論　文

実践報告

ACを対象としたゲシュタルト療法の臨床的な拡張事例

明石郁生*

はじめに

少し前のアダルト・チルドレン（以下：AC）ブームは、幼少期児童期に不適切な養育環境を体験しその影響を少なからず受けたまま青年期を迎えた人々が、自身の苦難を語る機会を開いた。けれど、ACという用語は診断基準にはないため、自覚のあるなしにかかわらず、対象者は治療機会につながりにくい側面を持つ。また、治療の対象ではないと片付けてしまうには見過ごせない支障を仕事や生活において抱えている状態が含まれていることは、本学会の議論においても枚挙に暇がない。

彼ら彼女らの苦難には、学校や職場、または家族など周囲の目から見え難いという特徴が挙げられる。現在でも恋愛依存、セックス依存または引きこもり、果てはキレる人、パーソナリティ障害などのレッテルを貼られることを恐れながら援助の場や居場所を探し続けていると言える。

こうしたことから近年では、ACを対象とした心理療法実践者（以下：セラピスト）はその受け皿として期待が高まっている。

本稿ではACの苦難を複雑性PTSDの視点から捉えた。複雑性PTSDとは幼少期児童期の自己愛の毀損に由来する感情制御の障害、対人関係の障害、自己感覚の障害など一見かけ離れた症状が同一人物に同時に生じる障害であるという概念を持つ[2,4,10,13]。

事例検討では自己感覚の支障と親密な対人関係の支障を抱えるクライエントを対象としたゲシュタルト療法の実施例を報告する。

ゲシュタルト療法の臨床的な拡張

ゲシュタルト療法（以下：GT）は「いま、ここ」の気づきを通して断片化した自己の統合を試みるアプローチとして発展してきた[8]。過去の出来事の解釈にとらわれずに、「いま、ここ」で体験する感覚に焦点をあて洞察を促す。主に集団心理療法としての自己成長を促す側面が注目されている。

しかしながら、近年、GTの臨床実践においては課題の報告がある。江夏によれば不用意な身体感覚や感情への気づきの増幅は、徒らにトラウマの再体験につながる可能性があり、トラウマの処理と「終わっていない問題」を終わらせることには大きな違いがある[1]。中尾は「いま、ここ」のみに注視するがあまり、トラウマ反応による感情の表出と気づきの進展との区別をセラピストが見逃す可能性があると述べている[7]。

こうした指摘によれば、AC・複雑性PTSDを対象としたGTの実施においては臨床的な視点を組み合わせる必要がある。

2023年9月5日受理
Clinical extension case of Gestalt Therapy for adult children
*家族とAC研究室 代表
［〒253-0054　神奈川県茅ヶ崎市東海岸南2-13-24-301］
Ikuo Akashi: Director, Family and AC Workshop, #301, 2-13-24 Higashi-kaigan, Chigasaki, Kanagawa, 253-0054 Japan