし、そのことを私に否定されたと感じて、自信をなくしたのでしょうか」と話すと「自分の考えはいつも否定されるのではないかと思う」と語った。私はそれ以降、Aの話題に含まれる防衛的側面だけではなく創造的側面も同時に取り上げるようにした。このやりとりの中でAは「今まではここで溜まったストレスを吐き出すというスタイルでやってきた。自分が考えた事を話したときの先生の反応が怖かった。でもこれからは些細な事でも自分の考えた事は話してみようと思う」と二人の関係性について新たな考えを語った。また次第に「自分の過去の体験と上司との体験とを組み合わせ、新しい仕事の仕方を見つけた」など徐々に創造的と思える内容の話の自信に満ちた様子で語り始めた。

その後セッションの遅刻やキャンセル、居眠りなどの行動化は影をひそめるようになった。Aは、今まで自分について考えてこなかったことを認め、生きてきた歴史を振り返り始めた。その過程において、今まで理想化されており、詳しく語られることのなかった母親について想起し、語り始めた。Aは「母親はいつも将来のためだからと自由にさせてくれなかった。ちょっとやりすぎないんじゃないかと思っていました」とようやく母親の事を客観視して考える事が可能となっていった。(治療開始後3年3カ月)

3. 考察

1) 治療経過について

治療経過をセラピストとの長期休暇の導入という視点で振り返ってみたい。長期休暇導入前は、私もAも分離に対する感覚に乏しく、そのことを強く意識することなく経過していった。しかし私はその分離不安を逆転移感情としては感知していた。それを

言葉にすると、自分が相手のことを考慮せず自由に振る舞うと、相手が怒り出し、その結果見離されるという恐れという情緒であった。その恐れは、Aのところに持ちこたえられず、私のところに排出されていたのだろう。そしてその情緒の激しさに、この治療が壊されるのではないかという不安が私に生じていたのである。

私はその激しい情緒に翻弄されながらも、何とか持ちこたえ、考え続けた。そしてなんとかその思考を転移解釈と言う形で、Aに伝える事が可能となった。しかし当然のことながら、その排出された情緒が引き戻されたAは、再び自らのところの内でも苦しむことになり、それに耐える事ができず、セッションの遅刻やキャンセル、居眠りという行動化として再び排出されることになったのである。

それでも治療展開とともに、私に依存したい気持ちは高まっており、徐々にところの奥にあった抑うつ感が語られ、私によって包容されていくのであるが、ここでAの自己愛的な病理が立ち上がるのである。つまりAは私への依存を求めながらも、依存しようとする私に対する羨望による傷つきという情緒に圧倒され、それ以上依存することを妨害されるため、Aのところの痛みは二人で分かち合うことができないうままであった。そして次第に治療空間は、表面的には良い関係であるが、深まりのない、しかしその関係から抜け出る事もできない閉塞的で膠着した状況へと陥っていった。

Freud, S (1923) は、このような精神分析過程が好ましく進展しているのにも関わらず、行動化の頻発や治療の行き詰まりなど、治療が悪化へと進んでいく状態を「陰性治療反応 (negative therapeutic reaction)」と呼んだ。さらに Klein, M (1946) は、その陰性治療反応の要因こそ「羨望 (envy)」であることを明確に定義した。この「羨望」とは、よいものをよい故に破壊しようとする極めて原初的な感情である。その後 Rosenfeld, H (1971) や Steiner, J (1985) は、この羨望を防衛するために、対象の分離を否認し、対象を自己の延長とするような自己愛的な人格が形成されていくことを明らかにした。

つまりAの依存的自己は、この羨望という破壊的感情やそれを防衛する自己愛的な人格によって阻まれてしまうのであった。そして対象の分離は否認され続けたまま、時間だけが不毛に過ぎ、ところの成長は停滞してしまうのであった。

この段階で、セラピストの長期休暇を導入したこ

とは、Aがそれまで意識から締め出し、否認しようとしていた“対象の不在”から生じる苦悩を、強く刺激することになった。最初の長期休暇については、それを躁的防衛で何とかやり過ごしたが、それ以降私との転移関係が深まっていくほど、その“対象の不在”によるところの痛みは無視できないものとなっていった。次の長期休暇の際に、私に連絡し、Aに対する世話を求めるという行動化は、Aの対象からの分離の否認を表していた。Aにとって私は、いつもAのところの痛みを取り払い、心地よくしてくれる万能的な対象であった。しかし私が長期休暇とう不在体験を提供し、Aとは分離している対象であるという事を示す事で、自身がその不在に耐え、対処していくことが余儀なくされたのである。その際Aが選んだ対処法は「入院」であり「仕事の休養」であった。この二つの選択は、不在に自ら対処できないAが、別の母親的な愛情を求めているという意味で防衛的な選択であった。しかしその考えは、私や父親によって反対されることになる。この一連の出来事は、象徴的な意味では“去勢”の体験である。“対象の不在”に直面し、それに耐えられないAは、再び母親的对象を求めようとするが、それを父親的对象から差し止められるのである。Aは、この私や父親の去勢により、深く傷ついていた。しかしながらAは傷つきながらも、私とのセッションに現れ、対話を続けるのと同様に、去勢してくる父親に立ち向かい、自己主張を続けたのである。

さらにこの経験は、対象からの分離というAの内的作業を進め、最後の冬期休暇前には、私が不在となる不安を寂しさともなうという情緒とともに、初めて私と共有した。それは、私へ依存したい気持ちやAが助けを必要としているという現実を受容していくことであり、またAが抱えていた羨望という情緒や、その防衛としての自己愛的な対象関係が乗り越えられた結果でもあった。こうしてAは、この長期休暇という“対象の不在”に持ちこたえて、Aと同様に依存的対象を失っている父親に対して“思いやり”という新しい情緒と共に、関わりを持つ事ができたのである。私には、Aが父親を世話することで、自らの“対象の不在”による傷つきを修復しているようにも思えた。このことは停滞していた抑うつ態勢がワークスルーされたことを意味している。

その後Aは、それまで恐れられていた“創造的な考え”について話すようになった。私も、セッションの外で創造した考えを治療に取り入れた。お互い

の創造された考えは、二人の間の関係性についても新しい考えを生みだし、オリジナルな考えについて混乱するというAに治療当初あった意識的な主訴も解消されていった。Segal, H (1979, 1991) は、真の創造活動は、失われた不在対象の修復と償いを基盤として発生するものであると述べている。Aの停滞していた創造活動は、セラピストの長期休暇による“対象の不在”という負の現実を回避せず、持ちこたえた事で息を吹き返したようだった。そしてこの創造性を使用することで、今まで理想化することで見ようとしてこなかった、現実の母親との関係について考えることが可能となっていた。

2) セラピストの長期休暇について

これまで、日本で主流となっている週1回の心理療法において、セラピストの長期休暇の影響を扱った研究は少ない。それは国際的に見て、日本人が“対象の不在”について無頓着になりやすいという国民性からきているのかもしれない。

休暇という観点で見ると、日本は欧米に比べて休暇をとらない傾向にある。それは外的条件として、日本の企業の有り方や休暇を受け容れる為の社会インフラ整備が進んでいないという問題がある(鈴木, 2012)。しかし小倉(2004)が指摘するように、日本人は休暇をとることに罪の意識が非常に強いという内的な理由もあるように思う。この罪悪感が影響してか、日本人は対象との分離をあいまいにしようとする傾向があるのかもしれない。

藤山(2012)は、治療の頻度が少ないと、神経症レベルのクライアントは、防衛が上手なので、その奥にある病理的な自己が治療に展開しにくいことを指摘している。本症例でも、Aは神経症レベルのクライアントでもあったので、私が行った解釈は巧みに流され(防衛され)、治療は停滞することになった。

しかしながら、本症例のようにセラピストが約1か月という長期休暇を導入し、クライアントが示す不在反応について丁寧に扱っていくことで、“対象の不在”をめぐるころの病理が治療の表舞台へと展開されるようになった。そして転移関係の深まりとともに、クライアントが“対象の不在”に持ちこたえていくプロセスが進展していったと考える。

またこのセラピストの長期休暇は、クライアントだけではなくセラピスト自身にも“対象の不在”について考える機会を与えてくれたと思う。私自身A

との長期休暇を迎えるたびに、今回は持ちこたえられるだろうか心配であった。Aが休暇中連絡してきた際に、現実的な対応をしたのも私自身の分離不安が原因であろう。それは私自身が個人的に持つ分離不安の影響と、Aの心配性な母親的对象を投影同一化として引き受けていた可能性があったのだろうと思う。しかしAとのセッションを通じて、Aが“対象の不在”に耐えられるようになるのと呼応して、私もAの成長する力を信じてみようと思変化したと考える。私自身が心配性な母親的对象から、自立を見守る母親的对象へと変化したのである。

このようにセラピストの長期休暇を導入することは、セラピスト・クライアント双方にとって、分離に関する情緒的体験に、より強いインパクトを与えたと考える。しかし単純に長期休暇を外的設定として導入すればよいということではない。この長期休暇が、“対象の不在”のころのプロセスを進展させるためには、やはりセラピスト自身がこの不在や喪失についてどの程度ワークスルーできているかが重要であろう。飛谷(2012)が、週1回の精神分析心理療法が有効となる必要条件としてセラピスト自身の精神分析体験を挙げたが、同様のことが長期休暇を導入する際にも言えるだろうと思う。

私はこのセラピストの長期休暇という外的設定が、セラピスト自身の不在や喪失が内的に充分ワークスルーされた上で提供されたとき、週1回の精神分析的な心理療法においても、クライアントのころの発達や成熟、創造的自己の形成に大変有益な役割を果たすのではないかと考える。

3) 学校教育における長期休暇について

さて、この“対象の不在”の問題を、学校教育の領域まで広げて考えてみたい。現在の日本の学校教育では、欧米の教育システムを取り入れたことと関連があると思うのだが、季節ごとに長期休暇が設定されている。つまり子どもたちは、それまで庇護されていた学校や教師を失うという“対象の不在”を定期的に経験することとなる。

Isca, S (1983) は、学校教育課程における休暇について、教師が十分な配慮を持って、子どもたちと接することの大切さについて指摘している。教師は休暇について、それまでの忙しさから解放され生気を養う機会として、多くの利点があると理解するかもしれない。そしてこの事が、子どもたちにとっても同様に当てはまると考えがちである。これはある

程度は実際そうなのだが、一方で休暇前後ならびに休暇中が、しばしば子どもたちにとって、“対象の不在”から生じる不安や抑うつ感で一杯になる時期でもあるということは認識しておく必要があるだろう。休暇は、行動上の規制や時間割によって課せられる規則性から自由になる。この自由は、それまでの窮屈さから解放される心地よさと同時に、こころの中の空虚さや混沌に真っ向から晒されるという機会にもなるのである。例えば安定した家庭環境ではない子どもたちにとっては、家族の不完全さを強烈に感じ、深い抑うつ感情を引き起こす。また休暇を、学校や教師から見捨てられた体験として受け取る子どもたちは、その羨望による傷つきによって、破壊的な行動化を起こすかもしれない。

私は、休暇を迎える子どもたちに、“対象の不在”によって生じる様々な不安や抑うつ感を十分に表現させる時間を持つことを提案したい。その際教師には、子どもたちが示す不在反応を、思慮深く観察し、理解し、包容するという作業が期待される。現在も学期の最後には、振り返りの機会が持たれていると思うが、極めて重要なのは、この時間が教師、子ども双方にとって情緒的体験として過ごされることである。そのためにはこの振り返りの時間が、単発ではなく、複数回持たれることが望まれる。精神分析におけるセラピストの長期休暇の提示は、休暇の8、9週間前に行われる。それ以降のセッションは、クライアントが示す不在反応を、セラピストが丁寧に情緒的に扱っていくのである。

また同様に、休暇明けの対応も重要である。教師が、子どもたちが“対象の不在”をどのように過ごしたのかを知り、その苦労を労うことや、達成を喜んであげることは、子どものこころの成長にとって大きな意味を持つ。さらに教師が、休暇中も子どもたちのことをこころに留めていたことを示すことは、子どもたちが友好的な関係を再構築して、新学期の活動に安心して向かうことの助けとなる。

今回臨床素材を通して示してきたように、それまで庇護された対象を失うことは、こころに大変大きな痛みを与えるが、それが周囲の援助によってうまく乗り越えられるなら、こころの成長につながる機会となる。心理臨床の世界でセラピストが行うように、学校教育の領域においても子どもが不可避に遭遇する“対象の不在”について教師が情緒的な関わりによって子どもたちを支援していくことは、こころの発達や成熟、創造的自己の形成に大きく寄与す

るだろうと考える。

4. 終わりに

自己愛的な人格を有する神経症のクライアントAに対して行った週1回の精神分析的心理療法の中で、約1か月にわたるセラピストの長期休暇を導入したことで生まれた、関係性や治療展開について論じた。膠着していた治療状況においてセラピストが長期休暇を導入することで、それまで防衛されていた“対象の不在”をめぐるこころの病理が治療の表舞台に現れ、転移関係の深まりとともに、クライアントが“対象の不在”に持ちこたえていくプロセスが進展していった。このセラピストの長期休暇という外的設定が、セラピスト自身の不在や喪失が内的に充分ワークスルーされた上で提供されたとき、週1回の精神分析的心理療法においても、クライアントのこころの発達や成熟、創造的自己の形成に大変有益な役割を果たすことを示した。同様に学校教育の領域においても、休暇によって子どもたちが不可避に遭遇する“対象の不在”について、教師が情緒的な関わりによって支援していくことは、子どもたちのこころの発達に大きく寄与することを提起した。

参考文献

- 1) Bion, W. (1962): Learning from Experience. William Heinemann Book, London. 福本修訳 (1999): 精神分析の方法 I. 法政大学出版局, 東京
- 2) Freud, S. (1917): Mourning and Melancholia. SE. Vol 14. The Hogarth Press, London. 井村恒郎訳 (1970): 悲哀とメランコリー. フロイト著作集 6. 人文書院, 京都
- 3) Freud, S. (1923): The Ego and Id. SE. Vol 19. The Hogarth Press, London. 小此木圭吾訳 (1970): 自我とエス. フロイト著作集 6. 人文書院, 京都
- 4) 藤山直樹 (2012): 精神分析の実践における頻度 - 「生活療法としての精神分析の視点」 -. 精神分析研究 56(1), 15-23
- 5) 藤山直樹・妙木浩之 (2012): 特集: セッションの頻度から見た日本の精神分析特集にあたって. 精神分析研究 56(1), 7
- 6) 北山修 (2012): 「日本人」という抵抗. 精神分

- 析研究56(1), 8-14
- 7) Isca, S. (1983): *The Emotional Experience of Learning and Teaching*. Karnac Books, London. 平井正三・鈴木誠・鶴飼奈津子訳 (2008): 学校現場に生かす精神分析—学ぶことと教えることの情緒的体験—. 岩崎学術出版, 東京
 - 8) Klein, M. (1946): *Notes on Some Schizoid Mechanisms*. *The Writing of Melanie Klein*. Vol 3. The Hogarth Press, London. 狩野力八郎・渡辺明子・相田信男訳 (1985): 分裂的機制についての覚書. メラニー・クライン著作集3. 誠信書房, 東京
 - 9) Klein, M. (1957): *Envy and Gratitude*. *The Writing of Melanie Klein*. Vol 5. The Hogarth Press, London. 松本義男訳 (1996): 羨望と感謝. メラニー・クライン著作集5. 誠信書房, 東京
 - 10) 小倉一哉 (2004): なぜ日本人は年休を取らないのか. 日本労働研究雑誌46(4), 62-65
 - 11) Roesenfeld, H. (1971): *Contribution to The Psychopathology of Psychotic States*. Spillius, E. B (Ed) (1981) *Melanie Klein Today Vol 1*. Routledge, London. 東中園聡訳 (1993): 精神病状態への精神病理の寄与. メラニークライントゥデイ②. 岩崎学術出版, 東京
 - 12) Segal, H. (1979): *On Symbol Formation*. (in) *The Work of Hanna Segal*. Aronson, N, Y. 松木邦裕訳 (1988): 象徴形成について. クライン派の臨床. 岩崎学術出版, 東京
 - 13) Segal, H. (1991): *Dream, Phantasy, and Art*. Routledge, London. 新宮一成訳 (1994): 夢・幻想・芸術. 金剛出版, 東京
 - 14) Steiner, J. (1985): *The Interplay between Pathological Organization and The Paranoid-Schizoid and Depressive Position*. Spillius, E. B (Ed) (1981) *Melanie Klein Today Vol 1*. Routledge, London. 世良洋訳 (1993): 病理構造体と妄想—分裂態勢, 抑うつ態勢の相互作用. メラニークライントゥデイ②. 岩崎学術出版, 東京
 - 15) 飛谷渉 (2012): 週1回設定の心理療法を精神的に行うための必要条件抗. 精神分析研究56(1), 8-14
 - 16) 鈴木宏昌 (2012): フランスのバカンスと年次有給休暇. 日本労働研究雑誌54(8), 45-54