

# 危機の心理学—心理学的意味とその本質

宮野素子<sup>1</sup>

## Psychology of Crisis: psychological significance of crisis and its nature

Motoko MIYANO

### 要約

危機の心理学意味とその本質が検討される。

「危機」という言葉は、出来事のまさにその時にどちらの方向を選ぶかの選択を迫られるような分岐の意味を含んでいる。物理的にも心理的にも切迫した状況にあって、ときに人は、自分にとって大切なものを失うことがある。本稿では、心理的困難の中にある人が心理療法の中で自らの人生の意味を見出し、失ったものとの新たな関係を見出してゆくこととなった自験例を手掛かりに、「対象喪失」と「悲哀の過程」の側面から危機の心理学的意味を検討し考察される。

キー・ワード：危機の心理, 対象喪失, 悲哀の過程

### Abstract

This paper deals psychological significance of crisis and its nature.

The term “crisis” implies a fork where one is forced to choose either way in a very moment. Standing at this critical phase, threatened one’s existence both literally and psychologically, important object for his/her life may be lost in order to survive. Presenting two clinical case vignettes, in which two women suffered various psychological difficulties found the meaning of their life and create a new relationship with their loss in the therapeutic setting, psychological meaning of the “object loss” and its “mourning process” are discussed.

**Key Words :** psychological crisis, object loss, mourning process

### I はじめに

私たちはときに、人生の中でそれまでの自分にとって思いもよらない出来事に遭遇することがある。それは、巨大地震や津波であったり、通勤ラッシュ時の脱線事故のような多くの人々を巻き込む災害や事件かもしれない。あるいは、突然の病気や失職、離婚といった個人的な出来事であるかもしれない。人生の有事に瀕して、私たちはうろたえ、困惑し、うちひしがれ、普段想像もしないこころの状況を味わいつくす。時の経過とともに、そして出来事自体の取りあえずの収束とともに、多くの場合、おのれのこころがやがて平穏な“日常”の中に同化され、出来事は記憶の中で風化し、あるいは生涯消えぬ傷として痕跡をとどめるにしろ、いずれ確実に訪れる「私」の死によって完全な収束を告げることになる。

かつて体験したことがないようなこころの事態を、私たちは「危機」と呼ぶ。日本を代表する精神科医の一人

中井久夫(1990)は、「少なくとも」と断りを入れつつ精神科医の一つの側面にコンゴ動乱における白人傭兵のイメージをあげ、これを「自明の前提条件として受け入れられるものでなくてはならない」と述べている。必要とされるその資質には、「即興能力 ability of improvisation」であり、「眼前の状況をとっさに把握し、手持ちの材料だけを用いて状況から最大のメリットを搾り出す能力 ability of exploitation」がある(同上)という。危機にあたる英語は crisis であるが、分岐や峠の意を持つギリシャ語を語源とする。こころの危機に瀕する時、生と死の両方の可能性が個人の前に提示される。それは、山の登りと降りの交差する一点であり、それゆえどちらにも属さない孤立した峠に立つ—岐路に立つ—ということである。足元の狭い範囲にどのような資源があり、どのように活用できるかを慎重に、しかし素早く検討し、次の一歩の方向を定める。人生の孤独な一点に立つこころに

<sup>1</sup> 教育文化学部教育実践研究支援センター

寄り添うことにおいて、心理療法家もまた、危機そのものには中立の立場を保ちつつ、危機の収束にむけて備われることで成立する。

本稿では、はじめにこころの危機について、いわゆる“危機理論”を照射しながら、危機における個人の心理的体験のさまざまな様相を浮かび上がらせる。次に、危機を精神分析の重要な概念である対象喪失の視点から検討し、危機の収束にかかわる喪失と悲哀の過程について、心理学的意味とその重要性について論じてゆく。

本論を進めるにあたり、筆者が心理療法家として関わった二つの事例の一部を提示することになる。これらはすでにご本人の承諾を得たうえで別の場所で論文として公表されており、また、終結からかなりの時間が経過していること、さらに本論の目的をそこねない形での改変が行われていることをあらかじめ記しておく。

## Ⅱ 危機的出来事とは

### 1. 危機の定義

心理学的立場における危機の定義は、出来事そのもの、すなわち、現実的・物理的状況そのものをさすのではなく、そのことを受け止める個人のこころ—精神医学的には、意識、記憶、知覚、感情、思考、行動の領域—の状態に焦点を当てている。Pitcher & Poland (1992) は、Auerbach と Kilmann による論文を引用して「主に主観的不安によって特徴づけられる反応状態」と述べている。Caplan の定義によれば、ある事態に際して「一時的に自分のいつもの問題解決手段では逃れることも解決することもできない重要な問題を伴った危険な状況に直面する個人の心理的不均衡状態 (Caplan, 1964)」となる。すなわち、個人が慣れ親しんだ体験とは“異質”であるような問題が起こり、かつそれは“急激”な変化である。これが個人にとって、すなわち主観的に、危機的状況と受け止められるのである。さらに、生起する「問題」の重要さの程度は、それが個人的な体験であろうと、集合的な体験であろうと、事態を受け止めるこころの個別性という要素が関わることになるだろう。ある人にとっては危機であっても、別の人には危機となり得ないという事態も起こるのである。

ともあれ、ここに、対応すべき危機には、物理的・現実的な危機的状況そのものへの対応と、危機的状況に関係する個人の情緒や知覚への対応という、2重の意味が含まれることが明らかになる。先の東北大震災においては、予測不可能な命がけの物理的・直接的被害と危機状況、それを受け止めるこころの危機、さらには避難所生活、マスコミにさらされること、仕事を失うこと、他所への移住の問題など、2重、3重にもわたる危機状況が被災者に今なお体験されているだろうし、そのことが被

災者への重大なストレスとなっていることは想像に難くない。被災直後の介入の必要性はもちろんだが、被災者への長期にわたる心理的支援は重要であると考えられ、支援のための環境整備が求められる。

心理学的危機および危機状態にある個人への心理的介入（危機介入）の研究は、戦争神経症、とくにベトナム戦争からの帰還兵の深刻な社会適応の問題に対する関心をはじめとして、理論と技法の多様な流れの中で発展した。危機介入を論じるとき、真っ先に思い浮かぶのは、外傷後ストレス障害（PTSD）や急性ストレス障害という疾患の名称であろう。これらは、米国精神医学会が編集し我が国においても精神疾患の鑑別診断に利用される『精神疾患の分類と診断の手引き（DSM-IV-TR）』の中で、唯一といってよいほど、原因と結果（症状）との因果関係が明確化され、またその原因を外傷的出来事に限定している。すなわち特定できる外傷的出来事が存在し、そのことによって個人が強いストレスにさらされた結果、苦痛を伴ったその出来事の想起、過覚醒、不眠、感情麻痺や生活の縮小、抑うつなどの症状が発現した場合をさす。

Caplan は、個人の予測不可能な出来事と結びつく危機を状況的危機とし、Erikson, E.H. の自我同一性理論における危機の概念に共通する自立や老化の問題といった、人生のある一つの段階から次の段階に移行することに関連した発達の危機も危機に分類している。とはいえ出来事それ自体、振り返ってみれば人生の節目にあたっていることもしばしばであるし、そこを境に新たな自己との関係性が展開してゆくことについて少なからず共感を得られることと思う。逆に、発達の危機が状況的危機を誘発することも起こりうる。

### 2. 危機的出来事とこころの反応

通常、危機的出来事は個人の外部で起こる。地震や洪水、津波、火山噴火などの自然災害、飛行機事故や列車事故、有害物質の発生、火災、食中毒などの人為的災害があげられる。また、戦争やテロ行為、殺人や暴力事件、放火、爆発、性犯罪など個人の生命の保全が著しく脅かされる事態への遭遇、またはその目撃者となること、近しい者の死および重大な負傷との直接・間接の遭遇、重い病気や負傷による自身の自由や身体的機能の喪失がある。さらには虐待やDVによる基本的安全の喪失の危機にさらされること、学級崩壊、いじめや暴力による直接的・間接的な基本的安全の感覚と自由の侵襲、個人の尊厳の侵害などをさす。こういった外的出来事を受け止める個人の精神活動は、対応に向けて始動する。ところが、出来事そのものは個人にかつて体験されていない状況であるために、既存の問題解決の対処法—いつものやり方—

は通用しない。このような危機状況には一過性のものと反復性、継続性を持つものがあり、危機の強さに加えて時間的要素も重要となる。虐待やDV、いじめなどは、継続性の要素が個人のところに一層深刻な影響を与える。

それゆえ危機的状況は、なにより個人の基本的安全の感覚を喪失させる。この状況が安全でないと察知した個人がまず行うのは、過剰覚醒と過剰活動である。アドレナリンを放出し生理的興奮水準を高めて危機に立ち向かう生物としての反応である。事態に対応すべく臨戦態勢に入るのである。「Flight or Fight (逃避か戦闘か)」の即座の対応が生死を分けるという実感である。海に面した地域の言い伝えとして、津波の時には家族でさえかまわず、ひとりひとりが高い場所を目指しててんでに逃げろというものがあると聞く。生き延びるための古人の知恵は、そう語り継がれることで個人の潜在意識下に保持され、有事に生かされる。

回避は、選択肢として重要な反応である。苦痛の物理的回避だけではなく、精神的回避すなわち感情の回避である。出来事直後の何が起こったか分からない、何が起きているのかを信じるのが困難な状態である。身体的にも精神的にもいわば“凍りついた”一時的な感覚麻痺は、しばしば重大な危機に遭遇した際に報告される感覚である。

この“凍りつき freeze”の感覚は、危機の遭遇によって発生する激しい感情が自我を圧倒するために心理的平衡を保とうとする自己保存の本能に由来する。いわば、ブレーカーが落ちるように、ところが生き延びるために情動の過多の流れを一時的に遮断するのである。

個人がそれまで慣れ親しんだ世界観—個人を取り巻く外的世界の諸要素とそれらの関係性—の警告なしの喪失がもたらす、上述のような心理的混乱状況がここで扱おうとする心理学的危機の定義である。私たちは、個人を取り巻く世界がある程度の恒常性を持って存在していると信じて生きている。この確信は重要である。他者との一定の対象関係を築く能力は、個人を取り巻く世界が安全で一貫しているという確信が人生の早期に獲得できるかに大きく依拠することは知られている。基本的安全感といわれるものである。虐待やDVなどは多くの場合反復性をもつが、これは個人のところが絶えず危機にさらされることであり、基本的安全感の喪失を意味する。被虐待者の出来事への強い情動と結びついた外傷性の記憶は、自己の生活史に裂け目を生じさせ、そのことによって生活史が破たんするばかりか脳機能そのものの変化を生じさせると言われている。とくに人格形成の過程にある幼児期のこういった体験は、その後の人生において多大な苦しみをもたらすことになる。

北山(1992)は、心的外傷について身体的な「傷」に對比させて「乳幼児の方が身体的に傷つきやすいのと同様、乳幼児の心の方が面の皮が厚い大人よりも傷つきやすいので保護が必要なのである。さらに、強い一回の外傷よりも微弱だが慢性的な外傷の方が取り返しのつかない傷を残すことがある」と述べる。箱庭制作の体験を求めて筆者を訪れたA夫人を思い出す。

#### Case Vignette

40代のA夫人は、幼児期から日常的に両親からの身体的・心理的虐待を受けていた。自立できる年齢になるや家を出て自力で高等教育まで終えて、筆者(治療者:以後、治療者として面接場面で語った言葉を〈 〉と表記する)が出会った当時、すでに一定の社会的成功をおさめていた。それにもかかわらず彼女を苦しめていたのは、20代から続く不眠と、アルコール問題、過食、ときに自死の衝動さえ彼女に起こさせる抑うつ感情であった。どれほど人間関係に気を配ろうと、対人関係のいざごは彼女に付きまとい、フロイト派の精神分析家をはじめとしてさまざまなタイプの治療者のもとへ足を運ばせていた。あるコミュニティ誌で筆者の存在を知ったA夫人は、すでに治療関係にあった主治医の同意を得て、箱庭制作を目的に筆者のもとを週1回のペースで訪れることとなった。第2回の面接で彼女は、箱の中で砂を両腕いっぱいを使って動かしてやがて一つの形が浮かび上がっていた。〈人の顔?〉「私を見る父親の冷たい目」と彼女は答えた。砂の顔の眼は大きく見開かれて、まっすぐにこちらを見据えると同時にこちらの視線を拒絶していた。彼女は鉄の塊が付いた鎖を振り回す黒い鎧の騎士を箱の中に置いて、こう言った。「私の父親は私をこんなふうにと殴ったの。」砂箱に浮かび上がった眼は、恐ろしい父親の眼であると同時に、それは幼いA夫人の眼でもあると筆者は感じた。

箱庭に現れたA夫人の眼は、虐待を受けた子どもにしばしば見られる「凍りついた」まなざしであった。幼児期の虐待の体験は、危機状況の反復にその子どもを曝すことであり、幼い子どものころはぎりぎりの生存をかけて状況に対処することになる。それは同時にA夫人のその後の人生における精神生活を支える基本的安全感—あなたはこの世に存在してもよいのだという感覚であり、世界はあなたに危害を加えたりはしないという感覚—を無残なやり方で喪失させたのである。

A夫人は、箱庭に対する並々ならぬ関心を示していたのだが、実際、彼女の創る箱庭の世界は、まるで呼吸の流れがある時間を境に止まってしまったような印象を筆者に与え続けた。面接を漂う停滞感が彼女と筆者の両者に意識され共有されたある回のことだった。彼女は箱庭の砂に水を撒き、砂を

混ぜ始めた。両手でもくもくと砂をこね、ひとまとまりに固めてはそれを崩して、A夫人はやがてフウと息を吐いて作業を終えた。箱庭に水が持ち込まれて以降、彼女の砂に水を混ぜ満身の力をこめて固めてゆく作業は続けられた。そして毎回、満足そうな表情を浮かべて帰って行った。それはあたかも、砂のようにさらさらと危うい彼女自身のこころの土台—基本的安全感—を創造する重要な作業を意味していたかのように見えた。面接は27回にわたったが、最終回、A夫人は、パン生地で作った人形を筆者にそっと差し出した。それは、赤子が質素なゆりかごの中でやすやすと眠っている姿であった。

### 3. 危機の時間

心理学的危機の発生は、平衡を保っていた心の状態が、警告なしに、(個人の実感としては)外部からやってくる力によって、大きく揺さぶられることに始まる。「降ってわいたような事態」であり、予想だにできなかった出来事が「身に降りかかる」事態である。危機という言葉は英語で crisis であるが、その語源は分岐 separate を意味するギリシャ語である。すなわち、危機の時点—機—は、二つの道が出会うところであり、二つの可能性が提示されている岐路である。Crisis は病の峠の意にも使われることから、前進か後退か、生か死かの運命の究極の分かれ道である。

私たちは、時間が過去から現在そして未来への一方通行であると確信している。お気に入りのコップがたとえこの瞬間に割れたとして、コップが元の姿に戻ることはないのである。物理学で「不可逆過程」と説明される時間の流れの一方向性は、喪失にともなう「取り返しのつかなさ」の感情を喚起する。かつてそうであった形状のコップを取り戻すことができないだけでなく、そのコップでお気に入りの飲み物を楽しむあの時間は取り戻せないのである。コップのもつ物理的・客観的時間と同時に、私たちは私たちを取り巻く世界との関わりにおいて成立するような、「個人的時間」の流れを生きているといえる。

ギリシャ神話はこの世の真理を登場する神々の姿で説明するが、刻々と流れる時間の永劫性を支配するクロノスに対して、今の只中である瞬間をつかさどるのがカイロスである。線としての時間感覚と点としての時間感覚である。カイロスの後頭部には髪がないのだが、「チャンスの前髪」とはカイロスの前髪であり、好機は、それと気づいたときには失われているという、決定的な一瞬を表現している。カイロスは、羽根を持った若者の姿で描かれる。これもまた、きまぐれな一撃が「この身に降りかかる」実感と結びつく。カイロスの一撃によって極度の混乱状態に陥ったB子は、短期の心理療法的介入

によって本来の健康さを回復したが、終結を目前に興味深い夢を報告している。

#### Case Vignette

大学生のB子が面接室を来談したのは、彼女が通う大学の専門教育プログラムのひとつを終えて数週間経った頃であった。自室にこもり、食事もとらず、「死にたい」とつぶやくB子のただならぬ様子に、学友が引っ張るようにして連れてきたのがはじまりであった。面接前に施行された心理検査においても、抑うつ指標は心理的介入の緊急性を示していた。〈どうされましたか〉と尋ねると、血の気のない能面のような顔でぼつりぼつりとある出来事を語り始めた。はじまりは、実習初日のほんの些細な失敗だった。うまくやろうとすればするほど彼女の動きは固くなり、そのうちに周囲の人々がひそひそ自分のことを悪く言っている声が聞こえるようになったという。この体験は彼女を圧倒し、精神の正常を彼女自身が疑い始めることになり、一気に抑うつ状態に陥ったようであった。

B子の感情表出の抑制が危機状況による反応であったことは、面接を重ねるにつれてその年代にふさわしい活き活きとした表情が取り戻されたことから明らかであった。幻聴様の症状も内容と今回の出来事との因果関係がはっきりとしており、なにより初回面接の段階で消失していた。したがって精神病圏の可能性というよりも、元来の精神的健康度に問題はなく一過性の危機状態と考えられた。明確にその目的を危機介入に焦点化した面接構造と技法が適用された。週1回の面接が重ねられ、B子の日常生活への適応のみならず将来への希望を語る笑顔が回復されていった。終結を目前にした面接で彼女は、古びた赤い車が目の前を通り過ぎるという夢を報告した。B子は、「あ、終わったと感じたんです」と、夢から目覚めた直後の感想を語った。古臭いものとして終わったものは、いったい何であったのか。B子が陥った危機状況とどのような関係があるのだろうか。対象喪失の視点から検討してゆこう。

### Ⅲ 対象喪失

#### 1. 対象喪失

こころの危機を考えると、危機をもたらした出来事そのものの重大さを測る客観的な尺度は存在しない。この前提は重要である。出来事が重大か取るに足らない些細なものであるかは、その出来事の受け手であり危機の主体であるその人にかかっているし、さらにやっかいなことには、当該のこころにとって重大か些細かの判断はその出来事と直結しているとは限らない。

Freud, S以降の精神分析における重要な概念として

「対象喪失」がある。個人の精神生活にとって重要な対象の喪失体験をさし、おもに依存や愛情の対象であるが、家族などの人間関係だけではなく、帰属する集団との関係性の喪失や、所有物の喪失、理想や確信の喪失、身体的自己像の喪失などさまざまである。これらの喪失は、個人のころにとってその一部が失われることと同義となる。すなわち、対象がそこにあることが当然でありその状況に慣れ親しんでいるころの平衡が破られるのである。個人のころに危機が発生する。

B子は、非常に優秀な学生であった。実際、幼いころからずっとそうだったのだが、何ごともしつなくなしてゆく彼女は周囲の羨望の的であったし、彼女もそのことを自負してきた。周囲の評価は、すなわち、A子の生きるころの世界を構築し、A子自身が面接の中でもちいた「良い子の仮面」という表現がまさに言い当てているように、彼女そのものであったのだ。そこに突如、些細な失敗というかたちで外側から仮面にこつんと一撃を加えられたのである。この些細な失敗という亀裂は、しかしながら、仮面全体を維持できなくなるほどの衝撃であった。いきさつを聴きながら〈(実習の最中に)ぼろっと取れちゃったんだ〉と筆者がほとんどつぶやくように言ったとき、B子は無言で頷いた。彼女の重要な一部であるばかりか彼女そのものである「良い子の仮面」が、カイロスの一打によって引き剥がされたのである。むき出しのまま放り出された彼女は、かつてあった彼女と世界の関係性を失い、まったく異質な世界にさらされることになる。彼女自身がそれに慣れ親しみ、そのことに誇りを持つと同時に、そうである状況に依存し自己を成立させていた自己そのものといってよい「良い子」という対象の喪失による危機と理解することができよう。B子は、治療の過程で喪失したものが彼女にとっていったいどのようなものであったのかを理解し、その喪失を「終わった」という表現で受け入れたのである。さらに車の運動そのもの一走り去る一は、彼女の内に途切れない流れの生成を示唆しており、彼女がもはやむき出しのままではないあらたな自己像の獲得に向けてクロノスの時間を取り戻したと考えられる。

## 2. 喪失を受け入れ、悲しむこと

Freudは対象喪失の際に生じる心理的過程を喪(悲哀)の過程とよび、精神療法の中心的なテーマと考えられている。対象喪失に伴う「胸が張り裂けるような」思いや、「断腸」の思いは、心痛という強烈な感情体験とそれに伴う精神的な苦痛だけではなく、文字通りの身体症状となって体験されることを暗示している。身体も悲鳴を上げるのである。愛するものを失った悲嘆と絶望は、実際

に生命体の死を招くことすらある。小此木(1979)は、旧約聖書の一節をあげて「古代から人間は、悲嘆の極致を、心臓が破裂してしまう感覚として体験し、言い表してきた」と述べる。英語では心臓をheartすなわち「ころ」と同一視している。身体の中であり生命力をつかさどる究極の場であり、「私」のひとつの座なのである。

現実的・外的な愛着対象の喪失は、喪失を体験する個人の対象との関係によって成立していた内的世界の喪失を意味し、これが張り裂ける胸の痛みとなって個人に体験される。この感情は個人を圧倒し、ときに日常生活の適応を困難にする。

危機状況にあるころの反応で述べたように、こういった強烈な感情体験によって「心が破れheart broken」で、適応が破綻してゆくことから自己を生き延びさせるために、いくつかのストラテジーがとられる。ひとつには、喪失の事実を無視するか軽視することである。死者を出した家人は、しばしば葬儀やそのあとの故人に関するさまざまな手続きなどの現実的な作業に追われる。悲哀の感情は抑えられて、目の前の現実的な課題の遂行に没頭するのである。やがてころの作業である喪失を痛む作業がゆっくりと営まれるのである。日本の文化は、悲哀の感覚が集団で共有され、さらに区切り区切りで家族や縁者が会して故人を忍び語らう年忌の設定など、時間をかけてゆっくりと喪の過程を進む装置が共同体に保障されてきた。そのことはそこにつどう個人にとって失った対象の意味を見出す作業となり、新たな関係性を創りあげることもなるのだが、共同体意識そのものが喪失される現代社会にあって、喪失を痛み、喪失を意味あるものとして受け入れる作業は、個人が手探りで行うことになる。

喪失に直面した際の適応のストラテジーに戻ろう。喪失対象そのものの価値の引き下げもしばしば行われることである。「たいしたことない」対象なので、失っても傷つかないという論理である。さらに対象を悪玉化して、憎しみや怒りの感情をぶつけることもある。失った対象の代替を探し続ける方法もある。これらすべては一時的に心の傷の痛みを忘れさせたり、適応の破たんを回避させることにはなるが、失った対象そのものはそこに居続ける。「なかったこと」にしてもそれは「ない」ことにはならないし、「たいしたことない」と価値下げをすること、ましてや憎しみや怒りの否定的な感情は、対象との関係をずっと維持する—こだわり続ける—ことを意味している。

『いばら姫』の物語では、魔女によって世界に千年の時間の停止がもたらされることになるが、人間や動物だけではなく草や木もすべての息とし生けるものが、その瞬間のままの状態で眠りにつくのである。それは生き活

きとしたところの営みからの退却である。ここに、喪失を否定するのではなく、喪失を受け入れ、そのことをここから痛む、深く悲しむ作業の重要性がある。

面接2回目にB子は、初回面接が終わったあとに「何故か分からないけれど、泣いたような気がします」と報告した。喪失によるところの傷つきは、しばしば無益なもの排除すべきものとして直視することを回避し、傷つきの苦痛から逃避が図られる。現実生活の適応の努力は、傷つきを「なかったこと」にしてしまうことがある。彼女の「仮面」は、その個人史の中で重要な対象であったことは事実であるが、さらに言えば、「仮面」によってそれ以前から、傷つきの苦痛を覆い隠していたとも考えられよう。治療は良好な転移の中で進められたが、B子が面接開始直後に「泣いた」ことは重要であった。これは心理的危機状況の中での苦痛の涙ではなく、彼女が「何故か分からない」ほど、それと意識されない、すなわちこれまで親しんだ自我意識のコントロールを破って喪失を静かに悼む、ところの深みからの涙であったように思う。そして彼女自身が存在するために何より重要であると信じていたもの—良い子の仮面—の意味を問い返し、新たな関係性を創造してゆくところの作業に治療者として立ち会うことは、ちょうど喪失を体験した人に寄り添い、その悲嘆を共有し、亡くなった人を忍んで語り合う隣人のような役割であったと思う。面接の回を重ねるにつれて、B子の顔には、初めて見たときの硬さは消え、バラ色の血色と生き活きとした表情が取り戻されていた。面接終盤では、若い女性らしくコロコロとよく笑っていたことも思い出される。

A夫人が失ったものは重大で、その回復にはまだ時間を要するであろう。すでに筆者との治療関係は終結して相当の年月を経ているが、彼女が箱庭に持ち込んだ水もまた、喪失されたものを悼む彼女自身の涙であったのかもしれないと考えるとき、少なくとも、あのときA夫人のところが千年の眠りから覚めて、悲嘆の過程が静かに始まったのだと思えるのである。A夫人は人生の初期において危機状況を体験し、B子は危機のさなかにあった。違いはあれ、両者の危機を「対象喪失」の概念でとらえたとき、筆者との治療関係は、「喪失」を悼む悲哀の過程を共にすることだったといえよう。

#### おわりに

私たちは、人生において危機的出来事に瀕することがある。それは、それぞれの個人のところを成立させてきた対象の喪失でもある。言い換えれば、自分の一部が外的な力によって引きはがされる体験といってよい。そこには強烈な痛みの感情体験が伴う。しかしながら喪失の

事実を受け入れ、そのことをところの底から痛む作業は、早く「忘れること」や「先に進む」ことが良しとされる現代にあって、さらには生々しい感情を露わにすることを避ける我が国の文化背景もあって、しばしば喪失を体験した人自身からも否定される。しかしながら心理臨床の場では、人生における喪失をところから嘆き、悲しみの涙を流すために訪ねてこられたのではないかと思える人々に出会うことが多い実感がある。喪失の危機はところのエネルギーの流れを止めてしまうが、喪失を十分に悲しみつくし、失ったものの意味を問い直し、新たな関係性を築くことによって、生き活きとした精神の営みが回復されると言えよう。私たちは、個々のやり方で悲嘆の過程というこの難しい課題に取り組むことになる。危機下における緊急介入のストラテジーについては、多くの研究がされ、体系化され、その成果の実証と共にさらに整備が進んでいるように思われる。ただ、少しばかり感傷的な表現が許されるなら、ロジスティックの側面だけではなく、喪失を体験した人たちが「ここで今、泣いてもよい」というところの安全な場所の確保がこれから求められるように考える。

#### 文献

- Caplan, G.(1964). Principles of preventive psychiatry, New York : Basic Books p.53  
 北山修 (1992) ことばの心理学—日常臨床語辞典 北山修責任編集 Imago 8月臨時増刊号 青土社  
 中井久夫 (1990) 治療文化論—治療医学的再構築の試み 岩波書店 pp.193-194  
 宮野素子 (1999) 児童虐待の犠牲者であった中年女性との箱庭療法—“遊び”をキー・ワードにして— 心理臨床学研究 vol.17 No.1 pp.1-11  
 宮野素子 (1993) 自己同一性危機の時間制限心理療法—「仮面」を脱いだ女子学生の症例— 生徒指導研究 第4号 pp.83-92 兵庫教育大学  
 小此木啓吾 (1979) 対象喪失—悲しむということ— 中公新書  
 Pitcher, G.D. & Poland, S. (1992) Crisis Intervention in The School Guilford Press, 学校の危機介入 上地安昭・中野真寿 (2000) 金剛出版 p18