

高野 晶・山崎孝明〔編著〕

週1回精神分析的サイコセラピー

——実践から考える

A5判並製・遠見書房

2024年11月刊

定価3,900円（税込）

評者＝妙木浩之（東京国際大学）



週一回の、その精神分析的な営みの意義を見直すという論文集。それぞれの論者が力を入れた労作になっている。頻度や寝椅子、そして転移解釈と設定状況論から各治療構造への示唆を含めて、論者の一人である藤山直樹氏の言葉を借りれば、「インパクト」の強い一冊になっている。

アムステルダム・ショック以後、日本の精神分析はIPA基準の訓練が導入され、週四を基準に再構造化された。毎日分析が標準化されると、何となく過去の、それ以前の実践が否定されて、週一回が多いのか少ないのか、あるいは週に複数回なら頻度を増やせばいいのか、よくわからない状況が今も続いている感じがする。過去の実践が間違っていたという、心理療法家たちの朦朧とした自己否定感の理由は、山崎孝明氏のレビューを読むとなるほどと思う。その意味で啓発的な論考だ。そもそも毎日分析の費用便益性だって、あるいは治療効果だってエヴィデンスがあるわけではないのだから、毎日分析が導入された今だからこそ、週一回を見直そうという機運が高まっているのだとしたら、これまで生きてきた私たちは、もっと自信をもって日本の精神分析の在り方を、そしてその根拠を考察できる。考えてみれば、だいたい寝椅子だって、Freudが毎日分析と一緒に使っていたことだけを根拠にするなんて絶対におかしい（過去は基準点にはなるが物差しにはならない）。

面白いのは、週一という頻度をスペクトラムという視点から見ると、いろいろと議論が広がることである。編者のひとり高野晶氏によるATスプリットや医療の中での実践を独自に位置づけた論考はオリジナリティが高いし、寝椅子を対面との対比だけではなく見えることのスペクトラムと論じている尹成秀氏の論考も面白い。

もともとこの本は『週一回サイコセラピー序説』（創元社）の続編に位置づけられている。だから私たちの

実践がなぜ週一なのか、序から入って本書の各論を読むのも良いかもしれない。だが本書は、これ一冊で実にワクワクするような本に仕上がっていると思う。編者らの意図もあって、この領域が独立した議論の対象になっていく歴史を描き出してくれるし、毎日分析は確かに世界基準なのかもしれないけど、日本独自の長い歴史を、今の実践に接合させて、週一やオンディマンド、あるいはもっと違う自由な視点から、治療頻度、対面から平行、寝椅子やヴィジュアルライゼーションの可否、見ることと見ないこと、対面と目線の交流の使い方まで、いろいろなことを論じる出発点となっているように感じる。その意味で、週一のプラクティスの長い歴史を出発点として、単に簡易版精神分析という評価ではなく、精神分析的な「心理療法」の大きな可能性を感じる本に仕上がっている。実際、これまでの議論を要約した山崎孝明氏が結論しているように、そこには「広大な未踏の地が広がっている」のだろう。日本の精神分析の未来は明るいと感じる一冊。