

セラピー各論 1

保育心理士養成講座

稻垣綾子

日本女子大学家政学部児童学科

臨床心理士・公認心理師

“セラピー” さまざまな呼び方

●心理療法	psychotherapy
●カウンセリング	counseling
●心理臨床	psychological clinical
●心理援助	psychological assistance
●心理学的支援	psychological support

など

- 社会・文化・時代的な要請・批判・検討のなかで、さまざまな心理療法、援助実践が展開
- 「カウンセリングとは何かということを正面から取り上げて定義づけることは、実に難しいのです」
(河合隼雄, 1970, カウンセリングの実際問題)

心理療法とは

※参考（稻垣の定義）

- ① 心理臨床の現場で
- ② 訓練を受けた専門家が、
- ③ 精神的、行動的、情緒的な問題をもつクライエントや心の健康の保持・増進のために、
- ④ 職業的な関係をむすび、その働きかけや相互作用をとおして、
- ⑤ クライエントの問題の改善や変化、さらには人格の発展や成長を促すことを目的としたあらゆるタイプの援助のこと

✓基礎となる理論を持ち、熟慮された治療や援助の設定と方法論を活用して行われるもの

心理療法のなかでも…

① 「個人内の内的プロセス」に働きかける

⇒ 精神分析、来談者中心療法、認知行動療法、
プレイセラピー（遊戯療法）などの個人心理療法

② 「対人間の相互交流」に働きかける

⇒ 家族療法、カップルセラピー
親一乳幼児心理療法、集団療法など

子どもと家族の心理療法・心理援助で 大切にしている視点

1. 個人の心のなかには人がいる = **対象関係**という視点
- ★ 2. 安心の基地と探索・社交システム = **アタッチメント**の視点
3. 関係性のなかでしごとをする = **家族療法**の視点

アタッチメント

- 個人の内的世界と現実の関係性をつなぐもの
- Attachment ≒ くっつくこと

△ 愛着

▶何かの危機に出会ったとき or 予期されたときに生じる
恐れや不安などのネガティブな感情を
特定の他者への心理的くっつきを通して、調整しようとする欲求や行動

◆ひとりの感情の揺れをふたりの関係性のなかで調整

安全感 + 保護 の見通し

⇒ 他者と心理的につながりながら、ひとり立ち

(遠藤, 2012)



アタッチメント システムの働き

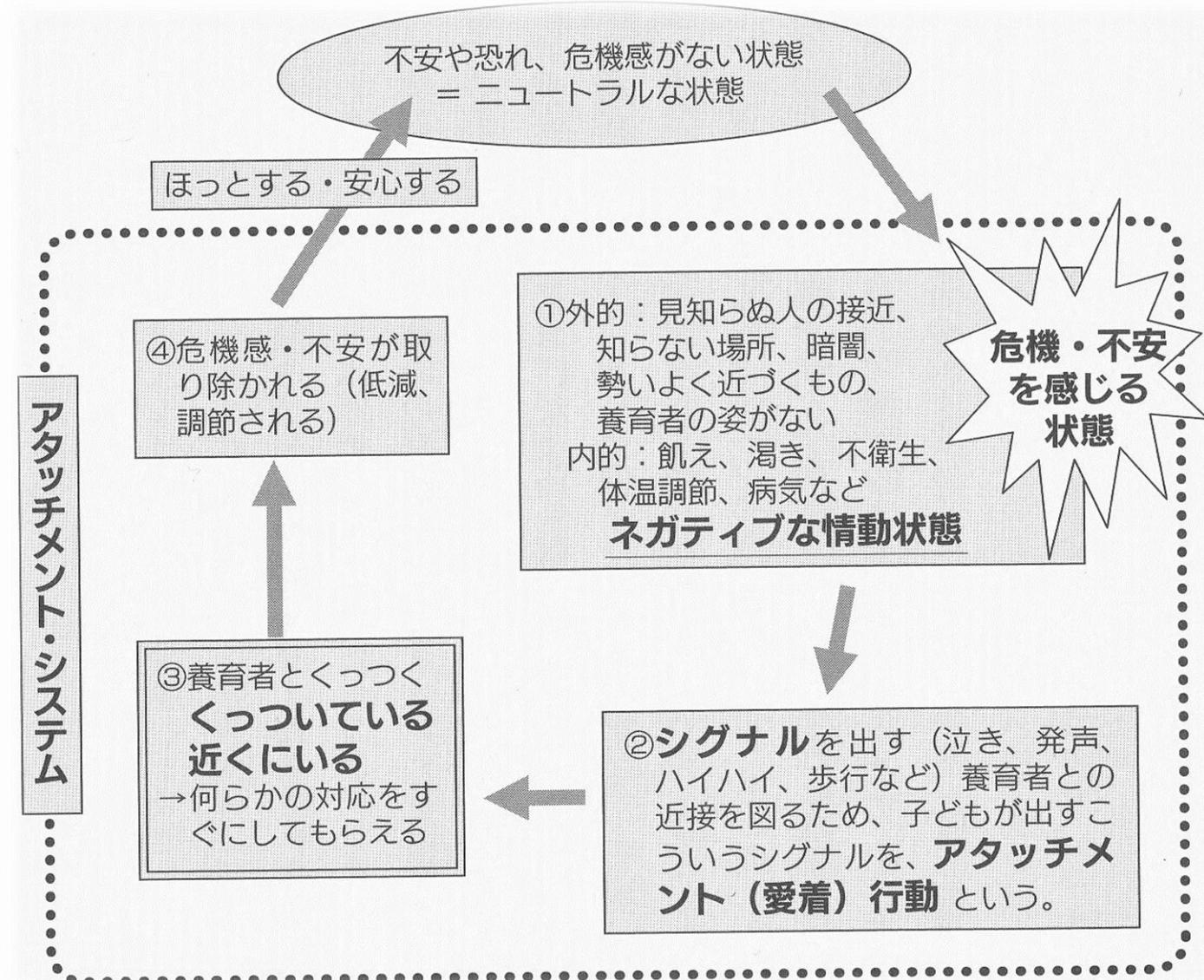
- ✓ 一者的情動の崩れを
二者の関係性によって調整する仕組み

(Schore, 2001)

◆ 関係性をつなぐ指針

- ① 家族や周囲の大人の役割

(北島, 2021)
- ② 支援の方向性



(数井, 2012)

この毛布はどんな存在？



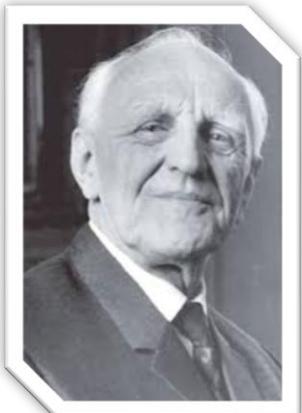
ライナスの毛布

➤ 移行対象

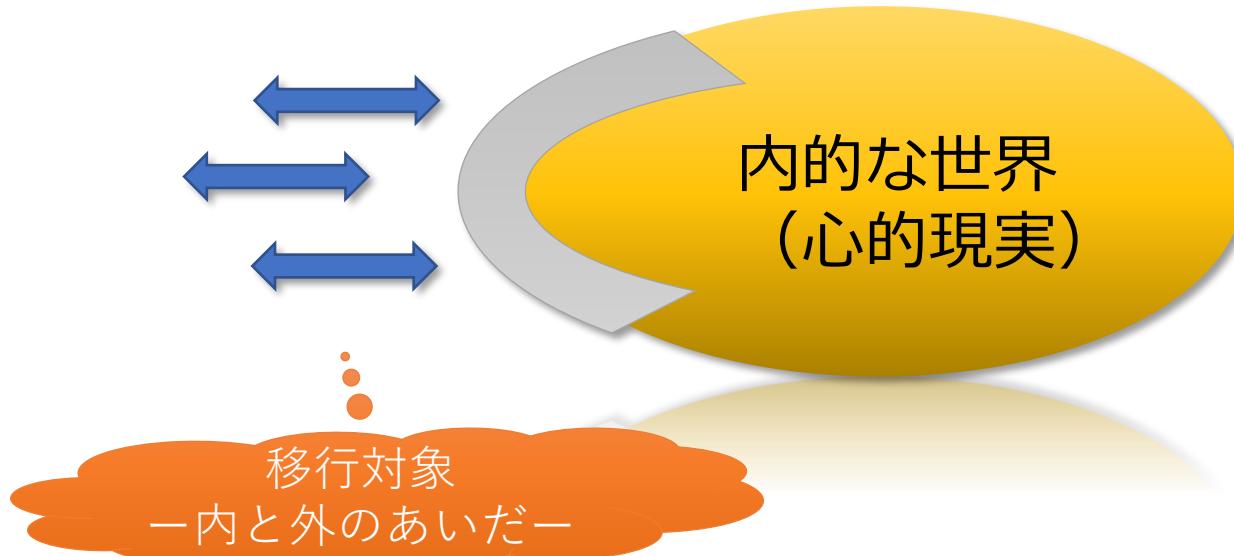
(外的対象→内的対象のあいだ)

“対象”って？

- Object = もの
ここでいう対象Objectは、外にあるものではない
もっぱら心の中のこと、内的な世界



外の世界
現実



ドナルド・ウィニコット
1886-1971 小児科医・精神分析家



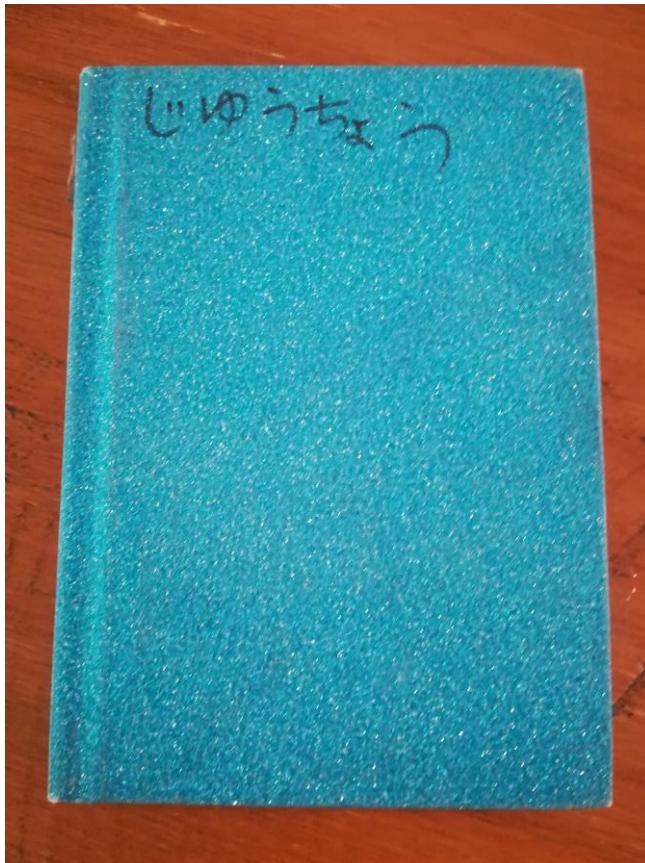
アンナ・フロイト
1895-1982



メラニー・クライン
1882-1960



Aちゃん 6歳（小1）女児の移行対象



- ・ 小学校のスクールカウンセリング事例
- ・ 1学期終わり頃、担任の先生より依頼
「控えめだが利発、友達との交流も穏やかで落ち着いたタイプの女子だが、最近何かに怖がってオドオドしている。相談にのっていただけますか。」
- ・ 教室の様子はそれほど目立つことはないが、休み時間に声掛け。担任の先生が彼女の様子を気にしていること、相談室でも話を聞くことができることを伝えると、担任の先生とその日の放課後に来室。
- ・ 話を聞くと、「一昨日見たTVの怖いシーンを学校でも思い出してしまう怖くなる…ママにも相談したが、どうしたらいいかわからない…」
- ・ 親御さんに連絡をとり、来室してもらうことに。

複数のケースを組み合わせて構成した事例です

アタッチメント対象の2つの側面

- ◆ 不安な時に、支持、慰め、安心を与える 「**安全な避難所**」
(safe haven)
 - ◆ 探索活動、遊びへの関与を促す 「**安心の基地**」
(secure base)
- ◆ アタッチメント対象に不安を受け入れてもらい、安心感を得られたのちに送り出してもらうという循環の中で、ネガティブな情動が調整され、自律的な活動が可能となる。

►感情コントロールや**自律性autonomy**と深く関係

(Bowlby, 1973; Miculincer & Shaver, 2003)

揺れ動く “感情” の扱い

“アタッチメント”システム
から考えてみる

Secure Base (安心の基地)

- 危機時にネガティブな状態をニュートラルな状態に戻そうとする、行動システム (Bowlby, 1969)

子どもだけでなく
親も求めている！

支援者の
大事な機能

Safe haven (安全な避難場所)

援助者が “アタッチメント対象” になるためには…

◆開かれたコミュニケーション

- 否定的な気持ちも語れるかどうか
(何かに脅かされていることを理解する姿勢)

◆アクセスが可能であること

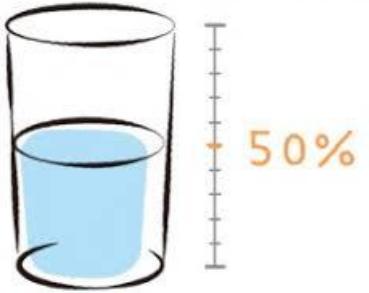
- 連絡がとれ、話ができる準備があるかどうか
(時熟を待つことのできる安定感)

◆必要な場合には守りと支援行う

- IPのために動いてくれるという信頼感
(安全な避難所や安心の基地としての機能)

(Diamond, 2008, 北島, 2019を稻垣が一部改訂)

子どもと家族援助における基本姿勢



- 人と人との「関係性」に注目する（自分をも含む）
- ポジティブに出来事をとらえる。良い面にも注目する
- 非難的にならないこと、「悪者（=原因）探し」をしない
- 対等な関係であること
- 援助者の評価基準、専門的知識をあてはめない
 - ✗ 判定的な態度
- 家族のもつ意味づけを重視
- ✓ 子どもの問題の解決に最も影響力をもっているのは家族！

(檜林, 2013)

文献

- Diamond, G.S. & Diamond, G.M. (2013). Attachment-Based Family Therapy for Depressed Adolescents. Amer Psychological Assn.
- 遠藤利彦 2012 子育て・子育ちの基本について考える～アタッチメントと子どもの社会性の発達～ 甲南女子大学国際子ども学研究センター第80回公開シンポジウム.
https://www.konan-wu.ac.jp/~kodomogaku_for_children/bulletin/vol.14/80_ENDOU.pdf
- 稲垣綾子 (2023) MAP (Make an Agreement on Parenting) プログラム資料、unpublished.
- 数井みゆき (2012) アタッチメントの実践と応用：医療・福祉・教育・司法現場からの報告. 誠信書房.
- 北川恵 2013 アタッチメント理論に基づく親子関係支援の基礎と臨床の橋渡し. 発達心理学研究 24(4), 439-448
- 北島歩美 2019 アタッチメントと家族支援. 日本家族療法学会ワークショップ講師資料.
- 北島歩美 2021 アタッチメントの発達と家族 In 児童虐待における公認心理師の活動. 金剛出版.
- 檀林理一郎 2013 家族療法の理論. In 家族療法テキストブック. 金剛出版.