発達カウンセリング・療法（DCT）理論から見た内観療法

玉　瀬　耕　治
吉　田　智　子

カウンセリングと発達を結ぶ考え方は、近年の欧米におけるカウンセリング心理学の根幹をなすものである（Ivey, D'Andrea, Ivey, & Simek-Morgan, 2002； Ivey & Ivey, 2007；Myers, 1992; Myers, Sweeny, & Witmer, 2000）。そこではクライエントがどのような発達状態にあり、どのような発達的変化を求めているのかを特定し、クライエントにより適合したカウンセリング面接を進めることが期待されている。またクライエントを真に理解するためには文化的背景の理解が必要であり、多文化主義的発想を取り入れていくことが求められている（井上，1998；Sue, Ivey, & Pedersen, 1996）。このような考え方では、クライエントの病理的側面に焦点をあてる病理モデルよりも、むしろより健康な側面に焦点をあて、それを増進し、生涯発達におけるクライエントの健康の回復、保持、増進をはかることに力点が置かれている。したがって、健康の概念がより明確なものとして把握されていなければならない。A.Iveyが開発した発達療法（Ivey, 1986）、発達カウンセリング・療法（Ivey, Ivey, Myers, & Sweeney, 2005）は、このようなカウンセリングの考え方を強調する代表的な理論の一つである。

発達カウンセリング・療法（Developmental Counseling & Therapy: DCT）の理論は、Piaget（1949）の認識論を援用しており、クライエントの心理状態を認知発達の用語を用いて理解し、その状態に合わせてカウンセリング的介入を行っていこうとするものである。そこには査定と介入という重要な二つの側面が含まれている。査定はカウンセリングを始めるにあたって必要であり、クライエントが当初においてどのような認知発達の状態にあるのかを特定するために行われる。介入は査定に基づいてクライエントに適合する目標を定め、クライエントにもっとも適合する面接技法を採択し、無理なく面接を進めることによって達成される。この理論は、精神力動的理論、パーソンセンタード的理論、認知行動論的理論などのいずれか特定の理論的志向に与するものではなく、発達論的視点に立ってそれらを包括する統合的理論として提唱されている。

本研究では、DCTにおける査定の部分を適用して、わが国で開発された内観療法における内観実習者の心理状態を検討しようとするものである。DCTにおける査定では、Piagetの認識論における発達の４つの段階、すなわち感覚運動的段階、前操作的段階、具体的操作段階、形式的操作段階が考慮されている。ただし、それらの段階をそのまま用いるのではなく、いくつかの変更が加えられている。まず、段階という言葉は避けられている。段階に代わって、水準、定位、スタイル、次元、モダリティなどの用語が用いられる。これらは、子どもから大人への縦の発達という意味合いとは区別して、成人した大人の心理状態を表現するために工夫されたものである。

水準という言葉を使えばそれぞれの水準の間に縦の関係が含意されるが、定位、次元などの言葉を使えば横の関係が強調されることになる。ただし、これらの用語は相互に置き換えてもあまり問題はないものと考えられる。DCTに関する従来の研究では、その時々の力点の置き方によって異なる用語が用いられてきたが（Cashwell, Myers, & Shurts, 2004; Rigazio-DiGilio & Ivey, 1990; 玉瀬・福田, 1998; Tamase & Rigazio-DiGilio, 1997)、本研究ではスタイルという言葉を用いることにした。この言葉は縦の関係と横の関係を柔軟に示しうるものとして理解されている（Ivey私信)。横の関係でこれらの用語を用いる際の発達論的な意味は、より高次な発達ほど用いられる言葉の間での柔軟性や多元性が増すことを示唆している。

もう一つの大きな変更は、前操作期が除かれ、形式操作期が二つの時期に区分されていることである。すなわち、DCTでは感覚運動的スタイル、具体操作的スタイル、形式操作的スタイル、弁証体系的スタイルの4つのスタイルに分類される。これらのスタイルは時にはそれぞれ前期と後期に細分され、合計8つのスタイルに分けられる。前述の前操作的段階は感覚運動的スタイルの後期に入れられている。この期の特徴は、思い込みが激しく、まだ状況が客観的には十分把握できていない状態を示すものである。弁証体系的スタイルが取り入れられたのは、他者の視点がシステムとして自己認識の中に取り入れられているかどうかが、成熟した発達の重要な指標となるからだと考えられる（玉瀬, 1998, 2007)。

わが国において吉本伊信（1916〜1988）によって考案された内観法（吉本, 1965）は、精神修養の方法としてのみならず、心理療法の一つとしても発展し（Murase, 1982；三木, 1976；村瀬, 1993)、わが国の文化的特質を顕著に示すものとして注目されている（Ivey, Ivey, & Simek-Morgan, 1993)。集中内観では1週間、周囲を屏風などで仕切った部屋の中で、指定された方法にしたがって終日座ったままで自己を回想する。すなわち、「してもらったこと」「して返したこと」「迷惑をかけたこと」の3点に絞って、母、父、配偶者、祖父母、兄弟姉妹、恩師、上司、同僚、部下、親戚などの身近な人々との間で起こったできごとについて順次調べていくのである。1時間半から2時間おきに面接者による3分から5分程度の面接を受け、想起した内容について報告する。誰でも最初は母親もしくはそれに代わる人に対する自分について調べる。思い出せるかぎり小さい頃から順に上記の3点について想起し、報告する。このような集中内観によって実習者の中には劇的な変化を示す人もある。深い自己洞察が得られ、それまでの関係とは顕著に異なる開かれた対人関係をもてるようになる場合もある。日本内観学会では、すでにこれまでに29回の年次大会が行われており（1978年〜2006年)、毎年多くの実践事例や実証的研究が報告されている。しかし、内観の深まりを示す客観的な指標については、わずかな例を除いて（一條・川内・竹元, 1992；長島・長島・有田・宮崎, 2002)、まだ研究者の間でも共通に理解された基準が示されているとはいえない。実践事例で報告される変化は顕著であるが、何がどのように変化しているのかを表現する所定の方法が示されていないのである。もとよりその作業が容易でないことは筆者らも十分承知しており、DCTで捉えうるのはあくまでも主として認知的側面に限定されたものであるといえよう。

本研究では、内観実習者の心理的変化を客観的に捉える一つの指標として、DCTの査定を適

用することにした。現段階では、まだDCTそのものがわが国ではほとんど知られていない状況であり、日本人に適用した研究はわずかな基礎的研究に限られている。したがって発達的指標の規定そのものがまだ手探りの段階である。本研究は試論の域を出ないものであるが、客観的指標の開発に資するという意味で内観研究の発展に寄与しうるものと考えられる。研究の第一段階として、われわれの先行研究にしたがって認知発達的スタイルを規定し、それぞれの認知発達的スタイルに適合する内観報告の事例を探すことにした。このような作業を通して、内観実習者に限定される認知発達的スタイルの臨床像を明確にし、それらをさらにより多くの事例にあてはめて、次の段階ではある程度のDCTに関する知識があれば、比較的容易に内観実習者の認知発達査定が可能となるようにしたいと考えている。

方　法

査定基準の作成

収集した内観実習者の実践報告やオーディオテープ、ビデオテープなどからDCTの認知発達的スタイルに適合すると思われる事例を抽出し、該当するスタイルに当てはめていった。まだそれぞれのスタイルが完全には表現できていないし、事例も適切なものが見あたらない部分もあるが、現段階で作成した試案は以下の通りである。

感覚運動的スタイル

前期　キーワード：見える、聞こえる、感じる

・内観にいたらない状態や外観の状態

・内観に抵抗を示す状態

（例）なんで自分はこんな辛い思いをしてまで内観をしなければいけないのか、やりきれないです。（40代男性）

後期　キーワード：思い込む、信じる

・自分勝手なイメージや思い込みに支配されている。

・限られた経験が過度に一般化されている。

（例）今まで母に迷惑をかけたこと、何もないです。（50代女性）

具体操作的スタイル

前期　キーワード：・・・する

・内観のテーマに沿って、具体的な事実を自分の側から述べている。

・過去の感情が述べられている。

（例）父は朝6時に起きて、家族の面倒をみるために会社に行っています。（21歳男性）

後期　キーワード：もし～なら・・・する

・感情や思考が整理され、因果的に述べられている。
・自己の内面的な感情や思考が表現されている。
（例）この内観に来る時、母が付いてきてくれて、もし私一人で来ていたら、とてもじゃないけど今日までできなかったと思う。（15歳女子）

形式操作的スタイル

前期　キーワード：パターン、自己

・具体的事実に基づいた自己のパターンに気づき、抽象的思考によって自己のパターンを意味づけている。
（例）母に対して色々な不満をもっていましたが、それは自分の至らなさをごまかすための隠れ蓑であり、なんとも卑怯な娘であったと思います。（49歳女性）

後期　キーワード：パターンのパターン

・いくつかのパターンに共通するパターンが表現されている。
（例）ぼくは万引きなどいろんな悪いことをやってきましたが、いつも謝りに行くのは母で、母には申し訳ないことをしました。（17歳男子）

弁証体系的スタイル

前期　キーワード：統合

・他者の視点に立って自己を見つめなおすことができ、感情や思考が自己のシステムとして表現されている。
（例）本当に憎たらしい年寄りでした。これじゃ嫁が腹を立て私にものを言いたくなるのも当たり前だ。（60代女性）

後期　キーワード：変換、再統合への挑戦

・自己理解の深まりから問題に対する活路を見出しつつある状態で、システムを変える行動計画が述べられている。
（例）私の素っ気ない態度に父は寂しかったであろう、これからは努めて声をかけようと思う。（38歳男性）

評定材料

評定のための資料は、多くの指導実践をもつ内観研究者から本人の承諾が得られ、すでに公開されているとして提供されたものを用いた。評定者には２つの資料について評定してもらったが、本報告ではその内の１つについて例示し、結果についてもこの資料について整理したものを報告する。この資料は集中内観日記として残されたものである。評定の時点では原資料を用いたが、本報告ではプライバシー保護のために若干の部分については変更を加えてある。括弧内には筆者らによる評定とコメントを記してある。

1日目

1．午後2時より研修所の2階でオリエンテーションがあった。果たして内観をやって、どれだけ成果が得られるのだろうかという不安もある。（感覚運動的：まだ内観という作業に入っていない状態である。）

2．今後、内観と付き合っていく上で、研修者と指導者の両方を体験すべきであるが、研修者よりも指導者の立場がもっと大変だなと感じる。（感覚運動的：上記と同様。）

3．内観初日ということで、まだはっきりしたことは分からないが、母に対する自分を調べていくうちに、今度家に帰ったら母とじっくり話をしてこようという気持ちになる。
（具体操作的：内観という作業を始めて母に対するある感情が湧き起こってきたことを因果的に述べている。）

4．私は今まで家族との会話が少なかったことに気づく。そして、母と昔話をしながら、母に感謝すべきところは感謝し、謝るところは謝り、私のわがままを許してもらえるように話がしたい。明日はもっと多くのことに気づいたらいいなと思う。（形式操作的：自己の一つの行動パターンに気づいている。）

2日目

5．今日は昨日に続き、母に対する自分を調べ、父に対する自分も調べる。中学・高校時代を通じて、私はほんとうにわがままだったと気づく。前はきちんと学校に通い、いい成績をとると、それだけで自分の責任を果たしているのだと思い込んでいた。（形式操作的：自己の行動パターンに気づき、自己を分析している。）

6．家の中で無表情でほとんど口を利かない私は、家族から見れば、いかに傲慢で、愛想のない人間だったんだろう。（弁証体系的：他者の視点から自己を見つめている。ただし、どれだけ深い内省であるのかは不明である。）

7．大学時代の家庭の崩壊を前にして、何をどうしたらいいか分からず、自分では何もできないんだという自己嫌悪に陥ってしまった。そして、長男として何かしなければと焦ってしまい、さらなる混乱をまねいてしまった。（具体操作的：自己がおかれていた具体的状況が述べられている。）

8．今日は、コミュニケーションの大事さについて考えさせられた。普段から緊密に連絡を取り、コミュニケーションをすることで、いざというときの混乱は克服できよう。家庭がやっと落ち着き始めた今、私から進んで家族に話しかけよう。特に父が最近弱くなり、みんなと話をしたがっている。その気持ち、私には分かるような気がする。これからは腰を低くして、笑顔でみんなに会いたい。明日は祖母について考え抜き、けじめをつけたい。（弁証体系的：家族の中での自己の役割を理解し、他者の気持ちを推測し、新たな行動を起こそうとしている。）

3日目

9．ここに来る前に、○○先生の本を読んだ。そこでは、（内観の）体験談を語る人々は「すべて感謝の気持ちでいっぱいです」と言う。これはほんとうの話なのかなと少しは疑う。（形式操作的：本に書かれていることと自己の体験を照らし合わせて比較している。）

10. 私は常に自省する習慣があって、人に迷惑をかけたことは割りとよく覚えている。そして、絶えず正しい行動のために悩んでいるのだが、いくら自省しても、人々に感謝の念は沸いてこない。（形式操作的：自己の思考と感情のパターンを意識化し、その特徴を分析している。）

11. 私が人生を、命を諦めようとしたときに、周りのみんなが親切に優しく助けてくださった。なぜ？私のようなわがままな人間を？まだ分からない。（具体操作的：ある危機的状況を想起して、因果関係を自問している。）

4日目

12. 私がこの集中内観に期待することの一つは、悪夢のような過去の思い出から脱出することである。今まで私が行ってきた悪行の数々が強烈に頭の中にこびりついていて、それを思い出すたびに、自分はこのような悪い人間なのだと自分自身が嫌になり、生きる意欲をなくす。（具体操作的：自己の内面的な感情や思考が表現されている。内観の深まりの前兆であるかもしれない。）

13. 今日のテーマは「嘘と盗み」であった。一つひとつ掘り起こしていくうちに、自分のみじめな行為がまるで昨日の出来事のように思い出され、胸がギュッーと締め付けられる思いだった。そして、今まで強烈な悪行以外にも、あまり気にしていないことが、さらに思い出されるのであった。これらについては深く反省し、二度と繰り返さないように行動していきたいし、きちんとした形で謝るべきだと思う。（形式操作的：自己の行動を分析し、評価的に捉えている。具体的事実を想起するたびに、自己反省は深まりつつある。）

14.「嘘と盗み」についていろいろ調べているうちに、何と意外に楽しかったこともたくさんあることに気づく。今まで、自分の過去はネガティブなことばかりで、よかったこと、評価できることは一つもなかったと思っていたのだが・・・。いくらか肩の荷がおりて、軽くなった気持ちである。（具体操作的：内観による感情の変化が具体的事実を通して因果的に述べられている。）

5日目

15. 私は小学校4年生のときから親元を離れ、祖母と弟と一緒に暮らしていた。中学3年生になって、親も都会のほうに引っ越してきて、一緒に生活するのだが、そこからは学校生活が中心で、両親との接触はほとんどないと考えていた。（具体操作的：過去の事実が自己の視点で述べられている。）

16. 今回改めて母と父に対する自分を掘り下げていくと、幼児期における母と父との思い出が次から次へと思い出されてくる。そして、今まで母は鬼のように怒りっぽくて怖い人、父は

無口で何か私とは距離のある存在だったと思っていたが、実は母が笑顔で汗止めを塗ってくれたり、父が私を連れて山や川に遊びに行ったりしたことが思い出されたのである。（形式操作的：具体的事実を想起し、自己の思考のパターンを評価的に述べている。内観の深まりが実感される。）

17. 嬉しかった。私も母や父に愛されて育ったのであり、母と父との楽しい思い出もたくさんある。成年になってから、母と父に近づきにくいと感じていたのは、私が勝手に作り上げた過去の思い出だったと、はっきり分かった。（形式操作的：自己のパターンを分析し、新たな自己発見にいたっている。内観が深まり、両親との新しい関係が構築されつつある。）

6日目

18. 父と母とは、本当に深い愛をもって私を育ててくださった。特に父は私の立場に立って、私の気持ちを理解してくださり、私のわがままを許してくださった。（形式操作的：父親の視点が含まれており、弁証体系的とすべきかもしれない。しかし、内容的には自己について抽象的に述べられているだけであると判断し、形式操作的とした。）
19. 私は恋人が言うように、甘えん坊であり、本当にわがままな人だというのがよく分かった。父、母、きょだい、そして恋人の愛によって、私は生かされているということに気がついた。（形式操作的：自己を分析的に捉え、内省が深まっている。新たな対人関係の基礎が築かれつつある。）
20. 母、父に対する自分を調べていくうちに、母、父の笑顔がたくさん思い出され、本当に身近な存在として感じられた。母、父との距離というのは、私が作り上げたものにすぎず、両親は今も昔も同じく私に愛情を注いでいることに気がついた。（弁証体系的：具体的状況を想起し、他者の立場に立って自己を分析している。身近な人々との心理的距離が近づいていることが推測される。）

7日目

21. 私は「男子、多くを語らず」という教育を受けてきており、「以心伝心」という察しの文化の中で育ってきた。感謝する気持ちがあっても言葉に表現できず、謝りたくても素直に頭が下げられなかったのである。（形式操作的：自己のルーツにさかのぼって自己の行動のパターンが述べられている。システムの中の自己という意味では弁証体系的である。）
22. 私は今まで家族にも先生にも、何度も言われたことがある。「言わなければ、分からない」「分かったようで、お互い分かっていない」。（形式操作的：自己の行動パターンについて、他者からの指摘が内省的に述べられている。）
23. 言葉、コミュニケーションの力を思い知らされた。今までは受身の姿勢だった。これからは私から働きかけたいと思う。（弁証体系的：これまでの受身的な自己の行動パターンと、それを変換したいという思いが述べられている。）

評定者

臨床心理学系の大学院に所属する大学院生８名が評定者として本研究に参加した。

評定の手続き

評定依頼者（第二著者）は評定者を集め、前述の認知発達的スタイル査定基準を用いて、どのような観点で評定を行えばよいのかを説明した。その後、上記の実践事例について記述ごとに４つの認知発達的スタイルのいずれかを選択できるようになっている回答用紙を配布して、評定を依頼した。評定者は評定材料を持ち帰り、各自のペースで評定した後、評定依頼者のところに提出した。

結　　果

表１は、８人の評定者による評定の結果を示したものである。上記の筆者らによる評定との一致率を求めた。表１－２の右端の欄には評定者ごとの評定一致率を示し、最下欄（表１－２および表１－２）には１つひとつの評定対象文ごとに８人の評定者の評定一致率を算出した。評定者ごとにみれば、一致率は57％～78％であり、評定対象文ごとにみれば38％～100％であった。一致率の低かった評定対象文について、どのような不一致がみられたのかを見ておきたい。

No.17については、具体操作的４名、形式操作的３名、弁証体系的１名であった。この文章は具体的事実の想起に基づいて嬉しいという感情が表現されたことは推測できるが、記述は全体として抽象の水準にあり、形式操作的とするのが適当であろう。他者の視点を取り入れる芽生えはあるが、まだその段階にいたっているとはいい難い。No.18については、具体操作的２名、形式操作的３名、弁証体系的３名であった。この文章については筆者らの評定でも迷いがあった。内容的には抽象的表現であり、他者の視点が含まれているので、弁証体系的とすることもできる。しかし、内容的に他者の視点に立つものとするには不十分ではないかと考えられた。このような場合については、さらに事例を重ねて判断基準をより確かなものにしていく必要がある。

評定者ごとに一致率を見た場合、60％に満たない一致率であった者については、DCT理論そのものの理解が不十分であった可能性がある。この種の評定で信頼のおける結果を得るためには、拠りどころとなる理論について評定者がある程度の知識をもっていないと難しいであろう。筆者らの評定もまだ試行錯誤の段階ではあるが、今回の経験をふまえてより確かな査定基準を確定し、少なくとも75％～80％の一致率が確保できるようにしたいと考えている。

表１－１　８人の評定者による評定の結果

	１日目				２日目				３日目			４日目		
対象文番号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
評定者↓	S	S	C	F	F	D	C	D	F	F	C	C	F	C
R１	S	S	C	F	F	D	C	D	S	F	S	C	F	F
R２	S	S	C	C	C	D	C	C	F	F	C	C	F	C
R３	S	S	C	F	C	D	C	D	F	F	C	S	D	C
R４	S	S	C	C	F	F	C	D	F	C	D	F	F	C
R５	S	C	C	F	F	D	F	F	S	F	C	C	F	F
R６	S	C	C	C	C	D	C	D	F	F	C	C	C	C
R７	C	C	C	F	F	D	C	D	C	F	C	S	F	C
R８	C	C	C	F	C	D	C	C	F	F	C	C	C	C
正答数	6	4	8	5	4	7	7	5	5	7	6	5	5	6
一致率	75%	50%	100%	63%	50%	88%	88%	63%	63%	88%	75%	63%	63%	75%

註１　S：感覚運動的スタイル　C：具体操作的スタイル　F：形式操作的スタイル　D：弁証体系的スタイル
註２　評定欄の最上段は筆者らによる評定、この表での正答とは筆者らとの一致を意味している。

表１－２　８人の評定者による評定の結果（続き）

	５日目			６日目			７日目				
対象文番号	15	16	17	18	19	20	21	22	23	正答数	一致数
評定者↓	C	F	F	F	F	D	F	F	D	－	－
R１	C	F	C	F	F	D	C	F	D	18	78%
R２	C	F	C	F	F	D	F	C	D	18	78%
R３	C	F	C	C	F	C	F	C	D	16	70%
R４	C	F	D	D	D	D	F	F	F	14	61%
R５	F	D	F	D	D	D	C	F	D	13	57%
R６	F	C	F	F	C	D	C	F	D	15	65%
R７	C	D	F	D	F	C	C	C	F	13	57%
R８	C	F	C	C	C	F	F	C	D	13	57%
正答数	6	5	3	3	4	5	4	4	6	－	65%
一致率	75%	63%	38%	38%	50%	63%	50%	50%	75%	65%	平均

註３　右端の正答数および一致率は表１－２と表１－２を合わせた場合の値である。

考　　察

評定について

内観の深まりを客観的にどのように捉えるべきかについては、実習指導者の間でこれまでに幾多の議論が行われてきたことと推測される（長島他，2002）。自己に関する過去の事実について具体的に想起した量と質、それらを自己と関連づけて思索し、より客観的に自己の位置づけを行っている程度、それらに基づいて今までとは違った自己理解が得られたときの感動の深さなどが測

定されている。これらは実習指導者の経験的な判断によって行われている面が強いといえる。特に、認知的側面と情動的側面を同時に捉えることはかなり難しく、指導者の考え方によって判断基準が変動する可能性があると考えられる。本研究ではDCT理論にしたがって、認知発達論的に内観体験がどのように捉えられるのかを検討した。この理論では、深い洞察のもとでは、初期の段階における情動的自己理解とは異なる情動を伴った深い自己理解が得られることが示唆されている（Ivey, 1986）。ただし、本研究で試みたように、内観記録に示された記述について、当面は認知的側面に焦点を絞って認知発達的スタイルをどのように識別できるかを問題にしたいと考えている。

取り上げられた事例では、感覚運動的スタイルは2つしか示されておらず、この実習者は基本的に形式操作的スタイルを示しているといえる（全体の48%）。前半では具体的事実の想起に多くの時間が費やされ、後半になるとそれらの事実に基づいて自己の思考や行動のパターンが分析されている。さらに、身近な他者、とりわけ両親への視点が自己の内部に取り入れられることによって、システム的な自己理解が行われている。これらの洞察が得られる際には、付随的に深い情動的な喚起が内包されていると推測される。ただし、記述はかなり抽象のレベルでなされており、どの程度の深い情動が伴っているのかは判然としない。内観研修所で内観をする場合、さまざまな実践事例を録音テープなどで聞かされることも多く、単に思考の様式のみがモデリングされている場合もある。したがって、弁証体系的スタイルの記述が見られたとしても、それは単なる模倣的なモデリングである場合もあろう。これらの点については、さらに実践事例の分析を重ねて確認していきたい。

DCT研究における評定との関連

うつ病の入院患者にDCTを適用して査定と介入を行ったRigazio-DiGilio & Ivey（1990）の研究では、評定の信頼性を高めるために、詳細な評定訓練マニュアルを作成している（Ivey & Rigazio-DiGilio, 1990）。そのマニュアルでは、カウンセラーとクライエントによる30の応答を評定させた後、どの応答がどのスタイルに該当するのかを解説している。さらにその後、公表されたカウンセリング事例におけるカウンセラーとクライエントの応答について98の応答記述を例示し、それについても逐一解説している。このようなマニュアルで評定が一定の水準に達した者について評定者としての資格を認めている。本研究でもこのような発想にならって、ある実践事例における評定を筆者らの合議によって行い、評定の根拠を示した。今後改訂を重ねながらこのような作業を繰り返していけば、評定に関して一定の信頼しうる水準に達するものと考えている。

内観報告の特殊性

問題のところですでに述べたように、われわれの従来の研究では、大学生に関してさまざまなテーマで認知発達的スタイルを調べてみると、具体操作的スタイルで応答する場合がもっとも多かった（玉瀬・福田，1998；玉瀬・光武，1993）。これは大学生や一般成人であっても、通常の会話の中では、多くの人がほとんど具体操作的スタイルを用いていることを示唆している。言い

換えると、弁証体系的スタイルが示されることはほとんどないといってもよい。しかし、内観の場合は、内観が深まれば深まるほど弁証体系的スタイルが示される度合いが高くなってくる。このことは自己を捉える視点がシステム的水準に達し、自己をシステムの中で捉えることが可能となるからである。より客観的でより広い視点から自己を見つめることができ、より好ましい位置に自己を置くことができるようになるのである。すなわち、システム全体を視野に入れ、そのメンバーの一人ひとりが生かされるように、自己の行動を制御することができるようになるといえる。Ivey & Brooks-Harris (2005) は、「文脈の中の自己」「関係の中の自己」という表現を用いて、このような自己のあり方をより健康な自己として位置づけている。それは東洋的な自己のあり方とも一致する。内観研究においては、このような意味で、さしあたって弁証体系的な自己に到達した実践者の事例を対象にして、DCTとの関連を明確にしていくことが重要であると考えられる。

引用文献

Cashwell, C.S., Myers, J.E., & Shurts, W.M. (2004). Using the developmental counseling and therapy model to work with a client in spiritual bypass: Some preliminary considerations. *Journal of Counseling and Development, 82,* 403-409.

一條信子・川内知子・竹元隆洋（1992）．アルコール依存症に対する内観療法の適用と効果　第15回日本内観学会大会論文集　（内観ハンドブック 内観研修所　1996　所収）

井上孝代（編）（1998）．多文化時代のカウンセリング（現代のエスプリ377）　至文堂

Ivey, A.E. (1986). *Developmental therapy: Theory into practice. San Francisco:* Jossey-Bass.（福原真知子・仁科弥生訳 1991　発達心理療法－実践と一体化したカウンセリング理論 丸善）

Ivey, A.E., & Brooks-Harris, J.E. (2005). Integrative psychotherapy with culturally diverse clients. In J.C. Norcross & M.R. Goldfried (eds.). *Handbook of psychotherapy integration* (2nd ed.). Oxford University Press, pp.321-339.

Ivey, A., D'Andrea, M., Ivey, M., Simek-Morgan, L. (2002). *Theories of counseling and psychotherapy: A multicultural perspective* (5th ed.). Boston: Allyn & Bacon.

Ivey, A. & Ivey, M. (2007). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society* (6th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole-Thomson Learning.

Ivey, A., Ivey, M., Myers, J., & Sweeney, T. (2005). *Developmental counseling and therapy: Promoting wellness over the lifespan.* Boston: Lahaska Press.

Ivey, A.E., Ivey, M.B., & Simek-Morgan, L. (1993). *Counseling and psychotherapy:A multicultural perspective.* (3rd ed.). Boston: Allyn & Bacon.

Ivey, A.E., & Rigazio-DiGilio, S.A. (1990). *Developmental therapy- Rating training manual.* (Available from the authors).

三木善彦（1976）．内観療法入門－日本的自己探求の世界　創元社

Murase, T. (1982). Sunao: A central value in Japanese psychotherapy. In A.J.Marsella and G.M.White (eds.), *Cultural conceptions of mental health and therapy,* pp.317-329.

村瀬孝雄（編）（1993）．内観法入門－安らぎと喜びにみちた生活をもとめて　誠信書房

Myers, J.E. (1992). Wellness, prevention, development: The cornerstone of the profession. *Journal of Counseling and Development,* 71, 136-139.

Myers, J.E., Sweeney, T.J., & Wimter, J.M. (2000). The wheel of wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling and Development,* 78, 251-266.

長島美稚子・長島正博・有田清三郎・宮崎邦彦（2002）．集中内観の効果（第１報）－他者（面接者）評価について－　内観研究　8，35-41.

Piaget, J.(1949). La Psychologie de l'intelligence. A. Colin.（波多野完治・滝沢武久訳 1960　知能の心理学　みすず書房）

Rigazio-DiGilio, S.A., & Ivey, A.E. (1990). Developmental therapy and depressive disorders: Measuring cognitive levels through patient natural language. *Professional Psychology: Research and Practice,* 21, 470-475.

Sue, D.W., Ivey, A., & Pedersen, P. (1996). *A theory of multicultural counseling and therapy.* Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

玉瀬耕治（1998）．カウンセリング技法入門　教育出版

玉瀬耕治（2007）．　発達カウンセリング・療法理論に基づく異なる認知発達的スタイルでのビデオ・モデリングが実験参加者の言語的応答に及ぼす影響　マイクロカウンセリング研究　2 (1)，5-18.

玉瀬耕治・福田依知子（1998）．発達カウンセリング・療法理論における認知発達的視点の拡大に関する実験的研究　奈良教育大学紀要　47(1)，197-207.

玉瀬耕治・光武健介（1993）．実験的面接における言語応答の認知水準に及ぼす発達的介入の効果　奈良教育大学紀要　42(1)，167-181.

Tamase, K., & Rigazio-DiGilio, S.A. (1997). Expanding client worldview: Investigating developmental counselling and therapy assumption. *International Journal for the Advancement of Counselling,* 19, 229-247.

吉本伊信（1965）．内観法－四十年の歩み　春秋社

謝辞：本研究を行うにあたり、資料をご提供いただき、貴重なご助言をいただきました帝塚山大学教授三木善彦先生、奈良内観研修所長三木潤子先生、内観日誌をご提供いただき、本誌への掲載をご承諾いただきました内観実践者の方、および評定者としてご協力いただいた帝塚山大学大学院生の皆様に厚くお礼申しあげます。