

別紙 1－1

論文審査の結果の要旨および担当者

報告番号	※	第	号
------	---	---	---

氏 名 小 泉 隆 平

論 文 題 目

フォーカシング指向心理療法の一技法としての
“Thinking About” の理論と臨床

論文審査担当者

主 査	名古屋大学大学院教育発達科学研究科教授	平石賢二
	名古屋大学発達心理精神科学教育研究センター教授	本城秀次
	名古屋大学大学院教育発達科学研究科教授	森田美弥子

別紙 1 - 2

論文審査の結果の要旨

本論文はアメリカの臨床心理学者ジェンドリン（Gendlin, J.）が創始した心理療法であるフォーカシング，およびその技法を一般的なカウンセリングのセッションの中に統合して実践するフォーカシング指向心理療法を応用し，新たに“Thinking About”と命名された技法を提唱している。また，この技法を用いたカウンセリングプロセスを示し，臨床事例研究法により効果検証を行っている。

本論文は 5 章で構成されている。第 1 章では，フォーカシングとフォーカシング指向心理療法が提唱された背景と心理療法としての特徴について概説を行っている。また，フォーカシングの理論的基盤である体験過程理論とフォーカシングの技法である 6 ステップ法について説明している。

第 2 章では，フォーカシングの 6 ステップ法の第 1 段階である「クリアリング・ア・スペース（Clearing a Space）」に焦点をあて，この技法に関する先行研究を概観している。また，「クリアリング・ア・スペース」は，問題の核心に向き合うことが難しい重篤な事例においても有効であるとされてきたが，この技法の適用が困難な事例が存在し，限界があることを指摘している。具体的には虐待体験などの被害的意識が強い場合と，問題を身体症状化し言語的に語ろうとしない事例が挙げられている。このような技法上の限界を克服するために「クリアリング・ア・スペース」を改良した新たな方法として，“Thinking About”が提唱されている。“Thinking About”とは，クライアントが向かい合えない問題と適切な距離をもちながらその周辺を立体的に考えることを意味している。この技法では，セラピストがクライアントの体験する感覚（フェルトセンス）を頼りにして，クライアントとクライアントが直接触れられない問題との間の距離感を調整しながら安全にクライアントが核となるテーマに取り組むことができる。また，“Thinking About”は，①クライアントが意識的に向かい合えない核となるテーマの周囲をセラピストがクライアントと自分自身のフォーカシング的態度を育てながら話題にする，②クライアントによって核となるテーマと周辺の問題との関係性がアナロジーによって言語化されるのを見守る，③アナロジーが生成されたなら，そのアナロジーに寄り添いながら，そのアナロジーがもつスキーマと問題，そしてクライアントとの関係性の類似をテーマにししながら面接を深め，クライアントが向かい合いにくかった問題の捉え方の変容を図る，という 3 段階の過程で進むことが説明されている。そして，本論文の目的は，筆者が臨床経験に基づき開発した新たな技法である“Thinking About”の臨床的価値と理論を臨床的事例によって検討することであると述べられている。

第 3 章では，“Thinking About”に適している臨床例として，復讐心という強い

心理的葛藤によって問題に向き合えない 2 事例が検討されている。事例 1 は、いじめを受けた経験により加害者に対する強い復讐心を抱き、不適応に陥っていた中学生男子の事例であり、事例 2 は、夫婦関係の問題から強い復讐心を抱いていた成人女性の事例である。これらの 2 事例について、“Thinking About”を適用した治療的介入を行い、クライアントが“Thinking About”の 3 段階に沿って変容していく面接経過が記述されている。そして、各事例の心理的テーマの特徴と“Thinking About”を適用することによる治療的展開と効果について考察を行っている。考察においては、“Thinking About”は、核となるテーマそのものと距離を取る「クリアリング・ア・スペース」技法とは異なり、「向かい合えない核となるテーマからさらに距離がある周辺の話題とクライアントとの距離を調整しながら話題にし、元々の核となるテーマと周辺の話題との関係性がアナロジーで立ち現れてくるのを待つ姿勢をとる」ことが独自の特徴であると述べられている。また、生成されるアナロジーを通して核となるテーマを安全に扱うことができ、それによりクライアントが新たな気づきを得て体験過程を推進させることができると述べられている。

第 4 章では、問題を身体化することで扱う必要のあった核となる問題から回避していた 2 事例が検討されている。事例 3 は、20 歳代半ばの女性で、幼少期から母親に心理的虐待を受け、母親との関係からくる心理的ストレスにより様々な身体症状に苦しんでいた事例である。そして、事例 4 は高校生女子で、友人関係の問題からくる体調不良を主訴とし、背景に母子関係における自立のテーマがあった事例である。これらの事例を通して、“Thinking About”が心身症など身体を通して問題を表現し、核となる問題に向かい合って語ろうとしないクライアントの援助に有効であることを考察している。また、核となる問題に対してあまり語ろうとしない身体化するクライアントに対して、“Thinking About”を導入する場合には、第 1 段階の「クライアントが意識的に向かい合えない核となるテーマの周囲をセラピストがクライアントと自分自身のフォーカシング的態度を育てながら話題にする」という作業を丁寧に行う必要があり、周辺の話題については実感を伴って語るように援助することが重要であると示唆している。

第 5 章では総合考察として本論文の総括を行い、“Thinking About”を心理的葛藤と身体化した問題を扱う方法として用いることの意義について論じている。また、“Thinking About”技法における「アナロジーの活用」と「語らないことによって語る方法」に関する治療的効果について考察している。最後に、“Thinking About”の限界と今後の研究の展望について述べている。“Thinking About”の限界としては、この技法がクライアントにある程度の言語表現能力や比喩の理解力を求めるものであり、それに伴う制約がある可能性が示唆されている。また、それに関連し、発達障害のあるクライアントへの適用可能性、描画やコラージュなどの非言語的コミュニケー

ションを媒介する方法を導入することの有効性について検討することが今後の研究課題として述べられている。

本論文の特徴と意義については主に以下の点が挙げられる。

①フォーカシングおよびフォーカシング指向心理療法の技法である「クリアリング・ア・スペース」に関する臨床実践上の問題点を指摘し、それを克服するために新たに独自の技法“Thinking About”を考案し、提唱したこと。

②“Thinking About”の手続きとそれを進めていく 3 段階のプロセスを詳細に示し、そこにおいて「アナロジーの生成と活用」が治療的に重要であることを臨床事例研究により例証したこと。

③クライアントが直面化しにくい心理的テーマを扱う方法として、核となるテーマの周辺の話題に着目し、核となるテーマと周辺の話題の距離感や関係性を扱うことが治療を促進するのに有効であることを示したこと。

以上の研究成果は、フォーカシングおよびフォーカシング指向心理療法の研究の発展に貢献するものであるが、一般的なカウンセリングや心理療法においても広く適用可能な知見であり、臨床実践において役立つ有益な視点を提示していると評価できる。

以上の論文内容に対して審査委員からは以下のような疑問点、問題点が指摘された。

①「クリアリング・ア・スペース」に関する海外の先行研究は十分にレビューしているか。先行研究の知見を踏まえた上での仮説検証型の一般的なスタイルの研究を行うことは検討しなかったのか。

②本論文で新たに提唱した技法の有効性について十分に検証できたのか。臨床事例研究法の限界についてはどのように考えているか。今後、効果検証を進める上で臨床事例研究法以外の方法はないか。

③事例の記述の仕方が一般的な事例報告のスタイルに近い。“Thinking About”の研究であることを強調した書き方をした方が良い。事例のテーマについて精神分析的な考察がなされているが、フォーカシング研究としての理論的整合性がなくなるのではないか。

④本文中にしばしば、十分な定義がないまま抽象的な専門用語が使用されている。

審査委員からの指摘に対して、博士学位申請者はこれらの点に関しても十分に認識しており、今後の研究によって対処していくことが可能であると判断した。また、質疑に対する応答も的確であり妥当なものであった。

以上の結果を総合し、審査委員は全員一致して、本論文を博士（心理学）の学位に値するものと判断し、論文審査の結果を「可」と判定した。