

2018年3月10日発行

活動療法の現代的意義

——児童期後期から青年期初期の自己制御を促進する臨床心理学的手法——

荻本 快¹・荻本 尚子

相模女子大学紀要 VOL.81 (2017年度)

1 相模女子大学学芸学部／相模女子大学子育て支援センター／国際基督教大学教育研究所 研究員

活動療法の現代的意義

——児童期後期から青年期初期の自己制御を促進する臨床心理学的手法——

荻本 快¹・荻本 尚子

Activity Therapy in the Modern Period: A Clinical Psychological Approach to Promote Self-Regulation for Late Childhood and Early Adolescence

Kai Ogimoto Ph. D. Naoko Ogimoto M.A.

Abstract

In the Institute for Advanced Studies of Clinical Psychology (2001~2017), a clinical psychological approach called “activity therapy”, which promotes developmental task from late school age to early adolescence, had been practiced and trained. Present study compare activity therapy with the approach of Slavson(1943), and describe main points to apply activity therapy as individual therapy for modern late childhood and early adolescence, who show the problems of self-regulation. The aim of activity therapy is to support the understanding of client's self-control and expressing function by supporting external and internal feedback. In activity therapy, interactive mental matrix is activated through collaborative activity. Client and therapist engage in not only sedentary activity but also Rough-and-Tumble Play such as sumo wrestling and boxing. The fundamental technique is AER software that differentially performs “action”, “expression of emotion” and “response”. (135words)

Key Words : activity therapy, late childhood, early adolescence, self-regulation

“Nothing in this world is as powerful as an idea whose time has come.”
Victor Hugo

¹ 相模女子大学学芸学部／相模女子大学子育て支援センター／国際基督教大学教育研究所 研究員

I. 活動療法の独自性

1-1. はじめに

冒頭の引用は、Slavson (1943, 1950) がニューヨークのユダヤ人救護協会 (the Jewish Board of Guardians) の彼のオフィスに掲げていた一節である。本稿で論じられる活動療法の意味は、個人が固有の関心を見出し、それによって世界と渡り合えることにある。

児童期後期および青年期初期 (11-13歳) には衝動が増大し、非行・攻撃的行動 (外向的問題) や身体化や不安 (内向的問題) (Achenbach, 1991a, 1991b) に現れる。これらの問題に対して、活動療法 (activity therapy) と呼ばれる、クライエントとセラピストによる活動に焦点を当てた独特な介入手法が実践されている。活動療法は、主に Slavson (1943, 1950) の臨床理論に基づき、自我心理学 (e.g. Freud, 1923/1927; Jacobson, 1964; Kernberg, 1976), 集団精神療法理論 (e.g. Kissen, 1976; Pinney, 1992), 一般システム理論 (Bertranphy, 1969), および精神的発達理論 (e.g. Blos, 1962; Erikson, 1959, 1963; Freud, 1905/1925) の影響を受けている。日本では、2002年に開所し2017年に閉所した国際基督教大学高等臨床心理学研究所 (Institute for Advanced Studies of Clinical Psychology; IASCP) において実践研究が進められていた。教育・医療・福祉・矯正分野で働く中で、臨床家は思春期の自己制御の問題に出会う。つまり、遊戯をするには身体が大きすぎ (抑圧が解除し始めており、自我が象徴機能に依存しなくなってきた), 話し下手な (自由連想を行うには言語能力が未熟である) 若いクライエント達に対して治療を行う必要性に迫られる。治療の開始時から彼らの衝動性を取り扱いながら、作業同盟 (Horner, 1980; 川村, 2013) を形成していくことが求められるのである。

思春期の衝動性の課題に関して、Slavson (1943) が「集団療法 (group psychotherapy)」と題し、ニューヨークの非行少年少女達を集め、活動グループを行っていた。この手法は1950年代には日本でも矯正分野で注目を浴びていたが、最近の矯正教育にその潮流を見ることは難しい。一方、IASCPの思春期臨床においては、Slavson (1943) の現代的意義が認められていた。Slavson (1943, 1950) の今日の意味はRosenthal (2005) に詳しいが、a) 活動に着目している点、b) 治療初期の許容性の高さ、c) あくまで個人のための集団であること、d) 活

動の中で怒り・敵意を取り扱っている点が挙げられる。

しかし、Slavson (1943) の提示した方法論を、現代の日本の児童期後期から青年期初期のクライエントにそのまま適用しようとする、作業同盟の形成が困難である例が多々みられた。遊戯療法室に入り、「ここにある物は何を使って遊んでもよい」と伝えられると、それだけで部屋やセラピストの存在に脅かされ、あるいは何をやっても叱られるのではないかと感じて、立ち尽くしてしまうようなクライエントである。このような群に対しては、個人心理療法の中で、クライエントに必要な対象関係を体験させながら治療を進めていく療育的接近がもめられる。この点において活動療法は独自の発展を遂げた。

本研究は、Slavson (1943) によって「集団療法」として開発された処方について、活動に着目し、遊戯療法等その他の介入法との異同を明らかにしながら、児童期後期から青年期初期の自己制御の問題に対する個人心理療法における現代的適用の要点を整理することを目的とする。活動療法の治療原理とセラピストの態度、活動療法の定義と目的を置き、次に活動療法の構造、技法をまとめた上で、治療過程とその成果を概観する。

II. 治療原理

2-1. 基本仮説

活動療法の治療原理は、活動を通したエネルギー表現によって、自我の二次的自律性の獲得を促進することにある。Slavson (1943) は「治療は活動の世界に生活することによってのみ行われる。社会的で望ましい方法で、本人に影響を与える人々や世の中に対する抵抗を患者から取りのぞいてやる。(p.8)」と述べている。本稿における活動療法でも、活動によるエネルギー表現によってそれに伴う自我機能の特徴および抵抗に関連する対象関係が分析される。ここには、次のような前青年期から青年期初期の外向的問題・内向的問題 (Achenbach, 1991a, 1991b) に対する理解がある。第二性徴に現れる思春期の衝動の増大によって、児童期に使われてきた自我機能は相対的に脆弱になり、青年は人格機構バランスの危機を体験する。この時に対象関係の編成と共に自我機制も、知性化や昇華などの青年期特有の防衛機制を分化させ増大した衝動を能動的に統制しようとする。自我の二次的自律性の獲得である (Jacobson, 1964)。しかしこれに失敗すると、自律

的に統制されなかったエネルギーは、種々の原始的防衛機制によって、行動化や攻撃的行動（外向的問題）や身体症状や不安（内向的問題）といった症状の形で、人格構造から異化される。

活動療法では、治療装置に活動を組み込み、クライアントによるセラピストのエネルギーの制御機制に対する同一視を促す。そして、瞬間的に賦活したエネルギーを原始的防衛によって制御するのではなく、賦活したエネルギーを活動に投入させると共に、体験自我に備給させることを行う。備給されるやいなや、活動を運営する自我機能と活動自体の変化、また体験自我の運用感覚について、クライアントによる主体的な評価が求められる。その評価が、次の活動の量的・質的变化への刺激となる。これが活動療法におけるエネルギー制御のフィードバックの一サイクルである。クライアントがこのサイクルを何度も回すことが支持され、自我の二次的自律性が鍛錬されていく。活動療法によって、クライアントの世の中に対する認識を、クライアントの主体性を抑圧する世界から、クライアントがエネルギーを表現することによって影響を及ぼし得る世界へと換えていく。

治療装置の設計の仕方はSlavson (1943, 1950)の活動グループと本研究の活動療法では異なる。Slavson (1943)の活動グループでは、セラピストがクライアントに対して「このグループでは好きなものを作ってよい」と伝え、セラピストはクライアントの行う活動には参加せず、セラピスト自身の創造活動に従事しながらクライアントに介入していく。許容的な風土をグループに形成することで、クライアントの抑圧されている内発的な動機付けを解放させることに治療原理があると言える。ここには、クライアントの自律的自我は発達しているが抑圧されているという基本仮説がある。他方、現代において活動療法を適用する対象の中には、自律的自我は抑圧されているだけでなく、未成熟な場合もある。そのような者は、超自我が未発達で自我の二次的自律性が分化していない、あるいは去勢不安が強固なのである。自律性が未発達なクライアントに対しては、方向付けのない活動の空間は、脅威になり得る。そこで活動療法では、相互作用的メンタル・メイトリックス（小谷, 2010; Pinney, 1992）を利用して、エネルギーの方向付けを促す。最初からセラピストはクライアントの慈育的超自我（Offen & Burrough, 1988; Schafer, 1960）を賦活させると共に、クライアントによるセラピストへの同一視を促進させて、

クライアントの自我の二次的自律性を育んでいく。具体的には、セラピストはクライアントと協働する。セラピストとクライアントはキャッチボールをしたり、並行して絵を描いたりする。相撲やボクシングごっこをすることさえある。活動療法が、クライアントの同一視機制の活性化に着眼している点からも、青年期初期の同一視編成（Besser & Blatt, 2007; 荻本, 2015）ⁱの発達課題を押し進めることになる。

2-2. セラピストの態度と対象性

本研究の活動療法とSlavson (1943, 1950)の活動グループでは、治療初期のセラピストの態度が異なる。

Slavson (1943)は、セラピストの態度は「受身的」であるとはっきり言っている。例えば、Slavson (1943)の活動グループでは、クライアントに対して「好きなものを作ってよい」というメッセージが伝えられ、治療初期にはセラピストは少年達は何をやっても許容する。彼のアプローチでは、頻繁に部屋の窓ガラスが割れたり、床がペンキまみれになったりすることが記されている（Slavson, 1943）。しかしながら活動療法では、そのような衝動の行動化は許されない。クライアントの防衛的な活動や行動は見守られるが、衝動の拡散やfalse selfの強化は許容されない。治療の初期から、衝動の表出はセラピストによって積極的な方向付けがされる。テツ（中1男子）と男性セラピストの例を見てみよう。

テツ：（ドッジボールを手に取り、壁に向かって投げつける）

セラピスト：こっちに向かって投げてみ

テツ：（先ほどより少し弱い力でセラピストに向かってボールを投げる）

セラピスト：もっと強く投げられるんじゃないか

テツ：（ボールの威力は強くなるが、ボールがバウンドしてしまう）

セラピスト：ここ（自分の胸を叩いて）ここ（もう一度叩く）

テツ：（まっすぐなボールを投げ、ボールはセラピストの構えている手におさまる）

セラピスト：いい球、どう？

テツ：どうって

セラピスト：感じは？

テツ：まあ・・・いいよ（ニヤリと笑う）

このように、活動療法では、エネルギーを向ける先や対象を、セラピストが明瞭に定位する。大きな

ゴリラのぬいぐるみや、壁に掛けられた的にぶつけることもあるが、多くの場合はセラピストがその対象となる。先の例であればボールはセラピストに投げよう方向付けられているし、クライアントが振り回す竹刀は、セラピストが持つ竹刀を打つように促される。セラピストは世の中の代表の役割を担っていることを意識し、クライアントの心的現実と同調しようとするよりむしろ、現実的なクライアントのエネルギー表現の成果に着目し、セラピストが体感的に受け取ったクライアントの表現を言葉で返していくことで、エネルギーの外部場（武山・小谷, 2009）への表現を支持すると共に、クライアントのエネルギーの制御能力の外的フィードバックを支持していく。

Slavson (1943) の手法では、セラピストがクライアントの衝動の表出を堪え忍び、その自由な風土にクライアントが触れることがNew Object体験をすることになり、クライアントが自発的に衝動を統制するようになることが治療原理となっているが、活動療法では、エネルギーの向かう先を活動に向かわせると共に、時にエネルギーが向かう先にセラピストが立つことで、「一緒に遊ぶ大人」という対象性を強調する。これはSlavson (1943) の言う大人の態度が子どもの補助自我として駆動することの積極的利用と言ってもよいだろう。こうして、最初からエネルギーの向かう対象としてセラピストを定位し、クライアントによる観察と模倣を促し、クライアントからセラピストへの同一視が起きるようにしていく。

同一視機制による自我の二次的自律性の獲得が治療原理となっているため、クライアントからセラピストに対する依存と敵意の生起は避けられない。これがエディプス葛藤の健康な浮上だと査定されるなら、対象のさらなる内在化の機会として、発達段階に応じた対象像を提供し、クライアントがセラピストから独立することが促進される。

この治療原理には欠かすことのできない厳しい条件が伴う。この治療展開において陽性転移が生成されれば、クライアントからセラピストへの同一視が促進されることで、かなり明瞭かつ即座に治療効果が得られる。一方で、クライアントの人格は、セラピストの社会思想に大きく影響を受けることとなる。つまり、クライアントの世界に対する振る舞いや考え方は、かなりセラピストに「似る」こととなる。すなわち、モデリング効果の原理（Kissen, 1976）を活性化させるものである。逆転移感情が十分に統

制されなければ、セラピストの自己愛的な親願望や救世主願望によって、セラピストの社会思想や社会的価値観がクライアントに押しつけられ、クライアントが振り回されることも生ずる。そのため、活動療法を行うセラピストは、並行して、自身の社会思想や社会的価値観を意識化し、活動療法のセッション内の中立性を維持できるよう努めるべきである。Loewald (1960) は、分析家にとっての客観性と中立性とは、個と個の変化に対して畏敬の念を持って愛することだと述べている。活動療法のセラピストは、局所論的体験によって、セラピストの社会思想や価値観を越えた無意識に開かれながら立つ自分を感じ、独り世界と対峙しながら、己の世界を切り拓こうとするクライアントの主体を信じる態度が求められる。即ち、セラピストの権威性は、クライアントの主体を否定することではなく、世界内の個に対する畏敬の念と個の変化を信じる感情量によってもたらされなければならない。

私達は専門家が共有する風土の中で、一連の価値観を植え付けられる（Zeddies, 2002）。この組織的な価値観は治療の方向性に大きく影響を及ぼす。このような価値観自体を相対化するために、所属している組織外において、あるいはこれらの価値観に対して独立した態度を取ることができる指導者からスーパーヴィジョンや教育分析を受けることが必要である。

Ⅲ. 定義と目的

本研究において、活動療法は以下のように定義される。

「クライアントとセラピストが協働活動を行い、クライアントのエネルギー制御に関する人格構造の外的・内的フィードバックを支持することで、クライアントによる人格のエネルギー制御・表現機能の理解を目的とする処方」

例えばレクリエーションとは活動自体を同じくすることがあるが、相違点として、レクリエーションは基本的に参加者が楽しむことにその主眼が置かれるのに対し、活動療法は参加者の人格変化および治療をその達成目的としている。活動療法においては、活動を楽しむことは目的ではなく治療要因の一つである。

また遊戯療法との異同であるが、両者は人格変化および治療をその達成目標にしており、遊戯療法の中には活動療法と同じく表現活動や身体遊びを行う

ものがある。しかしながら遊戯療法においては、遊びを通したクライアントの全体的自己の探究的作業が目指されるのに対して、活動療法では、活動を通じた、クライアントの人格構造におけるエネルギー制御・表現機能に特化した探究に主眼が置かれる。

IV. 治療構造

4-1. 同性のセラピスト

活動療法の対象に制限はないが、治療構造に制限がある。児童期後期以降の者を活動療法の対象とする場合には、二次的同一視の機制を基軸に同一視編成の展開を図ることから、同性のセラピストとクライアントで実施される。活動療法では、相撲やプロレス遊び等、身体接触を伴うかなり激しい活動が行われ、エネルギー使用が脆弱なクライアントに対してもエネルギーを表現する方向へと積極的な介入が成される。セラピストとクライアントの異性同士の組み合わせは、クライアントのエネルギーの表現を支持するよりむしろ、抑圧を助けることになってしまう。青年期以降の性的同一性の発達を促進させていくという観点から、異性愛指向のクライアントに対しては男性セラピストと女性セラピストの組み合わせによるスモールグループが構成されることもある。

4-2. 活動

Slavson (1943) は、その手法での活動を以下のように整理している。

ある種の活動は、その参加者から、静かな座業（座っておこなう活動）的な反応をひきだすが、また他の種の活動は、（参加者を）解放し刺激する。その両極端は、第一の部類では編み物であり、第二の部類ではバスケット・ボールである。この二つの極端のあいだに、織物・かご作り・粘土細工・図画・木工・金物細工・指先絵・金輪なげ・十柱戯（ボーリング）・野球・泥棒ごっこなどの、仕事やゲームがある。

比較的静かな方の活動は、不動性ということができるし、多少とも強い反応をひきおこす活動は、刺激性と名づけることができる（Slavson, 1943, p.180）。

※：括弧内は筆者

活動療法でもこれらの活動を行うが、先に述べた

ように、セラピストはクライアントと共に活動に従事する。対戦型のゲームについても例外ではない。ゲームには、クライアントに対して社会の勝ち負けを教えるという意味があり、ズルをする子に対しては、段階的にズルをしないで勝負を楽しめるように促すことができる。

さらに特徴的なのが、相撲、プロレス、チャンバラ等の乱闘遊び（Rough-and-Tumble-Play; RTP）（Barth & Parke, 1993; 荻本, 2013; Paquette, Carbonneau, Dubeau, Bigras, & Tremblay, 2003）にセラピストとクライアントが従事する点である。RTPは身体的遊びの特定の形であり、走り回ること、飛び跳ねること、転がること、追いかけること、遊びの文脈におけるパンチング、レスリング、固め技をかけ合うこと等の、攻撃的な行動によって特徴づけられる（Pellegrini & Smith, 1998）。RTPを集中して行うことで、クライアントは自己内には膨大なエネルギーがあることに気づく。また、セラピストが自分と取っ組み合いながらエネルギーを制御している様子に対して同一視を行うことで（荻本快, 2014）、思春期クライアントの場合には、重要な同性対象の役割を担うセラピストの精神的機制に対する同一視の編成（荻本, 2015）が生じ、攻撃性を中心にしたエネルギー使用の制御能力が一気に加速する。

4-3. 物理的構造

また、Slavson (1943) を源流とし活動療法に連なる手法と、その他の心理療法では、大きく異なる特徴がある。それは治療の場が面接室に留まらない点である。

Slavson (1943) の活動グループでは、「会合」の時間にグループがセラピストの引率の元、施設から外出してハドソン川に停留している大西洋横断船を観に行ったり、映画に出かけたりする。そしてグループは、往来や電車で問題を起こす。Slavson (1943) はその意味について、「自分たちが望みしからぬ行動をしたためにその結果について苦勞する機会を与えている」と述べている。クライアントの進歩に応じて、現実社会での経験を通して人格の社会化を支持していると言えよう。

同じように活動療法では、セラピストとクライアントの作業同盟が確かなものであり、クライアントが逃亡する恐れがない場合には、セラピストとクライアントが取り組むべき活動を明瞭にした上で、面接室の外で実施される場合がある。例えば、面接室が学校や病院の中にある場合には、面接室から外に

出て、構内のグラウンドや道、庭園に出かけていき、そこで走り込みをしたり、キャッチボールをしたり、逆立ちをしたりする。これは特に青年期初期のクライアントと活動療法を行う際には有効である。その効果として、以下の四点がある。

- 1) 面接室から外に出ていくことで、自我境界がはっきりし、世界の広さと不確実性に対する感覚が増す。
- 2) 面接室内の体験と面接室外の体験を比較することで、面接室での治療装置に対する安全感が増す。
- 3) クライアントとセラピストが活動に従事している際には、彼らは社会の中に、行動化ではなく、彼らが従事する場所、活動場所を見つけられるのだと学習することができる。その結果として、「行動化」の「行動」への転換の実際の場面を両者で共有できる。
- 4) クライアントがセラピストと共に、世界の中で活動を行う場所を見つけることで、セラピストは絶対的な存在ではなく、セラピストも従うべき社会的規範があることを、観察することができる。

セラピストがクライアントの世界に対する関心を刺激し続け、クライアントとセラピストが従事する活動を明確にしている限りにおいて、この世の中全てを治療場面とすることができる。

この点において、活動療法と心理療法（遊戯療法）では、物理的構造の使い方、および治療装置の駆動の仕方が異なる。心理療法では、クライアントによる自己の全体的理解にその目的が置かれる。そのため、クライアントの関心が自己へと向きやすくなるように面接室はなるべく均質で安全感が保たれるよう、セッション中に扉が開けられることはない。一方で、活動療法では、森羅万象に関心を持ち、活動を通して世の中に向けて自己内エネルギーを表現することに目標が置かれる。世の中に対して一個の人間がどのように関わっていくことができるか、その際の自我の機能性が探究される。世界を冒険するための基地である面接室の安全が保障された上で、その扉は世界へと開かれ得る。

V. 技法理論：

Action-Expression-Response (AER)

活動療法が研究されていたIASCPでは一時期、言葉を介した心理療法の介入技法として、DER技

法（萩本尚子, 2014; PAS心理教育研究所, 2008）が実践・訓練されていた。クライアントが語る心的現実が記述（Describe）され、それに伴う情緒・感情が表現され（Express/Explain）、そこまでの過程を辿った自己が振り返られる（Respond）という介入ソフトである。活動療法では、Describeが“Action”に替わる。言語が心的現実と噛み合いづらい群（例えば青年期初期・思春期）は、心的現実を正確に言葉にしようとするより、あるいは児童期のように遊びの象徴機能によって表されるより、まずは活動に従事することで、内的衝動を外部場に通すことを行う。そして、その瞬間に賦活した衝動が十分に外部場に出表されてから、その活動体験の表現（Expression）を促進し、彼らが安全に制御できる範囲の情緒・感情の自己覚知として振り返る自己反応（Response）を支持するのが基本介入ソフトとなる。これをAction-Expression-Response（AER）ソフトと名づける。

AERソフトの適用例として、河崎一郎ⁱⁱによる事例ヴィネットを提示する。河崎はRough-and-Tumble-Playの中でも特に相撲を重視しており、45分間相撲を取り続けたこともあった。筆者らは河崎の治療チームのメンバーとして本ケースに携わった。

セッション冒頭から「相撲する」というシロウ（小5）。セラピストはメガネを外し、部屋の真ん中で向かい合って立ち合いの形をとり、相撲を一番取る。部屋に敷いてある体操マットにセラピストがクライアントを投げるが、クライアントは「おかしい、勝てるはずなのに」と軽口を言う。セラピストの〈もう一回やろう〉に、今度は5分ほどセラピストとクライアントは押し合いを続けた上、セラピストはクライアントをマットに投げ飛ばす。

Th1：どうだ（汗だく、息遣いがあらい）

Cl1：うん・・・はあはあ（汗だく、息遣いがあらい）

Th2：気持ちちは？

Cl2：うん、はあ、はあ、楽しい

Th3：OK、どうしたい

Cl3：もう一回する

Th4：よし・・・わかった

セラピストとクライアントは次の立ち合いへと部屋の中心に向かう。

このように、AERソフトのActionは、クライアントの自己内エネルギーが自我の能動性によって外部場に表現されたとセラピストが判断するまで続けられる。外部場までエネルギーが十全に表現されたと思われたなら、セラピストはクライアントの今の感情を問う（Expression; Th2）、その上で、(a) Actionに関するクライアント自身による評価、(b) 次のActionへの関心（Th3）、(c) Actionに伴うクライアントによる自己省察を支持する（Response）。このように、その場の体験をAERソフトを適用して確認し合いながら活動を展開し、クライアントによるエネルギー制御能力に関する自己理解を促進していく。

セラピストが、クライアントのエネルギー制御のフィードバックを支持するために、セラピストが覚知した活動の結果の変化、クライアントメイトリックスの変化、相互作用メンタル・メイトリックスの変化を表現することがあるが、基本的にこのサイクルはクライアントが自発的に動かし、クライアントの自我の二次的自律性を発達させていくことが望ましい。

VI. 治療過程の展望

6-1. 初期：治療装置の起動と作業同盟の形成

先に述べたように、Slavson（1943）の手法と比べて、活動療法では、治療初期に積極的にセラピストとクライアントが協働し、相互作用メンタル・メイトリックスを賦活させることを狙う。セラピストは活動に現れるクライアントの心理学的問題を特定化し、活動療法の主訴を定位する。数回のセッションを重ねる中で、クライアントはセラピストと協働して活動をする楽しさを感じる。作業同盟の形成である。そして、セラピストに対して親しみをもち、セラピストへの同一視を積極的に使うようになり、活動中に現れるつまづきを克服することを面白く感じ、自己のエネルギー表現機能に対して課題と可能性を感じるようになる。ここまでくると活動療法の治療装置が動いていると言えよう。クライアントは苦手な活動に挑戦し、進んでセラピストに対戦するようになる。

6-2. 中期：AERソフトによる徹底操作

治療装置が動き出し、セラピストとクライアントの間に治療同盟が形成されると、クライアントは活動療法の中で、自身の表現／行動をしようとする際

に、反復的につまづく場面を現出するようになる。あるいは、反復的に行動化を起こしてしまう場面を活動療法の中で現すようになる。このような場面が現れた場合には、セラピストは即座に「ちょっと待って、今のところ、面白い」「また起きたね」などと治療装置内にAERソフトを駆動するための分析空間を作る。なぜならば分析空間を置かなければクライアントは即座に反復を否認するからである。すぐに手が出てしまうことが主訴で来談したサヤカ（小5）と女性セラピストの例を見てみよう。

サヤカは「やったことない」と言って、独楽を手にとって紐をひっかけようとするが、うまくいかない。苛立ちながら、むりやり紐を独楽の軸に縛り付け、軸の周囲に紐を回そうとするが、力が強すぎて取れてしまう。

Cl：なんだよこのコマ！バカコマが！（独楽を床に投げる）

Th：取れちゃったね

Cl：もうやんない

Th：ちょっと待って、ちょっと待って

Cl：うるさい！

Th：紐が取れちゃった時にどう思ったの？

Cl：うるさい！他のこととして遊ぶ！

Th：紐が取れた。嫌だったんじゃないの

Cl：・・・

Th：くやしかったんじゃない

Cl：・・・

Th：初めてやったんでしょ

Cl：うん

Th：くやしいときに、物投げちゃうみたいだね

Cl：・・・

Th：よくやっちゃうの？

Cl：うん。むかつくと。

Th：むかつくと投げちゃうんだね

Cl：うん

分析空間を作ることができたら、AERソフトを運用することで、クライアントの自律的自我が持て余しているエネルギーとその領域に関わる大小の傷つきが分析される。次に、相互作用メンタルメイトリックスが描かれ、クライアントの慈育的超自我を賦活させた上で、再度、先につまづきが起きた活動にセラピストとクライアントは取り組む。活動が成功するまで挑戦するのである。こうして、クライエン

トは反復的な行動化とつまずき体験を機に撤退していた自己の表現能力の領域に自律的自我を発揮させることができるようになる。ちなみにサヤカは、すぐには独楽に手を出さなかったが、3ヶ月後に独楽に挑戦し、段々頻度が増えて2年後には独楽を回せるようになった。それと共に、悔しさを感じた時に行動化をするのではなく、セラピィの内外で体験した悔しさを話して検討できるようになる。

6-3. 終期：成果の確認と心理療法への移行

クライアントは、自身が対面する世界（家庭、学校、職場、趣味、創作現場）において、治療を開始する前より遥かに、自由な表現と行動ができるようになり、具体的な成果が見えるようになっていく。当然、セラピィを離れて自分独りの力を試したい、という独立の願いが出てくる。このような時には活動療法は終期に入っている。また、AERソフトを重ねる中で、言語表現能力が向上し、「いつもこれができないんだ」という自身の表現／行動に関する反復的な場面を言語化できるようになり、治療場面で経験を言葉にすることで再体験できるようになってくると、治療場面で活動に従事しなくても、自身の行動と表現に関する自己検討ができるようになる。このような場合には、活動療法から心理療法に移行する時が来ていると言えよう。

次の項で詳しく述べるが、活動療法を終える際には、成果が確認される。そして、対面している世界で行動をしていくクライアントの目的感覚（Buechler, 2004; Zeddies, 2002）と、予想される現実的な壁が確認される。自己の人格構造への能動的関心と主訴が共有されるなら、言語を介して行われる心理療法が導入される。

VII. 成果

これまで述べてきたように、活動療法の目標は活動を楽しめるようになること、現実世界に対して関心を持てるようになることである。

例えば、小学校の卒業を控えたダイキは、5年生の春にセラピィを開始した際には、急にかんしゃくを起こすような子で、同世代の友人との交流がなく、話し相手といえば地域の児童館の職員だけであった。2年を越える男性セラピストとの活動療法において、手先を動かすゲームや対戦ゲームを経て、嬉々として男性セラピストとプロレス遊びを楽しめるようになり、現実世界では、児童館の芋掘り遠足でリー

ダーを務めることができるようになる。また、セラピィにおいて、「中学校ではテニス部に入りたい。」と言うようになる。活動療法によって、クライアントは自身のエネルギー表現能力を、現実世界で試したいという動機が高まるのである。

また、小学校4年生の春に不登校を主訴として活動療法を始めたルミは、自分がなぜセラピィに来ているのか、決して言葉にしてこなかった。夏休み最後のセッションのルミと女性セラピストのやりとりを見てみよう。ルミとセラピストは風船に水を入れて投げ合った後、両手をつないでセラピストが軸になってルミを振り回してマットに放り投げるといった活動をした末、二人でマットに座って次のようなやりとりをする。

Cl：はあはあ（ニコニコしながら、肩で息をしている）

Th：うん、気持ちは？

Cl：楽しかった

Th：楽しかったね。夏の間もセッションしてたけど、そろそろ夏休みも終わりね

Cl：・・・さびしい

Th：そうだね

Cl：先生、あのね

Th：ん？

Cl：わたし、学校行ってない。学校に行くのがイヤだ。

Th：そうなんだ。

Cl：うん。

このように、活動療法では、クライアントの体験が賦活している正にその瞬間に、クライアントの体験記述機能（expression）を促進させることを重ねていくため、その結果クライアントは、自己の課題や中核的な葛藤を言葉で表現する機能が向上する。活動療法を長く続けたクライアントは青年期初期課題に決着をつけた後、青年期中期以降の自我同一性の検討を目標とした心理療法へと、かなり円滑に移行する。活動療法によって、自己記述能力が高まるだけでなく、現実世界に向いていた関心を、今度は自己に向け直すことができるようになるからである。

VIII. その他の群に対する活動療法

思春期の前後の発達段階の者に対しても、活動療法は効果を発揮する。男根性覇気の内在化が脆弱な

幼児期や潜伏期の男児女児への活動療法によって、去勢不安の克服、そして同性親への同一視を療育することができる（荻本快, 2014）。エネルギーの表現と同時に、健康な自我機能であるエネルギーの抑制を育てていくことが留意点である。最近では、医療で「発達障害」の診断を受けた児童の中に、活動療法を受けてすぐに問題行動が改善し、器質的な問題ではなく養育的な問題であったことが分かる事例がみられるようになった。このような児童は、成長過程において、安定した対象関係の中で、Rough-and-Tumble Play等の大きく身体を使って遊ぶ経験が少なかったため、エネルギーの抑制・表現が発達してこなかった故に、ADHDに似た様態を示し、発達障害と診断されてしまったとすることができる。近年頻繁に見られる医療で発達障害の診断を受けた児童に対する活動療法は、児童が示す問題が器質的な問題なのか、エネルギーを表現する経験が少なかったことによる問題なのかを鑑別するためにも有効である。

思春期以降の青年期・成人期に対する短時間の活動療法は、自我同一性を検討する基点を提供する。並行して、昇華によって抑圧されている不安を心理療法によって取り扱っていくことが必要である。

活動を用いた集団療法のアプローチとして、IASCPの西村（2016, 2017）とその研究グループ（西村・木村・那須, 2015）が、思春期に対するグループセラピーを展開している。またPAS心理教育研究所（東京都目黒区）で実践されている多元統合集団精神療法（小谷, 2009）のプログラム内でも、集団での活動療法が実施されている。プログラムに参加しながら活動に従事することで、活動という安全基地を持ちながらその他のメンバーと共に居る体験を得られ集団に対する初期不安を減少させた状態で集団精神療法に参加することができるようになる。

Ⅹ. 結論

本研究は、活動療法を、Slavson（1943）の手法と比較しながら、児童期後期から青年期初期の自己制御の問題に対する個人心理療法における現代的適用の要点を整理した。活動療法は、クライアントとセラピストが協働で活動を行い、クライアントのエネルギー制御に関する人格構造の外的・内的フィードバックを支持することで、クライアントによる人格のエネルギー制御・表現機能の理解を目的とする。治療初期からセラピストはクライアントと活動を共

有し、相互作用的メンタル・メトリックスを積極的に活性化する。活動には、座業的なものだけでなく、相撲やボクシングごっこ等のRough-and-Tumble-Playが含まれる。基本技法は、Action-Expression-Responseを微分的に行うAERソフトである。結果としてクライアントの自己記述能力が向上するため、活動療法から心理療法への移行は円滑である。

注

- i 青年期初期の同一視編成とは、重要な対象との間で独立と依存の葛藤を体験する中で、対象の具体的側面への同一視（身なり、行動）から対象の自我機能に対する同一視（エネルギー制御機能、自我同一性）へと転回することである。
- ii 河崎一郎による論文は「主張訓練SET（Socio-Energetic Training）小谷英文（編著）グループセラピーの現在—精神疾患集団療法から組織開発タスクフォースまで ぎょうせい pp.146-157.」が代表的である。

謝辞

本稿執筆の初期から貴重なご助言を賜った国際基督教大学名誉教授小谷英文先生に厚くお礼申し上げます。第二稿に目を通していただき貴重なご助言を賜った石川与志也先生と大橋良枝先生に感謝いたします。ご指導を受けた西村馨先生と西川昌弘先生にもお礼申し上げます。多くの刺激をいただいた国際基督教大学高等臨床心理学研究所の先生方、同僚の先生方に感謝いたします。そして、私達のクライアントに深く感謝いたします。

本稿を河崎一郎先生に捧げます。

引用文献

- Achenbach, T. M. (1991a). *Manual for the youth self-report and 1991 profile*. Burlington: University of Vermont, Department of Psychiatry.
- Achenbach, T. M. (1991b). *Integration guide for the 1991 CBCL/4-18, YSR, and TRF profiles*. Burlington: University of Vermont, Department of Psychiatry.
- Barth, J. M. & Parke, R. D. (1993). Parent-child relationship influences on children's transition to school. *Merrill-Palmer Quarterly*, 39, 173-195.
- Bertranphy, L. (1969). *General system theory*:

- Foundations, development, applications*. New York: G. Braziller.
- (ペルタランフィ, L. 長野敬・太田邦昌(訳) (1973). 一般システム理論—その基礎・発展・応用 みすず書房)
- Besser, A. & Blatt, S. J. (2007). Identity consolidation and internalizing and externalizing problem behaviors in early adolescence. *Psychoanalytic Psychology*, 24, 126-149.
- Blos, P. (1962). *On Adolescence: A psychoanalytic interpretation*. New York: Free Press.
- (ブロス, P. 野沢栄司(訳) (1971). 青年期の精神医学 誠信書房)
- Buechler, S. (2004). *Clinical values: Emotions than guide psychoanalytic treatment*. Oxford: Routledge.
- (ビューチュラー, S. 川畑直人・鈴木健一(監訳) (2009). 精神分析臨床を生きる—対人関係学派からみた価値の問題 創元社)
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and life cycle*. New York: International Universities Press.
- (エリクソン, E. H. 小此木啓吾(訳) (1973). 自我同一性—アイデンティティとライフサイクル 誠信書房)
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: Norton.
- (エリクソン, E. H. 仁科弥生(訳) (1980). 幼児期と社会 みすず書房)
- Freud, S. (1925). *Three essays on the theory of sexuality*. In J. Strachey (Ed. & Trans.), The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 7, pp.123-246). Retrieved from <http://www.p-e-p.org/> (Original work published 1905)
- Freud, S. (1927). *The ego and the id*. In J. Strachey (Ed. & Trans.), The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 19, pp.3-66). Retrieved from <http://www.p-e-p.org/> (Original work published 1923)
- Horner, A. J. (1980). Object relations, the self, and the therapeutic matrix. *Contemporary Psychoanalysis*, 16, 186-202.
- Jacobson, E. (1964). *The self and the object world*. New York: International University Press.
- (ジェイコブソン, E. 伊藤洸(訳) (1981). 自己と対象世界 岩崎学術出版社)
- 川村良枝 (2013). 重度神経症の恥と自己愛—反動形成から作業同盟形成へ *International Journal of Counseling and Psychotherapy*, 10, 81-90.
- 河崎一郎 (2009). 主張 訓練SET(Socio-Energetic Training) 小谷英文(編著) グループセラピの現在—精神疾患集団療法から組織開発タスクフォースまで ぎょうせい pp.146-157.
- Kernberg, O. F. (1976). *Object-relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: Jason Aronson.
- (カーンバーグ, O. F. 前田重治(監訳) (1983). 対象関係論とその臨床 岩崎学術出版社)
- Kissen, M. (1976). *From group dynamics to group psychoanalysis: Therapeutic application of group dynamic understanding*. Washington: Hemisphere Publishing
- (キッセン, M. 佐治守夫・都留春夫・小谷英文(訳) (1983). 集団精神療法の理論—集団力学と精神分析学の統合 誠信書房)
- 小谷英文 (2009). 多元統合療法 小谷英文(編著) グループセラピの現在—精神疾患集団療法から組織開発タスクフォースまで ぎょうせい pp.85-94.
- 小谷英文(編著) (2010). 現代心理療法入門 PAS心理教育研究所出版部
- Loewald, H. W. (1960). On the therapeutic action of psychoanalysis. *International Journal of Psychoanalysis*, 41, 16-33.
- 西村馨 (2016). 発達障害を抱えたある不登校生徒のグループセラピー事例—喪失からの再出発 *International Journal of Counseling and Psychotherapy*, 12・13, 45-51.
- 西村馨 (2017). 思春期グループセラピーの基礎技法—マニュアル 国際基督教大学学報1-A 教育研究, 59, 159-168.
- 西村馨・木村能成・那須里絵 (2015). 中学生男子のグループセラピー—別れと旅立ちのプロセス 集団精神療法, 32(2), 362-367.
- Offen, J. R. & Burrough, L. P. (1988). The benign aspects of the strong superego: Theoretical and technical considerations. *Current Issues in Psychoanalytic Practice*, 4, 35-45.
- 荻本快 (2014). 幼児の自己制御を育む父子遊びの発達力動理論—介入プレイ観察による力動理論の構成 国際基督教大学学報1-A 教育研究, 56, 81-87.

- 荻本快 (2015). 青年期初期における両親に対する同一視の意味 国際基督教大学大学院教育学研究科提出博士論文
- 荻本尚子 (2014). ひきこもりを経験した成人女性の事例における父親表象の意味 PAS心理教育研究所 本科課程修了論文(未公刊)
- Paquette, D., Carbonneau, R., Dubeau, D., Bigras, M. & Tremblay, R. E. (2003). Prevalence of father-child rough-and-tumble play and physical aggression in preschool children. *European Journal of Education*, 18, 171-189.
- PAS心理教育研究所 (2008). PASサイコセラピー技法論 PAS心理教育研究所プロフェッショナルスクール 精神分析的な心理療法本科課程理論コース (未公刊)
- Pellegrini, A. & Smith, P. (1998). The development of play during childhood: Forms and possible function. *Child Psychology & Psychiatry Review*, 3, 51-57.
- Pinney, E. L. (1992). メンタル・メイトリックスと困難患者への集団精神療法 集団精神療法, 8, 25-30.
- Rosenthal, L. (2005). S. R. Slavson – An appreciation. *Modern Psychoanalysis*, 30, 88-94.
- Schafer, R. (1960). The loving and beloved superego in Freud's structural theory. *Psychoanalytic Study of the Child*, 15, 163-188.
- Slavson, S. R. (1943). *An introduction to group psychotherapy*. New York: The Commonwealth Fund.
- (スラブソン, S. R. 小川太郎・山下清道(訳) (1956). 集団心理療法入門 誠信書房)
- Slavson, S. R. (1950). *Analytic group psychotherapy*. New York: International Universities Press.
- 武山芸英・小谷英文 (2009). メイトリックス理論の数式化 小谷英文(編著) グループセラピーの現在－精神疾患集団療法から組織開発タスクフォースまで ぎょうせい pp.36-47.
- Zeddies, T. J. (2002). Sluggers and analysts: Batting for average with the psychoanalytic unconscious. *Contemporary Psychoanalysis*, 38, 465-477.

