早稲田大学臨床心理学研究　第 19 巻　第 1 号　p.109～118

展望論文
Review

# 自己構築におけるナラティヴとメンタライジングの関連
## ――研究動向と今後の展望――

松葉 百合香　リー スティーブ ケイ　原口　幸　板野　蛍
岩﨑 美奈子　井原 成男　桂川 泰典　早稲田大学

**The relationship between narrative and mentalizing in self construction: Recent issues and prospects**

**Yurika MATSUBA, Hotaru ITANO, Miyuki HARAGUCHI, Steve LEE K, Minako IWASAKI, Nario IHARA, and Taisuke KATSURAGAWA**（*Waseda University*）

Narrative approaches have been found to be effective in helping adolescents establish their identity, which has strong influence on mental health and interpersonal relationships. Self-narratives are co-constructed through the interactions between therapists and clients, and mentalization is one of the socio-cognitive processes through which such interactions occur. We reviewed previous findings regarding mentalization as relating to the construction of the story of self. We collected literature related to theories of mentalization in regards to the construction of the story of self and classified the findings into 5 categories, (1) Definition of mentalization, (2) Mentalizing of the narrative construction process, (3) Measurement of mentalizing process using narratives (4) Mechanism of self-construction, and (5) Support methods for self-construction. The findings obtained by this review were integrated to create a Narrative-Mentalizing model (N-M model). This model implies that it is possible that the act of co-constructing a story of self can improve mentalizing abilities.

**Key words:** narrative, mentalization, identity

*Waseda Journal of Clinical Psychology*
2019, Vol. 19, No. 1, pp. 109 – 118

青年期は，自己同一性（Erikson, 1959）の確立という発達課題を抱える重要な時期である。青年期に生じる心理的問題や対人関係における問題の背景には，自己の不安定さやアイデンティティ形成の未熟さがあることが多い（山本，2003）。自己同一性があるという感覚は，「自分は他者とは異なる独自な存在であり，生育史から一貫した自分らしさの感覚を維持しているという自分についての確信ある体験である（山岸，1990）」。青年期は外界の捉え方が，関係的，統合的になり，他者との関係の中での自分をみつめ，他者の自分に対する反応を基準に自己をとらえられるようになる時期であるが（Damon & Hart, 1982），「これこそが自分だ」という自己理解が形成できないとき，青年は同一性拡散状態になり，その不安な状態から逃れるために，自分らしさを犠牲にして何者かに過剰に同一化してしまったり，社会的な価値に合わない否定的な方向に自分を同一化してしまう（山岸，1990）ことで，心理的問題や対人関係における問題などの不適応が生じる。そのため，青年期の心理臨床においては，問題の解消という側面だけでなく，発達の促進も重要となるため，自己同一性の確立に向けた支援が必要である。

個人の自己のアイデンティティはナラティヴ（物語）として保持している（榎本，1999）ことから，自己同一性は物語によってもとらえることができる。ナラティヴ（narrative）とは「2 つ以上の出来事をむすびつけて筋立てる行為」（やまだ , 2000），または「複数の出来事を時間軸上に並べてその順序関係を示すこと」（野口 , 2009）などと定義されている。自己ナラティヴとは，現在の自己の在り方とそこに至る経過をうまく説明するような物語である（榎本，1999）。つまり，過去の自己と現在の自己に生じた出来事を結び付けて物語を紡ぐことで，自己の同一性を自覚することができるようになる。したがって自己同一性における問題への支援には，ナラティヴの考え方が応用できるとされている（浅野，2001）。

ナラティヴ研究では，「語り」は語り手と聞き手の相互行為の中で構築されるという語りの共同性が重視

されてきた（e.g., やまだ, 2000）。この語りを構築する相互行為には，聞き手が何を知っていて，何を知らないのか，どのような情報を提供すべきかの判断を含むため，心の理論などの社会的認知が関連している（Colle, Barron-Cohen, Wheelwright, & Van der Lely, 2008）。従来から臨床心理学の領域において，ナラティヴの行為には社会的認知が関わっていることが指摘されてきた（仲野・長崎，2009）が，中でも，他者と自己の行動から精神状態を推測し，感情調整を行うという一連の社会的認知機能を包括する概念として，メンタライゼーション（mentalization）が注目されている。メンタライゼーションとは，「自己・他者の言動・行為を，心理状態（欲求・感情・信念）に基づいた意味のあるものとして理解すること」（Bateman & Fonagy, 2004）と定義される。メンタライゼーションの概念自体は古くから精神分析の領域で用いられていたが, Bateman & Fonagy (2008) がメンタライゼーションに基づく治療（MBT: Mentalization-based treatment）としてメンタライゼーションの不全を回復させる技法を体系化したことで再び注目を集めている。MBT は自殺行為や自傷行為の引き金となる影響，衝動的規制，対人的機能の問題に対処するために，愛着の文脈で自分自身や他人の精神状態を理解する患者の能力を強化することを目的としている（Bateman & Fonagy, 2009）。セラピストは患者の主観的な自己意識に焦点化するためのテクニックとして，（1）患者のメンタライジング能力を特定し，それに働きかける，（2）セラピスト自身と患者の内的状態を表現する，（3）それらの内的状態に焦点を当てる，（4）長期間にわたり患者による継続的な挑戦に直面し，それを維持する，といった介入を行う（Bateman, A., Bales, D., & Hutsebaut, J., 2015）。近年ではこのMBTは境界性パーソナリティ障害（以下，BPD）の治療的介入において効果が報告される（Bateman & Fonagy, 2008; Bateman & Fonagy, 2009）など，介入効果のエビデンスが蓄積されつつある。例えば，Bateman & Fonagy（2009）による MBT の介入研究において，BPD の患者を無作為に 2 群に分け MBT を行う介入群と統制群を比較した結果，介入によって自殺自傷行為や入院などの臨床的に重大な問題が減少し，症状や社会的適応，対人関係機能を改善することが明らかとなった。

このように，自己同一性の問題にはナラティヴによる支援が必要であり，他者と共同で行われるナラティヴの構築過程にはメンタライジングが関連する。しかし，自己をとらえるナラティヴの構築過程で生じる，関係性を認知するメンタライジングのプロセスについて詳細な記述はされてこなかった。したがって本稿では，ナラティヴとメンタライゼーションに関する知見を整理し，他者とのかかわりの中で自己を構築していく際のナラティヴとメンタライゼーションの関係性を見直すことを目的とする。本稿のレビューにより，青年期の自己同一性に関する臨床心理学研究と支援の双方に有用な自己構築プロセスへ理解を提供することが望まれる。

## 自己構築におけるナラティヴとメンタライジングの関係

### 文献収集の方法

自己構築におけるナラティヴとメンタライジングの関係を示す知見を整理するために，文献（論文および書籍）によるレビューを行った。論文の抽出は，近年の研究動向を調査するため，調査対象は 2000 年 1 月～ 2019 年 5 月までに出版された論文とした。論文の検索は2019年5月20日に行った。論文検索には，データベースとして CiNii, PsychoINFO, J-Stage を用いた。英語では『narrative（OR story）AND mentalization（OR mentalize, OR mentalizing）』，日本語では『ナラティヴ（OR 物語，OR 語り） AND メンタライゼーション（OR メンタライズ，OR メンタライジング）』の式によって検索をかけた。その結果多数の論文が見つかったため，以下の適格基準に照らし合わせ，選定を行った。

（1）日本語文献の場合，タイトル，アブストラクト，キーワードのいずれかに「ナラティヴ（または物語，語り）」もしくは「メンタライゼーション（またはメンタライズ，メンタライジング）」に関する記述があること。

（2）英語文献の場合，タイトル，アブストラクト，キーワードのいずれかに「narrative（または story）」もしくは「mentalization（または mentalize, mentalizing）」に関する記述があること。

（3）ナラティヴとメンタライジングの関係性に関する記述，または自己の構築に関する記述があること。

（4）心理学，社会学の学術論文であること。

また，書籍の抽出には，抽出された論文の中で複数回引用されている著者の著作や，ナラティヴ研究及びメンタライジング研究に関する学術書を出版している研究者の著作を用いた。その後目次を読み，「ナラティヴ」と「メンタライジング」の関係を示す記述がある書籍をリストアップした。選定の結果，最終的に 19 本の論文・書籍が抽出された。

## 結　　果

対象となった文献をカテゴリーごとに Table1 に示した。抽出された文献から自己構築プロセスを理解するため，抽出された知見を（1）メンタライゼーションの定義，（2）ナラティヴ構築過程のメンタライジング，（3）ナラティヴを用いたメンタライジングの測定方法，（4）自己構築のメカニズム，（5）自己構築に向けた支援方法，のカテゴリーに分類した。以下にカテ

Table 1
カテゴリーごとの対象文献（発行年順）

| カテゴリー | 著者 | 文献識別 |
|---|---|---|
| 1 メンタライゼーションの定義 | Baars（1998） | 理論的研究 |
| | Edelman（1989） | 理論的研究 |
| | Bateman & Fonagy（2004） | 専門学術書 |
| | Satpute & Lieberman（2006） | 理論的研究 |
| | Allen et al.（2008） | 専門学術書 |
| | 崔(2016) | 専門学術書 |
| 2 ナラティヴ構築過程のメンタライジング | Fonagy（1997） | 理論的研究 |
| | Holmes（1999） | 理論的研究 |
| | 石谷（2012） | 調査研究 |
| | Allen（2013） | 専門学術書 |
| | 石谷（2014） | 調査研究 |
| 3 ナラティヴを用いたメンタライジングの測定方法 | Cohler（1982） | 理論的研究 |
| | Fonagy（2003） | 介入研究 |
| | 野村（2005） | 専門学術書 |
| | 野村（2008） | 専門学術書 |
| 4 自己構築のメカニズム | Fonagy(2003) | 介入研究 |
| | Bateman & Fonagy（2004） | 専門学術書 |
| | Fonagy（2004） | 介入研究 |
| 5 自己構築に向けた支援方法 | Gargen & Kaye（1992） | 専門学術書 |
| | 小森ら（1999） | 専門学術書 |
| | 遠藤（2006） | 理論的研究 |
| | Fonagy（2004） | 介入研究 |

ゴリーごとの知見を整理する。

## 1．メンタライゼーションの定義

メンタライゼーションとは，「個人が自分や他者の行為を，個人的な欲望やニーズ，感情，信念，理由といった志向的精神状態に基づく意味のあるものとして，黙示的かつ明示的に解釈する精神過程」（Bateman, & Fonagy, 2004）と定義されており，自他の精神状態を理解するための社会的認知に関する包括的概念である。多くの場合，「メンタライズする（mentalize）」という動詞形や「メンタライジング（mentalizing）」という動名詞形で用いられる（崔，2016）。メンタライジングには黙示的に行われるものと明示的に行われるものがある（Allen，2008）。黙示的メンタライジングは潜在学習に基づく直観のことで，非言語的な情動的コミュニケーションに適切に反応する能力の土台となるものである（Allen，2008）。黙示的メンタライジングは心的なものの領域にあるので，意識的なプロセスではあるが，低水準の意識，つまり原意識（basic awareness）を反映している（Edelman, 1989）。それに対し，明示的メンタライジングとは，高次の意識，自己認識（self-awareness）を伴い，さらにナラティヴ（例えば，問題のある行動を説明するストーリーを構成すること）を伴う（Allen，2008）。特に明示的メンタライジングは，黙示的メンタライジングのように自動的に行われるものではなく，意図が伴うため制御することができ，高次の意識により新しいことに対処し，柔軟に問題を解決することが可能になる（Barrs, 1998）という特徴がある。メンタライジングに焦点づけた介入では，多くの心理療法でも行われるように，黙示的

次元にある意識的でないものをより意識的なものにすることもあれば，逆に明示的過程（高次の意識）を利用して黙示的次元に注意を向けることも行う（Allen, 2008）。なかでも，自己と他者の感情に注意を向けることで，リフレクティブな過程が次第に自動的な反射的過程へと変容することが期待されている（Satpute & Lieberman, 2006）。以上の結果を整理すると，メンタライジングに高次的な意識を伴う明示的メンタライジングと，より自動的で直感的に行われる黙示的メンタライジングがあり，明示的メンタライジングはナラティヴとして捉えることが可能である。また，心理療法において，クライエントが自動的に行っている黙示的メンタライジングに，明示的過程を通して意識化することで，内省が生じ，次第に適切なメンタライジングが黙示的にも行えるようになることが示唆されている。

## 2. ナラティヴ構築過程のメンタライジング

石谷（2012）は，人形遊び技法（Doll Play Technique: 以下，DPT）に見られる子どものメンタライゼーションの評価を試みている。人形遊び技法の1つであるMacArthur Story Stem Battery（MSSB）は，ストーリーの出だし（story stem）を子どもに提示し，子どもに言葉や人形を使って遊戯的に演じさせ，子どもにその続きのストーリーを作ることを求めるものである（石谷，2012）。そのストーリーに見いだされる表象世界には，子どもが日々の対人関係を営む際に安全で満足のいく経験が得られるような方略，つまり子どもが情緒や行動を調整・統制する際の内的なモデルが含まれている。そのため石谷は，以下のように述べている。「登場人物がいろいろな思考的精神状態をもつように描かれ，登場人物の間で相互交渉が生じるストーリーを作り出す子どもは，自他の精神状態にリフレクティブに関心を向け，複数の視座を共存させかつその視座同士の対話を心の中で行いうると予測される。このようなストーリーはテーマの一貫性や組織化が高く，メンタライゼーション（特にそのリフレクティブな自他の心の理解と自他間の情緒の調整など）と深く関連するものが多く含まれるだろう」（石谷，2012）。つまり子どもが人形遊びを通じて取り組むのは，自己と他者・世界との関係についてのナラティヴの創造であり，セラピストと子どものナラティヴの共同構築過程にはメンタライゼーションの能力が関わる。したがって，ナラティヴの形式を規定する要因の1つとして，メンタライジング能力に着目している。

Holmes（1999）は不安定な愛着という文脈において，ナラティヴの能力における3つの病理を区別した。「(1) 硬直した物語に固執すること，(2) 物語化されていない体験に圧倒されること，(3) トラウマ的苦痛を抱えて（contain）おけるほど強力なナラティヴを見いだせないこと」である。これらの病理は，すべて明示的メンタライジングにおける機能不全を反映している（Allen，2008）。したがってメンタライジング不全による情緒の自己調整の困難さはナラティヴによる自己の組織化の病理と関連している。

以上より，ナラティヴを構築する際には，物語に登場する人物の精神状態についての推測が必要になるため，メンタライジングが行われている。また，この登場人物に対するメンタライジングは，日々の対人関係におけるメンタライジングを行う際の内的なモデルが含まれている。そして，登場人物の複数の視点から対話を成立させることができるほどメンタライジング能力が高いと，語られたナラティヴには一貫性があるというように，メンタライジング能力はナラティヴの形式を規定する要因の1つであると示唆されている。

## 3. ナラティヴを用いたメンタライジングの測定方法

近年，メンタライジングの個人差を測定するための方法が検討されている。Fonagyら（1997）によるリフレクティブ機能尺度や，石谷（2014）による相互交流プロセスのコード化に基づく測定方法がある。これらは，メンタライジング能力がナラティヴの形式を規定することから，語られたナラティヴを用いてメンタライジングの様相を測定しているという共通点がある。

Fonagy（1997）はメンタライゼーションを実証研究において検討するため，「リフレクティブ機能（reflective function；以下，RF）」として操作的定義を設けた。そして，成人愛着面接（Adult Attachment Interview：以下，AAI）における語りをRFの観点から測定する基準を設け，リフレクティブ機能尺度を開発した。RFの評定は「ネガティブRF（メンタライジングへの反感）」から「並外れたRF（特別に洗練された，一貫性のあるメンタライゼーション）」までの6段階が設定されており，RFのレベルごとにAAIにおける語りの特徴が示されている（Table2）。愛着のナラティヴという特定の文脈におけるメンタライジングの質について，RFにおける多様な面の査定をもとに行うという特徴がある（Allen, 2013）。

また，石谷（2014）は，人形遊び技法における相互交流から共同構築されたストーリーを，メンタライジングの観点から自己調節と相互交流調節について評定することを試みた。まず，相互交流をプロセスとして捉えるために，映像記録をもとに，幼児と面接者の作話に向けた1つの志向的態度（一塊の思考，感情状態，行動など）を1ユニットとし，しかもその前後のユニットの言動とは志向的態度が区別できることをユニット分割の基準とした。次に，ストーリーを共同構築する幼児と面接者との相互交流プロセスのコード化を行った。自己調節コードと相互交流調節コードを設

Table 2
Fonagy & Target（1997）によるリフレクティブ機能（RF）のレベル

| レベル | RFの特徴 |
|---|---|
| ネガティヴRF | メンタライジング的姿勢に対する積極的，敵対的な抵抗。内省の蔑視。奇妙で露骨に妄想的な帰属。あらゆる内省の完全な欠如という背景のもとで見られるもののすべて。 |
| RFの欠如 | 内省は完全に，あるいはほとんど完全に欠如している。陳腐で簡単に割り切りすぎるメンタライジング。過度の具体性。内省の失敗を示す明らかに不正確な帰属。 |
| 問題のあるRF<br>あるいは低いRF | 精神状態についての考慮の芽生え。どちらかといえば表面的で人間味に欠ける。全般的に精神状態やそれらと行動との関係への言及が個別的でなく，明確でもない。あるいは，その個人の体験とつながっていない，過度に分析的で，まとまりのない洞察。 |
| 通常のRF | 非臨床群によくみられる。その個人が自分と愛着人物に対して一貫性のある心のモデルを維持していることを示す，多くの内省の例。思考や感情と関連させて体験を理解する能力。複雑さや繊細さは，やや欠けている。ある重要な関係に関しては内省の限界を示す徴候が見られるが，それと並行してほかの関係では適切な内省がみられる。 |
| 有標的RF | 行動の背景にある精神状態を探り出そうとする努力の証拠である，一貫して維持される内省。登場人物の考えと感情についての詳細な理解。行為と関連する精神状態について考える際の独自性。発達的かつ世代間伝達的な見方を維持する能力。 |
| 並外れたRF | 内省的姿勢が終始一貫して維持されることと合わせて，並外れた洗練性を示すまれなケース。内省のいくつかの例を，統一された斬新な視点に統合すること。話し手のライフ・ストーリーの広い範囲についての十分かつ自発的な内省。 |

Table 3
石谷（2014）による幼児及び面接者の自己調節コードと相互交流調節コード

| 幼児及び面接者の自己調節コード | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| a | 取込 | 出だしの葛藤やジレンマを取り込む | A | 足場作り | 出だしの呈示，筋を明確にするための質問や確認 |
| b | 表出 | ストーリーを表出し伝達する | B | 調律 | 幼児の作話を受容し，共感的調律的に応答 |
| b’ | 受諾表出 | 面接者に示唆されたストーリーを表出 | | | |
| c | 逸脱 | 人形等の弄び，出だしとは無関係なストーリー | C | 統制 | 課題に向かわせるための幼児の言動を制止，指示，誘導 |
| d | 退却 | 無反応，課題の拒否，面接者への委託 | D | 放棄 | 幼児の言動の放置放任，要求に応じ充足させる |
| e | 関係への執着 | 面接者との交流に没頭 | E | 関係への脱線 | 課題を棚上げにして幼児との交流に専念 |

| 相互交流調整コード | |
|---|---|
| 協調―推敲 | 幼児の作話を筋の通った一貫性のあるものに共同構築する<br>A-a，A-b，A-b’,a-A，b-A，c-A，c-Cの組み合わせ |
| 協調－促進 | 幼児の作話表出を促し，共同作業の中で主体的に取り組む<br>a-B，b-B，d-B，B-a，B-b，B-b’,D-bの組み合わせ |
| 非協調―不成立 | 作話に向けた協働関係（間主観的関係性）が成立しない<br>A-c，A-d，A-e，B-c，C-c，C-d，d-A，e-Aの組み合わせ |
| 非協調―忘却 | 課題以外のところでのみ関係が成立するが，課題に向かわない<br>c-B，c-D，d-D，e-B，e-D，D-c，D-e，E-cの組み合わせ |
| 非協調―消失 | 作話に必要な適度な遊びや間が消失し，幼児の主体性が乏しい<br>C-b，C-b’，C-a，b-C，d-Cの組み合わせ |

*イニシアティブをとっている側のコードを先に記している。

定し（Table3），1つのユニットにつき1つのコードを付けることで自己調節スコアおよび相互交流調節スコアの算出を可能にした。

## 4. 自己構築のメカニズム

メンタライゼーション研究とナラティヴ研究では，それぞれの観点から自己構築のメカニズムが提唱されている。

これまでの臨床におけるメンタライジング不全を伴う障害（例えば境界性パーソナリティ障害）への理解は，自己の心的表象の内容に焦点づけて行われてきたが，メンタライゼーション研究では，健康な人の発達（normal human development）の理解と同様に，自己発達の観点を重視している（Bateman & Fonagy, 2004）。つまり，自己が未発達の状態にあるためメンタライジング不全が生じるという理解を用いることで，発達を促進する介入により適応を促せると考えられている。乳児における心理的自己は，養育者のミラーリングな

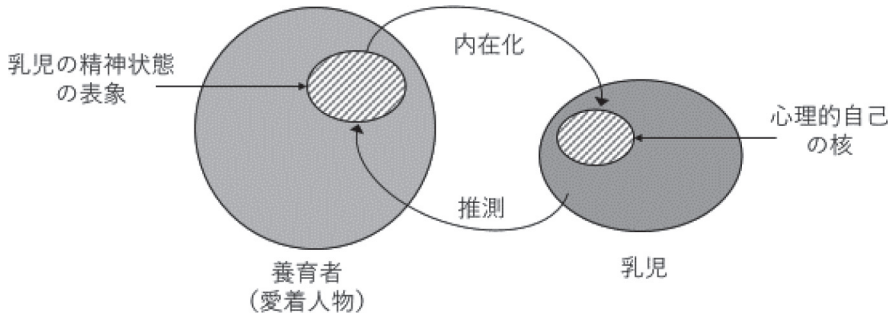


Figure 1　Fonagy（2004）による心理的自己の誕生。

どのメンタライゼーション的関わりによって誕生する（Figure1; Bateman & Fonagy, 2004）。乳児が抱いた苦痛などの感情状態や志向的状態に対し，養育者はそれを推測して形と意味とを与える関わり，つまり顔と声とによるミラーリングや遊び心のある相互作用を提供することで，乳児に表象を与える。そして乳児が表象を内在化することで心理的自己の核が形成される。一方，養育者によって自分の感情状態を統合的にミラーリングされた経験をもたない子どもは，それらの表象を創り出すことができず，のちに現実と空想（または身体的現実と心的現実）を区別するのにもがき苦しくなる可能性がある，と述べられている（Bateman & Fonagy, 2004）。ここで生じているような幼年期の共同注意のプロセスは，精神療法において行われる共同注意プロセスにおいても同じく，メンタライジング能力を高め，それと同時に患者の自己感を強化する（Fonagy, 2004）。そしてこの精神療法における共同注意プロセスは，メンタライジングの対人解釈機能（interpersonal interpretive function）（Fonagy, 2003）を強化するといわれている。

ナラティヴ研究では，自己と語りの双方向的関係性について指摘されており，自己と語りの間には，語りが自己の産物であるだけではなく，自己が語りの産物であると仮定されている（野村，2008）。まず，語りが自己の産物であるとする立場からは，語りは自己の心の内実を明らかにする様態測定のための素材として位置づけられる。ナラティヴ研究では自己を語る行為には，「経験の組織化」を行うことで，「人生の意味付け」をし，「自我同一性の達成・維持」する機能があるとされる（野村 , 2005）。これらの語りの機能は語りの構造として具現化され，例えば高齢者が転機の語りの一貫性を維持できない場合は，生活史の断片化や未統合を招き，人生の有意味性や自己効力感を損なう可能性がある（Cohler，1982）。つまり，語りの一貫性と心理社会的適応との間に理論的に予測される密接な関係性は，語りの構造的一貫性をとらえることによって検討できる（野村，2008）。

一方，自己が語りの産物であるとする立場からは，語りは自己を構成する機能の源泉であるとして位置づけられている（野村，2008）。遠藤（2006）は , 自己語りは個人特有の構成ルールに制約されつつ，即興的に構成されるとして，自己語りの即興的構成に関わるモデルを示している。このモデルは，自己語りは，個人の記憶庫にある無数のエピソードに絡む記憶の諸断片や一般化された事象表象あるいは，ある程度安定したものとして在る自己概念・自己スキーマ・自分史テンプレート（物語的自己：self narrative），元来は文化の中に潜在し，そこから個人に内在化されたメタファーや説話あるいはマスターナラティヴなどを基本材料として即興的に構成されることを説明している。しかし，即興的構成はランダムではなく，①聞き手となる他者及び語りが生じる状況・文脈（外的な構成ルール）の制約，②個人のメタ認知・メタ記憶的な特質あるいは語りの方のバイアス（内的な構成ルール）の制約を受ける。

以上の結果を整理すると，メンタライゼーション研究による自己構築のメカニズムは，養育者との関わりによって自己が形成される過程に生じる共同注意プロセスによる理解が示されている。一方，ナラティヴ研究では，自己の構築と語りの構築の双方向性について示されており，語りにおける意味付けや形式から自己の様相を推測することができ，また自己は他者との語りによって即興的に構築されることが指摘されている。

## 5. 自己構築に向けた支援方法

MBT などのメンタライゼーションを用いた介入は BPD をはじめ，主に心的外傷後ストレス障害（PTSD）を含む多様なトラウマ障害，解離性障害，発達障害，親子関係を対象に行われている。メンタライジングを用いた介入はMBTとして体系化されたものもあるが，Allen（2013）は特定の問題に特化した特異的治療法ではなく，「素朴で古い療法（あらゆる治療法に共通する治療手続き）」としてのメンタライジング・アプローチに着目し，幅広い問題や障害を抱えた患者の治療に貢献できると主張している。メンタライジング・

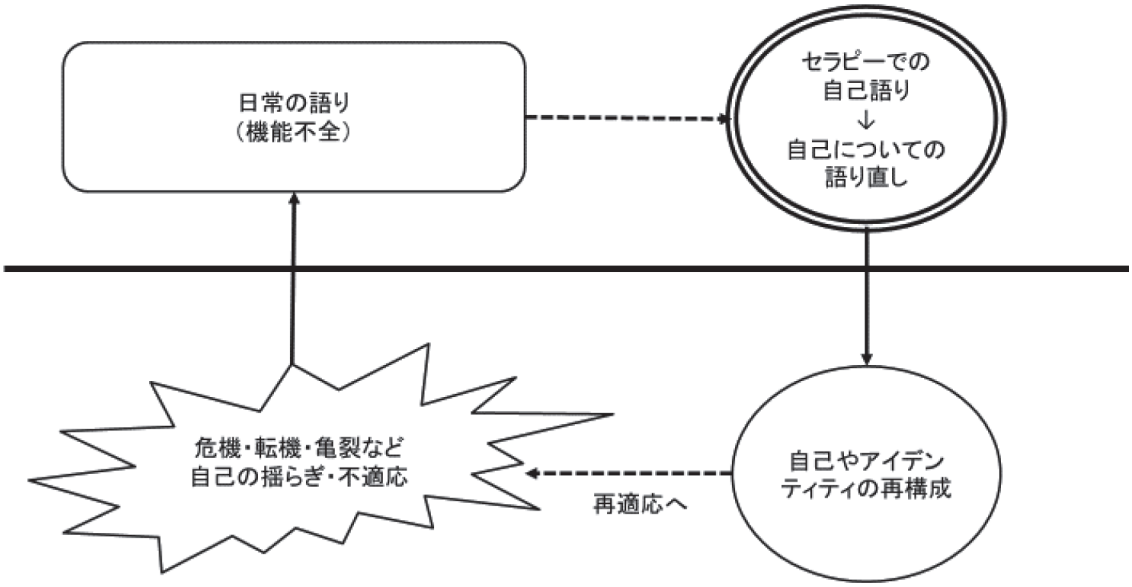


Figure 2　遠藤（2006）によるセラピーにおける自己構築モデル。

アプローチでは自己，他者，関係性へのメンタライジングを促進することを目標としている（Fonagy, 2004）が，具体的には，情動の同定と適切な表出，安定した表象システムの設立，自己がまとまっているという感覚（self-coherence）の形成，安全な関係を形作るための能力の開発をめざしている（Allen, 2013）。メンタライジングの促進にむけた手段について，Fonagy（2004）は，治療者が患者のメンタライジング能力を確認し，その範囲内で治療作業を行うこと，治療者自身と患者の内的状態に焦点を合わせること，そうして感じ取った内的状態を患者に表象化して伝えること，患者が情動を伴う挑発を続けても，この焦点合わせを維持することと述べている。

一方，ナラティヴ・セラピー（小森・野口・野村，1999）では，自己語りそのものの改変を目指し，それを通してクライエントの適応性の回復やアイデンティティの再編，あるいは新たな自己の創出を企図しようとする（Figure2; 遠藤，2006）。クライエントは，平素の生活からの大きな逸脱や深刻な心理的亀裂に今まさに遭遇している存在であり，それでいながらそうした事態を克服するための新たな語りをいまだに得ていない人であると理解される。彼らは語れないからこそ，うまく語るための手立てを求めて来談する。そこではナラティヴを扱うセラピーそのものが新たな語りの構成を手助けし，クライエントの心理的状態あるいは自己そのものに生じた変化は，主にセラピーでの語りの展開に帰属する。Gargen & Kaye（1992）によると，セラピーにおいて，多様な視点から経験を探索し，行動が生じる社会関係や状況に敏感になり，そして経験を徹底的に相対化させることで，経験を構成しなおす方法の例として，（1）自分を支配している経験のなかに例外をみつけること，（2）自分で作ったのではなく文化が教え込んだストーリーにとらわれていることに気づくこと，（3）自分の経験を相手によってどう語り分けるかを想像してみること，（4）自分の対人関係の特徴がどんな反応を招いているのかを考察すること，（5）身近な人々がそれをどう経験しているか想像すること，（6）もし異なる前提から出発した場合，自分は人生をどのように経験するのか，すなわちどうふるまい，どんな資源に頼ることができ，どんな新しい解決策が現れるのかを考えること，（7）かつては信じていたが今は捨て去った自分の思い込みを思い出してみること，があると述べられている。

以上より，メンタライゼーションに焦点を当てた介入とナラティヴに焦点を当てた介入は，いずれも自己の構築において有用である可能性が示唆された。また両者に共通する点として，クライエントの自己の概念を安定させたり，新たな自己を再構築する際には，他者としてのセラピストの関わり方が重要であった。治療の場でどのような関係性を提供することが治療的であるかについてそれぞれの観点から議論されていることが明らかになった。

## 考　　察

### 1. Narrative-Mentalizing モデル

本稿により，自己構築に関わるナラティヴ研究とメンタライゼーション研究の知見が整理された。（1）メンタライジングはナラティヴによって行われる明示的側面と無意識化で行っている黙示的側面を有していること，（2）ナラティヴを構築する際にメンタライジン

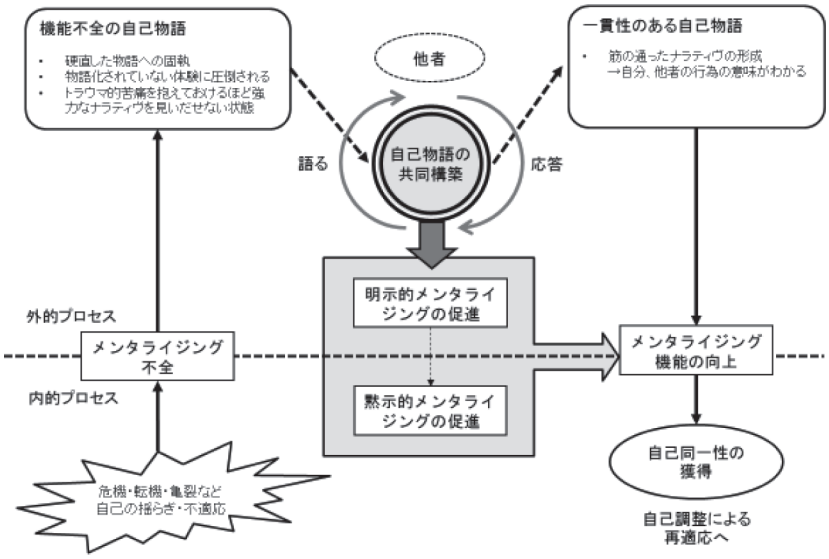


Figure 3　Narrative-Mentalizing モデル。

グ能力が関わることから，ナラティヴの形式はメンタライジング能力によって規定されること，(3) ナラティヴの形式に着目したメンタライジングの測定方法の開発が試みられていること，(4) 共同注意プロセスがメンタライジング能力の向上と自己を構築する機能を担うこと，自己と語りは双方向的な関連があること，(5) メンタライゼーションを用いた介入およびナラティヴ・セラピーにおいても，他者との関係性の中で自己を見出す方法について検討されてきたことが明らかとなった。

本稿により得られた知見をまとめ，ナラティヴとメンタライジングの観点から，他者との語りによる自己構築の過程を説明する「Narrative-Mentalizing モデル（以下，N-M モデル）」を作成した（Figure3）。人は自己を揺るがす危機や転機に遭遇し，不適応状態にあるとき，何とかその状況を意味づけて理解しようとし，自己経験を語ろうとする。しかし特性的にメンタライジング機能が低かったり，または状況理解を参照できる安定した他者がいない場合など，自己や他者の行動の意味をとらえることが難しいメンタライジング不全に陥っている場合，うまく自己物語を紡ぐことができず，語りが硬直してしまったり，トラウマ的苦痛を抱えて置けるほど強力なナラティヴを見いだせないままとなってしまう。そこで，治療者や身近な人などの，安心して共同作業ができる他者とともに，自己物語を構築する作業を行うことで，明示的メンタライジングが促進される。言葉によって行われた明示的メンタライジングによって，黙示的メンタライジングも促進される。自分と他者の行為や自己経験に対する意味づけが行われるようになったことで，筋の通った自己物語を語ることができるようになる。この一貫性のある自己物語の中には，一貫したメンタライジングに関するメタ的知識も含まれており，日常におけるメンタライジング機能の向上にもつながる。語りの共同作業を行った他者ではない他者との間でも同じく一貫したメンタライジングが行えるようになり，自己同一性が獲得されていく。

## 2. 今後の課題

N-M モデルからは，メンタライジングを伴う共同作業によって構築された自己ナラティヴには，メンタライジングに関するナラティヴが含まれており，メンタライジング機能の向上に貢献する可能性が示唆された。N-M モデルは自己同一性に起因する困難感を持つクライエントへの発達的支援の発展に貢献すると考えられる。したがって今後，この N-M モデルをカウンセリングの変容プロセスに照らし合わせて，実証的に検討する必要がある。

また，モデルに関する実証的研究を行うにあたり，メンタライジング機能の測定は不可欠である。メンタライジング機能の個人差の測定は，先述したとおり半構造化面接である AAI の下位尺度を用いて行われてきた。しかし，AAI の評価基準は一般には公開されておらず，実施には長期間にわたるトレーニングを要する。したがって今後は，より簡易に実施が可能で，信頼性，妥当性を有するメンタライゼーション測度等の開発が必要である。

また, N-M モデルをカウンセリングに適用する場合，クライエントの物語を共同構築する「他者」は治療者にあたる。この共同構築に関わる治療者の担う役割は大きく，メンタライジングの促進につながるような語りの作業を行うことが求められる。物語を通じてメン

タライジングを促進する方法については，先行研究においてもまだ言及が少ないため，今後検討が必要である。

これまで述べてきたようなメンタライジングとナラティヴに関する評価を用いてカウンセリングのプロセスを測定することで，ナラティヴとメンタライジングの双方向的関係性を示すさらに精緻化されたモデルが呈示されることが期待される。

## 引用文献


浅野 智彦（2001）．自己への物語論的接近　家族療法から社会学へ　剄草書房

Allen, J.G., Fonagy, P., & Bateman, A.W.,（2008）. *Mentalizing in Clinical Practice*. Washington D.C., US: American Psychiatric Publishing Inc.（狩野 力八郎（監修）上地 雄一郎・林 創・大澤 多美子・鈴木 康之（訳）（2014）．メンタライジングの理論と臨床　――精神分析・愛着理論・発達精神病理学の統合――　北大路書房）

Allen, J.G.（2013）. *Restoring Mentalizing in Attachment relationships: Treating Trauma with Plain Old Therapy. Arlington*, VA. US: American Psychiatric Publishing.（上地 雄一郎・神谷 真由美（2017）愛着関係とメンタライジングにおるトラウマ治療――素朴で古い療法のすすめ――　北大路書房）

Baars, B.J.（1998）. *A Cognitive Theory of Consciousness*. New York, Cambridge University Press.

Bateman, A.& Fonagy, P.（2004）. *Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: Mentalization-based Treatment*. Oxford University Press.（狩野 力八郎・白波瀬 丈一郎（監訳）（2008）．メンタライゼーションと境界パーソナリティ障害　――MBT が拓く精神分析的精神療法の新たな展開――　岩崎学術出版社）

Bateman, A., & Fonagy, P.（2008）. 8-year follow-up of patients treated for borderline personality disorder: mentalizationbased treatment versus treatment as usual. *Am J Psychiatry, 165*, 631–638.

Bateman, A., Fonagy, P.（2009）. Randomized controlled trial of outpatient mentalization-based treatment versus structured clinical management for borderline personality disorder. *Am J Psychiatry, 166*, 1355–1364.

Bateman, A., Bales, D., & Hutsebaut, J.（2015）A quality manual for MBT. http://www.annafreud.org/media/1217/a-quality-manual-for-mbt-edited-april-23rd-2014-2.pdf Google Scholar.

崔 炯仁（2016）．メンタライゼーションでガイドする外傷的育ちの克服　――〈心で見渡す心〉と〈自他境界の感覚〉をはぐくむアプローチ――　星和書店

Cohler, B.J.（1982）. Personal narrative and life course. *Life-Span Development and Behavior*, 4, 205–241.

Colle, L., Baron-Cohen, S., Wheelwright, van der Lely, S., & Heather, K.J.（2008）Narrative Discourse in Adults with High-Functioning Autism or Asperger Syndrome. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 38*, 28–40.

Damon, W., & Hart, D.（1982）. The Development of Self-Understanding from Infancy Through Adolescence. *Child Development, 53*, 841–864.

Erikson, E.H.,（1959）. *Identity and the life cycle: selected papers. Oxford, England*: International Universities Press.

Edelman, G.M.（1989）. *The Remembered Present: A Biological Theory of Consciousness*. New York, Basic Books.

遠藤 利彦（2006）．語りにおける自己と他者，そして時間　――アダルト・アタッチメント・インタビューから逆照射して見る心理学における語りの特質――　心理学評論 , *49*, 470–491.

榎本 博明（1999）．〈私〉の心理学的探究 ――物語としての自己の視点から――　有斐閣

Fonagy, P.（2003）. The development of psychology from infancy to adulthood: the mysterious unfolding of disturbance over time. *Infant Ment health J, 24*, 212–239.

Fonagy, P.（2004）. Early life trauma and the psychogenesis and prevention of violence. *Ann NY Acad Sci, 1036*, 181–200.

Gargen, J., & Kaye, J.（1992）Beyond Narrative in the Negotiation of Therapeutic Meaning, In S. McNamee, & K. J. Gargen（Ed.）, *Inquiries in social construction. Therapy as social construction*（Vol. 10, pp. 166–185）, Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.（野口 裕二・野村 直樹（訳）（2014）．ナラティヴ・セラピー　――社会構成主義の実践――　遠見書房 , 138–164.）

Holmes, J.（1999）. Defensive and creative uses of narrative in psychotherapy: an attachment perspective, In G. Roberts, & J. Holmes,（Ed.）*Healing stories: Narrative in Psychiatry and Psychotherapy*. Oxford University Press, 49–66.

石谷 真一（2012）．人形遊び技法による子供のメンタライゼーションの評価　神戸女学院大学論集, *59*, 22–38.

石谷 真一（2014）．人形遊び技法における作話の共同構築過程のコード化と幼児の対人適応との関連　神戸女学院大学論集, *61*, 33–50.

小森 康永・野口 裕二・野村 直樹（1999）．ナラティヴ・セラピーの世界　日本評論社

仲野 真史・長崎 勤（2009）．ナラティブの発達と支援　特殊教育学研究, *47*, 183–192.

野口 裕二（編）（2009）．ナラティヴ・アプローチ　剄草書房

野村 晴夫（2005）．構造的一貫性に着目したナラティヴ分析　―高齢者の人生転機の語りに基づく方法論的検討―　発達心理学研究, *16*, 109–121.

野村 晴夫（2008）．第 11 章　質的研究と仮説の生成　榎本 博明・岡田 努（編）（2008）．自己心理学 1　自己心理学研究の歴史と方法　金子書房

Satpute, A.B., Lieberman, M.D.（2006）. Integrating automatic and controlled processes into neurocognitive models of social cognition. *Brain Res,*

*1079*, 1835–1842.
山岸 明子（1990）．第2章　青年の人格発達　無藤 隆・高橋 惠子・田島 信元（編）発達心理学入門 Ⅱ　青年・成人・老人　東京大学出版
やまだようこ（編）（2000）．人生を物語る：生成のライフストーリー　ミネルヴァ書房
山本 晃（2003）．青年期のこころの発達　――情緒・知的障害の観点から――　大阪教育大学障碍児教育研究紀要，*26*，19–27.