

と渡英」と書いてある。著者の並々ならぬパッションと明確なビジョンに心惹かれながら、読み進めた。

全体の感想を先に述べると、この本は心のケアに携わる専門家の「(新) 常識」を示している。臨床をはじめる際の必読書にしても良いのではないだろうか。「(新)」としたのは、どこか素朴さを感じさせる(けど新しい)フォナギー理論のような雰囲気をつつ、愛着トラウマ臨床のエッセンスを言語化し、かつそのエッセンスは一般臨床全般に通じるからだ。

ということか、本書を解説しながら説明したい。

愛着トラウマとは、「虐待やネグレクトなど、不適切な養育環境が理由で、幼少期に十分な発達課題を遂げられなかった状態」のことである。

愛着トラウマを抱える人は自分の考えや感情に自信がもてない、他者を信じるのが難しい、コミュニケーションを回避する、他者と自分の考えが違ってよいと思えない、などの特徴をもつ。だからこそ、相談者は自己と他者への信頼を培うことが不可欠で、本書は支援者が「相談者と信頼関係を築く戦略」を体系的に示している。

この「戦略」が肝である。ともすれば漠然としがちな「信頼関係を築く」という治療に不可欠な営為を、7つの事例を通してガイドしていく。治療プロセスごとに各事例が逐語で記されており、具体的にイメージしながら読み進められる。

特徴的なアプローチとしては、「支援者は中立ではなく、相談者の絶対的な味方になる」「尊厳教育(自分の心と境界に敬意を払うこと)」「家族やパートナーを面接に呼んで相談者の思いを伝える」などが挙げられる。評者はアディクションアプローチとフェミニズムの流れを汲んだ信田さよ子理論を連想したが、監修者の岩壁氏の言葉を借りれば、著者は「アタッチメントと認知行動療法の交差」からこれらの戦略にたどり着いたのだろう。

愛着トラウマを抱える人たちは何よりも「安全基地」を必要とする点を踏まえると、これらのアプローチは理に適っている。臨床感覚的にもうなずける。むしろ、(「トラウマ治療」に限らず) 多くの相談者にも必要とされる心理療法の基盤となる考え方ではないだろうか。

著者は元々認知行動療法が専門で、評者の専門は精神分析的な心理療法である。しかし、そんな評者でも良い意味で違和感なく読み進められた。むしろ、

愛着トラウマケアガイド

共感と承認を超えて

岩壁 茂監修
工藤由佳著

金剛出版, A5判 240 頁, 3,520 円, 2024 年 3 月刊

(愛育クリニック／あざみ野心理オフィス) 山口貴史

「え、フォナギーって和書の帯書くの?」と、表紙を見てつい言葉が出てしまった。著者はメンタライゼーションで有名なピーター・フォナギーの元で学んでいるらしい。しかも、著者略歴には「当事者の自由を取り戻すための知識と経験を得るため家族

臨床観として近しさすら感じた。それは、あとがきに書かれているように、学派を超えた議論がなされていることと無関係ではないだろう。

本書は「心理療法の技術は、今よりずっとはるかに一般の支援者に普及されなければならない」という思いから編まれている。評者はこの考えに強い共感を覚えた。たしかに一部の心理療法の技法は、侵襲性ゆえに厳格に管理される必要があるのは事実である。だが、重要なのは一律の管理ではなく「仕分け」である。本書が示すような誰でも使える技術が広く普及しなければ、世の中全体のメンタルヘルスは悪化の一途を辿るだろう。

本書をメンタルヘルスに携わるすべての支援者にお薦めしたい。
