



Title	森田療法とナラティヴ・セラピーを統合的に用いた心理療法の意義 ークライエントの「声」を取り戻す臨床実践のブリコラージュ
Author(s)	廣瀬, 雄一
Citation	大阪大学, 2020, 博士論文
Version Type	
URL	https://hdl.handle.net/11094/76345
rights	
Note	やむを得ない事由があると学位審査研究科が承認したため、全文に代えてその内容の要約を公開しています。全文のご利用をご希望の場合は、大阪大学の博士論文についてをご参照ください。

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

論文内容の要旨

氏名 (廣瀬雄一)	
論文題名	森田療法とナラティヴ・セラピーを統合的に用いた心理療法の意義 一クライエントの「声」を取り戻す臨床実践のブリコラージュ
論文内容の要旨	
<p>筆者は精神科クリニックでの臨床において、森田療法とナラティヴ・セラピーを主に用いてきた。森田療法は不安や苦悩を取り除くべきものと否定的にとらえるのではなく、背後にある健全な向上心や、よりよく生きたい欲求の表れと読みかえ、力に変えていこうとするところにその独自性と特長を有する。そして不安・苦悩は「あるがまま」に、生活上必要な行動に着手することを旨とする指針は、明確である。一方その明確さゆえに、セラピスト主導による指示的な色合いが濃くなるという課題も呈してきた。</p> <p>他方、ナラティヴ・セラピーはクライエントへの敬意を最大限に強調し、セラピストは「答え」を知らないというスタンス「無知の姿勢」から、クライエントその人の体験と人生観に立脚しながら、協同して「答え」たりうる「オルタナティヴ・ストーリー」を見つけていこうとする。そのあり方は、「クライエントこそ専門家」とも表現される。そしてナラティヴ・セラピーは、その人が自分の言葉で自身の物語を語れるようになること、すなわち「クライエントが自らの「声」を取り戻す」ことを目指す。</p> <p>上記をふまえ本研究は、「セラピストが答えを示す」森田療法と、「クライエントこそ専門家」を指向するナラティヴ・セラピーのあり方を統合的に用いる臨床実践の意義について検討した。それは、セラピストの役割とは何か、セラピストとクライエントの関係をどのように考えるか、という心理療法の領域全体に通底するテーマについての検討でもあった。</p>	
第Ⅰ章 序論	
<p>森田療法とナラティヴ・セラピーの臨床実践の概略と課題、可能性などについて、グループを用いたアプローチについても触れながら検討した。</p>	
第Ⅱ章 (研究1) クライエントの「声」を聴く	
<p>復職支援に特化した精神科デイケア「リワーク」の利用者たちが、森田療法を学ぶ講座プログラムをどのように体験したかについて検討した質的研究について述べた。個別のインタビュー調査をもとに、M-GTAの方法を用いて分析を行なった。森田療法の指導的あり方について再考する視点とともに、クライエント側の体験に迫ろうとするその研究の背景には、「クライエントこそ専門家」というナラティヴ・セラピーの精神があった。</p> <p>分析の結果、4つのカテゴリーと17の概念が生成された。生々しい受講者の体験とともに、弱さや至らない点も含めた「あるがまま」の自分で良い、という森田療法のあり方が受講者を勇気づけること、受講者同士がアイディアを出し合うことで検討が深まることなどが示された。また同時に、森田療法の指針の明確さは、受講者に「森田療法の通りに実行できていない」という焦りや自責を生じさせ得ることも示唆された。</p>	
第Ⅲ章 (研究2) リワークにおけるナラティヴ・セラピーと森田療法の併用	
<p>リワークにおいてナラティヴ・セラピーと森田療法の併用を試みた事例研究について述べた。事例では不安を「あるがまま」に目の前のことにしていくこと、理想的な「かくあるべし」から離れること、といった森田療法の知見が、指針を定めにくいというナラティヴ・セラピーの短所を補った。一方、クライエントが当初示した、森田療法の説得的な関わり方への抵抗に対し、クライエントを責めない、問題の責任を負わせないというナラティヴ・セラピーの姿勢は役立った。加えて、クライエントとリワークの仲間や上司、家族といった周囲の人々との関わりは、オルタナティヴ・ストーリーの発見と維持に大きな役割を果たした。</p> <p>そしてこれは、事例に沿って森田療法とナラティヴ・セラピーの併用の可能性を具体的に示した、本邦で初めての研究といえた。この研究は、その後の章で示す2つの研究へつながる端緒となった。</p>	

第IV章 (研究3) 個人面接でのナラティヴ・セラピー

個人心理療法の枠組みで、ナラティヴ・セラピーを軸とした心理支援を行なった事例研究について述べた。ナラティヴ・セラピーにおいて、「外在化する会話法」によってその人と問題を引き離すプロセスは重要であるが、その背景には、物事を明確に区別し「切る」ことを基本とする西洋の父性原理があると考えられた。それに対し、対立するものの共存を許し、他との関係を切り離さず大切に育もうとする日本の母性的なあり方は、外在化実践を阻害する可能性があるといえた。

事例では、問題を外在化して「切り離す」実践の困難が、日本発祥の森田療法の「抗わない」「切り離せないものとして受け入れる」という観点によって克服され得た。そしてそのプロセスは、ナラティヴ・セラピーに部分的に森田療法をとり入れた同化的統合と考えられた。

第V章 (研究4) リワークにおける心理療法の「ブリコラージュ」

森田療法を基本とするリワークにおける心理臨床事例について述べた。向上欲が強いそのクライエントに、森田療法は適していた。しかし一方で、そのクライエントの人生観には森田療法に沿わない部分もあった。筆者はそれを否定せず、その考えを独自のあり方として尊重しながら検討を進めた。そして、その人生観と森田療法とがミックスされた「ローカルな森田療法」の姿が形作られていった。

また本事例は、リワークという制約がある構造のなかで、森田療法とナラティヴ・セラピーという2つの技法と、個人心理療法、集団療法を併用し、それぞれの良さを活かそうと工夫を重ねる、現場レベルでの心理臨床実践の「ブリコラージュ」を描き出したという意義を持つものであった。

第VI章 総合考察

前述の4つの研究に通底していたのは、ひとつの心理療法のあり方に対する忠実さよりも、各事例の個別性、ローカル性に根差すことを徹底する支援觀であった。「クライエントこそ専門家」という考え方によれば、クライエントの声を拾い上げ、それをセラピーに活かすことが目指された。本研究から見出された臨床実践の形を一言でいえば、クライエントの価値観を最優先するナラティヴ・セラピーの姿勢をベースに、日本人の独特の心性をふまえた森田療法の知見を加えながら、クライエントの「ローカル」に沿った方向へ向かおうとする協同的営みであった。そしてその実践についての検討は、あらかじめ「答え」を有するセラピスト主導的なあり方と、傾聴と受容を旨とする支持的あるいは非指示的なあり方という、相異なる心理療法のスタイルをどう織り合わせていくのか、という心理臨床における一般的な問い合わせに対する一つの見解を示すことにもなった。

ナラティヴ・セラピーは、個人に対するセラピーにおいても、集団での取り組みにおいても一貫して、権力によって沈黙させられた当事者の「声」を取り戻すための実践を指向しているといえる。ひとりではたどり着くことが難しくとも、様々な人に出会い、多様な物語と出会うことで、その人の物語が変化する可能性が開かれる。新しい物語の「共同制作」への道筋はひとつではなく、多様であり、多元的なのである。

そしてその先に見えてきたのは、複数の技法を組み合わせ、さらに個人心理療法と集団療法の枠組みをともに役立てていこうとする、臨床実践の「ブリコラージュ」の意義であった。昨今の心理臨床に関する議論の中では、純粋なひとつの心理療法モデルの追求よりも、現場レベルでの個別的な制約を考慮したローカルな治療的営みに着目する必要性が指摘されるようになった。そこには、クライエントが新しい物語、自身を語る声を取り戻すための、あらん限りの手がかりをクライエントとセラピスト、さらにその人を取り巻く多くの人々が持ち寄り、知恵を出し合うというあり方が見出される。その相互協力的かつ創造的な営みにこそ、わが国の心理療法に今、求められる姿があるのでないだろうか。

論文審査の結果の要旨及び担当者

氏名 (廣瀬 雄一)		
	(職)	
論文審査担当者	主査	教授 野村 晴夫
	副査	准教授 佐々木 淳
	副査	教授 村上 靖彦

論文審査の結果の要旨

本博士論文は、セラピストとクライエントが果たす役割が対照的な心理療法である森田療法とナラティヴ・セラピーを相互補完的に統合する意義について、調査研究と臨床事例研究から探求したものである。森田療法は、クライエントの不安や苦悩を取り除こうとするのではなく、それらを「あるがまま」にしつつ生活に必要な行動を促すが、セラピストの明確な主導性がクライエントに抵抗を引き起こしやすい。一方、ナラティヴ・セラピーは、「クライエントこそ専門家である」というセラピストの姿勢のもと、クライエントが自分の言葉で自身の物語を語れるようになることを目指すが、そこには明確な方針が乏しい。本論文では、両者の統合的活用によって、それぞれの課題を克服する心理療法の方向性が探られた。

研究1では、復職支援のための精神科デイケアいわゆるリワークの利用者が、森田療法を学ぶ講座プログラムをどのように体験したかを明らかにすべく、個別インタビュー調査の結果が修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチによって分析された。そして、「あるがまま」の自分を認める森田療法の思想が利用者を勇気づけていた一方、「森田療法の通りに実行できていない」という焦りや自責を感じさせる問題点も浮かび上がった。

研究2では、やはりリワークの個人心理療法の場で、森田療法とナラティヴ・セラピーを併用する可能性が探られた。そこでは、心理療法の方針の不明確性というナラティヴ・セラピーの短所を、森田療法の方針の明確性が補っていた。また、森田療法がクライエントに引き起こした抵抗は、クライエントに自身の問題を負わせないナラティヴ・セラピーの姿勢が和らげていた。ただし、西洋由来のナラティヴ・セラピーを日本に導入する困難も浮かび上がった。

そこで研究3では、ナラティヴ・セラピーに特徴的な「問題を外在化する会話法」を日本で用いる困難を克服する方途が、個人心理療法の事例から探索された。その結果、物事を明確に区別して「切る」ことを基本とするこの会話法を導入する困難は、日本発祥の森田療法の「切り離せないものとして受け入れる」姿勢によって克服される可能性が示唆された。

研究4では、以上に述べた森田療法とナラティヴ・セラピーの相互補完的な統合が、リワークというローカルな構造の中でいかに達成されたかが、「ブリコラージュ（ありあわせの道具材料を当面の目的に合わせて臨機応変に用いる実践）」の観点から事例を解釈して検討された。心理療法における重要性が指摘されてきたブリコラージュの実際が、本研究によって描出された。

以上の研究を通じて、クライエントの価値観を最優先するナラティヴ・セラピーの姿勢に、日本人の心性を踏まえた森田療法の思想を加味することの意義に加え、こうした統合を個々のローカルな心理療法の場で臨機応変に実現する道筋が示された。

従来、心理療法では、それぞれの場の要請や制約のもと、様々な方法の折衷的・統合的な活用が模索されてきたが、日本におけるその内実と効用に関する体系的研究は乏しい。本論文は、森田療法とナラティヴ・セラピーの統合的活用のみならず、こうした幅広い心理療法諸理論の統合的活用の可能性を調査と実践に基づいて明らかにした貴重な研究として、その独自性と意義は高い。よって、本論文は博士（人間科学）の学位授与に値すると判定した。