

# リレー 随想 第7回

福岡いのちの電話養成講座講師  
川谷 大治  
(精神科医)



## 『トラウマについて』

日々の精神科臨床で「どうして話をすることで私の病気が治るのですか？」と尋ねられることが時々あります。なぜ人は対話による治療—いのちの電話もそうです—で心の立て直しが可能になるのでしょうか。答えは幾つも考えられます。カタルシス効果、共感や理解による孤独感の癒し、他者に対する信頼感の回復、自己理解の深化・・・etc。

私の専門とする精神分析は「記憶を扱う治療法」です。つまり、治療が成功するかどうかは、過去を現在にどうやって再現させるかにかかっています。精神分析では過去の記憶は現在の治療関係に再現（専門的には「転移」と呼びます）され、分析家の解釈や分析家との情緒体験によって書き換えられるのです。

1972年にノーベル生理学・医学賞を受賞したエデルマンによると、「長期記憶は体験のカテゴリーからなり、活性化されるのを待ち受けている」といいます。鏡に映る自分の顔を見て私の顔の記憶は反対像として日々更新されて保存されます。もし7歳のときに視力を失ったとすると、それ以降記憶は更新されないので、永遠に自分の顔は7歳のときのままです。医学の進歩によって視力を回復したと仮定すると、鏡に映る顔は私ではない、というSF小説が書けますね。

ところが、それとは反対の現象も起きますのです。記憶が書き換えられないだけでなく悲惨なトラウマの記憶が強化されることがあるのです。特にパーソナリティ障害（以下、PD）の臨床において、患者はセラピストとの関係で、過去のトラウマ体験をさらに強化するような、反復強迫する傾向があるのです。

PD患者は同化されていないトラウマ体験を、変換させ

て自分のものにできないで苦しんでいると言い換えることができます。分析家のモデルによると、「過去の記憶が現在の知覚を支配し意味するものを多大に狭めている」というのです。以下のような場面を想像してください。虐待を受けた経験をもつAは、人の好いカウンセラーBに出会ったとしても、Bを加害者に仕立てて見てしまいがち（なので、Bもなかなか心を開かないAの様子にしびれを切らして、ついそっけない行動に出てしまうということが起きる危険性があるのです）。それどころか、Bに加害者と同じような振る舞いをさせようというプレッシャーをかけることさえあるのです。つまりトラウマ体験を強化させていく反復強迫が起きますのです。

その瞬間にBがいつもの自分らしくない振る舞いをさせられようとしているというAからのプレッシャーに気づき、いつもの自分に戻ることができると、新しい始まりnew beginningの訪れがあるのです。すると、Aにトラウマの記憶の再強化は起こらずに、新しい体験をAとの間に展開させることができるのです。

いのちの電話で、通話者の話に傾聴しているときに、傾聴するという基本的な姿勢を維持できなくなって、助言したり、ときには励ましたり、あるときは突っ込みを入れすぎたり、常識的な意見を強調したりすることがあるかもしれません。ここで、通話者からのプレッシャーに気づくことができ、相手に注意を向け、傾聴の平常心に戻ることでできるならば、通話者との関係にある変化が起きることでしょう。つまり、Aの過去のトラウマの記憶がBに物語られ、記憶は書き換えられてAは立ち直っていくのです。

こんなことを考えて日々の臨床を行っている今日この頃を述べてみました。

悩みのそとに。  
聞き、聴き、よびこむ。



## 福岡いのちの電話はボランティア仲間を募集しています。

第43期生電話ボランティア養成講座を2017年10月4日から開始します。

「電話ボランティア」、「事業ボランティア」を募集しています。募集要項、必要書類、応募締め切り等は事務局までお問い合わせください。ホームページ上からもダウンロードできます。