

岩壁 茂〔監修〕 工藤由佳〔著〕

愛着トラウマケアガイド

—— 共感と承認を超えて

金剛出版・A5判並製

2024年3月刊行

3,520円（税込）

評者＝浅井伸彦（一般社団法人国際心理支援協会）



昨今、愛着やトラウマについての注目が高まっている。本書は、まさにその2つに関するアプローチの書籍である。メンタライゼーションのPeter Fonagy氏が推薦の辞を書いているように、本書の「セキユア・ボンディング」という手法（以下、本手法）はメンタライゼーションの影響を受けているように見受けられる。元々は持続性抑うつ障害の方を対象に開発され、また薬物療法や心理療法で奏功しない愛着にかかわるトラウマ（あるいは非安心型の愛着スタイル）を持つ方をターゲットとしている（注：本書ではアタッチメントという言葉も使われているが、書名に合わせて「愛着」で統一する）。

評者は、家族療法やブリーフセラピー、オープンダイアログといった社会構成主義的なアプローチと、トラウマケアを専門にしているが、精神分析やメンタライゼーション、認知行動療法などについては基礎的な知識はあるものの、完全に門外漢である。そのような立場からの書評であることをご容赦願いたい。まず、本書を読んで、家族療法のジョイニングや、ブリーフセラピーでの関わりとの近さを感じた。家族療法などでは愛着を直接扱うわけではないため、視点は異なるが、結果的に大切なところ（関係づくり）は似てくるのであろう。本書では、クライアントとのやりとりが丁寧に書かれていることから、「ジョイニング」というやや掴みづらい概念よりも具体的で学びやすいかもしれない。

本手法では、構造が明確に定められており（環境にに応じてある程度柔軟にできる）、基本的に1セッション50分、週1回のペースで1年間（約52回）行われる。また1セッション内の構成や、1年間で行われる大まかなテーマもあらかじめ定められていることから、構造化は中程度に高い。そのため、構造化の程度においては、対人関係療法や認知行動療法にも近いようにも思われる。

ところで、「幼少期の愛着関係を、大人になってからセッションの内外でいかに再構築していくか」が、いわゆる発達性トラウマ臨床における重要なテーマである。本手法では、トラウマの「治療」そのものではなく、治療の土台となる安全基地（愛着関係）の構築が主眼とされている。土台が強固でなければ「治療」は成立しない。セラピストとの共感的な関係性も含む安全基地の構築、そしてセッション後も続く愛着対象を見つけることなどは、トラウマケアだけでなくセラピーの基礎を再考する重要な試みであると感じられた。

本手法は構造化の程度は高いものの、個別性にも十分に配慮されている。紋切り型でない個別性も重視したアプローチは、RCT（ランダム化比較試験）やセラピストのトレーニングが難しくなりがちであるが、今後の実践において、再現性の高いものへと、またトラウマセラピストの「技法」をつなぐものとして発展することを願う。