

科学研究費補助金研究成果報告書

平成21年 5月20日現在

研究種目：基盤研究（C）

研究期間：2007～2008

課題番号：19530619

研究課題名（和文）セルフヘルプ・フォーカシングの開発的研究

研究課題名（英文）Developing of Self-Help Focusing

研究代表者

伊藤 義美（ITO YOSHIMI）

名古屋大学・大学院環境学研究科・教授

研究者番号：50126835

研究成果の概要：セルフヘルプ・フォーカシングとしてつぼイメージ・フォーカシングと風景天気法フォーカシングの教示と体験を検討し、セルフヘルプ技法としてかなり有効であることが示唆された。特に風景天気法フォーカシングに注目し、風景天気法フォーカシングによる風景天気図の評定尺度（風景天気図尺度 VMS、3 因子）を作製し、風景天気図からフォーカシング体験の効果を検討すると、2 回目の風天図では感情性、漸進性、力動性が促進していた。

交付額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合 計
2007年度	1,600,000	480,000	2,080,000
2008年度	700,000	210,000	910,000
年度			
年度			
年度			
総 計	2,300,000	690,000	2,990,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：セルフヘルプ・フォーカシング、つぼイメージ・フォーカシング、風景天気法フォーカシング、風景天気図（風天図）、風景天気図評定尺度（VMS）

1. 研究開始当初の背景

セルフヘルプ技法としてのフォーカシングの可能性に着目して、フォーカサー（フォーカシングをする人）が一人でも、パートナーを相手に二人でも、あるいは小グループでも行える有効なセルフヘルプ・フォーカシングの開発が求められている。またセルフヘルプ・フォーカシングを行うための実施マニュアルとその効果を測定する評定尺度を作製することもセルフヘルプ・フォーカシングの発展のためには意味があると考えられる。

2. 研究の目的

フォーカサー（フォーカシングをする人）が一人でも、パートナーを相手に二人でも、あるいは小グループでも行えるセルフヘルプ・フォーカシングを開発すること、その実施マニュアル及び効果評定尺度を作製することが本研究の目的である。

3. 研究の方法

（1）セルフヘルプ技法として用いる場合のフォーカシングの体験やプロセスの特徴および問題点を明確にし、どのような内容と手

順でセルフヘルプ・フォーカシングを学ぶとよいかを検討する。

(2) セルフヘルプ・フォーカシングとして可能性のある風景天気法フォーカシングとつぼイメージ・フォーカシングをとりあげ、それぞれの教示とふりかえり用紙を工夫し、それらの教示を用いてこれらのフォーカシングを一人で実施してもらい、ふりかえり用紙の記述内容を分析して、これらのフォーカシングの体験の特徴や内容を明らかにする。その結果をもとにこれらのフォーカシングの教示とふりかえり用紙の内容を修正する。

(3) 特に風景天気表現法フォーカシングに注目して、検討する。風景天気表現法フォーカシングは、今の心の状態を風景や天気などになぞらえて絵で表現して、絵(風景天気図)の中の好きなアイテムとあるやり方でワークする方法である。この風景天気表現を2回実施することを原則にしているが、この2回の風景天気画の変化を評定するために信頼性の高い尺度(VMS)を作成する。

(4) この尺度(VMS)を用いて実際の2回の風景天気図を評定し、風景天気図がどのように変化しているかを明らかにする。また、2回実施する場合のインターバルが風景天気図にどのように影響するかを尺度によって検討する。

4. 研究成果

(1) 風景天気法フォーカシングとつぼイメージ・フォーカシングは、セルフヘルプ技法としてかなり有効であることが示された。しかし教示や実施上の工夫や改良の余地があり、さらに検討を続ける必要がある。

対象は大学生111名(男性44名、女性67名)で、平均年齢は18.5歳($SD=.71$)である。2種類のフォーカシング(つぼイメージ・フォーカシングと風景天気表現法フォーカシング)を単独で行い、分析に必要な資料がそろっているものである。ふりかえりシートの自由記述の内容(①体験したこと、②改めて確認したこと、③新たに気づいたこと、など)にもとづき、筆者たちが2種類のフォーカシング体験の深さを評定した。評定は、伊藤ら(2006)の4段階で行った。評定の深さ3~4が、確実にフォーカシングを体験したと考えられる。深さの評定の信頼性を確認するために、111名のふりかえりシートをもとに2名の評定結果の一致率係数(Ebel, 1951)を算出したところ、つぼイメージ・フォーカシングでは $r_{22}=.96$ 、風景天気表現法フォーカシングでは $r_{22}=.98$ が得られ、十分な信頼性がみられた。

つぼイメージ・フォーカシングにおいて、深さ1の評定は0名、深さ2は6名(5.4%)、深さ3は54名(48.7%)、深さ4は51名(45.9%)であった。深さ3~4と評定された

者は、合計105名(94.6%)で、9割5分以上の者が確実にフォーカシングを体験していることになる。風景天気表現法フォーカシングにおいて、深さ1の評定は0名、深さ2は4名(3.6%)、深さ3は52名(46.8%)、深さ4は55名(49.6%)であった。深さ3~4と評定された者は、合計107名(96.4%)で、9割5分以上の者が確実にフォーカシングを体験していることになる。つぼイメージ・フォーカシングと風景天気表現法フォーカシングを単独で行った場合でも、相当効果的なフォーカシング体験を期待できると考えられる。つぼイメージ・フォーカシングと風景天気表現法フォーカシングの深さとの間には、中程度だが、有意な正の相関がみられた(Table.2, $r=.47$, $p<.01$)。個人やそのとき(状況や心境など)に適した方法がある可能性があり、目的に応じて方法を適宜使い分けることが考えられる。

フォーカサーは、ふりかえりシートで各々のフォーカシングについての魅力度と満足度を評定した。フォーカシング体験の深さと魅力度と満足度について相関分析を行ったところ、つぼイメージ・フォーカシングの変数間には強い正の相関がみられた($r=.66 \sim .78$, $p<.01$)。また、風景天気表現法フォーカシングの変数間においても強い正の相関が見られた($r=.68 \sim .80$, $p<.01$)。さらに方法間の変数にも弱から中程度の正の相関がみられた($r=.27 \sim .47$, $p<.01$)。次に、性別とフォーカシング体験の深さの魅力度や満足度に対する効果を検討した。

つぼイメージ・フォーカシングの魅力度について2(性別:男、女) $\times$ 3(フォーカシング体験の深さ:4, 3, 2)の分散分析を行ったところ、性別とフォーカシング体験の深さの主効果が有意であった(それぞれ $F(1,105) = 6.28$, $p<.05$; $F(2,105) = 43.82$, $p<.01$)。性別では、男性は女性よりもつぼイメージ・フォーカシングに魅力を感じていた。フォーカシング体験の深さについて多重比較を行ったところ、深さ4>深さ3>深さ2の順で魅力度が高かった(いずれも $p<.01$)。同様につぼイメージ・フォーカシングの満足度について2(性別:男、女) $\times$ 3(フォーカシング体験の深さ:4, 3, 2)の分散分析を行ったところ、魅力度と同じ結果がみられた。つまり、性別とフォーカシング体験の深さの主効果が有意であった(それぞれ $F(1,105) = 9.28$, $p<.01$; $F(2,105) = 54.37$, $p<.01$)。性別では、男性は女性よりもつぼイメージ・フォーカシングに満足していた。フォーカシング体験の深さについて多重比較を行ったところ、深さ4>深さ3>深さ2の順で満足度が高かった(いずれも $p<.01$)。

次に、風景天気表現法フォーカシングの魅力度について2(性別:男、女) $\times$ 2(フォーカ

シング体験の深さ：4、3)の分散分析を行った(深さ2についてはN=1となるセルが発生したため分析から除外した)。その結果、フォーカシング体験の深さの主効果($F(1,102) = 81.82, p < .01$)と、性別とフォーカシング体験の深さの交互作用($F(2,102) = 4.35, p < .05$)がみられた。そこで、交互作用について単純主効果の検定を行ったところ、男性と女性ともにフォーカシングの深さが4 > 3の順で魅力度が高かった(いずれも $p < .01$)。同様に、満足度について2(性別：男、女)×2(フォーカシングの深さ：4、3)の分散分析を行ったところ、フォーカシングの深さの主効果が有意で、深さが4 > 3の順で満足度が高かった。

自由記述から体験記述をカードに書き写し、体験内容を分類していった。2種類のフォーカシングにおいて、ともに深さ3と4の体験と評定された参加者の記述を分析対象とした。分類方法は伊藤ら(2006)の体験分類に従った。フォーカシングの体験の内容は、「心身の快適さ」(例：心が落ち着く感じ)、「不思議さ」(例：神秘的な体験)、「自己をみつめる」(例：自分に問いかけてみる体験)、「気づき」(例：自分が何をしたいのか分かった)、「間がとれた」(例：自分の心の整理)、「心身の不快感」(例：モヤモヤした)、「現在の悩み」(例：悩みが思い出された)、「間のおけなさ」(例：整理できなかった)、「表現の難しさ」(例：上手く描けたか心配)、「その他」(例：特になし)、の10カテゴリーに分類された。

まず、つぼイメージ・フォーカシング内での体験内容の頻度を比較するためにカイ二乗検定を行ったところ、 $\chi^2(9)=42.28(p < .01)$ と有意であった。ライアンの名義水準を用いた多重比較を行ったところ、「心身の快適さ」は「現在の悩み」、「間の置きなさ」、および「その他」よりも頻度が高かった($p < .05$)。「自己を見つめる」は「現在の悩み」および「その他」よりも頻度が高かった($p < .05$)。

同様に、風景天気法フォーカシング内での体験内容の頻度を比較するためにカイ二乗検定を行ったところ、 $\chi^2(9)=109.25(p < .01)$ と有意であった。ライアンの名義水準を用いた多重比較を行ったところ、「自己を見つめる」は「気づき」および「表現の難しさ」を除いた他の全てのカテゴリーよりも頻度が高かった($p < .05$)。「気づき」は「間が取れた」、「現在の悩み」、「間の置きなさ」、および「その他」よりも頻度が高かった($p < .05$)。「表現の難しさ」は「自己を見つめる」および「気づき」を除いた他の全てのカテゴリーよりも頻度が高かった($p < .05$)。

さらに、方法間の体験の頻度を比較するために、二項検定が行われた。その結果、「心身の快適さ」($\chi^2(1)=8.04, p < .01$)、「間が取

れた」($\chi^2(1)=10.63, p < .01$)、「間の置きなさ」($\chi^2(1)=3.80, p < .10$)においてつぼイメージ・フォーカシングのほうが風景天気法フォーカシングに比べて有意に頻度が高かった。また、「表現の難しさ」においては風景天気法のほうがつぼイメージ・フォーカシングに比べて有意に頻度が高くなっていた($\chi^2(1)=12.20, p < .01$)。

フォーカシングによって改めて確認された内容は、「自己のポジティブな理解」、「自己のネガティブな側面についての理解」、「自己の両価的な側面の理解」、「対象の重要性・大切さの確認」、「現在・現実の自己の確認」、「表現の難しさ」、「その他」の7カテゴリーに分類された。つぼイメージ・フォーカシング内での確認の内容の頻度を比較するためにカイ二乗検定を行う、 $\chi^2(6)=97.82(p < .01)$ と有意であった。ライアンの名義水準を用いた多重比較を行ったところ、「自己のポジティブな理解」、「自己の両価的な側面の理解」、および「現在・現実の自己の確認」は「表現の難しさ」よりも頻度が高かった($p < .05$)。

「自己のネガティブな側面の理解」は他のカテゴリーよりも頻度が高かった($p < .05$)。同様に、風景天気法フォーカシング内での確認の内容の頻度を比較するためにカイ二乗検定を行ったところ、 $\chi^2(6)=77.45(p < .01)$ と有意であった。ライアンの名義水準を用いた多重比較を行ったところ、「自己のネガティブな側面の理解」は他の全てのカテゴリーよりも頻度が高かった($p < .05$)。また、「自己のポジティブな理解」、「自己の両価的な側面の理解」、「現在・現実の自己の確認」、および「対象の重要性・大切さの確認」は「表現の難しさ」よりも頻度が高かった($p < .05$)。

さらに、方法間の確認の頻度を比較するために、二項検定が行われた。その結果、「対象の重要性・大切さの確認」において風景天気法フォーカシングのほうがつぼイメージ・フォーカシングに比べて有意に頻度が高かった($\chi^2(1)=5.55, p < .05$)。また、「その他」においてつぼイメージ・フォーカシングのほうが風景天気法フォーカシングに比べて有意に頻度が高かった($\chi^2(1)=6.24, p < .05$)。新たな気づきの内容は、「自己のポジティブな理解」、「自己のネガティブな側面についての理解」、「現在・現実の自己の確認」、「対象の自己解釈」、「意外性」、「表現の難しさ」、「その他」、の7カテゴリーに分類された。つぼイメージ・フォーカシング内での気づきの内容の頻度を比較するためにカイ二乗検定を行ったところ、 $\chi^2(6)=33.45(p < .01)$ と有意であった。ライアンの名義水準を用いた多重比較を行ったところ、「表現の難しさ」は他の全てのカテゴリーよりも頻度が低かった($p < .05$)。同様に、風景天気法フォーカシング内での確認の内容の頻度を比較するため

にカイ二乗検定を行ったところ有意であった ($\chi^2(6)=43.50, p<.01$)。ライアンの名義水準を用いた多重比較を行ったところ、「自己のポジティブな理解」は「自己のネガティブな側面の理解」を除く他のカテゴリーよりも頻度が高かった ($p<.05$)。また、「自己のネガティブな側面の理解」は「自己のポジティブな理解」を除く他の全てのカテゴリーよりも頻度が高かった ($p<.05$)。

さらに、方法間の確認の頻度を比較するために、二項検定が行われた。その結果、「現在・現実の自己の確認」においてつぼイメージ・フォーカシングのほうが風景天気法フォーカシングに比べて有意に頻度が高かった ($\chi^2(1)=2.73, p<.10$)。また、「表現の難しさ」において風景天気法フォーカシングのほうがつぼイメージ・フォーカシングに比べて有意に頻度が高かった ($\chi^2(1)=7.30, p<.01$)。

(2) 風景天気法フォーカシングは2回実施することを原則にしているが、この2回の風景天気画の変化を評定する尺度を作成し、用いる項目を特定するために尺度の信頼性を検討する。

「心の風天図」を表現するにふさわしい言葉を集めて予備尺度を作成した。さらにその内容を検討して、VMSの項目を構成した。

予備尺度を作成するために、「心の風天図」の絵の印象を表す言葉を著者らによっていくつか挙げた後、「心の風天図」の評価にふさわしいと判断された言葉の対の組み合わせを97項目作成した。

次に大学生129名(男性38名、女性90名、不明1名)に「心の風天図」を2度実施してもらい、作成した97項目のSD尺度を用いて絵を描いた本人と心理学専攻の院生の累計155名で1回目に描いた絵と2回目に描いた絵を評価した。評定は、9段階で行った。

97項目のそれぞれの評定平均値と標準偏差について天井効果とフロア効果を検討したところ、該当する項目はなかった。続いてGP分析を行った結果、9項目で5%の水準で有意さが認められなかったので弁別力の弱い項目として除外した。その他の項目は有意差(5%水準)が認められた。残りの88項目について探索的因子分析(主因子法、バリマックス回転)を行ったところ、本尺度は因子寄与率から3因子が妥当であると考えられた。そこで負荷量の値が低い項目を除き、再度3因子を仮定して因子分析(主因子法バリマックス回転)を行ったところ第1因子の項目が多かったため項目の内容を筆者らが再検討し、最終的に18項目を選択した。選択された18項目について3因子を仮定した因子分析(主因子法バリマックス回転)を行い、18項目3因子のVMSとした(Table1参照)。

第1因子は、気分が含まれる項目が含まれることから「感情性」命名した。第2因子は、段階ごとに進歩する内容が含まれているため「漸進性」と命名した。第3因子は、躍動感が示されることから「力動性」と命名した。

3因子の内的整合性をみるために α 係数を求めたところ、第1因子の感情性($\alpha=.96$)、第2因子の漸進性($\alpha=.80$)、第3因子の力動性($\alpha=.77$)となり、3因子とも十分な値が得られた。

Table1 VMSの因子分析の結果(バリマックス回転)

質問項目		F1	F2	F3	共通性
第1因子:感情性 ($\alpha=.96$)					
安心した	不安な	.87	.25	.05	.83
幸せな	不幸せな	.93	.18	.12	.91
快な	不快な	.91	.17	.10	.87
満足した	不満足な	.90	.19	.12	.86
うれしい	悲しい	.88	.04	.20	.82
卑屈な	おおらかな	-.78	-.17	-.16	.66
第2因子:漸進性 ($\alpha=.80$)					
大人っぽい	子どもっぽい	-.04	.79	.02	.63
絵画のような	落書きのような	.21	.70	.08	.54
成熟した	未熟な	.25	.66	.14	.51
細やかな	大雑把な	.05	.58	.06	.34
忍耐力のある	忍耐力のない	.24	.49	.09	.31
不誠実な	誠実な	-.36	-.41	-.15	.32
第3因子:力動性 ($\alpha=.77$)					
出っ張っている	引っ込んでいる	.08	.03	.66	.45
動的	静的	.12	-.00	.65	.43
強い	弱い	.13	.12	.59	.38
せまってくる	離れていく	-.08	.21	.60	.41
変化のある	変化のない	.07	.15	.48	.26
冷静な	情熱的な	-.31	.12	-.53	.39
因子寄与		5.11	2.59	2.24	
寄与率 (%)		28.41	14.37	12.45	
累積寄与率 (%)			42.78	55.23	

(3) この尺度を用いて実際の2回の風景天気図を評定し、風景天気図がどのように変化しているかを明らかにする。また、2回実施する場合のインターバルが風景天気図にどのように影響するかを尺度によって検討する。対象として150名の大学生(男性48名、女性102名)が2回実施した「心の風天図」について、作製したVMSで著者のうちの2名が9段階で評定した。

1回目と2回目の絵の評定について、2名の評定者間のEbelの信頼性係数を算出したところ、それぞれ感情性(1回目: $r_{22}=.87$ 、2回目: $r_{22}=.85$)、漸進性(1回目: $r_{22}=.65$ 、2回目: $r_{22}=.69$)、力動性(1回目: $r_{22}=.64$ 、2回目: $r_{22}=.60$)についてある程度の一致が確認された。次に1回目と2回目の2名のVMS

評定の平均値について、1 回目に描かれた絵よりも 2 回目に描かれた絵の方が、感情性 (1 回目 $M=29.23$; 2 回目 $M=35.63$)、漸進性 (1 回目 $M=31.61$; 2 回目 $M=33.44$) および力動性 (1 回目 $M=29.97$; 2 回目 $M=31.49$) が高いことが示された (感情性 $t(149)=7.72$, $p<.01$; 漸進性 $t(149)=6.44$, $p<.01$; 力動性 $t(149)=3.33$, $p<.01$)。最後に 2 回目の実施日 (①同日実施 ($n=66$)、②翌日の実施 ($n=27$)、③2~3 日後の実施 ($n=22$)、④4 日以後の実施 ($n=29$) の違いによる評定値の比較検討を行ったところ (Table2 参照)、1 回目よりも 2 回目に描いた絵のほうが感情性 (1 回目 $M=25.00$; 2 回目 $M=30.61$)、力動性 (1 回目 $M=26.25$; 2 回目 $M=27.78$) がともに高かった (感情性 $F(3, 140)=20.819$, $p<.01$ 、力動性 $F(3, 140)=20.819$, $p<.01$)。また漸進性 (1 回目 $M=27.01$, 0; 2 回目 $M=28.68$) に関しては、1 回目よりも 2 回目に描いた風天図のほうが高くなった ($F(1, 140)=23.64$, $p<.001$)。

さらに下位検定から、2~3 日後の実施は 4 日以後の実施よりも 1 回目の漸進性が高く ($F(3, 280)=0.06$, $p<.10$)、4 日以後の実施 (2 回目 $M=27.03$) よりも同日 (2 回目 $M=29.57$) に描いたほうが、漸進性が高くなることが示された。

「心の風天図」は、1 回目の実施よりも 2 回目の実施の方がより「感情性」、「漸進性」、「力動性」が促進されたといえよう。さらに 2 回目の実施では、4 日以後に実施するよりも同日に実施した方が「漸進性」がし促進されやすいことも示され、「心の風天図」の 2 回目の実施は、間を置いて実施するよりも体験をそのまま維持できる同日実施の方がより効果的であると考えられた。

Table2 実施回と 2 回目の実施日別の因子の
平均値と標準偏差

2回目実施日	感情性		漸進性		力動性	
	1回目	2回目	1回目	2回目	1回目	2回目
同日 ($n=66$)	25.62(6.54)	30.66(6.40)	27.03(3.91)	29.57(4.06)	26.14(3.67)	27.57(3.99)
1日後 ($n=27$)	23.96(6.46)	30.10(7.52)	27.11(4.29)	27.15(4.79)	26.19(4.20)	27.80(3.93)
2~3日後 ($n=22$)	27.59(8.70)	30.58(6.75)	28.65(4.12)	30.07(4.18)	26.95(3.99)	28.60(4.10)
4日以後 ($n=29$)	22.61(7.05)	31.01(9.01)	25.61(3.52)	27.03(4.13)	26.01(3.46)	27.78(4.09)

() 内はSD

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕 (計 6 件)

1. Ito, Y., Takasawa, K., Tsuda, H., Yamazaki, A., Mori, T., Okada, A., Oguro, D., A study of self-help focusing (SHF): Comparison between “Tsubo image focusing” and “Mind View focusing”. (査読有り) XXIV International Congress of Psychology, (Final Program). 157. CD-ROM: Poster

Presentations, 2008, Berlin, Germany.
2. Ito, Y., Tsubo Image Focusing (TIF) and Mind View Focusing (MVf) as Self-help Focusing. (査読有り) XXIV International Congress of Psychology, (Final Program). 91. CD-ROM: Poster Presentations, 2008. Berlin, German.
3. Ito, Y., Kurino R., Obata, A., Takahashi, M., Kim, K., Koike, H., Araki, C., Tresno, F., Developing of ‘A View in Mind’ scale (VMS). (査読有り) XXIV International Congress of Psychology, (Final Program). 91CD-ROM: Poster Presentations, 2008. Berlin, German.
4. 伊藤義美, 原口芳明, 山崎 暁, 心理臨床における『身体性』をめぐる (査読有り)、日本人間性心理学第 26 回大会発表論文集. 62-63. 2007.
5. 伊藤義美, 津田恭充, 高沢佳司, 岡田 敦, 森 利伸, 小黒大地, セルフヘルプ・フォーカシング (SHF) に関する研究 (査読有り)、日本人間性心理学会第 26 回大会発表論文集. 128-129. 2007.
6. 伊藤義美, フォーカシングをどのように学ぶか—概念的、体験的にフォーカシングを学ぶ内容と順序— (査読有り)、日本カウンセリング学会第 40 回大会発表論文集. 146. 2007.

〔学会発表〕 (計 8 件)

1. 伊藤義美, 栗野理恵子, 高橋美知子, 小池春妙, 小畑豊美, 金 慶美, 「心の風天図」の効果の検討(1)—「心の風天図」評価尺度 (VMS) の作成—, 日本カウンセリング学会第 42 回大会, 2009 年 8 月 20 日、活水女子大学 (長崎市)
2. 伊藤義美, 栗野理恵子, 高橋美知子, 小池春妙, 小畑豊美, 金 慶美, 「心の風天図」の効果の検討(2)—「心の風天図」評価尺度 (VMS) による効果測定—, 日本カウンセリング学会第 42 回大会, 2009 年 8 月 20 日、活水女子大学 (長崎市)
3. Ito, Y., Takasawa, K., Tsuda, H., Yamazaki, A., Mori, T., Okada, A., Oguro, D., A study of self-help focusing (SHF): Comparison between “Tsubo image focusing” and “Mind View focusing”. XX IV International Congress of Psychology, 22 July 2008, International Congress Centrum Berlin, Germany.
4. Ito, Y., Tsubo Image Focusing (TIF) and Mind View Focusing (MVf) as Self-help Focusing. XXIV International Congress of Psychology, 21 July 2008, International Congress Centrum Berlin, Germany.
5. Ito, Y., Kurino R., Obata, A., Takahashi, M., Kim, K., Koike, H., Araki, C., Tresno, F., Developing of ‘A View in Mind’ scale (VMS). XX

IV International Congress of Psychology,
21 July 2008, International Congress
Centrum Berlin, Germany.

6. 伊藤義美、津田恭充、高沢佳司、岡田 敦、
森 利伸、小黒大地、セルフヘルプ・フォー
カシングに関する研究、日本人間性心理学会
第 26 回大会、2007 年 11 月 24 日、仁愛大学
(越前市)

7. 伊藤義美、原口芳明、山崎 暁、心理臨床
における『身体性』をめぐって、日本人間性
心理学第 26 回大会、2007 年 11 月 24 日、仁
愛大学 (越前市)

8. 伊藤義美、フォーカシングをどのように学
ぶか—概念的、体験的にフォーカシングを学
ぶ内容と順序—、日本カウンセリング学会第
40 回大会、2007 年 11 月 23 日、琉球大学 (沖
縄市)

6. 研究組織

(1) 研究代表者

伊藤 義美 (ITO YOSHIMI)

名古屋大学・大学院環境学研究科・教授

研究者番号：50126835