

Instructor News

小木著論文参照さる

次の論文に小木インストラクターが2007年に森田療学会雑誌に掲載された論文が参照されました。

森田療学会雑誌（通巻44号） 2011/10/20 発行

原著論文 「卒業期の学生への森田療法的アプローチ」—青木万里（鎌倉女子大）

抄録：大学時代、特に卒業期は進路選択を契機として自分は一体何がしたいのか、これからの自分のあり方を改めて考えねばならず、卒業を前に将来への不安や迷いが生じることが少なくない。

本稿では卒業期の学生が直面しやすい問題に焦点をあてつつ森田療法的アプローチの効果について論じた。まず行き詰まって学生相談室に来談した学生の症例を紹介し、次に授業を通して得られた一般学生に対する森田療法の効果を述べた。その結果、行き詰まりの有無にかかわらず卒業期の学生たちはこれからの自分のあり方という共通の課題に直面していることがわかり、学生たちと関わる際には学生が感情表出するのを待つ姿勢と卒業までの限られた期間の中で学生の心理的成長を促すことが大切であることが導き出された。

解決してから行動するのでは不安ながらも歩むことがその人の成長を促すことにつながり、そのような態度そのものがきわめて森田的な関わりであることが示唆された。

Iはじめに II症例研究 III授業研究

IV考察

2.心理教育としての森田療法

心理教育としての森田療法の取り組みは、学生の自己愛の健康的な変容、[現実的な生き方の支援（小木、2007）](#)、学内のメンタルヘルス教育としての貢献といった可能性への視点から報告されている。筆者も教育的視点から森田療法を活用したいと考え90分の限られた時間であったが体験学習と講義からなる心理教育プログラムを実施した。

4. 今後の課題

学生相談では来談した学生の特徴のどこを掴み、森田療法理論の何をあてはめて介入を行うのか、呈示された問題への最初の見立てが重要である。自分のあり方、生き方といっても人が違えばその様相は様々である。様々な学生との面接経験を通じ、その個人のニーズに応じた適切な対応ができるようになること、面接を通して得られた自分自身への理解を、さらに自分らしい生き方につなげるために、より有効的な森田療法的アプローチを模索することが次の課題である。また心理教育では森田療法の考え方を紹介し、日常生活を振り返り、これからの生き方に役立てたいとの思いから実施したが、

今回のように一回のみの3年生、卒業を控えた4年生であったため、自分の生き方や卒業後の生き方に目を向けやすいと推測され可能ならば数時間かけて取り組み、その効果を十分に学生たちに還元したかった。

中島が1コマ90分の学習を10回、[小木が1コマ90分の半期科目の授業を利用して森田療法を取り入れた心理教育を行い、その成果を報告していたこと](#)と比較すると、筆者の取り組みは卒行期の学生たちが抱えるであえおう心理的課題に焦点を当てきれず、そこに一回性のプログラム限界があったと考えられる。

「建設的な生き方」を通して、教育の場に森田療法の教えを生かす

[季刊誌#47-49 2008年冬、春、秋号 3回に亘って掲載](#)