

平成21年度 心身科学研究科修士論文要旨

強い自己否定感と抑うつ感を抱える 女性の心理療法

—あるがままの自分との出会いを求めて—

心身科学研究科心理学専攻 人格心理学研究Ⅰ専修

伊藤 佳菜子

子どもの頃に感情をありのままに表出し、こころ豊かに安定した愛着を獲得できなかったことは大人になっても、対人関係にも影響すると考えられる。親からの心理的虐待やいじめなどトラウマティックな体験を重ね、自己否定感や抑うつ感の強い面接事例を挙げ、自己肯定感が高まるプロセスを整理するとともに、ありのままの自分を認める内的作業について考察した。

第1期は、ネガティブなことを語られることが特徴で、だんなに対して「怖い」と訴え、その源泉を探る必要性があると考えられた。第2期に入り、トラウマティックな体験を語ることで実母からの心理的 abuse によって言われ続けてきた言葉や傷をだんなに投影しているのではないかと考えられ、ご自身でその怖さが実母と似ているという気づきに発展していった。この期はCLが1カ月に自問自答していることをTh自身が肌で感じていた。それと同時に、どうしてもTh自身がCLと同じように浸り、CLを支える姿勢をとれず、自分は自分でいいというメッセージが伝えられないという課題があったと思われる。第3期では、自分自身の辛い体験の膿を吐きだし浄化していく作業を味わっている段階であり、それとともに「1カ月無気力」「自分の人生ってなんだだろう」「本当の私を誰もわかってくれない」とこれまで以上に無気力感や抑うつ感の訴えが続いた。

これに対し実母を投影しているだんなとの会話から客観的な視点のメスを入れる事で、CLの自己否定感に気づきをもたらされるのではないかと考えられた。CLが実母やだんなに対して怒りの感情を持つことで、CLの自己肯定感がアップすると考えられた。そして第4期に入り「気分が落ち込むこともなく過ごせた」と随分と余裕がCL自身にも感じられるようになってきたように思われた。またこれまで『行くな』というだんなのメッセージも、『行ってきてもいい』という肯定的なメッセージに受け取ったり、実母に最近褒められたというエピソードも語られるようになった。ThはCLの抑うつ感の少なさに安堵した部分や嬉しさなどの感情が芽生え、CLに対する期待感を抱くようになった。今後はCLとともに伴走し、CLが抱える重荷を相談室で語り、CL自身が「自分は自分でいいんだ」と実感されるようなサポート的なかわりで臨みたい。

過敏型自己愛的人格傾向に関する一考察

—心理面接のビデオ教材を用いた調査を主に—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅲ専修

大山 易志

本研究は、過敏型自己愛的人格傾向を持つ人の心理臨床場面に抱く印象について検討することを目的とした。これは日本人で問題とされることが多いという指摘がある、過敏型自己愛的人格について事例研究とは異なるアプローチによって検討することで、臨床実践の場においても新たな知見を得ることができるのではないかと考えたからである。

研究1では、過敏型自己愛的人格傾向を持つ人のカウンセリング場面に対する印象を検討することを目的とした。大学生114名を分析対象者として、対人恐怖心性—自己愛傾向2次元モデル短縮版（以下、TSNS-S）、自己愛的人格項目群、カウンセリングに関するアンケートで構成される質問紙調査を施行した。その後、カウンセリング場面の映像を視聴してもらい、そのカウンセリングを自分が受けることを想定させて、カウンセリング評価尺度を施行した。分散分析の結果、カウンセリング評価において過敏型自己愛的人格傾向を持つ人とそうでない人の間に有意差はなかった。また、ロジャーズとエリスのカウンセリング場面についても有意差はなかった。その要因として、①刺激教材、②ビデオに登場するセラピスト、③調査形式の3点が考えられた。

研究2では、過敏型自己愛的人格傾向を持つ人の心理検査に対する不安を検討することを目的とした。研究1とは異なる大学生147名を分析対象者として、TSNS-S、自己愛的人格項目群、GHQ、心理検査に関するアンケートで構成される質問紙調査を施行した。その後、10名に対して心理検査（TAT）を実施する前—後、STAIによって状態不安を調査した。その中に、過敏型自己愛的人格傾向を持つ者はいなかった。

本研究の結果から、過敏型自己愛的人格傾向を持つ人の心理臨床場面に抱く印象及びその特性について、仮説のように検討することは難しかった。このことの問題として、やはり面接の中で表出する問題に関して、概ね健全な大学生に対して集団式での実験型の研究方法で同様の結果を導き出すのは限界があるのではないかと考えた。

今後は、本研究の反省点を踏まえて、よりいっそう高い質の研究方法を工夫した上で、過敏型自己愛的人格の実証的研究を重ね、その理解を深めていく必要があるだろう。

過剰適応と過敏型自己愛の関連について

—「雨の中の私」画を手がかりにして—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅱ専修

金 涌 まり

近年、思春期や青年期に様々な心の問題を呈する子どもたちの中には、幼いころからいわゆる「よい子」だったといわれる子どもが見られることが報告されている。このような子どもは一見環境や人間関係に適応しているかのように見えても、その内面には何らかの心理的葛藤を抱えている可能性が考えられる。本研究では、いわゆる「よい子」を過剰適応と定義し、低い自己評価・他者からの評価に対する過敏さ・恥の感じやすさ・人前に出ることを避ける傾向などの特徴を示す過敏型自己愛との関連を検討すること、描画「雨の中の私」テストを用いて、過敏型自己愛者が描画においてどのような特徴を示すのかについて調査・検討することを目的とした。

大学生140名を対象に質問紙調査を行った結果、過剰適応と過敏型の自己愛には正の相関 ($p<.01$) が見られ、過敏型自己愛得点が高いほど、過剰適応の得点も高くなることが確認された。描画テストは、過敏型自己愛の得点を低群・中群・高群の3つに分けて検討を行った。「雨の中の私」テストは、雨を本人に対するストレスの象徴とみなし、その防衛の仕方や適応状態を分析できるとされる。本研究では過敏型自己愛高群は、他の群に比べて雨を強く描くことが多いが、雨避けの有無には差が見られないことが明らかになった。また「私」の描き方に特徴があった。

以上のことから、過剰適応者の内面には、不安定な自己評価、傷つきやすさ、見捨てられ不安などが潜んでいる可能性があり、社会の欲求や期待に応え、外的適応に力を注ぐことで他者からの承認を得て自信を獲得し、内的適応を維持しようとしているのではないかと推察された。また、描画テストからは、過敏型自己愛傾向が高い群は、ストレスを強く感じているが、それに対する防衛する手段を持たず、自信が乏しく、弱さや無力感を感じていることが示唆された。

本研究では過剰適応と過敏型自己愛の相関関係のみについての検討しか行っておらず、影響の方向性については確認されていない。方向性について結論付けるためには、さらなる研究が必要であると考えられる。また、「雨の中の私」テストに関しては、解釈に関する研究も少なく、今後の検討が必要であろう。

Generativity に関する臨床心理学的考察

—洗濯強迫を主訴とする女兒の母親面接を通して—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅱ専修

荻谷 孝介

本論文は洗濯強迫の症状を呈した子どもの親面接を通じて、Generativity についての考察している。generativity とは Erikson が提唱したライフサイクル論における中年期の課題であり、同時に世代と世代をつなぐ要となる理論である。Generativity は次世代を育てることへ関心を持つことが一義的な定義とされており、実際に育てることによって発達していくものである。そのため generativity は、親と子が give and take の関係で同等に心理社会的発達を促していく相互性の理論と関係している。また、個人が社会化される過程で、次世代との関わりにおいて社会構造の再構成が行われていく儀式化の理論とも密接に関わっている。ライフサイクル論は儀式化が継続して行われていくことによって一定の構造が保証されている理論である。現在、このような円環的に保証されていく社会構造が崩壊し始めている事と、その上で個人における generativity の発達が持つ重要性について論じ、事例を通してこれらの側面に焦点を当て論じた。

洗濯強迫という症状に generativity の概念を導入したことにより、最も顕著に見られたのが、親が子どもの持つ症状を含めて子どもを受け入れ保証できるようになった親の態度の変化が、子どもの症状の改善に関わっていることが示唆された点である。また、親自身の generativity 発達上にとって重要であると思われていた、愛他的な子育てへの関心を持つことなどの側面と同等あるいはそれ以上に、行動の次元での関わりが重要であるという事が確認された。事例の母親は良識を持ち、十分とも思える愛他的な精神を持っていたが、対応が子どもに合っておらず、子どもへの関わりを通してそれに気づき、行動を変化させていったのである。また、相互性と儀式化について考察を行ったが、確認となるデータが得られなかったため、不十分な結果となった。一口に generativity と言っても、非常に多義的で広範な内容を含む概念である。非常に広範で、かつ細かい部分にまで目を配る必要のある概念であるため、今後は母子関係以外にも父子間や、地域との関係、職場における面などでの generativity について研究されることが求められる。

不登校生徒のためのグループ・アプローチ —「文集」から見る成員の心理的成長—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究 I 専修
河合 謙

不登校は、教育場面において、古くから問題視されるとともに、様々な研究・支援がなされてきた。その中の一人である池田（1984）は、不登校を青年期危機として捉えた。子どもの人間関係は、思春期から前青年期にかけて、親子主体のタテ関係から、仲間関係主体のヨコの関係へと変化する過程にある。しかし何らかの原因によってその質的变化に躓くと、仲間関係の中で育まれると考えられる「Auchsein」感覚を十分に得ることが困難になり、Erikson E. H（1989）の青年期危機をのりきれなくなると考えた。そこで土台となるヨコ関係を補強していく支援が、「ヨコ体験グループ」（以下ヨコ体）である。

このヨコ体の効果を調べた研究が、池田・村木（2000）である。彼らは参与観察法から、受容される体験、自己肯定感、自己表現、普遍性の体験、自己理解、他者理解、他者とのかかわり方の理解、の7つを導き出した。しかしこれらを実証した研究はない。そこで本研究では、先にあげた7つを仮説として設定し、ヨコ体で毎年3回作成する「文集」をもとに、統計的に検証していくことを目的とした。

文集対象者は、継続年数の影響を取り除くため、参加初年度のメンバーとした。男性12名（平均：14.5歳）、女性4名（平均：16.5歳）、合計16名（平均：15.0歳）である。対象者の文集から、評定者3名によって、7仮説がどの程度当てはまっているかを、①2件法、②5件法で検証した。分析には、①には3名の一致率を見る Fleiss の方法を、②にも一致率を見る Ebel の方法を用いた。

その結果、①、②ともに仮説1、仮説2は支持され、仮説3から仮説7は支持されなかった。これはグループが創り出す「庇護された空間」の下で、メンバーが「居場所」としての機能を持ち、後に決して安全とはいえない他者とのかかわりを持つための力を養っている状態であると考えられた。先行研究からヨコ体では、終結までに3年半程度要することがわかっているため、仮説3以降は段階的に支持されるようになると思われた。

今後の課題としては、複数年継続して文集の経過を見ていくことに加え、メンバーの成長を促進していく要因についての検討をしていく必要があることなどがあげられた。

主体性を放棄し、環境に迎合し続け、 刹那的な人生を送る男性の事例

心身科学部心理学専攻 人格心理学研究 I 専修
興石 賢二

本研究は偽りの自己を抱えた CI との面接であり、本当の自己を獲得する過程を面接経過とともに研究し、対応困難な CI に対峙する Th の傷つきについても研究した。

1期では責任感や感情が薄い CI の背景を知るために生育歴を聞き、筆者が本気で CI の身体を心配したことにより愚痴がでてきて、甘えることがみられるようになった。

2期ではさらに愚痴が増し、甘えることも増えた。ぶつぶつと話をしたり、言われたことをメモにとるなど、されたことを筆者に訴えようとし、その話し方からは怒りを感じるようになった。一方で妻の攻撃は激しさを増していくようになった。

3期では面接が1ヶ月ほど空く。妻の攻撃はさらに激しくなり、怒りを感じていた CI は愚痴を言うことすら減り、抵抗する力さえも奪われてしまった。

2期までは順調に甘えをみせ、関係性を深めていったが、3期では相談料すら払わないと言われ、お金に困窮した CI は来室できなくなってしまった。他の要因も重なり1ヶ月後の面接では初期の感情が薄かった状態よりも、置かれているひどい現状に対し、他人事のように語るなど病態水準が下がっていた。偽りの自己という防衛方法すら CI 自身の心身を追い詰めるような状態になり、危険な状況である。

対応困難な CI との対峙する Th の傷つきについてはまずこの概念を知っていないと対応している Th は面接の展開のしにくさに無力感を覚えてしまうため、概念を知ることが重要である。そして SV を受けていないと深く傷つき、Th としてやっていけない可能性もあるため、SV を受けることは必要である。

写真を媒介としたグループ回想法

—精神科デイケアの事例を通して—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅱ専修

齊場 麻也

本論文では、先行研究をもとにグループ回想法、SST、写真療法の要素を取り入れた新しい回想法プログラム『写真を媒介としたグループ回想法』を精神科デイケアにおいて、8回のセッション（月1回）を実施し、7事例を通してその効果と今後の可能性、実施の注意点について参与観察法により考察した。筆者がファシリテーターとなり、参加メンバーに回想の刺激材料として持参してもらった写真をもとに1人ずつ過去を振り返り思い出を話すというものである。

回想法の効果として、野村（1998）が指摘している“自己の連続性への確信を生み出す”、“自分自身を快適にする”、“自尊感情を高める”、“新しい環境への適応を促す”、“対人関係の進展を促す”、“生活を活性化し、楽しみを作る”、以上の6点を検討し、後者の2つについては、伝える・聴く・質問する能力の向上をもとにメンバー間の交流が促進されるという仮説をSSTの側面として捉えて考察した。

考察では結果をもとに事例に共通する特徴のまとめ、グループ全体の流れ、各事例への効果、本研究プログラムの今後の可能性と実施の際にファシリテーターが注意すべき点を考察した。考察では上述した回想法の効果6点が認められたが、SSTの側面については長期的・定期的に経過を観察し効果の有無を検討する必要があると考えられた。また今後の可能性として統合失調症メンバーへの写真を用いることの有用性が示唆され、さらに実施の際にファシリテーターが注意すべき点として、メンバーの診断名や状態によって考慮しなければならない点を考察した（うつ病、統合失調症、青年期における回想法の特徴）。また診断名に関わらず、ファシリテーターはセッション中のメンバーと周囲の状況を的確に把握する力と、それに応じて臨機応変に健康な部分への会話の転換ができる力が必要であると考えられた。本研究では写真を媒介とすることで写真療法としての側面を取り入れたが、グループ形態でセッションを実施したことやSSTとしての側面を取り入れたことで、ファシリテーターが写真によるイメージの展開を十分に促し、発表者と共にその作品を十分に味わうことが困難であったと考えられる。

アサーション・トレーニングによる 過剰適応傾向の変化

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅲ専修

佐藤 絵里

【問題と目的】 現代では小学生から高校生には不登校や非行といった問題はすでに珍しいものではなくなってきており、その中には過剰適応であると考えられる人が含まれている。過剰適応やいわゆる「よい子」は、自分の感情や考えを抑圧している点で、親や教師に対する過剰適応状態といえるだろう。特に青年期でアイデンティティの確立という課題に直面した時に危機を体験し、問題が表出すると考えられる。過剰適応は、「他者への配慮」、「自己抑制」、「自己不全感」などといった特徴を持っており、自己主張が苦手で、それに対する不安も強いと考えられている。今まで向き合にくかった自分の感情や考えに気づき、適度な表現方法を身につけることによって、過剰ではない適応が可能になるのではないか。それは問題発生の予防にもなるだろう。そこで本研究では、自己主張への不安を軽減する手段として、アサーション・トレーニングを用い、それによって、過剰適応傾向が変化するか、実際にアサーション・トレーニングによって自己主張への不安が軽減するかを量的・質的側面から検証することを目的とした。

【方法】 事前に過剰適応傾向の調査とアサーション・トレーニング参加の意向調査を行った。その後、アサーション・トレーニング実施群（AT群）とトレーニングを実施しない群（統制群）に分けて、20歳～25歳までの男女11人（AT群5名、統制群6名）を対象とした。両群で質問紙調査を実施し、AT群ではトレーニング終了後に個別での半構造化面接を実施した。

【研究の結果と考察】 統計的に過剰適応傾向の変化についてはAT群で若干減少しているが、自己主張への不安の軽減は前—後で統計的に有意な差は見られなかった。しかし、半構造化面接および個別事例2例による質的側面の検討からは、トレーニングを受けたことによって、自分の自己主張やコミュニケーションに関する気づきが起き、今まで受動的な自己表現をとることが多かったメンバーも、コミュニケーションの仕方や自己主張への考え方の変化が起きたようであった。

本研究では、調査協力者の人数が少ないこともあり、統計的に検討することが困難であったなどの問題点があった。しかし半構造化面接や事例からは、トレーニングは自己主張への考え方に影響を及ぼし、結果として過剰適応傾向にも変化をもたらすのではないかと推測された。

ある大学生グループのBEG体験が 自己成長に与える影響について

—ファシリテーターとの関わりに着目して—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅲ専修
猿田 実和

健康な社会で健康な子どもが育つと言うが、現状は殺人や犯罪、虐待、いじめ、不登校などのニュースが増加するなど子どもが健やかに成長できる社会とは言い難い。この原因の1つとして、社会を形成する大人の精神的な健康状態がよくないことが挙げられる。本研究の目的は、子どもが安心して暮らせる社会を形成するために健康な大人を育成することである。その手段として、自己実現を目標とするベーシック・エンカウンター・グループ(Basic Encounter Group:以下BEG)を用いる。本研究では、自発的に参加した大学生がBEGを体験することにより、自己意識(課題解決能力、自己抑制力、活動性、刺激希求、自信、親和性、衝動性、受動性)がより良い方向へと変化するかを追跡的に3時点(BEG体験の2か月前、直後、1か月後)での調査をした。また、それらの変化とファシリテーターの存在や言動の関係を明らかにするため、事例を検討した。

その結果、BEGを体験することで自己意識の中で課題解決能力のみがより良く変化する傾向があるが、その効果は長く持たないことが示唆された。これは、BEGの体験過程の中で、参加者が問題解決に立ち向かう自分に触れ、見つめ直し、問題解決能力を高めていくことができる可能性があるからと考えられる。他の7因子に有意な変化が見られなかった原因には、サンプル数の少なさや統制群と実験群の調査回数が異なっていたこと、自己意識の各因子がBEGに適していなかったことなどが考えられる。

また、本研究のファシリテーターの関わりは、1)大人の世界についてや仕事についてなどの体験談を語る人生の先輩として立場、2)参加者の話を聞いて頷く、まとめる、伝え返す、質問するなど促進者としての立場、3)BEGに関する説明をしたりBEGについて体験談を話したりするなど心理学教師の様な立場、という特徴を有していた。参加者はファシリテーターの人生の先輩としての立場から影響を受け、視野や可能性の広がりや語った。また、促進者としての立場は参加者の憧れとなり、心理学教師のような立場は参加者の知識となった。

今後の課題として、サンプル数を増やすこと、実験状況を等しくすることなどが求められる。

一不登校生徒の事例研究

—現存在実現の空間モデルを用いて—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅰ専修
鈴木 規浩

I. 概念の整理

不登校の児童・生徒は約13万人にのぼり大きな社会問題となっている。池田(1997)は人間学的視点から、不登校を「タテにしばられ、ヨコは狭められた状態」と述べている。さらに、人間的実現の理想的な姿は、タテ、ヨコ両次元の各方向に十分に延長展開し、「縦横に、自由自在に」流動しながら、しかもバランスのとれたあり方をするのである。

II. 本研究の目的と方法

本研究では、事例を通して、不登校生徒の回復過程について、「現存在実現の空間モデル」(池田, 1993)の視点から報告するとともに、彼の居場所の変化について検討することである。記録は不登校状態であった鉄男(仮名, 中3男子)との個別面接のケース記録、ヨコ体験グループのスタッフによる行動観察記録、グループの年度末に行われる振り返り面接の記録に基づいて記載し、検討した。

III. 事例の経過と報告

200X年10月～200X+1年11月までの13ヶ月間、個別面接17回、グループ活動5回、加えてグループ活動の振り返り面接1回の記録をまとめた。

IV. 考察

本事例では、不登校状態であった鉄男が、高校進学という目標を達成し、その後の高校生活の中で、自分の理想像を見出し、自己確立へと歩いていった。鉄男の個性化の基盤となったものは、個別面接や野球活動などを通して、信頼関係、仲間関係の形成などに見られる、ヨコ方向への動きである。これらの経験によって、自己を確認することができた鉄男は、これまでとは異なる新たな自己像を手に入れることが出来た。また居場所の変化についての検討からは、これまで安心してすごせる場がなかった鉄男が、個別面接やグループ活動、野球部などの活動を通して、家庭外に新たな居場所を確立していくという変化が見られた。このような居場所の中で、自己確認や対人関係の学習をし、新しい自己発見や他者との信頼関係、協力関係という新しいあり方が見られるようになった。

以上によって、現存在空間モデルの視点より、不登校生徒の回復過程を実証することが出来たこと、また居場所について検討することの意義が示されたと言える。

「継続型」「既知集団」の「非構成」を中心とした グループ・アプローチについての研究

— X, Y の事例に焦点づけて —

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅲ専修
藤 堂 吉 基

【問題・目的】 近年グループ・アプローチは、幅広い分野において行われているが、その形態は様々である。先行研究をみていった結果、「継続型」「既知集団」の「非構成」を中心としたグループ・アプローチの研究は、行われていないことが指摘できたため、研究を重ねることで、当形態のグループ・アプローチが適したフィールドの開拓など、グループ・アプローチの可能性を広げるきっかけになると考えた。

【方法】 A大学大学院のベーシック・エンカウンター・グループ研究会に所属しているX（23歳、男性）とY（23歳、女性）に研究協力を依頼。X年5月～8月までに、同研究会で行われた全11セッションを採用。筆者自身が、同研究会の参加メンバーの一員として各セッションに参加し、観察記録を作成した。全11セッション終了後、X、Yからみたグループ体験と、日常生活の相互関係を個別にうかがい、面接記録を作成した。

【結果】 観察記録：Xは「自分と他者との関わり方を考えること、自分自身と向き合うこと」、Yは「他者がいても自分らしくいられること、気持ちと行動を一致させること」をグループ体験から得ていた。面接記録：Xは「感受性訓練」、Yは「自己一致」がグループ体験の目的になっていた。X、Y共にグループと日常生活が影響しあい、人間関係に一番大きく影響を受けていた。

【考察】 以上のことから、結論として当形態のグループ・アプローチでは、①セッション中に自分を自由に表現することができ、自分が相手にどのような人間であるのかを分かってもらえることができる。②相手から客観的な意見ないしフィードバックをもらうことで、自分でも気がついていない一面を発見し、それについて考え、実践していくことができる。③セッションの回を重ねるごとにグループに馴染んでいき、日常生活との相互関係があることから、日常生活に馴染んでいく助けになる性質があるなどと考えた。そして、当形態のグループ・アプローチの利点を考慮に入れた場合、学校や企業などの場に特に適していると考えられ、新入生や新入社員の早期ドロップアウトを防ぐことや、環境に馴染めないことでの孤立化を防ぐ助けになるのではないか、と考えた。

チック症状に関する臨床心理学的考察

— 9歳女児のプレイセラピーを通して —

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅱ専修
徳 本 潤 子

チック症の9歳女児のプレイセラピーの事例を、心身一如の観点から、心身一体の再構築の過程として考察を行なった。始めにチック症は内的世界においてどのように体験されるのかを検討した。事例で示された箱庭より、チックとは、身体という枠を破ろうとする力との戦いであり、守りとしての症状という意味だけでなく、自我のコントロールを離れた身体への侵入体験であることが示唆された。自分の身体を自分のものに出来ないというチック症の身体性の特徴より、チックとは自分の身体を生きることの障害であることが明らかとなった。

次に、プレイセラピーを通して繰り返し登場した「家」を身体の再構築という観点からみて、その心理的意味を検討した。それにより、家の遊びは、表現を通しての身体の再構築過程と捉えることができた。その身体の再構築の過程は①真の意味で自分の身体ではない、箱ものとしての身体が示され、②自己の身体を得るための旅が始まる。そして③他者との身体的交流を通して、協調した自己の身体を獲得し、④身体の再構築を経て、⑤主体的な自我の芽生えに支えられ、⑥私の身体が確立されることが明らかとなった。

箱庭で何度も表現された「砂の雨」を心と身体を繋ぐ象徴として解釈した。チック症者の身体が真に自分の身体になるには、身体の再構築かつ、心と身体の和解により、両者が繋がりとひとつの全体性を獲得することが必要であることが明らかとなった。

心、身体といってもそれは生を理解するためのひとつの手がかりであり、ひとつの極限概念にすぎない。自分を生きるとは、心とも身体ともいえない、両者を一つの全体性と捉える心身一如の構造を生きることといえる。心と身体はこの独特な構造の抽象化された一局面とみなす姿勢がチックの心理療法に限らず、心理臨床の場面において意味をもつことが示唆された。

ある不登校児のプレイセラピー —母親による呪縛からの解放に向けて—

心身科学研究科心理学専攻 人格心理学研究 I 専修
富田 衛

本事例は、親から能力を超える期待をかけられ、その期待に応えることができず挫折感を抱き、様々な身体表現性障害を通して親に訴えかけるものの、親に訴えが届かず不登校になった知的境界線級の男児とのプレイセラピーを考察したものである。本児はプレイセラピーの初期にはセラピストに過剰に遠慮を示していたが、セラピストとの信頼関係を築くことで徐々に遠慮が薄れ始め、自分が得意とするスポーツでセラピストに勝つ体験を通して自信を回復していった。プレイセラピーの中期では、これまで抑えられていた攻撃性が表現され始め、セラピストに対する自己主張をし始めると同時に、去勢不安への対処を試みていった。プレイセラピーの後期には、プレイに表現されている「母親への怒り」や「母親からの守り」を徐々に意識化し、実際に母親を驚かすことで自己主張し始めた。こうしたプレイセラピーを通じて、本児は攻撃性を持つ自分、去勢不安を対処できる自分、苦手なものと得意なもののある自分、過剰に遠慮することなく自己主張できる自分をセラピストから認められ、受け入れられる体験を通してセラピストを新たな対象として内在化し、これまで絶対的な存在であった母親を相対化することで、母親による呪縛からの解放に向かっていった。

Features of Atypical Depression Compared with Non-atypical Depression: Study Using Meta-analysis

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究IV専修
中川 舞

Introduction

The number of suicide in Japan has been over 30,000 every year since 1998 (A National Police Agency, 2009). It is said that 70 percent of the persons who committed suicide was in “State of depression” (Kaiya, 2009), and that 30 to 40 percent of patients of depression falls into the category of “Atypical depression”. The symptom of the atypical depression includes mood response, oversleeping, overeating, leaden paralysis and interpersonal rejection.

Object

The object of this study is to grasp the clinical and demographic features of atypical depression using meta-analysis, compared with non-atypical depression.

Method

442 theses appeared through the search in PSYCINFO using the keyword “atypical depression”. 18 theses are picked out with the following conditions among those 442.

- ① theses of research
- ② comparing “atypical depression” with “non-atypical depression”
- ③ adopting DSM-IV or DSM-IV-TR for diagnosis
- ④ written in 1999–2009
- ⑤ written in English

For meta-analysis, it is calculated with method of peto, absolute difference.

Result & Conclusion

The meta-analysis performed in this study revealed several differences in the demographic or medical characteristics between atypical depression and non-atypical depression, such as age, sex, the age to fall, bipolar disorder, marriage, family, psychotic feature, complication, atypical score, atypical index etc. Some studies report; serotonin and dopamine in the brain decrease in the case of non-atypical depression (melancholy), but not in the case of atypical depression (Kaiya, 2009). Therefore, atypical depression would be treated as a different disease from non-atypical depression. Originally atypical depression was discovered by the good reaction to MAOI. However, it is not allowed to use MAOI at present in Japan. Therefore, the both of pharmacotherapy (SSRI) and psychotherapy are used as to the traditional depression. In case atypical depression might be defined as a different disease, better recovery could be expected by doing another treatment. However, further study should still be required, as a consistent result has not been obtained due to the unevenness of data.

思春期の心的世界観

—ある女子中学生との面接を通じて—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅱ専修

平井 裕一

本研究は、思春期の心的世界を発達心理学の観点、心理臨床からの事例、セラピストの視点から探ることを目的としたものである。

第1章では発達心理学の観点から、思春期特有の急激な心身の変化を身体的発達、人間関係の変容、自己の形成ということに焦点をあてて思春期の心的世界を見ている。思春期の第二次性徴を伴う身体の内的、外的な変化が及ぼす思春期の発達の特殊性が、様々な心理的な問題を引き起こすことと関連していることを述べた。思春期という特徴的な時期を捉えようとする時、発達心理学の観点はとても大切になってくる。思春期の発達の中で繰り返られる葛藤の数々を捉え、臨床心理学の視点や精神病理の視点からその葛藤をいかに理解していくかということが思春期の心的世界の理解に繋がると考えている。

第2章では、実際の事例を検討していく中から、第1章でみてきた思春期の発達の特殊性が及ぼす心理的な問題が、実際の心理臨床ではどの様に展開されているか、ということから思春期の世界観を見ていくことに焦点を当てている。そこから見出せるのは思春期の特徴的な発達が及ぼす変化の中で葛藤を抱えている思春期の子どもの姿である。心理臨床では、その葛藤をすくい上げ、クライアントにいかにか伝えていくかという姿勢が大切であり、一対一の真剣な対話によって心の底にあるものに触れるということから得られる気付きこそがクライアントの援助に繋がると考察した。また、思春期を対象とした面接では言語だけでは理解できない場合もあり、言語以外のテストバッテリーを組む必要がある。特に、描画法は有効であるということは本研究の検討事例からも感じられた。

第3章では援助者として関わってきたセラピストの視点から思春期の心的世界をどの様に捉え、援助していくことができるかということに焦点を当てて考察している。インシエーションの概念の導入や自己洞察を行いながら背景要因を考え、社会的な規範や枠組みのみからの判断だけではない心理臨床特有の倫理観をもつことが必要とされるということ述べている。また、発達障害や病態としての把握といったような客観的な指標を持つことが、生活環境への働きかけやリファーマを行なう際にも重要な情報として活用できると考えている。

不登校生徒のためのグループ・アプローチにおける発達障害が疑われるメンバーの事例研究

—「人間のかかわり」の体験に着目して—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅰ専修

古川 恵里

近年、不登校問題を考える新たな視点として、発達障害と不登校の関連が注目されており、筆者の参加しているヨコ体験グループでも、発達障害が疑われるようなメンバーが増えているという現状がある。

本研究では、ヨコ体験グループに在籍している3名の発達障害が疑われるメンバーを、「人間のかかわり」の体験に着目して考察することを通して、発達障害に対する「人間のかかわり」を重視した支援について検討していくことを目的とした。考察の視点としては、池田・村木(2000)の、5つの成長促進的要因を用いた。その結果、3名の事例それぞれが、5つの成長促進的要因を体験していることが分かった。その体験の仕方は事例によって異なり、体験の質・量ともに違いが見られるが、発達障害が疑われるメンバーにとっても、5つの成長促進的要因による変化が見られていた。またその際には、個々の特徴に合わせた個別の対応をしていくことが重要であると考えられた。この5つの要因をもたらす「人間のかかわり」は、発達障害が疑われるメンバーにとっても、受容され、存在を肯定される体験となり、生きる力を発揮し、自己を生成していこうとする中で、必要不可欠な体験となると考えられた。また、学校などの集団場面において、仲間はずれやいじめなどを体験して、自己肯定感の低下しているメンバーたちにとっては、あるがままの自分を受け入れられる信頼できる居場所を持つことは、他者への信頼感を取り戻したり、外へと目を向けようとする土台づくりに繋がると考えられた。また、ヨコ体験グループは、他者とのやりとりを学習し、失敗も受け入れられる場所であるため、安心できる環境において社会性を学習する機会にもなっていると考えられた。そのような点から、このような「人間のかかわり」を体験できるグループは、発達障害が疑われるメンバーにとっても、重要なアプローチということができると考えられた。

今後の課題としては、家族と連携を取る機会を増やしていくことが重要であると考えられたため、親グループを開催したり、個別面接の機会を増やしたりするような提案を行っていき、よりキメ細やかな対応を心がけていく必要があると考えられた。

強迫症状を呈する女兒とのプレイセラピー

—砂・水・かくれんぼに注目して—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅱ専修
松田 綾子

本研究は強迫症状を主訴として来談した女兒との遊戯療法を通して、遊びや制作されたもの、とくに描画、紙粘土、箱庭および砂遊び、かくれんぼ、水に注目して、その表現の変化や意味を考察した。

強迫性障害は思春期以降に増加するがそれ以前でも稀ではない。治療には行動療法的アプローチが用いられるが、思春期以前では言語が未発達であり、強迫に対する不合理性の乏しさから、症状に焦点を当てて言語的アプローチを行うには限界があると考えた。遊びは表現することと体験することが一体となった心的活動であり（弘中，2002）、遊戯療法によって心的態度が変化すると考えた。

本児は昔から神経質であったが、洗浄強迫と確認強迫がひどくなり来談した。約1年間の母子並行面接とフォローアップにより、強迫症状はほとんど消失した。遊戯療法では第1期は緊張や不安が高く、第2期は箱庭の砂での汚れない砂遊びが中心になり、第3期はプレイルームから相談室全体を使ったかくれんぼを展開、第4期はセラピストと一緒に創作的な遊びをした。母親面接では本児の家での症状、給食や家での食事、子育てについて、母親自身のこと、本児の友達関係のことなどが話された。

描画では自己を投射したような女の子の絵を描き、心身の成長のアンバランスさが手足を欠いた表現、防衛の高さが目元を強調した表現になったと考える。紙粘土ではほだいに小さな作品になり、創造性が高くなった。また水を加えると泥のようになったが、汚れることを気にしなくなっていった。箱庭の白い砂は清浄なもので、それを身につけるために持ち帰っていたと考える。また水に似た砂に触ることで母性を求めていたと感じた。かくれんぼでは隠れる時間や場所から、信頼感の形成や自我発達、愛着関係や内的対象化が促進されたと考えられる。水は清めの意味や、大地という母性を潤すイメージと考えた。遊びは互いに関連し、表現活動が心的態度に影響したと考える。

また猫やペットの死を通して、本児の不浄感が変化したと考える。年齢も思春期の始まりであり、症状に母子関係も影響していたといえる。さらに遊びという自己表現がセラピーによって促進されたことで、自己の存在証明が強く意識されたのではないかと考える。

共働き家庭における父親の育児行動

—子どもとの遊びと社会的スキルの関連性—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅲ専修
三浦 優太

本研究では、A市の学童保育に小学1年生から小学3年生の子どもを通わせている父親50名とその子どもを対象に、3点の視点を基本として研究を進めていくため、具体的には仮説を立て、それらを検証することを目的とした。

その結果、遊びの種類と社会的スキルの関連では、公園遊びにおいて、「共感・援助のスキル」、「相手の自尊心を低めるネガティブスキル」、「相手を考慮しない自己中心的スキル」との有意差がみられた。自然遊びでは、「相手の自尊心を低めるネガティブスキル」との有意差がみられ、室内遊び2では、「相手を考慮しない自己中心的スキル」との有意差がみられた。そして、流行り・流行った室内遊びでは、「共感・援助のスキル」との有意差がみられた。遊び場所と社会的スキルの関連では、公園において、「共感・援助のスキル」、「相手の自尊心を低めるネガティブスキル」、「相手を考慮しない自己中心的スキル」との有意差がみられた。山・川・海では、「相手の自尊心を低めるネガティブスキル」との有意差がみられた。遊びの種類と性別間では、格闘技遊びにおいて、有意差がみられ、男児の方が女兒よりも高かった。バウムテストに関しては、分析の結果、スキル得点の低群と高群では、バウムの特徴に共通点がみられるところもあるが、違いもみられたといえよう。しかし、枚数が少ないということもあり、このことは、一概にはいえないであろう。

仮説に関しては、①父親の育児行動における遊びの種類によって、社会的スキルの獲得に差異がみられるだろう、③父親の育児行動における遊びの場所によって、社会的スキルの獲得に差がみられるだろう、の2つの仮説は支持されたが、②父親の遊びへのかかわり度合いによって、社会的スキルの獲得に差異がみられるだろう、は支持されなかった。

子どものためにも、家庭のためにも、父親自身のためにも、父親が子育てに参加できる環境を整えていく必要性が見出され、父親が育児参加しやすい環境になるように、援助していくことや育児参加を促進していくことは、結果的に社会に有益なものとなるだろう。

中年期夫婦の面接過程についての一考察

—夫への病理的依存関係に固執する妻の病理—

心身科学研究科心理学専攻 人格心理学研究Ⅰ専修

水野 由佳子

中年期という人生の転換期に起こった出来事から、夫への強い不信を示す一方、病理的依存関係に固執する女性CIの面接経過を紹介し、CIの抱える病理とTh側の対応と問題点を中心に精神分析的アプローチを用いての面接を考察した。

CIの病理のひとつはパーソナリティの問題が考えられた。面接を通してCIが分裂や投影性同一視などの原始的防衛機制を日常的に用いている様子や対人関係の不安定さ、しかし、それが夫に限局している様子から境界性人格構造圏（以下BPO）である事が考えられた。しかし、面接を重ねるごとにCIの夫に対する不信が妄想的なものとなり、夫以外の事柄では現実検討能力はあるが、夫の言動や行動には主観的な妄想バイアスが用いられている様子から妄想性人格障害水準である可能性が疑われた。2つ目のCIの病的な側面として夫に対して不信感を持っている反面、過度に依存し、半ば寄生するように依存関係に固執する点である。CIが寄生する原因としてCIの持つ依存的な側面や見捨てられ不安、CIだけでなく夫の病理から来る共依存状態によって自活・自立能力の欠如、夫との関係性に両親との間で得られなかった欠損部分の埋め合わせを求めている事などが考えられた。そのため、共依存状態がなくなることは、CIにとって不利益にあたると考えられ、夫との関係に病的に固執していると考えられる。これらのCIの病理の根本には、分離—固体化の時期の両親との関係が深く関わっていると考えるが、CIの中で両親との関係が理想化されている現在、親との関係に目を向けることはCIにとって負荷が大きいと考えられた。根本の問題に目を向けられない要因として、両親や夫から受けてきた傷がCIの中でまだ生々しく、それを癒し自分を保つ事で精一杯であることが考えられる。今後、CIの内省を深めていくためには生々しい傷から癒していくことがこの時期に必要と考える。Th側の対応と問題点は、ThがCIの原始的防衛機制に巻き込まれやすく、それを自覚することができないこと、Thの問題などから面接内でCIのレディネスを考えない直面化を測っていることがある。今後、CIと関わっていく上で、原始的防衛機制への気づきと対処、関係性の見直しを図り治療関係を再構築することが課題だと考える。また、BPOをはじめとした病理性の高いCIと関わる場合、SVの存在は必要だと考える。

イメージ体験に関する研究

—不安傾向とイメージの体験様式の関連について—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究Ⅲ専修

宮本 崇弘

昨今の心理臨床の実践におけるイメージ・アプローチではイメージの体験の様態（以下、体験様式）が問題とされるようになってきており（澤ら、2003）、検討する意義は高い。そこで、本研究では松本（1999）の研究を基にイメージ体験について、イメージ体験の効果を中心に①イメージの想起能力はイメージの体験様式と関連があるのか、②不安傾向とイメージ想起能力に関連があるのか、③イメージの体験様式とイメージ体験の効果に関連があるのか、という3つの疑問を検討することを目的に、実験的研究をおこなった。A大学の臨床心理学の授業でSTAI及びSSIを一斉に実施し、その中から実験協力に同意した15名を特性不安の高低によって3群に分類した。実験は、平成21年10月中旬～下旬にA大学の空き教室で行った。実験協力者を個別に催眠状態に誘導し、イメージの想起を求めた。実験の前後でリラックス感尺度に記入、実験後にはIEPSにも記入してもらい、イメージ内容について簡単な質問を行った。その結果、①イメージ体験によりリラックス感尺度の緊張、身体感覚の値が増加した、②SSIとIEPSに有意な相関はなかった、③STAIとIEPSに正の相関がみられた、④STAIとSSIに有意な相関はなかった、⑤高不安群と低不安群にリラックス感尺度の値に違いはなかった、⑥IEPSとリラックス感尺度に相関は見られなかった、という結果が得られた。イメージ体験の効果について、リラックス感尺度の緊張と身体感覚の得点に前後で有意な差が見られた。これは、今回のイメージ体験の内容の多くが、のんびりと過ごす内容だったためと推察された。以下3つの疑問に基づき考察した。

(1) イメージ想起能力とイメージの体験様式

イメージの想起能力も鮮明性や統制可能性といったものと同じく、体験の深まりとは異なる属性のものだと考えられた。

(2) 不安傾向とイメージ想起能力

松本（1999）の考察と矛盾するものであった。今回イメージとして用いた「野原」は半構造的なイメージ（濱田ら、1997）であったため、イメージの自律性に振り回されることがなく、また、現実的イメージであり、精神内界への直面という自己の安定を脅かすものでなかったことが影響したのではないだろうか。

(3) イメージの体験様式とイメージ体験の効果に関連があるか

今回の研究ではイメージの直面から体験、受容というレベルに至るには関係性や時間などさまざまな要因が不足していたと考えられた。

皮膚科疾患に対する心理学的考察

—アトピー性皮膚炎患者との心理面接を通して—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究 I 専修

森月 義雄

人はこころと身体の程良いバランスのもとで生活している。同時に誰もが心身の不調和を抱えながら生きている。このバランスの破綻がときに病という形になって身体に表現される。病気の治療には医学的アプローチは必須であるが、加えてストレスを含むこころの問題へのアプローチの重要性が見直されている。

皮膚は内と外との境界面であり心身バランスの破綻が出現しやすい身体部分である。近年、皮膚科領域にてサイコダーマトロジーが叫ばれ、アトピー性皮膚炎 (AD) の治療にも心理的アプローチが導入されている。そこで、その意義を検証するために、具体的な心理臨床面接を通して、AD 患者の心の変容および人としての在り方を追った。

事例で明らかであったのは、面接でのクライアント (CI) の訴えが当初は AD そのものへの関心であったものから、自らが抱えるこころの問題に変化してきたことである。CI は心理面接を体験する過程で自己の在り方や生き方の問題に関心が及び、その体験を認識することにより将来に対し肯定的な姿勢を示した。心理臨床でいう一つの気づきが生じた。CI は様々なストレスを自覚し、自己の日常の在り方や生き方を見直し、これからの生活に新しい方向性を見出した。存在論的には、CI は現存在に目覚め実存的な決断をしたことになる。そこには人間存在の肯定的な姿、よく在りたいと願う世界内存在の姿がある。将来への希望、期待は、生体の恒常性にも通じるものがあり、それは人のこころにも存在する可能性を示唆したものである。事例ではその変化に呼応するように AD 症状の改善を見るに至った。心理面接という実践アプローチが AD の CI に資するもの、あるいは援助となり得たことは、今後、AD を含む皮膚炎治療及び他疾患への治療選択肢の可能性を示唆するものである。

虐待サバイバーの女性と中年期危機

—投影の引き戻しを通して見えてくるもの—

心身科学研究科心理学専攻 人格心理学研究 I 専修

阿部 和子

心の発達とは 1980 年代頃から生涯を通して発達していくものであると捉えられるようになってきた。また、心の発達を扱うアイデンティティ研究の多くが男性を対象に構築された理論であるため、女性を対象にした実証的な研究が求められてきた。女性側からの研究が進むにつれ心の発達は「個の確立」のみでなく「関係性」の文脈からも捉えられるようになった。そして、男性の人格の発達は個を確立することが重要な課題になるのに対し、女性の人格の発達はまず関係性を維持しその中から個としての自分を見つけていくプロセスを辿ることが明らかになってきた。

関係性の視点から見ていくと親子関係が関係性の始まりであり、それが対人関係を作るモデルとなり社会的適応性に影響を与える。配偶者選択や自らの子育てを左右するほど発達早期の親子関係がその後の対人関係を規定すると言われる。一方、新たな他者との間の温かい情緒的な体験を持つことによって内的ワーキングモデルが変化するという考えがあり、肯定的な夫婦関係の質や親以外の他者との安定した関係と情緒的な体験があれば、過去からの影響を和らげることが可能であるとの報告がある。

被虐待体験は最も重要な人間関係における傷つきとなるため、「関係性」に問題を抱える。トラウマの再現性から虐待的な人間関係を繰り返すと言われ、さらなる傷つきを生み出す。子ども時代に虐待を受けた女性は関係性に問題を抱えるため、人生の後半において関係性を基に発達するとされる人格の成熟が難しくなると考えられる。しかし、筆者は安定した関係を維持し、他者との温かい情緒的な体験や現在の対人関係の見直しを通して、関係性を変化させ新たな発達を遂げていくと考える。本論文では対人関係に問題を抱える虐待のサバイバーの女性との 3 年にわたる面接を通して被虐待体験がもたらす影響による破壊的な関係性へののめり込みとその回復及び家族をはじめとする親密な関係にある人々との関係性の変化を面接の経過とともにまとめ、考察した。

臨床動作法における自体感について

—表面筋電図を手がかりにして—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究IV専修

伊藤 敬子

心と身体を別々に扱う心身二元論から心身一元論が台頭し、臨床動作法では、こころとからだは根っここのところにつながっているという考えが生まれた。動作法を行うことで、不当な動作が軽減され、つらい感じが減り、からだの部位・部分、全体が楽で自由になり、それに伴う動作の体験様式が変化すると、それと一体的だった心理的な問題は軽減されていると考える。本研究では、実感を伴う弛みと伴わない弛みについて実証的に検証する。臨床現場では、“自体を味わう”ことにより、実感を伴う弛みが出やすいと言われている。このことを表面筋電図と自体感尺度、生活体験を含む自省報告をもとに検証する。被験者の僧帽筋と脊柱起立筋に電極を貼付け肩挙げ課題を行う。肩を1回挙げる群、2回挙げる群、3回挙げる群を1週おきに3週行い比較する。1週目より3週目の方が弛み方が大きいという系統的变化、1回より3回肩を挙げる方が弛みが大きいという結果は得られなかった。実感がある群では、全て筋活動の振幅が小さくなるもの、全て変化がないものがあった。実感がない群では、逆に振幅が大きくなるものがあった。実感の大小に関わらず、“自体を味わう”間の振幅が小さくなるもの、動作法を行う前後で振幅に差が出るものもあった。自体感尺度では、からだところの感じで1週目のプレテストと3週目のポストテストに有意差がみられた。自体感と振幅の変化から、自体の感じと生理的な筋の弛みは平行しておこるのではないだろう。肩を降ろした後“自体を味わう”ことで弛むものがあるが、それは普段から慢性緊張の高いものにおこるのではないか。また、1回1回では大きな変化はないが、継続することで自体感の変化が起こるのではないか。表面筋電図を手がかりにして弛むことを客観的に見ると、測定箇所は弛みは視覚的に分かるが、動作法で重視することは“自体を味わう”ことから感じられる、自体感や動作体験、伴う自己体験であると分かる。電極を貼付けた箇所以外が弛む場合もあることから、「ある主訴に対してこの課題が適切」というものがないことにつながるのではないか。弛めよう、弛んだという感じを受け止め、目標とする箇所だけでなく全身的な弛みが起きるように援助することが必要なのではないか。

臨床動作法における自体感の重要性

—表面筋電図による所見から—

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究IV専修

横木 由美子

1960年代に成瀬が提唱した臨床動作法は、脳性マヒ児の動作不自由の改善を目的としたものとして始まった。一般的に動作というと、筋や骨格の活動といった生理的な活動であると説明されることが多い。しかしそこに動かそうという思いと動かすからだ、すなわち臨床動作法で言う主体がなければ動作は成立しない。つまり動作とは心理的な活動なのである。

臨床動作法では、動作者が自体感を実感することが重要である。自身のからだ向き合うことで、こころの変化を望むことができるからである。

本研究では自体感の重要性について、実験を用いて実証することを目的とした。実験1では、自体感尺度と筋電を用い、こころ及びからだの変化を検討した。表面筋電図の導出部位として、肩上げ課題に関連する左右僧帽筋の上部及び下部を選択した。(実験)協力者に両肩を上げてもらい、「きついところに意識を向けてみましょう」と声かけを行った。10分間の臨床動作法をはさみ、実験を繰り返した。自体感尺度を実験の前後で比較したところ、こころの感じ及びからだの感じに有意な差が認められた。また援助者の声かけにより、協力者のきつい部分が自然に弛んでいった。筋電にその様子を見ることができた。自体感尺度と筋電の結果からは、協力者が自体と向き合ったことで自体感が変化し、同時にこころもリラックスしたということができた。

実験2では、動作法を施行しない場合、「肩の高さを維持しましょう」と声をかけ動作法を施行する場合及び施行しない場合の3つの実験を行った。「肩の高さを維持しましょう」という声かけを行った場合、協力者は「肩を下げてはいけない」と思うあまり、自体感と向き合うことができなかった。

2つの実験から、自体感に注目することで筋が弛み、弛んだことを実感できることが分かった。そのためには自体感と向き合いやすい声かけが重要であり、自体感をつかむためには何度も繰り返して動作法を施行することが必要であるといえる。

今後は以上の点を踏まえ、より臨床場面に近い形で実験を行うことでさらに意義のある研究になると思われる。

相手に対して過剰に気を遣う子どもとの 遊戯療法過程

—事例研究から考える役割逆転行動の意味—

心身科学研究科心理学専攻 人格心理学研究 I 専修
金澤 浩之

本論文は児童養護施設で生活し、愛着理論という役割逆転行動を示す、“相手に対して過剰に気を遣う子ども”との遊戯療法過程を事例研究法によって記述し考察を加えたものである。

本論文に登場する K 児は日常生活で見せる相手への世話焼き行動を、遊戯療法中においても Th に対するプレゼントや、セラピー中の様々な場面における気遣いなどで示し、その際には Th に対する操作的な在り方が顕著であった。セラピーのセッションを重ねる中で本児は、赤ん坊の登場やサバイバル生活を通じて、こういった相手に対する迎合的行動の他に、自分が恥ずかしめられた体験を思わせるような人形遊びや、Th に対して秘密を持つことと、その秘密を共有するような遊びを表わし始めた。

このような遊戯療法中に表れた遊びと過剰な世話焼き行動について愛着理論の役割逆転と精神分析的発達理論における肛門期にみられる特徴から考察を加え、本児の他者に対する過剰な世話焼き行動が、Th に秘密をもったり、操作的に関わることで侵入的な他者イメージからの自己の守りと自律を目指し、秘密の共有を行うことで同時に自律を目指す他者との心理的距離を再調整しなおすことで、侵入的な他者イメージから受けてきた心の傷つきを自らケアしているのではないかという考察を行った。

精神科デイケアの意義と限界および 今後の可能性について

心身科学研究科心理学専攻 臨床心理学研究 IV 専修
成川 珠美

精神科病院に通院もしくは入院する患者を支える要素としては様々なものが挙げられる。

精神科医における精神療法や薬物療法、看護師の仕事については比較的良好に知られているように思われるが、作業療法士や精神保健福祉士、そして取り分け臨床心理士の仕事に関しては余り広く知られてはいない。そして本研究では特に「部分入院」と総称されている通院形式の一種であるデイケアという場に焦点を当て、その上でデイケアにおける臨床心理士の役割等についても検討していくことが出来ればと考えた。デイケアに焦点を当てる理由としてはデイケアが通院患者或いはしばしば入院患者にとって生活上の大きなウエイトを占めることが多い場であり、それ故に様々な意味で独特な葛藤と喜びの場となり得る為である。更にこうした葛藤や喜びは主に語りを通して他者に伝えられる。

私が精神科デイケアのボランティア活動に携わったのはほんの3年というところであったが、その前半の2年の間患者さん達と対話をしている内に興味深いことに気づくようになった。それは彼らの一人ひとりが自らの病をデイケアという文脈を通してどのように捉えているのかについて、あるいはデイケアを自らの病という文脈を通してどのように捉えているのかについて、彼ら自らが語る語りのその内容とニュアンスが時間の経過とともに少しずつ変化していくことであった。そしてそれは否定的な語りから肯定的な語りへと変化していく場合が多いように思われたが、必ずしもそうでないようにも思われた。しかしいずれにしても彼らの語りは常に直接的もしくは間接的にデイケアの治療的意義および限界と今後の可能性について語っているのではないだろうか。そうした疑問と問題意識を抱きつつ私は2007年4月から同年12月までの9ヶ月間にわたり三重県立こころの医療センターのデイケアにおいて月に約一回3名の患者さんを対象に半構造化面接を行なってきた。この半構造化面接から理解出来たことは、患者達が語りたいたいと思っているのは必ずしも自分たちの病に関してに限っているのではなく、自らの人生に関してであるということであった。そしてこの当然であるかのような発見は、患者を主に病から捉える心的習慣をもつかのようにみえる臨床心理士に対する警告につながるようでもあり又その発想の転換につながるようにも思われた。

2型糖尿病モデルラットにおける 柴胡加竜骨牡蛎湯の有用性

心身科学研究科健康科学専攻 健康スポーツ医学研究 I 専修
浅岡 哲平

【緒言】 ライフスタイルの欧米化に伴い、メタボリックシンドロームに陥る人口が増加している。メタボリックシンドロームは、動脈硬化症性疾患の危険因子が合併することで、健康寿命に大きな影響を及ぼす。柴胡加竜骨牡蛎湯は主に、異常な神経過敏、動悸や胸が苦しいなどの閉塞感、不眠、不安、ヒステリーなどの症状を呈した時に、処方されることが多い。メタボリックシンドロームの中でもインスリン抵抗性は、交感神経と副交感神経のバランスが崩れている状態である。柴胡加竜骨牡蛎湯が副交感神経を調節して、抗ストレス作用に効く報告があるが、柴胡加竜骨牡蛎湯がインスリン抵抗性を改善させたという報告はない。本研究では、柴胡加竜骨牡蛎湯がインスリン抵抗性を改善することを検討した。

【方法】 第一段階は、柴胡加竜骨牡蛎湯の用量的依存を調べるために Oral glucose tolerance test (OGTT) を行い、コントロール群、500mg/kg BW 群、1000mg/kg BW 群、1500mg/kg BW 群の4群に分けた。第二段階は、糖尿病モデルラットを作製し、Hyperinsulinemic euglycemic clamp法を用いてインスリン抵抗性を計った。統計解析は、OGTTを一元配置分散分析で処理し、Hyperinsulinemic euglycemic clamp法を二元配置分散分析で処理した (SPSS for Windows)。

【結果】 体重は、CRT 群+saline (276.1±23.2g)、CRT+SRBT 群 (288.1±43.0g) と HFD+SRBT 群 (342.5±35.4g) の間で有意な差がみられた ($P<0.05$)。血糖値は、CRT+saline 群 (79.9±7.6mg/dl)、CRT+SRBT 群 (77.4±9.0mg/dl) と HFD+SRBT 群 (102.6±16.1mg/dl) との間で有意な差がみられた ($P<0.05$)。インスリン抵抗性を示す GIR (glucose infusion rates) の High-dose で HFD+saline 群 (33.5±2.6mg/kg/min) と HFD+SRBT 群 (46.7±6.0mg/kg/min) で有意な差がみられた ($P<0.05$)。

【考察】 2型糖尿病モデルラットを作製しようと試みたが、血糖値がコントロール群に比べ上昇していないことから、軽度の2型糖尿病モデルとなった可能性が考えられた。本実験では、Hyperinsulinemic euglycemic clamp の High-dose で HFD+saline 群と HFD+SRBT 群との間に有意な差がみられたことから、柴胡加竜骨牡蛎湯は骨格筋のインスリン刺激によるグルコース取り込みを改善することが推察された。骨格筋でのインスリン刺激によるグルコース取り込みが増加することで、膵臓のβ細胞へかかる負担が緩和すると考えられた。

【まとめ】 本研究の結果より、柴胡加竜骨牡蛎湯は正常ラットに対して耐糖能に影響を示さないことが示唆された。柴胡加竜骨牡蛎湯は骨格筋でのインスリン刺激によるグルコースを取り込む能力が改善することが示唆された。

運動指導者養成科目における映像を用いた プレゼンテーション能力向上の効果

心身科学研究科健康科学専攻 健康スポーツ医学研究 I 専修
伊藤 秀郎

【緒言】 現在、特定健康診査・特定保健指導の実施が義務づけられ、その指導を担う運動指導者の養成が急務の課題となっている。これまで映像フィードバックを用いる方法は自分自身を客観的に確認でき注意点を認識できると報告されていることから、一般的なプレゼンテーション能力の向上にも有用と考えられる。そこで本研究では、運動指導プレゼンテーション能力の向上に対する映像フィードバック法の有用性を検討することを目的とした。

【方法】 対象は運動指導者養成科目を受講している学生とし、27名を介入群、27名を対照群とした。第3時限目以降からデジタルカメラにより学生の指導場面を撮影し、介入群に映像をフィードバックさせた。授業終了後には学生自らと第3者によるプレゼンテーション能力評価、学生による形成的授業評価を行った。

【結果】 プレゼンテーション能力に対する自己評価について両群間に有意差はなかったが、第3者評価において第5時限目に有意な差が認められた (対照群: 2.72, 介入群: 3.18, $P<0.01$)。自己評価と第3者評価のプレゼンテーション能力評価を比較すると介入前の第3時限目では両群自己評価が有意に高い値を示した (対照群: 自己評価2.44, 第3者評価: 1.99, $P<0.01$, 介入群: 自己評価2.46, 第3者評価: 2.13, $P<0.01$) もの、介入群の第5時限目では自己評価が第3者評価を有意に下回った (自己評価: 2.9, 第3者評価: 3.18, $P<0.01$)。また、形成的授業評価は学び方、成果において有意な差を認めた。

【考察】 調査から2つのことが示唆された。1つ目は映像フィードバックを繰り返すことにより、特に言語についてイメージと実際の違いを認知し、具体的な課題を設定できたため、技能向上に繋がったと考えられる。2つ目は映像フィードバックを行うことで「学び方」及び「成果」を感じられた点が要因と考えられた。すなわち、映像を学生自身で確認したことによって課題を自覚し、自主的に学んだ結果、技能の伸びを感じることができたと考えられる。以上のことより運動指導者養成科目において、映像フィードバックを用いることは有用であることが示唆された。

構音障害に対する治療効果の音響学的考察

心身科学研究科健康科学専攻 言語聴覚科学研究専修
加藤 理恵

左側口唇口蓋裂に対して、器質性構音障害の言語聴覚学的評価と構音訓練を施行した。さらに、評価および治療に際して、音声録音したものを音響学的に分析し、以下の結果を得た。

1. 構音訓練によって、構音不全の状態から子音部の構音操作の獲得にいたったものの、呼気鼻漏出による構音の歪み（子音の弱音化）、開鼻声は最後まで残存した。
2. 鼻咽腔閉鎖不全に対して、PLP (Palatal Lift Prosthesis: 軟口蓋挙上装置) を装用したが、使用時間が少なく呼気鼻漏出は残存した。
3. 構音訓練を健常児の正常構音獲得順に従って施行したところ、正常構音獲得の時期は健常児に比べて遅れるものの、子音の獲得順序や速度に大きな差異は認められなかった。
4. 構音機能の評価時に採取した音声サンプルを音響学的に分析した結果、聴覚印象上は子音の弱音化である部分に摩擦成分（摩擦音化）が観察された。構音訓練によって、子音部の雑音区間のburst化が見られるようになった。母音のフォルマント周波数の変化には、構音訓練による改善は認められなかった。

これらの所見から、音響分析によって、構音訓練を主体とする言語治療による構音獲得過程がより詳細かつ客観的に明らかになった。同時に、これまで音声言語の聴覚判定において、重症度分類の基準が確立されていなかった子音の弱音化について、数値化・視覚化することが可能となった。今後のさらなる良好な構音獲得には、鼻咽腔閉鎖不全への根本的アプローチが望まれる。

運動・栄養・休養の包括的指導を行う健康づくり教室が運動継続に及ぼす影響

心身科学研究科健康科学専攻 健康スポーツ医学研究I専修
高橋 孝郎

【緒言】 現在、国民の健康への関心が高まる中、国民健康づくり施策として「健康日本21」が掲げられた。さらに運動・栄養・休養を健康づくりの三本柱とした「健康増進法」が施行され、健康づくりを継続的に行う生活習慣の獲得が重要課題となった。しかし、運動継続は一般的には難しいと言われている。運動継続を促すためには自宅で取り入れることのできる運動プログラムを構築し、行動変容を含んだ心理アプローチと食事療法を含んだ栄養アプローチを合わせて行うことが求められる。そこで本研究では運動・栄養・休養の3領域を包括的に盛り込んだ健康づくり教室を実施し、運動継続への影響を明らかにすることを目的とした。

【方法】 健康づくり教室の実施期間は平成20年10月28日～平成20年12月16日とした。対象は参加した名古屋市民20名であった。プログラム内容は運動、栄養、心理に基づく講義と実習を全8回行った。なお、第1、8回にそれぞれ形態測定、体組成測定、血液生化学検査を実施した。また、アンケート調査を教室開始前、教室終了後、教室終了後1週間後、教室終了後3週間後の計4回実施した。

【結果】 本教室の実施後において、体重（前 56.1 ± 5.2 kg, 後 54.8 ± 5.4 kg, $p < 0.01$ ）、腹部周囲径（前 83.5 ± 7.3 cm, 後 81.0 ± 7.1 cm, $p < 0.05$ ）、BMI（前 23.3 ± 2.3 , 後 22.8 ± 2.6 , $p < 0.01$ ）に有意な減少が認められた。一方、血液生化学検査結果に対して、有意差は認められなかった。アンケート調査においては、健康に対する意識の変化として、「健康にとっても気をつけている人」（前21.1%, 教室終了後3週間後37.5%）の割合が増加した。運動頻度の変化についても「週2回以上運動を行っている人」（前63.1%, 教室終了後3週間後81.3%）の割合が増加した。

【考察】 3領域を包括的に指導したことにより、健康に対する意識、運動頻度が高まり、体重、腹部周囲径に有意な減少が認められたのは、健康づくりへの意識の向上と取り組みが促進されたためと考えられる。よって、運動や食事・栄養の取り組みを生活の一部とし、包括的に指導することにより、健康づくりの主体性を育成することは、運動継続に対して効果的であることが示唆された。

【まとめ】 本研究から2つのことが明らかとなった。1つ目は、3領域を包括的に指導することで、健康への意識と運動頻度が高まり、運動継続への影響がみられた。2つ目は本プログラムによって運動継続がなされた結果、体重、腹部周囲径が有意に減少した。

日本における糖尿病運動療法の 実施状況に関する調査研究

心身科学研究科健康科学専攻 健康スポーツ医学研究Ⅰ専修
津田 雄介

【目的】 近年、肥満や糖尿病といった生活習慣病が増加している。糖尿病治療には運動が有効であるが、実際の診療現場における患者に対する運動療法の指導内容については不明な点が多い。また、運動療法に関する全国規模の調査研究はこれまでほとんど行われていない。そこで、本研究では、日本糖尿病学会が日本医師会主体との共同企画で、糖尿病専門医と非専門医との糖尿病運動療法の実施状況の傾向と違いについて検討した。

【方法】 日本糖尿病学会会員から糖尿病専門医600名、専門医以外の内科医600名、計1,200名に対し、郵送調査を実施した。このうち、回答が得られた専門医200名、専門医以外の内科医50名の、計250名を解析対象とした。主な調査項目は、1)糖尿病専門外来および教育入院実施の有無、2)糖尿病治療内容、3)食事療法指導の実施状況、4)運動療法指導の実施状況、5)運動療法指導システムやスタッフ体制、6)運動療法指導の問題点についてである。

【結果】 糖尿病専門外来を実施しているのは糖尿病専門医64.6% vs 一般内科医14.0%であった。治療内容では、インスリン治療を行っているのは糖尿病専門医22.8% vs 一般内科医8.9%であった。初診患者のほぼ全員に食事療法を指導していたのは専門医77.9% vs 一般内科医74.0%に対し、初診患者のほぼ全員に運動療法を指導していたのは専門医35.7% vs 一般内科医44.0%であった。一方、61.5%の専門医が、運動処方箋作成や集団・個別指導などを行っていたのに対し、一般内科医では35.3%であったが、運動指導の専任スタッフがいるのは糖尿病専門医でも17.1%、一般内科医は6.1%であった。また、運動療法指導にあたっての問題点として、指導に十分な時間がとれない、診療報酬に反映しない、指導者がいないなどの問題点が指摘された。

【まとめ】 本調査により全国規模の糖尿病運動療法の実施状況や指導時の問題点が明らかになった。糖尿病専門医の実施状況は一般内科医より指導内容、指導スタッフなどの面に関して、比較的良好であった。しかし、専門医においても、食事療法と比較して指導率が低く、指導専任スタッフも2割以下と少ないのが現状であった。また、指導に十分な時間が取れない、診療報酬に反映しないなど、今後改善すべき点も明らかになった。一方、一般内科医は指導実施状況は専門医より高い割合であったが、「実質的な」指導がなされていない事が判明した。

養護教諭が行う健康教育

—現状とアプローチについて—

心身科学研究科健康科学専攻 健康教育評価学研究専修
富田 直子

平成9年(1997)9月、保健体育審議会答申によって養護教諭が保健授業に参加できるようになった。その後、平成20年(2008)の中央教育審議会答申において養護教諭の役割に「保健教育」が明記されるなど、養護教諭の健康教育への参加の期待が高まっている。しかし、その一方で健康教育への関わりが困難であるとする養護教諭が多く、十分に健康教育に参加できていない現状がある。そこで本研究では、養護教諭成立から現在に至るまでの歴史を確認し、養護教諭の保健学習参加の現状と法制度に規定されている養護教諭の職務と役割から養護教諭の健康教育参加における問題点を明らかにし、自身の保健指導参加の経験を加えながら養護教諭が実践する健康教育における課題を検討した。

養護教諭は明治38年(1905)に学校看護婦として誕生し、その後、教育に関わる学校職員としてその制度確立当初から、単に治療に関わる役割のみでなく、子どもたちの健康課題を読み取り、実態に即して教育活動を行うことが求められてきた。1960年代以降、子どもの健康実態の変化に合わせて、養護教諭の職務内容は変化してきた。養護教諭はその場での応急処置や保健指導にとどまらず、子どもの健康な発達を育む教育者として、組織的な活動を展開するようになってきた。その結果、職務の範囲が拡大し、心の健康への対応や学校全体に働きかける活動という新しい役割が仕事の中で大きな比重を占めるまでに至った。

現在、保健室内における子どもとの関わりにとどまらず、健康課題を学校全体の問題として捉え、それを広げていく実践が求められており、そのひとつが健康教育である。しかし、実際には法制度や現状からみる限り、執務による多忙さ、指導力不足、教職員からの協力・支援が受けにくいなどの問題を抱え、養護教諭の能力が十分に発揮できていないと言える。

こうした課題解決のために、保健室から子どもの健康課題を把握し、職務と役割の理解によって自身の力量と優先課題を見極める判断力を持つこと、実践によってその指導力を高めること、教職員のアイデアや意見を尊重して連携を高め、組織作りを進めていくことが学校における健康教育活性化につながるのではないかと考える。

肥満学生における 生活習慣病予防教室の有用性

心身科学研究科健康科学専攻 健康スポーツ医学研究 I 専修
西口 雄生

【緒言】 運動不足や食生活の偏り等から肥満者が増加傾向にある。本学学生における肥満者は982名、全体の約10%を占めている。若い世代から健康づくりの基礎を培うためには、高等教育機関において正しい生活習慣を形成し、健康管理能力を獲得する必要があると考えられる。そこで、本研究では本学肥満学生を対象に生活習慣病予防教室を開催し、生活習慣病予防のための運動・食事指導の有用性および教室終了後の生活習慣について検討することを目的とした。

【方法】 対象者は男性7名、19±1歳、BMI30.9±5.4、実施期間は12週間とし、運動指導および食事指導を行った。運動プログラムは、レジスタンス運動および中等度有酸素性運動とし、1回60～90分を週3回行うよう指導した。トレーニング管理には、記録日誌および携帯電話を用いた。食事プログラムは医師により週1回実施した。調査項目は本教室前後における血液生化学検査、形態測定、体力測定、教室終了6ヶ月後におけるアンケート調査とした。

【結果】 本教室前後において、HDL-c ($p<0.01$)、臍位周囲径 ($p<0.05$)、全身持久力 ($p<0.05$)、筋力・筋持久力 ($p<0.01$) が有意に改善した。体重は減少傾向 ($p=0.06$) がみられた。アンケート調査より、運動継続については、週1～2日、1時間程度の運動を継続する者が5名であった。実施種目は筋力トレーニング、ウォーキングなどであり、実施場所は本学トレーニング施設、自宅などであった。また、一部を除き食事の規則化がなされ、その継続性が確認された。

【考察】 運動プログラムは、適度な運動時間および強度であり、実施頻度が低かったものの、記録日誌・携帯電話の活用も合わせ継続率は高く、体力の向上、形態およびHDL-c上昇などによる脂質代謝の改善に有効であった。食事プログラムは、一部を除き食事の規則化に影響し、運動プログラムと合わせ、体重減少をもたらした。さらに、教室参加により、運動・食事の方法および知識を獲得したことから、教室終了後の運動継続および食事指導内容の継続性に繋がったと考えられた。

【まとめ】 肥満学生を対象とした生活習慣病予防教室は体力の向上、形態および脂質代謝の改善に有効であった。以上より、本研究は、正しい生活習慣を形成し、健康管理能力を獲得できる可能性が示唆された。

スポーツにおける健康障害

心身科学研究科健康科学専攻 健康教育評価学研究専修
前田 涼

スポーツ、身体活動、運動は糖尿病や高血圧、脂質異常症、肥満などの生活習慣病にとって良い影響を及ぼすと考えられている。他にもQOL (Quality of Life: 生活の質) の改善や腰痛予防、ストレス解消などといった人体に大きなプラスの影響を及ぼすことも明らかになっている。しかし、スポーツを行うことにより外傷・障害が発生し、場合によっては身体に重大な影響を及ぼすこともある。中でも、ラグビーは、タックル、スクラム、モール、ラックなどといった、身体と身体を接触させる機会が他のスポーツに比べ格段に多い。そのため、一つ間違えば日常生活や生命に関わる外傷・障害も少なくない。

愛知学院大学ラグビー部においても、2002年～2008年の7年間で多くの外傷・障害が発生している。足関節の捻挫、下肢(大腿、下腿等)打撲、頸部捻挫、筋損傷、ヘルニア、肩腱板損傷、肩関節脱臼、骨折や靭帯損傷などといった重症度の高い外傷・障害から、重症度は低い頻度が高いものまで幅広く発生している。ラグビーの指導者は、これらの外傷・障害について正しい知識をもつ必要がある。

スポーツにおいて外傷・障害の予防および発生時の対応は、最も重要視されなければならないものである。ラグビーにおける予防策としては、選手のメディカルチェックや頸部周囲筋力および基本姿勢の習得、十分な体力獲得の必要性の啓発、指導者に対する安全教育、安全なグラウンドの確保、危険なプレーの回避などが重要である。また対応策としては、マッチドクター派遣の徹底、後方支援病院の確保、メディカルキットの充実、事故発生後の運搬の必要性に関する的確な判断および速やかな高度後方支援病院への運搬などが重要である。

これらの安全対策は、現段階ではなかなか達成できていないものも含まれているが、現場の指導者は外傷・障害についての知識を深め、十分な安全対策を行うべきである。また、ラグビーだけにとどまらず、どのスポーツにおいても外傷・障害の予防、傷害発生時の対応は、競技を行う上で最も重要視されなければならない課題である。外傷・障害を軽視するのではなく安全に行うための最大限の努力をし、少しでも重症外傷・障害を減らすことを目的として指導を行うことが大切である。

わが国における健康教育としての 保健体育科のあり方

心身科学研究科健康科学専攻 健康教育評価学研究専修

三谷 啓介

日本国憲法において、国民の学問の自由は保障されており、その学問を担う最大の機関が学校教育である。教育基本法には、教育の目的として「心身ともに健康な国民の育成」と記されている。保健体育科は学校における健康教育に最も直接的に関わっている教科であり、学校生活だけでなく、その後の健康的な生活習慣の形成を左右する重大な役割を持っている。そこで本研究では、歴史と現況から浮き彫りとなる保健体育科教育の問題点を明らかにし、私自身の通信制高等学校における保健体育科授業の経験を踏まえて、わが国における健康教育としての保健体育科のあり方について考察する。

明治期に「体術」として始まった体育は、その後「体操」、「体錬」、「体育」そして現在の「保健体育」へと名称が変化していった。当初は富国強兵を掲げ身体訓練を中心に行われ、集団行動による道徳教育の側面も期待された。第一次世界大戦終了後からは、軍事訓練の充実のため、現役将校によって行われた。さらに、第二次世界大戦が激化すると、戦力不足を補うために、即戦力として学生を教育するのに体育は大きな役割を担った。大戦後は、GHQ (General Headquarters) によって軍事教育は全廃されたが、現在でも保健体育科は、かつての軍事教育的色彩の名残が見られる。「体育教官室」という名称や集合、整列等の号令が一例である。しかし、体育科の円滑な授業展開や生徒の安全確保のため、軍国主義的な色合いを忌避するのではなく、極限まで薄めて部分的に利用することは有用であると考えられる。

戦後体育は、「民主主義体育」、「体力主義体育」、「技術主義体育」、そして今日の「楽しい体育」へと展開していった。「楽しい体育」を展開する上で、「楽しさ」とは何かを考えることは不可欠である。現在の体育において「楽しさ」の先にあるものは、「健康」であり、求められているものは、その手段としての「生涯スポーツ」への発展である。通信制高等学校で体育を学ぶ生徒たちには、全日制課程では見られない年齢のばらつきがあり、体力の差もはなはだしい。孫と祖父母ほど年の離れた生徒がともに授業を行っているが、相手を気遣いながら運動を行う様子が見られる。生涯スポーツとは、互いを尊重しながら運動を楽しむことであり、保健体育科は単に運動を行うだけでなく、運動を通してすべての人にやさしい社会を形成することであると私は考える。