

氏名（本籍）	藪 下 遊（富山県）		
学位の種類	博士（臨床心理学）		
学位記番号	博乙第42号		
学位授与年月日	平成28年3月21日		
学位授与の要件	学位規則第4条第2項該当		
学位論文題目	「自然治癒力」を基盤とした心理療法の提案		
論文審査委員	主査	東亜大学大学院	教授 村山正治
	副査	東亜大学大学院	教授 田村敏昭
	副査	東亜大学大学院	准教授 桑野裕子

論文内容の要旨

第一部 序論

第一部では、筆者が「自然治癒力」という概念に関心を寄せた心理療法実践上の経緯を述べ、疑問点を提示した。「自然治癒力」が万能であれば、心理的問題に限らずあらゆる心身の不調は何もせずに回復するのが道理である。しかし心理療法の実際では、遷延化・慢性化の疾患にあふれ、長期間にわたり苦しんでいるクライアントが少なからず存在する。この存在は、それだけで「自然治癒力」が万能ではない傍証と言える。

心理療法場面において「クライアントの力を信じる」という表現がよく聞かれるように、クライアントに内在する回復力を前提とした考えは、心理療法の世界に浸透している。それは既存の心理療法学派の検証からも明らかであり、詳細については第2章に記載した。各学派の「自然治癒力」の近隣概念を比較すると、その創始者の考えを汲んでおり微妙な違いが認められる。心理療法の世界で浸透した概念でありながら、「自然治癒力」の性質については不透明な部分が多いのである。

「自然治癒力」という概念はHippocratesの「自然力」から始まったが、その性質については、やはり明らかにされていない。「自然治癒力」概念は、近年の「発病モデル」から「寛解・回復モデル」への移行に伴い、「レジリエンス」という概念で再注目されている。その他にも、「自己治癒力」、「対処行動」、「養生」、「ポジティブ心理学」、「健康心理

学」などの概念がここ50年の間に確認され、これらの詳細については第1章および第3章に記した。特に近年になって提出された概念の特徴として、①ポジティブな現象に着目する傾向にあること、②「レジリエンス」を例にとると、研究者によって「レジリエンス」という表現は一致していても、その言葉の背景にある考えや認識にはかなりの開きがあることが認められた。すなわち、ここでも概念の不明確さがあると言える。

そこで第4章において本研究の目的を、①「自然治癒力」の性質を明らかにすること、②特に、「自然治癒力」の視点からネガティブな体験や症状を、どのように捉えるのかを明示すること、③「自然治癒力」の性質を把握した上で、「自然治癒力」を念頭においた心理療法を提案すること、とした。なお、「自然治癒力」の現時点での定義については、『人間という生命に内在する治癒力』に留めた。なお研究法は、事例研究を中心とした。「自然治癒力」が活躍する回復過程は、いくつかの因子が出現し、それらが星座のようにある位置を占めることで進行していく。よって本研究において、事例の経過を克明に記載できる事例研究をはじめとした質的研究法を採用することが望ましいと判断した。

第二部 クライアントが示す否定的体験に関する本論文の立場

第二部では、クライアントにとって否定的に認識される体験に関する、本研究での立場を明示した。

第5章では、不登校児を抱えた親面接において親が感じる種々の「迷い」について注目し、「迷い」が心理療法過程および回復過程において重要な意味を持つことを示した。それは「迷い」を抱え、向き合うことのみが重要なのではない。抱えていないように見えるクライアントであっても、潜在的には「迷い」と向き合う経過があり、セラピストは表明されない中にも、クライアントが“自分にとって必要なこと”を何らかの形で成就させようという指向があることを自覚することが重要である。

第6章では9事例のナラティブから、子どもの悩みで来談した親との面接が、個人心理療法に移行する経過を、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチをもって明らかにした。その結果、初期には否定的に捉えられていた体験が、心理療法導入後には認識の変化が見られ、クライアントの視野が広がったことが明らかとなった。

第二部を通して、①一般的価値基準に照らして否定的体験が、その後の心理療法過程に重要な役割を果たす、②よって、セラピストは否定的体験をその瞬間の感じ方で判断するのではなく、③心理療法過程とくに回復過程において、どのような意味をもたらす体験なのかを縦断的な視点から考慮する必要があること、が明らかとなった。

第三部 症状に潜む「自然治癒力」

第三部では、クライアントが示す問題・症状といった、一般的により忌避されやすい現象にまつわる本研究の立場を明らかにした。

第7章では、過食嘔吐症状を繰り返す摂食障害事例と頻回にリストカットを行う高校生女子の事例を提示し、各々が示す症状や問題が、クライアントの苦慮感の低減にどのように寄与しているかを論じた。各事例において筆者は、症状や問題には適応的な側面があるという立場を明示し、クライアントの示す症状や問題の意義を共有していった。こうしたやり取りには、症状や問題が増大するという懸念を筆者は感じたが、徐々にクライアント自身の認識を広げ、症状や問題を陰性的意味合いのみで捉えなくなっていく。そして、症状や問題が自分たちにもたらす意義を実感し、その適応的側面と不適応的側面の両方をバランスよく認識するようになった。そのころから、クライアント自ら代替技術の創案を行い、症状や問題に先立って起こっていた苦慮感の対処に充てるよう変化した。

第三部をまとめると、①症状や問題をクライアントの回復への力、すなわち「自然治癒力」と捉えることが可能であり、②セラピストが「自然治癒力」の顕在であるという認識を伝えることで、クライアントは症状や問題について話題としやすくなり、③よりバランスの良い症状・問題の認識に至ることで、代替技術の創案につながる。一方で、④“症状は「自然治癒力」の現われ”という知的な理解のみでは、クライアントの種々の症状・問題の出現に揺さぶられるため、⑤「自然治癒力」を念頭においた人間観を育てていくことが求められる、ということが明らかとなった。

第四部 「自然治癒力」の徴候

第四部では「自然治癒力」がどのような環境下で顕在化するかを論じた。

第8章では、統合失調症者の事例を提示し、その回復過程でどういった因子が寄与したのかについて論じた。経過では、自身の苦慮感および不穏な感情について認識できなかったクライアントが、徐々に身体感覚に聴くなり、主体的に起こる問題に対処する姿が示された。身体感覚は、セラピストからの治療操作によって出現したものではなく、方向づけられない心理療法場面によって生じ、共有された事柄であった。そして回復にあたっては、身体感覚のような非特異的な症状の推移が、その経過の成否を左右すると結論付けた。なお、この事例においては身体感覚が援助的に作用したが、本来統合失調症の回復過程は具体的個別論に親近性を持つため、すべての事例に共通してプラスに働く因子が存在するわけではないことを言い添えた。そのため、回復の在り方はクライアントによって様々であり、社会復帰・職場復帰といった一般的に定められやすい目標の達成が、そのまま回復と呼べるとは限らないこと

を示した。

以上のように第四部では、①方向づけない、自由な環境下で起こるクライアントの表現が重要であること、②非特異的な症状の推移が回復過程の成否を左右すること、③回復過程の在り方はクライアントによって異なるため、個別的な回復過程を見立てる必要性がセラピストには要請されること、が明らかとなった。

第五部 総合考察

これまでの記述より、クライアントの示す否定的体験および症状・問題は「自然治癒力」が顕在化したものであるということが明らかとなった。そこから導かれる「自然治癒力」の性質として、まずは「融通の利かなさ」を挙げた。苦慮感を覚える状況において、クライアントの生命は自らの持ち得るあらゆる資源を活用し、その状況から抜け出そうとする。すなわち、クライアントは内的資源をフル活用する。しかし、心理療法場面で出会うクライアントは、その内的資源が少ないか、限定化されている。ある状況に対して特定の対処法でしか応じられないことが、客観的なクライアントの姿を奇妙なものにする。すなわち『有り合わせ』で対応してしまう性質および『状況を見捨て』反応する性質が「自然治癒力」には備わっているとと言える。また、ある状況において有効だった対処法それ自体が症状となってしまう、遷延化・慢性化に至る事態を踏まえると、「自然治癒力」には『長期無展望』な性質が備わっているとと言える。さらに「自然治癒力」は非特異的な症状として顕在化し、無自覚的に行われることが少なくない。非特異的であるということは、周囲の目に留まりにくく、クライアントにとっても重要なものとして認識されにくい。これにクライアントが気づき、活用できるようにすることの重要性を論じた。

こうした「自然治癒力」の性質を踏まえ、①クライアントの「自然治癒力」をセラピストがサポートすること、②無自覚・非特異的な「自然治癒力」の顕在化に気づき統制できるように働きかけること、を第10章で論じた。①については、セラピストが見立て（援助計画）を提示する際、そこに『長期展望』が備わり、『否定的現象』を含ませることの必要性を指摘した。②では、「自然治癒力」の顕在化を促進するにあたり、自由で方向づけられない環境が重要であることは既述したが、ただ自由を保障することの心理療法的な効果は薄い。それを演出する、外的環境やセラピストの工夫を示し、重要なのは臨床技法ではなく臨床作法と呼称できるような、一般性を帯びた対応であることを示した。最後に、「自然治癒力」を信じる人間観の育成について、筆者の体験から末梢的な工夫の重要性を示唆した。

本研究で示した範囲は「自然治癒力」が賦活化・顕在化しやすい環境なりセラピストの工夫についてのもので、クライアントが外界とどのように適応するかは、多くをクライアント

に委ねている。しかしセラピストが外界の適応を心理療法のゴールを定める害も大きく、あえてその点をクライアントに委ねることの益も少なからず認められる。また、本研究では治療操作について述べていないが、既述した臨床作法は治療操作を支える場となる。まずは臨床作法によって支える環境を構築することを本研究では重視した。さらに、「自然治癒力」の備わっていないクライアントの存在も示唆し、こちらについては臨床実践から対処を見出していくことの重要性を示した。以上の課題について第11章に記した。

論文審査の結果の要旨

本論文は5部11章の構成であり、A4、127頁の大作である。第1部序論、第2部クライアントの否定的体験に関する本研究の立場、第3部症状に潜む自然治癒力 第4部自然治癒力の徴候 第5部総合考察と論述が展開されている。

序論では、著者が自然治癒力に注目した経緯、内観、森田療法まで含む既存心理療法学派における自然治癒概念の検証、その類似概念の検証は、読み応えがあり、著者が自分の臨床体験だけでなく、幅広い学識と視野を持っていることがよくわかり、導入として優れた論考である。4章では本研究が、事例研究法を採択する理由を述べていて、自己の立場が明快に記述されている。

第2部5章から6章までは、自然治癒力の視点から、「迷い」などの否定的体験を自然治癒力の一端として把握することの重要性を、事例研究A、B、C、親面接を通じて例示していて、迫力と考察・示唆と例証性に富んでいる。

第3部7章でも症状の適応機能に注目して、「症状を止めたい」で来談した2事例を検討し、クライアントの症状と問題の意義を共有することが効果的であったことを例示している注目に値する事例研究である。

事例研究の圧巻は、4部8章の統合失調症の事例である。著者が「自然治癒力を基盤とした心理療法」を開発・提案するに至った興務深い事例であり、「自然治癒力」としての身体感覚の重要性を著者に感じとらせた重要事例でもある。心理療法の新しいヒントはクライアントからの贈り物と言われるが、まさにその実例である、学会誌に掲載されて高く評価されている事例研究である。

総合考察の9章・10章でこれまでの事例検討から得られた「自然治癒力を基盤とした」新しい心理療法の具体的提案がなされ、極めて独創的な見解が提示されている。

まず9章では、自然治癒力の性質が述べられている。ポイント4点あげておきたい。

- ①症状・問題といったネガティブな体験が自然治癒力と分かちがたいこと
- ②症状には、クライアントの資質にあった自然治癒力を賦活する養生法が現れていること
- ③セラピストには、自然治癒力の発露を見出す用意と準備・技術・人間観が必要である
- ④自然治癒力は、非特異的・無自覚的な反応として顕在化すること。

10章は自然治癒力を念頭に置いた心理療法の新しい提案である。4点に纏めてみる。①セラピストはクライアントに備わる自然治癒力をサポーターとする。②クライアントに無自覚的な自然治癒力の顕在に気付かせる。③セラピストの様々な工夫。④自然治癒力を信じるという人間観を養う。

本論文の成果と評価

- ① 成功事例を創りだしている優れた心理臨床家としての実践能力の確かさ

著者は7年にわたる臨床実践から、成功例として8事例を創りだしている。しかも扱った病理水準が統合失調症、摂食障害、不登校児の母親など、病理の深い事例から浅い事例まで著者が扱える事例範囲が多様である。これは 著者が心理臨床家として優れた実践能力を持っている証拠であり、高く評価できるものである。新しい療法の提案はこのような優れた事例研究を基盤に創造されるものである。

- ②自然治癒力を基盤とした新しい提案とその具体化に貢献

自然治癒力の顕在化とその手掛を明示したことは高く評価できる。

1. クライアントの示す否定的体験や新しい症状や問題は自然治癒力の顕在化したものである。自然治癒力とはクライアント自身の限られた内的外的資源を活用して苦しい状況を何とか凌ぐという自覚的、無自覚的活動の全体である。

2. 手掛かりとして身体感覚に注目すること、クライアント自身が身体感覚を頼りにすること。

③セラピストの役割は、クライアントの治療者になるだけでなく、クライアントが無自覚にやっている自然治癒活動に注目し、本人がそれを活用できるように働きかけること。身体感覚というセラピストをクライアントの内面に育むことで、クライアントの持つ自助機能を高めていけること。

④本論文には、「発露」・「人間観」・「養生法」など日本文化から育ってきた用語がつかわれて、西洋の治療論と東洋の人間観が著者の臨床家としての体験過程の中で統合されて来ている様子がうかがえる。著者による本提案のさらなる具体化と発展が期待できるものである。

- ⑤あたらしい統合療法の一形態を創りだしてきている視点を高く評価したい。

公聴会の結果

本論文の公聴会は、平成28年2月16日に行われた。論文提出者の発表後、審査員によるコメント、質問、助言があった。これらに対して、論文提出者から適切は説明が行われ、質問への回答も納得がいくものであった。

学識認定の結果

臨床心理学特論、臨床心理面接特論、パーソンセンタードアプローチ特論および英語について口頭試問を行った結果、十分な学識があるものと判定した。

以上から本論文は博士（臨床心理学）の学位を授与するに値するものと認める。