

博士學位論文

内容の要旨
および
審査の結果の要旨

博甲第13号

令和4年度（2022年度）

京都文教大学

は し が き

本編は、学位規則（昭和28年4月1日文科省令第9号）第8条による公表を目的として、令和4年9月16日に本学において博士の学位を授与した者の論文内容の要旨、論文審査の結果の要旨を収録したものである

学位記番号に付した甲は、本学学位規則第3条第1項（いわゆる課程博士）によるものであることを示す。

目 次

学位記番号	学位の種類	氏名	論文題目	頁
博甲第 13 号	博士(臨床心理学) (京都文教大学)	橋本俊之	内観療法における「母」のメカニズムの再検討	1

氏名	橋本 俊之
学位の種類	博士（臨床心理学）（京都文教大学）
学位記番号	博甲第13号
学位授与年月日	令和4年（2022年）9月16日
学位授与の要件	京都文教大学学位規則第3条第1項の規定による
学位論文題目	内観療法における「母」のメカニズムの再検討
論文審査委員	主査 教授 濱野 清志 副査 教授 高石 浩一 副査 教授 香川 克

論文内容の要旨

第1章 問題と目的

内観療法とは、身近な周囲の人間（母、父等）に対する自分を、内観3項目（「してもらったこと」、「して返したこと」、「迷惑を掛けたこと」）に沿って、小学校低学年から現在まで、段階的に「調べる」方法である。「調べる」とは、内観療法の独特の言葉遣いであり、身近な周囲の人間に対して自分が抱いているイメージや出来事について、年代や対象を区切って内観3項目の観点から捉え直すという意味で用いられている（吉本，1983）。内観療法の研究について、村瀬（1987a）は内観療法の構造的条件やセラピストの特性が及ぼす影響の研究、内観療法の効果の研究は、かなりの進展がある一方で、内観療法の過程研究、内観理論の領域は、ほとんどみるべき成果があがっていないと指摘している。特に、内観療法の独自性が捉えられていないという村瀬（1987a）の指摘は重要である。内観療法は宗教的な修行法から段階的に改良されており、今後は心理療法としての理論体系を構築することが必要だと筆者は考えている。その際に、内観療法が他の心理療法と比較して、どのようなメカニズムを持っているかを明らかにすることが重要である。

本研究の目的は、内観療法における諸主題の中から「母」に関わる過程に注目して、そのメカニズムを明確にすることである。それから、内観療法の説明、集中内観の過程、集中内観の構造、内観研修所等の内観療法の現状と課題を検討した。さらには、内観療法の研究の現状と課題として、内観療法の独自性を捉えていないという村瀬（1987a）の指摘について、主な研究を引用しながら論証した。最後に、本研究の方向性を明示して、内観療法における「母」のメカニズムの再検討の必要性を論じている。

第2章 事例研究1 臨床事例から内観療法における「母」を考える

第2章では、摂食障害の20代後半の女性Aの集中内観の事例Iを通して、どのようにクライアントの母の体験が変容するのかについて考察した。吉本(1983)が指摘する通り、内観療法は親に対する自分を繰り返し調べる方法であり、特に母の想起が重要視されている(村瀬, 1989b)。事例Iを検証した結果、内観療法で体験する「母」とは、自分の母を繰り返し調べることで、それまでは一面的であった母の姿を全体的に見つめられるように変化することで、クライアントの自己変容が促されていると考えられる。事例Iでは、Aの集中内観1日目から6日目までの経過を概観した上で、序盤では母への内観3項目が具体的に想起できなかったAが、父の内観を契機にして、2回目の母の内観ではそれまで抑圧されてきた母への思いが溢れ出るようになった。その思いを「場」とセラピストに受容されることで、母から大切にされた特別な場面を思い出して、全体的な母の姿が見つめられるようになる過程を検討している。

第3章 文献研究 内観療法における「母」を理論的に考える

第3章では、日本の浄土仏教の根本経典である『観無量寿経』の瞑想法から、内観療法における「母」のメカニズムを理論的に検討している。内観療法における「母」とは、日本の浄土仏教の「阿弥陀仏」を比喩的に示しており、「阿弥陀仏」に触れる過程との関連性あるため、「阿弥陀仏」に触れる過程を物語的に描写した『観無量寿経』の瞑想法の観点から、内観療法における「母」のメカニズムを検討できると考えた。考察では「王舎城の悲劇」から、「日想観」、「華座観」、「像観」、「真身観」の4つの過程を、ユング心理学的な考察も加えながら、集中内観の過程と重ねて論じた。『観無量寿経』の瞑想法の過程が、内観療法における「母」のメカニズムにそのまま当てはまるわけではないが、母を夕日に喩えて、それにかかる雲である罪を払うことで、美しい奇麗な夕日を思い浮かべる『観無量寿経』の瞑想法の検討から、内観療法における「母」のメカニズムの在り方について、これまでとは違った観点から考察している。

第4章 調査研究1 大学生の内観3項目の主観的体験の考察

第4章では、大学生の内観3項目の主観的体験について考察している。森下ら(2015)によれば、内観療法の研究はセラピスト視点からの研究が中心であり、クライアントの主観的な体験を対象にした研究が少ない。そのため、本章では、長山ら(2006)が指摘する内観療法の3つの主要構造(内枠的構造、外枠的構造、内観者・面接者関係)の中で、最も優先度が高く、本質的な構造の内枠的構造の「内観3項目(「してもらったこと」、「して返したこと」、「迷惑を掛けたこと」)」に注目した。そして、母に対する自分を内観3項目に限定した形で、本来の内観研修所ではない「場」である大学の心理臨床センターの心理面接室を利用して、大学生の協力者10名を対象に、記入する内観と質問紙調査、インタビュー調査を2回実施した。そこで得られた基礎データを、木下(2003)のM-GTAを参考にして質的に分析した。

結果では、「してもらったこと」の過程では、【具体的、場面的、直接的な母の想起】、【母との分離感の生成】、【母に対する欲求の充足化】、【母を通じた自己感覚の生成】という4つの上位カテゴリーが抽出された。「して返したこと」の過程では、【個人としての母の想

起】、【母との共有体験の想起による自己感覚の生成】、【自己感覚の生成による幸福感】という3つの上位カテゴリーが抽出された。「迷惑を掛けたこと」の過程では、【母に対する負の感情の想起】、【自己感覚の生成による母に対する罪悪感の想起】、【自己感覚の欠如による母に対する被害者意識】という3つの上位カテゴリーが抽出された。

考察では、内観3項目のそれぞれの過程で抽出された上位カテゴリーの体験と相互関係を考察している。本調査では、協力者が1回目に一般的な母の体験を調べたが、2回目はそれを協力者個人に引き寄せて調べる過程が特徴的である。一般的な母の体験を個人に引き寄せる過程を繰り返し行うことで、母を全体的に見えるようになると考えられる。その際、本調査の結果から、自分が母から愛されていた存在であると自覚することで、確かに自分の存在があると実感する主観的な感覚である自己感覚の生成が重要な役割を果たしている過程を考察している。

第5章 調査研究2 「してもらったこと」の主観的体験の考察

第5章では、第4章の内観3項目から「してもらったこと」に限定した調査を、大学生16名の主観的体験から考察している。村瀬(1976)、(1989a, b)と本山(2007)によると、内観3項目では、クライアントに愛情の再発見を促す「してもらったこと」が重要な質問である一方で、Suzan Forward(1989/1999)と水島(2018)が「毒親」として指摘する現代社会の背景から、母に「してもらったこと」の過程を愛情の再発見のみで捉えることは難しい側面がある。石原(2008)がクライアントの体験を理論的にニュートラルな観点から検討することが重要であると指摘するように、筆者は母に「してもらったこと」のクライアントの主観的体験を考察することが重要ではないかと考えた。そのため、本章の調査では、大学生の協力者16名を対象に、母に「してもらったこと」と、母の想起の相対的な特徴を検討するために、父に「してもらったこと」を加えた2回の面接調査を実施した。調査方法は新型コロナ禍を考慮して、zoomによるオンライン面接で、5分間内観して、3分間内観したことを書き出してからインタビュー調査を行った。そこで得られた基礎データを想起順序により、 α 群(母→父の想起)と β 群(父→母の想起)の2群に区分して、木下(2003)のM-GTAを参考にして、質的に分析した。

結果では、 α 群では、【具体的な母の想起】、【慈愛的な母の想起】、【日常生活としての母の想起】、【安心感としての母の想起】、【肯定的な母の想起】、【代行者としての母の想起】、【独占的な母の想起】の7つの上位カテゴリーが抽出された。 β 群では、【一般的なイメージとしての母の想起】、【日常生活としての母の想起】、【献身者としての母の想起】、【見守りの存在としての母の想起】、【布施者としての母の想起】、【多大な恵愛者としての母の想起】、【全体的、受容的な存在としての母の想起】の7つの上位カテゴリーが抽出された。

考察では、 α 群と β 群の過程で抽出された上位カテゴリーの体験と相互関係を考察している。本調査の α 群では、直接的な母との関りによる愛情や、代行的にしてくれる母への感謝、自分一人に向けてくれる母との共有体験など、母と自分との間に適切な距離感が生まれて、きちんと母に向き合えるようになることで、母に対する愛情や感謝、労わりの気持ちを持つようになり、母の姿を全体的に見える過程が進んでいると思われる。 β 群では、個人の母を超えたような、大いなる母に自分の存在が認められるような感覚が育つことで、確かな自分の存在を実感できるようになり、自己感覚が生成されるような過程を考

察している。

第6章 事例研究2 内観療法の臨床事例から「母」を考える

第6章では、クライアント・セラピスト関係による「場」について、第2章の集中内観の事例Ⅰと、リース・滝(2015)による箱庭療法の事例Ⅱを比較検討している。長山ら(2006)によると、クライアント・セラピスト関係は、内枠的構造(内観3項目)と外枠的構造(内観研修所, 1週間の期間等)に比べると、内観療法では重要度が低いとされている。一方で、河合ら(1984)によると、箱庭療法の治療的な「場」とはクライアント・セラピスト関係により構築されている。これを参考にすると、内観療法の治療的な「場」の構築でも、クライアント・セラピスト関係が重要な側面があると論じ、そのことを事例的に検証するために事例Ⅰと事例Ⅱを比較検討した。考察では、導入期、循環期、調律期、自己洞察期の4期に区分し、それぞれのクライアント・セラピスト関係による「場」の役割を具体的に論じている。

第7章 事例研究3 内観療法の臨床における新たな適用を考える

第7章では、20代後半の男性Cの日常内観をフォローアップした事例Ⅲを検討している。Cは2度目の集中内観後、日常内観を自宅で継続したが、ある時期から一人では続けられなくなり、セラピストの筆者に相談した。吉本(1983)と三木(1976)によると、内観療法には集中内観と日常内観の2つがあり、集中内観後は日常内観の継続が重要とされているが、クライアント各自は努力しつつも、日常内観の継続は難しい面がある。事例Ⅲでは、村瀬(1987b)が指摘する集中内観の過程とGendlin(1966)の「体験過程」との共通性に触れながら、集中内観と日常内観での体験の違いや目的等、集中内観時の母の体験を許にして、集中内観以後もセラピストがCの日常内観をフォローアップする過程を論じている。その過程では、Cの母の体験が多様化したことで、母の姿を全体的に捉えることができ、日常内観の視点が拡大するのではないかと考えた。事例ⅢのCは、内枠的構造の内観3項目を日常内観で行うだけでは困難が生じており、内観研修所という「場」とセラピストの存在に支えられて母の姿を全体的に捉えることができるようになることで現状の課題と向き合い、それを乗り越えた過程を考察している。

第8章 総合考察

第8章では、総合考察として、各章のまとめと理論編(第1章～第3章)、調査編(第4章, 第5章)、臨床編(第6章, 第7章)の観点から検討された内観療法における「母」の仮説的メカニズムについて論じている。

本研究では、始めに筆者自身の内観療法の臨床事例から検討したが、事例ⅠのAは自分の母を内観3項目により繰り返し想起することで、それまでは一面的だった母の姿を全体的に見つめられるように変化する過程が考察されている。この事例Ⅰの過程について、調査編で見られた自己感覚の観点から検討すると、Aは母の姿を全体的に見つめるようになることと同時に、確かな自分の存在を感じる自己感覚が生成される過程もあるのではないかと考えられる。

Aのこのような変容過程については、最初に内観3項目によって、自分の母を繰り返し

調べることで、見えてくる母の姿が一面的なものから全体的なものに変化するようになったと同時に、母と自分との関りを具体的に想起することで、確かな自分の存在を感じるようにも変化したのではないかと推察される。このような過程が進んでいくことにより、Aの場合は、この世界に自分が受け入れられていて、そこで愛されていることが実感できるようになり、この世界に自分がいてもいいのだというような、大きな母の世界に受け止められたような奥深い境地に到達したのではないかと考えられた。

このようなAの変容過程の背景を検討すると、母の体験とは自分をこの世に産んでくれた個人の母との体験である一方で、自分という存在をこの世界に受け入れてくれるような大きな母であり、ユング心理学で言うグレートマザーのような存在につながる体験になっているのではないかとと思われる。これを『観無量寿経』の瞑想法から理論的に検討すると、「日想観」で瞑想者が想起する夕日と、その背景に照らされる大きな母なる夕日のイメージとの重なりが推察される。最後に、このような母の体験の変容過程を、本研究では母のメカニズムと捉えることができるのではないかと論じている。

文献

- Gendlin, E. T. (1966). *Experiencing and Psychotherapy*. (村瀬孝雄 (訳). 体験過程と心理療法 牧書店).
- 石原宏 (2008). 制作者の体験からみた箱庭療法の「治療的要因」に関する心理臨床学的研究. 日本学術振興会 科学研究費 若手研究 (B) 研究成果報告.
- 石原宏 (2015). 箱庭療法の治療的仕掛け—制作者の主観的体験から探る. 創元社.
- 河合隼雄・中村雄二郎 (1984). 箱庭療法と〈私〉, 〈癒やす〉意味とその働き トポスの知—箱庭療法の世界. TBS プリタニカ.
- 木下康仁 (2003). グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践 質的研究への誘い. 弘文堂書房.
- 三木善彦 (1976). 内観療法入門—日本の自己探求の世界. 創元社.
- 水島広子 (2018). 「毒親」の正体 精神科医の診療室から. 新潮社.
- 森下文・盧立群・真栄城輝明 (2015). 集中内観における内観者の心理的変容プロセス—内観面接での「語り」の変化に焦点を当てて—. 内観研究, 21 (1), 29-41.
- 本山陽一 (2007). 「迷惑をかけたこと」の今日的解釈. 内観研究, 13 (1), 59-70.
- 村瀬孝雄 (1976). 内観と日本文化. 村瀬孝雄編 (1996). 〈自己の臨床心理学3〉内観 理論と文化関連性. 誠信書房, 147-173.
- 村瀬孝雄 (1987a). 内観研究の現状と課題. 村瀬孝雄編 (1996). 〈自己の臨床心理学3〉内観 理論と文化関連性. 誠信書房, 102-125.
- 村瀬孝雄 (1987b). 体験過程, 内観, フォーカシング. 村瀬孝雄編 (1996). 〈自己の臨床心理学3〉内観 理論と文化関連性. 誠信書房, 126-141.
- 村瀬孝雄 (1989a). 内観療法. 村瀬孝雄編 (1996). 〈自己の臨床心理学3〉内観 理論と文化関連性. 誠信書房, 4-60.
- 村瀬孝雄 (1989b). 「母なるもの」との出会い. 村瀬孝雄編 (1996). 〈自己の臨床心理学3〉内観 理論と文化関連性. 誠信書房, 217-222.
- 長山恵一・清水康弘 (2006). 内観法—実践の仕組みと理論. 日本評論社.

リースー滝幸子(2015). 重度情緒障害児への箱庭療法—7人の子どもたちの事例をもとに.
創元社.

Suzan Forward (1989/1999). Toxic Parents. (玉置悟 (訳). 毒になる親 毎日新聞社)

积徹宗 (2020). NHK 宗教の時間『観無量寿経』をひらく. NHK 出版.

吉本伊信 (1983). 内観への招待—愛情の再発見と自己洞察のすすめ. 朱鷺書房.

論文審査の結果の要旨

本論文は、内観療法について、その心理療法としてのメカニズムの一端を明らかにし、内観療法のエッセンスを広く心理療法一般にも活用できる道筋を探ろうという著者の目論見の第一歩として取り組まれた試みの成果である。本論では内観療法のさまざまな特徴のなかでも、様々な角度からの「母」の想起を通じた内観が心理療法としての内観療法の核となるプロセスであると捉え、その意義を明らかにしようとしている。

本論は8章からなり、第1章ではこれまでの内観療法の研究を概観し、内観療法における「母」のメカニズムの再検討の必要性を論じている。第2章では、著者が関わった集中内観の事例から内観療法における「母」の重要性を指摘する。母の想起を通じて、一面的にしか見られなかった母を全体的な存在として捉えるようになり、母の体験の変容が描かれる。個別の母体験の想起を続けていくと、個別の母を超えた「母」なるものとのつながりが活性化し、その「母」体験に安心して抱えられるような自己が再確認される。そして、その結果として自己変容がもたらされるという本論のアイデアの出発点となる体験がここに見出される。

第3章では内観療法における「母」の意義を浄土仏教の阿弥陀仏との関わりとの比較を通じて検討している。とりわけ、日想観における観想体験が根源的な母を呼び出し、自己がその母の中で救われるという点に、内観療法の「母」の意義を見出している。

第4章の調査研究は、内観3項目に沿った母の想起という体験のみを実験的に取り出し、二度繰り返すことで調査協力者がそこでどのような体験をするのかを明らかにしようとした。第5章では、母と父の想起の順を入れ替えての違いも検討している。母の想起を深める中で自己感覚が生み出されてくるプロセスを取り出したことがこの成果としてあげられるであろう。

第6章、第7章では具体的な臨床事例の中での「母」の体験の意義を確認検討し、とりわけ第7章での集中内観の体験の未消化分をフォローアップする面接を通して内観体験を深めるという独自の方法は、内観療法の新しい展開を予想させる事例となっている。そして、第8章であらためて、内観における母のメカニズムを整理して論文を締めくくっている。

本論文はきわめて多面的、多角的に内観療法の意義を捉えなおそうとした論文であり、従来の内観療法に一定の新たな視座を提供することに成功しているといえることができる。したがって、本論文が博士(臨床心理学)の基準を十分に満たす論文であると認めることができる。

以上

博士学位論文 内容の要旨及び審査結果の要旨 博甲第13号

令和4年（2022）10月1日発行

編集・発行 京都文教大学大学院臨床心理学研究科

〒611-0041 京都府宇治市槇島町千足 80

TEL 0774-25-2426 FAX 0774-25-2498
