

修士論文要旨

2009年2月

フォーカシングにおけるフェルトセンスを比較的伴わなかったテーマに対する
イメージ体験のプロセス

指導 種市康太郎准教授

国際学研究科

人間科学専攻 臨床心理学専修

20641513

児島ゆう子

目次

I. 序論	1
1. 問題意識	
2. 心理療法におけるイメージ	
(1) 精神分析におけるイメージ	
(2) ユング心理学におけるイメージ	
(3) 誘導イメージ	
(4) 行動療法におけるイメージ	
(5) 自律訓練法におけるイメージ	
3. 心理療法におけるイメージの特性と意義	
(1) イメージの特性	
(2) 心理療法におけるイメージの治療的意義	
4. 先行研究	
(1) フォーカシングにおけるイメージ・ステップの適用の研究	
(2) フォーカシングにおけるイメージと気づきの関係性についての研究	
(3) 箱庭と描画と夢のフォーカシングを用いた事例研究	
(4) 壺イメージ法におけるイメージの体験様式	
(5) 治療者のイメージとの関わり方についての研究	
II. 目的	15
III. 方法	15
1. 被験者	
2. フォーカシングの実施構造	
(1) セッション	
(2) フォーカサー	
(3) リスナー	
(4) 実施場所	
(5) 実施期間	
3. 手続き	
(1) 研究のテーマの説明	
(2) 守秘義務の説明	
(3) セッションの手続き	
4. 分析方法	

IV. 結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・18

1. イメージに対するフェルトセンスの強さの推移
2. フォーカシングセッションのプロセス
 - (1)M-GTA によるフォーカシングプロセスの結果図
 - (2)M-GTA によるフォーカシングプロセスのストーリーライン

V. 考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・31

1. 回避的なテーマについてのフォーカシングプロセスに関する考察
2. テーマについてフェルトセンスが浮ばないフォーカシングプロセスに関する考察
3. 展開しないと思い込んだテーマについてのフォーカシングプロセスに関する考察
4. 実感が乏しい状態から始まったフォーカシングプロセスに関する考察
5. 何が問題なのか分からないテーマについてのフォーカシングプロセスに関する考察
6. どのストーリーラインにも組み込めなかった概念(『展開の速さと言語化』『セッション時間が長いいため集中が切れる』)に関する考察

VI. 総合考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・38

1. ストーリーラインの共通点
2. ストーリーラインの相違点
3. 田嶋のイメージ体験様式との違い
4. イメージの展開について
5. 感じることと言語化について

引用文献・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・42

謝辞・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・43

巻末資料・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・(1)

I. 序論

フォーカシングにおいてフォーカサーからイメージが語られるとき、フェルトセンスが伴わないことがある。このような体験は「映画鑑賞」と呼ばれ(Gendlin,1996 村瀬・池見・日笠監訳,1998,1999)、イメージそのものは魅力的な展開を見せるが、フォーカサー自身には実感の伴った展開が起こらない。本研究では、フォーカシング時に意図的にフォーカサーにイメージを生じさせ、その際のプロセスについて記述的に検討する。これをもとにフェルトセンスと結びつかないイメージが生じたとき、何が起こっていて、どのようにすればフェルトセンスと結びつくようになるのかということを検討する。

II. 方法

1. 被験者

被験者は、フォーカシング経験者だが、熟練者ではない者 15 名とした。

2. フォーカシングの実施構造

1時間 30 分を上限としたフォーカシングの一对一のセッションを1人1回行った。

3. 手続き

(1) 研究のテーマと守秘義務の説明

被験者に、研究のテーマと守秘義務を守ることを説明した。

(2) セッションの手続き

- ①被験者に問題と感じていること、気がかりなことを 3 つ以上思い浮かべさせた。
- ②問題と感じていることの数だけ、それぞれイメージを思い浮かべ、説明を求めた。
- ③各イメージとフェルトセンスの結びつきをパーセンテージで評定させた。
- ④各イメージのうち、フェルトセンスの感じられるパーセントが低いにも関わらず、被験者にとって重要なテーマを一つ選ばせた。
- ⑤からだほぐし(井上・白岩,1990)を 30 分程度行った。
- ⑥④で選択したテーマについて、フォーカシングをはじめた。
- ⑦フォーカシング終了後、再度、イメージとフェルトセンスの結びつきをパーセンテージで評定させた。その後、インタビューを 20 分から 30 分程度行った。

4. 分析方法

インタビューの内容を M-GTA (Modified Grounded Theory Approach) (木下, 2007) によって分析した。

III. 結果

1. イメージに対するフェルトセンスの強さの推移

被験者 15 人の、セッションの前、からだほぐしの後、セッションの後の、イメージに対するフェルトセンスの強さについて平均値と標準偏差を算出した。分散分析の結果、3群間の間に統計的に有意な差が認められた ($F[2,41] = 36.94, p < 0.01$)。多重比較の結果、セッションの前よりもからだほぐし後において、からだほぐし後よりもセッション後において、フェルトセンスの強さの得点が高いことが明らかとなった(各群間ともに $p < 0.05$)。

2. フォーカシングセッションのプロセス

M-GTA の分析によって 57 個の概念が生成され、結果図としてまとめられた。そしてストーリーラインは、5つのパターンとどのパターンにも組み込めないカテゴリーや概念に分かれた。5つのストーリーラインは

テーマによって分類された。すなわち、①回避的なテーマについて、②フェルトセンスが浮ばないテーマについて、③展開しないと思い込んだテーマについて、④実感が乏しい状態から始まったテーマについて、⑤何が問題なのか分からないテーマについて、の5つのフォーカシングプロセスのストーリーラインに分類された。

IV. 考察

すべてのストーリーラインに共通するプロセスは存在しなかったが、いくつかのストーリーラインに共通する特徴的なプロセスはあった。それは「既体験のものを体験する」と「イメージの広がり」という二つのプロセスである。一方で、二つのストーリーラインの間で、特徴的な相違点が存在した。つまり、①回避的なテーマについてのフォーカシングプロセスの場合、否定的なイメージやフェルトセンスに対応することがプロセスの転機となっていた。それに対して、④実感が乏しい状態から始まったテーマについてのフォーカシングプロセスの場合、イメージの展開がプロセスの転機となっていた。

イメージの展開は、その内容から、イメージの仕方、イメージの広がり、鮮明さ、イメージに対する感情、という四つのグループに分けられた。イメージの仕方に関しては、プロセスが進む時に、突然イメージが変化したり、からだの感じをイメージに変換したりする展開が生じていた。イメージの広がりに関しては、プロセスが進む時に視覚的、もしくは体感的にイメージが広がる展開が生じていた。鮮明さに関しては、イメージが鮮明になっても不鮮明になっても肯定的な変化が生じていた。イメージに対する感情に関しては、セッションの初期にはイメージに対して否定的な感情を抱くこともあるが、プロセスが進むにつれて肯定的な感情を抱くようになっていた。

引用文献一覧

- アン・ワイザー・コーネル 村瀬孝雄(監訳) 大澤美枝子・日笠摩子(訳) 1996 フォーカシングガイド・マニュアル 金剛出版
(Cornel,A.W. 1993 The Focusing Guide's Manual 3ed. Berkeley : Focusing Resources)
- 江頭幸晴 1982 心理療法におけるイメージ(I)——イメージの定義と治療的意義—— 人文学科論集, 18, 43-65
- ユージン・T・ジェンドリン 村瀬孝雄・池見陽・日笠摩子(監訳) 池見陽・日笠摩子・村里忠之(訳) 1998・1999 フォーカシング指向心理療法(上・下) 金剛出版
(Gendlin,E.T. 1996 Focusing-Oriented Psychotherapy A Manual of the Experiential Method. New York : The Guilford Press.)
- 春木豊 1979 行動療法におけるイメージ, 成瀬語策編 催眠シンポジウムIV「心理療法におけるイメージ」誠信書房, 132-147
- 星加博之 2004 フォーカシングにおけるイメージと気づきの関係性 武庫川女子大学発達臨床心理学研究所紀要, 6, 71-79
- 今西徹 2002 心理療法におけるイメージとの関わりについて 京都大学大学院教育学研究科附属臨床教育実践研究センター紀要, 6, 67-73
- 今西徹 2005 イメージとのかかわり方についての研究 関西福祉大学研究紀要, 8, 29-40
- 井上澄子・白岩紘子 1990 有機体感覚とFocusing 人間性心理学研究, 8, 34-38
- 春日菜穂美 1994 蛇のイメージの変化と女性性確立のプロセス——箱庭、描画、夢のフォーカシングを用いた事例—— 盛岡大学紀要, 13, 123-132
- 河合隼雄 2000 講座心理療法第3巻心理療法とイメージ 岩波書店
- 木下康仁 2007 ライブ講義 M-GTA 実践的質的研究法修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチのすべて 弘文堂
- 松本明夫 2008 イメージ療法におけるイメージの体験課程に関する研究——イメージ体験の深まりを評定する試み—— 心理臨床学研究, 26(3), 269-178
- 永野勇二・前田重治 1985 フォーカシングにおけるイメージ・ステップの適用 九州大学教育学部紀要(教育心理学部門), 30(1), 127-134.
- 鈴木光太郎 1999 心的イメージ 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁榊算男・立花政夫・箱田裕司(編著) 心理学辞典 有斐閣 pp.450-451.
- 佐々木雄二 1989 自律訓練法 日本文化科学社
- 田嶋誠一・杉乃原正純・財満義輝・高木敬雄 1989 心理療法におけるイメージ技法——「体験様式」と「心的構え」の視点から—— 広島修大論集, 29(2), 167-201
- 田嶋誠一 1992 イメージ体験の心理学 講談社