メンタライゼーションと遊ぼう
愛着外傷への支援が解き明かすこころの臨床

池田暁史著

日本評論社，A5判216頁，2,420円，2024年8月刊

（本郷の森診療所・京都大学）**岡野憲一郎**

本書は精神科医で精神分析家でもある池田暁史氏のメンタライゼーションに関する二冊目の書である。第一冊目は2021年の『メンタライゼーションを学ぼう』（日本評論社）で『こころの科学』に連載されたものをまとめた，いわば入門編としての解説書である。その姉妹書として2024年に出版された本書『メンタライゼーションと遊ぼう』はそのタイトルとは裏腹により専門家向けに書かれた学術書と言うべき重厚な内容となっている（「～と遊ぶ」というタイトルの含みについては本書の中で解説されている）。

本書の内容を大まかに紹介するならば，第1部はメンタライゼーションの成立ないしは由来についての概説であり，それがいかに境界例の概念や愛着理論や脳科学を基盤に発展したかが語られる。第2部ではメンタライゼーションの臨床について，特にトラウマ臨床，感情への焦点付け，精神力動論との関連で展開される。第3部では，メンタライゼーションと現代の精神分析との関連およびそれが将来に向けてどのようなベクトルを有しているかについて語られる。とりわけ第11, 12章は「認識的信頼」や「私たちモード」などのフォナギーやベイトマンの最新の考えを紹介している点で貴重である。

本書のどの章も，現在の心理学や精神分析について，さらには最新の脳科学についての深い知識と洞察なしにはまとめられない内容である。私も本書で改めてメンタライゼーションの理論的な立ち位置について学びなおすこととなった。

本書で著者はメンタライゼーションという新しい流れが，一方では精神分析の本流から発しているものの，発達論やトラウマといった新しい流れに向かっていることについて，第三者的に語っていることが印象的である。フォナギーたちがどのような戦略を用いてこの理論を精神分析のメインストリームにも受け入れられるようにしたのかについての著者の解説も非常に興味深い。これらは著者が精神分析の世界の内情や文化を熟知しているからこそ語れる内容だ。そして著者の紹介するメンタライゼーション自体が，現代の関係精神分析の流れと歩調を合わせていることが改めて実感されたのだが，そうまとめたら著者は異を唱えるだろうか。

ところで伝統的な精神分析の世界でトレーニングを受け育ったもの（著者もこの評者も含まれる）にとって，メンタライゼーションは実に悩ましい存在だ。それはれっきとした精神分析的な出自を持ちつつも，その範疇を逸脱するエネルギーを発し続ける。無意識や転移をあえて扱わず，週4回の分析的なセッションとは距離を置くという彼らの姿勢は挑戦的とすら感じる。そしてそれは精神分析にその包容力の

2026/09/17 13:50:16

大きさを逆に問い直しているかのようだ。さらにそのことについてフォナギーとベイトマンで温度差があることも本書に教えてもらった。

私は本書を読み，現在メンタライゼーションの世界で起きていることの一端を生々しく知ることができたように思う。そしてこれだけ高レベルでメンタライゼーションの現在について明らかにしてくれた池田氏の力業に驚嘆せずにはいられない。

2026/09/17 13:50:16