

万引癖のあるエリート男性と年配女性セラピストの43回の心理療法を要約して描いたまんがの翻訳で、楽しみながら次のようなことがわかる1冊です。

- (1) まんがという手法を用い、セラピスト・クライアントそれぞれのセリフと同時に、会話に出て来ない「心の中の感情の動き」を描いている。とくにエリート男性の防衛機制が了解可能なようにうまく表現されている。
- (2) 心理療法の内容とプロセスがわかる。とくに本書では夢分析という精神分析的な手法や転移・逆転移の基本的な考え方が理解できる。また、心理療法はセラピスト・クライアントの駆け引き、すれ違いも結構あるが、お互いの視点を受け入れることができ始めるとよい方向に向かうことがわかる。
- (3) まんがの下の注釈で、心理学的な説明がされており勉強になる。

冒頭から「彼女は完璧なセラピストではないし、完璧なセラピストなどというものはいない」、「自分の外見がクライアントに与える印象を気にとめないサイコセラピストは多い。……これは、その人が自分の自己愛の問題を整理しきっているためか、もともとセンスがないためか、またはその両方のためである」などといった皮肉っぽいけど核心をつく表現があり、読み続けたくります。

とくに私が興味深かったのは、幼児期の愛着と防衛機制のあり方です。p. 48には自分の子ども時代が「完璧」と述べる人たちは、両親の不仲などにより主たる養育者にしっかりと愛着できなかったもので、幸福になるための潜在能力が発揮されにくいのが修正は可能、という説明があり、考えさせられます。

心理療法のプロセスとしては、「抑え込んでいた感情をクライアントが感じられる」ようになり (p. 80)、愛情を求めたのに得られないとしたら、自分が言うことを聞かない悪い子だからと無意識に思ってきたが、そうではないことがわかり (p. 112)、そして後半では、強烈で肯定的な情緒的体験にともなって「愛に包まれている」と感じ見知らぬ人からの善意を受け入れやすくなる (p. 131) というようなクライアントの変化は、素人の私には完全な理解は難しいものでした。しかし、このまんがのケースは一つの例とはいえ、多くの感情的な混乱を巻き起こしながらよい結果を導こうとする心理療法のプロセスが少しわかったような気がしました。

訳者のひとりが「臨床心理学」担当の清水めぐみ先生。心理系スクーリング時に教室に閲覧用としておきますので、是非ご覧ください。 (Pon)

フィリップ・ベリー著 鈴木龍監訳 酒井祥子・清水めぐみ訳『まんが サイコセラピーのお話』金剛出版、2013年 定価2520円 (税込)