

博士論文要旨

氏名	土井 晶子
学位の種類	博士（人間科学）
学位記番号	甲第7号
学位授与年月日	平成19年3月16日
学位授与の条件	神戸女学院大学学位規程第5条1項の規程による
学位論文題目	人間性心理学における Referencing Process の研究： 「気持ち」に触れる過程

論文の要旨

人間性心理学では、私たちが「今・ここ」で感じている「気持ち・感じ (feelings)」あるいは「感じる過程 (feeling process)」を通して人間を理解しようとする。また人間性心理学では、個人の心理的成長や自己実現が重視されている。ひとが心理的に成長する時、ひとにはこれこそが自分にとってまさに正しい方向なのだという感覚、すなわち *felt rightness* が伴う。従って、人間性心理学的な立場に立脚した心理療法では、問題の解決には知的な解釈や行動の変容のみならず、必ずその問題についての、あるいはその問題に関連する自分の「感じ」の変化が伴うとみなされている。ひととひとが共に生起する (*happening together*) 時、関係の中で、私たちは相互作用において、*feeling process* に触れ、それにぴったりの言葉を探す (*explication*)。私たちの内的なプロセスは、*feeling process* の *explication* によって象徴化され、推進される。本研究では、関係の中で私たちが、「気持ち・感じ」に触れる過程とは、具体的にどのようなものなのかについて、Referencing Process (Doi & Ikemi, 2003) という視点を用いて明らかにすることを試みた。Referencing Process とは、ひととひとが出会うという相互作用において生じる「気持ち」の *explication* の過程である。Referencing Process は、Gendlin の”A Process Model”(1998) の視点にもとづいている。すなわち、「まず相互作用ありき」(*interaction first*) という考え方をその基本としている。Referencing Process とは、ひととひとがその場で生起し、自分の内なる声および互いの存在に耳を傾け、新しい生きる側面に開かれていく過程である。それは単なる行為ではない。Referencing Process とは、相互作用であり関係である。本研究では、心理療法、フォーカシング、エンカウンター・グループという人間性心理学の諸側面において、Referencing Process がどのように機能しているのかを具体的なセッションのやりとりの抜粋を提示しつつ明示し、人間性心理学の枠組みにおいて

「気持ち」に触れる過程、あるいは「感じる過程 (feeling process)」を具体的に検討した。まず心理療法について、筆者が担当した事例をもとに、面接が進まない状態とは Referencing Process の停滞状態であり、進展する面接というのは Referencing Process が発動するプロセスであることを、実際のやりとりを挙げて例示した。次にフォーカシングについて、筆者がリスナーを務めた学部生とのセッション逐語記録をもとに、Referencing Process がフォーカシングにおいても観察されることを示した。さらにエンカウンター・グループについても、エンカウンター・グループという場で生起する現象を Referencing Process の視点から考察を行った。メンバーが互いに相互作用においてフェルトセンスを感じ、フェルトセンスから行動するという Referencing Process によって、グループは進展し、それがメンバーの満足度につながるということが指摘された。また近年、日本でも広がりを見せているホールボディ・フォーカシングについても取り上げた。ホールボディ・フォーカシングの特徴として「内側からの自発的な動き」が挙げられる。この「内側からの自発的な動き」についていくというホールボディ・フォーカシングならではの体験過程への照合プロセスによって、リスナー・フォーカサーともに、フェルトセンス形成以前の pre-verbal な状態にしっかり留まれるということが示唆された。Referencing Process は、言語的なレベルだけでなく非言語的なレベルをも包括するものであるが、ホールボディ・フォーカシングでは pre-verbal なレベルでの Referencing Process が観察されることを、筆者がフォーカサーを務めたセッションの逐語記録から例示した。また、ホールボディ・フォーカシングに特有のホールボディ・リスニング (マケベニユ・土井、2004) という聴き方によって、ひとは言語・非言語のレベルだけでなく pre-verbal なレベルでも相互作用していることを示した。最後に本研究では、リスナーやセラピストの内側に起こってくる「感じ」を相手に対する反応 (reaction) であるとみなす従来の研究の前提について、問題提起を行った。さらに、「まず相互作用ありき」という視点から、両者は別々の存在ではないと考える Referencing Process の視点を援用することによって、「感じ」に触れる過程では何が起こっているのかを、より詳細に検討し、整理していくことが可能なのではないかと、という今後の研究の展望を提示した。