

Eric Berne the Therapist: One patient's Perspective 治療者 エリック・バーン：一人の患者としての見地から

Carol Solomon

TAJ 2010 V40 N2-3

訳 繁田千恵

要訳

この論文の目的は、過去に筆者自身が経験したエリック・バーンとのセラピーを通して、実際に彼が個人やグループセラピーの中で何をしたかを述べることにより、彼のセラピーを構成している要素を読者と分かち合うことである。契約、許可、保護、そして能力という要素が、自我状態、ゲーム、脚本と共に明らかにされている。さらにバーンが強調している直感、プラスのストローク、陽性転移の活用についても述べている。読者は、バーンがどのように彼の理論を、実際に自分の仕事の上で患者に用いたか、その感触を得ることができるだろう。

偉大なマスターの活動を観察する機会に恵まれたのは、なんと素晴らしい幸運だったのだろう。私は1966年後半に一人の患者としてエリック・バーンのところに紹介された。それが私自身の最も幸運なできごとの一つとなった。彼との共同作業は、1966年から1970年の初め、19歳から23歳まで続いた。

私は少女時代バレダンサーだった。そして首尾一貫してバレエ芸術に望みをかけていたので、非常にやせた体型に自分を保つことに汲々としていた。しかし足の怪我でその夢が終わった時、私は踊ることをやめ、着々と体重は増していった。10代の私は、うつ状態となりニューヨークでセラピーを受けようとセラピストを捜し求めた。17歳の時にニューヨーク大学の著名な精神分析的心理学者に出会い2年間彼の元に通った。しかし何も変わらなかった。彼はめったに話しかけず、時には間違った名前で私を呼んだ。「私は母が嫌いで、私はその母にそっくりなのです」と言った時に、彼は「そんな馬鹿な！貴女はお母さんとまったくそっくりではない」と答えた。私は絶望した。

1966年夏、カーメルに引っ越してのち、私はエリック・バーンと出会った。彼が著名な精神科医だとは知らなかったが彼に会った瞬間に惹き付けられた。バーン博士は忠実な仕事師だった(註)。彼はとてもスマートで優しかった。彼は直裁だが、親切で、知的で、しばしばユーモアに満ちていた。私は毎週月曜の10時に個人セッション、金曜日の3時からグループミーティングに出るように言われた。バーンは彼の患者のほとんどを個人とグループ両方のセッションで会うようにしていた。個人セッションは精神分析的で、寝椅子に横になり自由連想をした。グループの方は対面でディスカッションをするセッション

で、人間関係や人生の出来事を話し合い、こちらはより心理療法的だった。バーン博士は思い遣り深く言葉を慎重に選んで、しばしば健康でユーモアに富んだ新しい洞察を提供した。私は今日まで私自身の臨床のなかで、このスキルを養うことに励んでいる。

エリック・バーンがTAを開発し、教え、TAの理論を使っている一方で、患者に精神分析の自由連想法を使っていたことを知るのは、多くのTAアナリストたちには驚きだろう。誰かが新しい理論を学び、新しい技法を発展させた時、必ずしも以前に学び取り入れた技法や有効な道具を捨て去るには及ばない。バーン博士は混合したアプローチを用い、それは非常に効果的であった。彼は変化に必要な患者とセラピスト双方の「成人」について話したり書いたりしているが、その一方で、彼と患者の間の陽性転移もつかっていて、最も有効な情緒的つながりを持っていた。

バーン博士は、治療の早い時期にTAの基礎を私に教えてくれた。はじめは単純な自我状態の個人レッスンだった。私は最初のTAのレッスンの時に「私はこんな馬鹿らしい言葉をお話しません」と言った。「あなたは私の言葉で話すか、さもなければ別のシュリンク（精神科医）を自分で探すことだ」というのが彼の答えだった。私はTAを学ぶことを決意した。バーン博士は非常に直裁になることができ、「ストレートに話す」ことに価値を置き、患者にもそうすることを励ました。

私がバーン博士に「私は母親が嫌いです。そして私は母にそっくり」と話したとき、彼はしっかりと私を見て「OK」と言い、「で、それについてあなたは何をしたいの？」と訊ねた。これが、変化のための契約ということへの導入だった。セラピーは「変化」に関することだとバーンは考えていた。彼は心理療法の契約という概念を紹介し、治療と変化のためには明確で分かりやすい契約がセラピストと患者の間で結ばれる必要があることを強調した。

治療の初期に、私の父親がセッションの費用を払うことを拒否したため、私たちは思わぬ障害に出会った。父はすでに一人の娘をうつで入院させていたために、私の治療費は支払うことが出来ないと断った。私は嘆き悲しんだ。次の週、私がセッションに行くと、バーン博士は「さて、貴女のお父さんは治療費を払うことを決心しましたよ」と言い、私に手紙を手渡した。「私は貴方にお嬢さんキャロルの心理療法の費用を支払うようお願いいたします。彼女は今のところ入院の必要はありません」というものだった。私は呆然とした。まったくのところ私は入院の必要など無かった！バーン博士は目をきらきらさせ、かすかに微笑んだが、それは勝利者の微笑だった。彼はいかに有効に角度のある交流を使って、彼の欲しい結果を得たかを誇っていた。これは倫理に適っていたか？彼は真実を曲げたのだろうか？彼は絶対的に真実でないことを言うてはいなかった。彼は私の支持者であり、

心の中で私の幸せを願っていると感じた。エリックのこの一面は常に存在していた。知的で、賢く、巧みに策をめぐらす、これは彼の生涯を通して、初期の創造的著作から彼の専門家としての業績に至るまでに見出すことが出来た。そして彼は保護を提供してくれた。

エリック・バーンは勿論プライバシーや守秘義務について熟知し尊重はしていたが、彼の人間愛はそれらすべてを超えていた。彼は常に基本的ルールや専門家としての境界線は尊重していたが、彼がより倫理的と考えた場合、危険を冒すことを恐れなかった。いかなる既定外のものやオーソドックスでない考えでも、その瞬間に彼が第一に考えるのは患者のために良いということだった。彼が「申し訳ない。あなたの父親が治療費を支払わないから、貴女に治療費の安い医者を紹介しよう」というような医者であったら、私のその後の全人生はまったく違って展開し、ゆえにその後40年私の患者だった人たちの人生も違っていただろう。

エリック・バーンのセラピーグループは、決まりごとはほとんどなかった。その少ない中の一つが「グループ外での社交禁止」だった。一度私の個人セッションのとき、こんな会話があった。

EB「ピーターの兄弟のこと、聞いた？（ピーターは私が親密に感じていたグループメンバー）」

CS「いいえ、なにがあったの？」

EB「彼は自殺したんだ」

CS「ピーターの電話教えていただけ？」

EB「ほら、ここにあるよ」

その他にも、彼の人間性が彼自身作ったセラピーグループの決まりを超えた例は沢山ある。

私のうつが最悪の年月のあいだ、私の体重は増え続け、102ポンドのダンサーの身体は150ポンドになっていった。私はそれが嫌だった。この間、私は強迫的に食べ続け、止められないと感じていた。バーン博士は抗うつ剤を処方し、私は嫌々ながらそれを暫く飲んだ。服薬は私の血液検査を必要とし、そのための採血は今でも私が一番嫌なことであるが、当時はもっと嫌だった。それは私にとって恐ろしい事だった。なぜなら看護婦は私の静脈を見つけられなかったからだ。

ある月曜日に、採血の後、私は哀れっぽくバーン博士のオフィスすわり、私はもうクスリを飲まない、何故なら看護婦が採血するために静脈を探り当てるまで、8回も針を刺し試みたと告げた。「8回も針を指したって?!」彼は怒り心頭に発して立ち上がり、電話をつかんだ。「もしもし、ドクター・ウィリアムと話をしたい。(間) 彼が診療中だろうと構わない!いま彼と話をしたいんだ!(間)そして、怒りに満ちたわめき声で「君のところの看護婦が僕の患者に8回も針を刺したんだ。8回だぞ!これは承服しがたい。まったく承服しがたい。ガチャン!」

これは彼が患者をいかに保護しているかの一つの例である。そして彼が語る「能力」そのものでもある。

個人セッションはしばしば分析的であったが、グループのプロセスはより相互交流的だった。バーン博士はグループでは静かで、しばしば目を閉じて会話を聞いていた。目を閉じていることにより彼は交流の輪の外の観察者となりえ、それゆえグループメンバー同士の交流のレベルは深まった。彼は目を閉じて会話を聞いていることにより、声の調子のかすかな変化、(それは自我状態の変化がもたらしたもので、同時にゲームや脚本の要素の現われでもある)に焦点を当てることができた。彼はたびたび自我状態や交流を指摘した。「あなたは今「子ども」の自我状態だね」「それは貴女の「親」が、彼の「子ども」に話している」。彼はよく黒板に脚本図式を書き、いかに誰が自分の脚本に登場しているかを私たちに示した。エリック・バーンは彼の仕事として、現実直面するよう人々を援助した。彼は何ごとにも砂糖をまぶしたりはしなかった。グループメンバーの一人は孤児だった。彼の父親は原爆で殺された。彼が「私の父親があちらに行ってしまった時・・・」バーン博士はさえぎった。「お父さんはあちらに行ったのではない、粉々に吹き飛ばされたんだよ」これによってそのメンバーは過去を甘受し、それに伴う恐怖の感情も受け入れることが出来た。

彼自身の楽しみ、またそれは私たちの楽しみでもあったが、バーン博士はグループの中で行われるゲームや、私たちが外でやっているゲームを指摘した。このレッスンは魔術師が帽子からウサギを出すかのように感じられた。バーン博士自身はあまり話さず、注意深くそして知的に人の話を聴いた。グループ経験は他者を熱心に観察し、いかに我々がお互いに交流しているかを明確に理解する方法を私に教えてくれた。

エリック・バーンは「成人」の自我状態を高く評価していた。人が反応する時、それは「成人」にプラグを差込こむことだが、その「成人」の場所から、問題に対してどう対処すればよいかを考え出すことを、たびたび提案した。一度、私が「私は何処にいるかが分からない」とぼやいた時に、彼は「あなたが何処に立っているかなんて知る必要は無い、ただ自分が何をしているのかを知る必要がある」と言った。彼は私が「成人」を使い、自分出来る限りベストな決定をし、その計画を実行することをすすめた。

ある金曜日の午後、私たちのグループは終わった後、オフィスの外で解散前のおしゃべりをしていた。バーンは、もし患者がグループのあとで集まらない場合、そのグループの凝集性に問題があると信じていた。その日のセッションが終了し、バーンは私たちを見ながら、マセラッティのオープンカーに乗り込んだ。私は彼に近づいて「バーン先生、私をあなたのマセラッティにのせて!」と言った。彼は一瞬考えてから、助手席のドアを開けた。私たちは出発し、仲間が拍手する中、ゆっくりと車寄せの私道を走った。彼は自分の職業的境界を守りつつも、少女の私を受け入れ、彼が私の「自然な子ども」を尊重してい

ることを示してくれた。

ある週、私は特に具合が悪く、バーン博士にスケジュール以外の特別な予約をして欲しいと電話した。彼はサンフランシスコのオフィス（車でカーメルから3時間）にいた。彼は個人セッションに費やせる時間はないが、その日の午後4時にグループセッションがあるから、それに参加したらと言った。私はサンフランシスコまでドライブしていったが、道を間違えて時間に遅れてしまった。そーっと部屋に入り空いている椅子に腰を下ろした。一人の女性が自分の16歳になる娘のことをしゃべり続けていた。「私は娘に対してどうしたらいいかわからない、ほんとにわからない、もうどうしたらいいのか・・・」グループメンバーは退屈しているように見えた。バーンは目を閉じて聴いていた。「あなたのお嬢さんは妊娠しているのかしら？」私は突然割り込んだ。「はい」が答えだった。エリック・バーンはしゃっきりし、彼の目は大きく見開いた。「なんでそれを知ったのだ？」と彼は大声を上げた。エリックは直感、すなわち、まだ語られていなかったことを見て、聴いて、理解することに、非常に価値を置いていた。私はこの簡単な質問で、彼の私に対する評価の得点を二つほど上げた。次の週にも「なんで分かったんだい？」と訊いた。このようなストロークと承認は現在のセラピストとしての私への導きとなった。

1970年1月のある月曜日、私のセラピーは終わった。そのときエリック・バーンは二つのお別れの贈り物をくれた。彼は私に、秋に行われるサンフランシスコのセミナーに参加できると告げた。私はそれをものすごく待ち望んでいた。彼にまた会えるからだ。そして彼は自分の診療用ノートを1枚破り、なにやら書いて私に手渡した。それには「美くなる許可証」と書いてあった。

私たちの最後のセッションから何週間かして、私はここ数年の間に増えた体重を減らそうと体重コントロールのジムに行くことを決めた。私は成功するために一生懸命頑張った。私が目標の20ポンド減を達成した時、私はバーン博士に電話をかけた面接の予約をした。私は彼に会いたくてたまらなかつたし、体重減に成功したことの誇りを彼と一緒に分かち合いたかった。彼が喜んでくれることを知っていた。しかし私が約束の時間、月曜の10時に行くとオフィスのドアは鍵がかかっていた。彼はその前日から心臓発作を起こして苦しんでいると、秘書が告げてくれた。彼女は私に電話しようとしたそうだ。そして私のエリック・バーンとのセラピーとトレーニングはそこで終わった。

40年前のセラピーを思い出していると、ある記憶やできごととはとてもはっきりと、あるものはぼやけているのが分かる。私はエリック・バーンが行った仕事のエッセンスを正確に描きだそうと試みた。すなわち彼のスタイル、思考、そして彼の心遣いである。そうしている間に、私は実際に彼が行ったより、もっと能動的、挑戦的に彼のことを表現しているかもしれない。私は3年半の寝椅子でのセラピーを強調しなかった。そこで彼が行った

ことや解釈の記憶は曖昧である。カウチの上で、そしてグループで彼の提供してくれた解釈は、クスクス笑い - それは承認を表す笑い - に続く「Aha 註2」の瞬間に必ず同一線上となって導かれるのだった。確かにそれらの時間は私にとって自分の人生脚本を理解し、それを変化させ、私自身を受け入れ、他の人間を信用するための重要な学びだった。

振り返ってみると、私と彼との関係はもしかすると彼の強い逆転移によって強化されたのではと思う。彼には Ellen というお嬢さんがいた。彼女を愛していたが、育てることは出来なかった。彼は非常に彼女がいなくてさびしい思いをしていた。また Roxanne という娘の義理の父親でもあったが、彼女は 15 歳の時に悲劇的な事故で亡くなっている。多分それらの出来事は、彼の父性を私に注ぐことに傾け、実際に私にそれを与え、またそれは私も非常に強く求めていたものだった。

沢山の要素が卓越して素晴らしい治療者、理論家としてのエリック・バーンを作り上げた。彼は 30 代に自分のことをこう描写していたそうだ。「外向性エネルギー；高レベル、熱狂によって刺激された時には意気軒昂。私は覚えている限り自分が疲れたということは無い」(彼の残された書類より 註3)。彼は非常に知性があり、特別に好奇心が強く反応性が高く、ユーモアを大切にする人だった。エリック・バーンは率先して枠の外に出て考え、彼の反抗的な性格は沢山の創造的な通路を作り上げた。彼は患者に対して言葉と見本を示すことで、彼ら自身であること、はっきり声に出し、彼らの直感を信じ、危険から逃げないこと奨励した。

また私たち全員に「古いショウは終わりにして、新しい出し物で巡業しよう」と勇気づけた。

註1：原文 Dr.Berne meant business この含意を筆者に訊ねたところ、それまで治療を受けていた精神分析医がただ話を聞くだけなのと異なって、バーン博士は能動的に治療に取り組んだ、という意味だそうである。

註2：Aha アア、アレツというような直感的な気づきを表現する言葉

註3：原文 the archives バーンの生前からの書簡、原稿、メモなど彼の個人的な書類を保存してある資料集 この一節はバーンが求職活動をしていた際の自己について書かれたものだそうである。

訳者からのひとこと

この論文は 2010 年 TAJ V40N3-4 の巻頭に載せられたものです。私が今までにエリック・バーン博士個人について知っていることは、バーンの伝記 Eric Berne: Biographical Sketch [Cheney 1971]を通してでした。さらに 2010 年 8 月にモントリオールで行われたエリック・バーン生誕百年を記念した大会でバーンのご家族の方たちが、バーンの子ども時

代の写真などを交えて、彼の人となり、家庭人としての一面を語られて、そこからもたくさん知識を得ることができました。過去にもミュリエル・ジェームス博士、ジャック・デユセイ先生などからバーンのサンフランシスコ社会精神医学セミナー、通称火曜セミナーにおける様子などは伺う機会も何度かありました。けれども私の中には、バーン博士は実際にどのような治療者だったのだろうかというイメージがつかめないまま、そこを知りたいという思いが常にありました。この論文でバーン博士が治療者として、自身の作り上げた TA の理論、哲学をどのように実践していたのかを、頭で理解するというより心の奥にずんと響いて、感覚的に受け取ることが出来ました。

著者のキャロル・ソロモン女史とは以前から顔見知りでしたが、個人的には親しくお話しする機会はありませんでした。ただ、ここ数年大会の折にはバーン博士のご家族を紹介したり、カーメルの家ツアーをアレンジしたりと、非常にバーン一家と親交の深い方だとは思っていましたが、彼女がバーン博士の最後のクライアントの一人だったことはこの論文を読むまで知りませんでした。

これを読んで、彼女の伝えたかったエリック・バーン博士の治療者としての実像が、私の知りたかったこととまさに一致して、感動しました。直ぐに彼女にメールを出して、是非これを日本語に訳して TA の仲間に配りたいと許可を求めました。彼女も非常に喜んで、この論文の著作権を持つ ITAA にも繋いでくれたのです。ITAA も、掲載元を明らかに記載すること、訳したものを PDF 形式で ITAA におくること、(これは ITAA のホームページに載せて、私の知り合い以外の日本の ITAA メンバーにも読める機会を提供することを意味します)を条件として許可してくれました。皆様にもセラピスト、治療者としてのバーンを身近に感じていただければ、訳者としても大いなる喜びです。

キャロルはサンフランシスコ・ベイエリアで TA のマスターセラピストの一人として 30 年にわたり活躍しておいでです。未だにバレリーナそのもののエレガントで美しい容姿で周囲を和ませ魅了する素敵存在です。 2011 年 3 月 1 日 記

訳者 TA 心理研究所 繁田千恵 TSTA・Ph.D・臨床心理士
協力 池田恵子 臨床心理士

以下の英文は、**訳者からのひとこと**の英訳です。キャロルの校正を受けて、ITAA の承認を得て載せたものです。

A few words from the translator:

What I know about the life of Eric Berne I have learned from the book: Eric Berne: Biographical Sketch [Cheney 1971] and from the talk and presentation of his pictures by his sons and daughter at the 2010 Conference in Montreal which celebrated the centennial of his

birth. Also, I had several opportunities to hear from Dr. Muriel James as well as from Dr. John Dusay about what Dr. Berne did with his colleagues and trainees in his San Francisco Tuesday seminars.

For many years, I had wondered about how Eric Berne used his TA theory in his work with clients. This article gave me a great gift which is not only an Adult understanding of his work as a therapist but also a Child level understanding of who he was as a TA therapist. I have been acquainted with Dr. Carol Solomon, the author of this article, for many years but I haven't had an opportunity to speak with her privately. She has introduced Berne's family to the ITAA Conferences for several years and has encouraged people to visit Eric's Carmel home and the cemetery where he is buried. Though I understood that she had great respect for the Berne family I never knew that she was one of the last clients with whom Berne worked.

In reading this article, I was very moved and excited because this description of who Eric Berne was as therapist is exactly what I had wanted to know. I could feel and understand what Carol described from the perspective of a TA therapist. As soon as I finished reading the article I sent her an e-mail asking for permission to translate it into Japanese in order to share it with my colleagues, trainees and students. She was delighted and gave me permission. ITAA, who holds the copyright for the article, also gave permission and asked that I send a copy of the article to be posted on the ITAA website making it available for Japanese readers. I would be more than happy if you, too, come to feel and understand Eric Berne as the therapist he was.

Dr. Carol Solomon has been working in the Bay Area in San Francisco as one of the master therapists of the TA community. She has been a TSTA for over 30 years and is still very beautiful, elegant and as slim as a ballet dancer.

2011/02/20

Chie Shigeta, Ph.D. TSTA