

「ダンスセラピー研究」 第9巻 投稿論文

日本ダンスセラピー協会発行

2016年

1) 論文種類：活動報告

2) 題目

(和) セラピストが直面するクライエントの不在とそれによる影響

～青少年を対象としたダンスセラピー

(英) Clients' Absenteeism that the therapist faces and its impact on her/him

～ Dance Movement Psychotherapy for Adolescents

3) キーワード

(和) 不在、青少年、スーパービジョン、ケステンベルグ・ムーヴメント・プロフィール

(英) absenteeism, adolescents, supervision, Kestenberg Movement Profile (KMP)

4) 著者および所属

中山実生 Mioi Nakayama, MA, UKRDMP (Registered Dance Movement Psychotherapist, U.K. Association for Dance Movement Psychotherapy)

ロンドン大学院ゴールドスミス・ダンス・ムーブメント・サイコセラピー修士課程修了／英国ダンス・ムーヴメント・サイコセラピー協会認定ダンス・ムーヴメント・サイコセラピスト、JADTA 会員

5) 連絡先 Email: mioinakayama.dmp@gmail.com

<https://uk.linkedin.com/in/mioinakayama>

<http://mioinakayamadmp.wix.com/mioinakayamadmp>

6) 抄録： 本報告において、ダンスセラピストである筆者が、セラピストになるための実習で青少年を対象にダンス・ムーブメント・サイコセラピー (Dance Movement Psychotherapy: 以下 DMP と略) で経験した「クライエントの不在」について考察した。特にセラピストになるための実習の間、クライエントがセラピーに来ないことに対して筆者が経験した不安やフラストレーション、それをどのようにスーパービジョンで考察したかを振り返る。更に、クライエントの頻繁な不在の中にも、クライエントの動きやセラピューティックな関係において発展が見られたことをケステンベルグ・ムーヴメント・プロフィールと照らし合わせて考えてみる。

7) 本文

I. 思春期の青少年へのセラピー

筆者は2013年よりロンドン大学大学院ゴールドスミス校にてダンス・ムーヴメント・サイコセラピー (Dance Movement Psychotherapy、以下DMPと略) 修士課程に所属¹し、その2年目²においてロンドンにある Pupil Referral Unit (PRUと略) ^{ブリュー}と呼ばれる学校でDMPの実習を9か月間（うち6か月はセラピー実施期間）行った。PRUには、何等かの理由で一般的の学校から“永久追放”となった青少年たちが通っている³。私の実習先では、14~17歳の男女約60名が、大学進学、職業訓練、芸術の3つのコースに分かれて学んでいた。クラスは生徒5~8名に対して教師2名、臨床心理士が1名、ダンスセラピストが1名勤務しているが、生徒たちのニーズが多種多様なので対応しきれていない。トラブル発生に備えて学校には警察官が常駐し、登校時には手荷物検査とボディーチェックが行われている。経済困窮家庭の生徒も多く、朝食が提供されている。廊下で生徒が大声で叫んだり、乱暴な言葉を教師や友人にあびせて挑発したりするなどいつも何かが起きていた。生徒はボディバウンダリー（身体への境界線）への意識が低く、他人に平気でぶつかることが度々みうけられた。そのような時私の体も緊張し強張っていくのが感じられた。

ヴァイオレットとの出会い

ヴァイオレット（仮名）は小柄なアフリカ系イギリス人で、見た目も雰囲気も“dashing”という言葉、つまり颯爽という言葉が合う多感な16歳の少女だった。教室で彼女の隣に座った時、授業中に彼女は恥ずかしそうに私と少し言葉を交わしたが、先生や友達には大声で乱暴に叫んでいるギャップが印象に残った。小学校の頃は普通の子どもと記録されているが、7年生辺りから欠席が増え、8年生では停学や授業妨害等を何度も起こした。9年生の時に中学校で強制退学の処分を受け、今のPRUにやってきた。ヴァイオレットが7歳の時、両親は離婚し、母子家庭である。母親は現在失業しており生活保護を受けている。兄弟は4人中、注意欠陥多動性障害（ADHD）の弟2人がPRUに通っている。現在、PRUが把握している問題は、彼女には逮捕歴があり、少年院関係機関の指示に従う義務があること、日常的に大麻を吸っていることなどである。

以上の経歴や現在学校で“手を焼いている生徒”的な一人であることから、言葉に頼らず表現したり、人との関係性を作る機会を与えるDMPの効果が期待できるのでは、という筆者と学校側との意見の一致があり、6か月間のセラピーを行うことになった。一般に学校でセラピーを行う際は、特に出席率は必ず確認するが、ヴァイオレットは最近学校にほぼ毎日出席している、と伝えられたので彼女に決定した。これからヴァイオレットとの6か月間の道のりはどのようになるのかと、私は期待と不安を同時に感じていた。セラピーは、ヴァイオレットの集中力が切れるであろうと予想される昼食直後の午後のクラスの時間に行われることが決められた。

II. クライエントの「不在」とセラピューティック関係

ヴァイオレットとのセッション（Sと略）は週1回、50分間計18回予定されたが、結果的に計10回しかDMPを行うことが出来なかった。

1. セラピーの始まり -S1 ~ 2

初期の S では、ヴァイオレットが私の動きを見て真似ており、自分で動きをつくることに戸惑いを感じていたようだ。観察された彼女の動きの特徴はケステンベルグ・ムーヴメント・プロフィール (KMP)⁴ でいうと、肩の動きが硬く (straining) く、これは動きをマスターしていない Pre-Effort⁵ にあたる。動きの範囲 (Kinesphere) も中ぐらいであった。彼女にとって DMP が恐らく全く未知のものであると同時に、私は初めて青少年を対象とすることに戸惑いと不安を感じ、逆転移が生じていた。

2. 不在と逃避 -S3 ~ S8

冬休みが明けてから、学校に来ない日が他の日でもあることを担任から聞くようになる。筆者は朝礼で担任と必ずヴァイオレットの 1 週間の出席率や変わったことがなかったかなどを話すが、当日セッションが行えるかどうかは、彼女が他の生徒と同様遅刻が多かったため、お昼になるまで分からず、私は不安とフラストレーションを同時に感じ始めた (S3 以降)。S4 の直前に、ヴァイオレットは登校したが、

「セラピーには行かない！」と先生に言い、廊下で大声でスラングを叫んでいたが、先生に無理やり連れて来られた。私を戸惑わせたのは、実際セラピールームで会うと、「おとなしい“良い”女の子」のようになり「別人」のように感じたことだ。

S5 辺りでヴァイオレットは人の家を泊り歩き家には帰宅せず、学校からも足が遠のく一方で、ドラッグの取引に関わり警察に補導された。補導の後、裁判にて Tag と呼ばれるセンサー付きの輪を足に着けて 24 時間警察の監視下に置かれることが決まった (S7 辺り)。それは彼女の現実が余りにも深刻かつ混沌としていることを実感させられた衝撃的な事実であった。

この時期に観察されたヴァイオレットの動きは、外に広がるのではなく自分の方へ向かうバイポーラ・シェイプーフロー (Bipolar Shape-Flow) であった。KMP ではこれは対外関係を示唆し、動きが広がれば喜びを、狭まって縮まれば不快を示すとしている。

3. 不在から継続 -S9 ~ 13

中間の休み後、ヴァイオレットは Tag を装着したためか、途絶えていた登校が比較的継続的になる。セラピーにも続けて出席、セラピューティック関係が発展するかのように思えた (S9 ~ 13)。

体の動きも S9 辺りより腕の動きに流れが現われ、体半分 (Body-half) だけを使った動きが少くなり継続的な動きが見られるようになる。筆者はクライエントの動きを取り入れるも全く同じように動かず (mirroring) 、同調 (attuning)⁶ することに集中した。その結果、ヴァイオレットは筆者の動きをみながら真似をすることが少なくなり、むしろ自分で自分の動きをし、スペースを活用するようになった。セッションの後にそれを彼女へフィードバックすると、「普段は何をしなければならないか周りから言われるけど、動くことで自由を感じて、元気が出た」と述べた。動きを通してクライエントに自律性 (autonomy) を与える事が重要だ。

S11 が始まる前、ヴァイオレットはタトゥーのように腕に「家庭」と漢字で大きく書いていたので、動く前にその字に気づいたことを述べた。すると、その日の話題は「家族」となり、彼女の人生において父親は身体的にも精神的にも不在、母親は精神的に不在であることが分かった。

S2	○	S11	○
クリスマス・冬休	S12	○	
S3	A	S13	○
		イースタ	
S4	○	—	
S5	A	S14	○
S6	○	S15	○
S7	A	S16	A
S8	A	S17	A
中間休み	S18	A	
S9	○		

○は出席、Aは欠席
表 1 : 筆者が行つたセラピーセッションの回数と出席を表したもの

この日、ヴァイオレットは積極的に自分から動き、終わった後に「以前は（セラピーで）“鳥かご”にいたようだったけど、何だか“車いす”から立ち上がったような気分で踊った」と言った。S13では動いているときに自由を感じたことと比較して、「学校は“刑務所”にいるようなもの」とヴァイオレットは表現した。

4. エンディングの欠落～S14～18

ヴァイオレットとのセラピーでは同じように動いたり、布を介してつながったりするようなことはなかったが、S14、15と2週続けて行ったとき、同じリズムを二人で踏む段階まで発展した。この時、私はエンディングの準備をするとができると希望を持ったが、最後3週（S16～18）ヴァイオレットは現れなかった。この3週間は一人、セラピールームで感じていた自分の気持ちや彼女に対する思いを確かめようと動いてみた。最後の週は、ヴァイオレットが好きだと言っていた紫色の紙を私は選び、セッションでの思い出などを書き綴った手紙を残して別れを告げた。

エンディングもクライエントも不在と分かったとき、私はセラピストとしての仕事が「未完結」に終わった感を強く抱いた。これまでに経験したことのないクライエントの頻繁な「不在」により、セラピストとしての私に様々な感情が沸き起こるのを体感した。学校に来て時間が無駄になった、実習ができないと何も学べない、などという焦りとフラストレーションが大きくなっていくのを感じた。一方で、セッションごとに「久しぶり」に会うクライエントと何から始めて良いのか分からず、もしかしたら私は力量不足で不十分なセラピスト（not good enough⁷）だからではないかという不安も倍増した。DMPにおいてはクライエントとの信頼関係、セラピューティックな関係を築くことが第一であるが、もうクライエントは来ないので、「間違った」クライエントを選んでしまったのかなどの葛藤も生まれ、クライエントを信じることができないのはセラピストの方ではないか、という罪悪感に似た気持ちに陥った。

スーパービジョン⁸では、私の気持ちは受け止められ、彼女の実際の「波乱に満ちた日常生活」と「不在」についての関係性について振り返った。ヴァイオレットの断続的な出席は「スタート＆ストップ」というケステンベルグ⁹のいう、子どもが自我のコントロールを学ぶスタート・ストップ・リズムを思い出させるものだ、とスーパーバイザーが述べていたのが印象的であった。ヴァイオレットは自分が自分の人生をコントロールすることを無意識に望んでいるのではないか？常に何かを始めては継続できない現実が彼女の人生なのか？そのようなことをスーパービジョンで振り返ることができた。

III. 考察～現実と向き合う

クライエントの不在とは、クライエントの“今の現実”に向き合うことである、と実感した。第一に、ヴァイオレットを取り囲む現実には様々な問題が複雑に絡み合っており、それが「自由」を感じさせない学校から足を遠のけさせている現実があることだ。第二に、誰かに守ってもらう、誰かが彼女のためにいてくれる、という現実が彼女には存在していないかもしれない。よって、毎週同じ時間に同じ場所で待っているセラピストとセラピーを無意識に退けていたかもしれない。クライエントがセッションに遅れたり、来なかつたりするのは彼らが「セラピーで向き合うかもしれない辛い感情の現れを最小限にするため¹⁰」でもある。最後に、セラピーを開始する前に、ヴァイオレットにはもう少しの時間とサポートが必要だという現実がある。つまり、セラピーがこの人には必要だと関係者が思うだけでは不十分で、クライエントもまたセラピーに向き合える準備が出来ていることが必要だ。セッションでは「今の私は大丈夫」とヴァイオレットは何度か

言っていたが、実際彼女は厳しい現実に本当の感情を封じ込めさせてしまい自分の身を守っているのではないかと感じた。

IV. 結論

今回のセラピーでは断続的なDMPにおいても、動きの創造性や自律性の誕生をクライエントの内に観察することができた。また、スーパービジョンでは10代の青少年が直面する厳しい現実を振り返ることで「不在」について考察を深めることができた。実習であったため時間が限られていたが、青少年には長期でセラピーを提供していくことが重要であると考える¹¹。ヴァイオレットの複雑な状況が少しでも改善でき、どこかでいつか安心して心を開け語り動ける場所に彼女が出会えることを望んでいる。

¹ 筆者は2013年～2015年在籍。イギリスでダンスセラピストになるには、必ず修士課程で2年履修しなければならないと、英国ダンス・ムーヴメント・サイコセラピー協会が規定を設けている。イギリスでは4つの大学と1つの団体で修士が履修できる。資格卒業後も、CPD（Continuous Professional Development）という枠内で、年24時間のダンス・セラピーに関連した訓練を受けることが義務付けられている。又、卒業後、協会が認定するトレーニング67時間、クリニカルアワー450時間（スーパービジョンは必須）、2年はパーソナルセラピーを継続すること、先のCPDを5年間で250時間受け、エッセー5000字を書くことで、イギリスの心理療法の大母体である英国カンセリング・心理療法協会（UKCP：United Kingdom Counselling and Psychotherapy）の認定を受け、その団体のメンバーとしても活動ができる。

² ゴールドスミスでのダンス・ムーヴメント・サイコセラピーの修士課程では、2年間実習期間を持つ。1年目は子ども対象、2年目は大人対象のセラピーを行うのが基本。約8か月の実習のうち、1年目は5か月間、2年目は5～7か月程度のセラピーを行う。実習先は大学側がアレンジした場所もあれば、生徒自らがアレンジしてDMPを行う。筆者が通った実習先は、1年前のDMPの学生が実習を行い筆者に引き継がれた。2か月間は様々な授業に参加して観察の期間を持ち、自分の中で気になる生徒を幾人か選択。その後関係者と話し合いをしてクライエントが決定される。

³ その他、学習障害や病気が理由で進学に遅れがあり特別支援を必要とする生徒も通う。

⁴ スーザン・ローマンによるレクチャーノートより。（エッジ・ヒル大学で行われたKMPワークショップにて配布。2015年6月）

⁵ Pre-Effortは6つに分類されている。Channelling, Flexibility, Straining (Vehemence), Gentleness, Sudden, Hesitation

参照：Kestenberg-Amighi, J. and Loman, S. The Kestenberg Movement Profile Explained. In: Kestenberg-Amighi, J., Loman, S. Lewis, P. and Sossin, K. M. (Ed) (1999). The Meaning of Movement. Developmental and Clinical Perspectives of the Kestenberg Movement Profile, 1999, Routledge. Taylor & Francis Group. New York and London.

⁶ DMPにおける mirroring はダンス・セラピーのパイオニア、マリアン・チェイスが導入したスキル。ミラリングは“真似る”こととは違い、動きにおける同感を表し、クライエントとのつながりを意味する（参考： McGarry, L.M., & Frank A Russo (2011). Mirroring in Dance/Movement Therapy: Potential mechanisms behind empathy enhancement, *The Arts in Psychotherapy*, 38, pp.178-184）。一方で、attuning とは、セラピストがクライエントの動きの“質”に同調することであり、ミラリングのように形やその形態、リズムなどの点で同じように動くこととは異なっている。（参考： Tortora, S. (2006). *The Dancing Dialogue*. Baltimore, London, Sydney, Paul H. Brookes Publishing Co. ）

⁷ Winnicott, D. W. *Playing and Reality*, 1971, Routledge. London and New York.

⁸ スーパーヴィジョンは大学で週1回90分間行われる。4人学生がいれば、一人の持ち時間は20分、と限られた時間の中でセラピー内容について話をしたり、実際に他の学生やスーパーバイザーと動いたりして、それぞれのケーススタディを振り返る。

⁹ Kestenberg-Amighi, J. and Loman, S. The Kestenberg Movement Profile Explained. In: Kestenberg-Amighi, J., Loman, S. Lewis, P. and Sossin, K. M. (Ed) (1999). *The Meaning of Movement. Developmental and Clinical Perspectives of the Kestenberg Movement Profile*, 1999, Routledge. Taylor & Francis Group. New York and London.

¹⁰ Rouholamin, C. The “frame” as a container for the erotic transference-A Case study. *Psychodynamic Practice*. Vol.13(2) pp.181-196, 2007, 引用： Beveridge, 2004, p4

¹¹ 実習は大学の年度末で終わるため、5～7か月間という短いセラピーを学生は行うことになっている。