

精神療法史の盲点を突く

直観的十字図から「温存的精神療法」の理論的確立へ

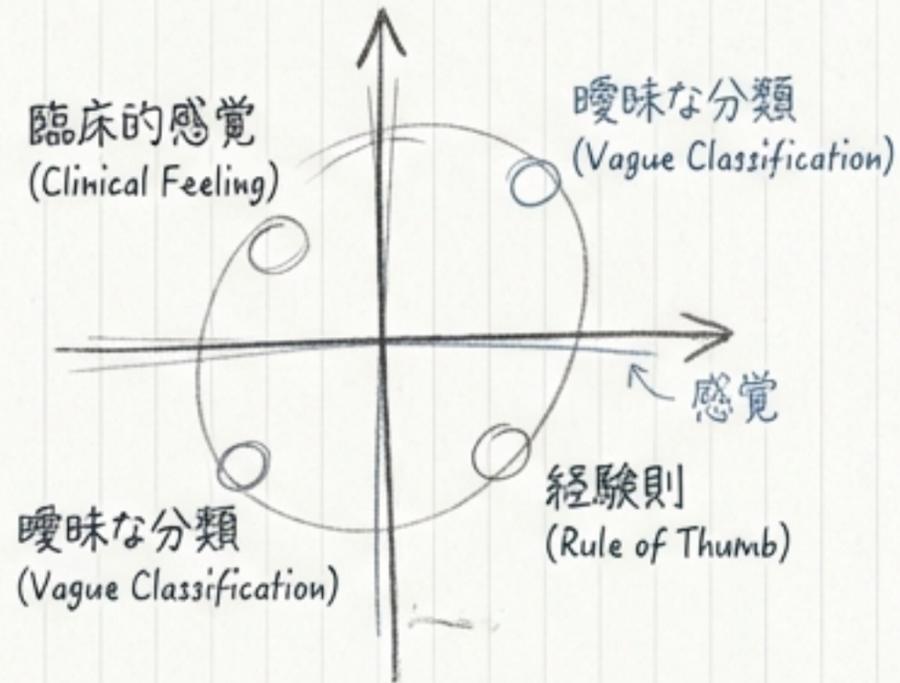
Piercing the Blind Spot of Psychotherapy History:
From Intuitive Classification to Theoretical Paradigm.

2026年3月15日 | 品川心療内科

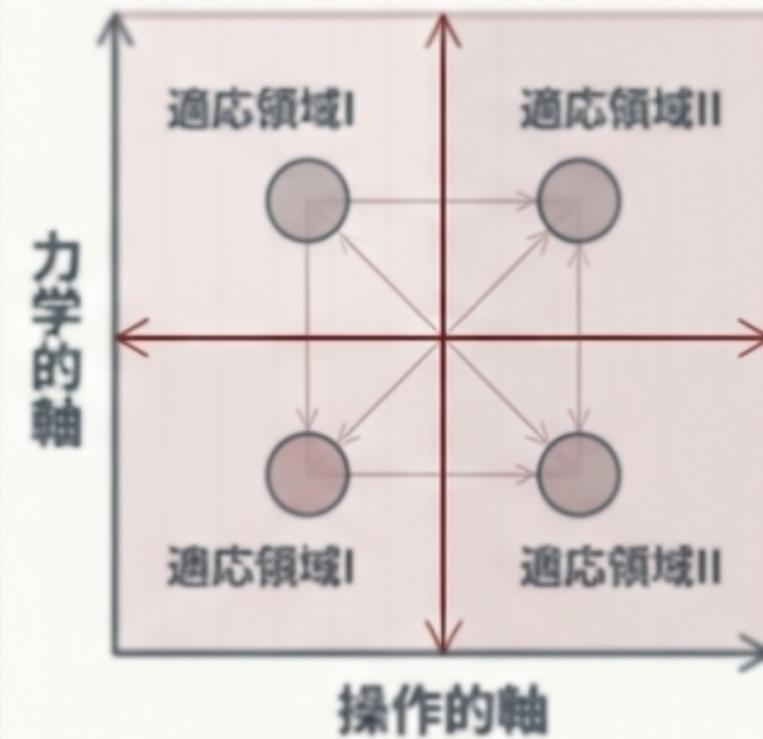
直観から理論へ：3つの進化プロセス

論文としての説得力を持たせるため、直観的な分類図を厳密な「理論図」へと発展させる。

直観 (Intuition)



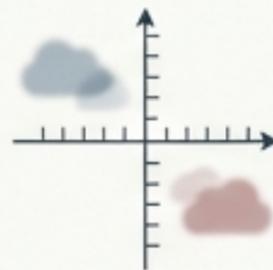
理論 (Theory)



1. 軸の操作的定義

(Operational Definition of Axes)

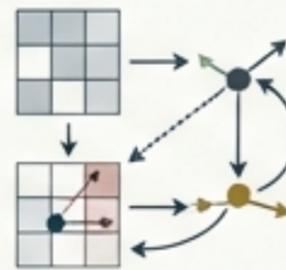
曖昧な概念を測定可能な変数として厳密に定義し直す。



2. 力学モデルへの転換

(Transition to Dynamic Model)

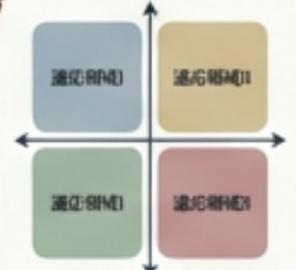
静的な分類から、要素間の相互作用や変化のメカニズムを示す動的モデルへ。



3. 適応領域のマッピング

(Mapping of Adaptive Domains)

定義された軸とモデルに基づき、各象限の特性や臨床的意味を明確にマッピングする。



ステップ1：縦軸の操作的定義 — 「治療目標の水準」

単なる「変容の深度」ではなく、学術的に「何を測っているのか」を明確化する。

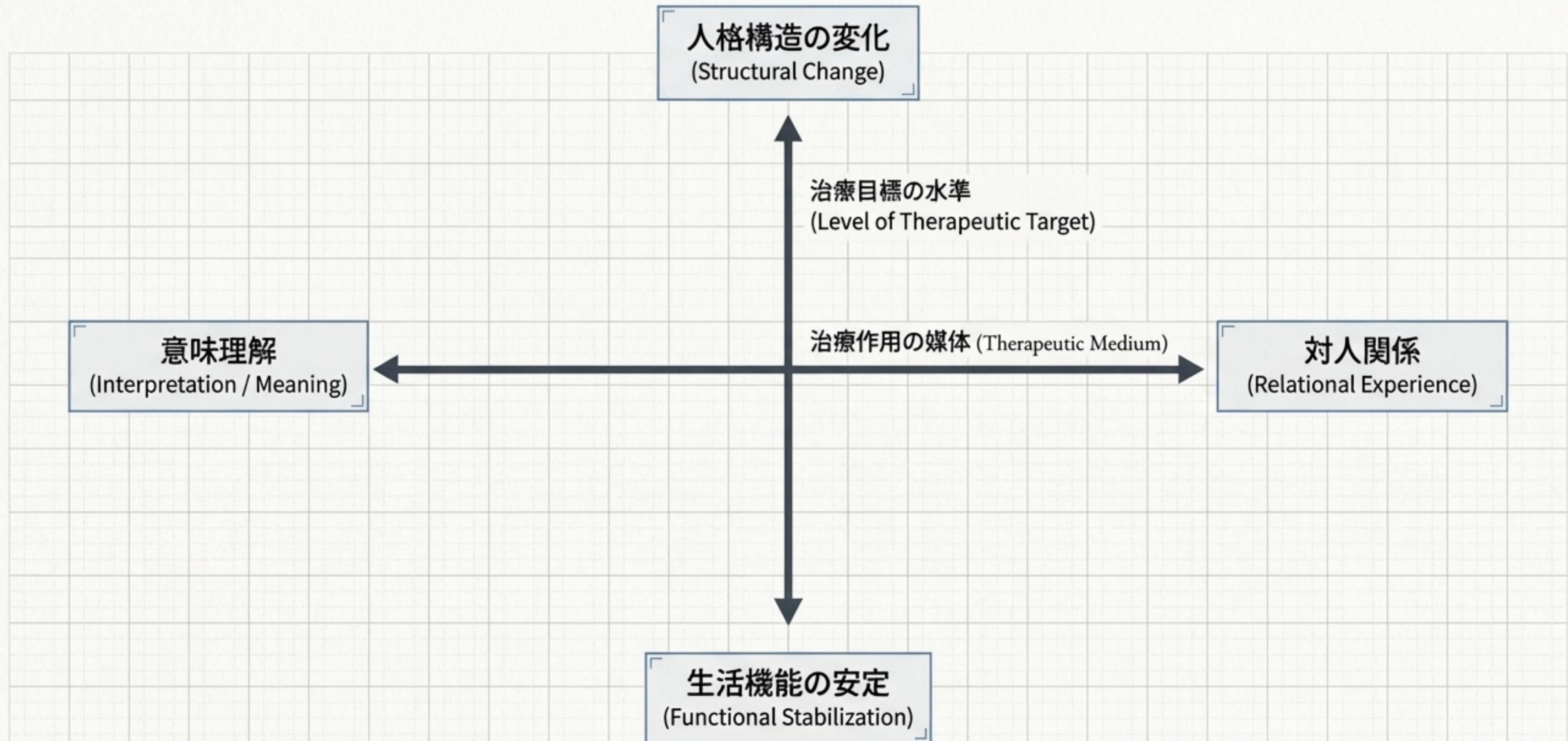
人格構造の変化
(Structural Change)

治療目標の水準
(Level of Therapeutic Target)

生活機能の安定
(Functional Stabilization)

ステップ1：横軸の操作的定義 — 「治療作用の媒体」

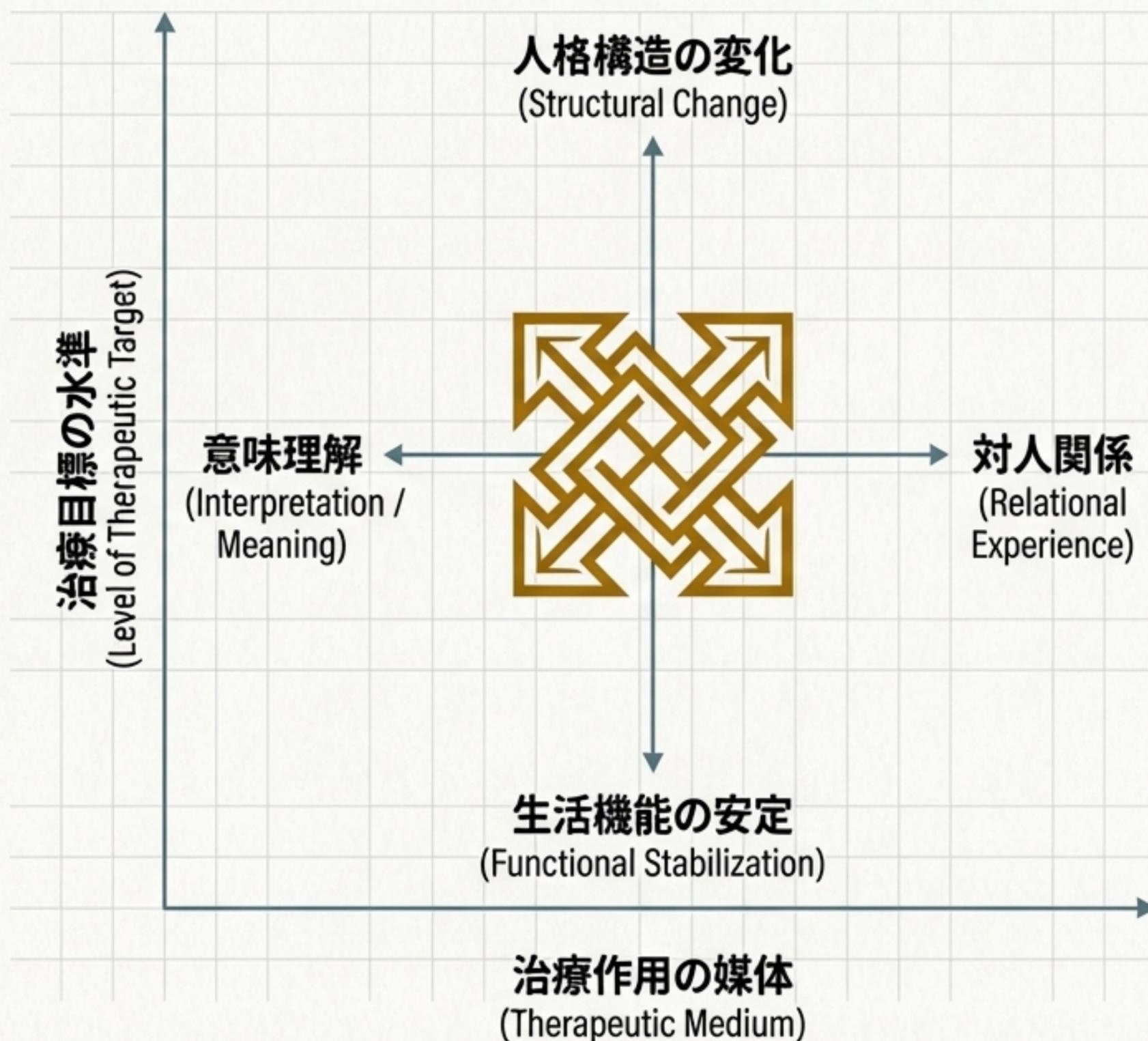
曖昧な「解釈 vs 関係」を、治療が作用する媒体として厳密に定義する。



ステップ2：単なる分類図から「力学モデル」への転換

心理療法の整理で終わらせない。

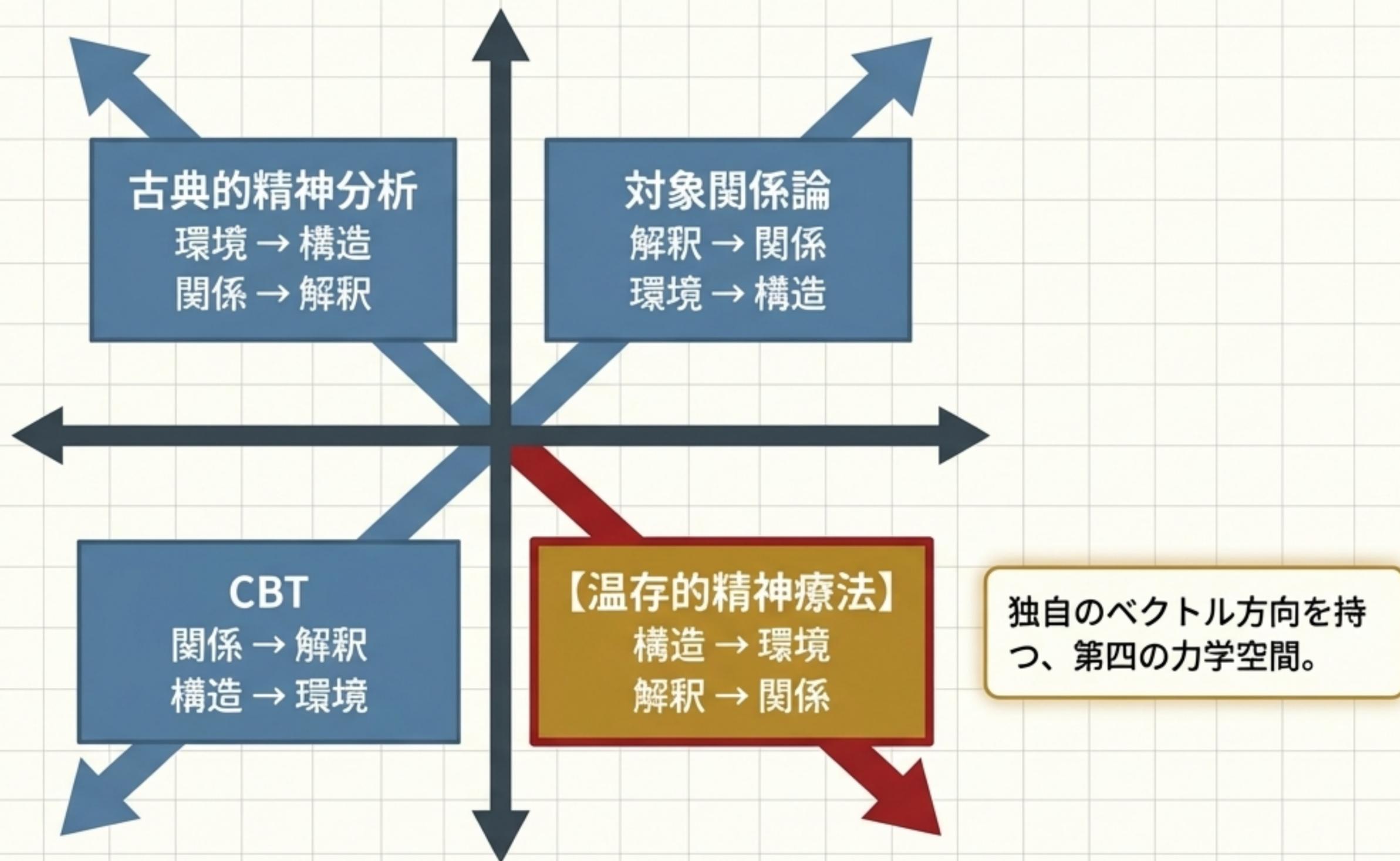
この十字図は、単なる分類 (Classification) ではない。患者の状態に応じて治療がどの方向に動くかを示す「治療ベクトル (Therapeutic Vectors)」を持つ力学モデルである。



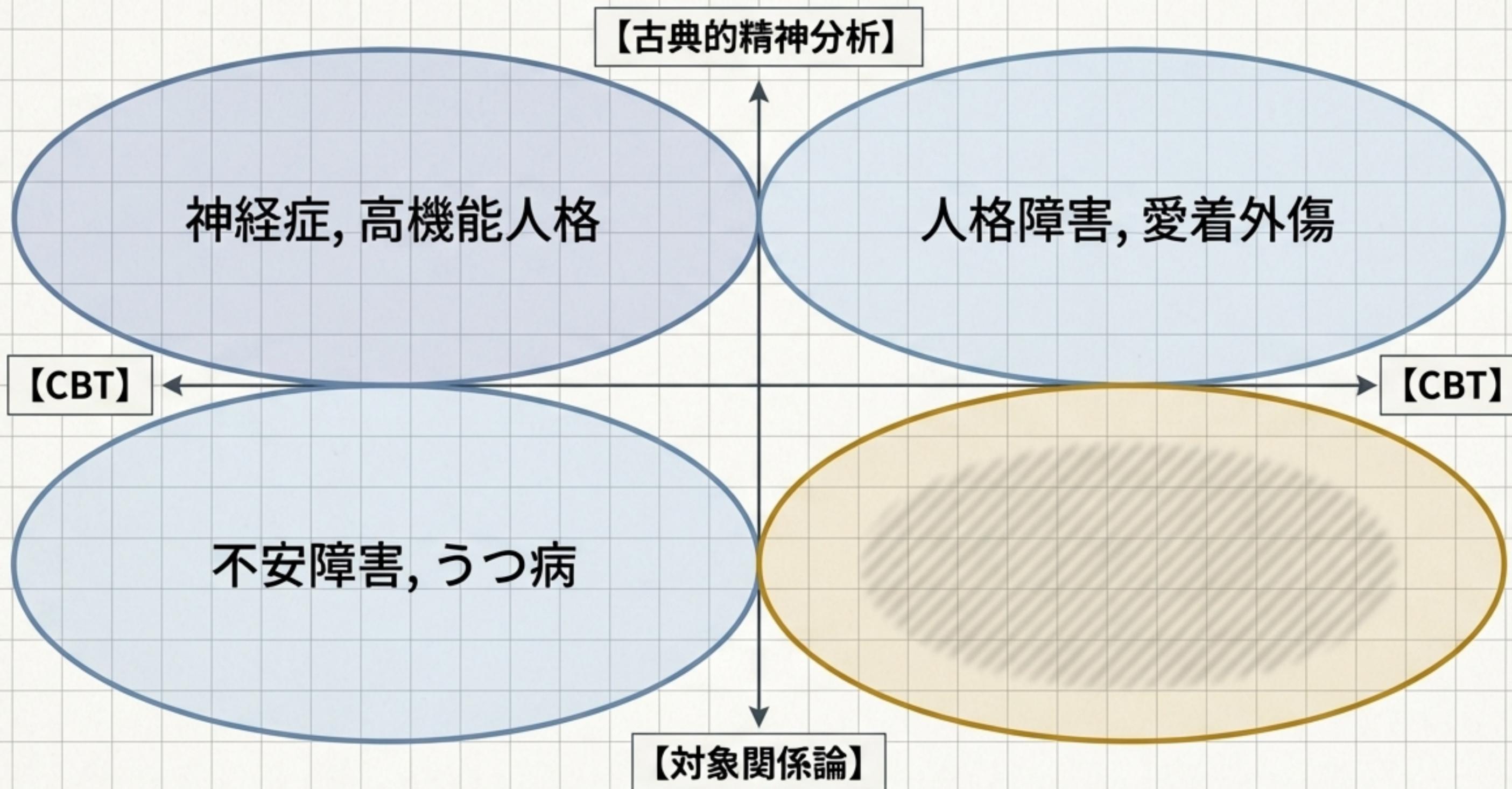
既存療法の力学：構造変化へ向かうベクトル



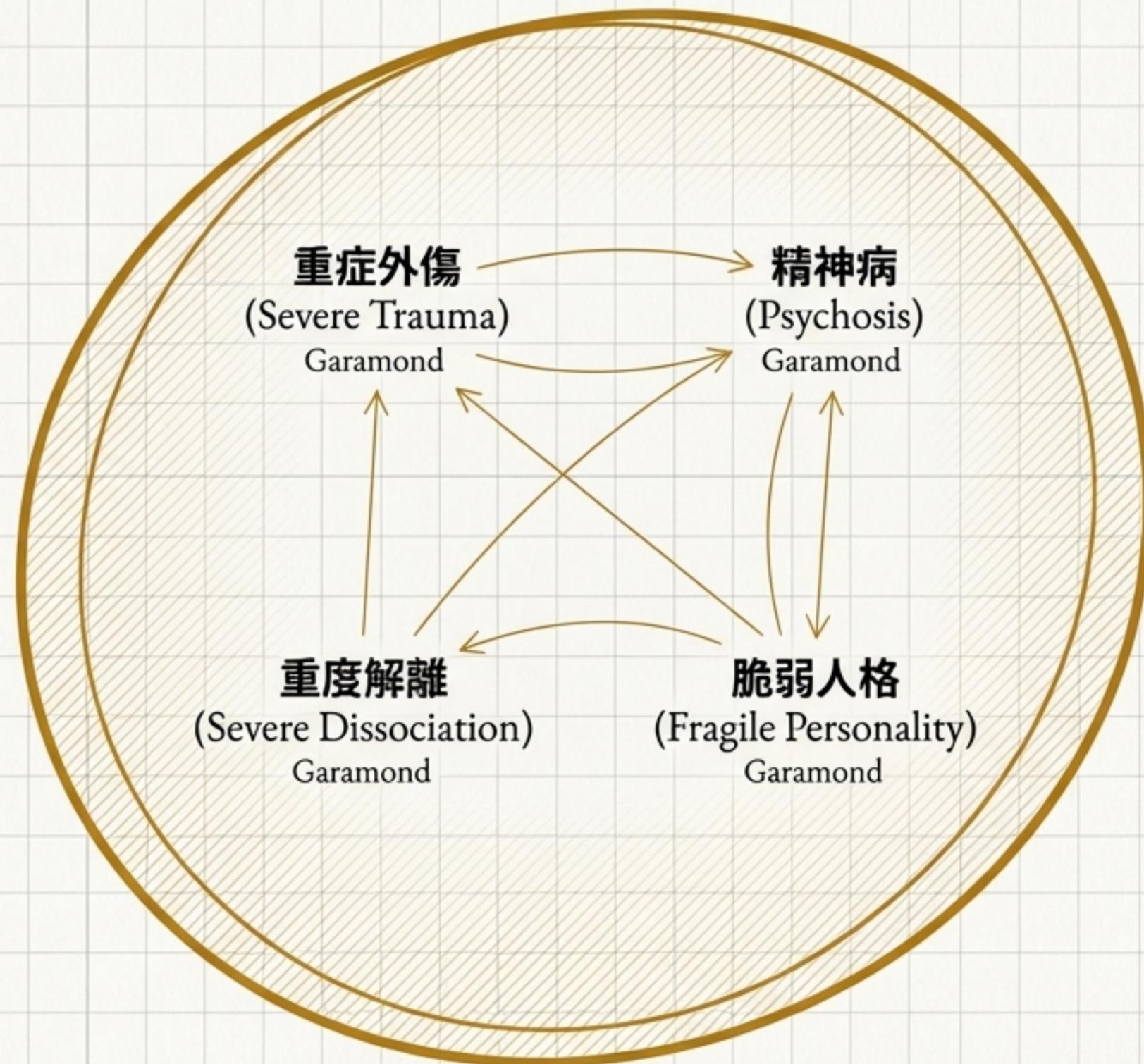
温存療法の力学：環境と関係へのアプローチ



ステップ3：各療法の「適応領域」をマッピングする



温存的精神療法の適応：重症度と脆弱性への対応

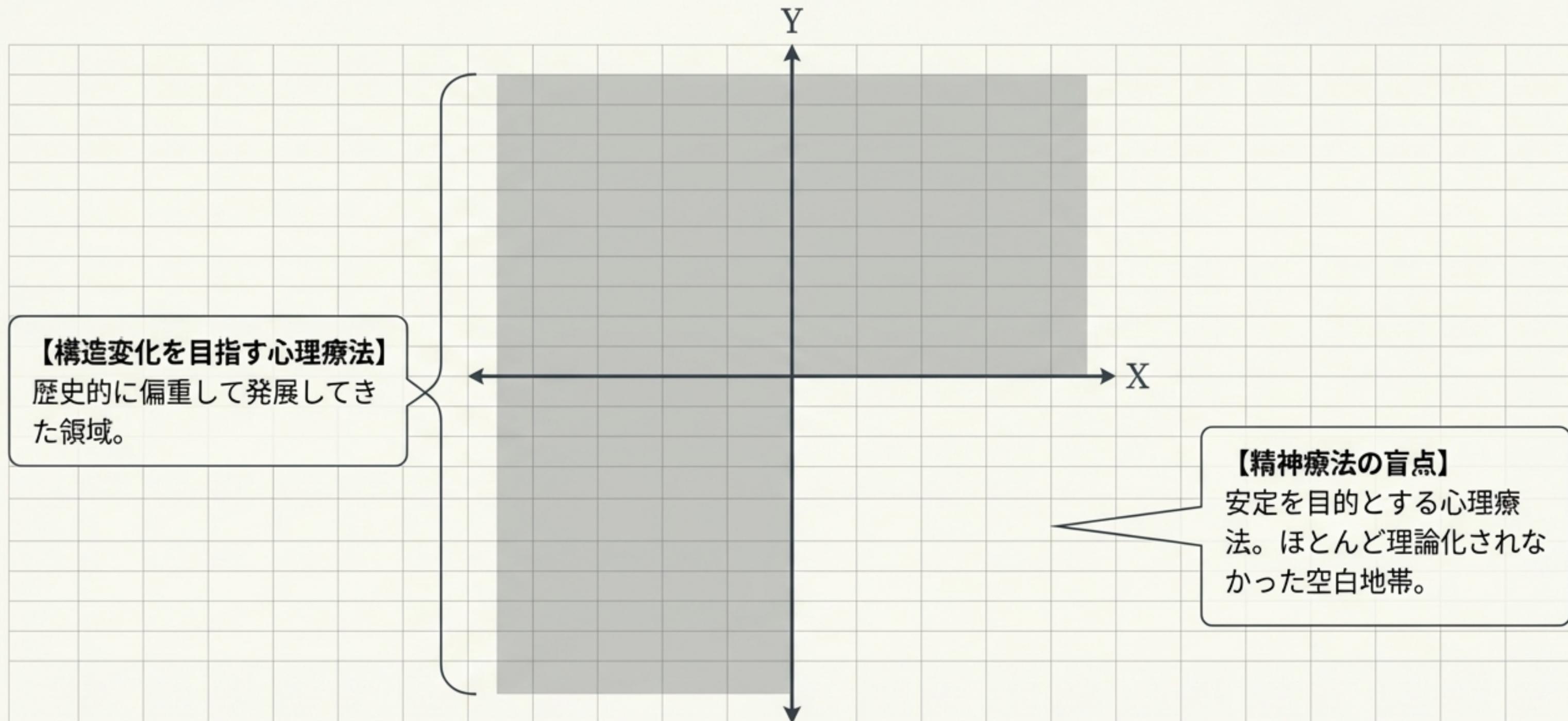


Takeaway: ここにマッピングすることで、温存療法の臨床的立ち位置が明確化される。

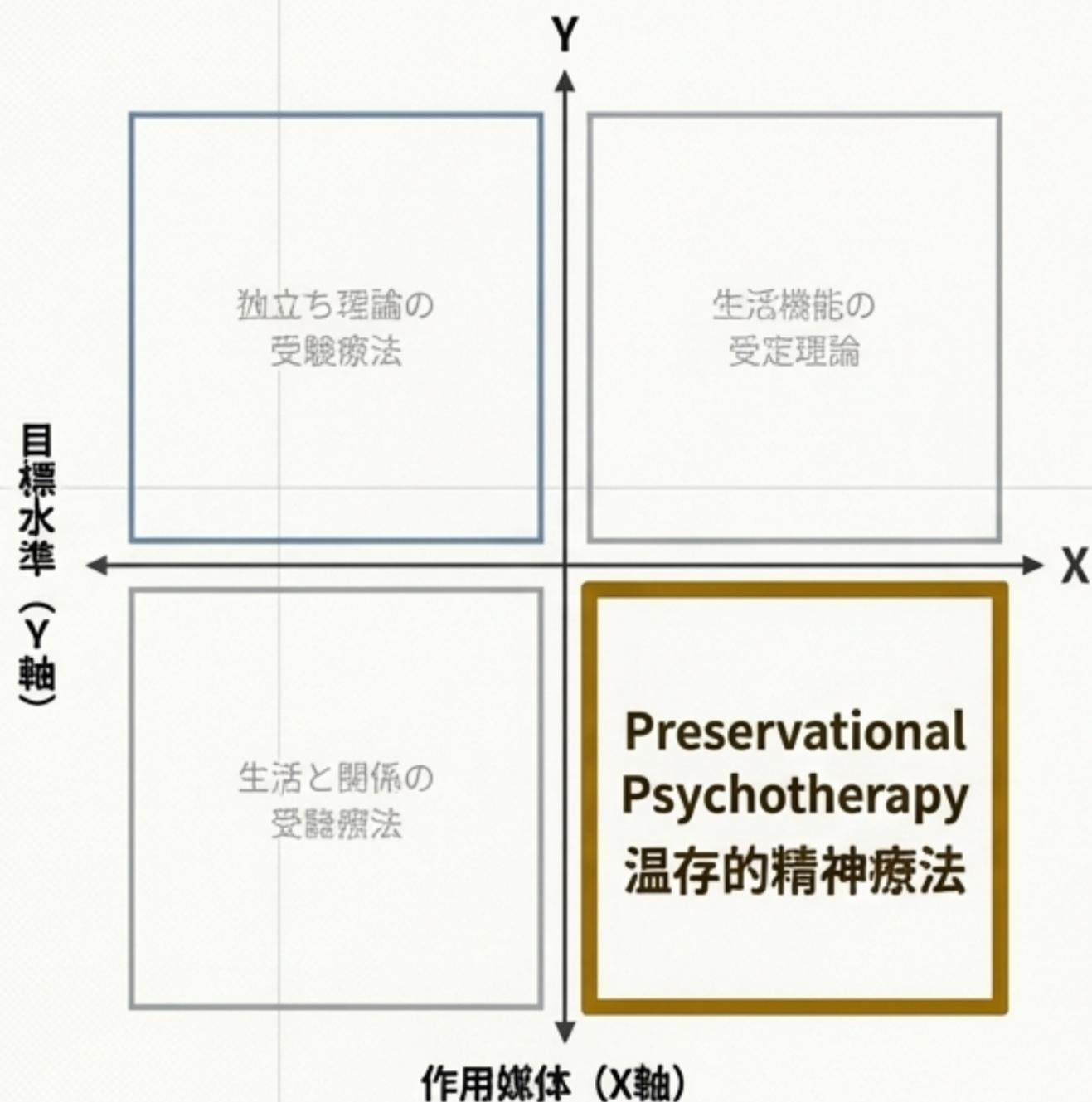
適応と力学の統合：精神療法マトリクス

治療法	目標水準 (Y軸)	作用媒体 (X軸)	治療ベクトル	適応対象
古典的精神分析	構造変化	意味理解	環境→構造, 関係→解釈	神経症 高機能人格
CBT	生活機能	意味理解	関係→解釈, 構造→環境	不安障害 うつ病
対象関係論	構造変化	対人関係	解釈→関係, 環境→構造	人格障害 愛着外傷
温存的精神療法	生活機能	対人関係	構造→環境, 解釈→関係	重症外傷, 精神病等

論文の核心：精神療法史における「盲点」の可視化



新たなパラダイムとしての「温存的精神療法」



“ 「精神療法史の多くの理論は、人格構造の変化を志向する領域に集中して発展してきた。一方、生活機能の安定と対人関係の保持を中心とする領域は、『支持療法』という曖昧な名称のもとに理論化されないまま残されてきた。本稿で提案する温存的精神療法は、この領域を独立した治療パラダイムとして位置づけ直す試みである。

完成した理論図：温存的療法のパラダイムの力学的位置づけ

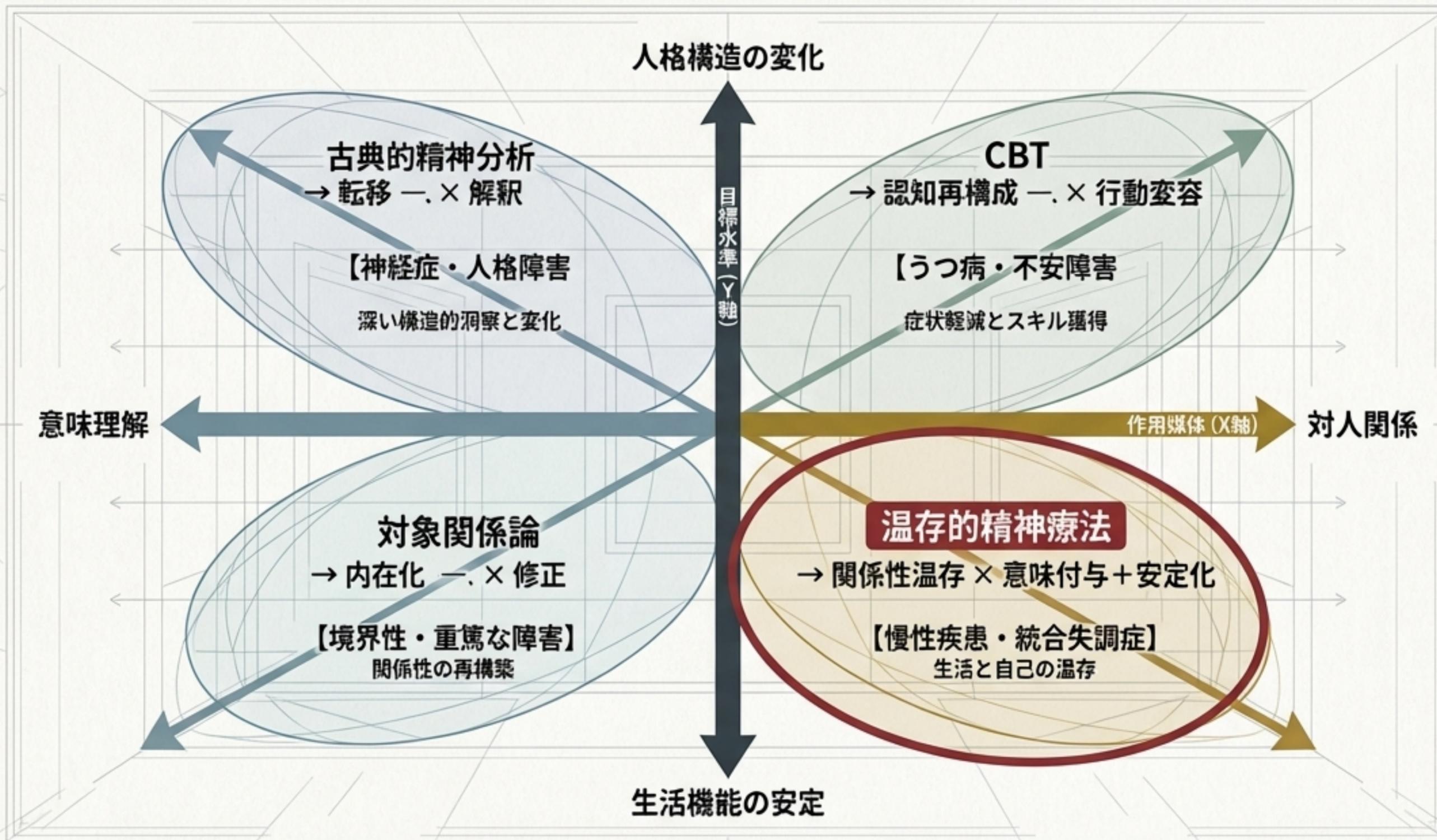


図1. 精神療法の2軸と温存的療法のパラダイムの独立パラダイム

(Fig 1. The Two Axes of Psychotherapy and the Independent Paradigm of Preservational Psychotherapy).

次なるステップ：かつてない着眼点を「タイトル」に込める



精神療法史を2軸で整理し、右下の空白地帯を理論化する。この独自の着眼点を最大限に活かすための最重要タスクが「論文タイトルの策定」である。

このタイプの論文は、
タイトルで半分決まる。

最強のタイトル策定フェーズへ。

