

ABSTRACTS – IBPJ - Volume 23, Number 2

IBPJ 要約 23 巻 , 2 号

出生前・周産期のソマティックス (身体技法 / ボディーワーク)

- 初期のトラウマを統合する 8 つの実践原則と新たな展開 -

Kate White

出生前・周産期のソマティックス (身体技法 / ボディーワーク) は , 出生心理学の研究から生まれた新しい実践分野である。本稿では , 出生前・周産期心理学 (prenatal and perinatal psychology ; PPN) の変遷と , 実践的な出生前・周産期のソマティックス (身体技法 / ボディーワーク) の誕生について述べた。この新たな領域を説明する 8 つの実践原則を提示し , 出生前・周産期という生命に関わりもろい時期を支援するための新たな可能性を示唆した。

インタビュー

北米における周産期心理学の起源と発展

Thomas Verny との対談

出生前・周産期心理学と健康学会 (APPPAH) の教育部門創設者 , 出生前・周産期プログラムセンターの創設者兼所長 Kate White 氏と Verny 氏の対談では , 北米における出生前・心理学の黎明期から Verny 氏の「The Secret Life of the Unborn Child (胎児の秘められた生活)」の出版 , さらに細胞意識に関する議論や Verny 氏の最新刊「The Embodied Mind (身体化された心)」まで , 多岐に渡るテーマが語られた。Verny 氏と Kate White 氏は長年の同僚であり , 二人の間で交わされる会話はくつろいだものであり , 本テーマに初めて触れる読者にとっては温かくインスピレーションを与える導入となり , また早期のトラウマ治療に熱心なベテランにとっては帰郷するような懐かしさを与えてくれるだろう。

絆と愛着のインプリントとしての巣作り

- 出生前および誕生過程におけるヒーリング・ジェスチャーの現象学的探求 -

Jaap van der Wal, Kate White

本論文は、発達の初期に人間の胚が子宮内膜に巣作りをする現象学を、ヒーリング・ジェスチャーとして探求した。歴史的には、巣作りは「着床」と表現されてきたが、本論文では「着床」に代わるものとして「巣作り (nidation)」という表現を提案した。現象学的には、これら二つのジェスチャーは、戦争と会話の比喻として説明できる。Jaap van der Wal は、これらのジェスチャーを形態学および発生学的に説明し、彼独自のゲートの視点を通して解釈した。一方、White は、これらの初期のジェスチャーが、出生前および周産期の身体感覚にどのように現れるかを探求し、プラクティショナーがそれらを用いて初期のトラウマを癒す方法や、またはそれらが元々もっている健康な面を明らかにする方法に焦点を当てた。Jaap van der Wal と White の視点を組み合わせることで、プラクティショナーがこれらの初期経験の層に働きかけるための新たな選択肢が提供された。

トラウマ、記憶、知覚

John Wilks

本稿では、胎児や赤ちゃんの限られた感覚体験では、彼らが感じ取ったものを解釈や説明できないという従来の想定に意義を唱え、乳児や胎児の感覚経験の重要性を探索した。出生前に様々な種類の刺激にさらされることが、いかに神経系の発達に寄与し、将来の情動反応を形成するかに焦点を当てた。一見、単純に見える感覚入力さえ、深い意味を持ち、乳児のストレス反応やトラウマとの関係に影響を与えうるのである。さらに、トラウマの認知の複雑さについて検討し、トラウマ的体験の重大度と乳児にみられる影響は必ずしも関連しないことに言及した。母親の感情状態や乳児の気質といった要因は、妊娠中および分娩時のトラウマへの反応を形成する上で、重要な役割を果たす。また、ソマティック・メモリー (体性記憶) という概念も紹介し、従来の記憶研究とは異なり、胎児の段階からの詳細な記憶を想起できる可能性を示した。概し

て、健全な発達を支援する上で、早期の感覚経験の深さとその意味を認識して、トラウマ・インフォームドケアを実践する必要性を強調した。

子宮の影

私たちの忘れられた胎内体験に光を当てて

Cherionna Menzam-Sills

本稿は、胎内体験がほとんど認識や意識されない影のような存在になりがちであるという問題を提起した。子宮内での私たちの最も初期の経験と受けた影響は、私たちの体の形態や機能、さらには性格、行動、対人関係のあり方に関する基礎を築く。皮肉なことに、この人生における重要な時期は、心理的発達、セラピー、文学、教育の議論においては、軽視されがちである。子宮内での赤ちゃんの体験はあまりにも軽視されており、親が子どもに影響を与え始めるのは生まれてからだと考えられがちである。胎内生活の影響は、言語が発達するにつれて十分に反映されたり強化されたりしないため、習慣的に再現される運命にある無意識的な影のような存在と捉えられるのかもしれない。この初期体験は、言語や脳の発達前に起こるため、身体の組織、姿勢、行動の中で暗黙の記憶として保持されやすく、ボディ・サイコセラピーの中でたやすく現れることがある。本稿では、出生前の気づきと記憶について概説するとともに、癒しの選択肢として、「小さな者たち」が子宮の中で必要としていたセラピーを提供する可能性について述べた。

早期精神障害において結合組織が果たす役割

Gloria Quattrini

Will Davis が開発した機能分析 (Functional Analysis) は、繊細なタッチ技法 (Points and Positions) と言葉によるワークを組み合わせたものである。他の方法とは異なり、筋肉組織ではなく、結合組織に焦点を当てている。Davis によれば、初期の性格スタイル、例えばシゾイドのような性格スタイルにおける感情的および身体的発達は、血漿 (結合組織) の機能不全に基づく。最初の数ヶ月間、胎児は損傷から身を守る上で、血漿しか持っていない。したがって、血漿の収縮は、ストレスに対する生命体の最初の反応である。初期に十分に与えられなかったこと、例えば、栄養

不良や不十分なケアなどは、結合組織に記録される。栄養の浸透を妨げる血漿収縮がすでに起こっているため、初期の胎児は、必要なもの、望むものを取り込むことができない。この生体-情動-栄養-存在の機能不全は、トラウマと定義することができる。Davis の理論に倣い、本論文はショックとトラウマを明確に区別した。ショックとは、防御が必要な急性の外的攻撃を伴う一時的な出来事のことである。一方、トラウマとは傷と同義であり、鎧 (防御機構) 自体の構成に関わってくるものである。トラウマが発生するためには、ストレスが長期にわたって蓄積され、システム全体を弱体化させる必要がある。その結果、些細な出来事でさえも、全体的な攻撃として感じられるようになる。セラピーでは、身体に現れる現象は、しばしば感情のパターンを反映する。行動面では、繊維状に脱水した組織は、感情の乏しさや冷たさ、堅苦しい考えと関連し、主に身体の中心線に沿って、腹と背中に顕著に現れる。心理学的には、シゾイド的な性格を持つ人は、早期の収縮のために、自己と他者との間に空間がないと感じ、外部からの刺激を自己への攻撃として認識することがよくある。したがって、セラピストは、クライアントを温かく迎え入れると同時に、適切な境界線を維持することが重要である。

世界を新たに感じて

- 世代を超えた包括的な胎児期の統合的アート&ボディ・サイコセラピー -

Klaus Evertz

出生前の心理学理論によって、疾病分類学の枠は広がっている。小児期、青年期、および成人期における精神的・身体的疾患の病因は、エピジェネティクスおよび妊娠中の心理状況に帰せられることが多くなった。同時に、出生前の心理学理論は、将来のバイオ・サイコ・ソーシャルな医学の基礎であり、妊娠と出生前心理学のエピジェネティクスと同じように、生物学的遺伝学と世代を超えた家族システム心理学 / 心理療法は、補完し合うものであり、包括的な心身医学のための新しい理論的基盤でもある。出生前に基づく心理療法の洞察は、世代を超えたトラウマ、出生前のトラウマ、出生後のトラウマを区別する可能性の高いものである。

周産期ストレスと新生児食物アレルギーの関係

- ソマティック・エクスペリエンスの視点から -

Sinem Özen Canbolat, İlayda Ulubaş, Ezgi Yıldız

母親の妊娠中のストレスが、子どもの発達と健康に大きな影響を及ぼすことを示すエビデンスが増えつつある。しかし、出生前のストレスと新生児の食物アレルギーの発生率との関係に関する調査結果は、一貫性がなく、母親の胎内ストレスが新生児の食物アレルギーにどのように影響するかという具体的なメカニズムについては、ほとんど未解明である。本研究は、上述の関連を明らかにすることを目的として、その説明メカニズムとしてカップリング・ダイナミクスを導入した。先駆的な試みとして、妊娠中の様々なストレスと乳児の食物アレルギーとの関連を調査した。この研究では、52人の母親のストレスレベルを詳細に調べ、その子どもの食物アレルギー症状の有無に注目した。分析の結果、妊娠中のストレスと新生児の生後6ヶ月間の食物アレルギーの発生には有意な関連が示された。特に、母親の仕事関連のストレスと生理的ストレスが、新生児の食物アレルギーの重要な要因として浮上した。これらの知見は、妊娠中のストレスが子どもの健康と発達に及ぼす悪影響に関する理解を大いに深めるものであり、出生前ストレスを軽減し、新生児の免疫機能を高めるような介入策を講じる必要性を強調するものである。

Utilizing Advanced Integrative Therapy to Treat Anxiety and PTSD in a Pregnant Woman

A Single Design Case Report

妊婦の不安と PTSD の治療への高度統合療法の活用

- 単一事例研究の報告 -

Elizabeth Pace

多くの女性が妊娠中、とりわけ初めての妊娠では、未知のことが多いために出産前に不安を感じる。本事例研究は、初めての妊娠をした女性の不安症状を軽減するために、高度統合療法 (Advanced Integrative Therapy ; AIT) 、具体的にはソマティック・エネルギー心理学 (somatic

energy psychology ; EP) のトラウマ治療法の効果を検討した。著者は、高度統合療法を唯一の治療介入として利用した場合に、クライアントの不安症状と複数のトラウマ評価尺度のスコアが減少するという仮説を立てた。研究は、研究者のオフィスで行われ、研究者は週に 1 回 (60 分)、計 6 回クライアントと面接した。クライアントは、自己報告、主観的な不安レベル (SuDS)、基本的不安尺度 (GAD-7)、解離体験尺度 (DES-II)、心的外傷後ストレス・チェックリスト (PCL-5)、複雑心的外傷後ストレス・チェックリスト (ITQ) を治療前後に記入した。クライアントは、スクリーニング検査の終了時に、心的外傷後ストレス障害 (PTSD) の可能性が高いという診断基準を満たした。この研究は、AIT を唯一の治療介入として用いた単一事例研究であり、第 1 子を妊娠したクライアントに実施された。データ収集は、クライアントが妊娠第 2 期の 18 週目に開始した。本研究では、クライアントの不安と心的外傷後ストレスのスコアが有意に減少し、主観的障害単位 (SUDS) も減少していることがわかった。治療終了時に、スクリーニング検査を再度実施した結果、クライアントは全般性不安や PTSD の診断基準を満たさなくなった。これまでの事例研究から、AIT は、神経系の過活動や不安症状を引き起こす、蓄積されたトラウマ記憶の脱感作と再処理に効果的であることが示されている。母親のメンタルヘルスに対する侵襲性の低い治療法としての AIT の可能性については、さらなる研究が必要である。

赤ちゃんに心理療法は必要か？

- 統合的ベビーセラピーの紹介 -

Matthew Appleton

統合的ベビーセラピー (Integrative Baby Therapy ; IBT) は、著者が開発した、赤ちゃんに関わるための身体化された関係性のアプローチである。IBT のスキルの理論的基礎と実践的応用は、特にボディ・サイコセラピー、頭蓋仙骨療法 (Craniosacral Therapy)、出生前・周産期心理学など様々なリソースから得られている。IBT は、これらの分野やその他の分野の実践者と研究者の革新的な基礎研究を具体的に統合したものである。これらは、本文全体を通じてみられる。IBT の焦点は、悩みを抱えた乳幼児を持つ親を支援するための短期的な危機介入である。これらの介入に

よる長期的なメリットが、親たちから報告されている。このセラピーの基本的な対象年齢は、生後まもなくから2歳までである。IBTのアプローチは、年長児に適応することは可能であり、実際に適応されているが、それは、本稿の範囲を超えている。IBTの実践の中心はとなるのは、共感的な空間を創り出すことである。赤ちゃんが、出産前や出産時の圧倒されるような経験を統合できるようにサポートすることである。赤ちゃんは、ボディランゲージとメモリークライング（記憶泣き）を通して、これらの経験を伝える。本稿では、その両方について説明した。

発達的に敏感な修復プロセスにおけるセラピストの役割

- 修正的な感情体験の提供 -

Elya Steinberg

理論的・臨床的な観点から、発達的に必要とされる修復的な治療関係は、精神分析や、バイオダイナミック・ボディサイコセラピー (Biodynamic body-psychotherapy ; BP) を含む他の心理療法様式に深く根ざすものである。本論文では、クライアントが本来持つ潜在能力の健康へ向けた発展（サルトジェネシスプロセス）を支援する方法を探索するため、退行を用いたBPのワークについて検討した。独自の臨床的ツールとテクニックの統合により、アロスタティック現象（すなわち、環境や状況変化に対する動的な安定のためのすべての身体的システムの同調能力）として、真の感情状態を再確立するため、BPは心理的・生理的な「修正的な感情体験」をもたらす。本論文では、バイオダイナミックのセラピストがウィニコットの意味での「十分によい」存在になる実践的な方法を示し、退行が生物・心理・社会的機能の再確立に与える影響を考察した。この中には、神経科学や精神分析の側面、例えば意識と無意識の統合プロセス、知覚の有機的变化、記憶の出現と再固定といった神経科学や精神分析の側面も含まれる。

周産期トラウマに対するポリヴェーガル理論

- 母と子のソマティックな事例研究 -

Karen Roller

この母子事例研究では、周産期トラウマの病歴が以前に報告されていないクライアントに用いられた、体性感覚の評価と介入方法について検討した。セラピストは、Judith Herman のトラウマ解解決のための三段階モデルと Stephen Porges のポリヴェーガル理論をどのように取り入れて、二者関係における凍りつき反応と怒りのトリガーを評価したかについてシェアした。Daniel Siegel の対人神経生物学の枠組みと、早期に阻止されたサバイバル反応を達成し必要とされる安心感とつながりを高めるために用いられるソマティックな介入について説明した。また、セラピスト自身の振り返りも盛り込んだ。

彼女の体は嘘をつけない

—アートを通じた感情的な身体意識の体験—

Ellen Gayda

「彼女の体は嘘をつけない (Her Body Cannot Tell A Lie)」は、ソマティックな表現というエンボディメントされた言語を通じて、感情の構造を明らかにする創造的かつ口語を用いた作品である。作者は、女性の身体の中に蓄積された広範な感情体験に、声を与えることをひらめいた。40 年以上に渡り女性を専門的にサポートした経験から、彼女たちが本質的な意識を産み出すまでに女性として辿った道筋を見守ってきた。こうした深い癒しのプロセスに言葉や表現の場を与えることは、彼女たちへの贈り物である。ソマティック心理学とボディ・サイコセラピーの多層的な知の視座を通して、女性性の感情的な表現を示すために、ライブアートの場での創造的なプレゼンテーションが必要であった。口語体の詩と音楽に合わせた動きによって、彼女たちの語られる物語を多くの観客が体験し、受け取ることができたのである。