

[研究報告]

## 女性セラピストと精神分析的心理療法 ——妊娠、子育てがセラピストに与える影響——

原田眞理

### 要 約

女性セラピストは、生理的变化やライフイベントにより、安定した面接空間や構造、プロセスを継続していくことが困難となるような局面がたびたび起こりうる。セラピスト側の内的・外的変化は、当然ながらクライアントの空想や情緒を刺激するものであろう。多くの女性セラピストは、時間制限があったり、予想がつきにくい、自身を取り巻く現実には迷いや不安を抱えながら、心理療法に臨んでいるのではないだろうか。この二重性が曖昧になりやすい女性セラピストについて、妊娠、子育てという2局面から考察した。妊娠中は特にクライアントとの関係が中心的課題になるため、スーパービジョンを受けることが大切である。一方、子育ては自身の子供からの影響も大きく受けるため、個人分析を受けることが、セラピストとしての自分をも支えることとなるだろう。

キーワード：精神分析的心理療法、女性セラピスト、二重性

### 1. はじめに

精神分析は、20世紀初めにS. Fruedが提唱した、無意識を取り扱う学問であり、国際精神分析協会または日本精神分析学会認定の精神分析の専門家になるためには、長い期間のトレーニングが必要である。現在日本においては、週4～5回面接を行う精神分析よりも、週1～2回の頻度で面接を行う精神分析的心理療法が主流である。クライアントの無意識を読んでいくためには、精神分析同様、精神分析的心理療法も安定した環境提供の維持が不可欠である。なぜならば、精神分析において安定した環境は「構造」と呼ぶが、安定した治療構造の中でクライアントの動きをみるのが大切だからである。しかし、女性の人生には、結婚、妊娠出産、子育て、パートナー（夫）の転勤や転居、月経や閉経などの生理的变化、介護などの人生の局面があり、このような自身の現実的・身体的変化のために、時に安定したセラピスト（本論文でいうセラピストは、精神分析のオリエンテーションに基づく心理療法を行う者、すなわち精神科医、心療内科医、臨床心理士などを指す）としての環境を継続的に提供することが難しくな

ることがある。

女性セラピストは、これらのpersonalな部分に左右されながら、すなわち自身の内的・外的変化を抱えながら、それらに臨機応変に対応し、時にてんてこ舞いをしながらも、セラピストとしての自分を維持しているのではないだろうか。

さらに、セラピストのpersonalな部分、すなわちセラピストのreal personの部分が垣間見える状況、または無意識にクライアントが垣間みる状況は、クライアントの無意識や意識を刺激し、転移を促進する。たとえば、結婚と同時に改姓することや、妊娠のために大きくなるお腹はクライアントの空想や情緒を強く刺激する。当然ではあるが、女性セラピストには、自身の内的・外的変化の中で、これらのクライアントの連想や反応に対して、セラピストとして中立的に機能することが求められる。これらの作業は、身体的にも精神的にもかなりの負担が生じることと考えられる。

このことは視点を変えると、女性セラピストは、real personとしての自分とセラピストとしての自分という二重性を生きているとすることができる。その二重性の中で、外的にも内的にもやりくりをし、折り合いをつけているのだらうといえよう。

女性セラピストのライフイベントとして、特に妊娠と子育てという2局面より、女性セラピスト特有の二重性を本論文においては検討したい。

## 2. セラピストの妊娠という局面

### (1) 局面の説明

セラピストの妊娠については既にさまざまな視点から取り上げられているが、ここでは、転移逆転移や、お腹の大きくなるセラピストへのファンタジーを扱うことが多い。これまで筆者が発表したり、述べたポイントをまとめると、1. セラピストの隠れ身が否応無しに破れる 2. セラピストのプライベートがみえるという側面においても、妊娠は幸福の象徴であり、病气や入院と違い、envyをかきたてやすい 3. 妊娠という状態は、無意識であったとしてもセラピストが意図して作り出すものなので、セラピストの罪悪感が刺激される 4. 胎児はセラピストとクライアントという2者が存在していた面接室への侵入者である、と考える。

このように、妊娠という現象は面接空間に大きな変化をもたらし、クライアント、セラピスト、セラピーに大きな影響を与える。また、女性セラピストは、クライアントの連想上の対象というよりもS. Freudのいう治療者の隠れ身が破れ、お腹の大きなセラピスト自身がクライアントのリアルなenvyの対象となる。そのため、クライアントの攻撃は非常に強くなり、セラピストも自分自身が直接強く攻撃されるという体験をすることになる。このような中で、女性セラピストはセラピーを行っているのが現状なのである。よって、クライアントの反応を中立的に取り扱えるためには、セラピー自体を考察するスーパービジョンが有効である。スーパー

バイザーにセラピストとしての自分を支えてもらうことが、クライアントを抱える力を強めると考える。

## (2) 妊娠の局面の事例

### 事例1

妹誕生時以降、母親との分離を余儀なくされたと体験し、ますます母親との一体化をのぞむようになり、10年間くらい引きこもっていた境界例水準のクライアントとのセラピーでは、筆者の妊娠はかなり大きなテーマとなった。このケースの場合、妊娠が判明した直後からセラピストの妊娠、不在について取り扱い続けた。なぜならば、文字通り、胎児と筆者が一体であるこの状態がこのクライアントが切望している状態と同一であると考えたからである。そして実際にクライアントの望むような状態である、一体となった胎児と私が、クライアントの目の前に存在した訳であるから、クライアントの攻撃は予想通り高まり、退行し、具合もどんどん悪くなった。筆者はクライアントにおなかを跳び蹴りされるような恐怖感—その感覚は、ファンタジーというよりも、もっと強いリアルな感覚—を感じ、腹帯を何重にもまいてセラピーにのぞんだ。クライアントと筆者2人の面接室に、胎児が侵入し、さらにその胎児は文字通り筆者と一体であることと、クライアントの中心的問題を考え合わせると、クライアントの攻撃や破壊衝動、迫害的な言動は理解することができ、そのことを解釈し続けた。

### (3) 事例1から考える二重性

このセラピスト側の感覚は、まだ母親という自覚はない時期であったが、知らないうちに、胎児を守ろうという気持ちがあったのだと考える。一般的には祝福されるはずの妊娠や、胎教を大切にす時期に、セラピストという職業は攻撃を受け、あまりにも胎教に悪い環境なのではないかと考えはするものの、セラピーを続けていた。その際、筆者自身はクライアントの反応を理解していたので、クライアントの攻撃からサヴァイヴできると考えていた。このように、内的作業としては、自分自身に起きていることを客観的に考え、自分の中で処理をしていくと、面接場面ではセラピストとして機能することができるようになる。しかし、自分の子どもはクライアントの攻撃という危険にさらしたくないという無意識的な母性本能とでもいうものが動き、腹巻きを何重にもしていたのだと考える。セラピー中に急に胎動があり、お腹を蹴られると、どうしても目の前のクライアントから意識が逸れたりすることもある。つまり、妊娠中は特に、身体感覚や生理的感覚も織り交ぜられているが、特に母親とセラピストという二重性の中でセラピーを行っていると考えられる。

### 3. セラピストが子育て中にあるという局面

#### (1) 局面の説明

子供が誕生し、子育ての段階になったときの、妊娠との大きな違いは、母子分離が生じるということである。すなわち、我が子がreal personになるということだ。新しい対象として、実在する子供が出現してくる。その結果、セラピーにおいては、子供にまつわる逆転移はたかまりやすくなると筆者の体験からも考えた。たとえば、胎児の段階でクライアントが「赤ちゃん何ヶ月ですか?」「男の子? 女の子?」と連想してもあまり気にならなかったが、実在するようになった子供について「男の子? 女の子?」「赤ちゃん何ヶ月になりましたか?」などと連想されると、侵入される感覚を抱いたし、時に不快な気持ちが生じた。

一方、子供たちはさまざまな積極的な働きかけをしてくるので、1人で連想にひたることは難しくなり、連想が分断されるようになった。また、子供は無意識に母親を独占しようとするため、セラピーの日に限って発熱したりなどの身体化をするなどの反応をして、クライアントとの世界に侵入してくる。クライアントとの兄弟姉妹葛藤が生じることも多くある。

現実生活においても、文字通り身が二つになるので生活上のマネージの困難さは激増する。子供が生まれると、外的にも内的にも、すべてにおいてさまざまなやりくりをしないと、仕事を継続することすら困難になる。それでも子供は急に病気になり、遅刻しそうになったり、早退しなければならなくなったりもあり、早く帰りたいと思っても、予約がいっぱいで帰れない状況も生じるものである。

#### (2) 子育ての局面の事例

##### 事例2

子供に何かの変化が起きたという連絡を受けたときに、本当は心配で走って帰りたいが、予約が入っている場合に、そのままセラピーを続ける場合がある。その際、セラピー中もふと子供のことが頭をよぎったり、気もそぞろ……になりがちだった。

そのようなセラピーの中であるクライアントは「小さいころ、食事をしているときに、母親はそっぽを向いてお姉ちゃんの世話をしていた、自分は手づかみで食事を食べている」ということを連想してきた。この連想を聞き、筆者自身ははっとして、セラピストとしての自分に戻り、「なんだか1人ぼっちのような気持ちがして、自分で自分のお世話をしなければならぬように感じているのですね」などと解釈をした。クライアントは無意識にセラピストの変化を感じ、見事にその現象を過去の体験として意識化したのである。

### (3) 事例2から考える二重性

子育て中は、セラピストの内的な世界は、子供によりさまざまに刺激され、その影響はクライアントとの安定した関係の中にも侵入してくる。実際に子供が身体化した上記のような状況では、母親とセラピストというよりも、1人の人間として、我が子とクライアントのどちらを選ぶのか、という選択を迫られる状況が生じており、葛藤的局面である。

よって、子育ての時期は、妊娠中よりもより二重性が生じやすく、母親とセラピスト、現実の世界と内的世界、と表現することもできるさまざまな二重性が生じる。二重性というよりも、ある意味ごちゃ混ぜな自分になる「時」もある。すなわち、real personとしての自分とセラピストとしての自分という二重性が曖昧になることも多い。よって、セラピーでクライアントの連想を聞いているにもかかわらず、ふいに心配な気持ちが湧いて来たり、目の前にいるクライアントから気持ちがそれることもあるが、意識的無意識的にクライアントはセラピストのこのような状況を察知し、連想の中や直接的に語ってくるのである。

## 4. 考察

### (1) 妊娠の局面における real person としての自分とセラピストとしての自分の折り合いについて

セラピストの妊娠は、クライアントを意識的無意識的水準で刺激をする。それに伴い、クライアントは自らの中心的な問題を触発され、活発な連想が行われ、転移が促進される。さらに、セラピストは、real personとしての自分がセラピー場面にさらされ、直接的な envy の対象になることが多い。よって、セラピストの妊娠についてはなるべく早期から取扱うべきである。長期間に渡りセラピストの妊娠にまつわること、たとえば、分離、不在、疎外感などを取り扱うことがセラピーにおけるワークスルーに役立つと考える。

real personとしては、特に最初の妊娠の時は、プレママとしての不安も多く、自身の母子関係を想起しやすくなり、不安定になりやすい。また、クライアントやそして時にスタッフの反応は非常に破壊的で攻撃的なものもあるために、スーパーバイザーがいることが好ましいと考える。

### (2) 子育ての局面における real person としての自分とセラピストとしての自分の折り合いについて

子育て中は、現実的なマネージも含めて、さまざまな面でのやりくりと折り合いが必要とされる時期である。また、自身の子供は、母親としての自分を積極的に刺激し、気持ちが揺さぶられることも多くなっていく。妊娠と違い、年齢にかかわらず子育て中は、実在する対象として子供がおり、さまざまに子育てがうまくいかず、イライラしたり、泣きたくなったり、大声

で怒ってしまったりするものである。これは、子供というものは、母親を意識的にも無意識的にも非常に強く刺激してくるため、強く感情が揺さぶられるのである。これらはクライアントと体験する感覚とは違い、非常に強く、それは、セラピストとしての自分ではなく、real personとしての自分が感じているからであろう。その影響がある中でセラピーを行うのであるが、セラピストとしての自分としては、中立的に機能することが求められる。どんなに腹が立って子供に怒鳴りつけたりしたあとであっても、セラピー場面では、平静を装ってセラピストになるのである。これは強い内省力を要す苦しい状況である。また、これらの行動化は、妊娠・子育て中ならば自然なことであるにもかかわらず、セラピストという職に就く者は、このような行動化をしたあと、行動化するような自分はセラピストとして失格なのではないか？と自問自答するものである。筆者も同様であったが、当時の筆者のスーパーバイザーであった故小此木啓吾先生からの言葉で、当時の筆者は強く支えられた。それは、「向き合っているときは思い切り行動化していいのですよ。夜1人になったときに、セラピストに戻ればいいのです。」という助言であったが、これは暗に二重性を示唆しているのである。

このように、子育て中の女性セラピストは、real personとしての自身の体験を処理し、自らの問題と、クライアントとの関係による逆転移とを見極めるなどの内的な作業をしながら、すなわちreal personとしての自分に起きることとにやりくりと折り合いをつけながら、セラピー場面においては、セラピストとしての自分で居続けているのではないかと考える。これらを遂行していくためには、自分自身を洞察していくことが大切である。そして、そうした作業の積み重ねは、トレーニングに通じるような体験とも言える。このプロセスにおいて、否認や安易な自己開示として行動化することなく、自身の中で取り扱えることがセラピストとしてサヴァイヴすることであり、クライアントが現実と直面し、サヴァイヴしていく体験を促進させることにつながる。この際、個人分析を受けることがより望ましいと考える。セラピストという職業を理解している分析家にトータルなところで分析を受けることは、とても大切である。

### (3) 精神分析的な心理療法における女性セラピストの特徴

妊娠と子育てという局面から女性セラピストについて検討したが、最後に、精神分析的な心理療法における女性セラピストの特徴について考察する。

妊娠、子育ての局面にまつわる、特にアンコントロールなことについて自由連想をしていると、浮かんでくるのは身体的な体験が多い。たとえば、どんなにセラピーに集中していても、つわりでどうしても気持ちが悪く集中できない、急に胎動がありおなかを蹴られると、目の前のクライアントから意識がそれ、どうしても胎児に気持ちがいく、妊娠中はさまざまな身体の変化が生じ、黄体ホルモンの関係で異常な睡魔に襲われる、母乳をあげている期間は一定の時間が経てば胸が痛くなり、母乳がしみだしてしまう。このようなことなどが連想される。

すなわち、これらの身体的な変化の体験は、外からはわからないが、セラピストには強く自

覚される。妊娠にかぎらず、女性の日常生活を考えるならば月経や更年期などの身体的変化、身体感覚は意識と関係なく、ふいに私達セラピストを襲ってくる。それら、自身の身体感覚を抱えながら、セラピストはクライアントの前で外的には何気ないふりをしながら、しかし、内的に自己分析をしながらそれらを整理して、セラピストとしての機能を果たしている。すなわち、これらのreal personとしての感覚を感じながら、セラピストとしての自分を生きている、とすることができる。言い換えると、real personとしての自分とセラピストとしての自分という双方の自分を行き来しながら、セラピーを行うのが女性セラピストである。

この現象を北山が述べている「見るなの禁止」論に置き換えるならば、この二重性は1人の女性の表と裏と考えることができる。北山のいう「見るなの禁止」は、イザナキ・イザナミ神話や異類婚姻説話、たとえば、木下順二の戯曲である「夕鶴」などを踏まえて、人には表と裏があり、それが故に見るなの禁止と幻滅が中心的テーマになっているという論である。表と裏というのは、外と内でもあり、楽屋と舞台でもあり、最近では「兎と亀」の物語を用いて昼と夜の二重性も論じられている。女性セラピストの二重性は、real personとセラピスト、表と裏、「夕鶴」におけるつと鶴、そしてふすまのこちらとあちらと表現することもでき、女性は二重性を日々行き来しているといえるのである。

そして、二重性を生きるということは、たとえば「妊娠してご迷惑をかけて申し訳ない」と謝罪することや、「つわりで具合が悪くて」「子供が熱をだしてしまい」と言い訳をするなどの、自己開示をしていくこととは全く違うのである。双方の自分を行き来するという事は、自身の変化を抱えながら自己を分析し、自らの体験を、セラピストとして還元し、咀嚼しながら、セラピストとしてその場に居続ける、という中立性（専門性）が求められるのである。

（このように論文にしながら考えてみると、今の私は、real personとしての自分とセラピストとしての自分の使い分けが上手になっている。しかし、ここに述べたような時期のことはほぼ忘却しており、これは産みの苦しみを忘れるのと同様、動物的な感覚なのかもしれない。）

## 謝辞

本論文は、日本心理臨床学会第32回大会自主シンポジウムにおいて、企画および話題提供したものに、加筆したものである。当日指定討論者としてご意見をいただいた北山修先生に御礼申し上げます。

## 参考文献

1. 北山修、『評価のわかれるところ』、誠心書房、2013
2. 北山修、『悲劇の発生論』増補新装版、金剛出版、2013
3. 北山修、『幻滅論』、みすず書房、2001

4. 北山修, 『錯覚と脱錯覚』, 岩崎学術出版社, 1985
5. Osamu Kitayama, 『PROHIBITION OF DON'T LOOK Living through Psychoanalysis and Culture in Japan』 Iwasaki Gakujutsu Shuppansha, 2010
6. 北山修, 『劇的な精神分析入門』, みすず書房, 2007
7. S. Frued (井村恒郎訳), 「悲哀とメランコリー」, フロイト著作集6, 人文書院, 1970
8. 原田眞理, 「治療者の妊娠が治療関係におよぼすことの扱いをめぐって」, 日本精神分析学会第45大会抄録集, 1999
9. 原田眞理, 「治療者の妊娠が治療関係におよぼすこと—2回の妊娠を通して—」, 日本精神分析学会第53回大会プレコングレス発表内容, 2007
10. 原田眞理, 「学生相談と精神分析」, 論叢, 玉川大学教育学部・通信教育部, 2008

## Psychoanalytic Psychotherapy with Female Therapists: Effects of Therapist's Pregnancy and Child Rearing

Mari HARADA

### Abstract

There are challenges for female therapists to keep the stable situation of psychoanalytic psychotherapy as many physiological changes and life events occur to them, including changing their family name, menstruation, etc. This paper describes the effects of therapist's pregnancy and child rearing on the therapist, client, and therapy. Female therapists have the duality of real person and therapist. The boundary of two sometimes becomes vague. During pregnancy, it is better to have supervisions. During child rearing, it is important for therapists to have analysis by training analysts.

**Keywords:** psychoanalytic psychotherapy, female therapist, duality