

## 「重要な他者の焦点化」に関する技法と研究の比較 検討：ロール・レタリング, 内観療法を中心とした 文献レビューから

金子, 周平  
九州大学大学院人間環境学府

<https://doi.org/10.15017/8021>

---

出版情報：九州大学心理学研究. 7, pp.89-96, 2006-03-31. 九州大学大学院人間環境学研究院  
バージョン：  
権利関係：

# 「重要な他者の焦点化」に関する技法と研究の比較検討

—ロール・レタリング，内観療法を中心とした文献レビューから—

金子 周平 九州大学大学院人間環境学府

## Review of techniques and studies about “Focus on Significant others” —Examination of role lettering and naikan therapy—

Shuhei Kaneko (*Graduate school of human-environment studies, Kyushu university*)

The aim of this study is to consider common effects shown in previous studies related to “focus on and express significant others”. This paper reviewed articles about “focus on significant others” in field of clinical psychology, social psychology, and examined effects of “Role Lettering” and “Naikan therapy”. As these common effects, 1) self-exploration/insight, 2) improvement of understanding/sympathy, 3) acquisition of plural viewpoints of self and others, 4) acceptance/rediscovery of love, 5) improvement of positive and willing attitude were shown. There were the possibilities that these points had importance in Japanese climate, and were hard to catch from experimental studies in some points. And in the future research, trial to join clinical studies and experimental studies is needed, and necessity for practice of “focus on significant others” to be examined for more various objects is suggested.

**Keywords:** focus on significant others, role lettering, naikan therapy

### 1 問題と目的

心理臨床における「重要な他者」概念は、クライアントにとっての母親，父親，きょうだい，友人，配偶者，子どもなど，心理的に深い関わりを持つ他者を意味する用語として使用されている。類似の概念として，Caplan (1976)によって概念化された「ソーシャル・サポート」が挙げられる。ソーシャル・サポートの種類は，情緒的な，物質的な，環境的なソーシャル・サポートに分類することが可能である(福西，1997)とされている。このうち「情緒的なソーシャル・サポート」として捉えられるものは「重要な他者」概念と重なる部分が多い。しかし「重要な他者」概念は必ずしもサポートする役割のみを意味せず，多くの場合は両価的でアンビバレントな意味を帯びた人物であると捉える点で異なっている。例えばTatar (1998)は重要な他者としての両親が，甘やかしたり馬鹿にしたりする存在として捉えられうることを示している。また「重要な他者」が，必ずしも現時点で直接的な影響を受けていることを前提としていないことも，ソーシャル・サポート概念と異なる点として挙げられよう。「重要な他者」は現実的なソーシャル・サポート提供者から，日常生活での関わりのおほとんどない内在化された他者まで広く含む概念であると言えるであろう。さて本論考における「重要な他者の焦点化」とは，重

要な他者との関係性やそれと関連した自分の感情などに注意を向け，言語化などの表現してもらおうことである。個々の事例における重要な他者は，それをソーシャル・サポートとして捉える際は，サポートに気付き，適切に利用していくことが重視され(福西，1997)，「対象関係」の中で捉える際には，クライアントのもつ問題の理解や，転移の解釈として心理療法に役立てる方法が論じられてきた(狩野，1995; Ogden, 1986 など)。しかし重要な他者やその関係性を想起し表現すること自体が，個人に与える影響は未だ十分に検討されてきたとは言えない。

ところで「重要な他者に焦点を当てること」自体の効果に注目した技法として日本の風土，宗教的背景の影響の中で生まれた2つの技法がある。吉本伊信によって開発された内観療法(吉本，1965)，春口徳雄によるロール・レタリング(春口，1987)である。これらの技法は「重要な他者」をソーシャル・サポートとして，対象関係の理解や解釈として心理療法に役立てることを目的としているのではなく，重要な他者を想起すること自体を個人内の作業として重視しているものである。

本論考では，「重要な他者の焦点化」に関連する文献のレビューを通して，その臨床的知見，実証的研究における知見，技法によってみられる効果を比較検討することにより，それらの共通点やそれぞれの技法の特徴を見いだすことを目的としている。そこでは特に「重要な他

者の焦点化」を行っている2つの技法の適用対象や効果の比較検討を中心に検討する。

以下の文献のレビューの目的は、まず①「重要な他者の焦点化」に関する一般的な効果について、心理臨床実践における知見から、社会心理学における実験的研究まで広く概観することである。次に②ロール・レタリングの背景、適用対象、効果について、③内観療法の背景、適用対象、効果についてその知見をまとめる。その後これらの知見を比較検討し、共通点や差異点の抽出などの考察を行う。このことによって、これまでその意味を明確に捉えられてこなかった「重要な他者の焦点化」を、心理臨床実践を構成する要素の一つとして位置づけていくことの助としたい。

## II 「重要な他者の焦点化」に関する一般的な効果

### 1. 心理臨床実践における知見

古くから「神経症的な症状は、両親などの重要な他者との相互作用の中に現れること(Ellis, 1962など)」が指摘されている。Mitchell et al(1970)はセラピストがクライアントの重要な他者に焦点を当て、理解することがクライアントの成長に繋がること、また重要な他者との関係の変化がクライアントの症状の改善と関係していると指摘している。彼らはロジャースの示したセラピストの3条件の評定が高い(High-functionalな)セラピストの方が、初回面接において重要な他者に言及してクライアントの感情や経験に触れることを実証的に示している。またLeitner(1969)はHigh-functionalなセラピストとの間で重要な他者について言及することは、クライアントの自己探求のレベルを上げることが示している。重要な他者に注意を向け表現することと自己探求との関係は、後に述べるように内観療法においてもしばしば強調されるものである。またPierce & Zarle(1972)は重要な他者の感情や情緒的体験への言及をするクライアントは、共感性の強さをもっていることを示している。これらの知見から、心理臨床実践における「重要な他者の焦点化」がもたらす効果として、自己探求のレベルや共感性の向上をベースとした人間的成長が挙げられるであろう。

### 2. 態度・行動変容に関する知見

態度・行動・ライフスタイルの変容には、政治的な巧みな弁論や広告などの古典的な説得技法よりも、自己説得の方が強力で長期的な効果を持つことが示されている(Zimbardo, 1965; Aronson, 2002)。そこでは、外界からの刺激やメッセージが全くなくとも、「自己生成的なメッセージや思考」によって態度変容が起こるとされている。またある種の自己説得は、重要な他者に認められるとい

う社会的な強化を介して行われる(Jones, Gergen, & Davis, 1962)とされ、ここに重要な他者に関する「自己生成的メッセージや思考」が態度・行動変容に影響を与えることが示唆されていると言えよう。これらの社会心理学的研究では共通してロール・プレイを用いた自己説得が有効であることが示されている。さらに自己説得の際には「はっきりと言語化すること」が態度変容に関係すること、スクリプトを読むだけのロール・プレイよりも「即興の」ロール・プレイの方が信念の変化がみられること(Janis & King, 1954)などが示されている。これらの知見は態度や行動の変化において、ロール・レタリングやサイコドラマのような役割を設定して他者との相互交渉を行う技法が有用であることの一つの説明となりうるであろう。

また態度や行動変容については、ソーシャル・サポート的なより直接的な影響も指摘されている。重要な他者に関する先攻研究を概観すると、父親や教師に代表される重要な他者の存在もしばしば取り上げられている。これらの重要な他者はより実用的な援助を与える「危機管理者」としてみられる傾向があり(Frey & Rotlisberger, 1996)、交渉の余地の少ない、より断定的な他者として捉えられている(Noller & Callan, 1990)。また母親に代表される重要な他者と比べると役割モデルや、教師的・規範的な性格が強い(Tatar, 1998; 柴野, 1983; 根本, 1976)とされる。このような特徴を持つ重要な他者は、社会的に大切な意思決定場面などにおいて、その態度、行動、発言などが個人に影響を与えていると言われている(Blumer, 1969)。

### 3. 自尊心に関する知見

重要な他者を想起することの効果として、社会心理学における実験的研究の中でしばしば挙げられるものの一つに「自尊心への影響」がある。Schimmel et al(2001)は「想像課題(Visualization Exercise)」(Baldwin & Sinclair, 1996)を用いて「無条件の受容」を特徴に持つ他者の想起の効果を検討している。彼らは、実験の参加者に自身のことを心から認めてくれる人物を思い浮かべさせることによって、実験後に参加者の防衛は低下し、自尊心得点が高くなることを示している。またBaldwin et al(1990)は権威者・専門家の否定的な表情を閾値下で提示する手法を実施することによって、自尊心が引き下げられることを明らかにしている。これらの実証的研究は、その理論的背景として「周囲の他者が自分を承認しているのかどうかをモニターすることによって揺れ動く自尊心(Baumeister & Leary, 1995)」を挙げているが、先に述べた重要な他者と関連した「自己生成的メッセージや思考」による態度変容の効果によっても説明が可能であろう。

これらの実証的研究と同様の知見は、幼少期の頃の養育者としての「重要な他者」を扱った愛着研究や基本的信頼感をテーマにした研究でもみられる(酒井, 2005; 徳本・北山, 1992 など)。このような重要な他者は、サポートティブで受容的な「感情面の要」として受け取られる傾向がある(Frey & Rothlisberger, 1996)と言われている。これらの重要な他者は、個人の基本的な信頼感、自己評価などに影響を与えるとされている(Sullivan, 1953; 梶田, 1985)。またソーシャル・サポートの定義の一つに「他者からのフィードバックの機会の中で起こるもの(Caplan, 1976)」があることは、重要な他者からの影響が自己受容、自尊心への影響を示唆していると言えよう(Adelman & Ahuvia, 1995)。

#### 4. 自己概念に関する知見

自己知識・自己概念は複数の部分的な構造として成り立っていることが指摘されており(Linville, 1987; Rhodewalt & Agustsdottir, 1986; 福島, 2003 など)、重要な他者と関係した自己概念の存在も示唆されている。Hinkley & Andersen(1996)は、人は重要な他者と似た初対面の人物に会うときに、重要な他者と関連した自己概念にスポットライトがあたり、初対面の人物に対応する自己概念が準備されることを示している。これは転移の現象を実証的に示したのものであるが、重要な他者を想起することが、それと関連した自己概念を引き起こすことも示している。つまり、重要な他者を想起することによって、その人物がその場になくとも、「あの人と一緒にいる私」という自己概念が出現することを示唆しているのである。これらの知見では「重要な他者の焦点化」によって、先に述べた態度・行動変容、自尊心だけでなく、その基底にある自己概念への影響がみられることが示唆されていると言えよう。ただしこれらの社会心理学的な研究には、その方法論への批判もみられる。Ingersoll (1973)は、多くの研究では「pretest-treatment-posttest」の手続きを採用しており、ロール・プレイなどの実験内容のキャリア・オーバー効果により、社会的承認や高い自尊心を得るような回答をする可能性があると言われていたため、これらの知見を絶対視することには慎重である必要がある。

### III ロール・レタリングの背景、対象、効果について

#### 1. 背景と方法

ここでは重要な他者へ焦点を当てる技法の代表的なものとして、まずロール・レタリングについて概観する。ロール・レタリングは矯正教育の実践から生まれ、ゲシュタルト療法のエンプティ・チェアをヒントに作られたも

のであるとされている。ロール・レタリングを行う人は、基本的には自分が選択した重要な他者に向けて架空の手紙を書くことから始め、相手からの返事の手紙も自分で書く。セラピストが手紙の相手やテーマを指定することも多い。これを必要に応じて何度か繰り返すが、その手紙の内容は非公開の内的世界であることが保証される(春口, 1987)。

#### 2. 対象

春口(1995)は「考えることを嫌い、悩みや辛さに耐えきれず、すぐ打ち消したい衝動にかられる」という特徴を挙げ、非行少年への適用(春口, 1988)や薬物乱用・依存症者、アルコール依存症者への適用(春口, 1991)を行っている。ロール・レタリングが矯正教育の実践から生まれてきたことから、その適用対象が特徴的であることが伺える。

学校教育のなかでは、生と死の教育として、いじめについての教育として行われることも多いようである。小学生を対象に、先生とのロール・レタリングを行った際に、学級の様子が変わってきたという感触があること(塚田, 1991)も報告されているが、中学生まではロール・レタリングのテーマを与えた場合、それに集中できない様子が見られる(才田・春口, 2000)ことも指摘されている。

また近年では、神経性食思不振症の事例(原・中村他, 1995)、境界例人格障害の事例(春口, 1995)で母子関係、セラピスト・クライアント関係をロール・レタリングの中で扱った報告も行われており、適用対象が広がりつつあるようである。

#### 3. 効果

春口(1995)はロール・レタリングの臨床的仮説として以下の7点を挙げている。「文章による思考・感情の明確化」、「自己カウンセリングの作用」、「カタルシス作用」、「受容と対決」、「自己と他者、双方からの視点の獲得」、「RLによるイメージ脱感作」、「自己の非論理的、自己敗北的、不合理な思考に気づく」である。また「自立性・積極性の確立」も効果の背景に挙げている。これらに該当しないものとして、「現実吟味能力(エゴグラムにおけるAdult)の向上」、「感情移入的理解・共感性の向上(才田・春口, 2000)」なども指摘されている。さらにロール・レタリングの効果として無視できないものとして「書くこと」の効果が挙げられるであろう。「書くことは心理療法において補助的なものとして使用することが有用である(Esterling et al, 1999; Chan & Horneffer, 2005)」と指摘されている。彼らは書くことの効果は、「物語を構成する際の認知的なプロセスが治療的な意味をもち、かつ抑制されていた感情の表現が大

きな力をもつ」としている。この指摘をロール・レタリングの効果として挙げられた言葉で言い換えるならば、前者は現実的吟味能力の向上や思考・感情の明確化、後者はカタルシス効果の一端を担っていると捉えることもできるであろう。

#### IV 内観療法の背景、対象、効果について

##### 1. 背景と方法

重要な他者に焦点を当てる方法として、ここでは日本に古くから行われている内観療法について概観していく。内観療法は浄土真宗の一派に伝わる「身調べ」という求道法から発展し、そこから宗教的色彩を除いたものとされている。それは「検事が被告に対するが如く」という厳しい態度で、本人の生育史において重要な関係にあった人一人一人に対して「してもらったこと、して返したこと迷惑をかけたこと」、「養育費の算出」「嘘と盗み」をふり返っていくものである。通常7日間を周囲から遮断・保護された環境で行うものを集中内観と呼んでいる。指導者と呼ばれるセラピストとの面接は3～5分程度で、1, 2時間毎に行われる(三木, 1976)。

##### 2. 対象

自発的に自己探求しようとする人であれば受け入れることが、内観療法の基本的な態度となっているため、対象は多岐にわたる。報告されている中で最も低年齢なのは、田本(1966)による小学校3年生への適用である。

対象者は30才未満が6割を占め、その職業も非常に多岐に渡っている。矯正教育現場での実践が多く行われている(三木, 1971; 武田, 1974など)が、近年では竹元(2003)による薬物乱用・依存症者への適用、竹元(2002)によるアルコール依存症者への適用などの報告がみられる。また高口(2003)は摂食障害の事例への適用を行っている。ただ実父母からの愛情が欠けている場合は内観法の適用が困難(三木, 1976)であることも指摘されている。

##### 3. 効果

吉本(1976)は、内観療法は一つの自己探求法であると述べている。三木(1976)が挙げている内観療法の効果を整理すると、「治療的(宗教的)罪悪感の増加」、「将来への希望や意欲の向上」、「愛情の再発見」、「共感性の向上」、「罪償行動の発生」、「不安の減少」などが挙げられ、また「宗教的次元での体験として『生かされていること』への感謝」も記述されている。また串崎(1999)による質問紙調査では他者像の改善、複眼的視点の獲得が示されている。内観療法は集中的に自己と直面する作業であり、それを行うものにとっては非常に衝撃的

な体験であると言われている。「内観が急激に人格の内的変革を企図するもの」であるがゆえの危険性(石田, 1967)も指摘されている。

#### V 「重要な他者への焦点化」と関連した技法や知見の比較検討

##### 1. ロール・レタリングと内観療法の相違点・共通点

本論考で記述されたロール・レタリングと内観療法の効果の間には、大きく5つの共通点がみられる。①自己探求(自己洞察)の促進、②感情移入的理解・共感性の向上、③(自己と他者の)複眼的視点の獲得、④受容(愛情の再発見)、⑤積極性や意欲性の向上である。このうち最初の2点は上記の「II-1. 心理臨床実践における知見」にも共通してみられるものである。よってこの2点はロール・レタリングや内観療法などの技法を使用するしなに関わらず、心理療法の中で「重要な他者の焦点化」を行うことによって、効果が期待されるものと捉えることが出来るであろう。

両技法のそれぞれに特徴的な効果や臨床的な知見もいくつかみられる。その一つはロール・レタリングにおけるカタルシス作用である。春口(1987)はロール・レタリングを内観療法と比較して論じ、ロール・レタリングを内観療法と同じく集中的な形態で行った結果、内観療法のようにテーマに限定がなく自由に広く想起するため、敵意や攻撃性を表出することができ、そのカタルシス作用があると考察している。さらに先にも述べたように、ロール・レタリングには「書くこと」の認知プロセスに与える影響も加わっていると考えられるだろう。

ちなみに春口はサイコドラマに関して、グループと単独などの方法の違いを除いては、ロール・レタリングと同様のプロセスや効果を持つと捉えている。近年はGoldmanらのサイコドラマの実践家によって、限られた時間の中でセッションを進展させるための「焦点づけのテクニック」が開発されてきている(Blatner, 1997)。Goldman & Morrison(1984)は、いくつかの場面からそのエッセンスを見いだすための基本的な焦点づけの技法の一つとして「重要な他者からの主要なメッセージによって起こる動きや感情に焦点を当てること」を挙げている。それは主役の本来の感情を引き出すことを目的としており、メンバーの行動を変えるのに必要な洞察を与えることができるとされている。ここにサイコドラマとロール・レタリングの本質との共通性が見取れる。

一方、内観療法に特徴的であるのは、健康的(宗教的)罪悪感、罪償行動の発生、宗教的次元での体験として「生かされていること」への感謝である。これらは内観療法が厳しい態度で自己と直面することを求めるために起こることであることが推察される。ただし三木(1976)

はこの罪悪感や自尊心の低下は、自己像の転換を表すものであり、将来への希望や意欲の向上に繋がっているものとして捉えている。

## 2. ロール・レタリングと内観療法の適用対象

本論考で取り上げたロール・レタリング、内観療法の適用対象は、両者とも矯正教育の実践で行われることが多く、薬物依存症・アルコール依存症を対象として挙げられる点でも共通している。本論考で挙げられた対象は大きく2つの群に分類することができる。一つは非行少年、アルコール依存症、薬物依存症に代表されるような内省や洞察が難しいと指摘される群である。逆説的であるが、内省や洞察に難しさを持ちながらも、技法として重要な他者に焦点を当てることが奏功する一群がいることを示していると言えよう。もう一つは摂食障害、境界例人格障害のように家族の一員やセラピストなどとの対人関係にその問題が現れやすい一群である。これらの一群については母親との関係性、基本的信頼感の問題が指摘されており（山岡，1997；下坂，1998）、重要な他者との関係、セラピストとの関係の捉え直しが心理療法において重要な意味を持つことが考えられる。これらの2群はともに家族療法の対象となりやすいことでも共通している。

## 3. 臨床心理実践における知見と実験研究の知見の相違点

主に社会心理学の分野で行われている実験的研究（上記の「II-2, 3, 4」）では、ロール・レタリング、内観療法や臨床心理の実践における知見を補足的に説明する知見がみられる。実験的研究の中で確認されている知見をまとめると以下の2つに集約される。「重要な他者を思い浮かべた時に自己生成的に起こってくる自分へのメッセージを即興的に役割の中で言語化することが、態度・信念・行動の変容を促す」、「重要な他者を思い浮かべることが自尊心、自己概念に影響を与える」。前者の知見はロール・レタリング、内観療法、サイコドラマの効果を説明するものであるが、後者の知見に関しては臨床心理学的な知見と完全に一致しているとは言い難い。特に自尊心に関しては臨床心理学的知見の中では両方向の影響が確認できる。金子(2003)はロール・レタリングの実施によって、自尊心の高かった群は過度な自己評価を低下させ、自尊心の低かった群は自己評価を向上させたことを示している。また内観療法では健康的（宗教的）罪悪感による自尊心の低下がその効果の一つに挙げられている。これらの自尊心の両方向の影響、もしくは低下は臨床心理実践の中で行われる自己探求、自己との直面化において特徴的なものと考えることが出来よう。また自己概念に関しても、実験的研究の中ではその影響が示唆されているが、これまで臨床心理学的研究の中ではほと

んど検討されてこなかった。金子(2004)は一回のロール・レタリングによって自己概念の大部分が変化し、一週間後のフォローアップ調査時にも持続していることを示しているが、更なる検討が必要な分野であると言えよう。これらの相違点を説明するものとして、実験研究における「重要な他者」が比較的単純化された他者の特徴を持つものに対し、臨床実践の中にみられる他者は両面的でアンビバレントであることが挙げられるであろう。

## 4. 日本文化における「重要な他者の焦点化」

海外における重要な他者を取り扱った研究では、ソーシャル・サポート研究の文脈で薬物依存症者を対象とした研究が多くみられる。そこでは心理療法の中に重要な他者を巻き込むことと、それをクライアントに了解してもらうことが重要であることが指摘されている(Kidorf et al, 1997; Civita et al, 2000)。このようにアディクションの問題をもつクライアントとその家族の問題は重視され、本論考で挙げた技法の対象と共通する。しかし「重要な他者に注意を向け表現すること」を心理療法に取り入れた報告や、その効果の検討はみられない。本論考で記述してきた知見や技法の共通点は、日本の文化・宗教的背景の中で意味を持つところが大きいことを示している可能性があるだろう。榎本(2002)は日本語では「私・僕・俺」などの場面や相手に依存したいくつもの一人称代名詞があることから、他者がいる中でようやく自己規定ができる文化であることを指摘している。このことは日本において、重要な他者と一緒にいる時の自己が大きな意味を持つことを示しているかもしれない。

## VI 本論考のまとめと今後の課題

「重要な他者の焦点化」を行うことの効果の共通点として、①自己探求（自己洞察）の促進、②感情移入的理解・共感性の向上、③（自己と他者の）複眼的視点の獲得、④受容（愛情の再発見）、⑤積極性や意欲性の向上が挙げられた。これらの知見は、主に日本で生まれた2つの技法から得られるところが多く、特に日本において重要性を持つ可能性が示唆された。また臨床心理の実践において重要な他者に焦点を当てることの効果は、多くの社会心理学における実験的研究が補足的な説明をすることが出来ることが示された。しかし特に臨床心理実践でみられる「自尊感情の両方向的な影響／自己概念への影響」については、現実の他者の持つ複雑さを実験研究の結果には反映しにくい可能性が考えられた。今後はこのような点において、臨床的な知見と、実験研究における知見をつなぐ研究が必要である。

さらに「重要な他者の焦点化」を適用されやすい対象は、内省や洞察が難しいとされる対象、対人関係の問題

に特徴を持つ対象であり、家族療法との共通性が示唆された。しかし、これらの実践はまだ十分に検討されているとは言えず、今後様々な対象に対して実践の可能性とその危険性が検討される必要があると思われる。また今回のレビューでは青年期への適用の実践と報告はほとんどみられなかった。岡田・永井(1991)は大学一年生を対象にしたSCTの内容から、心を打ち明ける重要な他者がいない青年期の一群では、対人恐怖傾向や自我同一性の低さがみられることを示している。このような対象も考慮しながら青年期への適用の可能性についても検討する必要があると思われる。

## 謝 辞

本稿の作成を多くの面で支えていただきました九州大学大学院人間環境学研究院教授の野島一彦先生、本稿の校閲や助言をして頂きました同研究院教授の針塚進先生、同研究院助教授の高橋靖恵先生に心より御礼申し上げます。

## 文 献

- Adelman, M. B., & Ahuvia, A. C. 1995 Social support in the service sector: The antecedent, process, and outcomes of social support in an introductory service. *Journal of Business Research*, **32**, 273-282.
- Aronson, E. 2002 The power of self-persuasion. *American psychologist*, **54**(11), 875-884.
- Baldwin, M. W., Carrell, S. E., & Lopez, D. F. 1990 Priming relationship schemas: My adviser and the pope are watching me from the back of my mind. *Journal of Experimental Social Psychology*, **26**, 435-454.
- Baldwin, M. W. & Sincler, L. 1996 Self-Esteem and "If... Then" Congencies of Interpersonal Acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology*, **71**, 1130-1141.
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. 1995 The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, **117**, 497-526.
- Blatner, A. 1997 Psychodrama: The state of the art. *The Art in Psychology*, **24**(1), 23-30.
- Blumer, H. 1969 Society as Symbolic Interaction, in Rose, -, *Symbolic Interactionism: Perspective and Method*, Prentice-Hall. 後藤将之(訳) シンボリック相互作用論: パースペクティブと方法(1991) 勁草書房, 179-192.
- Caplan, G. 1976 The Family as a Surface System, in *Support Systems and Mutual Help*. Caplan and M. Killilea, eds., Grune & Stratton, New York, 19-36.
- Chan, K. M., & Horneffer, K. 2005 Emotional expression and psychological symptoms: A comparison of writing and drawing. *The Art in Psychotherapy*, in press.
- Civita, M. D., Dobkin, P. L., & Robertson, R. N. 2000 A study of barriers to the engagement of significant others in adult addiction treatment. *Journal of Substance Abuse Treatment*, **19**, 135-144.
- Ellis, A. 1962 *Reason and Emotion in Psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- 榎本博明 2002 自己概念の場面依存性について 大阪大学大学院人間科学研究科紀要, **28**, 95-115.
- Esterling, B. A., L'Abate, L., Murray, E. J., & Pennebaker, J. W. 1999 Empirical foundation for writing in prevention and psychotherapy: Mental and physical health outcomes. *Clinical Psychology Review*, **19**(1), 79-96.
- Frey, C. V., & Rothlisberger, C. 1996 Social support in healthy adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, **25**, 17-31.
- 福西勇夫 1997 ストレス対処からみたソーシャル・サポート 福西勇夫(編) 現代のエスプリ, **363**, 20-29.
- 福島 治 2003 自己知識の多面性と対人関係 社会心理学研究, **18**(2), 67-77.
- Goldman, E. E & Morrison, D. S. 1984 *Psychodrama: experience and process*, Hunt Publishing Company.
- 高良 聖訳 2003 『サイコドラマ—その体験と過程』 金剛出版
- 原 節子・中村延江・桂 戴作 1995 ロール・レタリングが神経性食思不振症の治療に果たす役割 ロール・レタリング(役割交換書簡法)の理論と実際 杉田峰康(監修) 春口徳雄(編著) チーム医療, 222-232.
- 春口徳雄 1987 ロール・レタリング(役割交換書簡法)入門 —人間関係のこじれを洞察する 杉田峰康(監修) 創元社
- 春口徳雄 1988 ロール・レタリング(役割交換書簡法)による自己理解について—非行少年の臨床事例から— 犯罪と非行, **76**, 28-51.
- 春口徳雄 1991 ロール・レタリング(役割交換書簡法)が覚せい剤患者の治療に果たす役割 刑政, **102**(3), 22-34.
- 春口徳雄 1995 ロール・レタリングの理論的基盤 ロール・レタリング(役割交換書簡法)の理論と実際 杉田峰康(監修) 春口徳雄(編著) チーム医療, 12-18.
- Hinkley, K. & Andersen, S. M. 1996 The working self-concept in transference: Significant other activation and

- self change. *Journal of Personality and Social Psychology*, **71**, 1279-1295.
- Ingersoll, V. H. 1973 Role playing, attitude change, and behavior. *Organizational behavior and human performance*, **10**, 157-174.
- 石田六郎 1967 内観の精神力動学的解釈 心理療法としての内観 内観教育研究所
- Janis, I. L., & King, B. T. 1954 The influence of role playing on opinion change. *Journal of abnormal and social psychology*, **49**, 211-218.
- Jones, E. E., Gergen, K. J., & Davis, D. E. 1962 Some determinants of reactions to being approved or disapproved as a person. *Psychological monographs: general and applied*, **76** (Whole No.521).
- 梶田毅一 1985 子どもの自己概念と教育 東京大学出版会, p82-100.
- 金子周平 2003 無条件の受容体験がポジティブ幻想に与える影響—想定書簡法を用いた実験手法の提案—九州大学心理学研究, **4**, 243-250.
- 金子周平 2004 重要な他者を想定したロール・レタリングの効果—他者の特徴と自己概念の活性化の検討—, 日本人間性心理学会第23回大会発表論文集, 98-99.
- 狩野力八郎 1995 心的表象論・小此木啓吾・妙木浩之(編)「現代のエスプリ」別冊 精神分析の現在 至文堂, 286-300.
- Kidorf, M., Brooner, R. K., & King, V. L. 1997 Motivating methadone patients to include drug-free significant others in treatment: A behavioral intervention. *Journal of Substance Abuse Treatment*, **14**(1), 23-28.
- 串崎真志 1999 心理的支え尺度による内観療法の効果の測定 心理臨床学研究, **16**(6), 529-537.
- Leitner, L. A. 1969 Client self-exploration as a function of reference to significant others. *Journal of Clinical Psychology*, **25**, 339-340.
- Linville, P. W. 1987 Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 663-676.
- 三木善彦 1971 少年院生の内観の事例研究—S少年の内観過程と心理テスト上の変化 矯正と内観 内観教育研修所
- 三木善彦 1976 内観療法入門—日本的自己探求の世界—創元社
- Mitchell, K. M., Mitchell, R. M. & Berenson, B. G. 1970 Therapist Focus on Client's Significant Others in Psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, **26**(4), 533-536.
- 根本橋夫 1976 モデルとしての父親(父親の役割<特集>) **30**(10), 1820-1827.
- Noller, P., & Callan, J. 1990 Adolescents' perceptions of the nature of their communication with parents. *Journal of Youth and Adolescence*, **19**, 349-362.
- Ogden, T. H. 1986 The Matrix of the Mind- Object Relations and the Psychoanalytic Dialogue. 狩野力八郎(監訳) 藤山直樹(訳) 心のマトリックス—対象関係論との対話 岩崎学術出版社, 103-132.
- 岡田 努・永井 徹 1991 文章完成法による青年期心性についての考察 新潟大学教育学部紀要, **33**(1), 33-39.
- Pierce, R. M., & Zarle, T. H. 1972 Differential referral to significant others as a function of interpersonal effectiveness. *Journal of Clinical Psychology*, **28**(2), 230-232.
- Rhodewalt, F., & Agustsdottir, S. 1986 Effects of self-presentation on the phenomenal self. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50**, 47-55.
- 才田幸夫・春口徳雄 2000 ロール・レタリング(役割交換書簡法)による生と死の教育—中学校における実践報告 犯罪と非行, **125**, 231-258.
- 酒井 厚 2005 対人的信頼感の発達: 児童期から青年期へ—重要な他者間での信頼すること・信頼されること 川島書店
- Schimmel, J., Arndt, J., Pyszczynski, T., & Greendeg, J. 2001 Being Accepted Who We are: Evidence That Social Validation of the Intrinsic Self Reduces General Defensiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **80**, 35-52.
- 柴野昌山 1983 モデルとしての父親 児童心理 **37**(1), 10-14.
- 下坂幸三 1998 心理療法の常識 金剛出版
- Sullivan, H. S. 1953 *The Psychiatric Interview*. W. W. Norton & Company Inc., New York. 中井久夫・松川周悟・秋山剛・宮崎隆吉・野口昌也・山口直彦(共訳) 精神医学的面接 みすず書房
- 高口憲章 2003 拒食と過食の内観療法(特別企画 拒食と過食) ころの科学, **112**, 53-58 日本評論社
- 武田良二 1974 犯罪防止における市民参加としての内観法 高校生と内観 内観研修所
- 竹元隆洋 2002 内観療法の基礎と臨床—薬物・アルコール依存症, AC, 心的外傷などの回復(特集 嗜癖とサバイバー) アディクションと家族, **19**(1), 17-24.
- 竹元隆洋 2003 薬物乱用・依存と内観療法(特別企画 薬物乱用・依存—薬物依存と精神医学) ころの科学, **111**, 57-62 日本評論社
- 田本寿夫 1966 小学校三年生にたいする「内観」の試み 人生と内観 内観教育研修所

- Tatar, M. 1998 Significant individuals in adolescence: adolescent and adult perspectives. *Journal of Adolescence*, **21**, 691-702.
- 徳本 祥・北山 修 1992 重要な他者による受容と自己評価との関連—親子関係を主として— 九州大学教育学部紀要 教育心理学部門 **37**(2), 73-82.
- 塚田厚弥 1991 ロール・レタリング法の実践とその効果 児童心理, **45**(14), 1750-1755.
- 山岡昌之 1997 摂食障害—神経性食欲不振症と神経性過食症 現代のエスプリ, **395**, 14-24.
- 吉本伊信 1965 内観40年 春秋社
- 吉本伊信 1976 序文 三木善彦(著) 内観療法入門—日本的自己探求の世界—創元社
- Zimbardo, P. G. 1965 The effect of effort and improvisation on self-persuasion produced by role-playing. *Journal of experimental social psychology*, **1**, 103-120.